

22.10.2019

Eine gute Balance finden zwischen Belastung und Entspannung

Gesundheitstage für Mitarbeiter*innen der Stadtverwaltung

Die Stadtverwaltung Ludwigshafen hat für ihre Mitarbeitenden in diesem Jahr gleich zwei Gesundheitstage organisiert. Am 22. und 23. Oktober 2019 dreht sich alles rund um Themen wie gesunder Lebensstil, ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, Möglichkeiten zur Stressbewältigung und vieles mehr. Neben individueller Beratung an den Informationsständen gibt es ein umfangreiches Programm mit Vorträgen und Mitmachaktionen. "An den Gesundheitstagen können sich die Mitarbeiter*innen über eine gute Balance zwischen Belastung und Entspannung im beruflichen und privaten Bereich informieren. Schließlich wollen wir alle bis ins hohe Alter fit und vital bleiben, davon profitiert auch die Stadtverwaltung. Sie braucht leistungsfähige und motivierte Mitarbeiter*innen, die sich jeden Tag aufs Neue den vielfältigen Aufgaben und Anliegen einer modernen Stadtgesellschaft widmen", sagte Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck zur Eröffnung der Gesundheitstage im Rathaus.

An beiden Tagen können die städtischen Mitarbeiter*innen jeweils von 9 bis 16 Uhr zum Beispiel neue Sportarten ausprobieren, Fachvorträge zu Themen wie Burn-Out, Demenz, Lebensstil und Ernährung besuchen und davon in Alltag und Beruf profitieren. "Die Gesundheitstage sind ein Baustein unter vielen innerhalb der betrieblichen Gesundheitsförderung. So gibt es über das gesamte Jahr verteilt verschiedene Fortbildungen zu Themen wie Ernährung, Gesundheit, Bewegung und Stressbewältigung, wie zum Beispiel "Nachhaltige und gesunde Küche", "Nordic-Walking- und Aquajogging-Kurse", "Burnout vorbeugen" oder "Stressmanagement und Life-Balance", aber auch "Gesundes Führen für Führungskräfte". Während viele dieser Angebote das ganze Jahr über bestehen, sollen die Gesundheitstage etwas Besonderes sein", betont Peter Schmidt, Leiter des Bereichs Personal. OB Jutta Steinruck ergänzt: "Wir möchten damit die Gesundheit und Zufriedenheit unserer Mitarbeiter*innen fördern und gleichzeitig unser Profil als attraktive Arbeitgeberin stärken."

Während der Aktionstage ist die Stadtverwaltung wie üblich geöffnet. Die Mitarbeitenden stimmen ihren Besuch der einzelnen Veranstaltungen mit ihrer jeweiligen Führungskraft ab, damit der Dienstbetrieb stets gewährleistet ist.

Die Gesundheitstage werden unterstützt von der Sparkasse Vorderpfalz, AbbVie, der AOK Gesundheitskasse, der BASF SE, dem Bildungswerk Landessportbund Rheinland-Pfalz, der Ludwigshafener Kongress- und Marketing-Gesellschaft Lukom, der pronova BKK, der IKK Südwest, der Schule für Physiotherapie an der BG Unfallklinik, dem Rhein-Pfalz-Kreis, dem Krankenhaus Zum Guten Hirten, der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., dem Selbsthilfetreff Pfalz KISS, der Deutschen Verkehrswacht Ludwigshafen, dem Kontaktbüro Pflege Selbsthilfe Rheinland-Pfalz, der Evangelischen Heimstiftung Pfalz und elvisory.