

**Gesundheitszentrum**

Physiotherapie  
Naturheilverfahren  
medizinische Fitness

Walheim



# Stärken Sie Ihr wichtigstes Kapital – Ihre Mitarbeiter



Foto: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

Betriebliche Gesundheitsförderung zahlt sich aus :  
mehr Leistung – weniger Fehlzeiten – besseres Betriebsergebnis

## Mitarbeiter die körperlich fit und ausgeglichen sind arbeiten effizienter und fehlen weniger



Über 70 Milliarden Euro gehen allein der deutschen Wirtschaft jedes Jahr durch kranke Mitarbeiter verloren. Ein enormer Kostenfaktor, der nicht sein müsste!

Denn 70% aller Krankheiten sind auf Bewegungsmangel, falsche Ernährung und mangelnden Stressabbau zurückzuführen und könnten durch entsprechende Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge effektiv bekämpft werden. Da in vielen Betrieben zudem durch Personalabbau Kosten eingespart werden und die Mitarbeiter immer mehr Aufgaben übernehmen müssen, stören krankheitsbedingte Ausfälle in zunehmendem Maße auch den gesamten Unternehmensablauf.

Durch innerbetriebliche Präventionsförderung können diese Störfaktoren erheblich reduziert werden. Nicht zu vergessen, dass durch entsprechende Gesundheitsförderungsprogramme die Produktivität gesteigert werden kann.

Mitarbeiter die aufgrund regelmäßiger Bewegungstrainings, richtiger Ernährung, professionellen Stressabbaus und regelmäßiger Informationen zum Thema Gesundheit gesund und fit sind, sind leistungsbereiter und ausgeglichener, motivierter und produktiver, besser gelaunt und sorgen für ein besseres Team- und Betriebsklima.

**„Immer mehr Unternehmen investieren in die innerbetriebliche Gesundheitsvorsorge – und das nicht ohne Grund. Denn die Kosten, die durch Ausfallzeiten entstehen, sind gravierend.“**

*Ronald de Wildt*

*Inhaber Gesundheitszentrum Walheim, Fachkraft BGM (IHK), Dipl. Physiotherapeut NL*

# Die Vorteile Betrieblicher Gesundheitsförderung für Ihr Unternehmen

Japanische und amerikanische Unternehmen waren die Vorreiter in puncto Firmen-Fitness.

Dass körperlich aktive Mitarbeiter mehr arbeiten, seltener fehlen bzw. krankheitsbedingt ausscheiden, davon sind auch deutsche Firmen inzwischen überzeugt.



Fotos: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

Ihre Führungskräfte haben erkannt, dass Betriebliche Gesundheitsförderung und ein aktives Gesundheitsmanagement dabei helfen, Mitarbeiter an den Betrieb zu binden und ihr Interesse an den Zielen des Unternehmens nachhaltig zu stärken.

**Durch das von uns entwickelte Konzept, entsteht eine Win-Win-Situation, die mit vielen Vorteilen für das Unternehmen einhergeht:**

- Bis zu 40% der Belegschaft beteiligen sich regelmäßig und nachhaltig an den gesundheitsfördernden Maßnahmen – dadurch wird die Gesundheit der Mitarbeiter langfristig bis zur Rente erhalten
- Kostensenkung durch bis zu 20% reduzierte Fehlzeiten
- Steigerung von Leistung, Motivation & Produktivität
- Verbesserung der Qualität und Erhöhung der Produktivität
- Reduzierung der Fehl- und Unfallquoten
- Verringerung der Fluktuation durch stärkere Mitarbeiterbindung
- Stärkung des „Wir-Gefühls“ und stärkere Identifikation mit der Firma
- Förderung der Teamarbeit
- Verbesserung des Betriebsklimas
- Abteilungsübergreifende Kommunikation während der Fitnessaktivitäten
- Steigerung des Image der Firma
- Verbesserung des Betriebsergebnisses

**Neben fachlichen Aus- und Weiterbildungen der Mitarbeiter ist auch Ihre Fitness und Gesundheit eine wesentliche Grundlage für die Unternehmensqualität und -produktivität. Investieren Sie deshalb in die Betriebliche Gesundheitsförderung und stärken Sie dadurch Ihren Erfolgsfaktor Nr.1 – Ihre Mitarbeiter!**

# Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter

Der Erfolg jedes Unternehmens hängt entscheidend von der Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft seiner Mitarbeiter ab. Grundvoraussetzung dafür sind ihre Gesundheit und körperliche Fitness. Und dazu können Sie mit uns als professionellem Partner eine ganze Menge beitragen.

**Wir übernehmen das komplette Gesundheitsmanagement für Ihre Firma oder ergänzen vorhandene Strukturen.**

Unser hervorragend ausgebildetes Personal betreut Ihre Mitarbeiter in allen Bereichen professionell und individuell. Vertrauen Sie auf unsere Kompetenz und langjährige Erfahrung in gesundheitsorientierter Fitness und in der erfolgreichen Umsetzung der Betrieblichen Gesundheitsförderung.

**„Laut einer Studie würden rund 71% der Belegschaft Bewegungsangebote nutzen, wenn sie angeboten würden.“**

Ronald de Wildt

Inhaber Gesundheitszentrum Walheim, Fachkraft BGM (IHK), Dipl. Physiotherapeut NL

**Mit unserem BGM-Konzept bringen wir Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeiter in Top-Form:**

- Steigerung der physischen und der psychischen Leistungsfähigkeit
- Kräftigung und Mobilisation der gesamten Muskulatur
- Vorbeugung und Linderung von Rücken- und Gelenkproblemen
- Stärkung von Herz und Kreislauf
- Verbesserung der Immunabwehr
- Vorbeugen von degenerativen Körperschäden
- aktiver Stressabbau und Förderung der inneren Ausgeglichenheit
- Steigerung von Zufriedenheit, Motivation, Leistungsbereitschaft
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- Intensivierung der sozialen Kontakte



Foto: www.fotolia.com



Foto: www.fotolia.com



Fotos: www.shutterstock.com



Foto: Deutscher Sportbund

## Was ist betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)?

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) orientiert sich am Bedarf des Unternehmens. So kann es unterschiedliche Ziele verfolgen und damit auch verschiedene Inhalte und Dimensionen aufweisen. Um betriebliches Gesundheitsmanagement für Unternehmen aller Größenklassen zu ermöglichen setzen wir auf ein bewährtes zweigleisiges Angebot.

Im Fokus aller Maßnahmen steht Ihr gesundes Unternehmen. Dabei sehen wir uns als „Entwicklungshelfer“, die Hilfe zur Selbsthilfe anbieten. Wir installieren das KnowHow für ein gelungenes Gesundheitsmanagement in Ihrem Unternehmen, indem wir Gesundheitsansprechpartner ausbilden, die im späteren Verlauf das Gesundheitsmanagement selber leiten und nur bei Bedarf externe Leistungen dazuschalten.

### Externe Unterstützung

#### 1. Phase: Aufbau BGM

- Beratung und Konzeption der auf das Unternehmen individuell zugeschnittenen Maßnahmen
- Umsetzung der Maßnahmen
- Parallel: Qualifikation von Gesundheitsansprechpartnern im Unternehmen.

#### 2. Phase: Nachhaltige Gestaltung

- Know-How im Betrieb vorhanden
- Interner Ansprechpartner übernimmt die Steuerung des BGM-Programmes
- Der Betrieb kann je nach Bedarf jederzeit / weiterhin auf unser Angebot zugreifen: Beratung, Präventionsmaßnahmen, Firmenfitness

### Gesundheitskompetenz im eigenen Betrieb

## Ihre Vorteile mit uns als professionellem Partner

Viel wird heute in neue Technologien investiert, um die Leistungsfähigkeit und Produktivität der Unternehmen zu steigern.

Aber das Wichtigste – die Investition in die Gesundheit der Mitarbeiter – wird dabei oft vernachlässigt. Dabei ist sie, pro Mitarbeiter gerechnet, meist wesentlich kostengünstiger und vor allem effizienter.

Amerikanische Studien haben z.B. ergeben, dass jeder in die betriebliche Gesundheitsvorsorge investierte Dollar zwischen 2 und 10 Dollar „Return on Investment“ bringt, je nachdem um welche Art von Mitarbeitern und Arbeitsplätzen es geht.

Mit uns als professionellem Leistungspartner wird es Ihnen gelingen, die Produktivität Ihrer Mitarbeiter und die Ihres Unternehmens messbar und spürbar zu steigern und Ihr Qualitätsmanagement zu verbessern.

**„Sie können durch Investition in die Prävention aus Ihrer Firma ein kerngesundes Unternehmen machen – Jetzt!“**

*Ronald de Wildt*

*Inhaber Gesundheitszentrum Walheim, Fachkraft BGM (IHK), Dipl. Physiotherapeut NL*



Fotos: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)



## Unser Leistungsspektrum

Wir bieten Ihnen ein fundiertes Know-How und ein erfolgreiches, praxiserprobtes Konzept für Betriebliche Gesundheitsförderung und Gesundheitsmanagement. Sie können sich auf eine sportmedizinisch professionelle und individuelle Betreuung unseres erstklassig ausgebildeten Trainingspersonals verlassen.

### Unser Angebot

- aktives Gesundheitsmanagement für alle Mitarbeiter
- zielorientiertes Gesundheitscoaching für Ihre Mitarbeiter
- Firmencoaching
- Körperanalyse und persönlicher Trainingsplan
- regelmäßige Gesundheits-Checks und Dokumentation des Trainingsfortschritts
- Kraftaufbau- und Herz-Kreislauftraining
- spezielles Rücken-Aufbau-Training
- Figurtraining und Ausdauerkurse
- Rückenkurse und spezielle Gesundheits-Workouts
- Anti-Stress- und Entspannungskurse
- Massage & Physiotherapie
- Arbeitsplatzergonomie
- Ernährungsberatung
- Suchtprävention



Foto: www.shutterstock.com

## Weitere Leistungen

### Im Vorfeld und begleitend bieten wir Folgendes an:

- Beratung vor Ort
- Arbeitsplatz-Analyse
- Infostände in der Firma
- Vorträge in der Firma
- Gesundheitsnetzwerk
- Gesundheitszeitung
- Dokumentation der Teilnahme an unseren Programmen und Evaluierung
- Vorträge und Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten und Krankenkassen
- Nutzung der Fitness-Zirkel im Gesundheitszentrum Walheim
- Beratung und Einrichtung einer betriebsinternen Fitnessanlage



Foto: milon



## Gesundheitszentrum Walheim

Therapie & Training: Prämienstr. 14-16, 52076 Aachen/Walheim  
Kurse & Vorträge: Prämienstr. 42, 52076 Aachen/Walheim  
Tel.: 02408 - 81 79 9, E-Mail: [info@gesundheitszentrum-walheim.de](mailto:info@gesundheitszentrum-walheim.de)  
[www.gesundheitszentrum-walheim.de](http://www.gesundheitszentrum-walheim.de)