

# SauerlandKurier

## vom 05.06.11

### Wohlbefinden testen

Erster Gesundheitstag ein voller Erfolg

**Marsberg.**  
**Der örtliche Lenkungskreis Gesundheit der Marsberger LWL-Einrichtungen präsentierte kürzlich seinen ersten Gesundheitstag.**

Dabei erstellten Experten für jeden der 100 Teilnehmer ein individuelles Gesundheitsprofil. Während des knapp einstündigen Gesundheitsparcours bekamen die Mitarbeiter aus den fünf Marsberger Einrichtungen des Landschaftsverbands Westfalen-Lippe (LWL) Wissenswertes zu den Themen Hautschutz, Raucherentwöhnung, Händehygiene, Gesundheits-Check-ups und das Vorsorgeinstrument „Prevent-On-Score“ vermittelt. Zudem konnten sie ihre Sensomotorik über ein Balance Board sowie ihre Stressresistenz über einen Stresspiloten testen lassen. Messungen des Lungenvolumens, des Körperfettanteils, des Kohlenmonoxidanteils der Atemluft und die Ermittlung des Gleichge-

wichts auf zwei Waagen, rundeten das Angebot ab.

Bereits vor zehn Jahren erkannten die Einrichtungen, dass sich Investitionen in die Gesundheit der Mitarbeiter auch finanziell lohnen. Seitdem bieten sie gesundheitsfördernde Angebote, zum Beispiel Aquajogging und Ernährungskurse, an. Neben der Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens der Mitarbeitenden steigt auch die Arbeitszufriedenheit und Motivation. Dadurch sinken unter anderem krankheitsbedingte Kosten und Fehlzeiten. Gleichzeitig lässt sich durch das gesundheitsfördernde Engagement die Bindung von qualifizierten und leistungsbereiten Mitarbeitern optimieren. Das Ergebnis der Bemühungen ist letztlich eine verbesserte Wettbewerbsfähigkeit sowie eine nachhaltig hohe Qualität der Arbeitsergebnisse. Damit ist der erste LWL-Gesundheitstag in Marsberg sicherlich nicht der letzte gewesen.