

2. IMO Gesundheitstag – rundum gelungen

Wellness in der Arbeitszeit – Zweiter Gesundheitstag bei IMO

Am 8. Juni drehte sich bei IMO in Gremsdorf einen Tag lang alles rund um die Gesundheit der Beschäftigten. Standen beim Gesundheitstag im letzten Jahr Ernährung und Bewegung im Mittelpunkt, so waren es in diesem Jahr Fitness, Schutz und Entspannung. Die SBK, das Fitnessstudio Colosseum, eine Firma für Hautschutz sowie eine Firma für persönliche Schutzausrüstung waren nach Gremsdorf gekommen und boten eine Vielzahl an Informationen, aber auch Workshops und Massagen für die Mitarbeiter.

Die Ausmaße der eigenen Muskelkraft konnte man an einem speziellen Gerät messen und sich anschließend über geeignete Fitnessmaßnahmen und das Herz-Kreislauf-System beraten lassen. Für die perfekte Entspannung zwischendurch sorgten zwei Physiotherapeuten, die Wohlfühlmassagen anboten. Die Nachfrage danach war verständlicherweise überwältigend. In einem Workshop zum Thema Stressreduzierung lernten die Teilnehmer den richtigen Umgang mit Stressfaktoren und konnten das Erlernte mittels progressiver Muskelrelaxation gleich selbst ausprobieren.



Insbesondere für die Beschäftigten in der Produktion, die jeden Tag mit Ölen und Schmierstoffen in Kontakt kommen, waren die Informationen und Tests zum idealen Hautschutz und zur notwendigen Hautpflege gedacht. Über die optimale Schutzausrüstung bei der Arbeit informierte ein



weiteres Unternehmen. Auch bei der Verköstigung wurde wieder ein besonderes Augenmerk darauf gerichtet

ausgewählte gesunde Speisen zu servieren – zur normalen Speisekarte (die auch an allen anderen Tagen bereits viel Gesundes beinhaltet) gab es noch mehr Obst, Gemüse und als Überraschung leichte Probierhäppchen in der Kantine.



PR-Kontakt:

Andrea Meißner Tel. +49 9193 6395-1188, marketing@imo.de
IMO Holding GmbH, Imostr. 1, 91350 Gremsdorf, Tel. +49 9193 6395-0
www.imo.de