

Sander-Gesundheits-Förderung

2016



fit & gesund

Insektenschutz

m & s

Vorsatzprossen

fenster. türen. fassaden.

sander.

aluminium. kunststoff.

Wissenswertes

Arbeitsmedizin

Dr. B. Kaerkes
Facharzt für Arbeitsmedizin

Arbeitsicherheit:

K. Henneböhl
Büro für Arbeitssicherheit

Gesundheitsförderung/ Training im Fitnessraum:

Dr. rer. medic. H.-W. Hundte
AZG Bad Wünnenberg

Volksläufe u. Wanderwoche:

R. Sander
J. Romme



Sander-Fitnessraum

- **Die Nutzung unseres Fitnessraumes ist für alle Mitarbeiter möglich!**
- **Eine Einführung ist aus Sicherheitsgründen notwendig!**

ACHTUNG:

- Benutzung auf eigene Gefahr.
- Kein Sport/Training bei schwerwiegenden Erkrankungen ohne schriftliche ärztliche Freigabe und vorherige Klärung mit Herrn Hundte.
- Kein Sport bei Infekten, Fieber, Schmerzen (im Zweifelsfall Abstimmung mit Herrn Hundte).
- Eine Einführung kann jederzeit mit Herrn Hundte vereinbart werden.



Programm zur Gesundheitsförderung 2016

März

- 16. März 2016: Tag der Rückengesundheit
- 26. März 2016: 70. Osterlauf Paderborn

Mai

- 08. Mai 2016: Bürener Wandertag

Juli

- 02. Juli 2016: m&s Firmenlauf Büren

Oktober

- 02. Oktober 2016: Firmen-Nacht-Lauf Verl

Dezember

- Weihnachtsfeier FTF Sander GmbH

Weitere vorgesehene Maßnahmen:

- Arbeitsmedizin: Vorsorgeuntersuchungen (ca. April 2016)
- Gesundheitsförderung: Messung/Beratung Körperzusammensetzung (noch offen)
- Gesundheitsförderung: Aktionsbefragung: Gesund im Handwerk (noch offen)
- Gesundheitsförderung: Seminarwiederholung: „Rauchfrei“ (auf Nachfrage)



AZG Bad Wünnenberg

Nutzung aller Leistungsangebote des Aatal-Zentrums für alle Mitarbeiter

- **Besondere Leistungsangebote, z. B.**
 - Atemmuskeltraining
 - Wirbelsäulentraining
 - Training nach Gelenkersatz
 - Training bei chronischen Erkrankungen
 - Fitness- und Gesundheitschecks



Aatal-Zentrum für Gesundheit

Dr. Horst-Walter Hundte

Mittelstraße 19b

33181 Bad Wünnenberg

Tel: 0 29 53 / 96 54 11

azg@aatalgesundheit.de

www.aatalgesundheit.de



Insektenschutz

m & S

Vorsatzsprossen

fenster. türen. fassaden.

sander.

aluminium. kunststoff.