

Auf Haltung kommt's an

Die richtige Haltung der Mitarbeiter am Arbeitsplatz – das macht Top-Arbeitgeber noch besser.

TOP ARBEITGEBER

VON SABINE KNOLL

BEZIRK. „Gesunde Mitarbeiter sind glücklichere Mitarbeiter. Als Haltungs- und Mentalcoach unterstütze ich deshalb Menschen und Betriebe, mehr Bewusstsein und richtige Konzepte für Gesundheit am Arbeitsplatz zu entwickeln“, sagt Wolfgang Baierl. Er ist Sportwissenschaftler und Haltungscoach in Kirchdorf.

In Zeiten vom Arbeitskräftemangel suchen Unternehmen ständig nach neuen Benefits.

Dabei wird oft ein einfacher, aber leider nicht überall selbstverständlicher Aspekt vergessen: die mentale und physische Gesundheit der Mitarbeiter. Dazu gehört auch die richtige Haltung am Arbeitsplatz. Eine schlechte Haltung oder ein unergonomischer Arbeitsplatz können zu Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen führen und langfristig ernsthafte gesundheitliche Probleme mit sich bringen.



„Gesündere Mitarbeiter sind auch die glücklicheren Mitarbeiter.“

Foto: Baierl

WOLFGANG BAIERL
HALTUNGS COACH

Warum ist das für Firmen wichtig? Insgesamt kann eine schlechte Haltung am Arbeitsplatz zu einer geringeren Pro-

duktivität, höheren Kosten und einem unzufriedeneren Personal führen. Eine Möglichkeit, um Mitarbeiter gesundheitlich zu unterstützen, ist die Ausstattung aller Arbeitsplätze mit ergonomischen Möbeln und Ausrüstungen sowie ein Angebot an Schulungen, Workshops und Programmen zur Gesundheitsförderung wie beispielsweise Sport- oder Fitnesskurse sowie Massagen oder Rücken-Check-Ups.



Wolfgang Baierl analysiert die Haltung der Mitarbeiter.

Foto: Steiner

Teamspirit steigern!

Ein derartiges ganzheitliches Konzept bietet Haltungscoach Wolfgang Baierl an. Das einzigartige Konzept verbindet gemeinsame Aktivitäten mit individuellen Coachings einzelner Mitarbeiter. Das Programm wird entweder direkt im Betrieb oder Online durchgeführt und besteht aus vier Säulen: Impulsvortrag mit

Workshop, individuelle Analyse, gesunde Viertelstunde und Haltungscoaching Onlinekurs. Der Output ist klar: gesunde und motivierte Mitarbeiter! Aber auch der Teamspirit steigert sich durch gemeinsame Aktivitäten und kann wertvolle Impulse liefern.

Entgeltliche Einschaltung

WO TECHNIKER*INNEN
KARRIERE MACHEN.

**Unser gemeinsames Ziel heute:
Die Lösungen von morgen.**

Werden Sie Teil des Energie AG Teams und bewerben Sie sich auf www.energieag.at/karriere

Wir denken an morgen