



Online



Syntegon auf einen Blick

Vorwort

Inhalt

Unternehmensprofil

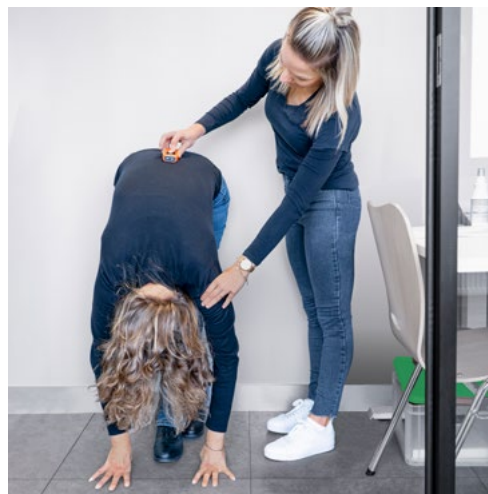
Governance

Ökologie

Soziales

Anhang

Gesund fürs Team



Erleben Sie auch das Video zu diesem Beitrag: **Gesund fürs Team**

Ein Tag, sieben Standorte: 2023 lud Syntegon zum ersten deutschlandweiten Gesundheitstag ein. Mit dem neuen Format rückt das Unternehmen ein Thema in den Mittelpunkt, das Syntegon besonders am Herzen liegt: eine physisch wie psychisch fitte Belegschaft. Wie umfassend sich das Unternehmen dafür einsetzt, konnten Mitarbeiter:innen an einem Tag im Frühling erleben – und bei ausgewählten Aktionen kräftig mitmachen.

Hand aufs Herz: Kommt Bewegung in Ihrem Arbeitsalltag manchmal zu kurz? Umso wichtiger sind optimale Rahmenbedingungen für Gesundheit am Arbeitsplatz. Und was den eigenen Beitrag angeht, so gelingt vieles besser im Team. „Fit together“ lautete demnach das Motto, unter dem Syntegon seinen ersten Gesundheitstag veranstaltete – noch dazu hybrid. Neben zahlreichen Präsenzveranstaltungen bot das Unternehmen Online-Formate für alle, die nicht vor Ort sein konnten.



Online



Syntegon auf einen Blick

Vorwort

Inhalt

Unternehmensprofil

Governance

Ökologie

Soziales

Anhang

Auf diese Weise sorgten digitale Fitnessseinheiten, Online-Vorträge zu gesunder Ernährung, aber auch ganz reale Nackenmassagen für eine facettenreiche Themenmischung – ganz gezielt. „Wir betrachten Gesundheit ganzheitlich“, betont Michael Reile, Werksarzt und Hauptorganisator des Gesundheitstages bei Syntegon. „Deshalb nehmen wir körperliche, soziale und psychische Aspekte von Gesundheit auf die Agenda. Wir möchten die Kolleg:innen für Themen sensibilisieren, die ihnen vorher vielleicht noch gar nicht bewusst waren. Mit den Aspekten Bewegung, Ernährung und Achtsamkeit bietet der Gesundheitstag ein vielseitiges Angebot.“

Mitmachen ausdrücklich erwünscht

Von 9 bis 16 Uhr drehte sich in Crailsheim, Dierdorf, Dresden, Königsbrunn, Krefeld, Remshalden und Waiblingen alles um ein möglichst gesundes Arbeitsleben – in Meetingräumen und ganz bequem per Live-Events in MS Teams. Dafür hatte Syntegon unter anderem Fachleute eingeladen, die auf Wunsch Muskelspannungen maßen, Bewegungsabläufe analysierten oder Nackenmassagen durchführten. Fußvermessungen

boten Orientierung bei der Wahl passender Sicherheitsschuhe. Theoretischer ging es bei Vorträgen zu, die Ernährung, gesundes Arbeiten im Homeoffice und Stressprävention in den Blick nahmen. Wer dabei an sterile Seminaratmosphäre denkt, irrt: Obstkörbe und spielerische Aktionen wie ein fahradbetriebener Smoothie-Mixer schafften einen Rahmen zum Wohlfühlen.

Wie gut das Konzept ankam, zeigte die rege Teilnahme – vor Ort wie auch digital. Einen erfolgreichen Auftakt hätte sich Linda Neudörffer, verantwortlich für die standortübergreifenden Gesundheitsmaßnahmen von Syntegon in Deutschland, kaum wünschen können: „Der Gesundheitstag baut auf den vier Säulen unserer betrieblichen Gesundheitsförderung auf. Dazu gehören unsere Unternehmenskultur, psychische Gesundheit und soziale Beratung, Ernährung und Bewegung sowie Prävention. Der erste Tag dieser Art in Deutschland zeigt, dass wir einen Nerv getroffen haben – und wichtige Impulse setzen konnten. 2024 geht der Tag deshalb in die zweite Runde.“

„Der Gesundheitstag bildet eine von vielen Facetten der betrieblichen Gesundheitsförderung.“

Linda Neudörffer, HR-Managerin



Online

Syntegon auf einen Blick

Vorwort

Inhalt

Unternehmensprofil

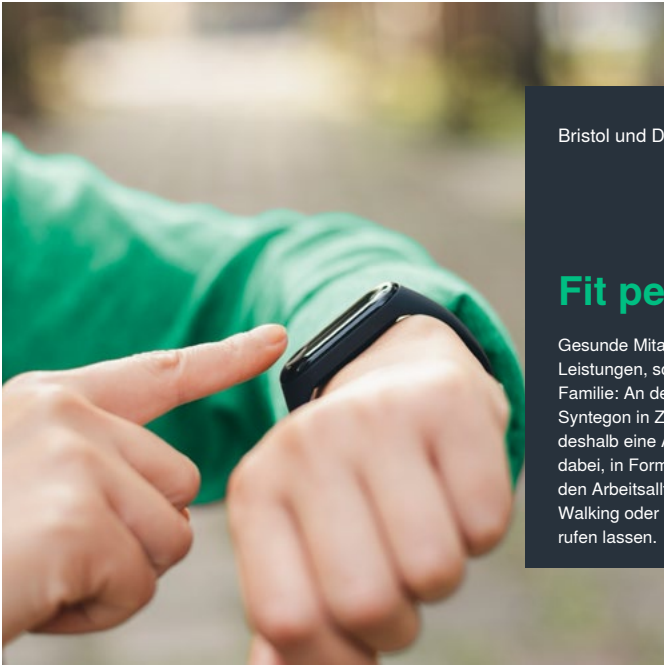
Governance

Ökologie

Soziales

Anhang

Gesundheit schreibt
Syntegon nicht nur in
Deutschland groß.



Bristol und Derby (Großbritannien)



Fit per App

Gesunde Mitarbeiter:innen erbringen nicht nur gute Leistungen, sondern bleiben auch fit für Freizeit und Familie: An den Standorten **Bristol und Derby** bietet Syntegon in Zusammenarbeit mit dem Partner Yu-Life deshalb eine App an. Diese hilft den Mitarbeiter:innen dabei, in Form zu bleiben. Dafür sorgen speziell auf den Arbeitsalltag zugeschnittene Anregungen für Walking oder Meditation, die sich über die App abrufen lassen.



Verna (Indien)



Eine Herzensangelegenheit...

... ist das ganzheitliche Gesundheitsmanagement bei Syntegon in **Verna**. Dazu stehen den Mitarbeiter:innen vielfältige Angebote zur Verfügung. Ein hauseigenes Fitnesscenter, regelmäßige betriebsärztliche Untersuchungen, Erste-Hilfe-Schulungen sowie eine Blutspendeaktion binden die Belegschaft aktiv in das Gesundheitsmanagement ein.

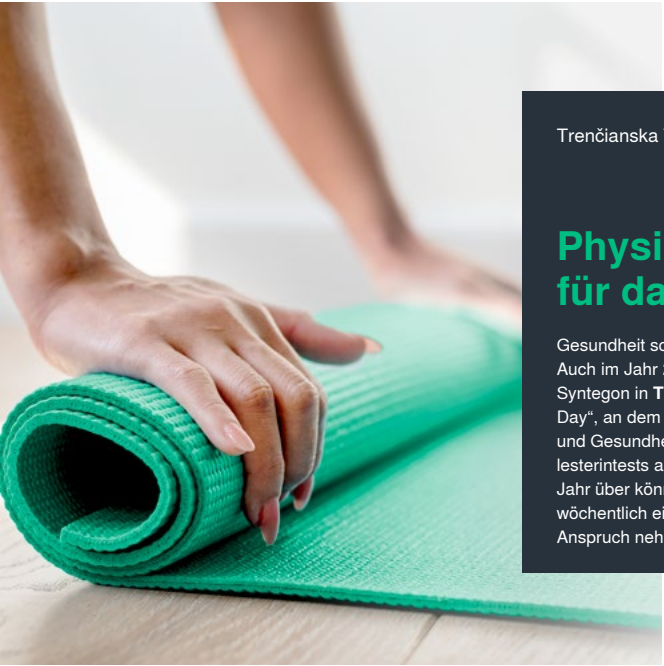


Bangkok (Thailand)



Gemeinsam ins Grüne

Das Werk von Syntegon in **Bankog** verbindet Fitness mit Spaß: 2023 hielten zwei Veranstaltungen die Mitarbeiter:innen besonders auf Trab. Im Oktober ging es auf eine fünf Kilometer lange Wanderung durch den Khao Yai Nationalpark. Und im Dezember sorgte ein internes Bowling-Turnier für einen schwungvollen Nachmittag.



Trenčianska Turná (Slowakei)



Physio-Power für das Team

Gesundheit schreibt Valicare in der Slowakei groß. Auch im Jahr 2023 gab es bei dem Unternehmen von Syntegon in **Trenčianska Turná** wieder einen „Health Day“, an dem einfache Fitnessübungen, frisches Obst und Gesundheitstests wie Blut-, Body-Mass- und Cholesterintests auf dem Programm standen. Das ganze Jahr über können die Mitarbeiter:innen auf Wunsch wöchentlich eine 50-minütige Physiotherapiesitzung in Anspruch nehmen.