



### Gesunde Mitarbeiter für ein gesundes Unternehmen – betriebliches Gesundheitsmanagement in der Axel Springer AG

Der Schutz und die Förderung der Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt uns im Medienhaus Axel Springer sehr am Herzen. Daher haben wir das betriebliche Gesundheitsmanagement entwickelt. Das Programm „Auf die Plätze...fertig...fit!“ baut auf den drei Säulen Bewegung, Ernährung sowie Information und Vorsorge auf.

#### 1. Bewegung

Axel Springer bietet seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Möglichkeit kostenfreie Sportkurse bei einem qualitativ hochwertigen Kooperationspartner zu besuchen. Die Außenstandorte werden durch ein Gesundheitsmobil und ein mobiles Fitnesscenter bedient. Die bewegte Pause „FAST FIT“ ist ein internes Angebot und ermöglicht mit einfachen Übungen in nur 15 Minuten für Ausgleich, Beweglichkeit und Entspannung zu sorgen. Neben dem Angebot des Betriebssports bietet das Unternehmen auch organisierte Firmenläufe an.

#### 2. Ernährung

Das betriebseigene Personalrestaurant bietet ein speziell ausgewiesenes Angebot des Gesundheitsmanagements. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können an themenorientierten Kochworkshops aktiv teilnehmen und die Vernetzung unter den Kolleginnen und Kollegen wird gefördert.

#### 3. Information und Vorsorge

Fachvorträge informieren rund um die Themen Ernährung und Gesundheit. Im Rahmen der Vorsorge wurden Typisierungsaktionen, regelmäßige Krebspräventionsmaßnahmen, Gripeschutzimpfungen und Nichtraucherkurse durchgeführt.

Darüber hinaus hat die Axel Springer AG eine Kooperation mit einem psychologischen Beratungsinstitut geschlossen: Dieses bietet anonym, kostenlos und kurzfristig externe Beratung bei persönlichen, familiären oder auch beruflichen Schwierigkeiten.

Die Kommunikation der Maßnahmen erfolgt sowohl über das Intranet als auch über Aushänge und E-Mails. So können sich alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über das Jahresprogramm und aktuelle Veranstaltungen zu Ernährung, Bewegung und Vorsorge auf dem Laufenden halten.

