

PRESSEMITTEILUNG

Wege aus der Stressfalle – Stressabbau als Erfolgskonzept

Die Revolution im betrieblichen Gesundheitsmanagement vorgestellt von Buchautor Michael Hilgert

Köln, 20. September 2018

Im Kölner Just Fit Premium Fitnessclub im Mediapark konnten sich Arbeitgeber und Führungskräfte anlässlich einer Veranstaltung des deutschlandweiten Firmenfitnessanbieters INTERFIT über die Möglichkeiten der Stressverarbeitung und Reduzierung der Auswirkungen von Stress am Arbeitsplatz informieren und erfahren aus erster Hand, wie Unternehmen ihre Mitarbeiter stärken und so erfolgreicher agieren können.

Stressfalle

In seinem Buch „Wege aus der Stressfalle“ analysiert der Autor Michael Hilgert, wie den häufig unterschätzten Auswirkungen von Stress in Unternehmen durch gezieltes Reduzieren entgegengewirkt und so ein produktiveres Arbeitsklima geschaffen werden kann. Sein von der „Zentralen Prüfstelle für Prävention“ zertifiziertes Training stellte er bei einem informativen und anregenden Vortrag im Kursraum des Premium Fitnessclubs vor.

Experten debattieren

Unter der Überschrift „Mitarbeiter finden und binden – Firmenfitness als zeitgemäßes Instrument für Unternehmen“ folgte auf Michael Hilgerts Vortrag ein Expertentalk mit Frank Böhme, Gründer des Fitnessverbundes INTERFIT und Geschäftsführer der Fitnesskette Just Fit, Olympiamedaillengewinner und Keynote-Speaker Edgar Itt sowie dem Geschäftsführer des Handelsverbandes NRW, Jörg Hamel und dem

Geschäftsführer der UNICEPTA (Gesellschaft für Medienanalyse), Oliver Minasso, bei dem verschiedene Argumente und Positionen zu den Möglichkeiten und besonders den Vorteilen der Implementierung eines nachhaltigen Firmenfitness-Konzeptes für Mitarbeiter ausgetauscht und diskutiert wurden.

Gedankenanstoß

Die überwiegend aus Unternehmensvorständen und Firmenchefs bestehende Zuhörerschaft von mehr als 100 Gästen erhielt durch den Vortrag des Erfolgsautors sowie die aufschlussreiche Konversation Anregungen, wie die von Michael Hilgert konzipierten Methoden praktisch durchführbar und welche Auswirkungen auf die Produktivität der Arbeitnehmer feststellbar sind.

Die Informationsveranstaltung lieferte den anwesenden Unternehmen förderlichen Input zu Kurswechseln und neue Ideen zur Verbesserung der Bindung der Mitarbeiter und deren Leistungen.



V.l.n.r.:

Michael Hilgert, Edgar Itt, Frank Böhme, Ralf Stein, Oliver Minasso, Jörg Hamel



Über INTERFIT:

INTERFIT ist ein deutschlandweit führendes Unternehmen für Betriebliche Gesundheitsförderung mit einer 17-jährigen Geschichte und Kernkompetenzen auf den Gebieten Fitness und Gesundheit. Wir stellen unseren Kooperationspartnern ein innovatives Firmenfitness-Konzept zur Verfügung, das als intelligente Erweiterung für ein bereits bestehendes Betriebliches Gesundheitsmanagement oder als zentrale und ganzheitliche Lösung für die Förderung von Gesundheit und Motivation in Betrieben genutzt werden kann.

Die

INTERFIT erhöht die Lebensqualität von Menschen im Angestelltenverhältnis und hilft den Unternehmen dabei ein besseres Arbeitsumfeld in der jeweiligen Unternehmenskultur zu schaffen. Wir arbeiten daran, die Gesundheit in sowohl kleinen, mittelständischen als auch großen Unternehmen gleichermaßen nachhaltig zu fördern und stellen uns der Verantwortung unsere Kooperationspartner nach bestem Ermessen zu beraten und zu unterstützen.

Eine zentrale Rolle bei unserem täglichen Handeln zur Erreichung dieser Ziele spielen unsere eigenen Mitarbeiter. Menschen mit einer Leidenschaft für Sport und Gesundheitsförderung finden bei INTERFIT hervorragende Entwicklungsmöglichkeiten.

KONTAKT

Fitness Adventure Company GmbH, INTERFIT

Ernst-Heinrich-Geist-Str.11

D-50226 Frechen

Telefon: +49 2234 – 60379 – 13

nina.samuelsson@interfit.de

www.interfit.de

PRESSEKONTAKT

LIEBERMANN communications UG

Schlossstraße 18

51429 Bergisch Gladbach

Telefon +49 2204 5846 070

mail@heike-liebermann.com

www.heike-liebermann.com