



Teamwettbewerb für KMU: Gesund und fit am Arbeitsplatz

Veröffentlicht am 17.06.2016

Das Schweizer Startup WeAct führt den zweiten schweizweiten Teamwettbewerb für KMU durch. Rund um das Thema Ernährung werden diesen September Teamgeist, Motivation und Gesundheit im Büroalltag nachhaltig gefördert.



camera

Gesunde und nachhaltige Ernährung geht einfacher in der Gruppe.

Gestresste und kranke Mitarbeiter sind teuer für den Arbeitgeber. Das Staatssekretariat für Wirtschaft (SECO) rechnet jährlich mit 4,2 Mrd. Franken Schaden wegen Absenzen- und Behandlungskosten. Zudem sind gestresste Angestellte nicht nur unmotivierter, sondern auch viel häufiger betroffen von physischen und psychischen Leiden. Mit seiner Mitmachaktion We Act for Impact will das Schweizer Startup WeAct diesem Trend entgegenwirken: Kleine Aktionen im Büroalltag erhöhen den Teamgeist, steigern die Motivation und verbessern die Gesundheit aller Mitarbeiter nachhaltig.

Gemeinsam bewusster ernähren

Nach der letztjährigen Energie-Edition steht 2016 das Thema Ernährung im Fokus des Teamwettbewerbs. Ab sofort können sich interessierte KMU auf www.weactforimpact.ch anmelden und die Registrierung für ihre Angestellten aktivieren. Während drei Wochen im September setzen sich die Mitarbeiter individuelle Ziele rund um Ernährung und Teambuilding. Ob dies ein gemeinsamer vegetarischer Mittagstisch, eine Pause an der Sonne statt am Bildschirm oder das Einkaufen mit dem Velo ist: Jeder sucht sich seine eigenen kleinen Herausforderungen und verändert so auf spielerische Weise seine alltäglichen Gewohnheiten. Um die selber



gesteckten Ziele zu erreichen, spornt aber nicht nur der Wettbewerb gegen andere Teams an. Hinzu kommt der ökologische Aspekt: Wer nach gesunden und umweltschonenden Kriterien isst, kann mit gutem Gewissen geniessen.

video

We Act for Impact ist ein schweizweiter Teamwettbewerb, der spielerisch Gesundheit, Nachhaltigkeit und Teamgeist am Arbeitsplatz zu verbessert.

Motiviert im Team

Der Mehrwert für den Arbeitgeber? Eine ausgeglichene Ernährung verbessert nicht nur das Wohlbefinden und die Gesundheit. Die Mitarbeiter sind allgemein zufriedener und motivierter im Job und erhöhen mit den Teamaktivitäten den Austausch mit ihren Kollegen. Mit gezielten Gesundheitsprogrammen können Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit erhöht sowie Absenzen merklich reduziert werden. Laut einer Untersuchung der AXA Winterthur wird jeder in die Gesundheitsförderung investierte Franken vervier- bis versechsfacht, denn die Fehlzeitenrate lässt sich um bis zu 36 % senken.

Gelebte Nachhaltigkeit

«Nachhaltigkeit hat viele Facetten und kann ganz schön abstrakt sein. Wir zeigen mit der Challenge auf verständliche Weise, wie jeder seinen Alltag bewusster gestalten kann», so Irene Schlatter, Head of Marketing bei WeAct. Wenig greifbare Ziele, die sonst mühsam umzusetzen seien, würden gemeinsam angepackt und spielerisch erlebbar gemacht. Die kleinen Veränderungen im Alltag sind im Team einfacher umzusetzen und können Grosses bewirken. Letztes Jahr haben 341 Teilnehmer mit über 30'000 Aktionen bei We Act for Impact während 3 Wochen mehr als 5 Tonnen CO2 eingespart. Und nicht nur die Zahlen, auch die begeisterten Reaktionen sprechen für sich. Teilnehmer berichten über veränderte Gewohnheiten, gegenseitigem Anspornen und einem besseren Arbeitsklima. Drei Viertel haben angegeben, einige der We Act for Impact Aktionen auch weiterhin durchführen zu wollen.

Anmeldung für Firmen: <http://www.weactforimpact.ch/de/betriebe>

Schlagwörter: Betriebliches Gesundheitsmanagement