



Spedition Heinrich Gustke GmbH
Hanseatenstraße 1
18146 Rostock

Telefon: +49 381 66771-0
Fax: +49 381 66771-55
E-Mail: info@gustke-logistik.com

www.gustke-logistik.com

 **Fit@Work**
Mein Gustke Gesundheitsmanagement

A photograph of four people (two men and two women) of various ages, smiling and holding hands in a circle, looking up towards the sky. The background shows green trees and bright sunlight.

EINLADUNG ZUM
GUSTKE
GESUNDHEITSTAG

FACHVORTRÄGE

1. Referat „Arbeits- und Lebensbedingungen der Kraftfahrer“



Herr Siegfried Rothe – Manager
Condition Enhancement der Daimler AG

Herr Rothe, Manager Condition Enhancement der Daimler AG, ist der Initiator des Projekts „TopFit Truck“. Er hat die Arbeits- und Lebensbedingungen der Kraftfahrer analysiert und Möglichkeiten zur Verbesserung erforscht.

Passend zu diesen wissenschaftlichen Studien steht uns das Back-check® Gerät zur Verfügung. Mit diesem können durch wenige Bewegungen und Angaben Defizite der Muskelpartien erkannt und gezielt behandelt werden. Vorrangig möchten wir das „gefährdete“ Berufsbild des Kraftfahrers vermessen und anschließend ein individuelles Trainingsprogramm zum Ausgleich der Muskeldefizite erstellen. Wer diesem folgt, sollte schon bald einen „vitalen Aufschwung“ spüren und wer sich wohl fühlt, startet bekanntlich auch motivierter in den Tag.

2. Referat „Die Bombe im Bauch“



Jürgen Saur - Operativer Leiter
Vitalcenter Ruit

Herr Saur, Operativer Leiter des Vitalcenter Ruit, wird Ihnen die gesundheitlichen Folgen des Bewegungsmanagements verbunden mit einer möglichen Fehlernährung in den sitzenden Berufen erläutern.

SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

unter dem Motto „Fit@Work“ möchten wir Sie herzlich am

**12. Juni 2015 von 08:30 – 14:00 Uhr
in unser Logistikzentrum in der
Hanseatenstraße 6, 18146 Rostock**

zum Gustke Gesundheitstag einladen.

Die Gesundheit ist nicht nur für das individuelle Wohlfühl von hohem Interesse, ein gesunder Mitarbeiter ist zudem motivierter und leistungsfähiger. Wir haben uns in den vergangenen Wochen intensiv mit diesem Thema auseinander gesetzt und möchten an unserem Gesundheitstag nicht nur Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die vielen Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung vorstellen.

Viele Aktionsstände, Fachvorträge und ein reichhaltiges Angebot an Informationen zu Bewegung, Sicherheit und gesunde Ernährung erwarten Sie.

Auch der Minister für Energie, Infrastruktur und Landesentwicklung Mecklenburg-Vorpommern wird sich vor Ort über die Vielfältigkeit des Gesundheitsmanagements informieren und die ein oder andere Aktion selbst ausprobieren.

Wir freuen uns auf einen informativen und ereignisreichen Tag mit Ihnen und unseren Partnern!

Mit freundlichen Grüßen


Stephan Gustke, Geschäftsführer

