

BMD makes moving easy

BMD Business Software landet auf zweiten Platz beim Firmen Fitness Award

WIEN/STEYR. Seit 20 Jahren ist die körperliche und seelische Gesundheit beim oberösterreichischen Softwarehersteller aus Steyr Chefsache. „Die Presse“, ÖBSV und Sportaktiv zeichnen Betriebe aus, die auf die körperliche und soziale Gesundheit ihrer Belegschaft achten. BMD erzielt dabei einen fabelhaften Podestplatz.

Bei BMD ist die betriebliche Gesundheitsförderung fest in der Unternehmenskultur verankert. „Wir streben immer danach, ein breit gefächertes Angebot zu schaffen, um möglichst viele Mitarbeitende mit gesundheitsfördernden Maßnahmen zu erreichen“, erläutert Kerstin Auer, Leitung BGM. BMD stellt ein auf die Mitarbeitenden und ihre Bedürfnisse abgestimmtes Gesundheitsangebot bereit. Die Angebote reichen von Bewegung und Entspannung, mentaler und

körperlicher Gesundheit, dem Bereich Familie bis hin zu Ergonomie & Bildschirmarbeit sowie einem umfassenden Informationsangebot.

Unter anderem gibt es Angebote direkt im Haus, wie beispielsweise Rückenfit-Kurse. Kurzübungen fürs Büro und Homeoffice sollen Verspannungen lösen und Ausgleich zum langen, monotonen Sitzen sein. Neben sportlichen Aktivitäten bietet BMD den Mitarbeitenden ein vielfältiges Entspannungsangebot vom stressigen Alltag: Massagen; Shiatsu; Out-Door-Yoga; Mentale Stärke: Atemübungen, Achtsamkeitsübungen und Tipps sind nur ein paar der unzähligen Angebote. Auch die psychische Gesundheit spielt eine große Rolle: Zwei Arbeitspsychologen bieten Beratungen zu verschiedenen Themen in Einzelgesprächen sowie Vorträgen und Work-



Gemeinsam die gesetzten Ziele erreichen.

Foto: BMD, Karin Großalber

shops. Während der Woche gibt es an vier Tagen ein kostenloses Salatbuffet. An Standorten, wo kein Salatbuffet möglich ist, gibt es Obst. Im Mitarbeiterinformationssystem stehen auch gesunde Rezepte zur Verfügung. Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gibt es ein breites Verpflegungsangebot, das vergünstigt oder kostenlos zur Verfügung steht.