

Pressemitteilung Nr. 1/2017

Lemgo, 4.1.2017



Aktiv und informiert

krz-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nutzen krz-Gesundheitstag 2016

Großen Zuspruch fand im Oktober der vom Gesundheitsnetzwerk Lemgo ausgerichtete Gesundheitstag 2016 im Kommunalen Rechenzentrum Minden-Ravensberg/Lippe (krz) und im Amtsgericht Lemgo. Die Geschäftsleitung des Lemgoer Service-Providers, der Personalrat und die Gleichstellungsbeauftragte hatten gemeinsam mit der BARMER sowie den Kooperationspartnern TV Lemgo, der Bäckerei Meffert, Reha Rügge, Brillen Kuhlmann und dem Sanitätshaus Müller die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu einem vielfältigen und kostenfreien Gesundheitsprogramm eingeladen.

Die Vorsorge-, Bewegungs-, Vortrags- und Informationsangebote waren an den Bedürfnissen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter orientiert. So prüfte zum Beispiel der „Balance-Check“ die Regenerationsfähigkeit des Nervensystems, gab Hinweise auf die Stressbelastung und vermittelte Tipps für Bewältigungsstrategien.

„Versuch mal, mit der einen Hand über den Bauch zu kreisen und mit der anderen flach auf den Kopf zu tippen“, erzählte voller Begeisterung eine Teilnehmerin vom „Aktiven Gehirntaining“. Bei dem Workshop zeigte der TV Lemgo, wie man auch ohne große körperliche Betätigung ins Schwitzen kommt und gleichzeitig seine geistige Leistungsfähigkeit erhöht. Mit regelmäßig durchgeführten kleinen und einfachen Übungen kann jeder seine Koordination, Konzentrationsfähigkeit und das Erinnerungsvermögen verbessern, denn durch die Übungen werden beide Gehirnhälften angeregt, neue Verbindungen und Vernetzungen zu bilden. Und nicht zuletzt wurden so auch die Lachmuskeln beansprucht.

Eines der weiteren Angebote beim krz-Gesundheitstag 2016 vermittelte „Bürogymnastik mit dem Thera-Band“, durchgeführt von Te-Vita des TV Lemgo. Die Teilnehmerinnen und die Teilnehmer erlernten grundlegende Übungen zur gezielten Stärkung spezieller Muskelgruppen, die sich leicht am Arbeitsplatz durchführen lassen.

Neben diesem aktiven Teil konnten sich die Beschäftigten im krz auch über mehrere Aspekte ihrer Gesundheit informieren: Das Sanitätshaus Müller führte eine Venenmessung durch und bei einem „Mini-Check“ konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihren Blutdruck, sowie ihren Körperfett- und Body-Mass-Index messen lassen. Alle Messwerte des Tages wurden zur besseren Übersichtlichkeit in dem Gesundheits-Pass eingetragen. Die Maßnahmen inklusive eines Sehtests bis hin zum Vortrag „Sehen am Arbeitsplatz“ ernteten Begeisterung bei Kolleginnen und Kollegen und wurden vielfach gelobt. So Andreas Ollenburg: „Der Gesundheitstag war für mich ein voller Erfolg. Ich habe an allen Untersuchungen teilgenommen. Beim Sehtest bekam ich nützliche Hinweise was Kontaktlinsen und Arbeitsplatzbrillen angeht. Durch den MiniCheck habe ich mich motiviert, meine Ernährung und mein sonstiges Gesundheitsverhalten ein wenig umzustellen. Es war eine großartige Gelegenheit, mal innezuhalten und aufgezeigt zu bekommen, ob man etwas ändern sollte und wenn ja, was dafür getan werden muss.“

Die Veranstaltung bot allen Interessierten viele nützliche Informationen. „Die Referenten der jeweiligen Themen haben mich sehr gut informiert und beraten“, lobte Marvin Gröne, ganz neu im krz, die Fachkompetenz der Betreuung.

Das Thema „Gesundheit“ ist beim krz keine Eintagsfliege. Seit dem ersten Halbjahr 2008 beschreitet der Lemgoer IT-Dienstleister gemeinsam mit seinen „Nachbarn“ Amtsgericht Lemgo, Landesverband Lippe, Stadt Lemgo, TV Lemgo und dem Kreis Lippe einen neuen Weg im Bereich der ganzheitlichen Gesundheitsförderung. Die Kooperation „Gesundheitsnetzwerk Lemgo“ ermöglicht den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein vielfältiges Kurs- und Veranstaltungsprogramm zu ansprechenden Preis- und Vertragskonditionen.



BUZ: Die Akteure des Gesundheitsnetzwerks Lemgo: (v.l.n.r.) Kirsten Asrar (Amtsgericht Lemgo), Kornelia Rose (Landesverband Lippe), Justyna Resol (krz), Patrick Busse (TV-Lemgo). Nicht im Bild: Andrea Giese (krz), Anette Bischoff (Alte Hansestadt Lemgo), Eduard Bitenieks (Kreis Lippe) und Anke Buchardt (Kreis Lippe). (Foto krz)

Text ohne Überschrift und Bildunterzeile mit Leerzeichen: 3.642 Zeichen

Über das krz

Kommunales Rechenzentrum Minden-Ravensberg/Lippe (krz)

Der ostwestfälische Service-Provider

Das Kommunale Rechenzentrum Minden-Ravensberg/Lippe (krz) in Lemgo wurde 1971 gegründet und ist seit 1972 Informatik-Dienstleister der Kreise Minden-Lübbecke, Herford und Lippe sowie von allen 36 Städten und Gemeinden aus diesen Kreisgebieten. Direkt oder indirekt werden über 11,5 Mio. Einwohner in NRW mit Services des krz betreut.

Als kommunaler Zweckverband besitzt das krz den Status einer Körperschaft des Öffentlichen Rechts. Zu den traditionellen Aufgaben zählen unter anderem die Entwicklung, Einführung und Wartung klassischer Kommunalanwendungen. Um dem hohen Anspruch gerecht zu werden, hält das krz für seine Kunden ein reichhaltiges Angebot an Software-Applikationen (Verfahren), Netzwerktechnik, Arbeitsplatz- und Server-Hardware und Dienstleistungen (Beratung, Schulung, Installation, Wartung und Support) bereit. Das krz ist bekannt für einen ausgeprägten Datenschutz sowie eine höchstmögliche Datensicherheit und ist der erste kommunale IT-Dienstleister mit der BSI-Zertifizierung (ISO 27001).

Über 250 engagierte und qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, von der Verwaltungsfachkraft bis hin zum Technik-Experten, sind Garant für die Umsetzung der Unternehmensziele. Das krz unterstützt etwa 8.000 PC-Arbeitsplätze mit rund 10.500 Geräten in den Verwaltungen des Verbandsgebietes. Über die Mitglieder hinaus nehmen noch mehr als 600 weitere Kunden aus dem kommunalen Umfeld Dienstleistungen des krz in Anspruch. Der Service-dienst und die Hotline sorgen für eine Datenverfügbarkeit von nahezu 100%.

Unter dem Motto „krz – Kunden rundum zufrieden“ ist das krz für seine Geschäftskunden ein zuverlässiger Partner. Ebenso stehen dem krz aufgrund seiner Mitgliedschaften in der Bundes-Arbeitsgemeinschaft der kommunalen IT-Dienstleister - VITAKO e. V. und im KDN, der Leistungsgemeinschaft von Kommunen, Landkreisen und Datenzentralen, starke Partner zur Seite, um Synergieeffekte optimal zu nutzen.