



Presse-Information

„aktiver – gesünder – sicherer“:

Gesundheitstage bei der NÜRNBERGER Versicherungsgruppe

Die Gesundheit ihrer Mitarbeiter liegt der NÜRNBERGER Versicherungsgruppe am Herzen. Deshalb sind die NÜRNBERGER Gesundheitstage an der Generaldirektion Tradition – in diesem Jahr mit den **Schwerpunkthemen „Pflege von Angehörigen“ und „Umgang mit herausfordernden Situationen“**.

Gesundheit und Wohlbefinden haben eine entscheidende Wirkung auf die Lebensqualität. Wie Mitarbeiter mit herausfordernden Situationen – sei es durch einen Pflegefall im privaten Umfeld oder ein anspruchsvolles Projekt am Arbeitsplatz – am besten umgehen, erfahren sie in der Woche vom 3. bis 7. November anhand **zahlreicher Informationsangebote** sowie einem **umfassenden Rahmenprogramm**.

So können sich die Mitarbeiter unter anderem beraten lassen, welche **internen und externen Unterstützungsmöglichkeiten** es gibt, wenn sie einen **Angehörigen pflegen** müssen. Das NÜRNBERGER FinanzDienstleistungsCenter und der Kooperationspartner BKK Gildemeister Seidensticker informieren über **Versicherungen rund um Gesundheit und Pflege**, die NÜRNBERGER Sportgemeinschaft über **Kurse in den Bereichen Bewegung und Entspannung**. Außerdem stehen Schwerbehindertenvertretung sowie Betriebsärztin und Sanitätsdienst für Fragen zu Verfügung. **Angebote zu Wohlfühl-, Gesundheits- und Kururlaube**n präsentiert das 5-Sterne-Hotel EUROPÄISCHER HOF in Bad Gastein.

Bei **individuellen Terminen** können sich die Mitarbeiter außerdem einem **Cardioscan** unterziehen, den **Blutzuckerspiegel** messen oder die **Sauerstoffsättigung im Blut** feststellen lassen. Zahlreiche **Entspannungskurse**, wie zum Beispiel Business-Yoga, Progressive Muskelentspannung oder Kognitionstraining, runden das abwechslungsreiche Programm ab.

Im Rahmen der NÜRNBERGER Informationsreihe „Bildung um 5“ findet darüber hinaus am 5. November ein **Vortrag zum Thema Demenz** statt, zu dem die Mitarbeiter auch ihren Partner mitbringen können. Hans-Dieter Mückschel, Geschäftsführer der Angehörigenberatung e. V. Nürnberg, referiert über Demenz-Erkrankungen, zeigt die Folgen für Betroffene und deren Familien auf und gibt Tipps zu finanziellen und rechtlichen Hilfen.

Das **ganzheitliche Gesundheitssystem** der NÜRNBERGER steht unter dem Motto „aktiver – gesünder – sicherer“. Gesundheitsfördernde und -erhaltende Maßnahmen sind fester Bestandteil der **familienbewussten Personalpolitik** des Unternehmens. Im Juni 2014 wurde die NÜRNBERGER bereits zum 3. Mal in Berlin mit dem Zertifikat zum „audit berufundfamilie“ der gemeinnützigen Hertie-Stiftung ausgezeichnet.

Nürnberg, im November 2014

Veranstaltung hat Tradition

NÜRNBERGER berät Mitarbeiter zu herausfordernden Situationen

Umfassendes Informationsangebot

Individuelle Messungen und Entspannungskurse

Vortrag zum Thema Demenz

Familienbewusste Personalpolitik