

Teilnehmerrekord am Schweizer Firmenlauf

Vom 6. bis 10. Juli 09 fand in den Städten St.Gallen, Genf, Bern, Zürich und Basel der Schweizer Firmenlauf statt. Mit über 4000 Startenden konnten die Organisatoren einen neuen Teilnehmerrekord verbuchen. Die jeweils gut sechs Kilometer lange Strecke stand im Zeichen von Spass, Bewegung an der frischen Luft und Teambildung. Mit fast 600 Mitarbeitenden, die ihrem CEO Andreas Meyer gefolgt sind, gewannen die SBB den Titel als sportlichste Firma 2009.

Infos: www.firmenlauf.ch (pD)



Ein Teil des SBB-Firmenlauf-Teams mit CEO Andreas Meyer (rechts).

Berater- & Trainersuche 2.0

«Gezielt suchen, treffsicher finden» bringt auf den Punkt, wofür sich das Beratungspool-Team seit einem Jahrzehnt engagiert. «Damit es passt», vernetzt die Beratungspool AG Auftraggeber und Anbieter von Beratung und Personalentwicklung.

Statt zu googeln oder sich auf eine Empfehlung zu beschränken, können Personalverantwortliche ihre Projekte kostenlos ausschreiben oder selber in der Datenbank nach einer Fachperson suchen. Über das interaktive Portal erreichen sie mit wenigen Mausklicks mehr als hundert kompetente Fachpersonen in der ganzen Schweiz. Diese decken ein breites Feld an Beratungsformen und Branchenerfahrung ab.

Das Branchenportal schafft die Voraussetzung für eine systematische Recherche, minimiert den Aufwand und führt zu einer gezielten Vorauswahl möglicher Anbieter.

Bei Bedarf bietet der Beratungspool auch persönliche Beratung bei der Planung und Durchführung von PE-Massnahmen an.

Ausführliche Informationen und Anbietersuche: www.beratungspool.ch (pD)

Stapo Zürich Dream Team erobert Titel zurück

Am 11. Juli 09 fand in Zürich der fünfte Schweizer Firmen-Triathlon, powered by ewz, statt. Angefeuert von 25 000 Schaulustigen, absolvierten 573 Teams den Wettkampf über die olympische und die Short-Distanz. Gewonnen wurden die beiden Kategorien von den Teams Stapo Zürich Dream Team in 2:00.56,0 (olympische Distanz) und Barry Callebaut AG in 1:04.24,6 (Short-Distanz). Damit sicherte sich das Stapo Zürich Dream Team nach 2006 bereits zum zweiten Mal den Titel «The fittest company in Switzerland».

Resultate: olympische Distanz: 1. Stapo Zürich Dream Team 2:00.56,0; 2. Hamilton Bonaduz 2:04.09,8; 3. Credit Suisse Invest in your health 2:04.27,6.

Short-Distanz: 1. Barry Callebaut AG 1:04.24,6; 2. Misura Design AG 1:05.31,1; 3. Schul- und Sportdepartement Zürich 1:05.35,8. LinkzudenRanglisten: www.firmentriathlon.ch/de/02_wettkampfinfos/02_ranglisten.htm

Der Firmen-Triathlon findet nächstes Jahr am 24. Juli statt. (pD)

Neue Borsten verbessern die Mundgesundheit

«Neue Besen kehren gut.» Das Sprichwort macht hinter den Lippen nicht

halt. Untersuchungen belegen, dass eine frische Zahnbürste tatsächlich effizienter reinigt als eine, die schon drei Monate in Gebrauch ist. Fazit: Öfter mal die Zahnbürste zu wechseln, hilft der Mundgesundheit – für gesündere Zähne und ein schönes Lächeln.

Und welche Zahnbürste ist die richtige? Mit der CrossAction-Reihe bietet Oral-B zum Beispiel verschiedene Ausführungen an, die mit ihren einzigartigen und exakt in 16 Grad geneigten Criss-Cross-Borsten bis zu 90 Prozent Plaque auch an schwer erreichbaren Stellen entfernen. Spezielle Indikatorborsten, die durch allmähliches Verblasen ihrer blauen Färbung den Zeitpunkt zum Zahnbürstentausch signalisieren, runden die «Grundausstattung» dabei sinnvoll ab. (pD)

Lancierung der neuen Laufschuh-Marke SPIRA

Eine neue Laufschuh-Generation unter der US-Marke SPIRA wird in der Schweiz lanciert. SPIRA verspricht mit der patentierten WaveSpring™-Technologie überlegene Dämpfungseigenschaften und Energierückgewinnung. Die verwendeten Wellenfeder der WaveSpring™-Technologie in allen SPIRA-Laufschuhen haben einige wissenschaftlich getestete Vorteile:



SPIRA: Das Wettkampfmodell Stinger.

- Die Dämpfungsleistung der Wellenfedern nimmt nie ab.
- Bis zu 96 Prozent der Energie beim Auftreten werden gespeichert und zurückgegeben.
- Die maximal auftretenden Stossbeziehungsweise Aufprallkräfte werden bis zu 20 Prozent reduziert.
- Die WaveSpring-Technologie™ ist adaptierbar je nach Modell und Schuhgrösse.

Die Produkte werden vorerst ausschliesslich über das Internet (mit einer Rücknahmegarantie für nicht passende, ungebrauchte Schuhe) vertrieben: www.spira-swiss.ch (pD)

Bildschirm-Comfortbrille - Lesebrille mit Mehrwert

Heute müssen die Augen beim Lesen oder am Computer oft stundenlang ununterbrochen in die Nähe von 40 bis 80 Zentimeter fokussieren. Die Augenmuskeln erbringen dabei eine Höchstleistung. Müde, gereizte Augen, Kopf-

weh, Nackenverspannungen und Lichtempfindlichkeit sind mögliche Folgen.

Oft reicht die universale Fern- oder Lesebrille nicht aus, um den hohen Anforderungen gerecht zu werden. Für stundenlanges Arbeiten am Computer-Arbeitsplatz bietet Baldinger Optik deshalb speziell entwickelte Bildschirm-Comfortarbeitsbrillen an, welche die Augen wesentlich entlasten und dadurch auch mehr Komfort und Sicherheit bieten. Die Bildschirm-Comfortbrillen ermöglichen bei einer natürlichen ergonomischen Haltung ein grosses deutliches Blickfeld auf den Bildschirm.

Das Besondere der Computer-Comfortbrillen ist der erweiterte Sehbereich, der ein relativ grossflächiges Bild in verschiedenen Nahabständen ermöglicht. So kann man ermüdungsfrei in verschiedenen Distanzen lesen.

Als wichtiges Arbeitsinstrument besonders geeignet sind die Bildschirm-Comfortbrillen ab circa 48 Jahren oder mit einer Addition im Brillenrezept ab 1,25 Dioptrien.

Vorteil gegenüber einfachen Lesebrillen: Lesebrillen mit einer Addition von +1,5 und höher haben in der Regel einen Schärfebereich von 66 cm oder noch näher. Mit der Bildschirm-Comfortbrille wird der Schärfebereich individuell erweitert. Durch den oberen Teil des Glases sieht man zum Beispiel bis 90 cm

entspannt scharf, durch den unteren Teil des Glases bis auf circa 40 cm. So ist der ganze Arbeitsbereich in der Nähe von 40 cm bis zum Bildschirm in 80 cm optimal abgedeckt. Vorteile gegenüber Gleitsichtbrillen: Die Gleitsichtbrille hat sich als Allround-Universalbrille durchgesetzt und für viele trotz einiger Nachteile als bester Kompromiss be-

währt. Ein grosser Nachteil sind die Lage und die kleine Zone für den Bildschirm. Um diesen längere Zeit mit der optimalen Korrektur anzusehen, muss der Kopf immer mehr in den Nacken gelegt werden. Dann kann das Blickfeld auf dem Bildschirm sehr limitiert sein, und man muss immer «zielen» oder «nachfahren». Dies ist aber äusserst unergonomisch und ermüdend.

Für jede Tätigkeit fertigt Baldinger Optik mit ihrem speziell entwickelten Lösungskonzept die ergonomisch optimale Comfortbrille an (unverbindliche Beratung). Infos: www.optic-shop24.ch/Bildschirm-Comfortbrille oder www.optic-shop24.ch/newsletter (pD)

Veranstaltungen

Arbeit & Spass?

Die zweite Forumsveranstaltung des Forums BGM, am 4.11.09 im Pfalzkel-ler St.Gallen (16-19 Uhr), beantwortet die Frage: Muss Arbeit Spass machen? www.bgm-ostschweiz.ch

Zürcher Präventions-Messe

Die Präventions-Messe im Hauptbahnhof Zürich, vom 6.-8.11.09, zeigt, wie wichtig und nötig Prävention und Gesundheitsförderung sind. www.apv.ch

Jahreskongress Spiraldynamik

«Powergesetze der Natur» ist das Thema des Spiraldynamik-Jahreskongresses, der am 14.11.09 in Zürich (Sihlcity) stattfindet. www.spiraldynamik.com

Fachkongress zur Sicherheit

Vom 17.-20.11.09 findet im Messezentrum Zürich der grösste Sicherheits-Fachkongress im deutschsprachigen Europa statt. Infos: www.sicherheit-online.ch =>Events.

Ressourcenmanagement

Veranstaltung im Swiss Prevention Center mit Hans Kernen: Ressourcenmanagement inklusive Check-up vom 13.1.-15.1.2010 (für Leute in leitender Funktion). Für Firmen, die mit einer Gruppe teilnehmen möchten, wird ein separates Datum definiert. www.swisspreventioncenter.ch

