

Wir sind ein IT-Dienstleister mit 10.500 Mitarbeitern an 37 Standorten in Deutschland und mit 55.000 Mitarbeitern weltweit.

Auf unserem im Unternehmen rotierenden Gesundheitsevent hat Heilpraktikerin Anna Velisek unseren Mitarbeitern an unserem ATOS-Standort in Fürth viele neue Anregungen gegeben, wie das Kinesiotaping angewendet und die SMS-System-Mobilisierung und -Stabilisierung der Wirbelsäule nach Dr. Smisek als Prävention zum Beispiel in den Pausen durchgeführt werden kann.

Sie hat auch die Beinlängendifferenz für die Mitarbeiter gemessen (Dorn-Methode), die im Falle des Vorhandenseins sofort durch Selbstübungen korrigiert werden konnte.

Ergänzend hielt sie einen Vortrag über „Übungen für den gesunden Rücken und Gelenke“, die sowohl am Arbeitsplatz als auch im Alltag durchgeführt werden können. Des Weiteren haben die Mitarbeiter während dieses Vortrags einen Einblick in die Dorn-Methode und die hilfreichen Selbsthilfeübungen bekommen, die sie auch gleich aktiv ausprobieren und mitmachen konnten.

Frau Anna Velisek gab auch Anregungen für eine bessere Konzentration am Arbeitsplatz und für korrektes Sitzen, damit Rücken- und Gelenkschmerzen vermieden oder gelindert werden.



Stanton Witt

**Ltg. Sozialer Dienst & Gesundheitsmanagement
ATOS GBU Germany**

Phone: +49 911 8689 28797

Mobile: 01511 470 42 54

[mailto: stanton.witt@atos.net](mailto:stanton.witt@atos.net)

[mailto: sozialer.dienst@atos.net](mailto:sozialer.dienst@atos.net)

Office: Dr.-Mack-Strasse 91

Room: Treppenhaus Ost, Ebene 4, Raum 4-49

90762 Fürth

Germany

www.atos.net