

sodalis bewegt: Frauen haben die Nase vorn

Brig Eins hat die im Herbst lancierte sodalis-Aktion «Wie fit sind Oberwalliser Betriebe» klar gezeigt: Gesundheit und Wohlbefinden ihrer Mitarbeitenden sind hiesigen Firmen ein vitales Anliegen. Spontan haben so unterschiedliche Betriebe wie Debrunner Acifer, Fux Campagna oder die Zahnarztpraxis Guntern mit einem je vier- bis sechsköpfigen Team an der Aktion teilgenommen und ihr Bewegungsverhalten mittels Bewegungssensoren während einer Woche überprüfen lassen. Ergebnis: Der empfohlene Bewegungsinde- x von 100 Punkten – soviel sollte man sich im Durchschnitt pro Tag bewegen, um gesund zu bleiben – wird von sämtlichen Firmenteams annähernd erreicht. Die Unterschiede zwischen den einzelnen Teilnehmern sind allerdings beträchtlich: Der Tages-Minimalwert liegt bei 26, der Tages-Maximalwert bei 198 Punkten, wobei die Minimalwerte in der Regel am

Sonntag erzielt werden. Interessant: Ausnahmslos alle Tages-Spitzenwerte zwischen 168 und 198 Punkten wurden von Frauen erreicht (wobei die Resultate des aktuellen Testbetriebes RAV Oberwallis noch ausstehen). Ob hiesige Arbeitnehmerinnen generell körperlich aktiver und gesundheitsbewusster sind als ihre männlichen Kollegen oder – in Punkto Bewegung – einfach nur ehrgeiziger, bleibt dahingestellt. Fest steht: In einer büro- und sitzlasti-

gen Arbeitswelt kann das Bewegungssoll von 100 Punkten nur erreichen, wer sich bewusst ausserhalb der Arbeitszeit bewegt. Jener Herr

aus dem Goms, der während seiner Arbeitszeit in schönster Regelmässigkeit auf 145 Punkte kommt, bestätigt die Regel: Er ist Briefträger.

SODALIS VERLOST ANTISTRESS-WOCHENENDE

Sämtliche Teilnehmer der sodalis-Aktion «Wie fit sind Oberwalliser Betriebe» nehmen automatisch an der Gewinn-Verlosung anlässlich der Eröffnung der neuen sodalis-Geschäftsstelle in Brig am 22. Februar 2013 teil.

