

# SIE WOLLEN GEISTIGE LEISTUNGSFÄHIGKEIT?

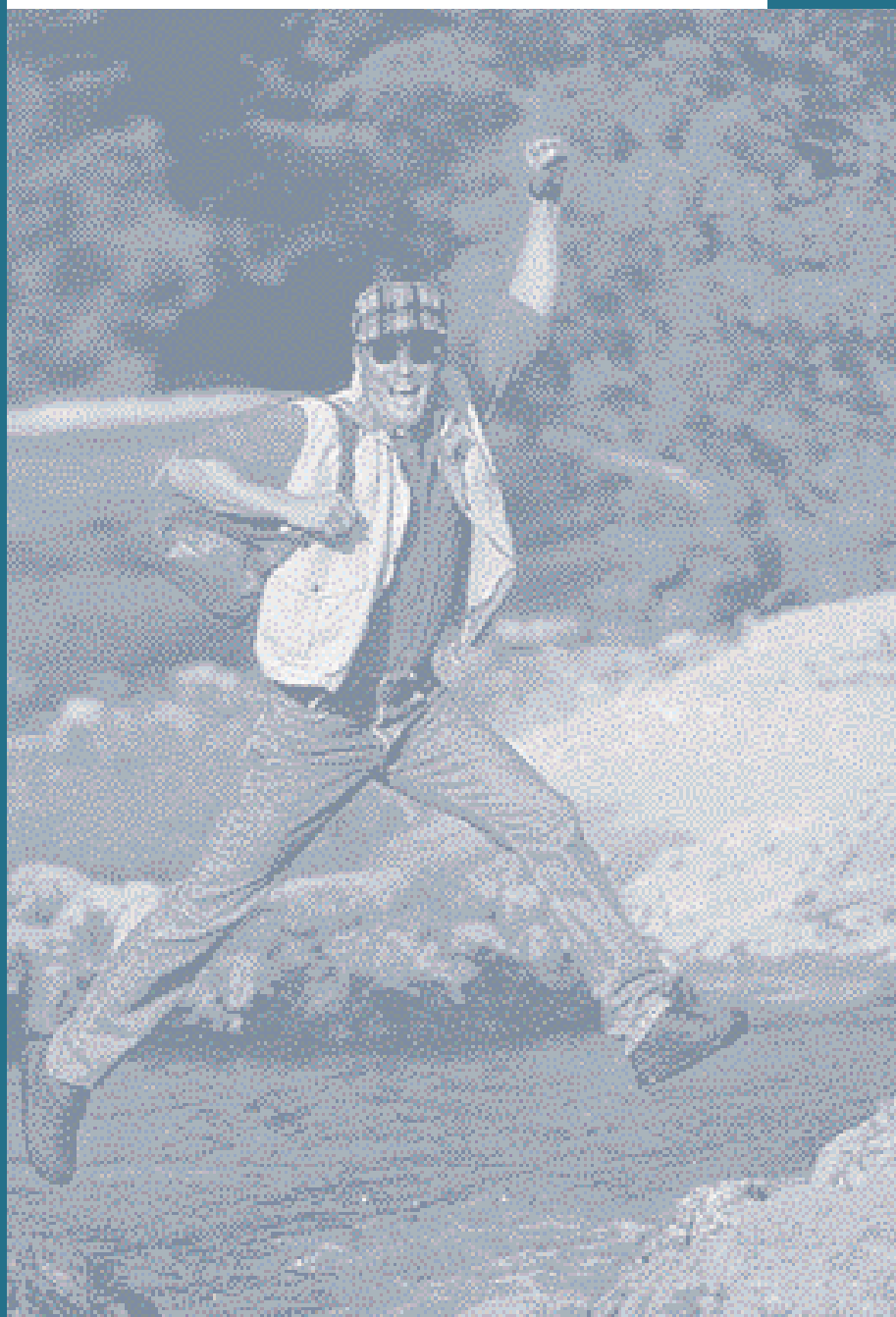
HEART & HEALTH SORGT FÜR DEN GESUNDEN KÖRPER

„Schon im Sport als Trainer und während meiner aktiven Laufbahn habe ich gelernt, nur das zu verkaufen, wovon ich auch selbst überzeugt bin“ sagt Jörg Esser, Inhaber von HEART & HEALTH - Gesundheitsmanagement. Wenn man als Dienstleister mit Menschen arbeitet und Verhalten ändern möchte, so ist dies nur mit einer authentischen Einstellung zur eigenen Arbeit möglich. Dabei gehört zum „Gesundsein“ weit mehr, als nur Gemüse zu essen und wie viele andere ins Fitneß-Studio zu gehen. Gesundheit ist für Jörg Esser eine Lebenseinstellung. Dabei spielen für ihn, wie auch im Sport, Selbstbestimmung und Selbstverantwortung eine entscheidende Rolle.

„Es ist nicht meine Absicht, Kunden von meinen Dienstleistungen abhängig zu machen. Statt dessen soll diesen das Wissen und der Weg zur Selbstbestimmung vermittelt werden – die Fähigkeit zum persönlichen Gesundheitsmanagement. Am Ende dieser Vorgehensweise steht, wie im Sport der „mündige Athlet“. Nur so können innere Einstellungen und Gewohnheiten von sich heraus geändert werden. Wir müssen wieder mehr Verantwortung für den eigenen Körper und Geist übernehmen.“

Studiert hat der Diplomsporthelehrer Jörg Esser an der Deutschen Sporthochschule mit Schwerpunkt Management und Ökonomie und zusätzlich ein 21/2-jähriges Berufsstudium zum staatlich anerkannten Diplomtrainer des Deutschen Sportbundes an der Trainerakademie in Köln absolviert, an welcher seit 1974 ca. 450 Trainer für Führungsaufgaben im Spitzensport qualifiziert wurden. Während dieser Zeit und seiner Tätigkeit als Trainer hat er gelernt, Verantwortung für andere zu übernehmen, aber auch, wenn nötig, diese abzugeben. „Nur durch ein partnerschaftliches Geben und Nehmen zwischen „Athlet und Trainer“ wird man Veränderungen erreichen und langfristige Ziele verwirklichen können.“

Dabei konzentriert sich HEART & HEALTH neben den direkt ersichtlichen gesundheitlichen und sportmedizinischen Faktoren auch auf die Schaffung von Rahmenbedingungen für einen gesunden Lebensstil am Arbeitsplatz sowie im privaten Bereich. Großer Wert wird auf die jeweilige individuelle Gestaltung der Maßnahmen gelegt. Denn nur eine sinnvolle Anpassung an die Zielgruppe und die Rahmenbedingungen bringt Aussicht auf eine erfolgreiche Verhaltensänderung in dem betroffenen Unternehmen.



Entscheidend für den Kunden ist: Er bekommt bei HEART & HEALTH alles aus einer Hand. Dafür hat Esser ein Netzwerk von Spezialisten aufgebaut. Seine Partner sind Ärzte, Personal- und Organisationsentwickler, Kommunikationstrainer, Psychologen, Physiotherapeuten, Sportpädagogen, Event- und Marketingagenturen sowie freie Trainer aus Wirtschaft und Sport.

Der Schwerpunkt der Tätigkeiten von HEART & HEALTH liegt aber eindeutig im Unternehmensbereich. Als Unternehmensberater im Gesundheitsmanagement beschäftigen Jörg Esser hier die Themen der sogenannten Verhältnis- und Verhaltensprävention. Arbeitsplatzanalysen, Gesundheitszirkel, die Beratung und Umsetzung von Veränderungen der Arbeitsumgebung unter ergonomischen Aspekten sind nur ein Teil der umfangreichen Tätigkeiten von HEART & HEALTH in Unternehmen. Demgegenüber steht die Verhaltensprävention der Führungskräfte und Mitarbeiter als eines der Kernthemen für Unternehmen. Denn, sind gesunde Rahmenbedingungen erst einmal geschaffen, kommt der eigentlich härteste Teil, die bewußte Veränderung der Lebensgewohnheiten. Erfahrungsgemäß fällt es gerade Managern, die es gewohnt sind, für eine große Anzahl von Mitarbeitern Verantwortung zu übernehmen, ungeheuer schwer, Verantwortung für ihre eigene Gesundheit, die Leistungsfähigkeit ihres eigenen Körpers, ihres Geistes, zu übernehmen.

Trotz der Schwierigkeit der Aufgabe ist es gerade diese Tätigkeit, sei es in Seminarveranstaltungen, Vorträgen oder Einzelcoachings, die Jörg Esser am meisten schätzt, da hier der direkte persönliche Kontakt mit dem Menschen steht. Für HEART & HEALTH und seine Kooperationspartner gilt stets der Grundsatz:

Ihre Gesundheit liegt dem HEART & HEALTH Gesundheitsmanagement am Herzen.

Und welches Unternehmen freut sich nicht über gesunde, motivierte und freundliche Mitarbeiter und einen niedrigen Krankenstand. ■

#### KONTAKT:

HEART & HEALTH, FRANKFURT AM MAIN  
TELEFON 069/96 20 07 00  
TELEFAX 069/96 20 07 01  
OFFICE@HEART-HEALTH.DE  
WWW.HEART-HEALTH.DE



VORTRAG ZU GESUNDHEITSTHEMEN AUF EINEM GROSSSEMINAR



GESUNDHEITSBERATUNG ZUM THEMA HERZINFARKT/ HERZKREISLAUF-PRAVENTION IM RAHMEN EINER BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM PRODUZIERENDEN GEWERBE



JÖRG ESSER – REFERENT UND UNTERNEHMENSBERATER IM GESUNDHEITSMANAGEMENT BEI FÜHRUNGSKRÄFTESEMINAREN

HEART & HEALTH WURDE 1997 VON JÖRG ESSER ALS UNTERNEHMENSBERATUNG IM GESUNDHEITSMANAGEMENT GEGRÜNDET. ZU DEN KUNDEN GEHÖREN NEBEN DER INDUSTRIE, BANKEN UND VERSICHERUNGEN AUCH KRANKENKASSEN, GESUNDHEITSANBIETER UND SPORTVERBÄNDE. DAS IN DIESER ZEIT AUFGEBAUTE NETZWERK DER KOOPERATIONSPARTNER AUS DEN VERSCHIEDENSTEN BEREICHEN ERMÖGLICHT EINE UMFASSENDE ANGEBOTSPALETTE VON MASSNAHMEN IM GESUNDHEITSMANAGEMENT. DIESES REICHT VON DER PERSONALENTWICKLUNG FÜR MITARBEITER UND FÜHRUNGSKRÄFTE, DER ERGONOMIE UND PRÄVENTION AM ARBEITSPLATZ BIS HIN ZU RAHMENPROGRAMMEN BEI TAGUNGEN, BETRIEBSAUSFLÜGEN, INCENTIVES UND VORTRÄGEN.