



## Firmenchallenge 2021: Jetzt anmelden!

Heimische Unternehmen sind eingeladen, von 7. September bis 26. Oktober an der 50-Tage-Gesundheitsinitiative teilzunehmen und wieder Bewegungsminuten mit den Kollegen zu sammeln.

21.06.2021, 16:27



© ONEINHPUNCH/SHUTTERSTOCK.COM

Die Firmenchallenge motiviert auch heuer wieder alle Mitarbeiter von Firmen - vom EPU bis zum Großkonzern - regelmäßigen Sport und Bewegung nachhaltig in ihren Arbeitsalltag zu integrieren. Zeitgleich sensibilisiert die Gesundheitsinitiative für die Themen Ernährung und mentale Fitness. Neben dem beliebten Online-Fitness-Studio und vielen Experten-Vorträgen bietet die Firmenchallenge heuer auch kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten für alle Teilnehmer an.

*Walter Ruck, Präsident der Wirtschaftskammer Wien und Schirmherr der Wiener Firmenchallenge, lädt Sie, Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeiter herzlich ein, aktiv zu werden.*

## Bewegung ist das Natürlichste auf der Welt



### Firmenchallenge Botschafterin Kira Grünberg

Kira Grünberg, ehemalige Stabhochspringerin und Botschafterin der Firmenchallenge weist auf die Wichtigkeit von Bewegung im Alltag hin: „Zwei Drittel der Erwachsenen in Österreich halten die Bewegungsempfehlungen der WHO nicht ein – das sind nur 150 Minuten aktive Bewegung pro Woche. Das muss sich ändern. Bewegung ist das Natürlichste auf der Welt. Im Grunde genommen geht es um Verhaltensänderung und Anpassungsfähigkeit, um den berühmten Change of Mindset. Dieser beginnt im Kopf und mit dem ersten Schritt. Natürlich kenne ich mich damit sehr gut aus. Als ehemalige Spitzensportlerin ist es mir ein großes Anliegen, dass möglichst viele Firmen mit ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bei der Firmenchallenge mitmachen.“

## Das könnte Sie auch interessieren



## An Anfang war die Idee

Vor allem bei internationalen Patenten beweist Wien Erfindergeist. Betriebe erzählen, weshalb sie ihre Ideen schützen lassen. [➤ mehr](#)



## Wirtschaftsparlament tagt zum ersten Mal seit der Pandemie

Die Delegierten zum Wirtschaftsparlament kamen zusammen und fassten eine Fülle an Beschlüssen. Eine neue Markthalle für Wien wird vorangetrieben, Maßnahmen gegen die Teuerung und zur Stärkung des Eigenkapitals werden forciert. [➤ mehr](#)



## Wienerinnen und Wiener freuen sich auf Ostern

Drei von vier Wienern beschenken zu Ostern jemanden – 13 Mio. Ostereier und vier Mio. Schokohasen werden verschenkt – Durchschnittliche Ausgaben der Wiener Osterhasen liegen bei 50 Euro [➤ mehr](#)