Medienmitteilung vom 19. März 2024

**Dreimal täglich «loslassen»**

Personalchef von Victorinox referiert am Forum christlicher Führungskräfte 2024

**Bei vielen Firmen macht sich in den letzten Jahren eine hohe Anzahl an krankheitsbedingten Ausfällen der Mitarbeitenden bemerkbar. Personalchef Robert Heinzer hat bei Victorinox eine aussergewöhnliche Methode eingeführt, um die Gesundheit am Arbeitsplatz zu fördern. Mit Erfolg.**

Angefangen hat Robert Heinzer mit einer Dachdeckerlehre, bevor er sich dem Beruf als Trainer bei Swiss Athletics gewidmet hat. Heute ist er seit mehr als dreissig Jahren Personalchef beim Grosskonzern Victorinox in Ibach. Am 13. September wird der Schwyzer am Forum christlicher Führungskräfte 2024 in Winterthur ein Referat über gesunde Unternehmenskultur halten. Ihm sei es wichtig, eine ehrlich gelebte und authentische Kultur im Betrieb zu etablieren. Nur so könne man Veränderungen in der Branche oder Krisen in der Firma, wie Heinzer sie über drei Jahrzehnte miterlebt hat, erfolgreich meistern.

**Krankheitsabsenzen reduziert**

Bemerkenswert in der Unternehmenskultur von Victorinox ist vor allem die von Robert Heinzer eingeführte «Balance Time», zu Deutsch «Zeit zum Ausgleich». Dabei nehmen sich die Angestellten dreimal täglich circa fünf Minuten Zeit, um unter Anleitung von Experten und Expertinnen das «Loslassen» zu üben. Das Ziel sei es, die körperlichen Bedürfnisse der Mitarbeitenden durch spezielle Techniken zu stillen und kurzzeitig von der Arbeit abzuschalten, erklärt Heinzer. Durch die dreifache Durchführung dieser Methode werden die Angestellten immer wieder an ihre Gesundheit erinnert. Diese Routine zeigt Wirkung: 56'000 krankheitsbedingte Abwesenheitsstunden pro Jahr konnten durch simple fünfzehn Minuten Bewegung und aktive Pause «auf weniger als die Hälfte reduziert» werden, betont Heinzer. Diese Übungen gibt es nun schon seit über zwanzig Jahren. Und sie werden mittlerweile auch an anderen Victorinox-Standorten wie beispielsweise in Hongkong praktiziert.

**Auch Genuss gehört dazu**

Persönlich will Heinzer seine Gesundheit ebenso erhalten. Täglich bete er dafür, «Menschen respektvoll und wertschätzend zu begegnen», um mental fit zu bleiben. Für seine physische Bewegung sorgt der 64-Jährige mit «mindestens drei Stunden Sport» pro Woche. Ganz entscheidend für einen gesunden Lebensstil sei allerdings auch die Erholung und der Genuss im Leben. Für Robert Heinzer als Verwaltungsratspräsident einer Weinkellerei gehört da beispielsweise auch ein guter Schluck Wein dazu.

***Bildlegende:***

Ein Bild, das Menschliches Gesicht, Person, Kleidung, Mann enthält.

Automatisch generierte Beschreibung

*Laut Robert Heinzer gehört zum Leben auch eine Portion Genuss, um gesund und fit zu bleiben.*

**Forum christlicher Führungskräfte 2024**

Das Forum 2024 wird vom nationalen, überkonfessionellen, branchen- und parteiübergreifenden Verein Forum christlicher Führungskräfte organisiert. Co-Präsidenten des Vereins sind Markus Baumgartner und Joel Blunier. Ziel ist, Verantwortungsträgern und Führungskräften aus unterschiedlichsten Bereichen Inspiration, Hoffnung und praxisnahe Lösungsansätze zu vermitteln.

**Forum 2024**  
Freitag, 13. September, 9 bis 19 Uhr, Kongresszentrum Parkarena, Winterthur  
*Robert Heinzer referiert um 15.10 Uhr zum Thema «Unternehmenskultur – Haltung – Leadership einst und jetzt».*

**Frühbucherpreise (inkl. Verpflegung)**

310 Franken bis 31. März 2024

350 Franken bis 30. Juni 2024

390 Franken ab 1. Juli 2024

**Young Professionals Forum**  
Donnerstag, 12. September, 18 bis 22 Uhr, Kongresszentrum gate27, Winterthur

**Weitere Informationen**

www.forum2024.ch

\*\*\*

*Weitere Informationen für Redaktionen und Vermittlung von Interviewpartnern:*

*Roman Salzmann, Mediensprecher, Forum christlicher Führungskräfte, salcom.biz Public Relations,  
Telefon 071 420 92 21, E-Mail roman.salzmann@salcom.biz*