



Hürden nehmen

EDEKA-Kauffrau Monika Schwarzenböck, Inhaberin von drei der fünf Kaltschmid-Märkte, bewarb sich vergangenes Jahr um die »Auszeichnung für Verantwortungsvolles Handeln«. Ihr marktübergreifendes Projekt: Sportprojekte für ihre Mitarbeiter.

Sie ist bereits seit ihrer Kindheit sportlich unterwegs, und auch heute noch ist Bewegung für EDEKA-Kauffrau Monika Schwarzenböck ein wichtiger Teil ihres Lebens. Heute tritt sie bei sogenannten Obstacle Runs an, kriecht durch Schlamm oder trägt schwere Sandsäcke. »Viele Menschen jammern, sie tun zu wenig für den eigenen Körper. Etwas unternehmen, das machen die wenigen«, so die Kauffrau. Auch in ihren Teams waren fleißige Mitarbeiter »faul«, wenn es ums eigene Wohl ging. Aus diesem Grund startete sie 2016 das »Jahr des Sports«.

Seitdem nehmen die Mitarbeiter mindestens einmal monatlich an einem Sportevent oder -kurs teil, um Sportarten kennenzulernen – die Chefin zahlt. Zumba und Bogenschießen haben sie genauso absolviert wie Laufevents oder Selbstverteidigungskurse mit der örtlichen Polizei. Auch Lachyoga oder Kneipp-Übungen im Bach hinterm Markt werden regelmäßig veranstaltet. »Oft traut man sich nicht, alleine einen neuen Sport auszuprobieren. Aber in der Gruppe ist es einfacher«, so Schwarzenböck. Ihre bisherigen Highlights? »Die insgesamt 122 verlorenen Kilo bei unserer Abspeck-Challenge und das große Jammern nach den beiden CrossFit-Stunden«, lacht die Unternehmerin.

Auch Weiterbildungen und Seminare können Mitarbeiter mittlerweile belegen, um auch in Sachen Ernährung mehr zu lernen. »Es macht einfach Spaß, zusammen etwas Gutes für sich zu tun«, schließt die Kauffrau. ● MG

FOTOS: KÄMPER, STREUBEL

Jetzt bewerben bis:
27. SEPTEMBER

JETZT BEWERBEN!

Bis zum **27. SEPTEMBER** können sich Kaufleute mit ökologischen und sozialen Projekten zum zweiten Mal für die **AUSZEICHNUNG FÜR VERANTWORTUNGSVOLLES HANDELN** bewerben. Teilnahmeberechtigt sind EDEKA-Kaufleute und Regie-Filialleiter (inkl. Marktkauf). Der Preis ehrt Spitzenleistungen und hat das Ziel, engagierten Kaufleuten die Aufmerksamkeit zu schenken, die sie verdienen. Verliehen wird der Preis im Rahmen des diesjährigen »EDEKA-Forums Ware & Vertrieb« am 18. und 19. November.

WEITERE INFOS: Friederike Moll, EDEKA Zentrale AG & Co. KG, Geschäftsbereich Unternehmenskommunikation/Public Affairs
↳ 040 6377-2755
✉️ friederekiana.moll@edeka.de
🌐 www.verantwortungsvolleshandeln.edeka



Zusammen fit: In einer Gruppe macht Sporttreiben direkt mehr Spaß.



Gesunde Abkühlung: Im Bach hinterm Markt in Unterwössen macht das Team Kneipp-Übungen.



Voller Erfolg:
20 Kilo nahm
Mitarbeiterin
Andrea Strass-
wender bei
einer Abspeck-
Challenge ab.



Querfeldein: In ihrer Freizeit nimmt Monika Schwarzenböck an Extrem-Hindernisläufen teil.



» Monika Schwarzenböck, Inhaberin von drei EDEKA Kaltschmid-Märkten in der Region Südbayern

Das Wichtigste ist, Menschen die Hemmung vor Sport zu nehmen. Denn viele jammern über ihren Körper, ändern aber nichts.