

## Sajtóközlemény

Forrás:

[https://www.boschmediaservice.hu/sajtokozlemeny/bosch\\_futaceg\\_dij\\_2024-400.html](https://www.boschmediaservice.hu/sajtokozlemeny/bosch_futaceg_dij_2024-400.html)

2024.03.07.

ID: 400

## Abszolút győzelem a Fut a cég versenyen

Ötödször is a Bosch a legsportosabb vállalat

- A Bosch ötödször is első helyen végzett a hazai vállalatok megmérettetésén, a Fut a cég versenyen
- A legsportosabb vállalatként a cég munkatársai 18 ezer kilométert gyűjtöttek össze 2023-ban
- Bosch-tippek: 5 egyszerű szokással tehetünk az egészségesebb mindennapokért

Folytatódik a sportsiker-széria: a Bosch ötödik alkalommal végzett első helyen a Fut a cég országos megmérettetésén, ezzel ismét kivívta a legsportosabb hazai vállalatnak járó címet. A Budapest Sportiroda versenyén, mely kifejezetten a munkahelyi közösségeket célozza, a Bosch sportolói közel 14 ezer kilométert futottak, 3500 kilométert kerékpároztak és több mint 400 kilométert úsztak. Ezzel a cég nemcsak a nagyvállalatok kategóriában, hanem a teljes mezőnyt tekintve is a dobogó legfelső fokára került.

### A vállalati sport új dimenziója: kimagasló eredmények a 2000 fős Bosch-sportközösségtől

Az újabb győzelem a Bosch 10 éve alakult, mára 2000 főt számláló budapesti sportközösségének köszönhető, melynek tagjai rendszeres mozgással tesznek az egészségesebb mindennapokért.

A vállalaton belül működő 50 különböző sport-, kulturális, és szabadidős programot, valamint versenynevezéseket egy közel 50 fős önkéntes csapat koordinálja. „Büszke vagyok a kollégáim teljesítményére, hiszek abban, hogy egymást motiválva lehetünk igazán eredményesek a sportban is. A legaktívabb ismét a Bosch futóközössége volt: amellet, hogy évről évre nő a megtett

kilométerek száma, új rekord is született, hiszen kollégáink több mint 1200 alkalommal neveztek versenyekre 2023-ban” – mondta el Popa Victor, a Robert Bosch Kft. innovációért felelős csoportvezetője, a Bosch sportközösségének vezetője.

A Bosch minden telephelyén, így Budapest mellett Hatvanban, Miskolcon, Makláron és Egerben is ösztönzi munkavállalóit a rendszeres mozgásra.

### **Motiváló sportközösségben még könnyebb az életmódváltás**

„A rendszeres sport jól látszik a munkatársak egészségi állapotán. A tudatosság a kulcs: ha elhatároztuk, hogy egészségesebben szeretnénk élni, néhány egyszerűen beépíthető gyakorlattal már nagy változást érhetünk el. Ez már általában a következő szűrővizsgálat során is látható javulást eredményez, hosszú távon pedig számtalan betegség kockázatát csökkenti” – mondta el dr. Ficzer Ferenc, a Bosch Medical Center igazgatója.

### **5 egyszerű szokás az egészséges mindennapokért a Bosch Medical Centertől**

1. **Mozogjunk legalább 150 percet hetente!** Szakmai ajánlások szerint 150 perc közepes intenzitású mozgásra van szükség az egészségünk megővéséhez, az ülőmunka negatív hatásainak ellensúlyozásához. Ez azt jelenti, hogy ha naponta 20 percet szánunk a mozgásra, már sokat tettünk magunkért.
2. **Aludjunk legalább napi 7 órát!** Az alvás jelentőségét hajlamosak vagyunk alulbecsülni, pedig az egészséges mindennapok alapfeltétele. A rendszeres sporttal javíthatjuk alvásminőségünket is.
3. **Étkezzünk tudatosan!** Ne kínozzuk magunkat szigorú diétákkal, de figyeljünk arra, hogy inkább minőségi, változatos tápanyagokban gazdag élelmiszereket válasszunk; és a mértékletesség fontos.
4. **Járjunk rendszeres ellenőrzésre, szűrővizsgálatokra!** Az egészségmegőrzés fontos pillére a rendszeres orvosi szűrővizsgálat, hogy a betegségek kialakulását megelőzzük vagy a már kialakult betegségek káros hatását mérsékeljük. Ez visszajelzést jelent számunkra arra vonatkozóan is, hogy szükséges-e még változtatnunk életmódunkon.
5. **Csatlakozzunk sportközösségekhez!** A közösségi programokban való részvétel, a hasonló célokért küzdő társak megtalálása nemcsak a mindennapjainkra van pozitív hatással. Az életmódváltás is sokkal könnyebb egy motiváló csapatban, például egy munkahelyi sportközösségben.

### **Bosch: a sporttal mindenki nyer**

A fizikai aktivitás nemcsak a szervezet működésére, hanem a szellemi teljesítményre is pozitívan hat. A rendszeres sport segít fenntartani a mentális fittséget, javítja a kreativitást, növeli az energiaszintet és csökkenti a stresszt. A közös sportolás erősíti a munkatársak közötti kapcsolatot, együttműködést,

amelynek fontos szerepe van a csapatmunkán alapuló projektekből is.

Magyarország egyik legnagyobb munkaadója, a Bosch szerint a munkavállalók egészsége és jólléte alapvető fontosságú a vállalat sikere szempontjából. Vállalati kultúrájának fontos pillére a munkatársak folyamatos fejlődésének támogatása mellett a rugalmas és kiegyensúlyozott munkakörnyezet megteremtése.

## További információ:

Varga Zita Hella

Telefon: +36 70 667-6374

## Háttér információ:

A Bosch termékeivel 1898 óta van jelen Magyarországon. Az 1991-ben újraalapított regionális kereskedelmi kft.-ből mára jelentős cégcsoport lett. Hazánkban a Bosch csoport nyolc önálló vállalat szoros stratégiai együttműködéseként Magyarország egyik legnagyobb külföldi ipari munkaadója. A 2022-es pénzügyi évben 2255 milliárd forint teljes nettó árbevételt ért el, ebből a magyar piacra való csoporton kívüli értékesítésből származó árbevétele 314 milliárd forint volt. A magyarországi Bosch csoport több mint 18 300 munkatársat foglalkoztat (2022. december 31-én). Az egyes gyártó, kereskedelmi és fejlesztési egységekhez tartozó kereskedői és szervizhálózat a teljes országot lefedi.

A Bosch csoport különböző technológiák és szolgáltatások vezető nemzetközi szállítója. Az előzetes számok alapján világszerte mintegy 428 000 munkatársat foglalkoztat (2023. december 31-én) és 2023-ban 91,6 milliárd euró árbevételt ért el. A cégcsoport négy üzleti területen végzi tevékenységét, ezek a mobilitás, az ipari technika, a fogyasztási cikkek, valamint az energia- és épülettechnika. Vezető IoT-vállalatként a Bosch innovatív megoldásokat kínál az intelligens otthonokhoz, az ipar 4.0-hoz és a hálózatba kapcsolt mobilitáshoz. A Bosch fenntartható, biztonságos és izgalmas mobilitási megoldásokat nyújt partnereinek. Szakértelmét a szenzortechnológia, valamint a szoftverek és szolgáltatások területén, továbbá saját IoT-felhőjében hasznosítva kínál ügyfelei számára hálózatba kapcsolt, cross-domain megoldásokat egyetlen forrásból. A Bosch csoport stratégiai célja, hogy megkönnyítse a hálózatba kapcsoltágot olyan termékekkel és megoldásokkal, amelyek mesterséges intelligenciát (MI) használnak, vagy annak segítségével fejlesztettek, gyártottak. A Bosch csoport termékei és szolgáltatásai hasznos megoldásokkal javítják az élet minőségét. Az „Életre tervezve” szlogen ezt a világszerte elérhető technológiát jelenti. A Bosch csoport magában foglalja a Robert Bosch GmbH-t, annak több mint 60 országban működő csaknem 470 leányvállalatával és regionális vállalataival együtt. Értékesítési és szolgáltatási partnereit is beleszámítva a Bosch globális gyártási és értékesítési hálózata a világ szinte minden országát lefedi. A jövőbeli növekedés alapja a vállalat innovatív ereje. A Bosch világszerte 136 telephelyen mintegy 90 000 munkatársat foglalkoztat a kutatás és fejlesztés területén, többek között 48 000 szoftvermérnököt.

További információért látogasson el honlapunkra: [www.bosch.hu](http://www.bosch.hu), [iot.boschblog.hu](http://iot.boschblog.hu), [www.bosch.com](http://www.bosch.com), [www.iot.bosch.com](http://www.iot.bosch.com), [www.bosch-press.com](http://www.bosch-press.com), [www.twitter.com/BoschPresse](https://www.twitter.com/BoschPresse)