

Berlin, 23. April 2024

Benefit Mental Health: a&o unterstützt Mitarbeitende mit kostenlosen Angeboten für mehr mentale Gesundheit

- Angebot startet im internationalen Mental Health Monat Mai
- Attraktiver Benefit stärkt mentale Gesundheit
- Angebot offen für alle a&o-Mitarbeitenden
- Kooperation mit Berliner Unternehmen Likeminded
- Videos, Webinare, Übungen, Workshops, Einzelgespräche



Ist vom Mental Health-Angebot als Benefit überzeugt: Magdalena Knezevic gehört seit einem Jahr zum HR-Team der Berliner Hostelkette. Die 25-Jährige weiß: Gerade die GenZ ist sehr offen für Corporate-Angebote rund um Resilienz und Ressourcen-Management. In der aktuellen Studie „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe 2024“ gehört a&o übrigens zu den Top 10-Betrieben (Foto: a&o Hostel).

Berlin – „Ressourcen schaffen für den Arbeitsalltag und fürs private Leben“, formuliert Magdalena Knezevic das Ziel eines neuen Mitarbeiterangebots zur Gesundheitsförderung bei a&o: In Kooperation mit den Experten von Likeminded bietet die Berliner Hostelkette damit ab Mai allen Mitarbeitenden den kostenlosen Zugang zu psychologischer Online-Beratung ebenso wie zu praktischen Übungssystemen wie Desk-/Schreibtisch-Yoga. Für Knezevic ein bedeutender Benefit: „Mentale Gesundheit und das Bedürfnis nach Rat und Hilfestellung ist gerade bei den Jüngeren der Generation Z enorm.“

„Krankheitsausfälle, Fluktuation, Unzufriedenheit können verringert und vermieden werden“, bestätigt Kimberly Breuer, Psychologin und Co-CEO von Likeminded, „wenn psychischen Belastungen oder Erkrankungen durch mehr mentale Stärke vorgebeugt wird.“ Mentale Gesundheit schätzen Unternehmen zunehmend als Investment, „es geht neben der Prävention auch um das Erkennen von Potenzial und Leistungsfähigkeit“, so Breuer.

Likeminded wurde 2020 gegründet und berät heute Unternehmen wie Jack Wolfskin oder Trivago. Erfahrung und Vorgehensweise haben a&o überzeugt: „Das Angebot ist umfassend, der Zugang schnell und einfach – ein klarer Mehrwert für Mitarbeitende und Unternehmen“, bestätigt auch a&o-Gründer Oliver Winter.

In der aktuellen Studie „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe 2024“, die im Auftrag von Focus Money und Deutschland Test durch die IMWF GmbH realisiert wurde, gehört a&o Hostels zu den Top 10-Betrieben.

Mediathek, Webinar oder individuelle Online-Beratung

Und so funktioniert´s: Nach der online-Anmeldung im Portal von Likeminded stehen unterschiedliche Inhalte und Formate zur Auswahl: 24/7-Expertise in der Mediathek, Gruppen-Workshops oder Einzelgespräche mit PsychologInnen, Desk-Yoga- oder Resilienz-Angebote wie z.B. Live-Übungen, Meditationen oder Webinare. Über anonyme oder namentliche Teilnahme an den Formaten entscheidet jeder individuell. Der Mix macht´s: Die Teilnehmer stammen aus unterschiedlichen Unternehmen und Branchen, die Psychologen, Coaches und Therapeuten haben thematische Schwerpunkte. a&o ermöglicht jeweils bis zu zehn Einzelgespräche pro Jahr, sowie unlimitierten Zugang zu Gruppenformaten und der Mediathek; Abstimmung mit Vorgesetzten ist nicht erforderlich. Likeminded-Angebote sind zeitlich flexibel und auch zu Randzeiten sowie am Wochenende nutzbar. Anonyme Reportings und Wirkungsmessungen geben Aufschluss über Resonanz und nachgefragte Themenfelder.

„Jeder hat sein Thema“

Die Bandbreite der Themen ist groß, weiß Magdalena Knezevic: „Die Anliegen reichen von Schlafproblemen bis Zukunftsangst.“ Selbstwert oder Resilienz, Trauerbewältigung oder soziale Ängste – Alltagsfragen stehen ebenso im Fokus wie die Herausforderungen am Arbeitsplatz – von Tabubruch bis Burnout, Kommunikation bis Leadership. In Webinaren und digitalen Übungen, Workshops oder individuellen Video-Sitzungen geht es um Hilfe, Beistand, Tipps und Lösungsansätze. „Jeder hat sein Thema – man muss im Leben nicht alles allein auf die Reihe bekommen“, bringt es Knezevic auf den Punkt. Das Angebot richtet sich an sämtliche Mitarbeiter, durch alle Jahrgänge, in allen Positionen, ob Teil-, Vollzeit oder studentische Aushilfe.

Internationaler Mental Health Monat Mai

Mai ist der traditionelle „Mental Health Awareness Monat“. Bereits vor 75 Jahren wurde er von der Organisation Mental Health America (MHA) als Monat der psychischen

Gesundheit klassifiziert, um die Öffentlichkeit für das Thema zu sensibilisieren und es zu entstigmatisieren.

Über a&o Hostels

a&o wurde im Jahr 2000 von Oliver Winter gegründet und betreibt derzeit 38 Hostels mit rund 28.500 Betten. Die Berliner Budgetgruppe ist in 25 Städten und neun europäischen Ländern vertreten. Nächster neuer Standort ist Florenz ab Sommer 2024. Der a&o-Gästemix ist vielfältig: Rucksacktouristen gehören ebenso wie Alleinreisende, Familien, Schulgruppen und Vereine zur a&o-Zielgruppe. Auch die Zahl der Businessreisenden und Senioren nimmt zu. Mit 6,1 Mio. Übernachtungen (2022: 5,55 Mio.), 2,7 Mio. Gästen (2,2 Mio.) und einem Umsatz von 217 Mio. Euro (172) verzeichnet a&o mit 2023 sein bisher erfolgreichstes Jahr in der Unternehmensgeschichte. Im Rahmen der Nachhaltigkeits-Strategie wird a&o im Jahr 2025 Net Zero sein, d.h. die CO2-Emissionen je Übernachtung werden dann weniger als drei Kilogramm betragen, der Rest wird ausgeglichen. Mehr Infos unter <https://www.aohostels.com/de/> bzw. Übersicht a&o Standorte unter <https://www.aohostels.com/de/alle-standorte/>

Kontakt:

Dr. Petra Zahrt

Mobile +49 (0) 172 94 54 753

Mail petra.zahrt@aohostels.com