



PRESSEMITTEILUNG

Gesundheit wird beim Landesverband Lippe großgeschrieben

Beim Gesundheitstag konnten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter viele Angebote nutzen

Lemgo, 21. November 2018. Die Gesundheit seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt dem Landesverband Lippe am Herzen: Er setzt vielfältige, freiwillige Maßnahmen für ihre Sicherheit und Gesundheit um und wurde dafür z. B. im vergangenen Jahr von der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen (UK NRW) ausgezeichnet. Zu den regelmäßigen Angeboten des Landesverbandes Lippe zählt auch ein Aktionstag zum Thema Gesundheit. Dieser fand nun wieder im Schloss Brake statt.

„Mit dem Aktionstag wollen wir das Gesundheitsbewusstsein der Kolleginnen und Kollegen im Landesverband Lippe gezielt fördern und unterstützen. Die kostenfreien Angebote sind dazu ein kleiner Beitrag“, betont Vorstandsvorsteherin Anke Peithmann. Kornelia Rose, verantwortlich für Gleichstellung, Personalentwicklung und Arbeitsschutz, hatte für den Aktionstag ein abwechslungsreiches Programm erstellt: Beim „Cardio-Scan“ wurden umfangreiche Analysen des Herz-Kreislauf-Systems und aller damit verbundenen Parameter durchgeführt. Beim „Back Check“ stand die Analyse der Maximalkrafftähigkeit unterschiedlicher Muskelgruppen im Mittelpunkt: Insbesondere Defizite bei der Bauch- und Rückenmuskulatur sollten ermittelt werden, um konkrete Trainingsvorschläge für die Zukunft geben zu können.

Im Kurs „Aktive Mittagspause“ und bei Massagen wurde der gesamte Nacken- und Schultergürtelbereich gelockert und gekräftigt. Der Workshop „Entspannung“ bot kleine Entspannungsübungen für zwischendurch, die auch leicht in den Arbeitsalltag eingebaut werden können. Und beim Vortrag „Was Gesundheit stark macht“ wurde dargelegt, was genau Gesundheit eigentlich ist und welche Faktoren das persönliche Wohlbefinden und die individuelle Leistungsfähigkeit erhöhen können. Infostände der AOK, des TV Lemgo und der Praxis für Physiotherapie Daniela Linden sowie Obst und Kaltgetränke von Staatlich Bad Meinberger rundeten das Angebot ab. Für Spaß sorgte zudem eine kleine Tischtennisplatte, die mit viel Einsatz von zahlreichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bespielt wurde.

Abbildung:

Waren beim „Gesundheitstag des Landesverbandes Lippe 2018“ aktiv dabei (v.l.): Kornelia Rose (Gleichstellung und Personalentwicklung), Andreas Meier (Vorsitzender des Personalrats), Anja Dorothe Lutter (Mitarbeiterin Finanzbereich), Heidrun Saak (Mitarbeiterin Weserrenaissance-Museum), Regina Köhl (AOK), Vorstandsvorsteherin Anke Peithmann und Nico Zickel (TV Lemgo). (Foto: Landesverband Lippe)