



ANKER
SOZIAL
ARBEIT

Am **29. April 2015** fand unser **4. Gesundheitstag** in der Begegnungsstätte in der Rogahner Straße statt.



Das wir auch in diesem Jahr für unsere Beschäftigten einen Gesundheitstag anbieten wollten, stand schon nach dem Gesundheitstag 2014 fest. Leider stand im Dezember 2014 dann alles in Frage. Unser Partner des letzten Jahres, die BARMER-GEK sagte uns wegen personeller Engpässe Ende Januar 2015 ab. Jetzt noch kurzfristig einen neuen Partner zu finden war eine echte Herausforderung.

Zum Glück konnten wir die DAK dann als zuverlässigen Partner für dieses Jahr gewinnen. Am 10.02.2015 fand das erste Abstimmungsgespräch mit Frau Kutta, der Referentin Veranstaltungsservice der DAK, statt. Danach ging alles schnell und reibungslos von statten. Die Flyer und Plakate zum Gesundheitstag wurden gedruckt und ausgehängt.



Wir konnten in diesem Jahr eine Teilnehmerzahl von 40 Mitarbeitern verzeichnen. Das sind ca. 40% der Beschäftigten.

Zu unseren sportlichen Angeboten zählten der DAK-Fit Check (Gleichgewichtstest, Körpervitalmessung und Gewichtsverlagerungstest), die Schrittzähleraktion, ein Nordic-Walking Kurs mit Ramona Hempel, die Klangmeditation mit Yvonne Busacker und das Angebot der Massage mit Jens Günther. Für unser leibliches Wohl sorgte unsere Küche mit ausgewählten Rezepten für Dips nach Vorschlägen der DAK. Diese wurden wie immer liebevoll und lecker zubereitet. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle an unsere Küche und die Mitarbeiterinnen der Begegnungsstätte!

Ein großes Interesse galt auch den von unserer FSJlerin Mara-Lena Katz gemixten Smoothies mit gesunden Früchten und Buttermilch.

Ein kleiner Spaßfaktor durfte natürlich auch nicht fehlen. Diesen hatten wir in diesem Jahr auf dem Balance-Board beim Schmetterlinge haschen. Hier wurde kräftig mit den Hüften geschwungen, um die an die Wand gebeamteten Schmetterlinge zu fangen. Am besten konnte unsere Ursula die Hüften kreisen lassen und belegt somit den 1. Platz.

Beim Handtaschenwettbewerb konnte auch ein 1. Platz vergeben werden. Hier ging es darum, wer die leichteste Handtasche trägt. Diese besaß Frau Fritz aus der Tagesstätte.

Die Zusammenarbeit mit der DAK gestaltete sich als sehr professionell und kooperativ. Dafür möchten wir uns bei Frau Kutta und Ihren Kollegen recht herzlich bedanken.

Wir danken allen Beteiligten für die gelungene Veranstaltung!

