

### **Im Dienst der eigenen Gesundheit: LWL-Mitarbeiter im Kreis Soest informieren sich über Ernährung, Präventionsangebote und vieles mehr**

Lippstadt-Eickelborn/Warstein (lwl). Für die Gesundheit anderer sind sie tagtäglich im Einsatz. Doch wie ist es um das eigene Wohlergehen bestellt? Dies konnten die Beschäftigten der Einrichtungen des Landschaftsverbands Westfalen-Lippe (LWL) im Kreis Soest bei zwei Mitarbeiter- und Gesundheitstagen herausfinden, die die Abteilung Personal und Recht erstmals an den Standorten Eickelborn und Warstein organisiert hatte. Etwa 500 Teilnehmer nutzten die Gelegenheit, sich jenseits des Arbeitsalltags in den Stationen und Wohngruppen für die eigene Gesundheit stark zu machen.

„Wir freuen uns über die hervorragende Resonanz. Denn die Gesundheit der Beschäftigten ist, gerade vor dem Hintergrund des demografischen Wandels, für den Erfolg unserer Einrichtungen eine unerlässliche Ressource“, sagt Gerrit Jungk, Leiter der Abteilung Personal und Recht. Geplant sei, den Aktionstag künftig alle zwei Jahre anzubieten. Insgesamt beschäftigt der LWL im Kreis Soest 2235 Mitarbeiter.

Bereits im Dienst der eigenen Gesundheit unterwegs gewesen sind die Teilnehmer der Aktion „Mit dem Fahrrad zur Arbeit“. In den Monaten Mai bis September legten sie per Drahtesel stolze 42.500 Kilometer zurück. „Damit hat sich die gefahrene Kilometerzahl im Vergleich zum Vorjahr fast verdoppelt“, freute sich Jungk. Allein 3860 Kilometer absolvierte Franz Niehaus auf seinem täglichen Weg zur Arbeit von Werl nach Eickelborn. Damit errang er den Sieg in der Einzelfahrer-Wertung. Als erfolgreichste Gruppe war „Kette rechts Eickelborn“ unterwegs, deren Fahrer Jürgen Rapos, Bernhard Aebert, Bernd Wienecke und Uwe Meinecke 7151 Kilometer erradelten. Der Kaufmännische Direktor Helmut S. Ullrich überreichte ihnen die Siegprämien, Gutscheine des Fahrradgeschäfts Eickhölter. Unterstützt hatte die Aktion außerdem die BKK Westfalen-Lippe.

Von Ernährungsberatung über Präventionsangebote bis hin zu Entspannung und Fitness reichte das Spektrum, das interne und externe Anbieter beim Gesundheitstag präsentierten. So konnten die Teilnehmer anhand einer Punkteskala das eigene gesundheitliche Risiko errechnen. Eine Ernährungsberaterin gab wertvolle Tipps, wie man mit ausgewogener Kost gesund durch den Winter kommen kann. Rund um die Themen Ernährung, Sucht und Prävention informierte das Fort- und Weiterbildungszentrum der LWL-Kliniken im Kreis Soest. Die Gesundheit der Familie stand im Fokus der Aktion „Starke Eltern – starke Kinder“ des Gesundheitsfördervereins WOGÉ.

**Kontakt:**  
**Eva Brinkmann**  
Tel. 02945 981-5085  
E-Mail: [eva\\_brinkmann@wkp-lwl.org](mailto:eva_brinkmann@wkp-lwl.org)

**LWL-Pressestelle:**  
Tel.: 0251 591-235  
E-Mail: [presse@lwl.org](mailto:presse@lwl.org)

Händehygiene und weitere Maßnahmen zur Infektionsprävention wurden ebenso vorgestellt wie Wissenswertes zu den Themen Sucht bzw. Ernährung und Essstörungen oder die Ziele der Arbeitsgemeinschaft „Beruf und Familie“ der LWL-Einrichtungen. Einen Vorgeschmack auf die Weihnachtszeit bot der LWL-Wohnverbund Lippstadt mit adventlichen Dekorationen, die auch zum Kauf angeboten wurden.

Externe Partner stellten ebenfalls ihr Angebot vor und boten Mitmach-Aktionen an. Mit dabei waren die Praxis für Physiotherapie Stuckmann-Diening, der Fahrradhandel Eickhölder, die BKK Westfalen-Lippe, die Sparkasse Lippstadt und die Kommunale Zusatzversorgungskasse Westfalen-Lippe (ZKW). Den ganzen Tag über stand mit alkoholfreien Cocktails, Finger Food und Obstsalat ein leckeres Angebot an gesunden Speisen und Getränken bereit.



Siegerehrung der Aktion „Mit dem Fahrrad zur Arbeit“ (von links): Helmut S. Ullrich, Kaufmännischer Direktor, und Gerrit Jungk, Leiter der Abteilung Personal und Recht, überreichten die Preise an die Gewinner Franz Niehaus, Jürgen Rapos und Bernhard Aebert. / Maßnahmen zur Vorbeugung und Behandlung von Rückenproblemen stellte Monika Stuckmann-Diening vor: Bereitwillig nahmen die LWL-Mitarbeiter auf ihrem Massagestuhl Platz. Fotos: LWL/Brinkmann