

LWL-Einrichtungen Lippstadt und Warstein im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen



Mit gesunder Ernährung fit im Berufsalltag: DAK und LWL-Einrichtungen im Kreis Soest vereinbaren Kooperation

Lippstadt/Warstein (lwl). Tagtäglich ist von den Beschäftigten der LWL-Einrichtungen höchster Einsatz in den Stationen und Wohngruppen gefordert. Damit die persönliche Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dabei nicht zu kurz kommt, hat der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) im Kreis Soest eine Kooperation mit der DAK im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements vereinbart.

Wie schaffe ich es, im beruflichen Alltag die Konzentration hoch zu halten und mich gesund zu ernähren? – Diese Frage steht im Fokus der Aktion „Job und fit“, die zunächst an den LWL-Pflegezentren Warstein und Lippstadt gestartet ist und an den LWL-Kliniken, LWL-Wohnverbänden und dem LWL-Zentrum für Forensische Psychiatrie fortgesetzt werden soll. Ein Beraterteam der DAK stand den Beschäftigten Rede und Antwort und zeigte Möglichkeiten auf, wie sich Wohlbefinden und Lebensqualität ohne viel Aufwand steigern lassen.

„Eine schwere Mahlzeit zur Mittagszeit kann die Konzentrationsfähigkeit einschränken. Besser ist es, durch kleine Mahlzeiten im Abstand von zwei bis drei Stunden den Blutzuckerspiegel über den gesamten Tag aufrecht zu erhalten“, nannte Wolfgang Rütz, DAK-Vertriebsleiter im Kreis Soest, ein praktisches Beispiel. Ökotrophologin Christa Glotzbach informierte über die Bausteine unserer Ernährung: Grundnährstoffe und Vitalstoffe wie Vitamine oder Mineralien – vom Frühstück bis zur Zwischenmahlzeit. Mit den nötigen Hintergrundwissen sei es gar nicht schwierig, sich gesund zu ernähren und Alltagsgewohnheiten entsprechend zu verändern, machte Glotzbach deutlich.



Kontakt:
Eva Brinkmann, Öffentlichkeitsbeauftragte
Tel. 02902 82-5085
E-Mail: eva_brinkmann@wkp-lwl.org
Franz-Hegemann-Str. 23 · 59581 Warstein
Internet: www.lwl-klinik-warstein.de

LWL-Pressestelle:
Tel.: 0251 591-235
Fax: 0251 591-4770
E-Mail: presse@lwl.org
Freiherr-vom-Stein-Platz 1
48133 Münster



Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

„Die Gesundheit der Beschäftigten zu schützen und die Motivation zu heben, ist eines unserer primären Ziele“, betonte Gerrit Jungk, Leiter der Abteilung Personal und Recht der LWL-Einrichtungen im Kreis Soest. Im Rahmen der Kooperation mit der DAK seien weitere Veranstaltungen, zum Beispiel zum Thema Stress am Arbeitsplatz, ebenso geplant wie ein monatlicher Newsletter und Aktionstage zu Gesundheitsthemen. Im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements sind die LWL-Einrichtungen weiterhin bestrebt, die Verköstigung der Mitarbeiter zu optimieren. „Im Verbund mit der Versicherungsgruppe HanseMercur sollen darüber hinaus Rentensprechtage angeboten werden, bei denen sich die Beschäftigten unverbindlich zur Absicherung im Alter informieren können“, kündigte DAK-Vertriebschef Rütz an.