

Betriebliches Gesundheitsmanagement der Verbandsgemeinde Zell (Mosel)



Informations-Veranstaltung in Kooperation mit dem Finanzamt Simmern-Zell, Außenstelle Zell (Mosel)

Am 10.04.2017 wurde erstmalig in Kooperation mit dem benachbarten Finanzamt im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements ein Vortrag „Ernährungsberatung“ unter der Leitung der AOK Gesundheitskasse durchgeführt.

In einem 60minütigen Vortrag über „Check den Snack“, „Kraftvolle Pausenfüller“ und „Raus aus dem Leistungstief“ von Frau Dipl. Oecotrophologin Melanie Busch-Niederprüm (AOK Cochem) wurde sehr anschaulich und lebhaft erörtert, was man unter gesunder Ernährung versteht und wie man diese mit einfachsten Mitteln und Handgriffen selbst zubereiten kann.



So wurde deutlich, dass für den kleinen Hunger zwischendurch leichte Snacks aus Obst, Gemüse, Getreide und Milchprodukten genau das Richtige sind. Ob am Arbeitsplatz, in der Schule oder unterwegs: derartige Pausen-Snacks bringen uns wieder auf Hochtouren, steigern die Leistungsbereitschaft und auch die geistige Frische.

Neben dem theoretischen Teil des Vortrags wurden die Teilnehmer zu einer anschließenden Verkostung der „gesunden Snacks (kraftvollen Pausenfüllern) für Eilige“ durch das Finanzamt eingeladen. Die rund 40 Interessierten aus Finanzamt und Verbandsgemeinde waren von den gebotenen Möglichkeiten rund um das Thema Ernährung sehr angetan, sodass die Veranstaltung als sehr gelungen empfunden wurde.



Beide Kooperationspartner freuen sich auf eine weitere erfolgreiche Zusammenarbeit, deren Ziel darin gründet, ggf. weitere Kooperationspartner für dieses Konzept zu gewinnen und darüber hinaus dieses stetig auszubauen und zu verbessern. Dabei soll der Schwerpunkt nicht nur auf Sport- oder Ernährungskursen, sondern auch auf weiteren div. Präventivmaßnahmen liegen.