

## Gesundheitstag für die Mitarbeiter/innen des Marktes Oberthulba



Foto: Aliemre Toprak

Am Mittwoch, 21.09.2022 fand für die Mitarbeiter/innen des Marktes Oberthulba nach zwei Jahren Pause wieder ein Gesundheitstag statt. Gemeinsam mit der AOK und der VHS stellte Valentina Krumm im Rahmen ihres Azubi-Projektes ein umfangreiches Programm zusammen. Gestartet wurde mit einem Yoga-Kurs und einem Sportprogramm, der von den VHS-Kursleitern Rosi Schuster und Andrea Zehner geleitet wurde. Anschließend gab es einen motivierenden Impulsvortrag der AOK, der neben dem klassischen Thema „Gesundes essen und trinken im Beruf“ moderne trendige Themenbereiche umfasste. Mit einer Körperanalyse konnten sich die Mitarbeiter über ihre aktuellen Werte ihres Körpers informieren und professionell beraten lassen. Während der ganzen Veranstaltung gab es eine Ausstellung zum Thema „Fett“ in der dargestellt wurde, wie viele gesättigte und ungesättigte Fette in den ausgestellten Speisen stecken. Bürgermeister Mario Götz dankte für die große Teilnahme der Kolleginnen und Kollegen und lobte das gelungene Azubi-Projekt. Der Markt Oberthulba bedankt sich bei der AOK und den Kursleitern für die Unterstützung interessanter Beiträge und sportlichen Angebote und wünscht allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern beste Gesundheit.