

# Fitness für Personal des Krankenhauses

## Gesundheitstag der DAK in Angermünde

**Angermünde (MOZ)** Die Beschäftigten des Krankenhauses Angermünde testeten ihre Fitness bei einem Gesundheitstag mit Unterstützung der Deutschen Angestellten Krankenkasse (DAK). Was einfach aussah, entpuppte sich dabei für viele als Herausforderung – das sogenannte Balanceboard. 30 Sekunden soll man sich in der Mitte halten, was nur wenigen gelang. Dabei zeigte sich, wer bereits sportlich aktiv ist. Dieser besondere Test gibt auch Hinweise auf mögliche Fehlstellungen des Körpers, die langfristig zu Beschwerden führen können.

„Der Aktionstag soll dazu anregen, den Blick einmal gezielt auf die eigene Gesundheit zu richten und diese selber ein-

zuschätzen“, so Krankenhausverwaltungsleiterin Marita Schönnemann. „Nur wer selbst gesund ist, kann mit ganzer Kraft für die Gesundheit der Patienten arbeiten.“

Das Krankenhaus Angermünde hat sich wie auch die anderen Häuser der Gesellschaft für Leben und Gesundheit besondere Ziele gesetzt. Seit einem Jahr sind die GLG-Einrichtungen Mitglied im Deutschen Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser (DNGfK). Die DAK wirkt dabei als aktiver Partner mit.

---

*Am 21. Februar wird auch im Krankenhaus Prenzlau von 12.30 bis 15.30 Uhr zur Aktion „Gesundheitsförderung für Mitarbeiter“ eingeladen.*