

# Vorsorge für eine anhaltende Gesundheit

## Gesundheitstag als Beitrag zur Steigerung des Wohlbefindens

(wed) - Die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt der mk Technology Group besonders am Herzen. Deshalb veranstaltete das Unternehmen jetzt bei Maschinenbau Kitz GmbH in Troisdorf-Bergheim, dem Stammhaus der mk Technology Group, in Kooperation mit der BARMER einen mk-Gesundheitstag.

Alle Beschäftigten hatten die Möglichkeit, sich an drei unterschiedlichen testen zu lassen. Beim Back-check wurden die Maximalkraft und das Kräfteverhältnis sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur getestet.



Alle Mann auf einer Linie: Geschäftsführung, Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), Krankenkasse und Orthopädie-Unternehmen kümmern sich um das Wohlbefinden der Mitarbeiter.

Jens Puth, Azubi Frederik (Orthopädie Vierbaum), mk-Geschäftsführer Sascha Krebs, Regionalgeschäftsführer BARMER Troisdorf Florian Wonneberger, Heinz-Gerd Musal (BGM), Torsten Krühlne (BARMER) und Nils Kleine (BGM) von links nach rechts



Auch mk-Geschäftsführer Sascha Krebs ließ eine Fußdruckanalyse erstellen. Auf dem kleinen Monitor hinter seinem Rücken sind die unterschiedlichen Belastungen erkennbar. (Fotos: wed)

Ohne Schwitzen und in Alltagskleidung, mit anschließender fachlicher Beratung. Bei der MediMouse-Wirbelsäulenmessung ist eine strahlenfreie, nicht invasive, apparative Vermessung der Wirbelsäule, deren Ergebnis Grundlage ist für eine spezifische Rückenbehandlung. Direkt nach der Messung gab es schon Vorschläge für individuelle Übungen für die „Vermessenen“.

Bei der Fußdruckanalyse wurden die Belastungszonen der Füße gemessen und grafisch dargestellt. Hiermit lassen sich Fehlbelastungen oder Fehlstellungen erkennen und Hinweise für notwendige orthopädische Maßnahmen geben. Zwei Fachvorträge zum Thema Rücken rundeten den Gesundheitstag ab.

mk hat ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) installiert. Damit will man einen wesentlichen Beitrag zum Er-

halt der Gesundheit und zur Steigerung des Wohlbefindens am Arbeitsplatz leisten. mk-Geschäftsführer Sascha Krebs: „Durch BGM stimmen wir die aktuellen und künftigen Maßnahmen des Arbeitsschutzes, des Betrieblichen Eingliederungsmanagements und der Betrieblichen Gesundheitsförderung aufeinander ab und sorgen dafür, dass diese effektiv und zielgerichtet umgesetzt werden.“

BARMER Regionalgeschäftsführer Florian Wonneberger: „Als kompetenter Gesundheitspartner verfügen wir über jahrelange Erfahrung in der Planung und Durchführung von Gesundheitsprogrammen. Betriebliches Gesundheitsmanagement lohnt sich – auch für die Zukunft. Wir freuen uns mit der Firma Kitz und Ihren Mitarbeitern langfristig weitere Maßnahmen umzusetzen.“



# „Offenes Singen“ bei der AWO Spich

„Ein frohes Lied auf den Lippen vertreibt alle Sorgen!“  
**Gründonnerstag, 13.4.2017**  
 um 15 Uhr lädt die AWO Spich alle singefreudigen Mitmenschen zum monatlichen „Offenen Singen“ ins Spicher Bürgerhaus (Thekenrichtraum) ein! Die Be-

gungungsstätte ist schon ab 14 Uhr offen.  
 Wer nicht gerade mit Ostereierfärben beschäftigt ist und einen gemütlichen Nachmittag verbringen möchte, der mache sich frohen Mutes auf den Weg!

In netter Runde und mit Gitarrenbegleitung werden alte Liedtexte und Melodien wieder lebendig!  
**Ob der Osterhase auch schon unterwegs ist?**  
 Lassen Sie sich überraschen!  
**Donnerstag, 4.5.2017 ebenfalls**

um 15 Uhr begrüßen wir musikalisch den schönsten Monat im Jahr.  
**„Der Mai ist gekommen.....!“**  
 Kommen Sie doch auch einfach unverbindlich vorbei, es macht Spaß!  
 Wir freuen uns auf Sie!

Anzeige

## Vorsorge für eine anhaltende Gesundheit

Gesundheitstag als Beitrag zur Steigerung des Wohlbefindens



Alle Mann auf einer Linie: Geschäftsführung, Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), Krankenkasse und Orthopädie-Unternehmen kümmern sich um das Wohlbefinden der Mitarbeiter. (Fotos: wed)

(wed) Die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liegt der mk Technology Group besonders am Herzen. Deshalb veranstaltete das Unternehmen jetzt bei Maschinenbau Kitz GmbH in Troisdorf-Bergheim, dem Stammhaus der mk Technology Group, in Kooperation mit der Barmer GEK einen mk-Gesundheitstag. Alle Be-

schäftigten hatten die Möglichkeit, sich an drei unterschiedlichen Geräten testen zu lassen. Beim Back-check wurden die Maximalkraft und das Kräfteverhältnis sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur getestet. Ohne Schwitzen und in Alltagskleidung, mit anschließender fachlicher Beratung. Bei der MediMouse-Wirbelsäulenmessung ist eine strahlenfreie, nicht

invasive, apparative Vermessung der Wirbelsäule, deren Ergebnis Grundlage ist für eine spezifische Rückenbehandlung. Direkt nach der Messung gab es schon Vorschläge für individuelle Übungen für die „Vermessenen“. Bei der Fußdruckanalyse wurden die Belastungszonen der Füße gemessen und grafisch dargestellt. Hiermit lassen sich Fehlbelastungen oder Fehlstellungen erkennen und Hinweise für notwendige orthopädische Maßnahmen geben. Zwei Fachvorträge zum Thema Rücken rundeten den Gesundheitstag ab.  
 mk hat ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) installiert. Damit will man einen wesentlichen Beitrag zum Erhalt der Gesundheit und zur Steigerung des Wohlbefindens am Arbeitsplatz leisten. mk-Geschäftsführer Sascha Krebs: „Durch BGM stimmen wir die aktuellen und künftigen Maßnahmen des Arbeitsschutzes, des Betrieblichen Eingliederungsmanagements und der Betrieblichen Gesundheitsförde-

rung aufeinander ab und sorgen dafür, dass diese effektiv und zielgerichtet umgesetzt werden.“



Auch mk-Geschäftsführer Sascha Krebs ließ eine Fußdruckanalyse erstellen. Auf dem kleinen Monitor hinter seinem Rücken sind die unterschiedlichen Belastungen erkennbar.

| Metzgerei und Partyservice Kolzern Troisdorf   | Mittagstisch vom 10.04. bis 15.04.17   |                 | Mittagstisch vom 17.04. bis 22.04.17   |                 |
|--|--|-----------------|--|-----------------|
|  | Tagesgericht I   | Tagesgericht II | Tagesgericht I   | Tagesgericht II |
| Metzgerei • Partyservice<br>Frühstück • Mittagstisch<br>Metzgerei Partyservice<br>Gebrüder Kolzern<br>Sieglarer Str. 42<br>53842 Troisdorf-Oberlar<br>Tel.: 02241-4 1950<br>Fax: 02241-45378 | Mo. Kotelett mit Kohlrabi und Salzkartoffeln                                       | 6,80 €          | Nudeln mit Tomatensauce und gebratener Jagdwurst   | 6,00 €          |
|  | Di. Gekochtes Hähnchen (Schweinshaxe) mit Sauerkraut und Kartoffelpüree            | 6,80 €          | Wirsing untereinander mit Mettwurst  | 6,00 €          |
|  | Mi. Gekochtes Rindfleisch an Meerrettichsauce mit Kartoffeln und Roter Beete-Salat | 7,50 €          | Chilli con carne mit Reis  | 6,00 €          |
|  | Do. Frisches Cordon Bleu mit Zuckererbsen und Kroketten                            | 7,00 €          | Spinat mit Spiegelei und Kartoffeln  | 6,20 €          |
|  | Fr. <b>Karfreitag</b>  |                 | <b>Karfreitag</b>  |                 |
|  | Sa. <b>Ostersamstag</b>  |                 | <b>Ostersamstag</b>  |                 |
|  | Mo. <b>Ostermontag</b>   |                 | Di. Bratwurstschnecke mit Kohlrabi-gemüse und Kartoffelpüree                               | 6,80 €          |
|  |  |                 | Kartoffel – Gemüseauflauf  | 6,00 €          |
|  |  |                 | Mi. Schweinefilet an Pfefferrahmsauce mit Kroketten und gemischten Salat                   | 8,00 €          |
|  |  |                 | Dicken Bohnen mit Mettwurst und Salzkartoffeln   | 6,50 €          |
|  |  |                 | Do. Rindergulasch mit Nudeln und Apfelmus  | 7,00 €          |
|  |  |                 | Frikadelle mit süß sauren Bohnenrahmgemüse und Kartoffelpüree                              | 6,50 €          |
|  |  |                 | Fr. Sülze an hausgemachte Remoulade mit Bratkartoffeln                                     | 6,20 €          |
|  |  |                 | Hausgemachte Bockwurst mit frischen Kartoffelsalat   | 5,80 €          |
|  |  |                 | Sa. Gulaschsuppe mit Brötchen  | 5,50 €          |
|  |  |                 | Mittagstisch von 11 bis 14 Uhr. Vorbestellung erwünscht. Gerne liefern wir auch frei Haus. |                 |