



SONNTAG, 25. MÄRZ 2007



## HOHE BÖRDE

Mit Holunder  
aus dem Bebertal  
zu Gast im  
Umweltministerium

Seite 2

# Schokolade zum Frühstück

## Gesundheitsberatung im Landwirtschaftsministerium

VON  
HENDRIK REPPIN

Magdeburg. Bewegung, Entspannung, Körperhaltung und vor allem die richtige Ernährung - dies waren die hauptsächlichsten Themen beim Gesundheitstag unter dem Motto „Fit im Büro“ in dieser Woche im Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt. Die Beamten des Hauses konnten schon ab 9 Uhr sowohl am Ruderergometer gegeneinander antreten und richtig schwitzen, aber auch bei einer Massage entspannen. Zum Dank gab es gesunde Kost. Da gab es neben Obst und gesundem Gebäck auch Schokolade zum Frühstück.

„Der Gesundheitstag soll zeigen, welche Möglichkeiten der Einzelne hat, um fit für den Berufsalltag zu bleiben“,

so Ministerin Petra Wernicke im Vorfeld der Veranstaltung.

Die Beschäftigten und Beamten des Ministeriums für Landwirtschaft und Umwelt konnten sich am ersten Gesundheitstag zu den fünf Themenkomplexen Körper und Gesundheit, Ernährung, Bewegung und Sport, Entspannung und Wellness sowie Arbeit und Umfeld informieren. Die Angebote reichten von Informationsständen über Vor-

trage, Gesundheitschecks, Angebote für Rückenschule, Entspannungsübungen und Massagen bis hin zu Fitness- und Sportaktivitäten.

Einen größeren Raum nahm eine „Abordnung“ aus dem Bebertal in Anspruch. Ursula E. Duchow stellte Gesundes aus Holunder vor.

Auch unter den Gästen des Aktionstages: Eine Abordnung aus dem Justizministerium. Dort plant man ebenfalls die Etablierung eines Gesundheitstages.



Petra Eichler, Botschafterin des Landfrauenverbandes, klärte am Gesundheitstag über dunkle Schokolade und deren „Kräfte“ auf.  
Foto: H. Reppin