

Pforzheimer Gesundheitstag

Betriebliches Gesundheitsmanagement „Gesund durch den Winter“ lautet das Motto des Pforzheimer Gesundheitstages am **Mittwoch, den 20. Oktober**. Hier zeigen Experten, wie sich durch eine Kombination aus gesunder Ernährung und moderater Bewegung die Abwehrkräfte stärken lassen. „Kleine und mittlere Unternehmen haben meist nicht die Möglichkeit, einen eigenen Gesundheitstag zu veranstalten. Deshalb bieten wir ihnen gemeinsam mit dem Unternehmensnetzwerk der GBE diese Möglichkeit an“, sagt Daniel Gloss, Leiter des AOK-KundenCenters Pforzheim. Auf dem Programm stehen ein Vortrag von 45 Minuten über das Thema „Ernährung fürs Immunsystem“ (10 und 14 Uhr) sowie der Aktiv-Work-

shop „Bin mal kurz draußen“ von 60 Minuten (11 und 15 Uhr). Zusätzlich informiert das Gesundheitsamt Pforzheim/Enzkreis um 11 und um 15 Uhr über das Thema „Impfschutz: Risiken & Chancen“. Die Veranstaltungen finden im Sanitätshaus Heintz statt, das von 10 bis 18 Uhr auch eine kostenlose Fußabdruck- und Venenmessung anbietet. Kurz entschlossene Geschäftsleute und Beschäftigte aus Pforzheim können sich bis 15. Oktober bei Martin Kühnemundt, Büro Quarz-Innenstadt, Telefon **07231 5897-969** oder martin.kuehnemundt@gbe-pforzheim.de anmelden.

