



Firmenaktionstag zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Foto: TIZ Grieskirchen

## AKTION

# Gesund im Betrieb

**GRIESKIRCHEN.** Betriebliche Gesundheitsförderung lohnt sich. Getreu diesem Motto veranstaltete das TIZ Grieskirchen in Kooperation mit der Firma Pöttlinger einen Aktionstag, bei dem die Förderung der Gesundheit am Arbeitsplatz im Mittelpunkt stand. Richtige Ernährung, Sport und mentale Fitness sind mitunter wichtige Faktoren, die die Gesundheit positiv beeinflussen.

Auf diesen drei Schwerpunkten war der Aktionstag aufgebaut. Geboten wurden ein Mix aus Workshops, ein Gehörtstest und auch ein Bewegungsparcours. Mitarbeiter des TIZ und der eingemieteten Firmen inklusive der Firma Pöttlinger hatten die Möglichkeit, sich gezielt über Bewegung, Ernährung und mentale Fitness zu informieren und Tipps und Tricks abzuholen. ■