

**Zuarbeit Kreisblatt
06.03.2017**

KoBa Harz Gesundheitsmesse 2017 war ein großer Erfolg

Die diesjährige Gesundheitsmesse der KoBa Harz fand am 15.02.2017 im Freizeit- und Sportzentrum (FSZ) in Halberstadt statt. Unter dem Motto „Mit Sport und gesunder Ernährung in den Job“ hatte die KoBa Harz eingeladen und die Menschen erschienen zahlreich.

Die Besucher wurden am Eingang von den Mitarbeiterinnen der KoBa Harz begrüßt. Anschließend gab es für die Gruppen eine kurze Einweisung durch Claudia Förster, Teamleiterin aktive Leistungen.

In einer Präsentation wurde erläutert, dass die körperliche Gesundheit, nicht nur abhängig vom Alter ist, sondern auch ob sich die Person in Grundsicherungsbezug befindet. Die Statistik zeigt, dass diese Personengruppe oft weniger auf gesunde Ernährung und Bewegung achtet im Vergleich zu Menschen, die in einem gesicherten Arbeitsverhältnis stehen.



Der erste Gang führte viele Besucher zum „Zuckertisch“. Hier wurde mit Würfelzucker eindrucksvoll dargestellt, wieviel Stück Zucker sich in bestimmten Lebensmitteln befinden. Der Arbeiter-Samariter Bund hatte einen großen Stand und informierte über die Themen gesunde Ernährung und Sucht. Auch an der Ernährungswaage herrschte reges Interesse. Hier wurde den Besuchern eindrucksvoll demonstriert, wie viele gesunde Lebensmittel man an statt zucker- und fetthaltiger Speisen und Getränken zu sich nehmen kann. Oft wurde an diesem Tag Pizza, Döner und Bratwurst mit Pommes in Form von Holzwürfeln in die Waagschale geworfen, um sie anschließend gegen das Gewicht von Vollkornbrot, Gemüse, Obst aufzuwiegen. Die Alltagsdrogen Alkohol und Nicotin sind leider immer noch fest in unserer Gesellschaft verankert und oft ist der übermäßige Konsum von Alkohol eines der Vermittlungshemmnisse von Langzeitarbeitslosen. Aber auch die Abhängigkeit von Drogen, Medikamenten und die Spielsucht stellt Betroffene vor große Probleme. Hier bietet die Suchtberatung kompetente und einfühlsame Hilfe.

Das FZS Halberstadt war mit einem eigenen Stand vertreten. Dort wurde über Programme zur Gewichtsreduzierung und Sportmöglichkeiten informiert. Besonders die kleinen Häppchen kamen sehr gut an und so mancher hat das erste Mal einen grünen Smoothie probiert und erstaunend festgestellt, dass die Kombination auf Gurke, Banane, Orange und Radieschenblätter doch sehr lecker schmeckt. Das



Gesundheitshaus Bodetal aus Thale informierten an seinem Stand über vielseitige medizinische Behandlungen bei Beschwerden von Körper und Seele. Die Barmer Gesundheitskasse bot Flyer und Informationsmaterial rund um das Thema Ernährung und Bewegung. Das Bildung und Teilhabe

Team der KoBa Harz informierte an seinem Stand u.a. über die Unterstützungsmöglichkeiten für Kinder, die sich sportlich betätigen möchten z.B. in Form eines Zuschusses für eine Mitgliedschaft in einem Sportverein.

Die beiden Verantwortlichen der KoBa Harz, Claudia Förster und Janine Caysa, zogen eine durchweg positive Bilanz. Die Koba Harz dankt ihren Kunden für das Interesse, sowie allen Partner insbesondere dem FSZ Halberstadt für die tatkräftige erfolgreiche Zusammenarbeit.

Pressekontakt KoBa Harz:

Pressestelle KoBa Harz

Tel.: 03943 58 – 3234 | Fax: 03943 58 – 3040 | E-Mail: presse@koba-jobcenter-harz.de