

Tag der gesunden Ernährung im Seniorenzentrum Richard Böttger

Am 10. März wurden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Seniorenzentrums Richard Böttger anlässlich des Tages der gesunden Ernährung zu einem gemeinsamen Frühstück eingeladen.

In gemütlicher Atmosphäre hatten die Teilnehmenden die Möglichkeit, zusammenzukommen, sich auszutauschen und gemeinsam in den Tag zu starten. Das Frühstück bot eine schöne Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Gedanken zu teilen oder einfach einen ruhigen Moment abseits des oft stressigen Arbeitsalltags zu genießen.

Besonders im Mittelpunkt stand das Thema gesunde Ernährung. Ein ausgewogenes Frühstück mit frischem Obst, Vollkornprodukten, Joghurt und anderen gesunden Lebensmitteln zeigt, wie wichtig eine gute Ernährung für das Wohlbefinden und die Gesundheit ist. Gerade im Arbeitsalltag spielt eine bewusste Ernährung eine große Rolle, da sie Energie gibt und zur Konzentration sowie zur allgemeinen Leistungsfähigkeit beiträgt.

Die Veranstaltung wurde von den Mitarbeitenden sehr positiv aufgenommen und trug zu einer angenehmen und wertschätzenden Gemeinschaft im Haus bei.

