

Kassel, den 28. Februar 2025

Nacken im Fokus

Beweglich bleiben – Schmerz vertreiben

Jede zweite Person in Deutschland leidet unter Nacken- und Schulterschmerzen. Der diesjährige Tag der Rückengesundheit am 15. März greift dieses Thema auf.

An diesem Tag geht es unter dem Motto „Beweglich bleiben – Schmerz vertreiben“ darum, wie man Nacken- und Schulterbeschwerden vermeiden kann. Ziel ist es, die Bedeutung eines gesunden Nackens bewusst zu machen und nützliche Informationen bereitzustellen. Es gibt viele Tipps zur Vorbeugung und Linderung von Nacken- und Schulterschmerzen, wie zum Beispiel einen ergonomischen Arbeitsplatz, regelmäßige Bewegung oder Ausgleichsübungen bei der Arbeit.

Auf seiner Internetseite <https://agr-ev.de/de/tag-der-rueckengesundheit> stellt der Verein „Aktion Gesunder Rücken“ einen Ratgeber für einen schmerzfreien Nacken und entspannte Schultern mit vielen hilfreichen Maßnahmen bereit. Außerdem finden sich dort alle Termine zu Online- und Vor-Ort-Veranstaltungen für einen gesunden Rücken.

SVLFG

sicher & gesund aus einer Hand

Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau – kurz SVLFG – ist der Verbundträger der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft, Alters-, Kranken- und Pflegekasse. Die SVLFG erbringt übergreifend Leistungen sicher und gesund aus einer Hand und ist der einzige Sozialversicherungsträger für Selbständige und ihre mitarbeitenden Familienangehörigen in der landwirtschaftlichen Sozialversicherung. Mit den Kenntnissen über die besonderen Bedürfnisse der Versicherten und deren Betriebe trägt die SVLFG als Partner im ländlichen Raum zur größtmöglichen Arbeitssicherheit bei und unterstützt bei einer gesundheitsfördernden Lebensweise. Dabei gehören Leistungen wie die Betriebs- und Haushaltshilfe und speziell auf die Grüne Branche zugeschnittene Gesundheitsangebote zum herausragenden Portfolio. Die SVLFG zeichnet sich durch wirkungsvolle, versicherungszweigübergreifende Präventionsarbeit aus. Durch die berufsständische Selbstverwaltung ist die direkte Mitwirkung der Versicherten sichergestellt.



Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 – 72, 34131 Kassel
Telefon: 0561 785-0, E-Mail: kommunikation@svlfg.de
Internet: www.svlfg.de

Pressesprecherin:

Martina Opfermann-Kersten

Telefon: 0561 785-16183