

4. März 2017 | 00.00 Uhr

Heiligenhaus

Medizinisches Zentrum bietet kostenfreien Rückencheck an

Heiligenhaus. Unter dem Motto "Balance finden - Rücken stärken" finden zum Tag der Rückengesundheit rund um den 15. März in ganz Deutschland Aktionen und Informationsveranstaltungen statt - so auch in Heiligenhaus. Ziel des Rückentages ist, die Bevölkerung über wirkungsvolle Präventionsangebote zur Vermeidung von Rückenschmerzen zu informieren. Im Mittelpunkt stehen dabei rückenfreundliche Bewegungsaktivitäten, Methoden zur Stressreduzierung sowie Empfehlungen für ein ergonomisches Umfeld am Arbeitsplatz und in der Freizeit.

In Heiligenhaus lädt das medizinische Zentrum Villa Nonnenbusch zu einem kostenfreien Tag der Rückengesundheit ein. Das kostenfreie Angebot findet Südring 180 statt. Eine Anmeldung bis zum 13. März unter Telefon 02056 59454-0 oder per E-Mail an anmeldung@villa-nonnenbusch.de ist erwünscht. Die Orthopäden Dr. Sven Authorsen und Dr. Philipp Reek sowie Physiotherapeut Alexander Fräcke bieten einen kostenfreien Rückencheck an.

Organisiert wird der Aktionstag vom Bundesverband deutscher Rückenschulen und der Aktion Gesunder Rücken. Das diesjährige Motto "Balance finden - Rücken stärken!" bezieht sich auf das körperliche und psychische Gleichgewicht. Meist sind Rückenschmerzen das Resultat eines Ungleichgewichts zwischen Belastung und Erholung.

<http://www.rp-online.de/nrw/staedte/ratingen/medizinisches-zentrum-bietet-kostenfreien-rueckencheck-an-aid-1.6652051>