

## ⊕ Hannoversche Firmen werden aktiv – und spenden für die Pflege



**Bei der Aktion „150 Minuten aktiv für die Pflege“ sind Mitarbeiter hannoverscher Firmen geradelt, gewandert und gejoggt. Und die Unternehmen spenden zur Unterstützung der MHH-Pflegekräfte.**

Bärbel Hilbig

21.10.2022, 17:00 Uhr



**Hannover.** Rund 250 Beschäftigte hannoverscher Firmen waren jetzt eine Woche lang besonders sportlich aktiv. Sie fuhren mit dem Rad zur Arbeit statt mit dem Auto, gingen walken, joggen oder spazieren. Das Ziel: Die Mitarbeiter wollten sich mindestens 150 Minuten in einer Woche bewegen, das ist die Zeitspanne, die die Weltgesundheitsorganisation WHO als Grundlage für einen gesunden Lebensstil empfiehlt.

Die Anregung für die Bewegung im Alltag kommt aus der Medizinischen Hochschule Hannover, deren Förderstiftung MHH plus mit der Aktion Spenden zur Unterstützung der Pflegekräfte einsammelt. Die Firmen spendeten für jeden Mitarbeiter, der mitmacht, eine feste Summe.

So verabredeten sich Henriette Dusche und Katharina Rehbein von der Baum-Unternehmensgruppe zum gemeinsamen Joggen. „Da wir gern Sport machen, war für uns klar, dass wir einen aktiven Beitrag leisten wollen“, sagt Katharina Rehbein. Es sei eine großartige Idee, Sport und soziales Engagement für die Pflege zu verbinden.

### Spenden entlasten MHH-Pflegekräfte

Die Förderstiftung MHH plus hatte [jetzt zum zweiten Mal zu der Aktion "150 Minuten aktiv für die Pflege"](#) aufgerufen. Die Idee entstand in der Corona-Pandemie, die die Belastung der Pflegekräfte noch einmal erhöht hat. Dieses Mal kamen knapp 23.000 Euro zusammen. Die Stiftung finanziert damit einen Tag mit Workshops für die Pflegekräfte.

Das Geld fließt auch in Hilfsmittel, die den Arbeitsalltag erleichtern und den Beruf damit letztlich attraktiver machen. „Ein Beispiel sind Geräte, mit denen sich demente Patienten beschäftigen, sodass sie innerlich zur Ruhe kommen. Wenn sie zufrieden sind, entlastet das die Pflegekräfte“, sagt Annika Morchner von der Stiftung.

Beteiligt haben sich Hannoverimpuls, Hans G. Bock, Heinz von Heiden, N-Bank, Tina Voß, PSD Bank Hannover, Unternehmerverbände Niedersachsen, Baum-Unternehmensgruppe und VHV-Stiftung.