

Blackbox Nachhaltigkeit? Nachhaltigkeit leben – 4 Praxistipps für nachhaltiges Handeln, das direkt beim Menschen ankommt

Wie Sie mit kleinen Veränderungen in den Bereichen Gesundheit und Ernährung Ihr Unternehmen langfristig und nachhaltig umgestalten können

Was kann ich für den Menschen tun, der bei mir arbeitet bzw. den ich versorge. Vier Ideen bzw. Vorschläge, was direkt bei den Menschen ankommt. Wir Mitarbeitenden sind die Leistungssportler des Alltags. Was kann ich tun, damit meine Leistungsfähigkeit erhalten bleibt bzw. schnellstmöglich wieder hergestellt wird. Vier TIPPS, die unkompliziert und ohne großen finanziellen Aufwand umgesetzt werden können.

1. HEY HEALTH – Fit your Company

Ansprechpartner: Norman Backhaus

Homepage: <https://heyhealth.fit>

Thema: Die Basis der Bewegung - Fußstatik im Fokus

- **Gesunde Füße – weniger Krankenstand**

Durch präzise Fußstatik-Analysen erkennen wir frühzeitig Fehlbelastungen und beugen orthopädischen Problemen vor – das reduziert krankheitsbedingte Ausfälle und steigert die Produktivität.

- **Direkt vor Ort – schnell, einfach, effektiv**

Wir kommen ins Unternehmen – ohne Zeitverlust für Ihre Mitarbeiter. Die Analyse erfolgt zeitsparend vor Ort, inklusive digitaler 3D-Vermessung und Beratung.

- **Maßgefertigte Einlagen – individuell & nachhaltig**

Auf Wunsch fertigen wir passgenaue orthopädische Einlagen an – abgestimmt auf Beruf, Schuhwerk und Fußtyp. Die Lieferung und Anpassung erfolgt bequem im Unternehmen.

2. Herakles Therapiezentrum

Ansprechpartner: Daniel Wieland

Homepage: <https://herakles-therapiezentrum.de>

Thema: Einsatz der „Lymphhose“ nach Verletzungen oder OP´s oder einfach nur für den Stoffwechsel und die kleinen „Wehwehchen“

- Hilft dem Körper bei der Regeneration nach OP´s, Verletzungen an Gelenken und Muskeln, schnellerer Abtransport von Wundflüssigkeit, schnellere Heilung und Genesung
- Fördert die Nierentätigkeit, Schadstoffe im Körper werden „ausgespült“ (gesundheitsfördernd)

- Hoher Kosten- / Nutzeneffekt
- Anforderung: kleiner Raum, mobile Massageliege, Stromanschluss, Außenfenster

3. WEPA Stiftung

Ansprechpartner: Ingmar Lohmann

Homepage: <https://www.wepa.eu/de/wepa-gruppe/wepa-stiftung>

Thema: Hand Hygiene am Beispiel der „Sauber Zauber Box“

- Die Sauber Zauber Box hat den Begriff Hygiene-Education in Kindergärten und Grundschulen neu definiert
- Die Sauber Zauber Box ist lernen mit Spaß. Handhygiene Experimente zum ausprobieren
- Sensibilisiert für Umweltschutz: Macht abstrakte Themen wie Müllvermeidung und Ressourcenschonung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene konkret erlebbar.
- Fördert aktives Handeln statt bloßer Information – durch Mitmachen, Mitgestalten, Mitverantworten

4. Sarah Liedtke – Training, Coaching, Speaking – Alles für die Pflege

Ansprechpartnerin: Sarah Liedtke

Homepage: www.sarahliedtke.com

Thema: Generationen verstehen. Für mehr Miteinander im Pflegealltag.

Vier Generationen arbeiten heute Seite an Seite in der Pflege. Unterschiedliche Erwartungen, Kommunikationsstile und Denkweisen treffen täglich aufeinander. Oft ohne, dass sie bewusst gemacht oder offen kommuniziert sind.

In diesem Workshop geht es nicht um Theorien, sondern um echte Begegnung:

- Warum verhalten sich Menschen, wie sie sich verhalten?
- Was steckt hinter Widerstand, Schweigen oder Überforderung?
- Wie kann ich im Alltag bewusster reagieren, ohne sofort zu werten?

Teilnehmende nehmen mit:

- wie Prägung und Erfahrungen das Miteinander beeinflussen
- wie wir eigene Muster besser erkennen und einordnen
- wie kleine Veränderungen in Haltung und Sprache Großes bewirken können

Es braucht dafür keine neuen Strukturen oder politische Entscheidungen, sondern den Blick auf das, was bereits da ist. Wir dürfen uns nur daran erinnern.

Ziel: Weniger Missverständnisse, mehr Verständnis und damit mehr Eigenverantwortung und mehr echtes Miteinander.

Wir freuen uns auf Euch!