

# Gesundheit darf kein Nice-to-Have mehr sein



LAURA SCHNEIDER

# ERST WER – DANN WAS UND WIE



## WER

- **Ganzheitliche Betrachtung** von Organisationen, Teams und Mitarbeitern
  - Organisation = mehr als die Summe der Mitarbeitenden
- Führungskräfte und ihre Teams als entscheidender Faktor für den Unternehmenserfolg



## WAS / WIE

- **Ganzheitliche Begleitung** von Menschen & Organisationen durch Berücksichtigung der Arbeitswelt-Bedürfnisse, sowie passende Coaching- und Beratungsformate
- Unterstützung von Klienten immer **in Alternativen zu denken** und **in Szenarien zu handeln**

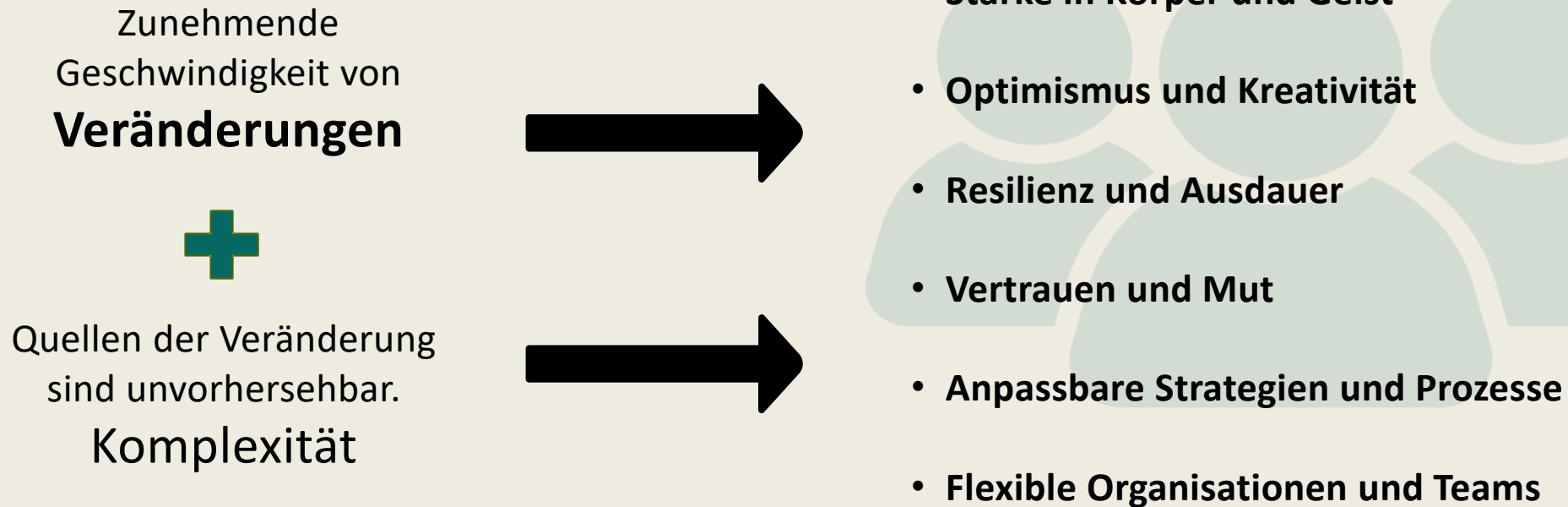
# Realitätscheck

## Erwartungen und Herausforderungen

- Fortwährender Wandel im wirtschaftlichen, gesellschaftlichen und organisatorischen Umfeld erfordert hohes Maß an **Anpassung** für Unternehmen und Mitarbeitende
- Zufriedenheit deutscher Arbeitnehmer 2024: 45 % (Rückgang um 8 %-Punkte)
  - Stressniveau: 41 % (über europäischem Durchschnitt von 37 %)
- Krankheitsbedingte Lohnfortzahlung für Unternehmen: 82 Mrd. € (2024)
- Schätzung Produktionsausfälle durch Arbeitsunfähigkeit: 128 Mrd. € jährlich



# Wie wir diesen Herausforderungen begegnen können



# Unser Ansatz

---

## **Kein 08/15 Konzept**

individuelle Strategien statt Standardlösungen

## **Ganzheitliche Gesundheit**

mental und körperlich im Arbeitsalltag verankert

## **Praxisnah und wirksam**

Umsetzungshilfe für echte Veränderung statt reiner Wissensvermittlung

## **Gesundheit als Bestandteil der Unternehmenskultur**

Motor für Leistung, Resilienz und nachhaltigen Erfolg

# Ganzheitliche mentale und körperliche Gesundheit | zielgruppenfokussiert



Stärkung und Erhalt der Resilienz



Stress & Burn-Out Prävention



Longevity



Holistische Bewegungs- und Ernährungskonzepte



Ruhestandsvorbereitung



Business Coaching



# Der Weg ist das Ziel

Gezielte Förderung durch unterstützende und begleitende Maßnahmen

Impulsvorträge

Teamcoaching

1 : 1 Coaching

Workshops

Führungskräftecoaching

Online Coaching - Formate



## Kraftquelle

**Ernährung, die dich antreibt |  
4 Wochen Transformation**

- ✓ **Durch Live-Calls wird Ernährung lebendig:**  
Information, einfache Strategien für deinen Alltag und gemeinsamer Austausch.
- ✓ **Deine Resultate im Alltag**
  - Mehr Energie & Fokus im Berufsalltag
  - Heißhunger im Griff – auch unterwegs
  - Gesunde Entscheidungen leicht treffen
  - Nachhaltiges körperliches Wohlbefinden
- ✓ **Inhalte**
  - Basiswissen: Ernährung & Energie verstehen
  - alltagsfreundliche & smarte Mahlzeiten
  - Blutzuckerstabilisation
  - Mahlzeitenrhythmus für Fokus & Erholung

4 Wochen | max. 15 Teilnehmer | 4 Live-Calls

Start: XX.XX.XX

# ONLINE COACHING – FORMAT

## BEISPIEL FÜR MITARBEITERANGEBOT

## KLEINE HÜRDE, GROßE WIRKUNG.

# Warum wir?

- **Generationenmix**

Zwei Perspektiven,  
doppelte Wirkung

- **Lange Erfahrungen in  
Konzernstrukturen**

- **Eigene Historie mit  
Herausforderungen**



# Case Studies

---

- Mittelständisches Unternehmen:  
Workshops zu körperlicher Gesundheit, Longevity, Business Coaching in einem M&A Projekt
- Zusammenarbeit mit Gewerkschaft
  - Fortlaufend gebucht wegen hoher Nachfrage
- Einzelcoachings im Kontext präventiver Gesundheit

# Wer morgen noch vorne mitspielen will, muss heute handeln.

---

- ❖ Gesundheit fokussieren.
- ❖ Leistungsfähigkeit stärken.
- ❖ Unternehmenserfolg sichern.

**Kommen Sie mit uns ins Gespräch!**

