



Wir wünschen uns alle  
Gesundheit. Leider nehmen  
stressbedingte Erkrankungen  
und Symptome zu. Es ist  
wichtig, selbst etwas für die  
eigene Gesundheit zu tun!

Annette Gall

Ein gesunder  
**Start**  
in & nach der  
Pandemie

# Erfolgreiche Rückkehr in den betrieblichen Ablauf

Mentale und körperliche Stärkung Ihrer Mitarbeiter



GmbH & Co. KG

ACG-Ingenieure

Kaubendenstraße 16 | 52078 Aachen | [info@acg-ingenieure.de](mailto:info@acg-ingenieure.de) | [www.acg-ingenieure.de](http://www.acg-ingenieure.de)

# Vorsorge, Schutz und Stärkung

für die mentale und körperliche Gesundheit

## Unterstützung für den erfolgreichen Neustart nach dem Lock Down.

Die Pandemie hat erhebliche Auswirkungen auf das mentale und körperliche Wohlbefinden der Menschen. Wir bieten Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern individuelle Hilfe zur Selbsthilfe, um nach dieser außergewöhnlichen Zeit mental und körperlich fit wieder in den betrieblichen Ablauf zurück zu finden.

### Womit wir Sie unterstützen:

- Information über mentale und körperliche Folgen dieser Ausnahmesituation
- Sachliche Aufklärung über Auswirkungen auf: Bewegungsapparat, Nervensystem, Schlafverhalten, Organe
- Hilfestellung zum Aufbau und Ausgleich
- Praktische Unterstützung bei der Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit
- Entwicklung individueller Konzepte in einem vertrauensvollen Rahmen
- Vorbereitung und Begleitung der Rückkehr in den Betrieb

### Unsere Fachberater und Trainer

Wir stellen Ihnen qualifizierte Berater des betrieblichen Gesundheitsmanagements und speziell ausgebildete Entspannungs-, Fazientrainer/innen zur Verfügung. Diese einfachen Methoden dienen Ihnen, um nach stressigen oder schwierigen Situationen, schneller wieder ins Gleichgewicht zu finden.

### Informieren Sie sich über die Möglichkeiten.

#### Wir bieten Ihnen an:

- Abstimmung mit der Personalverwaltung und dem Betriebsrat
- Individuelle Beratungsgespräche per Videotelefonie mit Mitarbeitern (ca. 20 Minuten pro Termin/Mitarbeiter). Beratung und Maßnahmen sind Hilfe zur Selbsthilfe und ersetzen keine Diagnose oder Behandlung durch einen Arzt oder Therapeuten.
- Weitere Inhalte auf Anfrage



## Wir sind für Sie da!



GmbH & Co. KG

## ACG-Ingenieure

Kaubendenstr. 16  
52078 Aachen

Tel.: 0241 - 938 70 56

info@acg-ingenieure.de  
www.acg-ingenieure.de