

 Brüggemann

Prima Klima 2025

So erreichen Sie uns

Diana Meier
Diana.Meier@
brueggemann.com
+49 7131 1575-214

Andreas Schmal
Andreas.Schmal@
brueggemann.com
+49 7131 1575-966

Harriet Schmidt
Harriet.Schmidt@
brueggemann.com
+49 7131 1575-185



Isabella Hebeiß
Isabella.Hebeiß@
brueggemann.com
+49 7131 1575-405

Carina Denner
Carina.Denner@
brueggemann.com
+49 7131 1575-803

Steffen Augustin
Steffen.Augustin@
brueggemann.com
+49 7131 1575-770

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

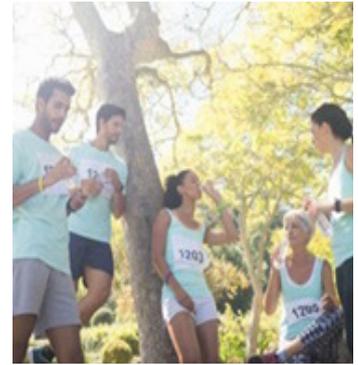
der Brüggemann-Gesundheitszirkel möchte Sie mit diesem Katalog über die aktuellen Angebote des Betrieblichen Gesundheitsmanagements am Standort Heilbronn informieren.

Wir haben unser Angebot für Sie überarbeitet. Den Fokus haben wir hierbei vor allem auf Gruppenaktivitäten gelegt mit dem Grundgedanken, gemeinsam Sport zu machen. Eine Anmeldung zu einem Kurs können Sie bei jedem Mitglied des Gesundheitszirkels abgeben oder über das Formular im Intranet. Wir bitten mit der Anmeldung auch Terminwünsche mitanzugeben, damit wir diese bei der Planung berücksichtigen können.

An dieser Stelle weisen wir darauf hin, dass wir zukünftig bei versäumten Terminen oder Veranstaltungen ohne rechtzeitige vorherige Absage, die dadurch entstandenen Kosten an den Mitarbeiter/die Mitarbeiterin weitergeben werden.

Wir freuen uns auch jederzeit über neue Anregungen, sprechen Sie uns einfach an oder reichen Sie diese über das Formular im Intranet ein.

Außerdem haben wir in diesem Heft die freiwilligen, sozialen Leistungen bei Brüggemann zusammengefasst. Wenn Sie hierzu Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Vorgesetzten.



Freiwillige Soziale Leistungen

Seite 7

Verhaltensregeln zur Grippezeit

Seite 8

Gesundheit

Grippe- und Coronaschutzimpfung

Seite 10

Rückenschmerzen

Seite 11

Präventionssprechstunde

Seite 12/13

Fitnessstudio

Seite 14

Gesundheitscheck

Seite 15

Physiotherapeutische Behandlung

Seite 16

Raucherentwöhnung NEURASAN

Seite 17

Hautkrebsvorsorge

Seite 18

Ernährungs-Check

Seite 19

Stressmanagement

Seite 20

Waldbaden

Seite 21



Events

Betriebssportgruppe Badminton	Seite 23
Brüggemann Tischtennis-Cup	Seite 24
Brüggemann Dart-Cup	Seite 25
Kochkurs	Seite 26
Brüggemann Cornhole-Turnier	Seite 27
Fahrradtour	Seite 28
Tageswanderung	Seite 29
Schnupper-Golfen	Seite 30
Skiausfahrt	Seite 31
Hüttenwanderung	Seite 32/33
ArtNight	Seite 34
Minigolf-Turnier	Seite 35
Kanu Stadtrundfahrt	Seite 36
Fussballgolf	Seite 37
Trollinger Marathon 2025	Seite 38
Fotos	Seite 39/40

Freiwillige soziale Leistungen

Wir möchten Ihnen einen Überblick über die freiwilligen sozialen Leistungen der L. Brüggemann GmbH & Co. KG geben.



*Wir weisen auf Folgendes hin:

Auf die „Freiwilligen sozialen Leistungen“ der Brüggemann-Unternehmen besteht – auch nach mehrmaliger Gewährung - kein Rechtsanspruch. Es handelt sich hierbei ausdrücklich um freiwillige Leistungen, deren Gewährung dem Arbeitgeber freisteht.

Wasser und Obst*

Wasser und Obst gehören zur gesunden Ernährung des Menschen. Ein Erwachsener sollte am Tag mind. 1,5 Liter Wasser trinken. Wir unterstützen unsere MitarbeiterInnen bei der gesunden Ernährung und sorgen dafür, dass immer genügend Mineralwasser (classic, medium, still) und frisches Obst zur Verfügung steht.

Kaffee*

Für alle MitarbeiterInnen gibt es kostenfrei Kaffee. In den Verwaltungsgebäuden stehen Kaffeeautomaten bereit, in den Produktionsgebäuden große Getränkeautomaten, bei denen der Kaffeebezug freigeschaltet ist.

Vesperbox-Mobil/ Automat

Auf dem Betriebsgelände erfolgt ein Vesperverkauf der Firma Vesperbox. Von Montag bis Freitag von ca. 9.00 bis 9.15 Uhr fährt das Vesperbox-Mobil auf unser Betriebsgelände. Außerdem gibt es einen Vesper-Automaten.

Grippeschutzimpfung/Corona*

Sie haben die Möglichkeit sich bei unserer Kooperationspraxis impfen zu lassen. Dazu mehr auf S. 10.

Langzeitkonto*

Wir bieten die Möglichkeit einer bezahlten Freistellung innerhalb des Beschäftigungsverhältnisses, um damit eine lebensphasenorientierte Arbeitszeitgestaltung zu unterstützen.

Beratung*

Jährliche Beratungsmöglichkeiten vor Ort zur Berufsunfähigkeits Absicherung und Rente.

Direktversicherung*

Für alle MitarbeiterInnen, welche eine Betriebszugehörigkeit von 5 Jahren haben, maximal 53 Jahre und nicht wegen Erkrankung arbeitsunfähig sind, wird eine arbeitgeberfinanzierte Direktversicherung bei der Allianz Lebensversicherung abgeschlossen.

Berufsunfähigkeitsversicherung*

Im Rahmen der Entgeltumwandlung hat jeder Mitarbeiter/jede Mitarbeiterin die Möglichkeit eine Berufsunfähigkeitsversicherung ohne Gesundheitsprüfung im günstigen Kollektivvertrag abzuschließen.

Kantine*

Wir beteiligen uns an den Betriebskosten der Schwarz-Kantine und unterstützen unsere MitarbeiterInnen darüber hinaus beim täglichen Verzehr in der Kantine mit einem Zuschuss von 3,30 €/Tag. Zu gleichen Konditionen kann das "Ristoro" im ItalFood genutzt werden.

Kindertagesstätte Sterntaler*

MitarbeiterInnen haben die Möglichkeit, einen geförderten Platz für ihren Nachwuchs in der Kindertagesstätte Sterntaler zu erhalten. Die Einrichtung befindet sich in der Heilbronner Innenstadt und bietet die Betreuung von Kindern ab dem 3. Lebensmonat bis zur Einschulung an.

Gewinnbeteiligung*

Brüggemann beteiligt MitarbeiterInnen am Unternehmenserfolg in Form einer freiwilligen Bonuszahlung nach dem jeweiligen Jahresabschluss.

Verhaltensregeln zur Grippezeit

Abstands- und Aufenthaltsregeln

- Halten Sie, wann immer möglich Abstand zu Ihren KollegInnen.
- Personenanzahl pro Raum möglichst gering halten
- Aufenthaltsdauer jedes Einzelnen möglichst verkürzen

Hände waschen

Waschen Sie sich regelmäßig (1 Mal pro Stunde) und gründlich die Hände. Halten Sie dabei die Hände unter fließendes Wasser, verreiben Sie dann die Seife für ca. 20 – 30 Sekunden auch zwischen den Fingern und spülen Sie die Seife gründlich ab.

Regelmäßig Hände desinfizieren

Nach dem Gang auf die Toilette bitte die Hände waschen und desinfizieren. Auch zwischendurch bitten wir Sie Ihre Hände regelmäßig zu desinfizieren.

Hygienisch husten und niesen

Bitte niesen bzw. husten Sie immer in den Ärmel.

Taschentücher nur einmal benutzen

Regelmäßig lüften

Mindestens alle 20 Minuten alle Fenster 5 bis 10 Minuten lang weit öffnen, bis die Luft im Raum komplett ausgetauscht ist.

Körperabwehr stärken

Vollwertige, vitaminreiche Ernährung und regelmäßige Bewegung

Gesundheit



Grippeschutzimpfung / Corona



Auch in diesem Jahr ist die Grippe und Covid-19 im Umlauf. Gerne können Sie sich für eine Schutzimpfung mit unserer kooperierenden Hausarztpraxis Neckarsulm in Verbindung setzen. Sie können Termine sowohl für die Grippeschutzimpfung als auch für die Covid 19 Impfung online, unter dem folgenden Link, vereinbaren:

Online-Termine | Hausarztpraxis-neckarsulm (hausarztpraxis-bahnhofplatz.de)

Eine Kombi-Impfung ist ebenfalls möglich. Dazu bitte einen Termin für die Covid-19-Impfung buchen und beim Impftermin angeben, dass auch eine Grippeschutzimpfung gewünscht ist. Die Impfung kann gerne auch während der Arbeitszeit erfolgen.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme der Kosten für die Schutzimpfungen.

Wo?

Ihre Hausärzte am Bahnhofplatz
Bahnhofplatz 10 (Zugang über Salinenstr. 8)
74172 Neckarsulm

Kontakt

info@hausarztpraxis-bahnhofplatz.de
Tel.: 07132 17282

Rückenschmerzen?

Entdecken Sie die Gokhale Methode!



Lernen Sie mit der Gokhale Methode, wieder entspannt zu sitzen, schmerzfrei zu stehen und besser zu schlafen – ohne OP oder Medikamente!

Kostenlose Info-Veranstaltung:

- 31.01.2025 | 14:00–15:30 Uhr
- Konferenzraum

Erfahren und Erlernen Sie:

- Wie Sie Ihre natürliche Haltung zurückgewinnen
- Techniken für entspanntes Sitzen und Stehen
- Eine Übung für den Alltag

Anmeldung:

über den Gesundheitszirkel

Link zur Anmeldung:

<https://termin-online-buchen.de/live/booking?cfeid=000864001268000201066933>

Gokhale Foundations Kurs (optional):

- 6 Einheiten à 1,5 Stunden
(2 Einheiten/Freitag)
(außerhalb der Arbeitszeit 14.00 – 17.30 Uhr)
- 30 Minuten Pause
- Eigenanteil: 290 € /Brüggemann: 200 €
- Max. 6 Teilnehmende pro Kurs

Im Kurs lernen Sie, alltägliche Bewegungen gesund und bewusst auszuführen – inkl. Arbeitsplatzanpassung. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung zum kostenlosen Einführungsworkshop mit Julie Johnson!

Julie Johnson

Gokhale Method Trainerin
mobil: 0174 820 2434
julie@gokhalemethod.com

Präventionssprechstunde. Guter Rat. Vertraulich.



B.A.D

**GESUNDHEITSVORSORGE UND
SICHERHEITSTECHNIK GMBH**

Nicht immer läuft im Leben alles perfekt, manchmal steht man vor schwierigen Entscheidungen. Frau Sabine Zillner, Diplom-Psychologin, und Frau Cornelia Helly, Beraterin Gesundheitsmanagement, unterstützen Sie kompetent und lösungsorientiert, z.B. bei:

- Belastungen am Arbeitsplatz, Stress und Burn-Out-Gefahr
- Konflikten (mit KollegInnen, im Team oder mit der Führungskraft)
- Auswirkung von Veränderung
- Belastungen in Partnerschaft und Familie
- psychischen Belastungen und Auswirkungen von Krankheiten
- persönlichen Krisen und Extremsituationen
- Suchtproblemen
- Work-Life-Balance

Niemand erfährt, dass Sie dieses Angebot annehmen. Für Ihren Termin stehen Ihnen die Frau Zillner und Frau Helly zur Verfügung.

Da Frau Zillner und Frau Helly oft in Beratungsgesprächen sind, könnte der Anrufbeantworter geschaltet sein. Hinterlassen Sie einfach eine Nachricht. Gerne können Sie auch Frau Zillner oder Frau Helly eine E-Mail schreiben. Ihre E-Mail wird schnellstmöglich bearbeitet und Ihre Berater*in wird sich schnellstmöglich bei Ihnen melden.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Kostenlose Inanspruchnahme der Beratung.



Kontakt

Sabine Zillner
Diplom-Psychologin

Mobil
0170 5796561

E-Mail
sabine.zillner@bad-gmbh.de

Wo?
Telefonisch oder beim
BAD Gesundheitszentrum Heilbronn
Bismarckstr. 108
74074 Heilbronn



Kontakt

Cornelia Helly
Beraterin Gesundheitsmanagement

Mobil
0151 15875541

E-Mail
cornelia.helly@bad-gmbh.de

Wo?
Telefonisch oder beim
BAD Gesundheitszentrum Heilbronn
Bismarckstr. 108
74074 Heilbronn

Fit und gesund – Ihr Start ins Fitnessstudio!



Sie würden gerne regelmäßig in ein Fitnessstudio gehen oder sind bereits Mitglied?

Für einen Großteil aller Rückenbeschwerden ist mangelnde Bewegung oder fehlende Muskulatur die Ursache. Tun Sie etwas dagegen!

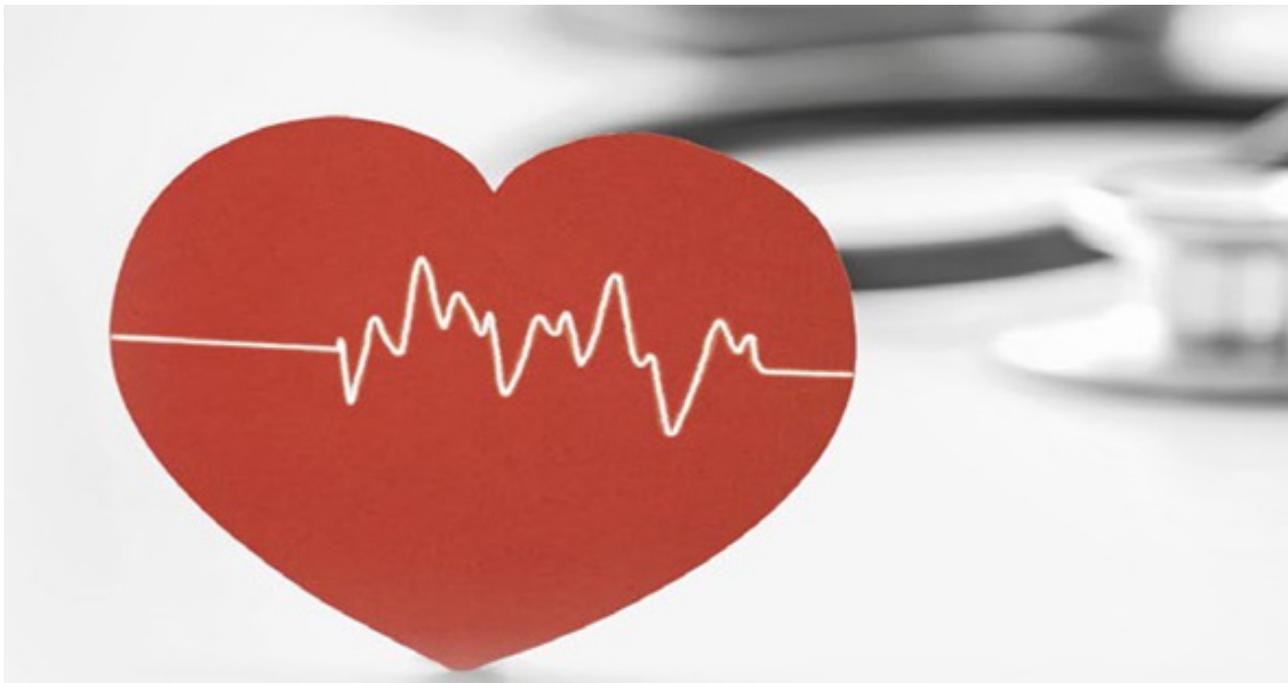
Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Brüggemann bezuschusst bis zu 15 € monatl. (mit der Gehaltsabrechnung).
- Mitgliedsnachweis (Vertragskopie), sowie Zahlungsnachweis für das Studio (z. B. Kontoauszug oder Bestätigung des Fitnessstudios) erforderlich.

Wo?

Fitnessstudio Ihrer Wahl

Gesundheitscheck



Um Ihre Gesundheit bestmöglich zu unterstützen, bieten wir Ihnen alle zwei Jahre einen umfassenden Gesundheitscheck an.

Dabei werden verschiedene Untersuchungen wie Blutwerte, ein Ruhe-EKG und ein Belastungs-EKG durchgeführt.

Ziel ist es, alle relevanten Aspekte genau zu analysieren und herauszufinden, wie Sie Ihre Gesundheit weiter optimieren können.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Übernahme der Kosten für den Gesundheitscheck alle 2 Jahre
- Freistellung von der Arbeit für die Dauer der Untersuchung

Wo?

Gesundheitszentrum Bad Wimpfen,
Bei der alten Saline 2,
74206 Bad Wimpfen

Physiotherapeutische Behandlung



Physiotherapie umfasst aktive und passive Therapieformen wie manuelle Therapie, Krankengymnastik, Lymphdrainage, Faszienbehandlung und klassische Massage. Als eine der ältesten Heilmethoden dient sie der Gesundheit und Gesunderhaltung. Die klassische Massage löst Verklebungen im Gewebe, fördert die Durchblutung und entspannt die Muskulatur. Sie eignet sich für Kranke und Gesunde gleichermaßen.

**Sobald ein neuer
Therapeut/-in gefunden ist**

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Wir organisieren Physiotherapeuten und übernehmen einen Teil der Kosten. Pro 15-minütiger Behandlung zahlen Sie 7€ direkt an den Therapeuten. Anmeldung vorab beim Gesundheitszirkel, solange Kapazitäten verfügbar sind.

Bitte während der Behandlung aus der Zeiterfassung ausstempeln. Absagen müssen mindestens 24 Stunden vorher erfolgen, sonst fallen 20 € an.

Wann?

Sobald wir einen neuen Therapeuten/In Gefunden haben, geben wir den Zeitraum bekannt

Wo?

Bewegungsraum, Gebäude 5

Raucherentwöhnung

Aktion Neurasan 2025



Die **NEURASAN®-Therapie** ist eine kombinierte Methode aus Verhaltenstherapie/Hyperhydrationstherapie und Homöopathie. Die Therapie wurde von dem Gründer und Fumarlogen Markus Gross entwickelt und kann helfen die Nikotinrezeptoren, also die „Empfangsantennen“ einer Zelle von nikotinabhängigen Menschen positiv zu beeinflussen und somit die Symptome des Rauchverlangens zu lindern.

Bei dem homöopathischen Teil werden verschiedene pflanzlich/mineralisch potenzierte Grundsubstanzen nach der original patentierten NEURASAN®-Rezeptur von Markus Gross mittels intrakutanen Injektionen in den äußeren Ohr- rand injiziert.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Brüggemann übernimmt die aktuellen Kosten der Therapie in Höhe von 200,00 €!

Kontakt:

Göttelbornerstraße 29,
66557 Uchtelfangen
+49 6825 499414

Hautkrebs-Vorsorge



Hautkrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen in Deutschland: Jedes Jahr erkranken mehr als 260.000 Menschen neu an Hautkrebs, etwa 30.000 davon an der besonders gefährlichen Form des "schwarzen" Hautkrebses (malignes Melanom). Frühzeitig erkannt, ist Hautkrebs aber sehr gut heilbar.

Doch wer kennt es nicht – einen Termin beim Hautarzt zu bekommen ist gar nicht so einfach. Daher bieten wir Ihnen an, dass der Arzt zu uns kommt und Sie untersucht.

Den genauen Termin teilen wir per Aushang mit, sobald es genügend Anmeldungen gibt.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Brüggemann übernimmt die Kosten der Untersuchung.

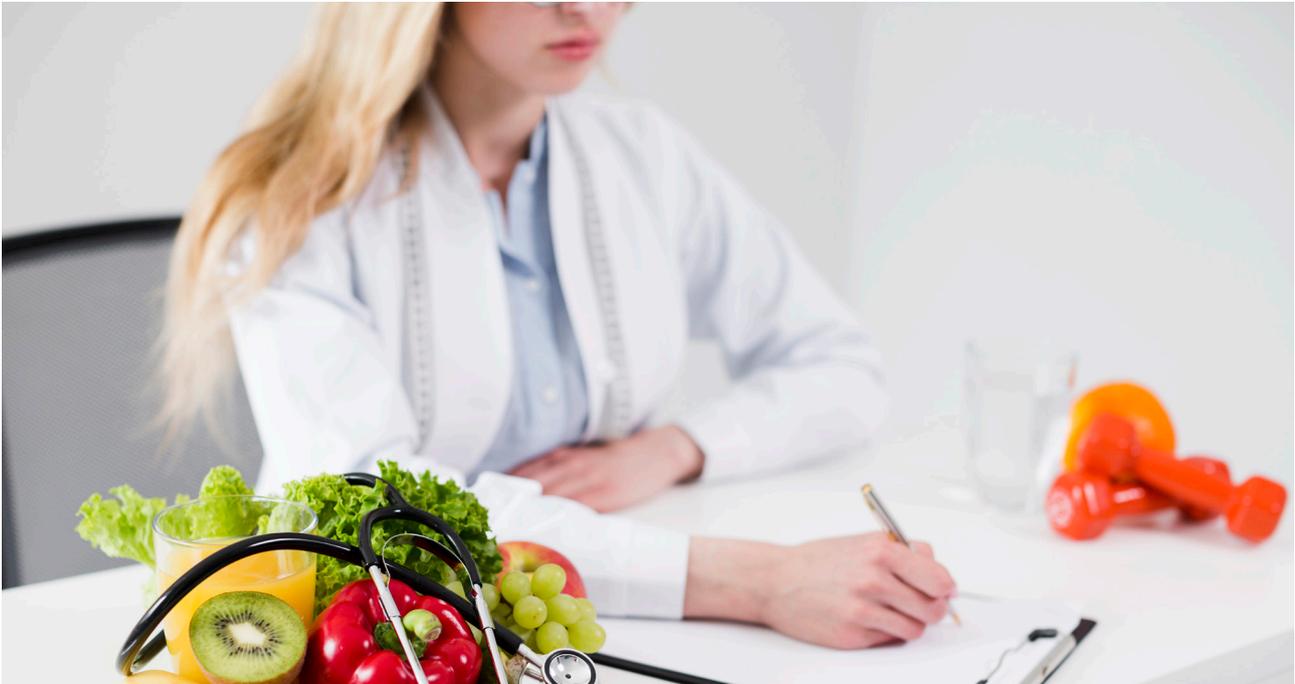
Mindestteilnehmerzahl:

10 Mitarbeiter

Anmeldung erforderlich:

innerhalb, der im Aushang mitgeteilten Frist

Ernährungs-Check



Sie möchten gerne etwas über richtige und gesunde Ernährung erfahren? Die richtige Ernährung spielt eine tragende Rolle bei gesundheitsfördernden Maßnahmen. Generell haben die Themen Essen und Gesundheit heutzutage einen wesentlich wichtigeren Stellenwert bekommen. Eine bedarfsdeckende Ernährung ist die Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Hier kann Sie eine individuelle Beratung mit Informationen und praktischen Tipps für den Alltag unterstützen.

Die AOK Krankenkasse bietet diese Beratung telefonisch für Sie an. Nach der Anmeldung beim Gesundheitszirkel bekommen Sie im Vorfeld ein Ernährungstagebuch und einen Anamnesebogen ausgehändigt, der bis 2 Wochen vor Termin bei der AOK-Fachkraft eingegangen sein muss.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Brüggemann übernimmt die Beratungskosten.
- Brüggemann stellt den Kontakt zur AOK für Sie her.

Wann?

Telefonische Einzelberatung nach Ihrer Terminabsprache mit der AOK-Fachkraft

Dauer:

ca. 1 Stunde
(außerhalb der Arbeitszeit)

Stressmanagement



Stressmanagement und Resilienz

Stressmanagement umfasst Methoden, die Stress abbauen, vorbeugen und bewältigen. Es geht darum, Stressfaktoren zu erkennen und besser mit ihnen umzugehen. Individuelle Stressoren können, wenn sie unterschätzt werden, zu Burnout führen.

Resilienz – das Immunsystem der Seele

Resilienz beschreibt die seelische Widerstandskraft. Resiliente Menschen bewältigen Stress, meistern Krisen gesund und wachsen an Herausforderungen. Eine hohe Resilienz stärkt Selbstbewusstsein und Gelassenheit und hilft, schwierige Situationen erfolgreich zu bewältigen.

Dauer: Je nach Anmeldung und Thema

Personen: 8-12

Ort: Online oder Präsenz

Kosten: Kostenlos

Anmeldung: Beim Gesundheitszirkel

Termin: Nach Absprache außerhalb oder innerhalb der Arbeitszeit

Einladung zum Waldbaden



Sehnen Sie sich nach einer Auszeit vom Alltag? Dann laden wir Sie herzlich zu unserem Schnupperkurs Waldbaden ein!

Entspannen Sie in der wohltuenden Atmosphäre des Waldes: Atmen Sie frische Luft, kommen Sie zur Ruhe und schlendern Sie achtsam durch die Natur. Kleine Übungen helfen, die Sinne zu schärfen und den Moment zu genießen. Der Wald erwartet Sie – mit offenen Armen und kleinen Wundern am Wegesrand. Auch bei Regen ein besonderes Erlebnis!

Für alle, die die Natur lieben und ca. 4km durch den Wald spazieren können.

Mögliche Auswirkung des Waldbadens:

- Weniger Stress und mehr Wohlbefinden

- Blutdrucksenkung nach 15 Minuten
- Stärkere Immunabwehr durch mehr natürliche Killerzellen
- Tiefere Entspannung dank Parasympathikus-Aktivierung

Dauer: ca. 2 Stunden

Personen: ab 4 Personen

Ort: 74246 Eberstadt

Leitung: Andrea & Jochen Hahn

Kosten: Kostenlos

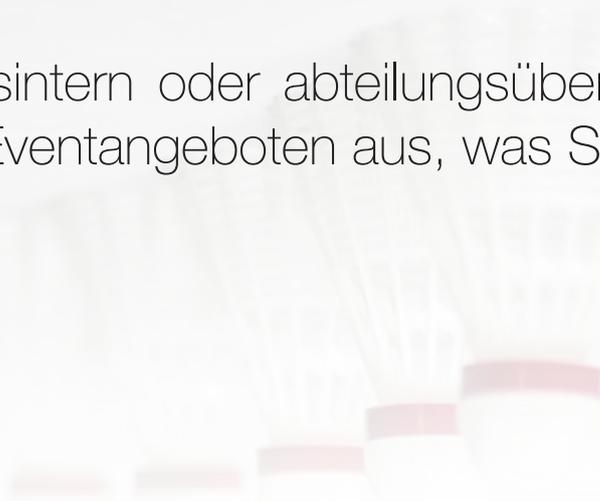
Anmeldung: Beim Gesundheitszirkel

Weitere Infos folgen bei Anmeldung

Events



Ob abteilungsintern oder abteilungsübergreifend, wählen Sie aus den Eventangeboten aus, was Sie anspricht.



Betriebssportgruppe Badminton



Jeden zweiten Dienstag ist es soweit:

Von 17.30 – 19.30 Uhr geht es im Happy Match auf den Badminton-Court. Unser Team freut sich über Verstärkung. Probieren Sie es einfach aus. Sie benötigen bequeme Sportkleidung, Hallensportschuhe und einen Badmintonschläger. Wenn Sie keinen Schläger haben, kann dieser vor Ort ausgeliehen werden.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Platzmiete (Max. 4 Personen pro Platz)
- Gebühren für den Badminton-Schläger

Wo?

Happy Match In der Au 3
74172 Obereisesheim

Teilnehmerzahl?

Mindestens 5 Personen

Brüggemann Tischtennis-Cup



Nach Möglichkeit soll der nächste Brüggemann-Cup im Sommer/Herbst statt finden. Der Austragungsort wird rechtzeitig bekannt gegeben. Machen Sie mit und messen Sie sich im Tischtennis mit Ihren KollegenInnen!

Der Spaß und die Gemeinsamkeit stehen hierbei im Vordergrund. gespielt wird nach offiziellen Regeln des DTTB.

Bitte bringen Sie Sportkleidung, Sportschuhe und Ihren Schläger (sofern vorhanden) mit. Für alles andere sorgen wir.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Räumlichkeiten
- Organisation
- Pokal für Gewinner

Wo?

Ort & Termin werden rechtzeitig bekannt gegeben

Teilnehmerzahl?

Mindestens 8 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel nach Bekanntgabe des Termins.

Brüggemann Dart-Cup



Brüggemann veranstaltet zum vierten Mal einen Dart-Cup für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Es erwartet Sie ein spannender Abend mit interessanten Begegnungen und guter Laune. Beim Dart stehen der Spaß und die Geselligkeit im Vordergrund. Nutzen Sie dieses Angebot und verbringen Sie ein paar schöne Stunden im Kreise Ihrer Kolleginnen und Kollegen. Ob Profi, Aktiv, Nichtaktiv, Laie, Hobby- oder Garagenspieler – alle sind herzlich willkommen!

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Organisation des Turniers
- Übernahme der Kosten zur Nutzung der Dart-Scheiben
- Pokale für die Gewinner

Wo?

Wird nach der Organisation bekannt gegeben.

Teilnehmerzahl?

Mindestens 15 Personen

Kochkurs – lecker und gesund essen



Kochkurs – lecker und gesund essen
Sie kochen gerne und möchten etwas
mit den KollegInnen gemeinsam unter-
nehmen?

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Kursgebühren

Wann?

Termin wird noch bekannt gegeben.

Wo?

Kochstudio AOK Heilbronn
Happelstraße 8
74074 Heilbronn
Im 1. OG

Teilnehmerzahl?

Teilnehmerzahl 10 - 14 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Brüggemann Cornhole-Turnier



Entdecke die Faszination von Cornhole – dem ultimativen Freizeitspiel für Spaß und Spannung! Die Spieler werfen abwechselnd Säckchen auf eine Plattform; ein Treffer gibt einen Punkt, im Loch sind es drei.

Im Single-Spiel trittst du eins gegen eins an, im Team-Modus spielst du mit einem Partner 4 Single- und 2 Double-Matches.

Dieses aufregende Turnier verbindet Geschicklichkeit und Teamgeist – bist du bereit, dich ins Spiel zu werfen und unvergessliche Momente zu erleben? Zeig, was du kannst und spiele mit deinem Team um den Sieg!

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

- Organisation

Wo?

In einem netten Biergarten

Teilnehmerzahl?

Mindestens 12 Personen

Wann?

Termin wird noch bekannt gegeben.

Fahrradtour



Fahrtwind auf der Haut und die Natur als ständige Begleiterin – Radfahren ist mehr als nur Bewegung, es ist ein Eintauchen in die Landschaft, die Traditionen und die Vielfalt eines Landes.

Dabei kann man perfekt die Kultur und Kulinarik entdecken: Genussradfahren ist ein Erlebnis für alle Sinne.

Ob zügig oder gemütlich, flach oder hügelig, entlang von Flüssen oder durch malerische Dörfer – jede Tour bietet neue Eindrücke und unvergessliche Momente.

Radfahren verbindet Aktivität mit Genuss und schafft eine perfekte Mischung aus Bewegung, Entspannung und Abenteuer.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation der Radtour

Wo?

Wird nach der Organisation bekannt gegeben

Teilnehmerzahl?

Mindestens 5 -10 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Tageswanderung



Für alle Wanderfreunde wird dieses Jahr wieder eine Wanderung organisiert. Bei Interesse und ausreichenden TeilnehmerInnen findet entweder eine Winterwanderung oder eine Sommer-/Herbstwanderung statt.

Die Ziele sind noch nicht festgelegt, deshalb wird um entsprechende Vorschläge für interessante Ziele bei der Anmeldung gebeten.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation und Fahrt zur Wanderung

Wo und Wann?

Nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 5 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Schnuppergolf



Sie wollten schon immer in die Welt des Golfsports hineinschnuppern?

Zielen, Ausholen und Abschlag. Sie fragen sich, wie der Ball bei so weiten Strecken eingelocht werden kann?

Dann melden Sie sich zu unserem Schnupper-Golfen an - wir freuen uns auf Sie.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation und Kursgebühren

Wo?

Golfclub Kaiserhöhe in Ravenstein-Merchingen

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Sie fahren gerne Ski?

Dann melden Sie sich bitte beim Gesundheitszirkel an.

Bei ausreichender Teilnehmerzahl werden wir eine Skiausfahrt für Sie organisieren.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?
Wir übernehmen bei ausreichender Teilnehmerzahl die Organisation für Ihre Skiausfahrt

Wo?

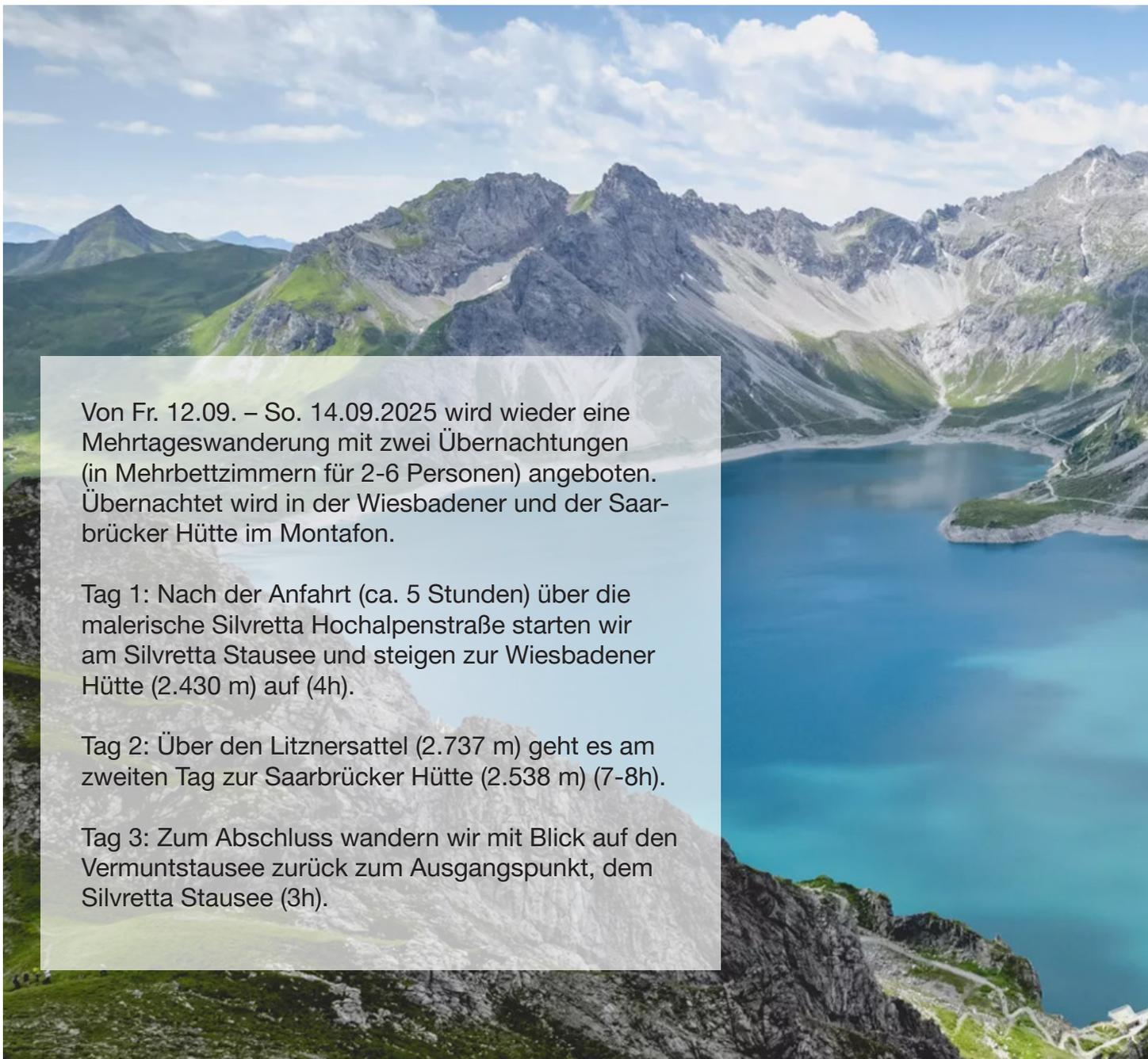
Nach Absprache

Teilnehmerzahl?

Mindestens 5 Personen

Hüttenwanderung im Montafon

3 Tage - 2 Hütten



Von Fr. 12.09. – So. 14.09.2025 wird wieder eine Mehrtageswanderung mit zwei Übernachtungen (in Mehrbettzimmern für 2-6 Personen) angeboten. Übernachtet wird in der Wiesbadener und der Saarbrücker Hütte im Montafon.

Tag 1: Nach der Anfahrt (ca. 5 Stunden) über die malerische Silvretta Hochalpenstraße starten wir am Silvretta Stausee und steigen zur Wiesbadener Hütte (2.430 m) auf (4h).

Tag 2: Über den Litznersattel (2.737 m) geht es am zweiten Tag zur Saarbrücker Hütte (2.538 m) (7-8h).

Tag 3: Zum Abschluss wandern wir mit Blick auf den Vermuntstausee zurück zum Ausgangspunkt, dem Silvretta Stausee (3h).



Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation und Fahrtkosten

Anforderungen?

- Trittsicherheit in alpinem Gelände
- Gutes Schuhwerk
- Gute Kondition
- Schwindelfreiheit
- Wandererfahrung
- Entsprechende Ausrüstung

Wann?

Wir bitten um Anmeldung bis zum 31.01.2025. Stattfinden wird die Tour von Fr. 12.09.- So. 14.09.2025 (für den Freitag muss Urlaub genommen werden).

Wo?

Montafon

Teilnehmerzahl?

Maximal 14 Personen

Anmeldung?

Beim Gesundheitszirkel

ArtNight

Dein Erlebnis. Dein Kunstwerk



Unser Motiv „Tree of Life“

Einfach mal für zwei bis drei Stunden die Arbeit pausieren, den Arbeitsalltag vergessen, auf Ruhemodus schalten und in die Bunte Welt der Kunst und die Vielfalt der Farben eintauchen. Dazu möchten wir Sie herzlich einladen.

Und wie fragen Sie sich? Ganz einfach mit „ArtNight“. Um dieses außergewöhnliche Ereignis gemeinsam erleben zu können, benötigen wir mindestens 10 TeilnehmerInnen. Anschließend reservieren wir uns für das Digitale Kunstereignis unseren Konferenzraum.

Unser gemeinsamer Motiv ist der „Baum des Lebens“. Alle malen das gleiche Motiv, aber jeder kann seine eigene Interpretation entwickeln und seiner Kreativität freien Lauf lassen.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation

Wo?

Konferenzraum

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Dauer:

2 - 3 Stunden

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

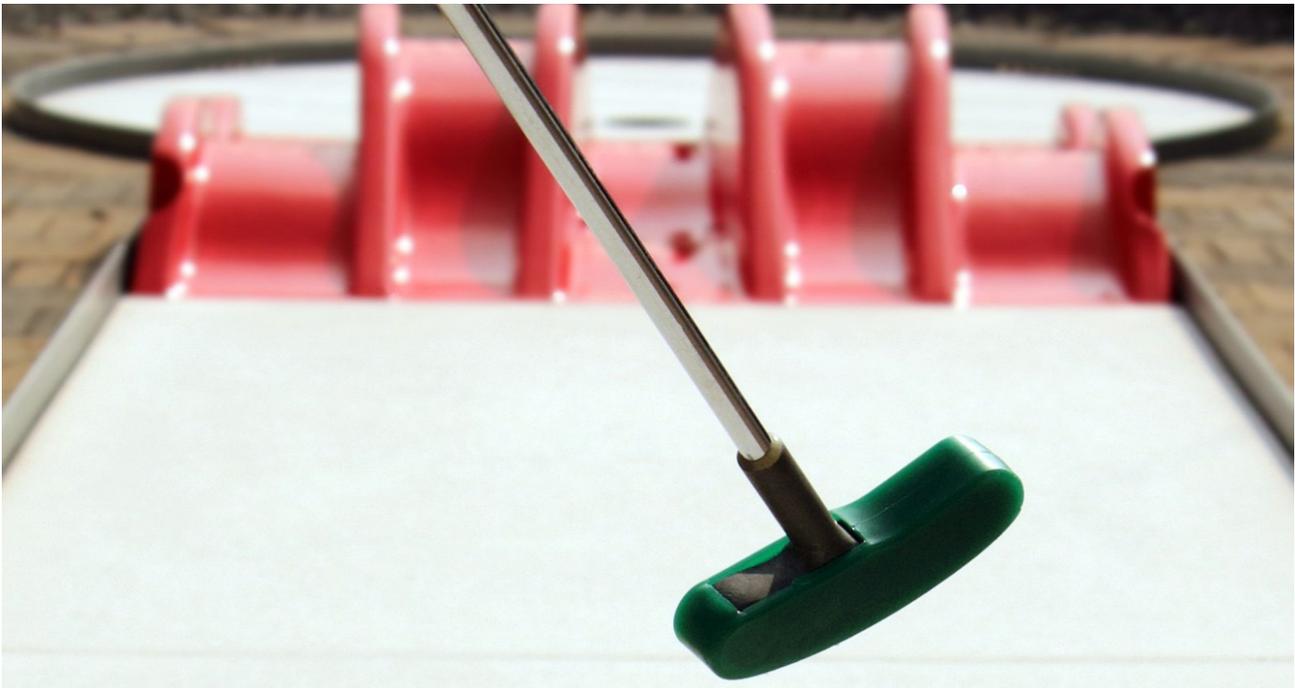
Eigenanteil:

20 EUR / Person

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Minigolf-Turnier



Wir veranstalten zum ersten Mal ein Minigolf-Turnier für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Es erwartet Sie ein entspannter Abend mit interessanten Gesprächen und guter Laune. Beim Minigolfen stehen der Spaß und den Minigolf-Ball zu versenken im Vordergrund. Nutzen Sie dieses Angebot und verbringen Sie ein paar lustige Stunden im Kreise Ihrer Kolleginnen und Kollegen.

Egal, ob Minigolf-Profi oder Anfänger – alle sind herzlich eingeladen, Ihr Glück gleich beim ersten Anschlag ins Minigolf-Loch zu treffen auszuprobieren.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation und Kursgebühren

Wo?

Wertwiesenpark Heilbronn

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Dauer:

2-3 Stunden

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Kanu- Stadtrundfahrt



Heilbronn vom Wasser aus erleben und dabei selber auf einem Kanu aktiv sein.

Bei der Kanufahrt wird es sportlich - hier heißt es Ärmel hochkrempeln und die Muskeln in Gang setzen. Hierbei können Sie Ihre Blicke über das neue Stadtquartier Neckarbogen und das Gelände der ehemaligen Bundesgartenschau schweifen lassen. Zusätzlich zu einem erfahrenem Kanu-Guide steht auch ein Heilbronn-Tourguide zur Verfügung und beantwortet all Ihre Fragen.

Lassen Sie sich begeistern über die fesselnde Stadtgeschichte Heilbronn und erhalten Sie einen Einblick in die vielversprechende Zukunft der aufstrebenden Region.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und darauf Heilbronn gemeinsam vom Wasser aus zu erkundigen.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation

Wo?

Heilbronn, Neckar

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Dauer:

3,5 Stunden

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Eigenanteil:

40 EUR / Person

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Fußballgolf



Auf rund 2.000 m² erwartet Sie ein spannender Parcours mit 18 abwechslungsreichen Stationen, darunter Fußballkegeln, Torwandschießen, Kopfballstationen, Volleyschuss und Geschwindigkeitsmessung. Gespielt wird auf naturnahem Kunstrasen, der auch bei wechselhaftem Wetter beste Bedingungen bietet.

Das ausgeklügelte Punktesystem sorgt dafür, dass sowohl Fußballprofis als auch Anfänger auf ihre Kosten kommen. Hier zählen Ballgefühl und Technik mehr als Kraft – ideal für alle, die ein außergewöhnliches Golferlebnis suchen.

Lassen Sie sich von Highlights wie professionellen Radarmessungen und kreativen Herausforderungen begeistern.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation

Wo?

Großbottwar

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Dauer:

Mind. 2 Stunden

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Eigenanteil:

9,50 EUR / Person

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Trollinger Marathon



Wie unterstützt mich das Unternehmen?

100 % der Startgebühren für den Trollinger Marathon. Bitte beachten Sie, dass bei Absage 50 € Bearbeitungsgebühren erhoben werden, es sei denn, es wird für ein/e Ersatzläufer/in gesorgt.

Wann:

11. Mai 2025

Teilnehmeranzahl:

Mindestens 5 LäuferInnen

Fotos

Trollinger Marathon 2024



Tageswanderung 2024



Wandertour nach Bad Urach



AOK Kochkurs 2024



Skiausfahrt



Schnuppergolfer 2023



Fotos

Hüttenwanderung 2018



Hüttenwanderung 2019



Team Stimme - Firmenlauf 2019



Team Challenge Triathlon 2018



Radtour 2023



Höhlenforschung





Brüggemann

L. Brüggemann GmbH & Co. KG

Salzstraße 131

74076 Heilbronn

Telefon +49 7131 1575-0

Telefax +49 7131 1575-25-111

info@brueggemann.com

Diese Broschüre Prima Klima gilt für Brüggemann am Standort Heilbronn.

Diese Broschüre wird zukünftig jährlich überarbeitet und zu Beginn eines jeden Jahres ausgelegt.

Anregungen zur Weiterentwicklung und Ideen richten Sie bitte an die Mitglieder des Gesundheitszirkels.

Wir weisen darauf hin, dass die freiwilligen sozialen Leistungen von Brüggemann eine freiwillige Leistung darstellt, auf die kein Rechtsanspruch besteht und die Leistung der Arbeitgeber sich für die Zukunft ausdrücklich vorbehält.

Bildnachweis: L. Brüggemann GmbH & Co. KG, iStock, Pixabay, AdobeStock