

brainLight®

LIFE IN BALANCE



Work flow und innere Balance der Generation Z

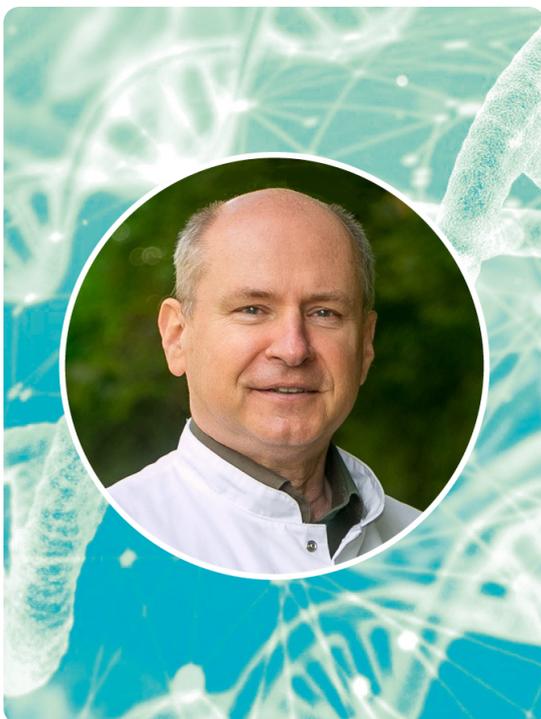
Sehr geehrter Herr {{ contact.NACHNAME }}, Sehr geehrte Frau {{ contact.NACHNAME }}, Guten Tag {{ contact.VORNAME }} {{ contact.NACHNAME }},
{{ contact.BRIEFANREDE }}

neu in den Arbeitsmarkt drängt die junge Generation Z (Geburtsjahrgänge um 2000). Ihr wird eine hohe Freizeitorientierung, eine geringere Belastbarkeit und ein Fokus auf die eigenen Bedürfnisse nachgesagt. Die Generation Z wirkt mit Blick auf die Babyboomer fragil. Sie lebt im „Selbstfürsorge-“ und nicht mehr „Selbstausbrenner-Modus“. Eine Entwicklung, die, gemessen an der Entwicklung psychischer Erkrankungen im betrieblichen Umfeld, überfällig scheint.

In seinem [Beitrag](#) auf unserem Blog geht Dipl.-Pädagoge Wolfram Krug auf mehrere Studien ein, die sich mit der psychischen Gesundheit und der Einstellung zur Arbeit von Generation Z auseinandersetzen. Er zieht wertvolle Rückschlüsse auf die Gestaltung von Arbeit in der Zukunft und zeigt auf, was **brainLight** als wichtiger Baustein in einem BGM hier leisten kann.

Eine ausgeglichene Woche wünschen Ihnen

Ursula Sauer und Jochen Hufgard
brainLight-Geschäftsleitung



Bald ist es soweit!

RESEARCH & SCIENCE

Gesund bleiben: Aber wie? am 04. Juli 2024

Dr. Michael Zellner ist Facharzt für Urologie und Ernährungsmedizin. In seinem Online-Vortrag zeigt er auf, dass Nahrungsergänzung bei ausgewogener Ernährung tatsächlich kein „Muss“ ist.

Dr. Zellner stützt sich dabei auf wissenschaftliche Daten für einen fundierten Überblick.

[Zur Anmeldung](#)



Ihre Meinung zählt!

Sie besitzen ein **brainLight**-System und genießen regelmäßige Anwendungen? Gerne möchten wir Kundenstimmen auf unserer Website veröffentlichen. Sind auch Sie dabei? Schicken Sie uns dazu einfach ein passendes Foto oder Video per Mail zu und schreiben Sie ein paar Sätze zu Ihrer Erfahrung mit **brainLight**. Für jede Zusendung bedanken wir uns mit einer **Überraschung!**

[Zur Einreichung](#)

Sie finden die brainLight-Wellness-Lounge u.a. auf diesen Messen und Veranstaltungen:



Hauptstadtkongress Berlin noch bis zum 28. Juni 2024

Beim HSK treffen Sie auf vier spannende Fachveranstaltungen rund um die Politik und das Management in den Bereichen Gesundheit und Pflege.

Stand 83

[Mehr ...](#)



Adventure Allrad Austria Tulln 28. – 30. Juni 2024

Auf der landesweit größten Abenteuer-Offroadmesse präsentieren 250 nationale und internationale Aussteller alles, was das Camperherz begehrt.

Halle 10 | Stand A09

[Mehr ...](#)



Ipfmess Bopfingen 05. – 09. Juli 2024

Die Ipfmess zieht mit ihrem vielseitigen Angebot aus Marktständen, Fahrgeschäften und Schaustellern jährlich hunderttausende Menschen in ihren Bann.

Gewerbeausstellung

[Mehr ...](#)

Werden Sie Vertriebspartner!

Sie sind ein Verkaufstalent und
möchten als selbständiger
Vertriebspartner unsere
Entspannungssysteme verkaufen?

Nehmen Sie an unserer kostenlosen
Online-Einführungsveranstaltung teil!

Zur Anmeldung



[NEWS](#)

[WIRKUNGSWEISE](#)

[PRODUKTE](#)



brainLight GmbH

Hauptstraße 52, 63773, Goldbach

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}} gesendet.

Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich für den brainLight-Newsletter angemeldet
haben.

[Abbestellen](#)

Datenschutzhinweis

Der brainLight-Newsletter informiert Sie über die aktuellen Neuigkeiten der brainLight GmbH rund um die Themen audio-visuelle Tiefenentspannung, brainLight-Systeme als Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, unsere Präsenz auf Messen, Kongressen und anderen Veranstaltungen, Awards und vieles mehr. Informationen zu den Inhalten, der Protokollierung Ihrer Anmeldung, zum Versand über den deutschen Anbieter Brevo, der statistischen Auswertung sowie Ihren Abbestellmöglichkeiten finden Sie in unserer Datenschutzerklärung: <https://www.brainlight.de/datenschutz.html>

Impressum

Absender dieses Newsletters ist die brainLight GmbH,
Hauptstraße 52, 63773 Goldbach, Deutschland,
Telefon +49 (0) 6021 5907-0
Geschäftsführer: Ursula Sauer, Jochen Hufgard,
HRB Nr. 3704, Amtsgericht Aschaffenburg, USt-IdNr.: DE132076945.