

brainLight®

LIFE IN BALANCE



Tag der Einfachheit

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

heute ist der Tag der Einfachheit (National Simplicity Day)! Er wird am Geburtstag des US-amerikanischen Schriftstellers und Philosophen Henry David Thoreau (1817 – 1862) gefeiert. In Thoreaus Denken und Schaffen nimmt das Thema Einfachheit und das Prinzip eines einfachen Lebens in und mit der Natur eine zentrale Rolle ein. Thoreau selbst konnte durch die Rückbesinnung auf eine einfache Lebensweise viel an Erkenntnissen und Lebensqualität gewinnen: "Wenn du dein Leben vereinfachst, werden die Gesetze des Universums einfacher" ("As you simplify your life, the laws of the universe will be simpler").

Der National Simplicity Day wurde ins Leben gerufen, um einen Tag lang ein einfaches Leben anstatt der Hektik des täglichen Lebens in den Fokus zu stellen. Dieser Tag betont, wie wichtig es ist, den Blick nach innen zu richten, unnötigen Ballast aus unserem Leben zu verbannen und ist eine Gelegenheit, unsere Bedürfnisse neu zu bewerten und zu verstehen, dass "weniger mehr ist".

So können wir heute versuchen, den Tag entspannt anzugehen, Abstand vom Stress

zu nehmen, Zeit in der Natur zu verbringen, zu meditieren und loszulassen. Nicht jedem fällt das leicht, man lässt sich zu schnell von der Hektik des Alltags einholen. Auf Knopfdruck ist das Eintauchen in die Welt der Entspannung mit **brainLight** möglich. Einfach zurücklehnen und eine Symphonie aus Massage, Licht und Ton genießen. Regelmäßige **brainLight**-Anwendungen können, nicht nur am Tag der Einfachheit, für mehr geistige Klarheit, Ruhe und Gelassenheit sowie eine erhöhte Stressresistenz sorgen.

Einen entspannten Tag der Einfachheit wünschen Ihnen

Ursula Sauer und Jochen Hufgard
brainLight-Geschäftsleitung



Arbeiten 5.0: Neue Wege in der Pflege

In unserem aktuellen Beitrag für das **Health & Care Management Magazin** geht es um New Work in der Pflege. New Work beschreibt einen strukturellen Wandel der Arbeitswelt, der die Mitarbeiter mit ihren Wünschen und Vorstellungen in den Mittelpunkt stellt. Auch Entspannungsangebote für die Mitarbeiter können ein wichtiger Ansatz für bindungsorientierte Führung sein.

[Hier weiterlesen ...](#)





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](#)

Unsere Programmempfehlungen



Philosophisches
von Dr. phil. Christoph
Quarch

[Shop](#)



Chillout Lounge
von Jessica Born & Georg
Crostewitz

[Shop](#)



**Erkenne Dich selbst
– Werde der Du bist!**
von Dr. Ruediger Dahlke

[Shop](#)

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



Entspannt einkaufen bei SELGROS

Aschaffenburg
03. August 2024

Von 11 bis 17 Uhr haben Sie die Gelegenheit, das weltweit einzigartige **brainLight**-Wohlfühlerlebnis zu testen. Besucher der Wellness-Lounge erhalten ein **kostenloses** Tagesticket.

SELGROS-Innenbereich

[Mehr ...](#)



Ostbayernschau

Straubing
10. – 18. August 2024

Die Besucher können hier so oft und so lange sie wollen nach Lust und Laune ohne Eintrittskarten gratis bummeln und einkaufen.

Stadthalle EG | Stand 1622

[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.
