



GESUNDE WACHSTUMSTRATEGIEN

Von der Gründung zum Langstreckenläufer

31. Oktober 2024 | Gründerschmiede, Remscheid

THEMA DER VERANSTALTUNG

Egal ob schon erfolgreich am Markt oder kurz vor der Gründung. Bei unserer Veranstaltung zum Thema „Gesunde Wachstumsstrategien“ erfahren Sie, wie Sie Ihr Unternehmen nachhaltig und gesund wachsen lassen.

In informativen Vorträgen beleuchten wir die Balance zwischen Skalieren und Wachsen sowie die psychologischen Aspekte der Unternehmensgründung.

Praxisorientierte Workshops zu Ernährung, Psychologie und Ergonomie bieten wertvolle Impulse für Ihren Alltag.

Erfahren Sie zudem, was erfolgreiche Unternehmen von 100-Jährigen lernen können.

Lassen Sie sich inspirieren und sichern Sie sich spannendes Wissen für ein langanhaltendes, gesundes Wachstum Ihres Unternehmens!

PROGRAMM



12:00 Uhr Anmeldung und Get-together

12:30 Uhr Eröffnung und Begrüßung

Christiane Otto, Regionaldirektorin, AOK Rheinland/Hamburg – Die Gesundheitskasse, Regionaldirektion Bergisches Land

12:45 Uhr Skalieren vs. Wachsen: Die Kunst des nachhaltigen und gesunden Unternehmertums

Julia Lenders & Kyra Senkel, contenta.concepts

13:15 Uhr Wandel bewältigen, Stabilität wahren: Resilienzstrategien für junge Organisationen

Felix Rump, M.Sc. Arbeits- und Gesundheitspsychologie, Berater im BGF-Institut

13:45 Uhr Pause mit Imbiss

Moderation: Jens Voss, Radio Wuppertal

14:00 – 15:00 Uhr Workshops zu den Themen „Ergonomie am Arbeitsplatz: Gesund und produktiv arbeiten“
„Erfolgsrezept: Wie Ernährung das Business stärkt“
„Mentaler Fokus: Achtsamkeit als Erfolgsfaktor“
Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH

15:15 Uhr Gesundes Wachstum – Was Unternehmen von den 100-Jährigen lernen können
Marcus Lauk, Erfolgsautor & Inspirationsredner, Ernährungswissenschaftler & Gesundheitsforscher

ca. 16:00 Uhr Ende und Netzwerken

Hier online
anmelden



ADRESSE

Gründerschmiede Remscheid e.V.
Hindenburgstraße 10a
42853 Remscheid

ANFAHRT



mit dem PKW

Parkplätze finden Sie in den umliegenden Straßen oder in den Parkhäusern am Rathaus sowie am Allee-Center

mit ÖPNV

Mit den Buslinien 653, 654, 658, 660, 664 und 675 bis zur Haltestelle „Rathaus/Gründerquartier“

Zielgruppe

Gründerinnen und Gründer sowie Start-ups aus dem Bergischen Städtedreieck Remscheid, Solingen, Wuppertal

Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist für Sie kostenfrei.



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

AOK Rheinland/Hamburg - Die Gesundheitskasse

Regionaldirektion Bergisches Land

Bundesallee 265

42103 Wuppertal

in Kooperation mit:



Ihre Ansprechpartnerin

Britta Käbe

Koordination Betriebliches Gesundheits-
management

+49 202 482-31137

britta.kaebe@rh.aok.de

Zentrale Köln



Am Kabellager 5

51063 Köln

T +49 221 271800

E info@bgf-institut.de

Niederlassung Hamburg



Pappelallee 22 – 26

22089 Hamburg

T +49 40 2390873-0

E info@bgf-institut.de

Niederlassung BORUSSIA-PARK



Hennes-Weisweiler-Allee 1

41179 Mönchengladbach

T +49 160 7359891

E borussia@bgf-institut.de



Institut für Betriebliche
Gesundheitsförderung