



Brüggemann

Prima Klima 2026

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 - 8

Verhaltensregeln zur Grippezeit

Seite 9

Gesundheit

Grippe- und Coronaschutzimpfung

Seite 11

Präventionssprechstunde

Seite 12/13

Fitnessstudio

Seite 14

Gesundheitscheck

Seite 15

Raucherentwöhnung

Seite 16

Hautkrebsvorsorge

Seite 17

Ernährungs-Check

Seite 18

Waldbaden

Seite 19



Events

Betriebssportgruppe Badminton	Seite 21
Brüggemann Tischtennis-Cup	Seite 22
Brüggemann Dart-Cup	Seite 23
Kochkurs	Seite 24
Brüggemann Cornhole-Turnier	Seite 25
Fahrradtour	Seite 26
Tageswanderung	Seite 27
Schnupper-Golfen	Seite 28
Skiausfahrt	Seite 29
Hüttenwanderung	Seite 30/31
ArtNight	Seite 32
Trollinger Marathon 2026	Seite 33
Tennis	Seite 34
Indoor Cycling	Seite 35
DiscGolf	Seite 36
Erste Hilfe für den Alltag	Seite 37
AIM Minigolf Heilbronn	Seite 38
CERAMIK Bemalung	Seite 39
Fotos	Seite 40/41

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. 11.

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 darüberhinaus beim täglichen Verzehr in der Kantine mit einem Zuschuss. Zu gleichen Konditionen kann das "Ristoro" im ItalFood genutzt werden.

Gewinnbeteiligung*

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

Better Doc

BetterDoc ist ein Service für medizinische Beratung und die Suche nach passenden Fachärztinnen, Fachärzten oder Kliniken. Er unterstützt euch dabei, die optimale Anlaufstelle für euer gesundheitliches Anliegen zu finden. Das Besondere an BetterDoc: Der Dienst agiert vollständig unabhängig von Ärztinnen, Ärzten und Krankenhäusern und wird von einem erfahrenen medizinischen Expertenteam begleitet. Jede Anfrage wird persönlich ausgewertet, und ihr bekommt gezielte Empfehlungen – auf Wunsch auch inklusive Terminvereinbarung.

Benefits.me

Ab sofort können Sie **Benefits.me** nutzen – unsere neue Plattform mit exklusiven Preisvorteilen, besonderen Erlebnissen und attraktiven Angeboten aus den Bereichen Freizeit, Shopping, Gastronomie und Events. Mit Benefits.me erhalten Sie Rabatte von bis zu 89 % – sowohl in Ihrer Region als auch deutschlandweit. Egal ob Konzerttickets, Bundesliga-Partien, Freizeitparkbesuche, Reisegutscheine, Hotelaufenthalte, Escape Rooms, Fotoshootings oder Sonderaktionen in bekannten Onlineshops wie Apple, LG, TUI oder Puma – hier ist für alle etwas Passendes dabei.

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.

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.

Achtsamkeit während der Erkältungszeit

Um die Gesundheit aller zu schützen, bitten wir euch, in Zeiten vermehrter Erkältungs- oder Grippewellen. Team-Meetings möglichst digital oder in kleinerer Runde durchzuführen. Wer sich krank fühlt, sollte sich ausruhen und sich bei Bedarf online zuschalten.

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

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

Raucherentwöhnung

Aktion Allen Carr's Easyway Methode

2026



Viele Raucherinnen und Raucher möchten aufhören, doch das Verlangen nach der Zigarette bleibt. Die Allen Carr's Easyway Methode – benannt nach ihrem Begründer Allen Carr – zeigt, dass Aufhören auch leicht und ohne Verzicht möglich ist.

Statt auf Willenskraft oder Ersatzprodukte zu setzen, hilft die Methode, die psychologische Abhängigkeit zu lösen. Sie verändert die Denkweise: Wer versteht, dass Rauchen keinen echten Vorteil bringt, verliert das Bedürfnis danach ganz von selbst.

So wird das Aufhören nicht zum Kampf, sondern zu einem befreienden Schritt in ein rauchfreies Leben. Warten Sie nicht länger – beginnen Sie noch heute!

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Brüggemann übernimmt einen Teil der Kosten in Höhe von 200,00 € !

Wann?

Termin wird bekannt gegeben

Wo?

Wird verkündet

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Zusätzliche Infos:

Online-Seminar schon ab 99 € – die Kosten werden von den meisten Krankenkassen auch übernommen.

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)

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

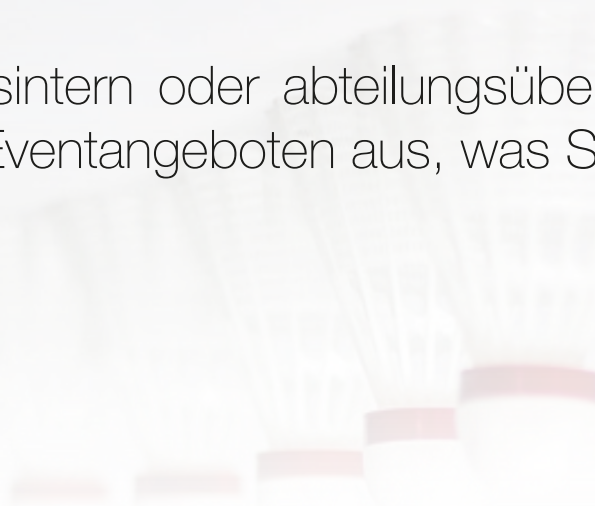
Anmeldung: Beim Gesundheitszirkel

Weitere Infos folgen bei Anmeldung

Events

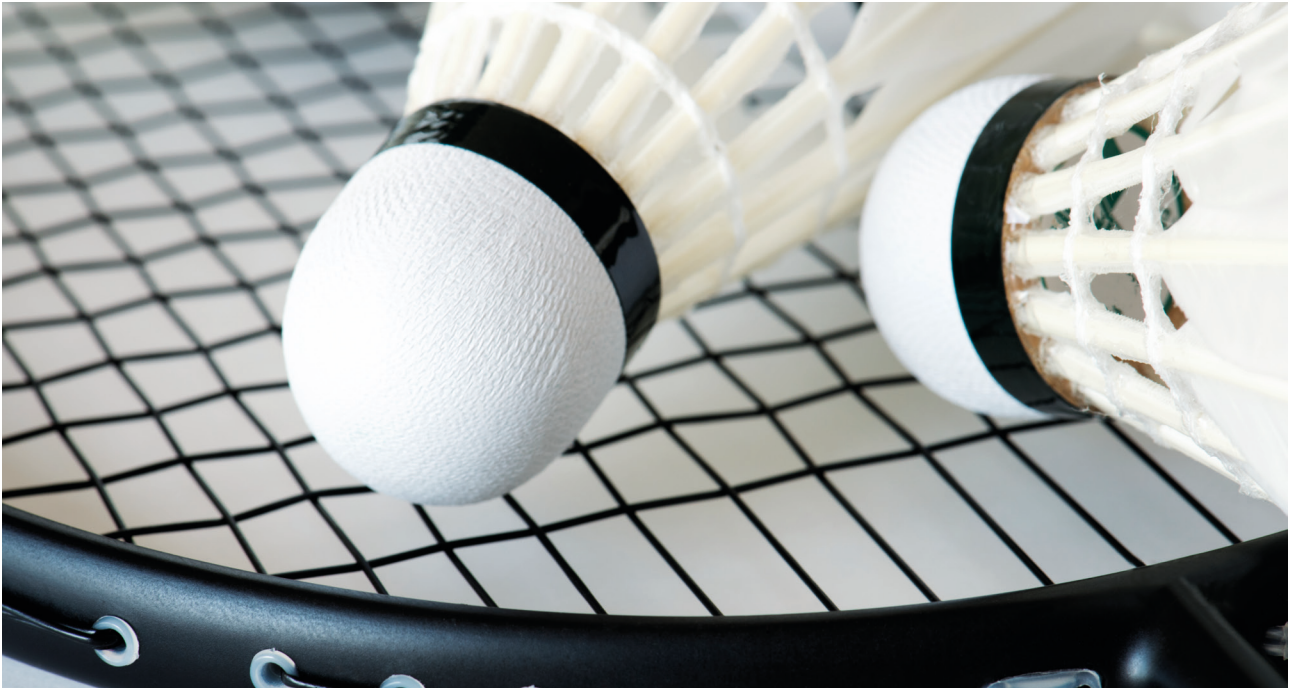


Ob abteilungsintern oder abteilungsübergreifend, wählen Sie aus den Eventangeboten aus, was Sie anspricht.



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 **achte** 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 **fünften** 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 12 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 14 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Brüggemann Cornhole-Turnier



Brüggemann veranstaltet zum **dritten** Mal ein Cornhole-Turnier für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

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

Wann?

30.01 bis 01.02.2026

Termin für **2027** wird bei ausreichenden Anmeldungen abgestimmt

Wo?

Nach Absprache

Mindestens 5 Personen



Hüttenwanderung im Berchtesgadener Land 3 Tage - 2 Hütten





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 31.01.2026. Stattfinden wird die Tour von Fr. 26.06- So. 28.06.2026 (für den Freitag muss Urlaub genommen werden).

Wo?

Berchtesgadener Land

Teilnehmerzahl?

Maximal 12 Personen

Anmeldung?

Beim Gesundheitszirkel

ArtNight

Dein Erlebnis. Dein Kunstwerk



Unser Motiv „La Dolce Vita“

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

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:

10. Mai 2026

Teilnehmeranzahl:

Mindestens 5 LäuferInnen

Tennis



Lust auf ein bisschen Bewegung und Spaß nach der Arbeit?

Dann kommt zum gemeinsamen Tennisspielen! Egal ob Anfänger oder Profi – der Spaß steht im Vordergrund.

Bringt einfach gute Laune mit und genießt ein paar sportliche Stunden miteinander!

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme Platzmiete und Tennis-Schläger

Wo?

Wird verkündet

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 6 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Indoor Cycling



Beim Indoor Cycling erleben Sie das Gefühl einer Radtour durch abwechslungsreiche Landschaften – ganz ohne das Studio zu verlassen.

Zu mitreißender Musik fahren Sie über imaginäre Berge, meistern rasante Abfahrten und durchqueren weite Täler.

Im Sitzen oder Stehen, mit wechselnden Trittfrequenzen und Widerständen, trainieren Sie Kraft und Ausdauer – fast wie auf einer echten Tour!

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme der Kurskosten bei Mindestanzahl der Teilnehmer

Wo?

FITNESS Lifestyle Club
(im ehemaligen Fitnesspark)
Böllinger Str. 61
74078 Heilbronn

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

DiscGolf



Erleben Sie Disc Golf in DiscGolfPark Bad Rappenau – naturnah, spannend und frei zugänglich.

Die Anlage im Kurpark und Salinenpark bietet neun abwechslungsreiche Bahnen; manche Bahnen führen durch offene Grünflächen, andere elegant zwischen Bäumen und Gebüsch hindurch.

Disc Golf verbindet das Werfen einer Disc mit Zielgenauigkeit und Strategie: Ziel ist es, eine Kunststoff-Scheibe mit möglichst wenigen Würfeln von einem Startpunkt (Tee) in einen Zielkorb zu befördern.

Wer Spaß an Natur, Bewegung und Geschick hat, findet hier ideale Bedingungen – ob Anfänger oder Fortgeschrittene.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Organisation

Wo?

DiscGolfPark Bad Rappenau
74906 Bad Rappenau

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 8 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Erste-Hilfe für den Alltag



Unvorhergesehene Situationen können uns jederzeit begegnen – ob im Berufsalltag, zu Hause oder unterwegs. Oft sind es die ersten Minuten nach einem Unfall oder einem medizinischen Notfall, die entscheidend sind. In solchen Momenten zählt nicht Perfektion, sondern das Mutigsein und Helfen.

Damit wir alle im Ernstfall sicher und richtig reagieren können, bieten wir euch die Möglichkeit, an einem Erste-Hilfe-Kurs teilzunehmen.

In diesem Kurs lernt ihr Schritt für Schritt, wie ihr bei kleinen Verletzungen, plötzlichen Erkrankungen oder ersten Notfällen richtig handelt – bis der Rettungsdienst eintrifft. Die Inhalte sind praxisnah, leicht verständlich und auf den Alltag im Betrieb und zu Hause abgestimmt.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme der Kurskosten

Wo?

Wird bekannt gegeben

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 12 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

AIM Minigolf Heilbronn



Eine spannende Alternative zum klassischen Outdoorminigolf bietet das AIM GAME Heilbronn. Begleitet von Neonlichtern spielen Sie hier mit viel Spaß und Freude Minigolf der besonderen Art.

Auf jeder der 18 nummerierten Bahnen haben Sie bis zu sechs Schläge, um den Ball einzulochen. Gelingt das nicht, werden sieben Punkte notiert. Die Reihenfolge der Bahnen führt Sie automatisch durch die Anlage.

Sollte es an einer Bahn einmal Wartezeiten geben, können Sie einfach zur nächsten freien Bahn wechseln und die ausgelassene später nachholen.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme der Kurskosten

Wo?

AIM Minigolf Heilbronn
Etzelstraße 38
74076 Heilbronn

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

CERAMIK Bemalung Heilbronn



Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um den Alltag hinter sich zu lassen und Ihre kreative Seite zu entdecken.

Beim Bemalen der Keramik dürfen Sie gestalten, ausprobieren und einfach genießen. Ganz gleich, ob Sie zarte Muster, kräftige Farben oder verspielte Designs bevorzugen, jedes Stück wird zu einem Unikat, das Ihre persönliche Handschrift trägt.

Diese kreative Auszeit lädt dazu ein, zur Ruhe und den Kopf freizubekommen. Sie werden sehen, mit jedem Pinselstrich wächst nicht nur Ihr Kunstwerk, sondern auch die Freude am Gestalten.

Wie unterstützt mich das Unternehmen?

Übernahme der Kosten

Wo?

Malcafe Heilbronn
Gottlieb-Daimler-Straße 9
74076 Heilbronn

Wann?

Termin nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl?

Mindestens 10 Personen

Eigenanteil:

5 EUR / bemaltes Keramikstück

Anmeldung:

Beim Gesundheitszirkel

Fotos

Tageswanderung 2025



Fahrradtour 2025



AOK Kochkurs 2025



Trollinger Marathon 2025



Cornhole Turnier 2025



Hüttentour 2025



Fotos

Trollinger Marathon 2024



Tageswanderung 2024



Wandertour nach Bad Urach



AOK Kochkurs 2024



Skiausfahrt



Schnupperrgolfen 2023





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