

# wer.



**Dr. med. Harald Müller**  
Leitung, Konzeption und Entwicklung

In Iserlohn-Letmathe als Allgemeinmediziner niedergelassen. Schon immer galt sein besonderes Engagement einer früh einsetzenden, alle Lebensbereiche umfassenden Gesundheitsförderung. 1988 veranstaltete er das erste Präventivseminar der Welt!



**Christiane Heinze**  
Konzeption und Entwicklung,  
Training und Coaching

Inhaberin von move&change.  
Schwerpunktthemen: Kommunikation, Selbstmanagement, Führung und Coaching nach NLP-Grundsätzen. Dabei ist der Name Programm: Nur wer in Bewegung bleibt, kann die Richtung ändern!



**Ursula Felgenhauer**  
Konzeption und Organisation

Industriekauffrau und Praxismanagerin. Sie verfügt über langjährige Erfahrung in Strukturierung und Organisation im Gesundheitswesen.

Bei **creavita** arbeiten Mediziner, Bewegungstherapeuten, Ernährungsberater, Personaltrainer, Entspannungspädagogen und Personal Coaches mit einem umfangreichen Programm von Vorträgen, Workshops, Praxiskursen und individueller Begleitung.

Angesprochen sind Unternehmen, die ihre Mitarbeiter im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützen wollen, ihre Gesundheit und damit ihre Arbeits- und Leistungsfähigkeit zu stabilisieren und zu steigern.

**creavita** spricht außerdem individuell jüngere und ältere Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Senioren an, die präventiv ihre Gesundheit planen und fördern wollen, um langfristig positiven Einfluss auf ihr Leben zu nehmen.

# Wo.

**creavita** kommt zu Ihnen.

Vorträge, Workshops und Praxiskurse finden in Ihrem Unternehmen statt, soweit die Gegebenheiten es zulassen.

Bewegungskurse in freier Natur oder im Wasser werden in entsprechendem Umfeld durchgeführt.

Aktuelle Informationen und Beiträge zu allen Themen rund um die Gestaltung gesunden Lebens finden Sie auf unserer Website [www.creavita.eu](http://www.creavita.eu)

**creavita**  
Dr. med. Harald Müller

Von-der-Kuhlen-Straße 34  
58642 Iserlohn

[info@creavita.eu](mailto:info@creavita.eu)  
[www.creavita.eu](http://www.creavita.eu)



**creavita**  
gesundes leben gestalten

## **Ganzheitliche Betriebliche Gesundheitsförderung**

Der Schlüssel für motivierte und leistungsstarke Mitarbeiter, privaten und beruflichen Erfolg und eigenverantwortliches, gesundes Leben.



# was.

creavita ist

- ein modernes, ganzheitliches, medizinisch-wissenschaftlich fundiertes Konzept für gesunde und erfolgreiche Lebensgestaltung.

creavita will

- informieren und anstoßen,
- Gesundheitswerte und Gesundheitsstrategien vermitteln,
- den Einzelnen unterstützen, sein selbstbestimmtes, gesundheitsförderndes Lebenskonzept zu finden,
- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter motivieren, bewusst Verantwortung zu übernehmen für ihre Gesundheit,
- gemeinsam Kriterien erarbeiten für ein ganzheitliches Gesundheitsmanagement,
- praktikable Möglichkeiten zur Umsetzung anbieten,
- mit Spaß gesundheitsbewusste Gewohnheiten trainieren und
- langfristig dabei begleiten.

creavita versteht

- unter Gesundheit mehr als die Abwesenheit von Krankheit,
- unter Prävention mehr als Schutz und Vorsorge vor Krankheiten,
- unter Betrieblicher Gesundheitsförderung mehr als Sicherheit am Arbeitsplatz.

Menschen verbringen einen großen Teil ihres Lebens am Arbeitsplatz. creavita unterstützt ein ganzheitliches, gesundes Lebenskonzept.

# wozu.

„... vor allem Gesundheit!“ – darum geht es!

Denn Gesundheit ist alles: Körperliches Wohlbefinden, Lebensqualität, Erfolg, Glück und persönliches Wachsen.

Gesundheit ist unser wertvollstes Kapital. Aber wissen wir genug? Verhalten wir uns entsprechend? Achten wir auf gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und verzichten wir auf Rauchen und übermäßigen Alkoholgenuss? Sorgen wir für regelmäßigen Ausgleich zum Stress und Druck des Arbeitsalltags?

Verantwortung für die eigene Gesundheit beginnt schon am Arbeitsplatz. Für jedes Unternehmen sind gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter das wichtigste Kapital. Motivation, Zufriedenheit und Leistungsbereitschaft sind wesentliche Faktoren für Erfolg und Wachstum. Daraus ergibt sich die Verantwortung, für ein motivierendes, gesundes Arbeitsumfeld zu sorgen.

Investition in die Gesundheit der Mitarbeiter bedeutet

- Erhalten und Verbessern von Motivation, Leistungsbereitschaft und damit Qualität der Arbeit,
- Mobilisieren, Fördern und Entwickeln von Potenzialen,
- Sensibilisieren und Steigern der Eigenverantwortlichkeit,
- Reduzieren von Ausfallzeiten und damit von Kosten,
- Verbessern des Firmen-Images,
- Gewinn für alle Seiten.

Geben Sie Ihren Mitarbeitern die Möglichkeit, mit creavita Verantwortung für ihre Gesundheit und damit für ihr Leben zu übernehmen. Sie werden lernen, dass sie ihr gesundes, erfolgreiches, glückliches Leben selbst gestalten können.

# wie.

creavita orientiert sich an den gesetzlich geförderten Inhalten der Primärprävention – Bewegung, Entspannung, Ernährung, Nichtrauchen.

Das creavita-PLUS bietet darüber hinaus:

- Mitarbeiterbefragung zur Analyse des Bedarfs und der Veränderungsbereitschaft,
- Entwicklung eines ganzheitlichen Gesundheitsmanagements unter Einbeziehung der Mitarbeiter,
- Wissensvermittlung über gesund erhaltende (Arbeits-) Faktoren und Sensibilisierung für eine nachhaltig gesündere Lebensführung,
- Vorträge, Workshops und Praxiskurse für ganzheitliche Prävention in allen Arbeits- und Lebensbereichen,
- umfangreiche begleitende Maßnahmen, um die gewonnenen Erkenntnisse aktiv und dauerhaft zu integrieren,
- spezialisierte Angebote im Bereich ganzheitlicher Persönlichkeitsentwicklung,
- individuelles Coaching für persönliches, erfolgreiches gesundheitliches Selbstmanagement.

creavita begleitet Sie, geht mit Ihnen, ist Ihr Ansprechpartner – so oft und so lange, wie Sie es wünschen.

Lernen Sie das creavita-Konzept kennen und entwickeln Sie Ihre individuelle betriebliche Gesundheitsförderung für gesunde, zufriedene und motivierte Mitarbeiter.

Der richtige Zeitpunkt zu starten ist jetzt!

