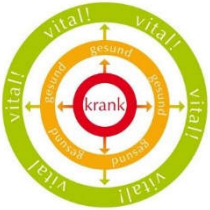


## Für Ihr BGM:

## So fördern Sie Motivation und Leistungskraft Ihrer MitarbeiterInnen!



„Vitalität“ – ein Wort in aller Munde. Man kommt kaum darum herum. Die EZ-Akademie für vitale Menschen, Unternehmen und Gemeinden hat dem Begriff „Vitalität“ allerdings eine präzisere Bedeutung gegeben, wissenschaftlich fundiert: Gesundheit reicht nicht! Vitalität ist mehr und ermöglicht ein erfüllteres Leben, geprägt durch mehr Leistungskraft, mehr Energie mehr Lebensfreude im Alltag.

Die EZ-Akademie hat dafür kein spezielles „Säftchen“ erfunden, welches einzunehmen ist um diesem Ziel näherzukommen. Auf wissenschaftlicher Basis sind es exakt 13 Faktoren, die Vitalität maßgeblich bestimmen. Sie reichen von Ernährung über Arbeiten, Emotionen, Grundsätze, Persönlichkeitsentwicklung bis hin zu Achtsamkeit. (Im Detail nachzulesen auf der Landingpage [www.vitalitaetsrad.at](http://www.vitalitaetsrad.at)).

Jede/r kann diese Vitalität mit relativ wenig Aufwand erreichen, denn niemand ist in einem starren, unveränderbaren Korsett gefangen. Größte Hürde ist der Alltag, das Eingebunden-Sein in Pflichterfüllung, Termindruck, Abhandeln von To-do-Listen. Dabei würde genau das mit entsprechendem Vitalitäts-Level wesentlich weniger belastend sein und mehr Lebensenergie nutzbar machen!

Vitalität ist weder eine Frage des Alters noch der Lebensumstände. Vitalität ist einfach: das **bessere** Leben, für das sich jede und jeder – auch jedes Unternehmen - bewusst entscheiden kann!

### Unser BGM-Gesamtpaket für vitale Unternehmen mit vitalen MitarbeiterInnen:

- 1) **Ermittlung des persönlichen Vitalitätsindex** auf Basis eines Fragebogens, wissenschaftlich fundiert  
➔ Gratis Onlineangebot auf [www.vitalitaetsrad.at](http://www.vitalitaetsrad.at)
- 2) **Wöchentliche Vitalitätsimpulse** per Mail – kurze Übungen und Anleitungen für mehr Vitalität  
➔ Gratis Angebot für alle, die ihren VitalitätsIndex steigern wollen
- 3) **Ermittlung des individuellen Stoffwechselstatus** – dieses Analysetool inkl. umfangreicher Auswertung zeigt auf, wo und wie der persönliche Stoffwechsel optimiert werden kann, um mehr Energie und Leistungskraft zu erlangen.  
➔ ZB. im Rahmen eines Gesundheitstages (bei 35-40 Personen € 79,-/ 30 Min pP.)
- 4) **Persönliches Telefoncoaching für mehr Vitalität** durch einen Vitalitätstrainer der EZ-Akademie  
➔ Sommerrabatt: € 100,- pP. (4 Telefoneinheiten zu je 15 Minuten)

Ihre Info-Hotline für Ihr vitales Unternehmen: 0664 840 5443, Fr. Schlögl