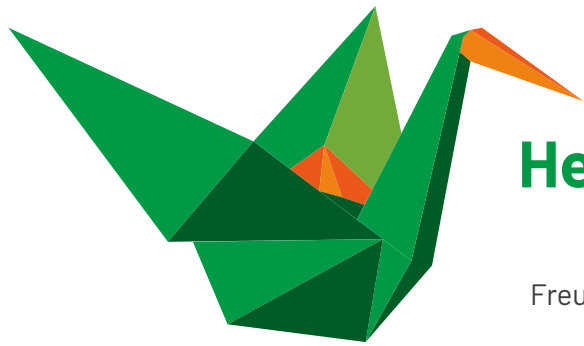




HealthLABForum

Gesund **arbeiten.** Kräfte **entfalten.**

PROGRAMM 25.08.2026

9:30 Uhr bis 17:30 Uhr

Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen Tag rund um Gesundheit, moderne Zusammenarbeit und zukunftsfähige Arbeitsgestaltung. Fachliche Impulse, praktische Erprobungsangebote und interaktive Workshops bieten Orientierung und konkrete Anregungen für den Arbeitsalltag.

09:30 Uhr | Ankommen und Networking

Check-in, Begrüßung und erste Gelegenheit zum Austausch mit den Teilnehmenden

10:00 Uhr | Fachimpulse zu Gesundheit und moderner Arbeitswelt

Drei kompakte Impulse beleuchten aktuelle Herausforderungen für Beschäftigte, Führungskräfte und Unternehmen:

Prof. Dr. Angelika Bullinger-Hoffmann

Grenzen, Gesundheit und hybride Arbeit

Dr. Andresa Germano

Zwischen Zyklus, Leistung und Karriere – Frauengesundheit im Fokus

Dr. Peggy Renger

Burnout beginnt nicht am Limit, sondern viel früher: Warum mentale Gesundheit kein Benefit mehr ist, sondern zunehmend zum Wettbewerbsfaktor wird

11:00 Uhr | Podiumsdiskussion

Expert:innen aus Wissenschaft, Wirtschaft und betrieblicher Praxis diskutieren darüber, wie gesunde, leistungsfähige und zukunftsfähige Arbeitswelten gestaltet werden können.

Auf dem Podium:

Prof. Dr. Angelika Bullinger-Hoffmann

Dr. Andresa Germano

Dr. Sylva-Michèle Sternkopf

Frank Zwinscher

12:00 Uhr | Gesunde Mittagspause und innovative Angebote zum Ausprobieren

Bei einem ayurvedischen Mittagessen bleibt Zeit für Gespräche und neue Kontakte. Begleitend können die Teilnehmenden verschiedene Gesundheits- und Bewegungsangebote kennenlernen und selbst erproben – darunter der MotionComposer, VR-Anwendungen und Massagesessel.

13:00 Uhr | Aktiv durch die Mittagszeit

Eine bewegte Pause und eine kurze Büroyoga-Einheit sorgen für neue Energie und einen aktiven Einstieg in den Nachmittag.

14:00 Uhr | Interaktive Workshop-Session 1

In praxisnahen Workshops bearbeiten die Teilnehmenden konkrete Fragestellungen zu Führung, Zusammenarbeit, Gesundheit und persönlicher Wirksamkeit.

Zur Auswahl stehen:

- Kann man Führung erleben?
- ZusammenSPIEL – gemeinsam zum Ziel
- FührungsFokus – gesund führen mit Weitblick und Wirkung
- Die Performance-Formel ab 40: Wie Sie den biologischen Wandel verstehen und als Führungskraft für Ihre volle Kraft nutzen

15:30 Uhr | Interaktive Workshop-Session 2

In der zweiten Workshop-Runde können Themen vertieft oder weitere Perspektiven kennengelernt werden.

Geplant sind:

- Kann man Führung erleben?
- FührungsFokus – gesund führen mit Weitblick und Wirkung
- Pitch Lab – Ihr souveräner Vortrag

16:45 Uhr | Abschluss, Ausblick und Networking

Zum Abschluss werden zentrale Erkenntnisse des Tages gemeinsam reflektiert. Anschließend besteht **bis etwa 17:30 Uhr** Gelegenheit, Gespräche fortzuführen, Kontakte zu vertiefen und den Veranstaltungstag in entspannter Atmosphäre ausklingen zu lassen.

Hinweis: Das Programm befindet sich derzeit in der finalen Abstimmung. Änderungen bei Zeiten, Inhalten, Referent:innen und Workshop-Zuordnungen bleiben vorbehalten.