

Ausgewogene Ernährung am Arbeitsplatz – wohlschmeckend für die Gesundheit aller

Ein ausgewogenes und auf Nachhaltigkeit angelegtes Verpflegungsangebot am Arbeitsplatz ist **eine** Möglichkeit im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung, wie Institutionen und Unternehmungen ihre Mitarbeitenden im Sinne der Salutogenese unterstützen können.

Das Prinzip der Salutogenese bildet die Grundlage für die betriebliche Gesundheitsförderung. Der Begriff Salutogenese kann in etwa mit „Entstehung von Gesundheit“ übersetzt werden. Sie stellt Fragen wie: Wie entsteht überhaupt Gesundheit? Wie kann Gesundheit bewahrt werden? Welche Faktoren „ermutigen“ die Gesundheit? Dieses *ressourcenorientierte* Konzept steht dem, (noch) gängigeren, *defizitorientierten* Konzept der Pathogenese gegenüber („Entstehung von Krankheit“).

Ausgewogenes und nachhaltiges Essen, schonend und verträglich zubereitet, wohlschmeckend und zu fairem Preis angeboten, trägt zum positiven Klima in einer Unternehmung bei. Eine Unternehmung, die der Verpflegung der Belegschaft Gewicht beimisst, zeigt seine Wertschätzung den Arbeitnehmenden gegenüber und fördert damit ein positives Unternehmensklima. Die Möglichkeit, sich am Arbeitsplatz gut verpflegen zu können und damit gut zu seiner Gesundheit schauen zu können, trägt zum positiven Selbstbild und Selbstwertgefühl von Mitarbeitenden bei. Und nicht zuletzt fördern Gespräche am Esstisch die interne Vernetzung, den Austausch untereinander und das Verständnis für einander.

Aber auch weitere betriebliche Angebote, wie z.B. Workshops zu ernährungsrelevanten Themen oder ein gemeinsamer Kochevent tragen zu Team Building und zum positiven Betriebsklima bei.

Wenn Sie als Unternehmung interessiert sind, mehr über unsere Dienstleistungen im Bereich *ausgewogene, nachhaltige Ernährung in Unternehmen* zu erfahren, finden Sie [hier](#) weitere Informationen.

Wenn Du als Arbeitnehmer/als Arbeitnehmerin Lust hast, dein Wissen und Können rund um die ausgewogene, nachhaltige Ernährung zu erweitern, findest du hier unser [Kursangebot](#)

BS