

AWO Altenzentrum Weilerswist | Rosenhügel 21 | 53919 Weilerswist

Ihre / Unsere Zeichen:

Ihr\*e Ansprechpartner\*in:

E-Mail:

Telefon:

Telefax:

Datum:

### Eine kleine Auszeit – 10 Minuten im Dienst entspannen-

Das AWO Altenzentrum Weilerswist hatte die Möglichkeit einen Monat kostenlos ein „brainLight Komplettsystem“ zu testen.

Für alle Mitarbeiter zugänglich wurde der „Relax Sessel“ im Erdgeschoss aufgestellt und die Mitarbeiter\*innen konnten in der Arbeitszeit die Entspannungswirkung ausprobieren. Jeder\*jede konnte Programme nach eigenem Befinden auswählen. Die Programme boten eine vielfältige Palette, z.B. von Massagen, Achtsamkeitsanleitungen und autogenem Training.

Manche kamen schon kurz vor dem Dienst, um die Wirkung in Ruhe zu genießen. Andere nutzten den Sessel um nach der Arbeit zu entspannen und wieder andere nutzten es als kleine Auszeit für zwischendurch.

Der Stuhl wurde rege genutzt und die Mitarbeiter\*innen waren begeistert von dem tollen Angebot. Die meisten berichteten besonders von der entspannenden Wirkung. Durch die Kombination von Massage, Klängen und Lichtreflektionen, sei es möglich, ganz schnell abzuschalten und Kraft zu tanken.

Wir können das System sehr empfehlen und hoffen auf einen Zuschuss der Glücksspirale, um das System dauerhaft unseren Mitarbeiter\*innen anbieten zu können.



AWO Altenzentrum Weilerswist  
Rosenhügel 21  
53919 Weilerswist  
Telefon: +49 2254 36-0  
Telefax: +49 2254 36-225  
az-weilerswist@awo-mittelrhein.de  
www.awo-az-weilerswist.de

AWO Gesellschaft für  
Altenhilfeeinrichtungen mbH  
Rhonestraße 2 a  
50765 Köln  
Telefon: +49 221 57998-191  
Telefax: +49 221 57998-163  
awo-gesa@awo-mittelrhein.de  
www.awo-gesa.de

Aufsichtsratsvorsitzende: Beate Ruland  
Geschäftsführung: Barbara Sowinski-Dizayee,  
Sabine von Homeyer  
Amtsgericht Köln  
Registergericht: 54096  
HRB-Nummer: Sparkasse KölnBonn  
Konto: IBAN: DE 87 3705 0198 0020 6629 53  
BIC: COLSDE33XXX