



Mentale Gesundheit in der Arbeitswelt

*** | MERGE3 | ***

mit der Veränderung der Arbeitswelt - besonders während und nach Corona - haben psychische Belastungen, Burnout und Depressionen enorm zugenommen. Wie Unternehmen hier gegensteuern können und müssen, um ihre Beschäftigten gesund zu erhalten und ihre mentale Gesundheit zu stärken, können Sie in unserem aktuellen [Blogbeitrag](#) nachlesen.

Welche Möglichkeiten **brainLight** in diesem Bereich für Unternehmen anbietet, stellen wir Ihnen u. a. auch auf der nächsten "[Zukunft Personal Süd](#)", dem Branchentreff für HR-Management in Stuttgart vor. [Hier](#) können Sie kostenlose Eintrittskarten anfragen.

Dass Meditation das psychische Wohlbefinden der Meditierenden stärkt, ist inzwischen hinlänglich bekannt. Dass man damit auch soziales Verstehen und prosoziales Verhalten gezielt fördern kann, wird uns in unserem nächsten [Zoominar](#) in der Reihe "RESEARCH & SCIENCE" Prof. Dr. Anne Böckler-Raettig vorstellen.

Eine regenerative Woche wünschen Ihnen

Ursula Sauer und Jochen Hufgard
brainLight-Geschäftsleitung