



## Auf ein Gespräch mit...

Christian Meißner, Leiter EDV-Abteilung ▶ Seite 2

## Mit dem Rad zur Arbeit

Heinrichs Gruppe führt ein Dienst-rad-Konzept ein ▶ Seite 3

## Neues vom Förderverein

Sponsoring Kinderfußballtag an der Pestalozzi-Grundschule ▶ Seite 4

# „Dazu gehört auch, zu sich und seinen Gefühlen zu stehen“

Ein gesundes Unternehmen braucht gesunde Mitarbeiter. Deshalb wird **Antje Heimsoeth**, Speakerin und Coacherin, für die Bereichsleitungen der Heinrichs Gruppe im Juni ein Seminar zum Thema „Gesund führen“ geben.

**Gangelt-Kreuzrath.** Die Referenzliste auf ihrer Webseite ist lang und vielseitig: Namen wie Marinus Kraus (Olympiasieger Sotschi 2014), Michael Pohl (Eishockey-Bundesliga-Spieler) oder Johanna Handrick (Kanu-Rennsport Nationalmannschaft) tauchen dort genauso auf neben Firmen wie Adidas, BMW und Lufthansa.

Antje Heimsoeth, die sich selbst als Speakerin bezeichnet, hat bereits vielen prominenten Sportlern und Vertretern aus deutschen Führungsetagen zum Erfolg verholfen. Für die Bereichsleitungen der Heinrichs Gruppe wird

Antje Heimsoeth mit ihrem Programm „Gesund Führen“ im Juni einen mehrtägigen Vortrag im Borussia Park halten.

### Mentale Strategien

„Vom 18. bis 22. Juni sind alle unsere Führungskräfte herzlich eingeladen, sich von Frau Heimsoeth zum Thema ‚Gesund Führen und gesunde Mitarbeiter‘ schulen zu lassen“, sagt Karin Heinrichs, Geschäfts-

führung. Neben Sport, Bewegung und gesunder Ernährung geht es um mentale Strategien in der Vorbeugung der Gesunderhaltung. Diese Strategien sind beispielsweise die innere Einstellung, Haltung und eine gesundheitsfördernde Denkweise. Dazu zählen auch mentales Stressmanagement und die Stärkung der persönlichen Ressourcen.

**„Vom Wollen ins Tun begleite ich Menschen in meinen Seminaren und Coachings. Und dennoch: Hier sind vor allem Führungskräfte als Vorbilder gefragt.“**

Antje Heimsoeth, Speakerin

„Vom Wollen ins Tun begleite ich Menschen in meinen Seminaren und Coachings. Und dennoch: Hier sind vor allem Führungskräfte als Vorbilder gefragt“, berichtet Antje Heimsoeth aus ihrer Erfahrung. „Dazu gehört auch, zu sich und seinen Gefühlen zu stehen, damit aufzuhören, es allen recht machen zu wollen, und darauf zu achten, dass der berufliche Stress nicht ins Privatleben ausstrahlt“, erklärt Antje Heimsoeth weiter. Die Einladungen zum mehrtägigen Seminar werden alle Teilnehmer per E-Mail erhalten.



2003 gründete Antje Heimsoeth ihre „Heimsoeth Academy“.

Foto: Antje Heimsoeth



Den Fokus auf die Erfolge legen: eine der Strategien von Antje Heimsoeth.

Foto: Antje Heimsoeth

## Der Werdegang von Antje Heimsoeth

**Antje Heimsoeth**, Jahrgang 1964, ist Dipl. Ing. (FH). Als Gründerin und Geschäftsführerin des Instituts für Business- und Sport Coaching, Heimsoeth Academy, trainiert Antje Heimsoeth Führungskräfte, Vorstände und Unternehmer. Sie gehört zu den bekanntesten Mental Coaches und Vortragsrednern im deutschsprachigen Raum.

Als anerkanntes professionelles Mitglied in der German Speakers Association (GSA) gehört Antje Heimsoeth zu Premium Speakers Schweiz und TOP 100 Excellent Speaker.

Sie wurde als „Vortragsrednerin des Jahres 2014“ und mit dem Award „Erfolgreiche Unternehmerin 2016“ ausgezeichnet. Das Magazin „Focus“ kündigt sie als „Deutschlands renommierteste Motivationstrainerin“ an.

Antje Heimsoeth studierte Geodäsie (Wissenschaft von der Ausmessung und Abbildung der Erdoberfläche) in München und arbeitete nach dem Studienabschluss 1990 bis 2003 als Vermessungsingenieurin.





Liebe Leserinnen,  
liebe Leser,

wie führt man ein Unternehmen gesund? Oder anders herum: Was macht mich und meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter krank? Führen in Bezug auf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bedeutet, Personen zielgerichtet zu beeinflussen. Gesundes Führen heißt demnach zielorientierte Beeinflussung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, sich physisch und psychisch gesund zu erhalten. Ziele von Gesundem Führen sind die Senkung der körperlichen und psychischen Beschwerden sowie die Steigerung der Arbeitszufriedenheit. Effekte, die daraus resultieren, sind Senkung von Fehlzeiten und Fluktuation sowie Steigerung der Leistung. Insgesamt gesehen leistet Gesundes Führen einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung der Wettbewerbsfähigkeit eines Unternehmens. Deshalb laden wir die Bereichsleitungen der Heinrichs Gruppe zur Schulung mit der Speakerin Antje Heimsoeth und ihrem Programm „Gesund führen“ ein. 2014 wurde sie zur Vortragsrednerin des Jahres ausgezeichnet. Sie versteht es, Menschen mitzunehmen und zu begeistern. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude bei der Schulung mit ihr im Juni!

Herzlichst,

Karin und Johannes Heinrichs

## Auf ein Gespräch mit...

...Christian Meißner. Seit wenigen Wochen hat der 26-Jährige nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung in unserem Haus die Leitung unserer EDV-Abteilung übernommen. Er freut sich auf die neue Herausforderung.

**Welche Themen bewegen Sie gerade?**

**Christian Meißner:** „Beruflich beschäftigt mich gerade die Umstellung unserer Server auf eine neue Version und die Übernahme der EDV-Leitung. Diese neue Herausforderung ist sehr aufregend, denn viele Bereiche sind noch Neuland für mich. Ich freue mich sehr, diese neue Aufgabe anzunehmen und in die Position hineinzuwachsen. Privat

„Ich würde eine Art Computerführerschein einführen.“

Christian Meißner

ist die erste eigene Wohnung das Ziel. Momentan bin ich auf Wohnungssuche und ich würde gerne noch in diesem Jahr in die ersten eigenen vier Wände einziehen.“

**Wenn Sie Bundeskanzler wären, was würden Sie als erstes verändern?**

**Christian Meißner:** „Ich würde eine Art Computerführerschein einführen. Denn – gerade aufgrund der derzeitigen Diskussion um den Datenschutz – muss man bedenken, dass das Internet nicht vergisst.“

**Welches Ereignis würden Sie gerne noch einmal erleben?**

**Christian Meißner:** „Ich würde mir gerne noch einmal das Finale des Eurovision Song Contest aus dem Jahr 2010 anschauen, bei dem Lena Meyer-Landrut für Deutschland gewonnen hat. Zwar ist das nicht unbedingt meine Musik, aber die gemeinsame Freude über den Sieg von Deutschland hat alle mitgerissen und wird mir immer in Erinnerung bleiben.“



In seiner Freizeit spielt Christian Meißner gerne Computerspiele und liest viel.

**Wer war Ihr Kindheitsheld?**

**Christian Meißner:** „Mein Vorbild ab der sechsten Klasse war mein Chemielehrer Herr Bresser. Er war selten aus der Ruhe zu bringen, aber wenn es einer geschafft hatte, dann war es zappenduster. Außerdem wollte ich früher selber Chemie studieren und er hat den gleichen Kampfsport gemacht wie ich, Budō.“

**Haben Sie ein Lebensmotto?**

**Christian Meißner:** „Nein.“

**Was machen Sie in Ihrer Freizeit?**

**Christian Meißner:** „Ich spiele Computerspiele, lese viel und interessiere mich für Pen-&-Paper-Rollenspiele.“

**Wer kocht bei Ihnen zuhause?**

**Christian Meißner:** „Mein Lieblingsessen, das ich mir selber koche, sind Ofenbällchen mit Gouda gefüllt.“

## Gestatten: unsere neuen Kolleginnen und Kollegen



Preslava Daskalova-Georgieva  
Hauswirtschaft  
Pro8 Würselen



Inga Herwartz  
Pflegeassistentin  
Pro8 Würselen



Sabrina Zarden  
Mitarbeiterin STD  
SZB Wegberg



Marvin Schlagowsky  
Pflege  
SZB Wassenberg



Carine Mazianda  
Pflegeassistentin  
Pro8 Würselen



Diana Montes  
Betreuungskraft  
Pro8 Würselen



Julia Solowski  
Pflege  
SZB Wassenberg



Heike Feigenspan  
Pflege  
SZB Wassenberg



Eine private Nutzung des Dienstrades ist ausdrücklich erlaubt.

## Wer sein Rad liebt, der least

Die Heinrichs Gruppe führt ein **Dienstrad-Konzept** ein. Das Prinzip orientiert sich am Vorbild von „mein-dienstrad.de“ und funktioniert nach der 1%-Regelung. Jedes E-Bike mit einem Wert zwischen 1499 und 4000 Euro kann geleast werden.

**Gangelt-Kreuzrath.** Ab sofort bieten wir einem Großteil unserer Mitarbeiter an, ein Dienstfahrrad zu leasen. Nach dem Vorbild von „mein-dienstrad.de“ funktioniert das Prinzip folgendermaßen: Sie als Mitarbeiter suchen sich bei ihrem Wunschfahrradhändler ein E-Bike in einer Preisspanne zwischen 1499 und 4000 € aus, laden sich auf [mein-dienstrad.de/downloads](http://mein-dienstrad.de/downloads) das Bestellformular für Bestandskunden herunter, tragen Ihre Mitarbeiterdaten ein und lassen die restlichen Felder von Ihrem Fahrradhändler ausfüllen. Danach senden Sie den unterschriebenen Antrag per Mail an [fahrradleasing@breberen.de](mailto:fahrradleasing@breberen.de). Anschließend prüfen wir den Antrag und setzen uns mit Ihnen in Verbindung.

### Private Nutzung ausdrücklich erlaubt

Das Rad darf sowohl für den Weg zur Arbeit als auch privat genutzt werden.

Entscheiden Sie sich für ein Dienstrad, reduziert sich Ihr Nettogehalt. Im Gegenzug finanzieren Sie damit Ihr E-Bike.

### Ersparnis liegt bei 20 bis 40 Prozent

Die dadurch erzielte Ersparnis liegt im Durchschnitt zwischen 20 und 40 Prozent. Die Versicherung des Fahrrads übernimmt der Arbeitgeber, das Wartungspaket trägt der Arbeitnehmer. Die Vertragslaufzeit für das Leasing beträgt drei Jahre. Verlässt der Mitarbeiter das Unternehmen während dieser drei Jahre, muss der Leasingvertrag des Dienstrads vom Arbeitnehmer übernommen werden. Schnell sein lohnt sich: Die ersten 20 Mitarbeiter erhalten bei Bestellung ein Fahrradschloss gratis. Weitere Infos erhalten Sie bei Ihren oder unter [mein-dienstrad.de](http://mein-dienstrad.de).

### Diese Vorteile bringt Ihnen ein Dienstrad:

- Sie sparen bis zu 40 % und mehr gegenüber dem privaten Fahrradkauf
- Sie zahlen in 36 günstigen Monatsbeträgen bequem über die Gehaltsabrechnung
- Sie versteuern nur 1% des Neupreises als geldwerten Vorteil
- Sie dürfen das Dienstrad ausdrücklich privat nutzen
- Sie fahren sicher mit einer Vollkasko-Versicherung
- Sie fahren mit einem Wartungs- und Reparaturpaket immer sicher

### Beispielrechnung

Bruttogehalt: 2500 € / Steuerklasse 1, Brutto-Listenpreis Wunschrad 3000 € / Versicherungsrate trägt Arbeitgeber

**2500,00 Bruttogehalt**  
 + 30,00 Geldwerter Vorteil (1% des Listenpreises)  
 - 82,44 Gehaltsumwandlung

**2447,56 neues Bruttogehalt**  
 - 506,04 Sozialabgaben  
 - 343,96 Steuern  
 - 30,00 Geldwerter Vorteil (1% des Listenpreises)

**1567,56 neues Nettogehalt**

Ihr Nettogehalt reduziert sich in diesem Fall um monatlich nur 57 €  
 36 Raten á 57 € = 2052 €

Sie haben Fragen? Wenden Sie sich an [fahrradleasing@breberen.de](mailto:fahrradleasing@breberen.de)



## Kurzmitteilungen



### Kornelia Schitko feiert 60. Geburtstag

**Wegberg.** Wir gratulieren Kornelia Schitko zu ihrem 60. Geburtstag. Unsere Mitarbeiterin aus dem SZB Wegberg, die dort von Beginn an dabei ist, zeichnet sich gleich durch drei Qualifikationen aus: Sie ist examinierte Altenpflegerin, Sicherheitsbeauftragte und Praxisanleiterin. Kein Wunder, dass sie sich bei so vielen Herausforderungen „wie 30 im Kopf“ fühlt.



### KURS: Schülerinnen im SZB Breberen

**Gangelt.** Im Rahmen der KURS-Lernpartnerschaft mit der Gesamtschule Gangelt/Selfkant haben sechs Schülerinnen jetzt einen Eindruck von verschiedenen Berufsfeldern, die im SZB Breberen ausgeübt werden, bekommen. Die Schülerinnen unterstützten die Mitarbeiter des Sozialen Dienstes bei der Aktivität „Jung und Alt“, anschließend führte Rosel Cleef-Lind, Leitung des Sozialen Dienstes, die jungen Leute durchs Haus und erläuterte die verschiedenen Wohnbereiche des Hauses. Es folgte eine Interviewrunde, in der die Schülerinnen Antworten auf ihre Fragen zu den einzelnen Berufsbildern erhielten.



### Center Parcs in Erperheide besucht

**Übach-Palenberg.** Im Frühjahr haben sechs Bewohner der Pro8 Frelenberg den Center Parcs in Erperheide (Belgien) besucht. Schwimmen, Bowling und Billard spielen standen unter anderem auf dem Programm.





## Kurzmitteilungen



### Unser Förderverein trägt neuen Namen

**Gangelt.** Der Förderverein „Seniorenzentrum Breberen ist sozial – Wir fördern Kinder e.V.“ trägt ab sofort den neuen Namen „Generation hilft – der Förderverein der Heinrichs Gruppe“. Damit trägt der Verein der Weiterentwicklung des Unternehmens Rechnung, aus dem ein Großteil der Spenden stammt.

### Betrag wird monatlich verdoppelt

„Der Verein wurde 2006 mit dem Ziel gegründet, den sozialen Zusammenhalt zwischen den Generationen zu fördern und weiter zu entwickeln“, erzählt Hans-Josef Thelen, seit Gründung zweiter Vorsitzender des Vereins. Spender des Vereins waren damals wie heute die Mitarbeiter der Heinrichs Gruppe und die Geschäftsführung Karin und Johannes Heinrichs, die den von ihren Mitarbeitern gespendeten Betrag monatlich verdoppelt. Unterstützt wurden Kinder und Jugendliche zum Beispiel mit Lehrmitteln, Nachhilfeunterricht oder der Mitgliedschaft in einem Sportverein.

### Das Ziel bleibt das gleiche

„Heute ist unser Unternehmen weit über die Grenzen von Breberen hinaus gewachsen“, sagt Karin Heinrichs, Geschäftsführung der Heinrichs Gruppe. Damit sie alle sich – da viele von ihnen jeden Monat einen Betrag ihres Gehalts an den Förderverein spenden – weiterhin mit dem Verein identifizieren können, hat sich der Vorstand für die Namensänderung entschieden. Gleich geblieben ist das Ziel: Familien zu unterstützen, die das soziale Netz nicht auffängt.

#### Impressum

##### Herausgeber:

Akkurat Dienstleistungs GmbH  
Amtsgericht Aachen, HRB 9401  
GF: Johannes Heinrichs  
ein Unternehmen der  
Heinrichs Gruppe  
Hauptstraße 15  
52538 Gangelt  
info@heinrichs-gruppe.de  
www.heinrichs-gruppe.de

##### Verantwortlich:

Karin Heinrichs, Isabelle Ernst

##### Redaktion/Gestaltung:

Isabelle Ernst

##### Druck:

Druckerei Heggen,  
Heinsberg-Lieck

##### Fotos:

Heinrichs Gruppe, Fotolia

## Neue XCO-Walking-Gruppe in Kreuzrath gebildet

Personaltrainer Michael Fischer bietet dieses Angebot im Rahmen des **Betrieblichen Gesundheitsmanagements**

**Gangelt.** XCO ist ein Trainingsgerät, das einer Hantel ähnlich sieht. Beim Walken schleudert das darin enthaltene Granulat hin und her und trainiert somit Muskeln und Bindegewebe im Rücken, Nacken und Bauch. Michael Fischer ist Personaltrainer und bietet unseren Mitarbeitern im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements regelmäßig Trainingseinheiten an. Am Kreuzrather



Hof hat sich eine neue Gruppe gefunden, die sich montags (19 Uhr) und donnerstags (18.30 Uhr) trifft. Treffpunkt ist die „Alte Ziegelei“. Wer Interesse an einer Teilnahme hat oder gerne mehr über XCO-Walking erfahren möchte, kann sich hier informieren:

info@training-fischer.de  
www.training-fischer.de

## Glücksbärchen erobern Langbroich

Zum ersten Mal sind wir mit einer **Karnevalsgruppe** beim Umzug in Gangelt-Langbroich dabei. Knapp 100 Teilnehmer treffen sich vor dem Zug im SZB Breberen zum gemeinsamen Schminken und trotz dem schlechten Wetter

**Gangelt.** Unter dem Motto „Nee jetzt mal ohne Scherz, wir pflegen BÄRENstark mit Herz“ ist die Heinrichs Gruppe mit einer knapp 100 Mann starken Gruppe zum ersten Mal beim Karnevalsumzug in Gangelt-Langbroich dabei gewesen. Nach der Kostümausgabe, dem gemeinsamen Schminken und einem Mittagessen im SZB Breberen haben sich die Teilnehmer teils zu Fuß und Mit Bollerwagen, teils mit dem Fahrdienst einiger Kollegen, von Breberen nach Langbroich aufgemacht. Das zu Beginn des Zuges schlechte Wetter tat der Stimmung keinen Abbruch und so wurden nach Beginn des Zuges das gesamte Wurfmaterial – Strandbälle, selbstgebackene Muffins, Kugelschreiber, Visitenkarten, Tassen, Klegeblöcke und mehr an die Zuschauer verteilt. Vielen Dank an alle, die dabei waren!



Bei der Premiere unserer Karnevalsgruppe haben knapp 100 Mitarbeiter und deren Anhang teilgenommen.



### Generation hilft – der Förderverein der Heinrichs Gruppe

## Förderverein unterstützt Kinderfußballtag

Zum dritten Mal in Folge freuen sich die Kinder der **Pestalozzi-Grundschule** in Heinsberg-Oberbruch über das Sponsoring dieses für sie besonderen Tages. Dieses Mal gab's einen neuen Trikotsatz für die Nachwuchskicker.

**Heinsberg.** Der Kinderfußballtag der Pestalozzi-Grundschule in Oberbruch stand in diesem Jahr unter dem Motto „Kinder stark machen“ und fand Mitte April in der Sporthalle in Grebben statt. Das Team der Pestalozzi-Grundschule wurde in diesem Jahr von Werner Nefgen, Gründer der Dürener Fußballschule, trainiert. Werner Nefgen legte die Förderschwerpunkte beim Training auf Koordination, Spielintelligenz und Flexibilität. Immer unter der Prämisse, die natürliche Neugier, wie auch den angebotenen Spieltrieb der Kinder zu fördern.



Die Nachwuchskicker präsentieren stolz ihren neuen Trikotsatz.

