

brainLight®

LIFE IN BALANCE

brainLight-Regenerationssysteme stärken die Mentale Gesundheit



Gesunde Mitarbeiter – gesunde Unternehmen

Das **brainLight**®-BGM-Konzept
für Unternehmen

Preisgekrönt. Regelmäßig.



Die **brainlight** GmbH ist u.a. Mitglied bei diesen Verbänden





brainLight – Feel the Difference & Be in Balance!



Die Welt, aber auch das Leben jedes Einzelnen, wird immer komplexer und digitaler. Gleichzeitig schreitet der demografische Wandel voran. Im Rahmen der Industrie 4.0 vernetzt sich die reale Wirtschaft zunehmend mit der digitalen Wirtschaft. Eine wachsende Komplexität kennzeich-

net alle Lebensbereiche als unüberschaubare Fülle an Daten und Informationen über sich immer rascher verändernde Faktoren und Zusammenhänge. Dabei wird immer deutlicher, wie sehr dadurch die mentale Gesundheit jedes einzelnen angegriffen wird.

Maßnahmen zur Förderung von Selbstkompetenz und Stressmanagement sowie zur Stärkung der mentalen Gesundheit sollten daher von Unternehmen durch alle Bildungs- und Arbeitsbereiche hindurch unterstützt werden, damit ihre Mitarbeiter* gute Qualität, gute Leistungen bieten oder innovativ sein können. Ein glückliches Leben zeichnet sich vor allem durch eine hohe Lebensqualität aus. Zu viel Stress, egal in welchem Lebensbereich, kann diese erheblich stören.

Auch wenn sich viele Ursachen für Stress und Anspannung im Privaten finden lassen, so stresst die Arbeit die Menschen am meisten. Diese erwarten zudem von einem Unternehmen vermehrt, dass es ihnen ganzheitliche und sinnvolle Erfahrungen ermöglicht. Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit sind hier ganz entscheidende Faktoren.

Schon Ludwig Erhard hatte mit seinem „Wohlstand für Alle“ einen Traum von einem guten Leben. Die **brainLight** GmbH möchte durch die Etablierung ihrer Systeme ein „Wohlfühlen für Alle“ als Standard möglich machen. Diese Chance zu einem entspannten Leben in Balance sollte für alle gegeben sein.

Wie die High-Tech-Entspannung von morgen aussieht und wie die Digitalisierung von Wohlbefinden und Gesundheit Menschen in allen Lebensbereichen und -phasen smart unterstützen kann, werden wir als Qualitätshersteller mit unserer mehr als 35-jährigen Kompetenz im Bereich Entspannung zum Wohle aller mitgestalten. Wir freuen uns drauf!

Ihre Ursula Sauer

Geschäftsführerin der **brainLight** GmbH

Sind Sie der BGM-Verantwortliche in Ihrem Unternehmen und zuständig für die Angebote, die die Gesundheit der Mitarbeiter fördern sollen?

Beschäftigen Sie sich mit diesen Fragen:

„Ist die BGM-Entwicklung in Ihrem Unternehmen eine Herausforderung für Sie?“

„Wünschen Sie sich belastbare Statistiken für den Erfolg Ihrer Massnahmen?“

„Können Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen nachhaltig für das Thema Gesundheit begeistern?“

„Wollen Sie mit kleinen Budgets im BGM viel erreichen?“

„Würden Sie gerne die Stressbelastungen für Ihre Belegschaft reduzieren?“

„Haben Sie Interesse, die Wirksamkeit von Regenerations- und Entspannungsmaßnahmen in Ihrem Unternehmen zu testen?“

„Liegt Ihnen das Thema „Gesunde Führung“ am Herzen und suchen Sie hierfür den passenden Anbieter?“

„Möchten Sie die mentale Gesundheit Ihrer Mitarbeiter stärken?“

Gerne möchten wir Ihnen unsere Lösungen aufzeigen, die auf wissenschaftlichen Studien basieren. Nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!
Telefon: +49 (0) 6021 5907-0 oder E-Mail: anfrage@brainlight.de





Entspannungstechnologie „Made in Germany“

Seit 1988 entwickelt, produziert und vertreibt die **brainLight GmbH** audio-visuelle Tiefenentspannungssysteme mit Shiatsu-Massagesesseln zur Entspannung, Regeneration und Stressreduktion. Sie ermöglichen den Anwendern ein unmittelbares und tiefgreifendes Entspannungserlebnis. Durch die hohe Effizienz und Einzigartigkeit ihrer Systeme, die Entspannung direkt erlebbar machen, wurde die **brainLight GmbH** seit der Unternehmensgründung 1988 zum Vorreiter und schließlich zum Marktführer auf diesem Gebiet.

Was mit einem Kopfhörer-Lichtsystem begann, wurde zu einem Komplettsystem aus Shiatsu-Massagesessel mit Bodyscan, Licht und Musik. Die einfache Bedienbarkeit kommt unseren (gewerblichen und privaten) Kunden besonders zugute: Einfach zurücklehnen, Visualisierungsbrille und Kopfhörer aufsetzen, eine Tastenkombination drücken und schon beginnt die Entspannung auf Knopfdruck.

Wir leben in einer Zeit, in der Schnelligkeit und zeitbasierte Anforderungen den Alltag bestimmen. Termin- und Leistungsdruck, Arbeitsverdichtung und wachsende Anforderungen auch in Freizeit und Privatleben begünstigen Stressreaktionen. Auf Dauer geht uns dadurch die geistige und körperliche Frische verloren.

Gerade in stressigen Alltagssituationen sind Achtsamkeit, Entspannung und die Fähigkeit, neue Energie zu tanken, mehr denn je notwendige Kompetenzen. Das präzise abgestimmte **brainLight**-Wohlfühlerlebnis führt bei den Nutzern zu sofortigem Stressabbau, höherer Belastbarkeit, besseren Leistungen und mehr Ruhe und Gelassenheit. In kurzer Zeit können Sie sich regenerieren und bei regelmäßiger Anwendung Ihre Gesundheit fördern. Die **brainLight**-Philosophie und die daraus entstandene Technik hat mittlerweile sehr viele überzeugte und begeisterte Nutzer. Viele Unternehmen haben die positive Wirkung der **brainLight**-Systeme entdeckt und nutzen sie als wirkungsvollen Baustein in ihrem Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM). **brainLight**-Anwendungen wirken sich positiv auf Arbeit und Privatleben der Mitarbeiter aus.

Auch aus diesen Gründen wurden **brainLight**-Systeme für die Jahre 2012/13, 2013/14, 2014/15, 2016/17/18, 2020/21 und 2023/24 als „Bestes Produkt des Jahres“ mit dem PLUS X Award ausgezeichnet. Eindeutige und valide Erkenntnisse für die positive Wirkungsweise der **brainLight**-Systeme zeigen die Ergebnisse zahlreicher wissenschaftlicher Studien, z.B. der EDAG Engineering GmbH im IHK-Arbeitskreis „Arbeit und Werte“ und der Schwenninger Krankenkasse (jetzt Vivida BKK).



Gesunde Mitarbeiter – gesunde Unternehmen

Was ist Betriebliches Gesundheitsmanagement?

Betriebliches Gesundheitsmanagement ist nach Prof. Dr. Badura die Integration und bewusste Steuerung betrieblicher Prozesse mit dem Ziel der Erhaltung und Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens der Beschäftigten in ihrer Arbeitsumwelt.

Um im heutigen Wettbewerb bestehen zu können, ist es immer wichtiger, gesunde und leistungsstarke Mitarbeiter im Unternehmen zu beschäftigen und diese auch zu halten. Deshalb integrieren Unternehmen ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) und schaffen gesundheitsfördernde Strukturen und Prozesse in ihrer Organisation. Ziel eines BGMs ist es, die Gesundheit der Belegschaft, die allgemeine Arbeitszufriedenheit und die Leistungsfähigkeit zu erhalten, zu fördern und vorhandene Ressourcen weiter zu stärken. Professor Dr. Bernhard Badura, der geistige Vater des BGM in Deutschland, sieht die Stärkung der psychischen und physischen Gesundheit der Beschäftigten in Unternehmen als eine wesentliche Grundlage für die Wettbewerbsfähigkeit von Unternehmen und Organisationen sowie für eine höhere Qualität der Arbeitsleistungen.

Viele integrieren bereits **brainLight**-Systeme zur Stärkung der körperlichen und mentalen Gesundheit einfach und wirkungsvoll in eine zukunfts- und mitarbeiterorientierte BGM-Konzeption. Laut Studien stärken diese die Gesundheitskompetenz auch der weniger gesundheitsaffinen Kollegen. Die Mitarbeiter können für kurze Zeit dem Arbeitsdruck entfliehen, in einer Pause abschalten und sich entspannen. Bereits nach der ersten Anwendung erzielen die Entspannungssysteme einen angenehm beruhigenden und erleichternden Effekt.

6 Gründe für ein Gesundheitsmanagement:

1. Erhöhung der Produktivität
2. Vermeidung von Produktionsausfällen durch psychische Erkrankungen.
3. Senkung der Kosten und Reduzierung des Krankenstandes
4. Schaffung eines gesunden Arbeitsklimas, das menschliche **und** unternehmerische Ziele beinhaltet
5. Sicherung der Wettbewerbsfähigkeit im demografischen Wandel
6. Anwerbung und Bindung von qualifizierten Mitarbeitern



brainLight als wichtiger Baustein im BGM

Das wichtigste Erfolgsprinzip für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement ist die Akzeptanz durch die Belegschaft. Denn selbst die besten Maßnahmen bringen nur dann etwas, wenn sie auch genutzt werden.

Die **brainLight** GmbH hat sich daher auf wirksame und nachhaltige Unterstützung im Betrieblichen Gesundheitsmanagement spezialisiert. Dabei folgt unser Ansatz dem Grundprinzip des Empowerments (Selbstermächtigung) und leistet Hilfe zur Selbsthilfe für Mitarbeiter und Gesundheitsmanager. Unser Angebot erstreckt sich von diversen Studienprojekten bis hin zu Workshops zum Thema „Gesunde Führung“.

Empowerment für Mitarbeiter: **brainLight**-Entspannungssysteme

Unsere Entspannungssysteme verhelfen nachweislich zu mehr Entspannung und Leistungsfähigkeit, wie diverse Studien belegen. Viel wichtiger ist jedoch, dass **brainLight**-Systeme aufgrund ihres niedrigschwelligen Einstiegs (Entspannung auf Knopfdruck) sowie des direkt erlebten positiven Effekts eine Selbsterfahrung für die Nutzer darstellen. Diese Erfahrung ist ein entscheidender erster Schritt, um langfristig

und nachhaltig einen positiven Einfluss auf das Gesundheitsverhalten seiner Mitarbeiter zu erzielen. Richtig eingesetzt und mit entsprechenden Informationen und Folgemaßnahmen ergänzt, sind **brainLight**-Entspannungssysteme ein wirksames Sensibilisierungsinstrument sowohl im Rahmen der Gesundheitsförderung als auch der Prävention.



„Für die zunehmend stärker belasteten Beschäftigten der Kopfarbeiterwirtschaft ist das ein geeignetes Instrument für die Erholung und Entspannung.“

Prof. Dr. Bernhard Badura



„BGM 4.0 braucht maximale zeitliche und räumliche Flexibilität ... und evidenzbasierte Wirksamkeitsergebnisse. Die **brainLight** GmbH ist mit ihren Produkten die Speerspitze der Innovation im BGM.“

Prof. Dr. Volker Nürnberg



Wissenschaftliche Studien belegen die Wirksamkeit

Im Laufe der Jahre wurden zahlreiche Studien durchgeführt, die die positive Wirkung der **brainLight**-Systeme auf die Gesundheit, die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit sowie auf das Stressniveau belegen. Bestätigt wurde außerdem der Return on Investment (ROI) des Einsatzes von **brainLight**-Systemen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements im Unternehmen.

Stress gilt als der Hauptgrund für das Entstehen psychischer Erkrankungen, ist mit erheblichen sozialen und organisationalen Kosten verbunden und führt zu weniger Glücksempfinden und Lebensqualität. Wie die angeführten Studien deutlich belegen, sind die **brainLight**-Systeme wirkungsvolle Instrumente im Stressmanagement.

Unsere Studienpartner der letzten Jahre:



Hochschule
Bonn-Rhein-Sieg

EuPD Research

Die Schwenninger
Krankenkasse

Mobil
BETRIEBSKRANKENKASSE

SRH HOCHSCHULE
BERLIN



DIE GESUNDARBEITER
ENTSPANNUNG ERNÄHRUNG BEWEGUNG



brainLight RESEARCH & SCIENCE

In der Zoominar-Reihe **brainLight** RESEARCH & SCIENCE informieren wir seit 2022 über den wissenschaftlichen Hintergrund audio-visueller Entspannung und aktuelle Studienergebnisse zu **brainLight**-Anwendungen im privaten und betrieblichen Alltag: <https://www.brainlight.de/brainlight-know-how/research-und-science/>.

Studie „Associations between Health Education and Mental Health, Burnout, and Work Engagement by Application of Audiovisual Stimulation“.

In dieser Feldstudie wurde erstmalig die Nutzung audio-visueller Stimulation mit **brainLight** an 396 Probanden unter realen Bedingungen in der Arbeitswelt wissenschaftlich untersucht: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/15/9370/pdf>. Die Ergebnisse zeigen klar einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen **brainLight**-Nutzung und der mentalen und allgemeinen Gesundheit, der „Distanzierung von der Arbeit“ und „emotionalen Erschöpfung“ (= Burnout) und der Werte für „Vitalität“, „Hingabe“ und „Absorption“ (= Work Engagement).

Studie zum Return on Investment

Eine von EuPD Research durchgeführte Studie belegt den Return on Investment beim Einsatz von **brainLight**-Systemen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. 13 Unternehmen, darunter u. a. Nestlé, SAP und Unilever, nahmen mit jeweils 8 – 120 Probanden teil. Das Ergebnis zeigte leichte bis mittelstarke Verbesserungen bei Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Am stärksten waren Verbesserungen im Bereich der Rückengesundheit, der inneren Ausgeglichenheit und der Konzentrationsfähigkeit zu verzeichnen.

Studie zur Emotionalen Intelligenz (EQ)

Studiengegenstand war ein EQ-Seminar, das Professor Christoph Tiebel von der Hochschule Heilbronn mit den Mitarbeitern eines BRK-Pflegeheims durchführte. Nach der vierwöchigen Nutzung eines **brainLight**-Systems konnten 91 % der Probanden die Inhalte des Seminars aus dem Gedächtnis abzurufen. Fazit: Die **brainLight**-Anwendungen unterstützen Mitarbeiter dabei, Gelerntes zu vertiefen.

Studie zur effektiven Erholung in Arbeitspausen

Erhebungsgegenstand an der Hochschule Bonn Rhein-Sieg waren ausgewählte Interventionen zur Verbesserung der Konzentration und Entspannung in Arbeitspausen. Nach der **brainLight**-Anwendung steigerte sich die Konzentration bei den jeweiligen Probanden um durchschnittlich 24 %. Die Entspannung nahm dabei um durchschnittlich 79 % zu.

Gesundarbeiter-Studie

Gegenstand der Studie der Schwenninger Krankenkasse, der Furtwangen University, IB-Consulting sowie der **brainLight** GmbH, war die Frage: Lässt sich Stress durch eine **brainLight**-Anwendung minimieren? Das Resultat ist eindrucksvoll: Bei 81,5 % der Probanden der Hauptstudie reduzierte sich der Stressindex durchschnittlich um signifikante 20 %.

Studie des IHK-Arbeitskreises „Gesundheit und Werte“

Diese bei der EDAG durchgeführte Studie zeigte, dass

- 84,7 % aller Teilnehmer ihre Motivation in der Arbeit steigern konnten
- 78,1 % aller Teilnehmer Stressabbau und Entspannung als ausgezeichnet beurteilten
- 91,9 % aller Teilnehmer die Wirkungsweise an der Rückenmuskulatur als exzellent empfanden
- 80,0 % aller Teilnehmer bereit waren, für die Anwendungen Geld zu zahlen
- 93,0 % aller Mitarbeiter die **brainLight**-Systeme aktiv weiter nutzen wollen.

Weitere Studien und Informationen finden Sie unter www.brainlight.de/brainlight-know-how/studien/.

Studienprojekt mit der H-BRS: Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung

Das Projekt hat seit 2016 das Gesundheitsbewusstsein von 4.395 Studienteilnehmern aus 178 Unternehmen mit Hilfe audio-visueller Entspannungssysteme als niedrigschwellige Gesundheitsförderungsmaßnahme nachhaltig beeinflusst. Das **brainLight**-System, welches Entspannung auf Knopfdruck ermöglicht, wurde dabei von den Probanden durchschnittlich zwei- bis dreimal pro Woche oder öfter genutzt. Die wissenschaftliche Evaluation der Fragebögen nach Abschluss des Projektes macht diese Änderung messbar.

Ergebnisse bei regelmäßiger Nutzung des **brainLight**-Entspannungssystems:

1. Bei ca. 90 % der Teilnehmer ergab sich ein mittelstarker bis sehr starker Einfluss auf die Einstellung zur Gesundheit und das Gesundheitsverhalten.
2. Bei ca. 90 % der teilnehmenden Mitarbeiter verbesserte sich das psychische Wohlbefinden positiv (mittelstark bis sehr stark).
3. Mehr als 80 % der Teilnehmer verspürten einen mittelstarken bis sehr starken positiven Einfluss auf die psychische und körperliche Arbeitsfähigkeit.

Die neuesten Evaluationsergebnisse zu diesem Studienprojekt finden Sie unter <https://www.brainlight.de/bgm-infopoint/brainlight-studie/>.



Die Wirkungsweise der **brainLight**-Systeme

Die **brainLight**-Systeme wirken über eine audio-visuelle Stimulation direkt auf die Gehirnaktivitäten und beeinflussen die Reizverarbeitung. Mittels eines kleinen, hochentwickelten Computers werden auf Basis der **brainLight**-Programme in der **brainLight**-Entspannungseinheit optische und akustische Signale produziert. Diese Kombination binauraler Töne in verschiedenen Frequenzen, welche per Kopfhörer auf den Anwender übertragen werden, und die Lichtimpulse – rhythmische Lichtstimuli, welche über die Leuchtdioden der Visualisierungsbrille über den Sehnerv zum Gehirn transportiert werden – wirken auf mentale Zustände ein, wie u.a. auf die Entspannung, kognitive Leistungsfähigkeit und Konzentration. Die Anwender werden je nach Programmwahl in ganz unterschiedliche Zustände, wie z. B. Meditation, Entspannung oder geistige Klarheit, geführt und damit die Ausgeglichenheit von Seele, Geist und Körper gefördert.

Frequenzfolgetheorie und Gehirnwellen

Die im **brainLight**-System generierten Schwingungen beeinflussen und stimulieren die Frequenzen der Gehirnwellen und somit die Gehirnaktivitäten. Dieses

Phänomen basiert auf der Theorie der Frequenzfolge-reaktion. Durch die audio-visuelle Stimulation werden die Sinne angeregt und diese Erregung auf die Nervenzellen im zentralen Nervensystem und schließlich auf die Neuronen im Gehirn übertragen. In der Folge kommt es zu einer wellenförmigen Ausbreitung der elektrischen Potentialänderung auf weitere Neuronen und Gehirnareale in Abhängigkeit von Intensität und Dauer der audio-visuellen Reizung.

Erfolgt dies in einem bestimmten Takt, wird die gezielte Ansteuerung bestimmter Gehirnwellen ermöglicht, was u.a. durch die Messung mit einem Elektroenzephalogramm (EEG) aufgezeigt werden kann. So sind z.B. Beta-Wellen charakteristisch für den normalen, wachen Zustand, bei fokussierter Aufmerksamkeit und intellektuellen, komplexen Verarbeitungsprozessen. Alpha-Wellen dagegen kennzeichnen einen ruhigeren, entspannten und passiveren Zustand.

Theta-Wellen sind beim Übergang vom Wach- in den Schlafzustand zu beobachten, aber auch bei tiefer Meditation und bestimmten Yoga-Übungen.

Nach dem Einschlafen, aber auch in Trance und Tiefenhypnose dominieren im menschlichen Gehirn die Delta-Wellen.

VIEL MEHR als nur ein Massagesessel: **brainLight**-Komplettsysteme

Bei einem **brainLight**-Komplettsystem wird die audio-visuelle Stimulation über Kopfhörer und Visualisierungsbrille durch die vielfältige Shiatsu-Massage ergänzt und die Intensität der Entspannung signifikant erhöht. Die hochmoderne 4D-Massagetechnologie erfasst dabei über einen Körpersensor die individuellen Rückenkonturen, um so eine optimale Massage entlang verschiedener Akupressur-Punkte von Nacken, Rücken, Becken sowie Händen, Füßen, Armen und Beinen zu ermöglichen. Die audio-visuelle **brainLight**-Anwendung wird durch die Massage zum Rundum-Wohlfühlerlebnis. Unsere Psychologen und Therapeuten haben dazu pausenkompatible, 10 – 20-minütige Programme entwickelt, so z.B. gerade für die betrieblichen Gesundheitsförderung wichtige Themen wie Achtsamkeit, Autogenes Training, Besser Schlafen, rauchfrei werden oder Selbstheilungskräfte stärken. Mitarbeitende können diese Programme in der Arbeit oder auch mobil zuhause mit der Familie nutzen.

Die Energietankstelle für mehr Leistungskraft im Alltag

Studien haben gezeigt, dass **brainLight**-Komplettsysteme einen positiven Einfluss auf Entspannung, Gesundheitsbewusstsein und Leistungsfähigkeit der Anwender haben. Dadurch eignen sie sich besonders als Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF), die z.B. im Rahmen der täglichen Arbeitspausen durchgeführt werden kann.

Wohlfühlerlebnis auf Knopfdruck

Auf Knopfdruck erleben Sie eine perfekt abgestimmte Komposition aus Licht- und Tonfrequenzen, Musik, (je nach Programm) sprachlicher Begleitung und verschiedenen Massagetechniken. Die **brainLight**-Komplettsysteme sind Ihr persönliches Wellness-Studio, Ihre Oase der Entspannung sowie ein nobles Stil- und Ruhemöbel. Die Shiatsu-Sync-Technologie, die es ermöglicht, dass ein **brainLight**-Massagesessel von einem audio-visuellen **brainLight**-System gesteuert werden kann, ist weltweit einzigartig.



brainLight-Komplettsysteme mit relaxTower PRO

Der **brainLight** relaxTower PRO wurde speziell für den gewerblichen und öffentlichen Sektor entwickelt und lässt sich mit allen Shiatsu-Massagesesseln aus unserem Angebot kombinieren. Er ist robust und kann mit einem Münzgerät oder Kartenlesegerät ausgestattet werden. Überall dort, wo der Betreuungsaufwand für das **brainLight**-System so niedrig wie möglich sein soll, ist das **brainLight**-Komplettsystem mit relaxTower PRO die ideale Wahl.

Technische Daten und Ausstattung **brainLight** relaxTower PRO

Maße: L 23 cm x B 23 cm x H 90 cm

Gewicht mit Münzautomat: 14 kg

Gewicht ohne Münzautomat: 13,4 kg

Farbe: TITAN oder Schwarz (andere Farben auf Anfrage, z.B. wenn in Ihrer Firmenfarbe gewünscht)



- Display mit Programmanzeige, Restlaufzeitanzeige und integrierter Tastatur
- Statistikabfrage: Einzel- und Gesamtsessionzahl



- Optional mit Münzautomat oder Kartenlesegerät
- Münzschlitz für verschiedene Währungen oder Wertcoins



- abschließbares Fach für Münzentnahme und Programmkartenwechsel.



brainLight relaxTower mit Shiatsu-Massagesessel 4D Zenesse

brainLight-Systeme mit relaxTower PRO

brainLight relaxTower PRO mit Shiatsu-Massagesessel 4D Zenesse

Bei der Konzeption des **brainLight-Shiatsu-Massagesessels 4D Zenesse** haben wir uns ganz von **fernöstlicher Philosophie** inspirieren lassen und ein **elegantes Zusammenspiel von Gegensätzen, yin und yang, passiv und aktiv geschaffen, das notwendig ist, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.**

So vermag Zenesse es, Sie einzubetten und sanft zu berühren, aber auch stark zu massieren, zu dehnen, zu strecken und zu kräftigen – je nachdem, was Sie gerade brauchen, um in Ihrer Mitte anzukommen. Dank eines intelligenten Bodysensors stimmt der Sessel seine Massage nicht nur vertikal, horizontal und in der Tiefe auf Ihren Körper ab, sondern ermittelt auch Ihre individuellen Rückenkonturen – daher die Bezeichnung „4D“.

Die Massagetechniken sind sowohl der klassischen schwedischen Massage als auch dem japanischen Shiatsu nachempfunden und arbeiten entlang verschiedener Akupressur-Punkte, so dass Ihre Lebensenergie „Qi“ frei fließen kann. Letzteres basiert wiederum auf der Meridian-Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Lassen Sie sich verwöhnen.

Die Highlights des Shiatsu-Massagesessels 4D Zenesse sind:

- 4D-Massagetechnologie auf dem neuesten Stand der Technik: Bodysensor zur Ermittlung der individuellen Rücken- und Nackenlänge sowie -tiefe, der Schulterbreite und der Rückenkonturen; die Massage wird automatisch an die ermittelten Daten angepasst
- Akupressurpunkt-Erkennungssystem
- Punktgenaues Positionieren der Massagearme
- Luftdruckmassage in 3 Stärken für folgende Bereiche einzeln oder in Kombination wählbar: Arm & Hand, Oberschenkel, Oberarme & Schultern, Fuß & Wade
- Position der Luftdruckmassage-Kissen im Oberarm- & Schulter-Bereich manuell 5-stufig verstellbar
- 5 verschiedene Rückenmassagearten: Kneten, Klopfen, Trommeln, Kneten + Klopfen, Shiatsu
- Bis zu 6 Geschwindigkeits- und 12 3D-Intensitätsstufen der Rückenmassage manuell einstellbar
- Fußsohlenmassage: Automatikabfolgen I und II, oder manuell regulierbar
- Dreigeteilte Fußstütze, die um 22 cm verlängert werden kann, um sich Anwendern verschiedener Körpergrößen anpassen zu können



brainLight-Synchro PRO mit Shiatsu-Massagesessel 4D SPHERE

brainLight-Systeme mit Synchro PRO

brainLight-Synchro PRO mit Shiatsu-Massagesessel 4D SPHERE

Ihre Wohlfühl-Sphäre: Der **brainLight-Shiatsu-Massagesessel 4D SPHERE**, ausgekleidet mit OEKO-Tex 100 zertifiziertem Kunstleder. Ermöglicht individuell anpassbare Massagen, vom Nacken bis zum Po, von den Finger- bis zu den Fußspitzen, auswählbar über einen Gesundheitscheck oder aber manuell, nach eigener Einschätzung: Das tut mir jetzt gut, in genau dieser Nuance. Kombiniert mit Licht und Ton des **brainLight-Systems** bietet 4D SPHERE ein perfektes Wohlfühl-Erlebnis.

Mit Negativ-Ionen-Funktion

Verstärkt psychisches Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit, gute Stimmung, fördert ruhigen Schlaf, leichtere Atmung, verringert Müdigkeit, senkt den Blutdruck, verzögert den Alterungsprozess, beseitigt Feinstäube, Aerosole, Bakterien, Keime, Viren und neutralisiert Gerüche (innerhalb von Minuten).

Gesundheitscheck für angepasste Massagen

- Messung von Puls und Sauerstoffsättigung im Blut
- Errechnung des Erschöpfungslevels (0 – 100)
- Daran angepasste Massage auswählbar

Highlights des Shiatsu-Massagesessels 4D SPHERE:

- 12 Automatikprogramme in 3 Kategorien: Klassisch (Relax / Refresh / Stretch / Schlafhilfe / Loslassen / Aufwachen), Spezial (Lockerung / Wellbeing / Fit), Fokus (Nackenfokus / Lendenfokus / Pofokus)
- Bodyscan zur Ermittlung der individuellen Rückenlänge; die Massage wird automatisch daran angepasst
- 3D-Mechanismus mit 6 Tiefen-Einstellungen
- Punktgenaues Positionieren der Massagearme
- 6 verschiedene Massagearten: Kneten, Tappen, Klopfen, Klatschen, Intervall und Shiatsu für den Rücken- und Pobereich in bis zu 6 Geschwindigkeitsstufen
- Luftdruckmassage in den Bereichen Schultern, Arm & Hand, Fuß & Wade in je drei Intensitäten einzeln oder zusammen auswählbar
- Fußsohlenmassage in 3 Geschwindigkeitsstufen
- Wärmefunktion im Lendenbereich mit 3 wählbaren Intensitäts-Zyklen
- 3 Sesselpositionen bis hin zur Zero Gravity Position manuell wählbar
- Einstellung von Sitzwinkel und Fußteil getrennt möglich
- Timerfunktion
- Automatische Endabschaltung
- Sehr energie- und platzsparend



brainLight relaxTower
mit Shiatsu-Massagesessel
Gravity PLUS

Unsere Empfehlung zum Einsatz im BGM

brainLight relaxTower PRO mit Shiatsu-Massagesessel Gravity PLUS

Das **brainLight**-Komplettsystem relaxTower PRO mit Shiatsu-Massagesessel Gravity PLUS ist unser Klassiker im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement.

Aufgrund seiner hervorragenden hygienischen Eigenschaften, seiner Robustheit und Pflegeleichtigkeit ist dieses **brainLight**-Entspannungssystem auch mit Arbeitskleidung im Produktions- und Lagerbereich nutzbar. Mit seiner Stretch- und Wiegefunktion unterstützt der **brainLight**-Shiatsu-Massagesessel Gravity PLUS den Körper dabei, die Auswirkungen von langem Sitzen oder Stehen sowie einseitiger Körperbelastung auszugleichen.

Highlights des Shiatsu-Massagesessels Gravity PLUS:

- 10 verschiedene Massagearten
- 11 Automatikprogramme
- Stretch- und Wiegefunktion
- Wärmefunktion für den Rückenbereich
- individuell justierbare, gezielte Massage von Nacken, Schultern und unterem Rücken
- verschiedenste Sitz- und Liegepositionen, manuell oder automatisch stufenlos wählbar.

Alle **brainLight**-Komplettsysteme bieten:

- **EINFACHE BEDIENUNG**, denn Entspannung beginnt mit einer intuitiven, leicht verständlichen Handhabung
- **FLEXIBLE EINSTELLUNG** der Entspannungsposition; die Sitz- und Liegepositionen sind individuell regulierbar
- **PERFEKTEN LIEGEKOMFORT**, der durch eine spezielle Sitzposition das Gefühl der Schwerelosigkeit und eine Entlastung der Bandscheiben ermöglicht
- **KOMFORTABLE POLSTERUNG**, die Ihren ganzen Körper optimal einbettet und für ganzheitliche Entspannung sorgt
- **HÖCHSTE QUALITÄT** auch im Detail, so dass Sie lange Freude an Ihrem **brainLight**-System haben.

NEU: Zusätzlich zur Grundausstattung können Sie dank unserer neuen Software weitere, thematisch völlig unterschiedliche Programmblöcke Ihrer Wahl erwerben, die zu Ihren Wünschen und Zielen und denen Ihrer Mitarbeiter passen. Kreieren Sie so Ihr ganz individuelles **brainLight**-System!



Testen Sie **brainLight** in Ihrem Unternehmen!

Entspannung und Wohlbefinden sind, genauso wie die emotionale Intelligenz, Komponenten, welche in der heutigen, zunehmend schnelleren und leistungsorientierteren Welt an Bedeutung gewinnen.

Steigende Belastungen und Anforderungen können zur Folge haben, dass die Motivation und die Leistungsfähigkeit sinken und sich physische und psychische Erkrankungen entwickeln. Arbeitgeber stehen daher immer mehr in der Pflicht, aktive Personalarbeit zu leisten.

Die **brainLight**-Systeme finden hier in etlichen Bereichen individuell Anwendung. Auf Knopfdruck erleben Anwender eine perfekt aufeinander abgestimmte Kombination aus Massage, Wärme, Licht und Musik: Sie genießen zunächst eine individuelle Shiatsu-Massage, die Verspannungen im Rücken-, Nacken- und Wadenbereich löst.

Danach werden die Anwender mittels Lichtimpulsen, Musik und Ton in eine tiefe Entspannung geführt und sind schon nach wenigen Minuten ruhig, entspannt und regeneriert.

Um die innovative Technologie der **brainLight**-Systeme und ihr Potenzial für Mitarbeiter, Patienten und Angehörige einmal selbst zu erleben und auszuprobieren, bietet die **brainLight** GmbH spezielle Testangebote für Unternehmen an:

Testen Sie den **brainLight** relaxTower mit einem **brainLight**-Shiatsu-Massagesessel Ihrer Wahl z. B. im Rahmen eines Gesundheits- oder Praxistages, oder buchen Sie eine zweiwöchige Teststellung. Wir beraten Sie gerne über die Konfigurations- und Anwendungsmöglichkeiten und die Rentabilität der **brainLight**-Systeme in Ihrem Unternehmen.

Mietkosten (14 Tage): 500,- € netto / 595,- € brutto
+ Liefer- und Aufbaukosten 250,- € netto / 297,50 € brutto.

Mietkosten für Events oder andere besondere Anlässe:
pro Tag pro System ab 150,- € netto / 178,50 € brutto
+ Betreuung 250,- € netto / 297,50 € brutto pro Tag
+ Liefer- und Aufbaukosten 250,- € netto / 297,50 € brutto.

Kosten für Abbau und Abholung:
250,- € netto / 297,50 € brutto.

Auf Wunsch präsentieren wir die **brainLight**-Systeme auch in Ihrem Unternehmen.



brainLight Synchro PRO Home-Office & brainLight mobil

Entspannung auch auf kleinstem Raum

Der **brainLight-Synchro PRO Home-Office** ist unser kleines, kompaktes Einstiegermodell und ideal für Ihre Mitarbeiter im Home-Office. Nutzbar auch ohne Shiatsu-Massagesessel – und somit ideal für kleine Räume. Mittels Visualisierungsbrille, Kopfhörer und 32 Programmen sowie 50 Fest- und Festfrequenz-Programmen verhilft er Ihnen und Ihren Mitarbeitern zu mehr Harmonie, innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Balance. Der **brainLight-Synchro PRO Home-Office** ist handlich, lässt sich schnell am Ort Ihrer Wahl auf- und abbauen und ist leicht zu bedienen.

Technische Daten und Details

Maße: Boden: 23 cm x 23 cm; Höhe: 16,5 cm

Seitenlängen: 22,5 cm, **Gewicht:** 1,2 kg

Farbe: Schwarz oder Weiß

- Touch-Tastatur
- hintergrundbeleuchtetes LCD-Display
- Programm- und Restlaufzeitanzeige
- automatischer Standby-Modus
- Statistikabfrage: Einzel- und Gesamtsessionzahl
- 32 Instantprogramme
- 50 Fest- und Festfrequenzprogramme

Entspannung jederzeit, an jedem Ort

brainLight mobil ist unsere mobile Variante der **brainLight**-Entspannung und besteht aus einem **Basis-Kit** mit der Hardware, d.h. einer digitalen **brainLight**-Visualisierungsbrille und In-Ear-Kopfhörern, jeweils mit Aufbewahrungscase und einem USB-Hybrid-Adapter für iOS und Android einerseits sowie andererseits der **App** für das Smartphone oder iPad bzw. Tablet mit der Programmausstattung.

Technische Daten und Details

- 1 digitale blickdichte **brainLight mobil-Visualisierungsbrille** (LEDs weiß) mit digitalem Intensitätsregler und Aufbewahrungsetui
- 1 Set **brainLight KH 60 BT True Wireless In-Ear-Kopfhörer** mit Transportbox, Ladekabel und Ear-Tips
- 1 **brainLight USB-Hybrid-Adapter** mit:
 - Lightning auf USB-A Adapter für iPhone und iPad
 - USB-C auf USB-A Adapter für Android Smartphone und Tablet, iPads, iPhone 15

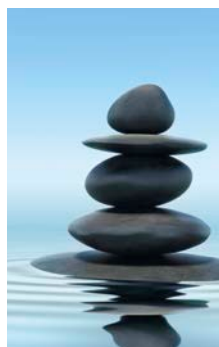
Weitere Informationen:

<https://www.brainlight.de/produkte/brainlight-mobil/>



Unsere Programmempfehlungen

Alle **brainLight**-Programme sind Instant-Programme, bestehend aus aufeinander abgestimmten Licht- und Ton-Frequenzen, Musik und gegebenenfalls sprachlicher Begleitung. Sie sind zu thematisch völlig unterschiedlichen Programmblocks zusammengefasst. Auf dieser Seite finden Sie einen Auszug aus unserer umfangreichen Programmvielalt insbesondere für das betriebliche Umfeld. Weitere Programmblocks finden Sie unter <https://www.brainlight.de/produkte/komplettsysteme/programmbloecke-komplettsysteme/>.



ANLEITUNGEN ZUR ACHTSAMKEIT VON DR. ULRICH OTT

10 Programme mit aufeinander aufbauenden Sitzungen, um eine achtsame Einstellung im Alltag zu erlernen und zu üben.



SELBSTFÜRSORGE MIT AUTOGENEM TRAINING VON WOLFRAM KRUG

10 Sitzungen führen Sie Schritt für Schritt an das Autogene Training heran. Sie lernen die sechs Grundübungen sowie die Mittelstufe des Autogenen Trainings kennen.



NACHTS GESUND SCHLAFEN VON WOLFRAM KRUG UND MARKUS B. SPECHT

20 **brainLight**-Programme bringen Ihnen vier Schlafregeln, Informationen rund um den Schlaf sowie weitere Methoden zur Entspannung, Regeneration und für einen erholsamen Schlaf nahe.



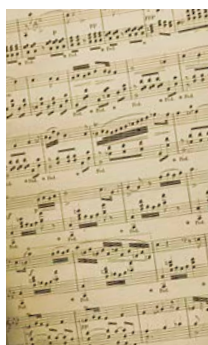
RAUCHFREI MIT **brainLight** VON STEFANIE WIECZOREK UND OLIVER HAPP

10 Sitzungen unterstützen Sie bestmöglich auf Ihrem Weg, rauchfrei zu sein und zu bleiben.



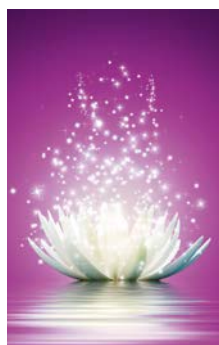
SELBSTLIEBE STÄRKEN VON CAROLIN SUE

10 **brainLight**-Programme, die Ihnen helfen, sanfter mit sich selbst zu sein, Ihren Wert wieder zu erkennen und gesunde Grenzen zu setzen.



MUSIKGENUSS VON KLASSISCH BIS MODERN

10 Programme „Musikgenuss pur“, ohne Sprachführung. Eine Sinfonie aus Licht- und Ton, von klassischen Stücken großer Komponisten über Latin, Lounge, New Age, Meditationsmusik bis hin zu Progressive Rock.



MAGISCHE KLÄNGE VON DIETRICH VON OPPELN

Diese 10 **brainLight**-Programme enthalten „Musikgenuss pur“ ganz ohne Sprachführung. Zum Entspannen, Träumen und Meditieren.



SPORTPROGRAMME

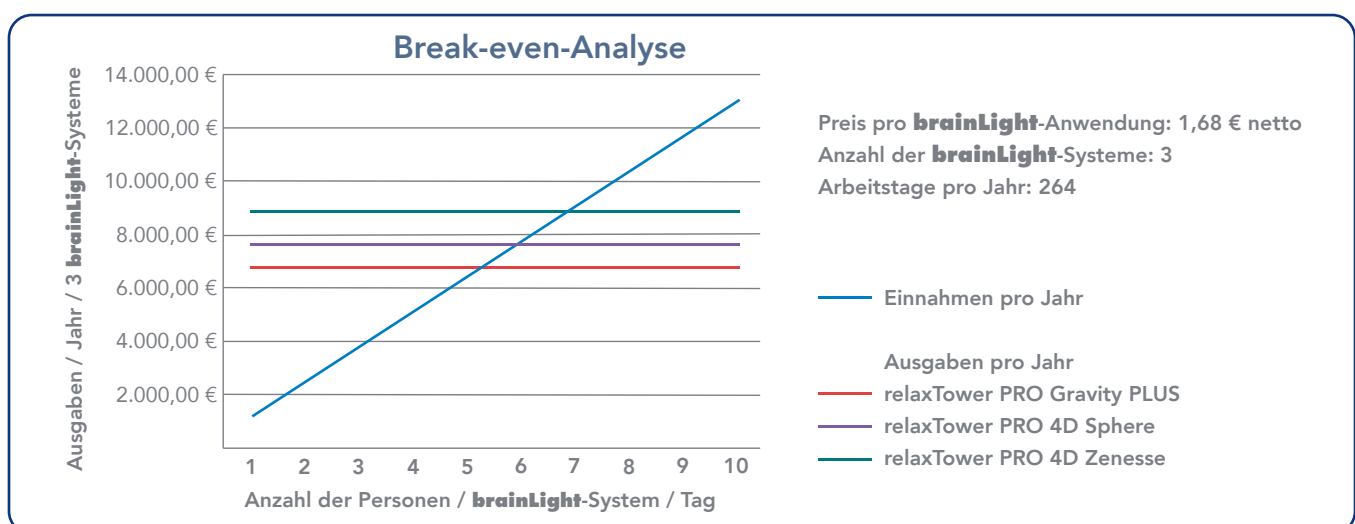
10 Programme Mentaltraining für sportlichen Erfolg, wie z.B. Wettkampfvorbereitung, Aufbau von Selbstbewusstsein und Zuversicht sowie Muskelgedächtnis- und Fokustraining.



Finanzierung und Rentabilität

Viele Unternehmen stellen ihren Mitarbeitern die Nutzung der **brainLight**-Entspannungssysteme kostenlos zur Verfügung. In anderen Unternehmen ist pro Anwendung ein kleiner Geldbetrag zu entrichten. So haben Sie die Möglichkeit, mit Ihren Entspannungssystemen direkt monetär messbare Erträge zu erwirtschaften. Ihre Mitarbeiter zahlen für jede Nutzung eines **brainLight**-Systems (ausgestattet mit einem Münzautomaten) einen von Ihnen frei wählbaren Betrag. Ab einer bestimmten durchschnittlichen Nutzung pro Tag werden damit u.a. die Leasingraten und Wartungskosten erwirtschaftet und Überschüsse generiert.

Die Rentabilitätsrechnung für die verschiedenen **brainLight**-Systeme zeigt bereits mit einer durchschnittlichen Nutzung von 10 Personen pro Tag je System und einem Bruttopreis je Anwendung von 2,- € (netto 1,68 €) einen Überschuss. Aufgrund der unterschiedlichen Leasingraten der **brainLight**-Systeme wird der Break-even-Point (BeP) an unterschiedlichen Stellen erreicht: Bei dem Entspannungssystem **relaxTower PRO Gravity PLUS** wird der BeP bereits ab durchschnittlich ca. 5,3 Nutzungen je Platz pro Tag überschritten, beim **relaxTower PRO 4D Sphere** bei ca. 6 Nutzungen/Tag und beim **relaxTower PRO 4D Zenesse** bei ca. 7 Nutzungen/Tag.



Leasing

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, **brainLight**-Systeme zu leasen. Das Leasing bietet Ihrem Unternehmen viele Vorteile. Weder die Systeme, noch die Verpflichtungen aus dem Leasing-Vertrag erscheinen in Ihrer Bilanz. Diese „Bilanzneutralität“ führt durch die Verbesserung von Relations-Kennzahlen zu einem höheren Rating bei Fremdkapitalgebern. Zusätzlich profitieren Sie von einer

verlässlichen Kalkulationsgrundlage, da die Leasingrate über die gesamte Laufzeit unverändert bleibt.

Die mit Münzautomaten ausgestatteten Komplett-Systeme erwirtschaften bereits während der Leasingdauer Erträge und Ihre Investition finanziert sich somit von selbst!

Leasing-Möglichkeiten für brainLight -Geschäftskunden				
relaxTower PRO mit	Preis netto	Leasingrate (24 Monate)	Leasingrate (36 Monate)	Leasingrate (48 Monate)
Gravity PLUS	5.900,00 €	ab 273,17 €	ab 188,21 €	ab 149,27 €
4D SPHERE	6.800,00 €	ab 314,84 €	ab 216,92 €	ab 172,04 €
4D Zenesse	7.800,00 €	ab 361,14 €	ab 248,82 €	ab 197,34 €

€-Angaben netto

Rentabilitätsberechnung für einen Standort*

brainLight -Komplettssystem	relaxTower PRO Gravity PLUS	relaxTower PRO 4D SPHERE	relaxTower PRO 4D Zenesse
Anzahl Systeme	3	3	3
Preis pro Anwendung (2,- € brutto)	1,68 €	1,68 €	1,68 €
Personen pro Tag und System	10	10	10
Einnahmen pro Monat (22 Tage)	1.108,80 €	1.108,80 €	1.108,80 €
Leasing-Rate pro Monat (36 Monate)	564,63 €	650,76 €	746,46 €
Überschuss pro Monat	544,17 €	458,04 €	362,34 €
Überschuss pro Jahr	6.530,04 €	5.496,48 €	4.348,08 €

* Standort der Systeme in einem Raum

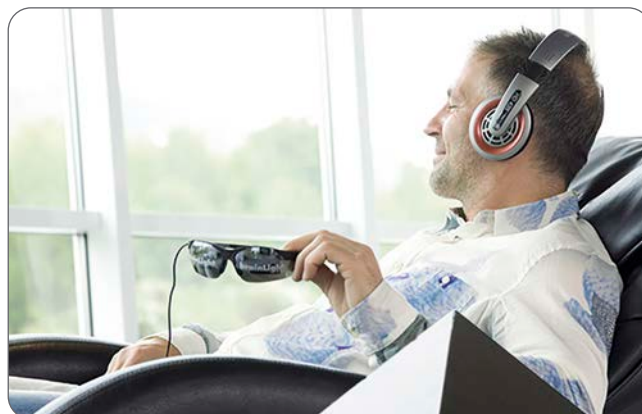
Nicht berücksichtigt wurden die Energiekosten von ca. 0,02 € pro **brainLight**-Anwendung, die Wartungs- und Reparaturkosten.

Die Leasingkonditionen sind gültig zum Zeitpunkt des Drucks und können sich ändern.

€-Angaben netto

Überschüsse

Die Einnahmen werden je nach Unternehmen unterschiedlich eingesetzt: Für weitere Anschaffungen im BGM-Bereich, für Charity-Maßnahmen oder für innerbetriebliche Events.





Gesundheitstage mit **brainLight** im Rahmen Ihres BGM

Nur mit gesunden, leistungsfähigen und zufriedenen Mitarbeitern können Sie auch in Zukunft erfolgreich als Unternehmen am Markt bestehen. Jeder in die betriebliche Gesundheitsförderung investierte Euro zahlt sich somit aus!

Betriebliche Gesundheitstage sind eine ideale Maßnahme, um Gesundheitsförderung in Ihrem Unternehmen greifbar und lebendig zu machen und Ihre Belegschaft für die eigene Gesundheit zu sensibilisieren. Neben den obligatorischen Gesundheitstests und Informationsmöglichkeiten zu gesundheitlichen Themen sowie eine gesunde Lebensweise privat und am Arbeitsplatz sollten Sie Ihren Mitarbeitern aber auch ein nachhaltiges, sofort wirksames Wohlfühlerlebnis bieten! Das einzigartige audio-visuelle Tiefenentspannungserlebnis kombiniert mit Shiatsu-Massage auf den **brainLight**-Systemen ist eine hervorragende Möglichkeit, Ihren Mitarbeitern nachhaltig mehr Lebensqualität zu schenken, indem diese innerhalb weniger Minuten entspannen und frische Energie tanken können.

Bedenken Sie jedoch, dass eine einmalige Aktion wie ein betrieblicher Gesundheitstag seine volle Wirkung als Impulsgeber für eine gesündere Unternehmenskultur erst dann entfalten kann, wenn im Anschluss daran langfristig weitere gesundheitsfördernde Aktivitäten

angeboten werden. Integriert in ein permanentes Betriebliches Gesundheitsmanagement kann sich die audio-visuelle **brainLight**-Tiefenentspannung mit Shiatsu-Massage als gesundheitsfördernde Maßnahme langfristig positiv auf Ihr Unternehmen wie folgt auswirken:

- Förderung und Erhaltung der Arbeitsfähigkeit
- Reduzierung des Krankenstandes
- Erhöhung der Produktivität
- Zunahme der Mitarbeiterzufriedenheit,
- Steigerung des Gesundheitsbewußtseins
- Senkung der Anzahl von Arbeitsunfällen
- Anstieg des Sicherheitsbewusstseins
- Gesundheitsorientierteres Führungsverhalten

Mietkosten für Gesundheitstage:

pro Tag pro System ab 150,- € netto / 178,50 € brutto
 + Betreuung 250,- € netto / 297,50 € brutto pro Tag
 + Lieferkosten von 0,90 €/km netto / 1,07 € brutto
 + Aufbau- und Abbaukosten pro System von insgesamt 100 € netto / 119 € brutto.

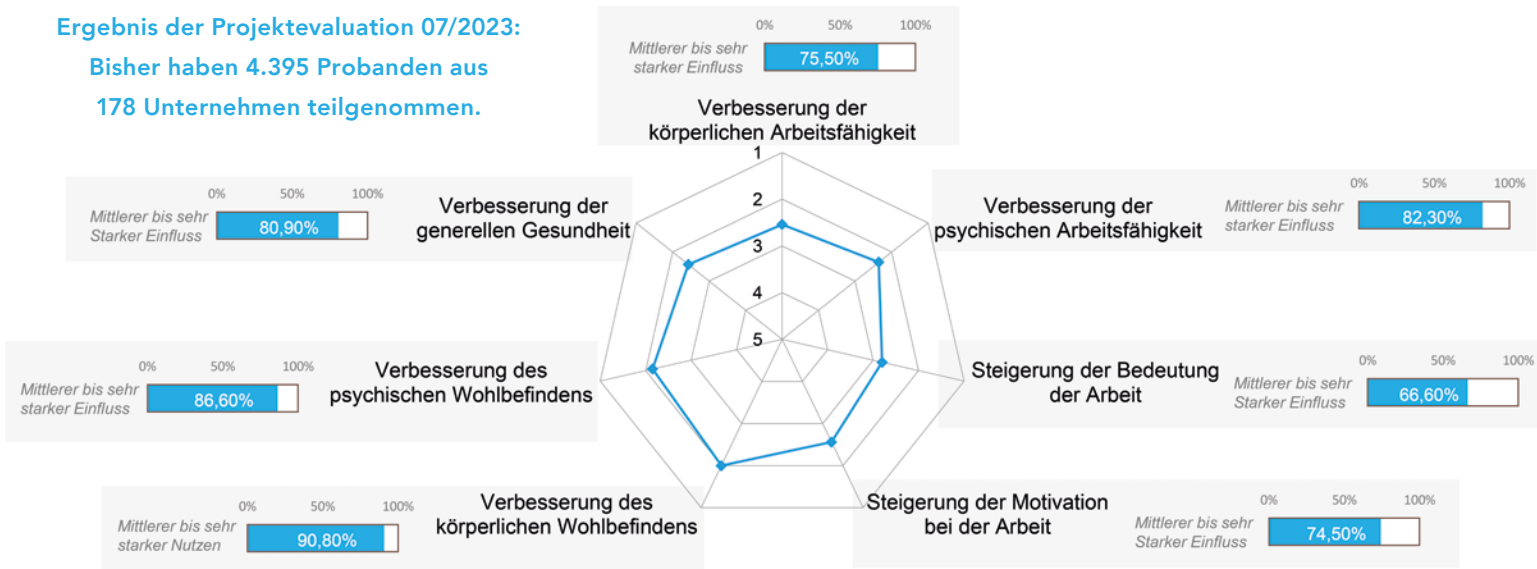
Auf Wunsch präsentieren wir die **brainLight-Systeme vorab in Ihrem Unternehmen.**

Angaben zum Einfluss der Entspannungsmaßnahme

(1 = "trifft vollkommen zu" bis 5 = "trifft überhaupt nicht zu")

Ergebnis der Projektevaluation 07/2023:

Bisher haben 4.395 Probanden aus
178 Unternehmen teilgenommen.



BGF-Projekt: Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung

AKTUELL BUCHBAR

Ziel:

- nachhaltige Sensibilisierung der Teilnehmer für ihre Gesundheit und Gesunderhaltung
- Stärkung des Gesundheitsbewusstseins
- Messung der Einstellungs- und Meinungsveränderungen zum Thema Gesundheit
- entspanntere und gesündere Mitarbeiter

Teilnahmevoraussetzungen:

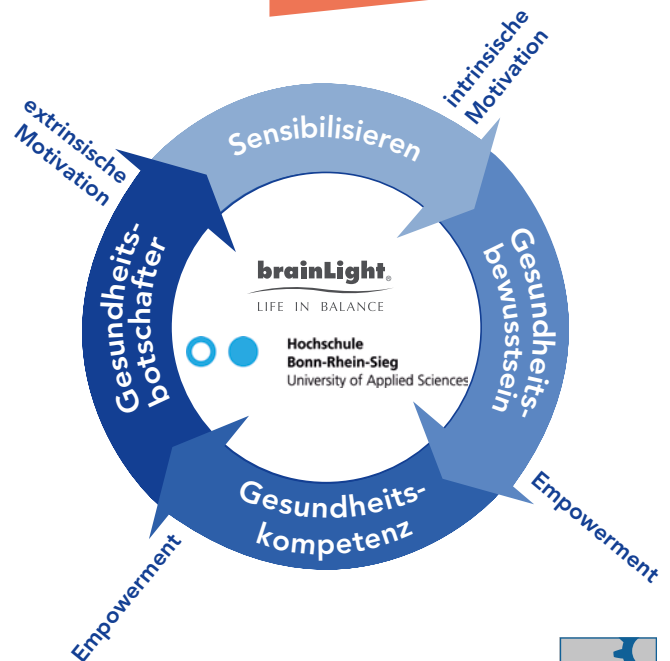
- Teilnahme von mindestens 10 Mitarbeitern pro Unternehmen
- Bereitstellung eines ruhigen Raumes im Unternehmen für Anwendungen mit dem bereitgestellten audiovisuellen **brainLight**-Entspannungssystem

Projektzeitraum:

- 12 Wochen mit Einführungsveranstaltung zum Projekt und zur Bedienung der Systeme
- Das Projekt wird komplett organisiert, vorbereitet und bis zur Evaluation verantwortlich durchgeführt von der **brainLight** GmbH

Projektevaluation:

Nach Projektende wird eine abschließende Befragung der Teilnehmer mit einem Online-Fragebogen durchgeführt, die durch die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg (H-BRS) wissenschaftlich evaluiert wird.



Dieses Projekt wurde 2018 vom Huber Verlag für Neue Medien mit dem **INDUSTRIEPREIS** ausgezeichnet.



Die Ergebnisse der Befragung werden den Unternehmen in anonymisierter Form inklusive einer Abschlusspräsentation zur Verfügung gestellt.

Kosten:

1.300,- € netto + 500,- € netto für Anlieferung, Aufbau und Abholung des Systems



BGF-Projekt: „Effiziente Regenerationspausen“

AKTUELL BUCHBAR

Ziel:

- Untersuchung, wie sich regelmäßige Entspannungsanwendungen in Arbeitspausen als „effiziente Regenerationspausen“ langfristig auf die physische und psychische Gesundheit der Beschäftigten auswirken
- effiziente Regeneration der Beschäftigten in Arbeitspausen mit einer niedrighschwelligen Gesundheitsförderungsmaßnahme

Teilnahmevoraussetzungen:

- Teilnahme von mindestens 20 Mitarbeitern, die das bereitgestellte audio-visuelle Entspannungssystem mindestens 1 x pro Woche nutzen
- Bereitstellung eines ruhigen Raumes für die Anwendungen mit dem eingesetzten **brainLight**-System



Projektzeitraum:

- 15 Monate mit Einführungsveranstaltung zum Projekt und zur Bedienung der Systeme
- Das Projekt wird komplett organisiert, vorbereitet und bis zur Evaluation verantwortlich durchgeführt von der **brainLight** GmbH

Projektevaluation:

In enger Absprache mit den Unternehmen werden maximal fünf und minimal zwei Evaluationszyklen für das Projekt festgelegt. Nach jedem dieser Zyklen beantworten die Studienteilnehmer einen Online-Fragebogen. Die Daten werden von der H-BRS anonymisiert ausgewertet und den Unternehmen anschließend zur Verfügung gestellt. Aus den Ergebnissen ermitteln sich Bedarf und Themen der Präsenzveranstaltung(en) in Form eines oder mehrerer Workshops.

Kosten:

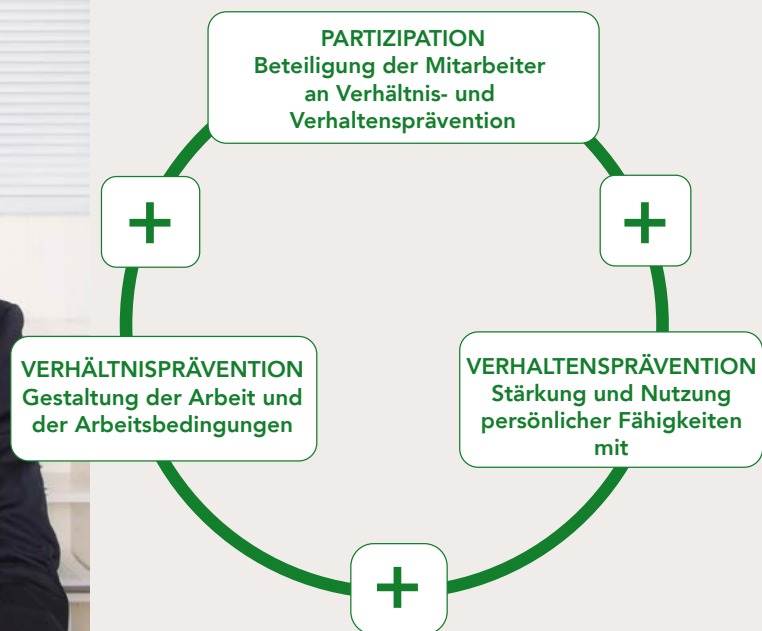
Auf Anfrage individuell anpassbar an den Bedarf des Unternehmens.

Eine Kooperation von:



Hochschule
Bonn-Rhein-Sieg
University of Applied Sciences

brainLight®
LIFE IN BALANCE



BGF-Projekt: Effektivitätsmessung verhaltenspräventiver Maßnahmen im Rahmen einer PsyGBU

AKTUELL BUCHBAR

Ziel:

- Durchführung einer verhaltenspräventiven Maßnahme im Anschluss an eine im Unternehmen bereits durchgeführte Psychische Gefährdungsbeurteilung (PsyGBU), die einen Bedarf an Gesundheitsförderungsmaßnahmen im Handlungsfeld „Entspannung & Stressmanagement“ aufzeigt
- Stärkung der Gesundheitskompetenz und Souveränität der Mitarbeiter, Früherkennung und nachhaltige Therapiebegleitung von depressiven Erkrankungen
- Messung der Effektivität dieser Maßnahme mit wissenschaftlicher Evaluation

Teilnahmevoraussetzungen:

- Teilnahme von mindestens 20 Mitarbeitern, die das **brainLight**-System mindestens 1 x pro Woche nutzen
- ab 80 Teilnehmern muss ein weiteres **brainLight**-Entspannungssystem eingesetzt werden
- Bereitstellung eines ruhigen Raumes für die Anwendungen mit dem audio-visuellen Entspannungssystem

Projektzeitraum:

- 15 Monate mit Einführungsveranstaltung zum Projekt und zur Bedienung der Systeme
- Das Projekt wird komplett organisiert, vorbereitet und bis zur Evaluation verantwortlich durchgeführt von der **brainLight** GmbH

Projektevaluation:

Am Projektende füllen die Testpersonen einen Online-Fragebogen aus, der von der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg evaluiert wird. Die Antworten werden anonymisiert ausgewertet, die Wirksamkeit der eingesetzten Entspannungssysteme analysiert und in einem Ergebnisbericht zusammengefasst. Die Zielsetzungen des Präventionsleitfadens können damit anhand konkreter Messwerte auf ihre Effektivität hin überprüft werden.

Kosten:

Auf Anfrage individuell an den Bedarf anpassbar.

Eine Kooperation von:



Hochschule
Bonn-Rhein-Sieg
University of Applied Sciences

brainLight
LIFE IN BALANCE



Hygienisch sicher entspannen in **brainLight**-Systemen

brainLight-Komplettsysteme lassen sich vor und nach jeder Entspannungsanwendung leicht reinigen und desinfizieren. Gerade in Unternehmen, in denen viele Mitarbeiter die Systeme nutzen, ist dies generell ein wichtiger Punkt, um zu gewährleisten, dass Mitarbeiter, die gerne mit **brainLight**-Systemen entspannen möchten, dies auch hygienisch sicher tun können.

Das von uns mitgelieferte und auch bei uns bestellbare Desinfektionsmittel der Fa. Sonett ist wirksam gegen behüllte Viren und damit auch in Infektionszeiten unser Mittel der Wahl zum Desinfizieren des Kunstlederbezuges unserer Shiatsu-Massagesessel, der Visualisierungsbrille, des Kopfhörers, der Tastatur des **relaxTower PRO**

und aller anderen Kontaktflächen. Zusätzlich empfehlen wir die Nutzung von Einweg-Hygieneüberzügen für Kopfhörer, Hände und Füße.





Das **brainLight**-Wohlfühlerlebnis „on Tour“

Um möglichst vielen Interessenten, Firmeninhabern und Gesundheitsmanagern unsere einzigartigen Produkte nahezubringen, sind wir mit unseren Entspannungssystemen auch unterwegs „on Tour“.

Ausgestattet mit allen Modellen unserer audio-visuellen Entspannungssysteme und Shiatsu-Massagesessel touren auf Anfrage unsere **brainLight**-Fahrzeuge durch ganz Deutschland. Mit persönlicher Beratung können so Interessenten und Kunden auf kleinstem Raum unsere Systeme testen und audio-visuelle Tiefenentspannung genießen.

Zusätzlich ist es möglich, vor dem **brainLight**-Fahrzeug ein oder mehrere Zelte mit weiteren **brainLight**-Systemen aufzubauen.

Ihre Gäste oder Mitarbeiter können damit unabhängig von Ihren eigenen Veranstaltungsräumen mit „**brainLight** on Tour“ entspannen.

Gerne kommen wir auch zu Ihrer Veranstaltung, Ihrem Firmen-Event oder Ihrem Gesundheitstag!

Sprechen Sie uns an, wir finden sicher gemeinsam eine passende Lösung!

Weitere interessante Angebote und Dienstleistungen finden Sie unter: mieten.brainlight.de. Selbstverständlich können Sie uns für weitere Informationen auch telefonisch kontaktieren: 06021 59070.

Wenn Sie ein **brainLight**-Studio besuchen möchten, in dem Sie alle Systeme in Ruhe testen können und kompetent beraten werden, finden Sie die Anschriften unserer Studios unter: studios.brainlight.de



Entspannen mit „**brainLight** on Tour“ – zu jeder Zeit, an jedem Ort.



Gelebtes BGM: Diese Unternehmen nutzen bereits

Fragen, die innerbetrieblich vor Einführung eines BGM-Bausteins, wie z.B. eines **brainLight-Systems**, zu klären sind:

- Wie werden die Mitarbeiter innerbetrieblich über das neue Angebot informiert?
- Wie oft und wie lange dürfen Mitarbeiter eine Anwendung durchführen?
- Zählt die Anwendung zur Arbeitszeit oder muss die Anwendung in Pausen durchgeführt werden?
- Soll die Anwendung für Mitarbeiter kostenlos oder kostenpflichtig sein?
- Welches Bezahlverfahren ist bei kostenpflichtiger Nutzung für Sie optimal?
- Wird die Belegung des Entspannungsraums über einen Intranet-Kalender organisiert?
- Wie werden die Öffnungszeiten des Raumes festgelegt?
- Wie wird die Zugänglichkeit zu dem Raum geregelt und ist gegebenenfalls eine Schlüsselverwaltung nötig?





Rüsselsheim den 22. Nov. 2018



Peter Häfner
brainLight GmbH
Hauptstraße 52
63773 Goldbach

Opel Automobile GmbH
Bahnhofplatz
Postfach IPC 49 - 04
65423 Rüsselsheim

Einsatzzerfahrung zu brainLight Shiatsu Massagesessel Gravity Plus

Sehr geehrter Herr Häfner,
auf Initiative des Arbeitskreises Gesundheit wurde im Mai 2015 als eine von vielen BGF-Maßnahmen, eine Entspannungslounge ausgestattet mit 2 brainLight Massagesesseln Gravity Plus am Standort Rüsselsheim innerhalb der Opel Automobile GmbH eröffnet.

Motivierte und leistungsfähige Mitarbeiter/innen sind ein Schlüssel zum Erfolg, daher etablierten wir die erste Entspannungslounge zur Stress Resilienz und Abbau von muskulösen Verspannungen zur Steigerung des Wohlbefindens in der Nähe des Verwaltungs- und Entwicklungsbereiches mit überwiegender Büroarbeitsplätzen.

Aufgrund der hohen Nutzung und positiven Rückmeldung unserer Mitarbeiter/innen (ca. 11.500 Anwendungen seit Mai 2015 bis heute) wurden in 2017 weitere 2 Entspannungsstühle für den Fertigungsbereich angeschafft.

Die brainLight Entspannungssessel erwiesen sich in der Praxis, aufgrund der hohen Auslastungszahlen und positiven Rückmeldungen, als sinnvolle BGF-Maßnahme und sind darüber hinaus wenig reparaturanfällig und fast wartungsneutral.

Mit freundlichen Grüßen

brainLight-Systeme zur Mitarbeiter-Entspannung



Schweizer Paraplegiker Zentrum
Centre suisse des paraplégiques
Centro svizzero per paraplegici
Swiss Paraplegic Centre

Human Resources
Andreas Komer, Leiter Human Resources
Kontaktperson
Manuela Schär
Telefon +41 41 939 55 48
Fax +41 41 939 57 72
E-Mail m.schaer@paraplegie.ch

brainLight GmbH
Bettina Ulrich
Hauptstrasse 52
53773 Goldbach

Referenzschreiben

Notwil, 28. November 2017

Sehr geehrte Frau Ulrich

Die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) unterhält ein weltweit einzigartiges Leistungsnetz für die ganzheitliche Rehabilitation von Menschen mit Querschnittslähmung – beginnend an der Unfallstelle oder bei krankheitsbedingter Diagnose – ein Leben lang. Die SPG deckt vier Leistungsfelder ab: Solidarität (Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Gönner-Vereinigung, Hotel Sempachersee), Medizin (Schweizer Paraplegiker-Zentrum, ParaHelp, Simed), Bildung, Forschung, Innovation (Schweizer Paraplegiker-Forschung) sowie Integration und lebenslange Begleitung (Schweizer Paraplegiker-Vereinigung, Orthotec). Um den Kernauftrag zu erfüllen, arbeiten rund 1'600 Berufleute und Spezialisten der verschiedenen Bereiche und Fachdisziplinen eng zusammen.

Unsere Mitarbeitenden sind mit Freude und Leidenschaft dabei, sind begeisterungsfähig und setzen sich mit grossem Engagement für die Betroffenen ein. Es ist uns wichtig, dass unsere Mitarbeitenden gesund und somit auch leistungsfähig bleiben. Dazu gehören Pausen. Mit dem Brain-Light Entspannungssystem können sich die Mitarbeitenden vor, nach oder zwischen den Arbeitseinsätzen rund um die Uhr eine kleine Pause mit grosser Wirkung gönnen.

Immer wieder erreichen mich Aussagen, die bestätigen, dass genau diese Art von Rückzugs- und Entspannungsmöglichkeit wichtig ist. Der Entscheid, Ende 2016 das Entspannungssystem von brainlight nach einer kurzen Testphase definitiv anzuschaffen, war absolut richtig.

Wir können brainLight als Teil eines gutes Gesundheitsmanagements nur empfehlen.

Freundliche Grüsse

Schweizer Paraplegiker-Zentrum

Manuela Schär
Betriebliche Gesundheitsmanagerin



Nürnberg, den 17.06.2015

Sehr geehrte Frau Fischer.

Unsere Mitarbeiter nutzen die brainlight-Stühle seit Jahren mit Begeisterung. Speziell für die Kollegen im Telefonservice, ist diese Möglichkeit der Entspannung nach anstrengenden Telefonaten, eine große Hilfe.

Vielen Dank dafür.

Diese Unternehmen und Institutionen nutzen bereits **brainLight** u.a. im Rahmen ihres Betrieblichen Gesundheitsmanagements:



www.brainlight.de

brainLight GmbH • Hauptstraße 52 • 63773 Goldbach • Deutschland

Telefon: +49 6021 59070 • Telefax: +49 6021 590797 • E-Mail: info@brainlight.de • Internet: www.brainlight.de

brainLight®

LIFE IN BALANCE