



**naWi**<sup>E</sup>

**WS** nachhaltig | vital | erfolgreich



Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

wir freuen uns, täglich gemeinsam mit Euch unser Unternehmen zu gestalten und voranzubringen, in einem guten und konstruktiven Miteinander unsere Projekte engagiert, zuverlässig und mit hohem fachlichem Anspruch zur Zufriedenheit unserer Kunden durchzuführen, sowie neue Herausforderungen anzunehmen und gemeinsam mit Euch im Team zu lösen.

Nach unserer Überzeugung sind neben der fachlichen Qualifikation auch Gesundheit und Nachhaltigkeit wichtige Grundlagen für unser agiles Denken und Handeln und unseren gemeinsamen Unternehmenserfolg.

Daher sind uns Eure Gesundheit, Euer Wohlbefinden und Nachhaltigkeit ein besonderes Anliegen und Leitgedanke unseres Mitarbeiterprogramms **navi** | nachhaltig, vital, erfolgreich, das wir Euch mit mehreren Bausteinen anbieten wollen.

Die einzelnen Bausteine sind für Euch ‚steuerlich begünstigt‘. Konkret heißt das, dass Ihr den damit auch verbundenen geldwerten Vorteil nicht versteuern müsst bzw. sofern eine pauschalierte oder reduzierte Besteuerung zum Tragen kommt, diese von uns für Euch übernommen wird.

# INHALT

---

Seite 5	1   Job-Ticket 2   e-Bikes
Seite 6 Seite 7	3   Fitness & Sport Tanzen   Laufen
Seite 8	4   Obst- Gemüsekorb 5   Getränke
Seite 9	6   Urlaub   Erholungsbeihilfe 7   Sabbatical-Monat
Seite 10	8   Vorträge zur Gesundheits- vorsorge

## 1 Job-Ticket

---

Für einen möglichst stressfreien Weg zum Büro, für beruflich bedingte Fahrten und als aktiven Beitrag für Nachhaltigkeit und Umweltschutz unterstützen wir Euch mit einem Zuschuss in Höhe von bis zu **50 EUR pro Monat** für ein Job-Ticket. Das Job-Ticket kann von Euch auch privat genutzt werden.

## 2 e-Bikes

---

e-Bikes, genauer gesagt Pedelecs, sind das ideale Verkehrsmittel für kürzere Wege in der Stadt, zum Beispiel für die Fahrt zu einem nahegelegenen Kundentermin oder eine kurze Erledigung im Stadtgebiet. Sie bieten sich deshalb als perfekte Alternative zum Auto oder zu den öffentlichen Verkehrsmitteln an, denn mit wenig Anstrengung kann fast jedes Ziel erreicht werden. Und dies in vielen Fällen sogar deutlich schneller, als mit dem Auto oder dem ÖPNV und in der Regel direkt ‚von Tür zu Tür‘.

Das e-Bike bringt auch für die Gesundheit des Fahrers einige Vorteile mit sich. So befindet sich der Radfahrer im optimalen Bereich in Sachen Puls, aktiviert das Herz-Kreislauf-System und sorgt auch dafür, dass die Muskeln und die Gelenke schonend trainiert werden. Somit ist das e-Bike nicht nur ein Fortbewegungsmittel, sondern gleichzeitig ein persönlicher Fitnesstrainer. Und Studien belegen, dass der Fahrer mit dem e-Bike auch mehr Spaß hat, als mit einem normalen Fahrrad. Eine Menge guter Gründe, das e-Bike mal auszuprobieren.

Wir möchten für Euch – ein entsprechendes Interesse natürlich vorausgesetzt – an unseren Standorten Pedelecs zur Verfügung stellen, die nach Absprache außerhalb der üblichen Bürozeiten gerne auch privat von Euch genutzt werden können.



## 3 Fitness & Sport



Sportliche Aktivitäten wirken positiv auf Körpersysteme wie Atmung, Herz, Kreislauf, Immunsystem, Muskeln, Nieren, Knochen, Verdauungssystem, Gehirn sowie den Energiestoffwechsel. Zudem fördern Fitness und Bewegung die seelische Ausgeglichenheit, wirken stressreduzierend, wirken sich positiv auf das Körpergewicht aus und verringern das Risiko degenerativer Erkrankungen im Alter.

Ohne Zweifel ausreichend gute Gründe für sportliche Aktivitäten – und es ist nie zu spät, damit (wieder) zu beginnen. Wir finden die Argumente so überzeugend, dass wir Fitness & Sport unserer Mitarbeiter gerne mit **44 EUR pro Monat** fördern möchten.

Ein paar Vorschläge haben wir uns schon mal für Euch überlegt und vorbereitet, vielleicht ist da ja schon etwas für den ein oder anderen von Euch dabei:

### Fitness bei body + soul

Ob Kraft- und/oder Ausdauertraining: Sport in einem Fitnesscenter ist sicher eine der kompaktesten Möglichkeiten dafür und der Trainingsplan lässt sich auch bei widrigen Witterungsverhältnissen problemlos einhalten.

body + soul verfügt im Großraum München mit sieben – ab Frühjahr 2019 mit neun – Standorten, viele davon auch mit Schwimmbad und Kletterwand, über ein umfangreiches Trainings-, Group-Fitness- und Wellnessangebot.

Im Rahmen einer Firmenmitgliedschaft bietet uns body + soul das einmalige Startpaket je Mitglied für EUR 79,00 (statt EUR 149,00) an. Die für uns ebenfalls reduzierten monatlichen Beiträge variieren in Abhängigkeit von der jeweiligen vertraglichen Laufzeit zwischen EUR 69,00 (18 Monate) bis EUR 99,00 (1 Monat). Ab fünf Mitgliedern aus unserem Unternehmen bietet uns body + soul weitere Vergünstigungen an, die wir dann selbstverständlich gerne an Euch weitergeben werden. [www.bodyandsoul.de](http://www.bodyandsoul.de)



## Tanzen

---

Wer einmal pro Woche eine Stunde das Tanzbein schwingt, verbessert neben seiner körperlichen Fitness, seinem Wohlbefinden und seinem Herz-Kreislauf-System auch seine mentale Leistungsfähigkeit. Tanzen vereint körperliche Aktivität mit sozialer, emotionaler und musikalischer Interaktion und ist eine Sportart, die sich leicht erlernen und in jedem Alter ausüben lässt.



Mit drei Tanzstudios in München und einem sehr flexiblen Kurzprogramm bietet die Tanzschule Siebenhüner eine komfortable Möglichkeit, diesem schönen Sport nachzugehen. [www.tanzen-in-muenchen.de](http://www.tanzen-in-muenchen.de)

## Laufen

---



Joggen funktioniert immer und überall. Laufschuhe an und los. Es gibt weder zeitliche noch räumliche Beschränkungen. Bei gemächlichem oder schnellem Tempo durch die Landschaft zu laufen, trainiert Körper, Kopf und Immunsystem und hilft, Stress abzubauen. Regelmäßiges Ausdauertraining ist zudem gut für das Herz-Kreislauf-System. Zahlreiche Sportunternehmen, -vereine und Laufschulen bieten ein breites Spektrum an Laufkursen für die unterschiedlichen Trainingsgrade und -ambitionen an. Am besten informiert Ihr Euch direkt, was Euch am Ehesten zusagt und kommt dann bitte zur weiteren Abstimmung auf uns zu.

---

Ob Fitnesssport, Tanzen, Laufen oder eine andere Sportart, für die Ihr einen Kurs abschließen und Eurer Gesundheit damit Gutes tun wollt – wir möchten Euch dabei gerne unterstützen. Damit wir dies für Euch steuerlich begünstigt tun können ist es wichtig, dass der jeweilige Anbieter eine Firmenmitgliedschaft ermöglicht. Bitte erkundigt Euch danach und kommt dann gerne auf uns zu.

## 4 Obst- Gemüsekorb

---



In Obst und Gemüse stecken viele für uns wichtige Nährstoffe, wie Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Obst und Gemüse gilt daher als besonders gesundheitsfördernd. Für eine gesunde Ernährung werden täglich mindestens fünf Portionen Obst und Gemüse empfohlen.

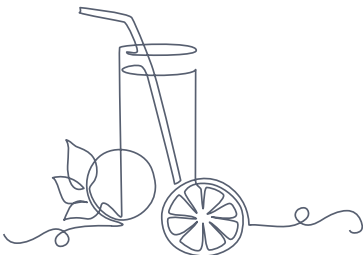
Dies in den täglichen Speiseplan zu integrieren, ist im beruflichen Alltag meist nicht so leicht. Mit einem frischen Obst- und Gemüsekorb, den wir für Euch im Büro **kostenfrei** zur Verfügung stellen, möchten wir Euch dabei unterstützen.

## 5 Getränke

---

Für unsere Gesundheit ist das richtige und ausreichende Trinken am Tag mindestens ebenso wichtig wie die richtige Ernährung. Nur mit einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr ist unser Körper in der Lage, sich von Abfallstoffen zu befreien und gleichzeitig die mit der Nahrung aufgenommenen Nährstoffe in unsere Körperzellen zu transportieren, womit wir uns frisch und leistungsfähig fühlen. Nehmen wir zu wenig Flüssigkeit auf, kann das zu körperlicher und geistiger Beeinträchtigung wie Konzentrationschwäche, Müdigkeit und Kopfschmerzen und langfristig zu ernsteren Beschwerden führen.

Damit Ihr Euch in unserem Büro wohlfühlen könnt, möchten wir für Euch **Kaffee, Tee** und **Mineralwasser** gerne kostenfrei zur Verfügung stellen.





## 6 Urlaub | Erholungsbeihilfe

---

Als wichtiger Ausgleich zu und Erholung von einem anspruchsvollen beruflichen Alltag ist Urlaub nicht nur gesund, sondern macht, wie wissenschaftliche Studien belegen, nachweislich und nachhaltig glücklich.

Anstatt des gesetzlichen Mindesturlaubs von derzeit 20 Arbeitstagen, bietet W+S seinen Mitarbeitern pro Kalenderjahr einen **Urlaub von 30 Arbeitstagen** zur persönlichen Erholung – was uns sehr wichtig ist. Dies möchten wir, im zeitlichen Zusammenhang mit einem Urlaub, zusätzlich durch die Zahlung einer sogenannten Erholungsbeihilfe an Euch im steuerlich maximal begünstigten Rahmen in Höhe von

- **156 EUR** für den einzelnen **Arbeitnehmer** selbst,
- **104 EUR** für dessen (eingetragenen) **Ehe-/Lebenspartner** und
- **52 EUR** für jedes **Kind**

**pro Kalenderjahr** unterstreichen. Die darauf anfallende Pauschalbesteuerung wird für Euch von W+S übernommen.

## 7 Sabbatical-Monat

---

Auf Wunsch und nach gemeinsamer Absprache möchten wir Euch auch die Möglichkeit bieten, einen unbezahlten einmonatigen ‚Sabbatical-Monat‘ nehmen zu können, z.B. für eine lang ersehnte Fernreise.

Ein weiterer Vorteil für Euch: Das Beschäftigungsverhältnis gilt während eines Zeitraums von bis zu vier Wochen als nicht unterbrochen und somit bleibt die Sozialversicherung unverändert und muss nicht ab- bzw. umgemeldet werden. In der Regel wird für den Sabbatical-Monat ein Lohnguthaben in den Vormonaten durch anteiligen Lohnverzicht angespart.



## 8 Vorträge zur Gesundheitsvorsorge

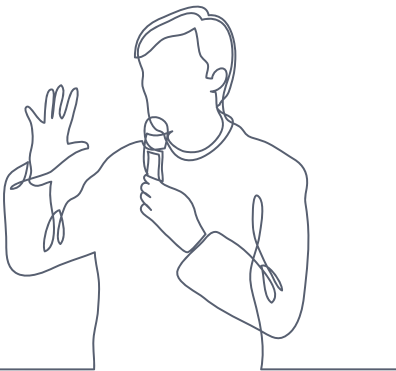
---

Ohne Zweifel ist jedem von uns bewusst, dass gute Ernährung, angemessener Sport, ausreichender Schlaf und seelische Ausgeglichenheit die wichtigsten Grundpfeiler eines gesunden Lebens sind.

Und weil das wichtig ist, lohnt es sich immer wieder etwas darüber zu lesen, darüber zu sprechen und davon zu hören, z.B. im Rahmen von kurzen Vorträgen zu einer gesundheitlich präventiven Lebensweise, die wir gerne in unsere Firmentagungen einbauen möchten.

---

Für Rückfragen und ergänzende Erläuterungen zu unserem Mitarbeiterprogramm, sowie zur konkreten individuellen Ausgestaltung zu den einzelnen Bausteinen, bitten wir Euch, gerne auf uns zuzukommen.



*„Tue Deinem Körper Gutes,  
damit die Seele Lust hat,  
darin zu wohnen“*

Theresa von Avila



REAL ESTATE  
SERVICES

[wsre-gmbh.de](http://wsre-gmbh.de)