

Leistungsbereich

Team-Building-Formate

**VITENSO
BGF**

bei der Betrieblichen Gesundheitsförderung –
mit VITENSO aktiv gesünder arbeiten

Leistungsbereich Team-Building bei Betrieblicher Gesundheitsförderung – gemeinsam als Team wachsen

Ein gutes Team entsteht nicht allein dadurch, dass Menschen zusammenarbeiten. Vertrauen, offene Kommunikation, gegenseitiges Verständnis und ein starkes Wir-Gefühl entwickeln sich vor allem durch gemeinsame Erfahrungen. Genau hier setzt der Leistungsbereich Team-Building bei Betrieblicher Gesundheitsförderung an. Mit VITENSO erlebt Ihr als Team abwechslungsreiche Formate, die Zusammenarbeit fördern, neue Impulse geben und gleichzeitig Spaß machen.

Dabei stehen Euch zwei unterschiedliche Schwerpunkt-Ausrichtungen zur Verfügung: ein spielerisches Format, das ganz unkompliziert in Alltagskleidung durchgeführt werden kann, und ein bewegungsfokussiertes Format, bei dem Ihr Euch sportlich verschiedenen Team-Challenges stellt. Beide Varianten verfolgen ein gemeinsames Ziel: Kommunikation stärken, psychologische Sicherheit fördern und den Teamgeist nachhaltig weiterentwickeln.

Team-Building bei Betrieblicher Gesundheitsförderung – mehr als ein gemeinsames Erlebnis

Im Arbeitsalltag begegnet Ihr Euch häufig innerhalb klar definierter Rollen, Aufgaben und Verantwortungsbereiche. Beim Leistungsbereich Team-Building könnt Ihr diese gewohnten Strukturen bewusst einmal verlassen. Gemeinsam löst Ihr Aufgaben, entwickelt Strategien, probiert Neues aus und erlebt, wie unterschiedlich Menschen an Herausforderungen herangehen.

VITENSO schafft dafür einen Rahmen, in dem nicht die individuelle Leistung, sondern das gemeinsame Handeln im Mittelpunkt steht. Wie verständigt Ihr Euch? Wer übernimmt in welcher Situation Verantwortung? Wie geht Ihr mit unterschiedlichen Ideen um? Und wie gelingt es Euch, gemeinsam eine Lösung zu entwickeln?

Team-Building macht viele dieser Prozesse auf eine unkomplizierte und positive Weise erlebbar. Das gemeinsame Erlebnis kann dazu beitragen, sich besser kennenzulernen und die Zusammenarbeit auch über das Team-Building hinaus zu stärken.

VITENSO Team-Building – spielerisch, kommunikativ und ohne Sportkleidung

Nicht jedes Team möchte ein sportliches Event absolvieren. Deshalb bietet VITENSO im Leistungsbereich Team-Building ein spielerisches Format an, das ohne schweißtreibende Bewegung auskommt.

Ihr könnt ganz einfach in Eurer Alltagskleidung teilnehmen. Im Mittelpunkt stehen abwechslungsreiche Aufgaben und gemeinsame Herausforderungen, bei denen Kommunikation, Kreativität, Abstimmung und Zusammenarbeit gefragt sind.

Gerade dieser niedrighschwellige Ansatz ermöglicht es, möglichst viele Kolleginnen und Kollegen unabhängig von ihrer individuellen Fitness einzubeziehen. Niemand muss sportliche Höchstleistungen erbringen. Entscheidend ist vielmehr, wie Ihr Euch gegenseitig unterstützt, Informationen austauscht, Ideen zusammenführt und als Gruppe zu einer gemeinsamen Lösung findet.

So entsteht ein Team-Erlebnis, bei dem Freude und Leichtigkeit mit wichtigen Aspekten einer erfolgreichen Zusammenarbeit verbunden werden.

Bewegungsfokussiertes Format – gemeinsam aktiv werden mit VITENSO

Ihr möchtet Euch als Team bewegen und gemeinsam sportliche Herausforderungen meistern? Dann bietet der Leistungsbereich Team-Building in einer weiteren Variante mit seiner bewegungsfokussierten Ausrichtung die passende Möglichkeit.

Bei diesem Format stehen verschiedene Team-Challenges im Mittelpunkt. Dabei geht es ausdrücklich nicht darum, wer am schnellsten, stärksten oder sportlichsten ist. Vielmehr zählt die gemeinsame Strategie: Wie könnt Ihr Eure unterschiedlichen Fähigkeiten nutzen? Wie motiviert Ihr Euch gegenseitig? Wie löst Ihr eine Aufgabe so, dass das gesamte Team davon profitiert?

VITENSO verbindet Bewegung auf diese Weise mit Kommunikation und Kooperation. Gemeinsame Aktivität schafft besondere Erlebnisse und kann zugleich zeigen, wie wichtig gegenseitige Unterstützung und ein gemeinsames Ziel für den Erfolg einer Gruppe sind.

Teamgeist und psychologische Sicherheit gemeinsam fördern

Beide Formate im Leistungsbereich Team-Building in unserer Betrieblichen Gesundheitsförderung haben eine zentrale Gemeinsamkeit: Sie schaffen Situationen, in denen Ihr miteinander kommunizieren, Entscheidungen treffen und Euch aufeinander verlassen müsst.

Ein besonderer Fokus liegt dabei auf der psychologischen Sicherheit im Team. Sie beschreibt ein Arbeitsumfeld, in dem Menschen ihre Gedanken und Ideen äußern, Fragen stellen oder auch Unsicherheiten

ansprechen können, ohne negative persönliche Konsequenzen befürchten zu müssen. Eine solche Teamkultur kann Offenheit, Lernbereitschaft und konstruktive Zusammenarbeit unterstützen.

Durch gemeinsame Aufgaben macht VITENSO diese Themen praktisch erlebbar. Team-Building wird damit nicht zum theoretischen Vortrag über gute Zusammenarbeit, sondern zu einer gemeinsamen Erfahrung.

VITENSO – Team-Building als Teil der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Gesundheit am Arbeitsplatz bedeutet mehr als körperliche Fitness. Auch soziale Beziehungen, Kommunikation, gegenseitige Wertschätzung und ein gutes Miteinander können dazu beitragen, wie wohl und leistungsfähig Du Dich bei der Arbeit fühlst.

Deshalb ergänzt der Leistungsbereich Team-Building das Angebot von VITENSO um eine wichtige gemeinschaftliche Perspektive. Ob spielerisch in Alltagskleidung oder aktiv bei sportlichen Team-Challenges: Das Format kann passend zu Eurem Team und Euren Zielsetzungen gewählt werden.

Gemeinsam erleben, gemeinsam lernen, gemeinsam stärker werden

Mit VITENSO könnt Ihr Team-Building nutzen, um Euch außerhalb gewohnter Arbeitssituationen neu zu begegnen. Ihr erlebt, wie Zusammenarbeit funktioniert, wo Eure gemeinsamen Stärken liegen und wie Kommunikation den Erfolg einer Gruppe beeinflusst.

Der **Leistungsbereich Team-Building** verbindet deshalb gemeinsames Erleben mit konkreten Impulsen für Euren Arbeitsalltag. Ob spielerisch oder bewegungsfokussiert – im Mittelpunkt steht immer Ihr als Team.

Entdeckt Team-Building mit VITENSO und erlebt, wie aus gemeinsamen Herausforderungen neue Verbindungen, mehr Vertrauen und echter Teamgeist entstehen können.