

# Здравейте! Новини от VebeGo

Безплатен за  
служители на  
VebeGo

## Новости: Открийте тайната на здравословния работен живот – лесно и без стрес!

Вие сте един от хилядите седящи служители в Германия? Запитвали ли сте се някога кога можете да тренирате в стресиращата си работна рутина? В този случай се регистрирайте за нашия 60-минутен доклад даващ онлайн импулс на тема „Фит без тежести на работното място“.

В сътрудничество със службата по трудова медицина AMD TÜV имаме удоволствието да предложим този безплатен онлайн доклад на всички служители на VebeGo. Заедно изследваме силата на движението за по-здравословен трудов живот. Защото нека бъдем честни: в нашия модерен свят често се движим твърде малко, особено ако седите много у дома или в колата или по време на дълги часове в офиса. Възможните последици: затлъстяване, лоша стойка или нарушена умствена дейност..

### Съвети и трикове за повече движение

Нашите здравни експерти от TÜV Rheinland ще Ви дадат ценна информация за това, как можете да интегрирате повече движение в стресиращата си ежедневна работа. Да откриете рисковете от липсата на движение и да научите прости, но ефективни съвети и трикове за подобряване на Вашето здраве. Получете практически инструкции, как можете да установите и затвърдите нови рутини в ежедневието си в дългосрочен план.

Готови ли сте да направите нещо добро за тялото и ума си? Тогава осигурете своето място още днес. Радваме се да извървим пътя към по-здравословно и активно бъдеще заедно с Вас!

### Изберете подходящата за Вас дата:

- 19 юни, 08:00 часа
- 02 юли, 16:00 часа
- 03 юли, 13:00 часа

### Така можете да се регистрирате:

Изпратете кратък имейл, в който посочвате на  
коя дата искате да присъствате на:  
[gesundheit@vebego.de](mailto:gesundheit@vebego.de)

След това ще получите потвърждение за датата  
с линк за връзка за участие.

## VebeGo става на 50 години: присъединете се към празника и изпратете любимата си рецепта за юбилейната готварска книга



Изпратете ни  
любимата си рецепта

VebeGo Германия навършва петдесет години през ноември! За да отбележим съответно това специално събитие, планираме да издадем готварска книга с любимите Ви рецепти.

Сърдечно Ви каним да ни изпратите Вашата лична любима рецепта, за да можете да станете част от тази специална готварска книга. Независимо дали сладко или солено, печено, готвено, немска кухня или от други страни - очакваме с нетърпение да получим всяка рецепта!

Можете да изпратите Вашата рецепта на родния си език. Ние ще я преведем на немски. Също така ще се радваме да получим снимки от Вас, ястието или лична история, защо то е Вашето любимо ястие.

Като благодарност за участието ще получите и екземпляр от готовата готварска книга през есента.

Изпратете Вашата рецепта, като посочите името си, до 30 юни на [iris.leclaire@vebeGo.de](mailto:iris.leclaire@vebeGo.de) или по пощата на:

VebeGo Facility Services  
Iris le Claire  
Konsumstr. 45  
42285 Wuppertal

Накратко отбелязано

Стажантка на VebeGo се ангажира заедно с професионален колеж

Jeanne Dolezal, стажантка във Вупертал, проведе инициатива за опазване на околната среда с около 100 съученици от професионалния колеж Varmer-Europaschule при кампания за събиране на боклук под мотото „Достатъчно с отпадъците, за чист град“. Заедно с град Вупертал и други спонсори VebeGo също подкрепи този проект.

След двучасовата кампания по събиране на боклук класът по управление на проекти приветства многото помагачи ръце. Те благодариха при съвместно „Get together“ на всички за упоритата им работа и обсъдиха голямата кампания за събиране на боклук при консумиране на спонсорирани напитки и храна.

Вашият контакт с редакционния екип на „Hi!“:

VebeGo Facility Services  
Iris le Claire  
Konsumstr. 45, 42285 Wuppertal  
+49 202 94794395  
[iris.leclaire@vebeGo.de](mailto:iris.leclaire@vebeGo.de)