



FIZnews

KONTAKT

Dr. Babett Bolle
Kommunikation
Tel. +49 7247 808 513
babett.bolle@fiz-karlsruhe.de

Dr. Franziska Schneider-Willenbacher
Referentin für Wissenschaftskommunikation
Tel. +49 7247 808-525
franziska.schneider-willenbacher@fiz-karlsruhe.de

Seite 1 von 2

Gesundheitstag am FIZ Karlsruhe: Gesundheit im Arbeitsalltag bewusst stärken

27.05.2026 — Am 21. Mai fand in den Räumen von FIZ Karlsruhe der Gesundheitstag für Mitarbeitende statt. Jedes Jahr stehen andere Themen im Mittelpunkt. Das Ziel bleibt dabei gleich: Gesundheit im Arbeitsalltag kontinuierlich zu fördern und praktische Angebote für Mitarbeitende zu schaffen. Diesmal lag der Fokus auf gesunder Ernährung.

Der Tag begann mit einer gemeinsamen Qi-Gong-Einheit, die einen ruhigen und achtsamen Start in den Arbeitstag ermöglichte.

An einer Station drehte sich alles um Brainfood und gesunde Ernährung. Mitarbeitende konnten sich informieren, welche Lebensmittel Konzentration und Leistungsfähigkeit unterstützen und wie sich gesunde Snacks unkompliziert in den Alltag integrieren lassen. Ergänzt wurde das Angebot durch individuelle Beratungen und praktische Tipps.

Beim Planetary Health Check standen nachhaltige Ernährung und der Zusammenhang zwischen persönlicher Gesundheit und Umwelt im Fokus. Außerdem konnten Mitarbeitende beim Back Check ihre Rücken- und Bauchmuskulatur testen lassen und mehr über Prävention und ergonomisches Arbeiten erfahren.

Abgerundet wurde der Gesundheitstag durch Gespräche und Beratungen zu sicherem und gesundem Arbeiten sowie einen Vortrag zu gesunder Ernährung im Arbeitsalltag.



Mit dem Gesundheitstag setzt FIZ Karlsruhe ein kontinuierliches Zeichen dafür, wie wichtig die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeitenden sind.

Seite 2 von 2

.....
FIZ Karlsruhe – Leibniz-Institut für Informationsinfrastruktur ist eine der führenden Adressen für wissenschaftliche Information und Dienstleistung und Mitglied der Leibniz-Gemeinschaft. Unsere Kernaufgaben sind die professionelle Versorgung von Wissenschaft und Wirtschaft mit Forschungs- und Patentinformation sowie die Entwicklung von innovativen Informationsinfrastrukturen, z. B. mit den Schwerpunkten Forschungsdatenmanagement, Wissensgraphen und digitale Plattformen. Dazu betreiben wir eigene Forschung, kooperieren mit renommierten Universitäten und Forschungsgesellschaften und sind international und interdisziplinär vernetzt. FIZ Karlsruhe ist eine GmbH mit gemeinnützigem Charakter und eine der größten außeruniversitären Einrichtungen ihrer Art. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte www.fiz-karlsruhe.de

Pressekontakt

Kommunikation

Dr. Babett Bolle

Tel. +49 7247 808 513

babett.bolle@fiz-karlsruhe.de

Referentin für

Wissenschaftskommunikation

Dr. Franziska Schneider-Willenbacher

Tel. +49 7247 808-525

[franziska.schneider-willenbacher@](mailto:franziska.schneider-willenbacher@fiz-karlsruhe.de)

[fiz-karlsruhe.de](mailto:franziska.schneider-willenbacher@fiz-karlsruhe.de)

Weitere Informationen

FIZ Karlsruhe – Leibniz-Institut für
Informationsinfrastruktur

Hermann-von-Helmholtz-Platz 1
76344 Eggenstein-Leopoldshafen

Tel. +49 7247 808 0

E-Mail

contact@fiz-karlsruhe.de

