



## OFFICE GARDENING: MEHR ERNTE IM TEAM MIT DER RICHTIGEN WORK-PLANT-BALANCE

Office Gardening bringt Gemüsebeete ins Büro. In Zeiten von Arbeit 4.0, digitaler Transformation, New Work und Employee Engagement stehen Unternehmen mehr denn je vor der entscheidenden Herausforderung ihre Human Resources zu erhalten und zu stärken. Durch gemeinsames Ackern und Ernten steigern die Mitarbeitenden ihren Teamgeist sowie ihre körperliche und mentale Gesundheit.

Gärtnern wirkt sich nachweislich positiv auf Körper, Psyche und Sozialleben aus: Durch kurze, aktive Auszeiten am gemeinsamen Beet steigen Motivation und Produktivität im Team. Gemeinsames Zubereiten der Ernte macht Spaß und schärft das Bewusstsein für gesunde Ernährung. Neues Wissen über Gemüse und Gemüseanbau steigern die Kreativität und inspiriert. Zusätzlich wird ein Umdenken beim täglichen Nahrungsmittelkonsum und eine langfristig wertschätzende Haltung gegenüber Natur und Lebensmitteln gefördert.

Auf dem Weg zu der eigenen Ernte sind jedoch eine Reihe von Fragen zu beantworten: Wo soll und kann überhaupt welches Gemüse angebaut werden? Wie die kann Pflege und Ernte in den Arbeitsalltag integriert werden? Wie kann das dafür erforderliche Wissen einfach bereitgestellt werden? Die Antwort auf diese und viele andere Fragen liefert die AckerPause. Ein speziell für Unternehmen entwickeltes Konzept und für erfolgreiches Ackern und Ernten im Büro. Ob drinnen oder draußen, von individuell angepassten Anbaukonzepten, über Material und Pflanzgut bis zu interaktiven Team-Workshops bringt die AckerPause alles mit. Die AckerPause wurde vom B.A.U.M.-Mitglied Ackerdemia aus Berlin entwickelt, der bereits mit über 400 Schule und Kitas in ganz Deutschland ackert. Mit dieser Erfahrung kommt jetzt Gemüse ins Büro.



Das Office-Gardening-Konzept der AckerPause geht immer auf die individuellen Herausforderungen vor Ort ein und hat mit Pflanzkästen (drinnen) sowie Hochbeeten und Ackerfläche (beides draußen) immer eine passende Anbaulösung für jede Teamgröße parat. Eine enge, persönliche Beratung vor Ort stellt den gärtnerischen Erfolg für einzigartige Gemüseerlebnisse sicher. Die interaktiven Workshops rund um Gemüseanbau und gesunde Ernährung können auch separat als einzelnes Teamevent zum "Reinschnupern" gebucht werden.

Zusammenfassend bietet Office Gardening Unternehmen die Möglichkeit, sich auf eine innovative Art und Weise mit den Themen gesunde Ernährung, Wertschätzung von Natur und Lebensmitteln und Teambuilding auseinanderzusetzen. Frei nach dem Motto: Gemüse säen, Teamgeist ernten!

### **Mehr Infos rund um Gemüse im Büro gibt's unter**

[www.ackerpause.de](http://www.ackerpause.de)

[kontakt@ackerpause.de](mailto:kontakt@ackerpause.de)

<https://www.facebook.com/AckerPause>