

Bekanntgabe der Gründung der Mensana AG

02.09.2011, 17:03 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Mensana AG*



Moritz Windemuth und Michael Nিকেleit, die Gründer der Mensana AG

Leipzig, den 10.06.2011, Ein besonderer Tag für die Gründer der Mensana AG, dem Dienstleister für aktive Stressprävention.

»Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper«, so beschreibt Inhaber und Vorstandsvorsitzender Michael Nিকেleit das Hauptanliegen der Mensana AG. Neben ihm an der Gründung am 10.06.2011, in Leipzig beteiligt, waren Mitinhaber und Berater des Vorstands Moritz Windemuth, Aufsichtsratsvorsitzender Dr. Friedrich Jung-Heiliger, sein Stellvertreter Kay Sven Hähner, Aufsichtsratsmitglied Gerd Rüdiger sowie die Notarin Frau Cornelia Jänicke.

Der Ansatz der Mensana AG entwickelte sich aus den wachsenden gesundheitlichen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts und der Volkskrankheit Nr. 1: Stress!

Im Zuge zunehmender Globalisierung und dem fortschrittlichen Wandel der Gesellschaft führen ständige Reizüberflutungen, wachsender Leistungsdruck im Schul-, Berufs- sowie Privatleben zu stressbedingten psychischen und physischen Erkrankungen, welche immer häufiger zur Arbeitsunfähigkeit führen.

In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen, der Ausbildungsakademie AHAB Berlin, den Kultusministerien, der Deutschen Schulsportstiftung (DSSS) u.a. setzt sich die Mensana AG aktiv für die Entwicklung und Umsetzung effektiver Präventionsmaßnahmen ein.

Die Mensana AG vermittelt den Menschen, vornehmlich Schülern und Lehrern, aber auch anderen Berufsgruppen, durch das Erlernen von Entspannungstechniken wie Autogenem Training und Progressiver Muskelrelaxation, gesundheitsfördernde bzw. präventive Verhaltensweisen, die es ihnen ermöglichen, die psychischen Herausforderungen des beruflichen wie privaten Alltags nachhaltig besser -gesünder- zu bewältigen.

Portrait

Der Ansatz der Mensana AG entwickelte sich aus den wachsenden gesundheitlichen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts und der Volkskrankheit Nr. 1: Stress!

Als ehemalige Leistungssportler aus dem absoluten Spitzenbereich wissen die Gründer der Mensana AG, Michael Nickeleit und Moritz Windemuth, dass Körper und Geist untrennbar verbunden sind und das nicht nur im Hochleistungsbereich des Sports.

In Zusammenarbeit mit den Kultusministerien, der Deutschen Schulsportstiftung (Jugend trainiert für Olympia), den Krankenkassen und anderen Partnern setzt sich Mensana aktiv für die Entwicklung und Umsetzung effektiver Präventionsmaßnahmen ein und führen bundesweit Kurse zur Erlernung von Entspannungstechniken (PMR und AT) für Schüler, Lehrer, Unternehmen und Privatpersonen durch.

Die Notwendigkeit präventiver Gesundheitsförderung sowie die Ursachen liegen auf der Hand:

Der Leistungsdruck in der Gesellschaft nimmt stetig zu. Selbst in der vermeintlichen Freizeit bleibt kaum noch Raum zum Abschalten und Entspannen. Arbeit und familiäre Verpflichtungen sind für viele auch dann allgegenwärtig. Dieser Zustand bedeutet Dauerbelastung und Stress für Körper und Seele und lässt den Pegel der Stresshormone dauerhaft und krankhaft in die Höhe schnellen.

Die Folgen der Überbelastung sind vielfältig. Sie reichen von ersten Symptomen wie Konzentrationsschwächen, Schlafstörungen, Magen-Darmbeschwerden und Kreislaufproblemen bis hin zu Herzrhythmusstörungen, Tinnitus und psychosomatischen Beschwerden im fortgeschrittenen Stadium, die immer häufiger zur Arbeitsunfähigkeit führen.

Mensana trägt dazu bei, diesen Trend zu stoppen. Mit den Entspannungskursen bietet Mensana einen richtigen Lösungsansatz für eine nachhaltige Gesundheitsförderung, eine gesündere Stressbewältigung sowie ein verbessertes Arbeitsklima. Dazu werden individuell abgestimmte Programme zur nachhaltigen Gesundheitsförderung erstellt, die von zertifizierten Kursleitern durchgeführt und begleitet werden.

Ob im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung, für Privatpersonen oder für Schulen, Mensana hilft, die Programme optimal in das Unternehmenskonzept, den Arbeits- und Schulalltag zu integrieren.

News-ID: 567345 • Views: 5080 (Stand: 02.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/567345/Bekanntgabe-der-Gruendung-der-Mensana-AG.html>