

Wir leben gemeinsam unseren Wert **Verantwortung übernehmen.**

Unsere Werte leiten uns auch in schwierigen Situationen an und helfen uns, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Und gerade jetzt, wo der Sommer uns lockt, aber uns mit seinen heißen Tagen auch zusetzt, wollen wir im Zeichen des **Wertemonats Juni** handeln und **Verantwortung für uns und unsere Kolleg:innen übernehmen.**

Wasserspender oder kostenloses Mineralwasser in Flaschen in allen Krankenhäusern sorgen zukünftig dafür, dass jede:r genügend trinken kann, um „Durststrecken“ auf der Arbeit konzentriert und vital zu überstehen. Genügend zu trinken, mag wie ein kleiner Schritt wirken, ist aber doch ein Weg, wie wir unseren Wert **„Verantwortung**

übernehmen“ auch im Kleinen leben können. Indem wir uns gegenseitig regelmäßig daran erinnern, übernehmen auch wir Verantwortung für uns selbst und andere.

Was sind noch andere Möglichkeiten wie du Verantwortung übernehmen kannst, um „Durststrecken“ zu überstehen?

Schreibt uns an gemeinsam@klinikverbund-suedwest.de und wir veröffentlichen eure Tipps in der nächsten Ausgabe des blickwinkel.



Mach mit bei der 30-Tage-Trink-Challenge und achte auf dich und deine Kolleg:innen!

Als Erinnerungshilfe dient dir dieser Trink-Kalender.



Normalerweise sollten wir in etwa 1,5 Liter Wasser am Tag trinken – an besonders heißen Tagen können es aber auch bis zu drei Liter oder mehr sein.

Jede der dargestellten Flaschen steht für einen Tag, an dem du ausreichend getrunken hast. Beobachte deine tägliche Wassermenge, indem du „getrunkene Flaschen“ nach und nach ausmalst. **Hat sich dein Wohlbefinden nach 30 Tagen verändert?**

Für mehr Möglichkeiten dich fit und gesund zu halten, schau doch mal bei den Angeboten des BGM im Intranet vorbei.

**Verantwortung
übernehmen.**

SU

Mehr Infos und Neuigkeiten unter: www.klinikverbund-suedwest.de/gemeinsam