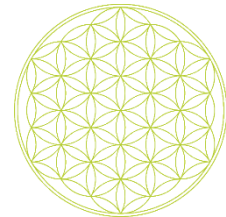


SABINE KOVACS
Ihre Wohlfühlexpertin

Zeit für mich!

ISO 26000 - Selbsterklärung



„Gesundheit ist unser wertvollstes Gut“

BIO Öle, fair und regional

Nahrungsergänzungsmittel aus Salzburg

Natur statt Chemie in der Reinigung

Steigerung der sozialen Kompetenz

Messbar mehr Vitalität durch Regeneration



In einem entspannten Umfeld können Sie sich fallen lassen, entspannen und in vollen Zügen genießen, um wieder gestärkt in den Alltag zu starten. Kurzurlaub und Vorsorge der besonderen Art einmal im Monat einplanen! Damit Ihr Körper den Ausgleich bekommt, den er benötigt.

Besonderes Augenmerk lege ich auf Nachhaltigkeit:

Ätherische Öle (BIO) mit Firmensitz in Vorarlberg, Nahrungsergänzung aus dem Lungau, sowie weitere hochwertige Produkte aus Deutschland.

„Geht es uns gut, geht es auch dem Umfeld gut“

Geben wir unserem Körper etwas Gutes zurück, er wird es uns danken!

Mit der Einführung der ISO 26000 möchte ich auch in diese Richtung ein Zeichen setzen.

In der nachfolgenden Selbsterklärung habe ich für eine leichtere Lesbarkeit und Kürze nur jene Themen einbezogen, die auch für mich als Einzelunternehmerin in Niederösterreich relevant sind. Da das Unternehmen derzeit als Einzelunternehmen ohne Mitarbeiter geführt wird, sind MA-bezogene Themen weggelassen.

1 Allgemeine Grundsätze

Zertifizierung von Anspruchsgruppen

Frage	Antwort
Wem gegenüber bestehen gesetzliche Verpflichtungen?	Behörden, Interessensvertretungen (z.B. FA, SVA, WKO) Kunden, Lieferanten, allen Betroffenen lt. DSGVO
Wer könnte durch unsere Entscheidungen betroffen sein?	Kunden und ich selbst
Wer wird voraussichtlich Bedenken zu Entscheidungen und Aktivitäten äußern?	Voraussichtlich keine Bedenken / keine Stakeholdergruppe
Wer war in der Vergangenheit daran beteiligt, als mit ähnlichen Fragen umgegangen wurde?	Ich selbst und phasenweise externer Berater
Wer kann dabei helfen, bestimmte Auswirkungen festzustellen?	Kooperationspartner, externe Berater, generell Stakeholder (z.B: über Stakeholderumfrage)
Wer beeinflusst die Fähigkeit der Organisation, ihren Verantwortlichkeiten nachzukommen?	Ich selbst und der Markt/Kunden, eventuelle gesetzliche Vorgaben
Wer wäre durch eine Nichteinbeziehung benachteiligt?	Keine Gruppe
Wer innerhalb der Wertschöpfungskette ist betroffen?	Wertschöpfungskette: Landwirte, Produzent/Lieferant, mein Unternehmen, meine Kunden)

2 Kernthema Organisationsführung

Prozesse und Strukturen der Entscheidungsfindung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Rechenschaft	Kommt die Organisation ihrer Rechenschaftspflicht nach?	Ja
Ausrichtung von Strategie und Zielsetzungen an gesellschaftlicher Verantwortung	Sind grundlegende Werte gesellschaftlicher Verantwortung Bestandteil langfristig wirkender Orientierungen?	In Philosophie, Art des Wirtschaftens, aber nicht in Vision o.ä. verschriftlicht
	Werden Strategien und Ziele so entwickelt, dass die Selbstverpflichtung darin erkennbar ist?	Aktuell laufender Prozess
Nutzung von Ressourcen	Werden finanzielle und natürliche Ressourcen effizient und dadurch nachhaltig genutzt bzw. eingesetzt?	Ja
Schaffung von Anreizsystemen	Gibt es Anreizsysteme, um die Wahrnehmung gesellschaftlicher Verantwortung zu fördern?	Nein
Wahrung von Chancengleichheit	Gibt es eine Förderung der Chancengleichheit von unterrepräsentierten Gruppen (Frauen, Minderheiten), so dass diese z.B. in Leitungspositionen aufsteigen können?	Aktuell keine MA – würden aber alle entsprechend dessen ermutigt; GF = weibl.
Berücksichtigung gesellschaftsbezogener Chancen und Risiken	Werden heutige und künftige Bedürfnisse der Organisation und die Anspruchsgruppen abgewogen?	Ja
	Gibt es dialogorientierte Kommunikation mit Stakeholdern, um mögliche Konfliktpotenziale kennen zu lernen?	Mit folgenden Gruppen: Kunden, Lieferanten, Netzwerkpartner
Befähigung zu verantwortlichem Entscheiden und Handeln	Erlauben Arbeitsumgebung und Organisationskultur die Einhaltung der Grundsätze gesellschaftlicher Verantwortung?	Ja
Evaluation und Bewertung von Entscheidungen	Wird die Umsetzung von Entscheidungen nachverfolgt und dabei sichergestellt, dass sie verantwortungsvoll ist?	Ja
	Werden die Führungsprozesse regelmäßig bewertet und angepasst?	Ja

3 Kernthema Menschenrechte

Handlungsfeld Gebührende Sorgfalt

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Bestimmung und Messung von Auswirkungen eigener Aktivitäten	Operiert die Organisation in einem Umfeld, in dem die Menschenrechte nicht ausreichend gewahrt werden?	Nein
Korrektur von Fehlverhalten	Werden Maßnahmen ergriffen, um negative Auswirkungen einer Entscheidung zu korrigieren?	Sofern es dies geben sollte, wird sofort eingegriffen

Handlungsfeld Diskriminierung und schutzbedürftige Gruppen

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Förderung der Gleichbehandlung von Mann und Frau	Wird Gender-Gleichbehandlung in allen Bereichen gefördert?	Ja
	Achtet die Organisation die Rechte der Frau?	Ja
Integration von Menschen mit Behinderungen	Werden angemessene Vorkehrungen getroffen, um Menschen mit Behinderungen Zugang zu Betriebseinrichtungen zu ermöglichen?	Ja

Handlungsfeld Bürgerliche und politische Rechte

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Schutz von Leben und körperlicher Unversehrtheit	Wird das Leben des Einzelnen geachtet?	Ja
Meinungs- und Redefreiheit	Wird Meinungs- und Redefreiheit gewährt (auch bei Kritik am eigenen Betrieb)?	Ja
	Wird das Recht auf freie Informationsbeschaffung und -weitergabe geachtet?	Ja
Schutz von Eigentum	Wird das Recht auf Eigentum geachtet (auch Verbot der willkürlichen Aberkennung)?	Ja

Handlungsfeld Wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rechte

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Bestimmung und Messung der Auswirkungen einer Organisation auf die wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Rechte der Gesellschaft vor Ort	Haben die Aktivitäten (inklusive Produkte, Dienstleistungen, Projekte) möglicherweise Auswirkungen auf Rechte der örtlichen Bevölkerung?	Nein, max. positive Auswirkung
	Wird durch die Aktivitäten möglicherweise der Zugang zu einem wesentlichen Produkt oder einer wesentlichen Ressource (z.B. Wasser) eingeschränkt oder verweigert?	Nein, auch nicht bei Lieferanten
	Beeinträchtigen Produktionsprozesse die Trinkwasserversorgung in einer Region?	Nein, auch nicht bei Lieferanten
Beitrag zur Verwirklichung der wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Rechte	Werden Waren und Dienstleistungen der Organisation an die Kaufkraft von Menschen angepasst, die in Armut leben (z.B. Angebot von Sozialtarifen, spezialisierte Dienste)?	Ich versuche die Preise der Behandlung an die Kaufkraft meiner Kunden anzupassen.

4 Kernthema Arbeitspraktiken

Handlungsfeld Beschäftigung und Beschäftigungsverhältnisse

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Verantwortungsvolles Management der Zulieferer	Wird sichergestellt, dass Arbeit nur an (Unter-)Auftragnehmer vergeben wird, die gesetzlich anerkannt und in der Lage sind, ihren gesetzlichen Pflichten als Arbeitgeber nachzukommen sowie menschenwürdig Arbeitsbedingungen zu bieten?	Ja
	Werden Organisationen im eigenen Einflussbereich dazu angehalten, auf unfaire, ausbeuterische oder missbräuchliche Arbeitspraktiken zu verzichten?	Ja – nur ausgesuchte Partner, diese tun dies aus eigenem Antrieb

Handlungsfeld sozialer Dialog

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Anschluss an Arbeitgeberorganisationen	Ist die Organisation selbst Mitglied in einer Arbeitgeberorganisation?	Ja, nur Pflichtmitgliedschaft WKO

Handlungsfeld Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Aufbau eines Gesundheits- und Sicherheitsmanagements	Wird die Rangfolge der Kontrollmaßnahmen (Beseitigung, Substitution, technische Maßnahmen, Verwaltungskontrolle, Arbeitsabläufe) eingehalten?	Ja
	Werden die Gesundheits- und Sicherheitsrisiken, die mit den Aktivitäten der Organisation verbunden sind, analysiert und kontrolliert?	Ja

5 Kernthema: Umwelt

Handlungsfeld Vermeidung der Umweltbelastung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
direkte und indirekte Umweltaspekte	Werden die Umweltauswirkungen erfasst und bestimmt?	Ja
	Werden Verschmutzung, Abfall, Wasser- und Energieverbrauch gemessen dokumentiert und berichtet?	gemessen
	Werden Maßnahmen umgesetzt, um Umweltbelastungen und Abfall zu vermeiden?	Ja
Umsetzung von Maßnahmen im Einflussbereich der Organisation	Werden Maßnahmen umgesetzt, um Verschmutzung im Einflussbereich der Organisation zu reduzieren (z.B. durch Entwicklung und Förderung der raschen Verbreitung von umweltfreundlicheren Produkten/Dienstleistungen?)	Ja (fair-trade Produkte, größtenteils BIO Zertifizierung)

Handlungsfeld Nachhaltige Nutzung von Ressourcen

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Umsetzung von Maßnahmen zur nachhaltigen Nutzung von Ressourcen	Werden Maßnahmen zur Ressourceneffizienz umgesetzt, um den Verbrauch der Organisation zu verringern?	Ja
	Werden nicht erneuerbare Ressourcen nach Möglichkeit durch alternative erneuerbare Quellen ergänzt oder ersetzt?	Ja (z.B. Ökostrom)
	Werden nach Möglichkeit Recycling-Materialien verwendet?	Ja (z.B. Glasflaschen)
Einführung innovativer Konzepte zum	Wird eine nachhaltige Beschaffung gefördert?	Gezielte Lieferantenauswahl

effizienten Umgang mit Ressourcen	Wird ein nachhaltiger Konsum vorangetrieben?	Nachdem ich nur nachhaltige Produkte verwende: ja
-----------------------------------	--	---

Handlungsfeld Abschwächung des Klimawandels und Anpassung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Bestimmung und Messung der THG-Emissionen	Werden die Quellen direkter und indirekter THG-Emissionen der Organisation identifiziert und wird der Umfang der Verantwortung festgelegt?	Nein, nur über die gefahrenen Kilometer und den Treibstoffverbrauch und die Stromverbrauchsrechnungen
	Werden die THG-Emissionen gemessen, dokumentiert und berichtet (unter Verwendung von international festgelegten Verfahren)?	Nein
Umsetzung von Maßnahmen zur Reduzierung von THG-Emissionen - generell	Werden Maßnahmen umgesetzt, um die THG-Emissionen der Organisation schrittweise zu reduzieren und zu minimieren?	Ja, im Bereich Mobilität
Umsetzung von Maßnahmen zur Reduzierung von THG-Emissionen -spezifisch	Wird der Kraftstoffverbrauch der Organisation bewertet (Höhe und Art)?	Wird gemessen (siehe oben)
	Werden Verbesserung von Verbrauchseffizienz und -Effektivität durchgeführt?	Ja, im Bereich Heizung, Mobilität und Konsum
	Werden Energieeinsparungen realisiert (z.B. durch energieeffiziente Produkte)?	Ja (z.B. LED Leuchtmittel), Mobilität (Fahrweise und Anpassung Fahrten)
	Wird Klimaneutralität durch Ausgleich verbleibender THG-Emissionen angestrebt?	Nein

Handlungsfeld 4: Umweltschutz, Artenvielfalt, Wiederherstellung natürlicher Lebensräume

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Durchsetzung von nachhaltigen Praktiken zur Bewahrung der Artenvielfalt und der natürlichen Ökosysteme	Gibt es Bemühungen, mehr Produkte von Lieferanten zu verwenden, die nachhaltigere Technologien und Prozesse anwenden?	Ja (z.B: Öle, Nahrungsergänzungsmittel, Kerzen)

6 Kernthema Faire Betriebs- und Geschäftspraktiken

Handlungsfeld Korruptionsbekämpfung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Ahndung von korruptem Verhalten	Ist sichergestellt, dass die Vergütung von Personen angemessen ist und nur für tatsächlich erbrachte Leistungen erfolgt?	Ja

Handlungsfeld Fairer Wettbewerb

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Achtung von Wettbewerbsrecht	Stimmen die Aktivitäten der Organisation mit dem Wettbewerb und entsprechenden Richtlinien überein?	Ja

Handlungsfeld Gesellschaftliche Verantwortung in der Wertschöpfungskette fördern

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Entwicklung von Kriterien und Vorgaben	Werden in den Einkaufs-, Vertriebs- und Vertragsvorgaben der Organisation Kriterien umgesetzt, die zur besseren Übereinstimmung mit den Zielen gesellschaftlicher Verantwortung führen?	Ja, fair trade und BIO Öle
Nutzung des eigenen positiven Einflusses	Werden andere Organisationen im Rahmen einer Sorgfaltsprüfung entsprechend beurteilt?	Ja
	Gibt es aktive Bemühungen, das Bewusstsein für die Grundsätze und Handlungsfelder gesellschaftlicher Verantwortung bei den Organisationen zu fördern, zu denen es Beziehungen gibt?	nein

Handlungsfeld Eigentumsrechte achten

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Anerkennung und Achtung von Eigentumsrechten und -ansprüchen	Gibt es interne Vorgaben, durch welche die Achtung von Eigentumsrecht und überliefertem Wissen gefördert werden?	Nein
	Wird darauf geachtet, dass die Organisation nicht an der Verletzung von Eigentumsrechten beteiligt ist?	Ja

7 Kernthema Konsumenten Anliegen

Handlungsfeld 1: Faire Werbe-, Vertriebs- und Vertragspraktiken

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Wahrheitsbemäße, relevante und klar formulierte Information	Wird mit Mitteln der Täuschung, Irreführung oder des Betrugs gearbeitet?	Nein
	Sind Informationen ggf. unklar oder mehrdeutig?	Nein
	Werden entscheidende Informationen ausgelassen?	Nein
	Werden Werbung und Marketing eindeutig erkennbar als solche gekennzeichnet?	Ja
	Sind alle Endpreise, Steuern, AGBs und andere Kosten klar erkennbar offengelegt?	Ja (laut Gesetz)
	Werden Angaben gemacht zu den zentralen Qualitätseigenschaften, wie sie z.B. Gegenstand eines Warentests oder anderer standardisierter Prüfverfahren sind?	Ja, sehr genau und ausführlich
	Enthalten Verträge eindeutige Angaben zu Preisen, Besonderheiten, Zahlungs- und Geschäftsbedingungen, Kosten, Vertragsdauer und Kündigungsfristen?	Ja
Gewährleistung der Vergleichbarkeit und Nachprüfbarkeit von Angeboten	Werden vollständige, richtige und verständliche Informationen bereitgestellt, die miteinander verglichen werden können?	Ja
	Werden Behauptungen oder Zusagen auf Nachfragen mit entsprechend belegt?	Ja
Zugänglichkeit von Informationen	Werden relevante Informationen so transparent gemacht, dass Konsumenten einfachen Zugang haben und eine sachkundige Entscheidung auch auf Grundlage von Vergleichen treffen können?	Ja
	Werden Angaben zu Standort, Postanschrift, Telefonnummer und anderen Kontaktdaten gemacht (v.a. beim Versandhandel)?	Ja
	Sind Verträge in einer klaren, lesbaren und verständlichen Sprache abgefasst?	Ja
Faire Werbe- und Vermarktungspraktiken	Wird die Verwendung von diskriminierenden Stereotypen (z.B. Geschlechterrollen, Ethnie, Religion, Behinderung) vermieden?	Ja

Faire Werbe- und Vermarktungspraktiken	Wird bei Werbung und Vermarktung auf den Schutz besonders schutzbedürftiger Gruppen (z.B. Kinder) geachtet (anstatt evtl. Schwächen auszunutzen)?	Ja
	Gibt es unlautere Vertragsbedingungen (z.B. unbilligen Haftungsausschluss, einseitige Änderung von Preisen und Vertragsbedingungen, Übertragung des Insolvenzrisikos auf den Verbraucher, übergebührlich lange Vertragslaufzeiten, Wucherzinsen und unangemessene Kreditraten)?	Nein

Handlungsfeld Schutz von Gesundheit und Sicherheit der Konsumenten

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Einhaltung von Schutz- und Sicherheitsvorschriften	Wurden alle relevanten Gesundheits- und Sicherheitsgesetze und Sicherheitsvorschriften berücksichtigt?	Ja
Identifikation und Verminderung von Risiken	Sind die angebotenen Produkte und Dienstleistungen unter üblichen Nutzungsbedingungen sicher?	Ja
	Werden die Risiken bereits bei der Produktgestaltung minimiert?	Ja
	Werden Prioritäten zur Verringerung von Risiken gesetzt (d.h. sichere Gestaltung, Schutzvorrichtungen und Nutzerinformation)?	Ja
	Werden Maßnahmen ergriffen, dass Produkte in der Obhut von Konsumenten durch unsachgemäße Handhabung oder Lagerung nicht zum Sicherheitsrisiko werden?	Ja, Einsatz der Öle wird entsprechend erklärt (Verwendung, Lagerung, ...)
Verminderung von Risiken durch Information und Kommunikation	Werden Konsumenten mit dem richtigen Gebrauch vertraut gemacht und werden sie vor Risiken gewarnt?	Ja (siehe oben)
Verringerung und Wiedergutmachung von Schäden	Gibt es Möglichkeiten zur Rückverfolgung innerhalb der Wertschöpfungskette?	Ja

Handlungsfeld Nachhaltiger Konsum

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Förderung von nachhaltigen Produkten und Verbrauchsmustern	Werden Produkte und Dienstleistungen angeboten, die sozial- und umweltverträglich sind?	Ja
	Werden negative Auswirkungen auf Umwelt und Gesundheit nach Möglichkeit beseitigt oder minimiert?	Ja
	Werden Produkte und Verpackungen so gestaltet, dass sie ohne Umstände mehrfach benutzt, wiederverwertet oder repariert werden können?	Ja, mehrfach wiederverwendet (Glasflaschen)
	Werden Zubehör und Betriebsstoffe bevorzugt, die zur nachhaltigen Entwicklung beitragen?	Ja
	Werden qualitativ hochwertige Produkte mit einer längeren Produktlebensdauer zu einem erschwinglichen Preis angeboten?	Preise sind fair entsprechend der hohen Qualität der Dienstleistung
Aufklärung und Information von Konsumenten über nachhaltige Eigenschaften	Werden Konsumenten umfassend über die Eigenschaften des Angebots informiert (z.B. zu gesundheitlichen Auswirkungen, Herkunftsland, Energieeffizienz, ...)?	Ja
	Werden unabhängige und zuverlässige Kennzeichnungs- und Überprüfungssysteme genutzt, um den Konsumenten über positive Aspekte des Produkts zu informieren?	Ja, z.B. BIO Kennzeichnung, fair-trade

Handlungsfeld Kundendienst, Beschwerdemanagement und Schlichtungsverfahren

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Bearbeitung von Beschwerden	Werden Beschwerden sorgfältig geprüft und beantwortet?	Ja

Handlungsfeld Schutz und Vertraulichkeit von Kundendaten

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Einhaltung gesetzlicher Datenschutzbestimmungen	Werden Daten auf legalem und fairem Weg erhoben?	Ja
	Werden gesammelte Daten nur für die angegebenen Zwecke genutzt?	Ja
	Ist ein Ansprechpartner benannt und erreichbar, der in der Organisation für den Datenschutz zuständig ist (Datenschutzbeauftragter)?	Ja, aber kein DS-Beauftr. notwendig
Einschränkung der Sammlung und Nutzung von Daten	Wird die Erhebung persönlicher Daten auf Angaben begrenzt, die entscheidend für das Anbieten von Produkten/ Dienstleistungen sind?	Ja
	Wird davon abgesehen, Dienstleistungen oder Sonderangebote an die Freigabe von Daten für Werbe- und Vertriebszwecke zu koppeln?	Ja
	Wird bei der Sammlung von persönlichen Daten der Zweck konkretisiert?	Ja
Achtung des Rechts auf Datenschutz und informationelle Selbstbestimmung	Wurden die Daten mit freiwilliger Zustimmung erlangt?	Ja
	Wird den Konsumenten das Recht eingeräumt, die erhobenen Daten zu überprüfen und ggf. rechtlich dagegen vorzugehen?	Ja
	Werden die Daten ggf. gelöscht, berichtigt oder geändert?	Ja
	Wird offen über den Umgang personenbezogener Daten kommuniziert?	Ja
Gewährleistung von Datensicherheit	Werden personenbezogene Daten durch geeignete Sicherheitsmaßnahmen geschützt?	Ja

Handlungsfeld Sicherung der Grundversorgung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Vermeidung von Diskriminierung bei Versorgungsengpässen	Wird allen Konsumentengruppen dieselbe Qualität und dasselbe Dienstleistungsniveau angeboten?	Ja

Handlungsfeld Verbraucherbildung und Sensibilisierung

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Aufklärung über Risiken und Gefahren	Werden Gesundheit und Sicherheit sowie Produktgefahren durch die Organisation gegenüber Kunden thematisiert?	Ja
Aufklärung über Nachhaltigkeitsaspekte	Werden Konsumenten über den Umweltschutz im Zusammenhang mit dem Angebot der Organisation aufgeklärt?	Ja
Verständliche Kommunikation	Werden Produkte und Dienstleistungen mit informativen Kennzeichen ausgestattet?	Ja

8 Kernthema Einbindung und Entwicklung der Gemeinschaft

Handlungsfeld Einbindung der Gemeinschaft

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Teilnahme an lokalen Strukturen und Prozessen	Beteiligt sich die Organisation an örtlichen Vereinigungen, um das Gemeinwohl und die Entwicklungsziele der Gemeinschaft zu fördern?	Ja, in der Gemeinde

Handlungsfeld Schaffung von Wohlstand und Einkommen

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Entwicklung lokaler Lieferanten	Wird lokalen Lieferanten von Produkten und Dienstleistungen nach Möglichkeit der Vorzug gegeben?	Ja
Vorbildlichkeit im Handeln	Wird eine Mindestqualität von Lieferanten gefordert?	Ja
	Leistet die Organisation entsprechende Steuern und gibt sie den Behörden die erforderlichen Informationen bekannt?	Ja

Handlungsfeld Gesundheit

Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Beseitigung negativer gesundheitlicher Auswirkungen von Aktivitäten	Bemüht sich die Organisation darum, negative gesundheitliche Auswirkungen ihrer Produktionsprozesse, Produkte oder Dienstleistungen zu beseitigen?	Ja, das ist Kern der Tätigkeit – haben positive Auswirkungen
Unterstützung der Gesundheitsvorsorge	Unterstützt die Organisation die Förderung einer guten Gesundheit?	Ja, ist Kern der Tätigkeit
	Wird das Bewusstsein für Gesundheitsrisiken/Erkrankungen gefördert und entsprechende Vorbeugung unterstützt?	Ja, ist Kern der Tätigkeit = Prävention

Handlungsfeld Investition zugunsten des Gemeinwohls

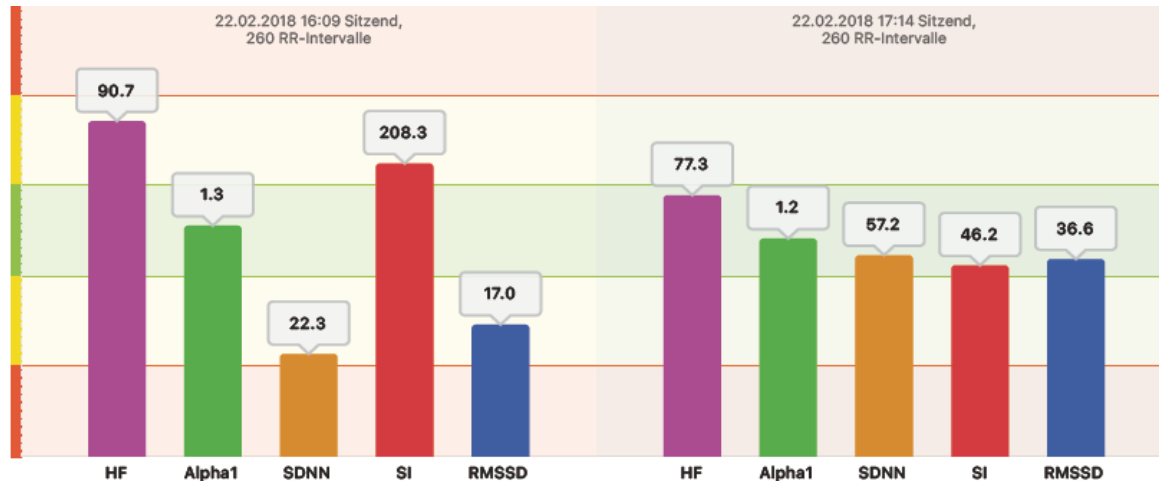
Aufgabe	Zentrale Fragestellung	Antwort
Ausbau von Partnerschaften und Aufbau von Kompetenzen	Gibt die Organisation solchen Projekten Vorrang, die langfristig Bestand haben und die Entstehung von Abhängigkeiten vermeiden?	Ja, wo möglich

Pilotversuch im Rahmen des in Planung befindlichen Projekt: TFL Triestingtal Healthcare-Valley

Federführende Leitung: Univ. Prof. Dr. Helmut Detter

Im Studio der Wohlfühlexpertin Sabine Kovacs, A2522 Oberwaltersdorf-FONTANA, Platanenstraße 2/2 wurden im Zeitraum Dezember 2017 HRV-Messungen bei 26 Probanden (anonymisiert) durchgeführt. Es waren sowohl männliche wie auch weibliche Personen verschiedenen Alters gewählt. Für die Messungen wurde ein System mit Brustgurt von der Firma vnsanalyse zur Verfügung gestellt. Ziel dieser Messungen war die Darstellung der Wirkweise einer "Wohlfühlstunde" bei Sabine Kovacs. Es wurde jeweils am Beginn eine HRV-Messung durchgeführt, welche an der linken Seite der Grafik dargestellt ist. Unmittelbar danach folgte eine Langzeitmessung während der Behandlung. Die Veränderungen der entsprechenden Werte sind auf der rechten Seite dargestellt. Eine Harmonisierung der gesamten Körpersysteme konnte bei allen Durchgängen festgestellt werden.

Beispiel eines Probanden: Linke Seite: Werte vor der Wohlfühlstunde – Rechte Seite: Werte nach der Wohlfühlstunde



Erklärung der Wirkungsweise

Das vegetative Nervensystem (VNS) ist die oberste Schaltzentrale im Körper und stellt dort die Weichen für die Steuerung und Regulation der Organe und Organsysteme. Alle die Organe, die wir willentlich nicht beeinflussen können, unterliegen der Verantwortung des VNS - kurz gesagt: Das VNS reguliert sämtliche Vitalfunktionen.


Ohne die Regulation des VNS könnten Organe- und Organsysteme nicht funktionieren. Das bedeutet, dass eine organische Störung zurückzuführen ist auf eine vorherige Störung in der Steuerung und Regulation durch das VNS. Eine Regulationsstörung kommt demnach immer vor einer Funktionsstörung.

Der Zustand des hochkomplexen und komplizierten VNS wird in Verbindung mit dem Ruhepuls in zwei einfachen Balken dargestellt, damit Sie auch selbst auf einen Blick die Frage beantworten können: Ist die notwendige Balance zwischen Körperspannung und Körperentspannung vorhanden?

Der Sympathikus (roter Balken steht für Spannung) ist zuständig für die körperliche Leistungsfähigkeit. Er wird auch als „Stressnerv“ oder Spannungsnerv bezeichnet. Der Parasympathikus (blauer Balken steht für Entspannung) ist für körperliche Erholung, Entspannung, Reparatur und regenerative Prozesse zuständig. Er wird auch als Entspannungsnerv oder Ruhenerve bezeichnet. Der Entspannungsnerv ist z.B. zuständig für die Regulation des Blutdrucks, der Insulinproduktion und der Blutverdünnung. Die Folgen einer eingeschränkten Aktivität vom Entspannungsnerv sind an der Vielzahl der entsprechenden Erkrankungen abzulesen.

Bestenfalls müsste im Sitzen und im Ruhezustand die Körperentspannung die Oberhand gewinnen. Das Ergebnis zeigt Ihnen, ob der Entspannungsnerv während der Messung aktiv wurde oder ob der Spannungsnerv auch in einer ruhenden Position der aktivere Teil des VNS ist.

Die VNS Analyse ist die erste Diagnostik, die sich im Anmarsch befindliche Erkrankungen erkennt, auch wenn alle Laborparameter und Untersuchungen noch völlig normale Werte liefern.



WOHLFÜHLEXPERTIN Sabine Kovacs
Platanenstraße 2/2
2522 Oberwaltersdorf
Telefon: +43 2622 81 0 88
E-Mail: sabine@wohlfuehlexpertin.at

www.wohlfuehlexpertin.at

