

Betriebliche Gesundheit für die Klimastadt Münster

August 2026



Unternehmen
Strong Partners GmbH

Ansprechpersonen
Paula Menninghaus
Katharina Nottmeier

Website
www.strong-partners.de



Strong Partners ist ein Anbieter für betriebliches Gesundheitsmanagement aus Münster. Mit unseren Programmen rund um Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit erreichen wir jährlich tausende Menschen in Unternehmen, Vereinen und Einrichtungen. Viele gesunde Entscheidungen sind zugleich klimafreundlich. Wer sich pflanzenbasiert ernährt oder mit dem Rad zur Arbeit kommt, tut der eigenen Gesundheit und der CO₂-Bilanz etwas Gutes. Genau diese Verbindung von Gesundheit und Klima machen wir zum Kern unserer Arbeit.

Gesunde und klimafreundliche Mobilität

Wir fördern aktive Mobilität statt Autofahrten und unterstützen den Radverkehr mit passgenauer Fahrradergonomie. Beim Laufsport kooperieren wir mit der Stadt Münster mit einem Laufpodcast, dazu kommen Firmenfitness-Kurse wie Run&Fit. Sehr beliebt sind außerdem unsere Outdoor-Yoga-Sessions in Münster, zum Beispiel im Schlossgarten, die Bewegung bewusst nach draußen holen. Unsere Sportkurse und Bewegten Pausen finden direkt im Betrieb oder im Freien statt und ersparen hunderten Teilnehmenden die Fahrt ins Fitnessstudio. Für Kurse, Events und

Dienstwege setzen wir ausschließlich auf Carsharing (Stadtteilauto), ÖPNV und das Rad – dasselbe gilt für den Transport von Equipment innerhalb Münsters.

Ernährung, die auch dem Klima hilft

Auch in der Ernährung denken wir Gesundheit und Klima zusammen. In unseren Ernährungsworkshops orientieren wir uns an der Planetary Health Diet, einem wissenschaftlichen Ernährungsmodell, das zeigt, wie eine überwiegend pflanzenbasierte Ernährung sowohl die Gesundheit stärkt als auch die planetaren Grenzen wahrt. Wir arbeiten mit biologischen und pflanzenbasierten Lebensmitteln, die den CO₂-Fußabdruck senken und gesundheitlich sinnvoll sind. Unser Smoothie Bike und unser Smoothie Rower sind muskelbetrieben und kommen ohne Strom aus. Sie verbinden Bewegung, Ernährung und eine spielerische Klimabotschaft. Bei Events setzen wir auf regionales Catering mit kurzen Transportwegen, achten so weit wie möglich auf Mehrweg und vermeiden bewusst Lebensmittelreste.



Fortsetzung des Beitrags folgt hier:

Wissen als Hebel

Wissen ist unser größter Hebel. In Keynotes und Workshops vermitteln wir den Zusammenhang von gesunder und klimafreundlicher Lebensweise. Über unsere Azubi-Programme und die Arbeit in Schulen und Kitas verankern wir gesunde und nachhaltige Routinen früh bei jungen Menschen, passend zum Bildungsschwerpunkt des Klimastadt-Vertrags.

Gesundheitsschutz bei Hitze

Ein wachsendes Thema ist der Gesundheitsschutz bei Hitze. Wir klären über Bewegung, Pausen und Trinkverhalten an heißen Tagen auf und stärken so die Anpassung an den Klimawandel im Arbeitsalltag. Bewegung im Freien fördert die Verbundenheit mit der Natur und den städtischen Grünflächen. So leisten wir als Gesundheitspartner einen Beitrag zur Klimastadt Münster.

