



RESPEKT  
FAIRNESS  
VERANTWORTUNG



# **VCU Unternehmertagung 2025**




**Gesundheit und Eigenverantwortung – Vom Wissen zum Handeln**

Freitag/Samstag, 23./24. Mai 2025, Lenzburg

# PROGRAMM VCU Unternehmertagung 2025

## Gesundheit und Eigenverantwortung – Vom Wissen zum Handeln

### Freitag, 23. Mai 2025, Schloss Lenzburg

- 15.00 - 15.30 Uhr Eintreffen und Begrüssung im Schlosshof
- 15.30 - 16.30 Uhr Schlossbesichtigung mit Schlossherrin **Christine Ziegler**
- 16.45 - 17.55 Uhr Besuch von 3 Gesundheitsinseln
-  Bewegung – mit **Wiebke Schubien**, Physiotherapeutin
  -  Ernährung – Bestätigung ausstehend
  -  Mentale Gesundheit – mit **Reto M. Zurflüh**, Suchtprävention Aargau
- 18.00 Uhr Apéro – bei schönem Wetter auf der Schlossterrasse Südbastion
- 19.00 Uhr «**Erfolgreich und gesund mit positiver Psychologie – Anleitung zur Eigenverantwortung**», Vortrag von **Prof. Alexander Hunziker**, Berner Fachhochschule
- 20.00 Uhr Dinner im Rittersaal

Ein herzliches  
Dankeschön  
an die Sponsoren



Netzwerk Kadertraining

### Samstag, 24. Mai 2025, Stapferhaus Lenzburg

- 9.00 - 10.45 Uhr Mitgliederversammlung VCU
- 10.45 - 11.00 Uhr Kaffee und Gipfeli
- 11.00 - 11.10 Uhr Grusswort von **Jean-Pierre Gallati**, Regierungsrat Kanton Aargau
- 11.10 - 12.30 Uhr Podiumsdiskussion  
mit **Katharina Stingelin Hefti**, Schlafexpertin, **Natalie Zumbrunn-Loosli**, Ernährungsberaterin, **Beat Rüfli**, Unternehmensberater, **Tobias Karcher**, Theologe SJ, und weiteren
- 12.30 - 12.45 Uhr Preview zur Ausstellung «Hauptsache Gesundheit»
- 12.45 Uhr Stehlunch, anschl. individuelle Besichtigung der Ausstellung möglich



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



HOTEL KRONE LENZBURG

**Weitere Informationen:** [www.vcu.ch](http://www.vcu.ch)

Am  
nächsten  
Ort.ch



Aargauische  
Kantonalbank