Mailing-Kalender 2027

Alle Themen, Termine und Materialien des Jahres auf einen Blick.



Liebe Geschäftspartner:innen, liebe Personalverantwortliche,

schön, dass ihr auch 2027 mit uns unterwegs seid! Jeden Monat schicken wir Euch ein Mailing mit einem Care-Thema, das Eure Mitarbeitenden gerade bewegt, und mit Materialien, die ihr direkt intern weitergeben könnt.

Freut Euch auf **alltagsnahe Impulse**, **hilfreiche Tipps** und **praktische Materialien**, die Euch dabei unterstützen, **Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz** zu stärken. So könnt ihr wichtige Themen unkompliziert in Euren Arbeitsalltag bringen und Euren Mitarbeitenden zeigen: Wir sind für Euch da!

Euer heycare Team

Früher starten?
Ihr möchtet schon vor dem Versandtermin mit Euren Mitarbeitenden kommunizieren? Gebt uns Bescheid, wir schicken Euch die Materialien gern vorab.



heycare – eine Marke der heynannyly GmbH Am Galgenberg 21, 91315 Höchstadt
customer@heycare.com www.heycare.com

Das Jahr mit heycare im Überblick

Januar 01

Kleine Schritte, statt große Vorsätze

Vorsätze alltagstauglich gestalten

Februar 02

Menschen, die uns stärken

Soziale Beziehungen als Kraftquelle entdecken

März 03

Wenn die To-Do-Liste nie endet

Mental Load erkennen & Perfektionsdruck reduzieren

April 04

Stress verstehen & wirksam gegensteuern

Stresssignale erkennen und gezielt gegensteuern.

Mai 05

Jede Familie ist einzigartig

Familienvielfalt verstehen & stärken

Juni 06

Kleine digitale Auszeiten

Digitales Verhalten reflektieren & bewusste Pausen schaffen

Juli 07

Die erste Jahreshälfte im Rückblick

Innehalten, Bilanz ziehen & Bedürfnisse wahrnehmen

August 08

Neue Routinen statt neuer Stress

Finde neue, alltagstaugliche Routinen

September 09

Gehirngesundheit stärken

Risikofaktoren verstehen & aktiv werden

Oktober 10

Prävention statt Dauerbelastung

Dauerstress frühzeitig erkennen und vorbeugen

November 11

Gesunde Ernährung im Alltag

Mit einfachen Rezepten ausgewogene Ernährung erleichtern

Dezember 12

Ein Jahr voller Momente

Das Jahr reflektieren & persönliche Erfolge erkennen

Mailing-Kalender 2027

Mental Care · Child Care · Elder Care · Pet Care

hey care

1. Quartal

Januar bis März

01
Januar

Versand am
15.12.2026

Thema
Kleine Schritte statt große Vorsätze

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Info-PDF: Pflegereform 2027 kompakt
- Bild zum Thema
- Ideensammlung: Alltagstaugliche Vorsätze

02
Februar

Versand am
13.01.2027

Thema
Menschen, die uns stärken

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Reflexionsbogen: Mein soziales Netzwerk
- Bild zum Thema

03
März

Versand am
10.02.2027

Thema
Wenn die To-Do Liste nie endet

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Mini-Workbook: Schluss mit dem Perfektionsdruck
- Bild zum Thema

2. Quartal

April bis Juni

04
April

Versand am
17.03.2027

Thema
Stress verstehen & wirksam gegensteuern

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Soforthilfe-PDF: 5 Übungen gegen Stress
- Bild zum Thema

05
Mai

Versand am
14.04.2027

Thema
Jede Familie ist einzigartig

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Impulskarten: Familienalltag verstehen und stärken
- Bild zum Thema

06
Juni

Versand am
12.05.2027

Thema
Kleine digitale Auszeiten

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Selbsttest: Mein Digital-Check
- Bild zum Thema

Mailing-Kalender 2027

Mental Care · Child Care · Elder Care · Pet Care

hey care

3. Quartal

Juli bis September

07
Juli

Versand am
16.06.2027

Thema
Die erste Jahreshälfte im Rückblick

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Impulskarten: Mein Check-In zur Jahresmitte
- Bild zum Thema

08
August

Versand am
14.07.2027

Thema
Neue Routinen statt neuer Stress

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Mitmach-PDF: Die 7-Tage-Routine Challenge
- Bild zum Thema

09
September

Versand am
18.08.2027

Thema
Gehirngesundheit stärken

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Info-PDF: 14 Faktoren für ein gesundes Gehirn
- Bild zum Thema

4. Quartal

Oktober bis Dezember

10
Oktober

Versand am
15.09.2027

Thema
Prävention statt Dauerbelastung

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Info-PDF: Elterngeld-Änderungen ab November
- Bild zum Thema
- Selbsttest: Dauerstress erkennen

11
November

Versand am
13.10.2027

Thema
Gesunde Ernährung im Alltag

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Praxis-Guide mit Rezepten
- Bild zum Thema

12
Dezember

Versand am
17.11.2027

Thema
Ein Jahr voller Momente

Was bekommt ihr von uns?

- Aktuelle Angebote
- Reflexionsbogen: Mein Jahresrückblick
- Bild zum Thema