



## MIP Frühlings-Newsletter 2023

Sehr geehrte Kund:innen und Geschäftspartner:innen,

der Frühling steht vor der Tür. Mit den damit einhergehenden Veränderungen, dem Erwachen und Erblühen der Natur, möchten wir Sie heute auch über Veränderungen und Entwicklungen bei MIP informieren.

Bei MIP sind und waren wir stets darauf bedacht das Gesundheitswesen zu stärken und dieser Philosophie bleiben wir unverändert treu. Doch ganz ohne Veränderung geht es auch bei uns nicht und so verabschieden wir am 31. März 2023 Frank Wagner nach 32-jähriger Tätigkeit bei MIP in den wohlverdienten Vorruhestand. Während seiner Betriebszugehörigkeit hat Herr Wagner maßgeblich zum Erfolg des Unternehmens beigetragen, und so möchte ich mich an dieser Stelle im Namen des Hauses MIP Europe herzlichst bei Herrn Wagner für seinen unermüdlichen Einsatz bedanken.

Frank Wagner war für viele unter Ihnen primärer Ansprechpartner und hat sich persönlich Ihren individuellen Belangen angenommen und so haben wir u. a. diese Veränderung zum Anlass genommen, unsere personellen Ressourcen neu auszurichten, um Sie auch künftig bestmöglich zu unterstützen. Bereits vor einigen Monaten durften wir Franziska Zeller im Vertrieb und Claudia Rupp im Kundenservice begrüßen. Unser langjähriger Produktionsleiter Eduard Knapheide, der vielen unserer Kunden bereits als verlässlicher und innovativer Ansprechpartner bekannt ist, übernimmt fortan die Aufgabe des Business Developments sowie die Leitung des Centers of Excellence. Zudem ist Teja Prellwitz Ihr neuer Ansprechpartner für alle Belange rund um kundenspezifische Lagervereinbarungen. Für den Bereich Leitung Kundenservice und Vertriebsinnendienst ist nun Lynda Kuhlke verantwortlich. Auch in der Einkaufsleitung freuen wir uns über Verstärkung. Peter Valentin Petersen unterstützt seit 1. Februar 2023 als Mitglied der Geschäftsleitung tatkräftig unser Team.

Unser Ziel ist es auch weiterhin neue, innovative und intelligente Lösungen zu entwickeln, die Ihren Berufsalltag erleichtern. Hierbei stehen Ihre Bedürfnisse sowie Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit stets im Mittelpunkt unseres Handelns. Mit einem Team, das langjährige Erfahrung bei MIP und hervorragende Branchenkenntnisse mit dem ehrlichen Wunsch vereint, einen Beitrag zur Verbesserung des Gesundheitswesens zu leisten, blicke ich mit voller Zuversicht in eine erfolgreiche Zukunft.

Weiter unten finden Sie die Kontaktdaten zu Ihren Ansprechpartner:innen bei MIP und vieles mehr.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Herzliche Grüße

Gabriele Marconi  
Geschäftsführerin



Ist Ihnen bewusst, wie wichtig eine achtsame Lebensweise für sowohl Ihre mentale als auch körperliche Gesundheit ist? Ziemlich wichtig! Deshalb haben wir hier ein paar Tipps für Sie, wie Sie im Alltag achtsam mit sich selbst und anderen umgehen können:

- **Ausreichend schlafen** ist essenziell! Schlafforscher empfehlen 7,5 Stunden Schlaf als Minimum pro Tag. Ihr individuelles Schlafbedürfnis können Sie auch ganz einfach selbst ermitteln: Gehen Sie an einigen Tagen in Folge, am besten freie Tage, an denen Sie keinen Wecker stellen müssen, zur selben Uhrzeit zu Bett und notieren Sie Ihre natürlichen Aufwachzeiten.
- Ihr Körper funktioniert am besten, wenn er mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt ist. Achten Sie daher auf eine **gesunde und ausgewogene Ernährung**.
- Besonders wichtig, das **richtige Pausenmanagement**. Arbeit bedeutet oft auch Stress und daher ist es wichtig dem Körper immer wieder Möglichkeiten zur Entspannung zu geben. Als Faustregel gilt, spätestens nach 90 Minuten Arbeit eine kurze Pause einlegen und nach 4 Stunden sollte Sie einmal etwas länger durchatmen.
- **Stecken Sie Ihre Ziele nicht zu hoch**. Fangen Sie langsam und in kleinen Schritten an. So bleiben diese erreichbar und die erfolgreiche Durchführung versetzt Sie nicht in noch mehr Stress.
- **Lernen Sie Ihre persönlichen Stressoren im Alltag kennen** und reduziere diese gezielt. Legen Sie sich hierfür eine Liste an und schreiben Sie es immer auf, wenn Sie sich gestresst fühlen. Halten Sie die Situation, den Tag und die Uhrzeit fest, und notieren Sie Ihr Stressniveau auf einer Skala von 1 bis 10. Vielleicht erkennen Sie ja schon bald ein Muster? Welche Situationen lösen besonders viel Stress aus? Wie könnten Sie diese vermeiden oder entspannter gestalten?



### Unsere neue Website

Kennen Sie schon unsere Website im neuen Design? Besuchen Sie uns auf [www.mip-europe.com](http://www.mip-europe.com)

### Neuer Präsident und Vorstandsvorsitzender bei MIP Inc.

MIP Inc. ernennet Dean Johnson zum neuen Präsidenten und Chief Executive Officer. Johnson ist seit dem 23.01.2023 bei MIP tätig.

### Unser Team

Wir freuen uns sehr Ihnen sowohl alte als auch neue Gesichter vorzustellen. Ihre wichtigsten Kontakte finden Sie [hier](#):



Mehr Informationen zu MIP und unserem Team finden Sie auch auf dem [MIP Blog](#) oder auf unserer [Website](#)

[MIP Website](#)

[MIP Blog](#)



### Peter Valentin Petersen

Mit großer Freude stellen wir Ihnen Herrn **Peter Valentin Petersen** vor. Gebürtig aus Dänemark ist er schon als richtiger Hanseate seit 30 Jahren nun in Hamburg ansässig. Genauso lange ist aber Herr Petersen auch schon in der Bekleidungs- und Textilbranche tätig - hiervon bringt er 25 Jahre Einkaufs-Expertise, sowohl operativ als auch strategisch, mit sich. Durch seine zahlreichen Reisen nach Asien, Afrika und Europa und den Fokus auf langfristige Partnerschaften sowie detaillierten Austausch mit Lieferanten wird Herr Petersen mit seiner Fachexpertise MIP optimal in seiner Position als Einkaufsleitung ergänzen.

Wir begrüßen Herr Petersen herzlichst bei uns und freuen uns auf die Zusammenarbeit!



Endlich Zeit für Spargel, Spinat, Bärlauch und mehr. Vor allem leichte und weniger fleischlastige Gerichte stehen im Frühling – nach den deftigeren Speisen in der kalten Jahreszeit – hoch im Kurs. Den März und April könnte man auch als kulinarisches Frühlingserwachen beschreiben, denn jetzt gibt es Spinat, Spargel, Rucola, Radieschen oder Bärlauch ganz frisch.

### Frühlingserwachen mit Spargel

Zutaten für 2 Portionen

- 500 g Spargel, grüner
- 1 EL Pfeffer, rote Körner
- 1 EL Butter
- 200 g Blattspinat, frischer junger
- 6 Kirschtomate(n)
- 2 EL Balsamico
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Msp. Cayennepfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 1 Prise Rohrzucker
- 1 Schalotte(n), fein gehackt

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und in 3 cm lange Abschnitte schneiden. Butter in eine Pfanne geben, schmelzen lassen und die Spargel darin 10 Minuten braten, mit zerstoßenem Pfeffer bestreuen und leicht aufbacken. Den Blattspinat waschen, in mundgerechte Stücke zerpfücken und auf Tellern anrichten. Spargel und die halbierten Cocktailtomaten darüber verteilen.
2. Die Dressingzutaten in einem Glas gut vermischen und über den Salat geben. Am besten schmeckt der Salat, wenn der Spargel noch lauwarm ist und dazu gibts einfach Brot. Schmeckt aber auch lecker zu rotem Fleisch.

Tipp: schmeckt auch mit weißem Spargel lecker!

Quelle: freepik // pikisuperstar



Das Schöne am Frühling ist, dass er immer gerade dann kommt, wenn man ihn am dringlichsten braucht. Wir wünschen Ihnen geruhsame, zufriedene Osterfeiertage und frühlingshaften Sonnenschein!



Weitere Informationen zu unserem Unternehmen und unserem Produkt-Sortiment finden Sie in unserer Corporate-Broschüre.

[Hier geht es zur Broschüre](#)

[Instagram](#) [Facebook](#) [Xing](#) [YouTube](#) [LinkedIn](#) [Website](#)

Dieses Mailing erhalten Sie, weil Sie bereits Kunde von MIP oder bei der GPJ Verlag GmbH & Co. KG mit Ihrer E-Mail-Adresse registriert sind. Weiterführende Information zur Nutzung und Speicherung Ihrer Daten entnehmen Sie bitte unserer [Datenschutzklärung](#).

MIP Europe GmbH, Liebigstraße 71, 22113 Hamburg, Deutschland, Tel.+4940739320-0

[Abmelden](#) [Einstellungen verwalten](#)