



# „AOK bewegt“ - das digitale Zentrum für BGM

Digitales Programm zur betrieblichen Gesundheitsförderung

Einfach nah. Meine AOK.

# Herausforderung betriebliches Gesundheitsmanagement

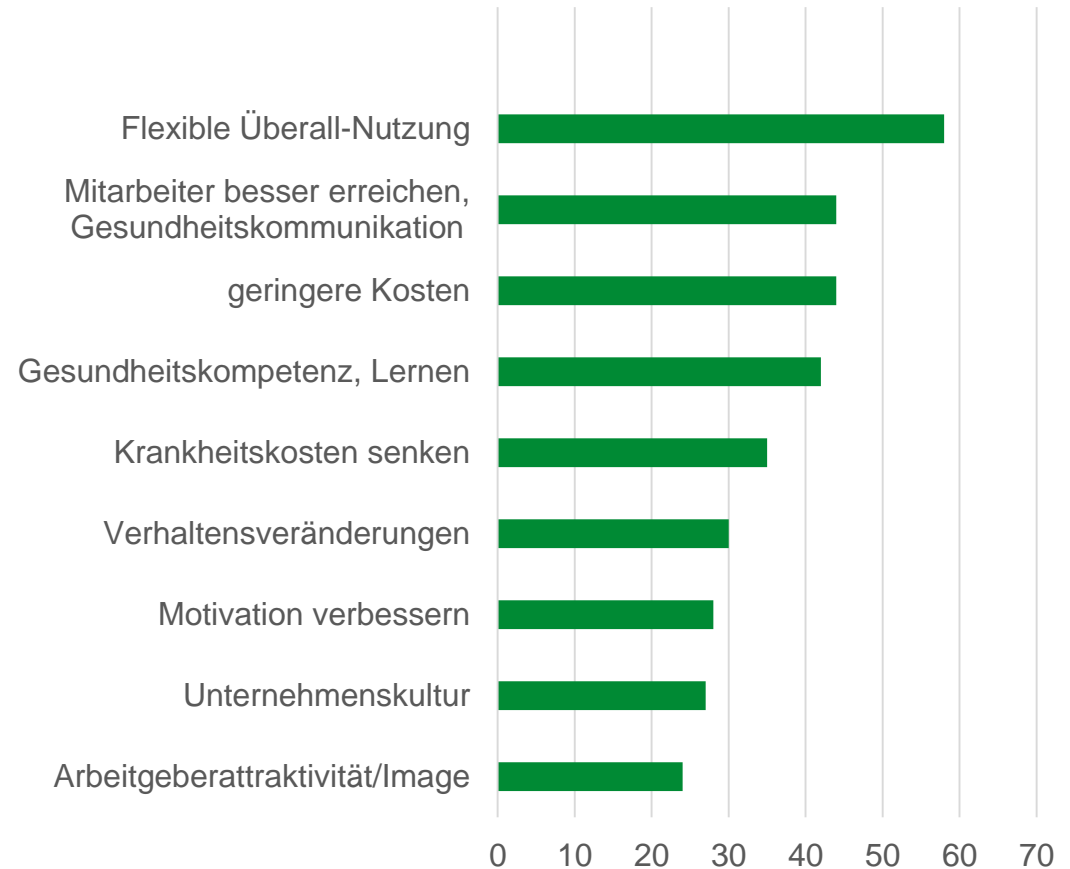
# Welchen Nutzen hat ein digital unterstütztes BGM?

**1 Viele/alle Mitarbeiter erreichen, immer verfügbar**

**2 mehr Kennzahlen**

**3 Gesundheitskompetenz erwerben und verbessern**

**4 Employer Branding, New Work**



„Warum wünschen sich Unternehmen ein digital unterstütztes betriebliches Gesundheitsmanagement?  
Quelle: Online-Umfrage Unternehmen, Matusiewicz, 2017

# „AOK bewegt“ unterstützt vier wichtige betriebliche Herausforderungen

## Gesundheit im Unternehmen

- BGM, BGF
- Gesunde Führung
- ...

## Mitarbeiter finden

- Attraktiv für Neueinsteiger sein
- Employer Branding, ...

## Mitarbeiter binden

- Life-Balance unterstützen
- New Work
- Freiräume, ...

## Agiler, flexibler, digitaler werden

- Digitalisierung von Prozessen
- Lebenslanges Lernen



# „AOK bewegt“ Das neue digitale Zentrum für BGM



# „AOK bewegt“ - das digitale Zentrum für BGM



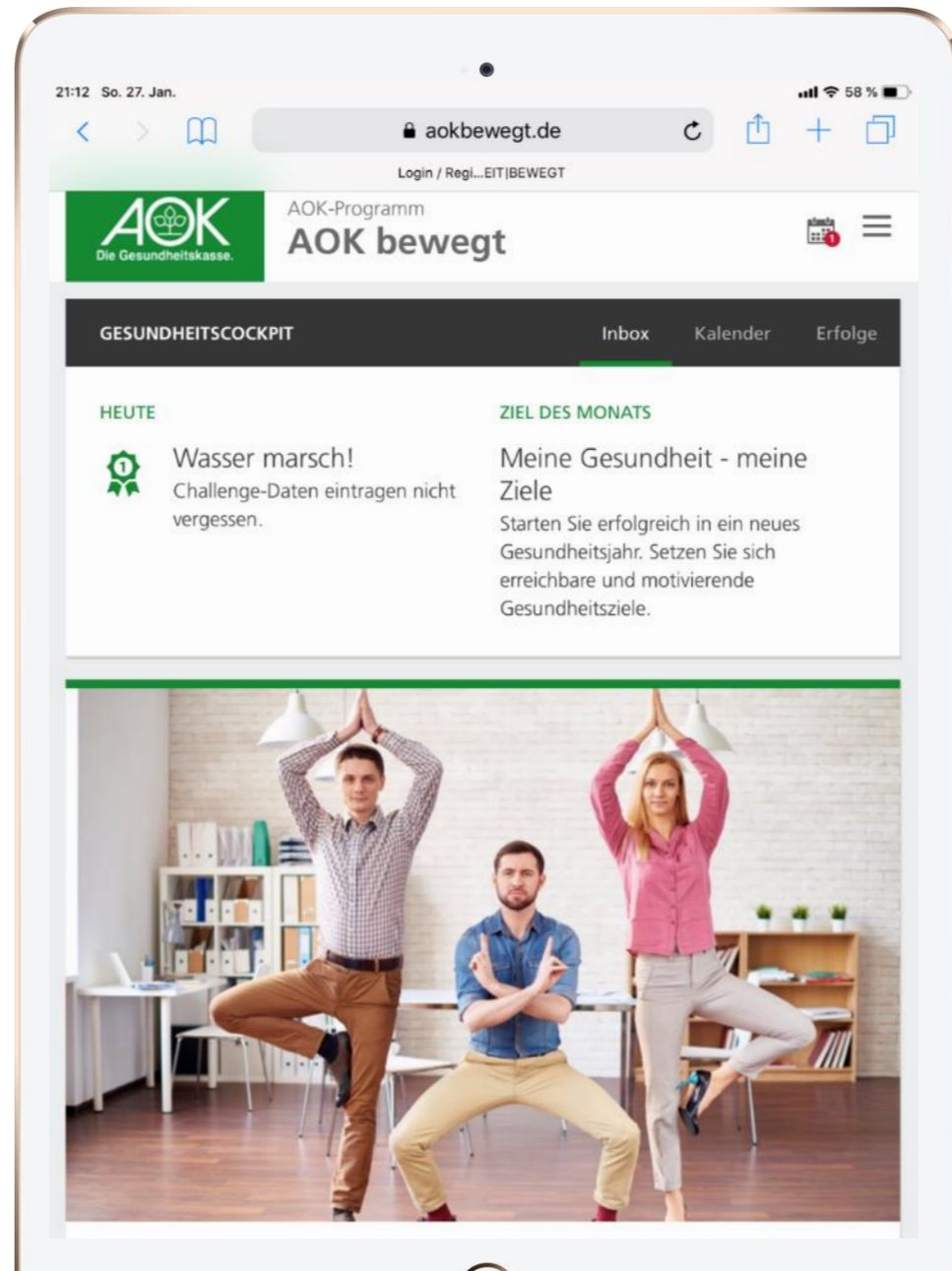
Immer verfügbar - 24/7



Online, **überall** nutzbar

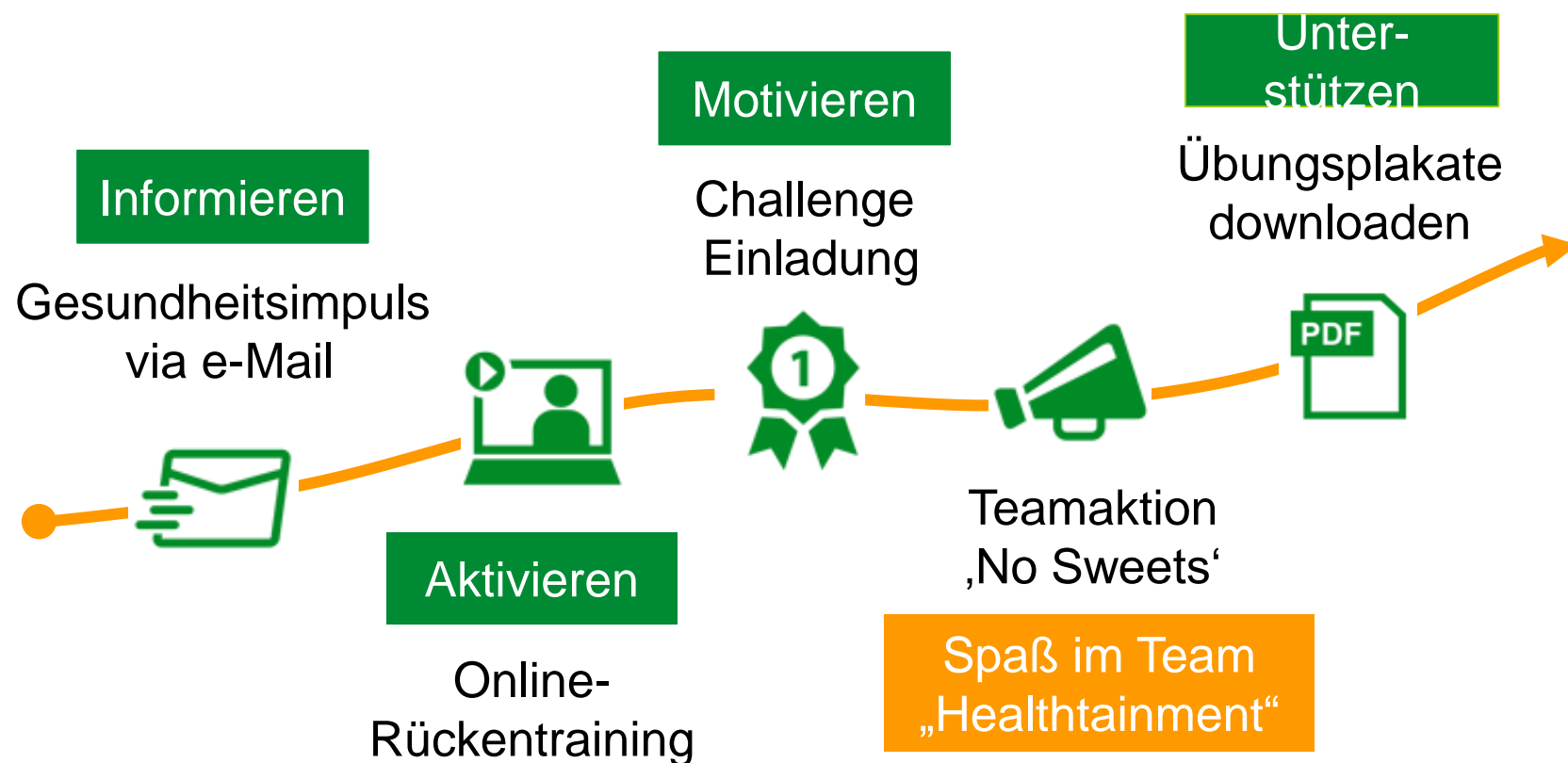


alle **betrieblichen** Gesundheitsthemen



# „AOK bewegt“ kombiniert verschiedene Gesundheitsmaßnahmen in einem Programm

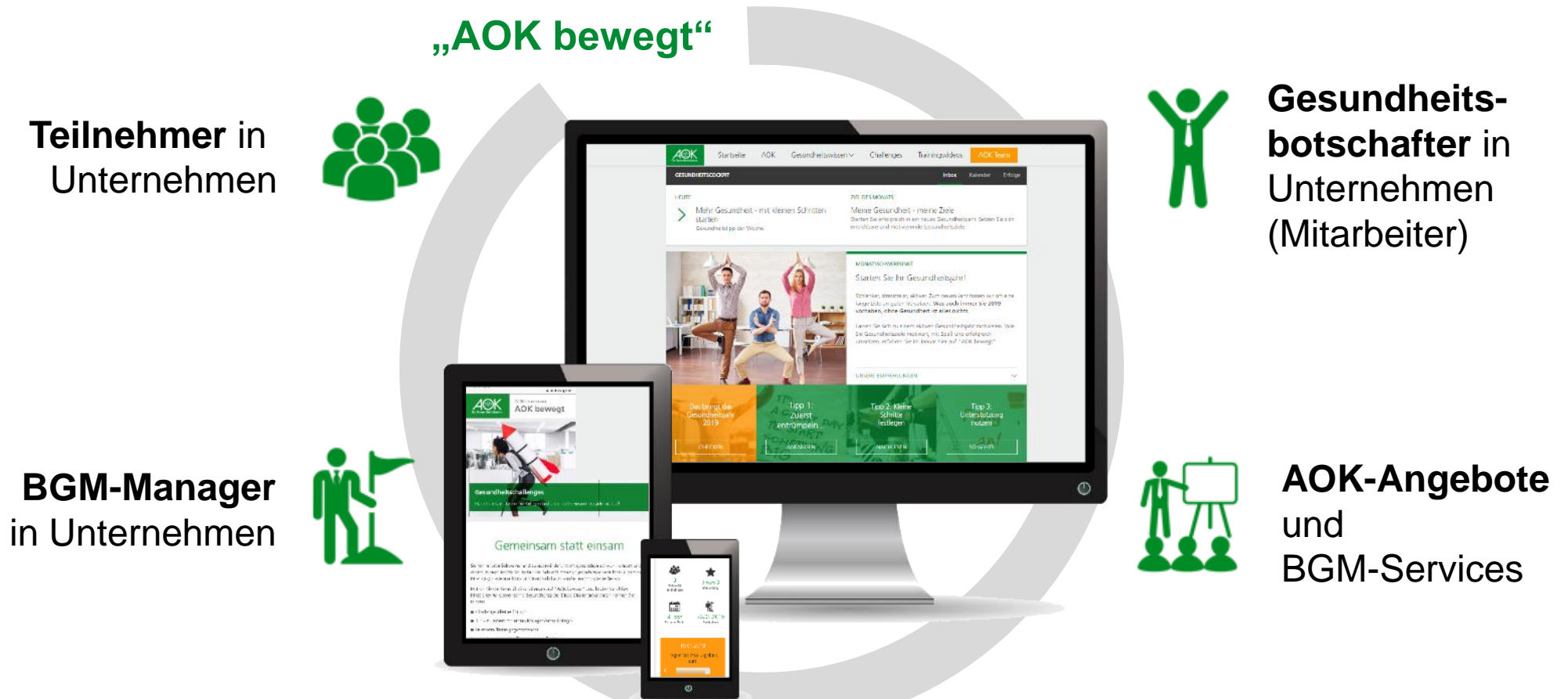
Quiz, PUSH-E-mails, Challenges, e-Learning-Kurse, Aktionen, ... mit einem ganzen Set an Maßnahmen **informieren** > **aktivieren** > **motivieren** > **unterstützen** wir Unternehmen, BGM-Verantwortliche und Mitarbeiter bei Gesundheitszielen im Arbeitsalltag



# Vorteil: „Alle an Bord!“

## BGM mit „AOK bewegt“ – digitales BGM für alle Beteiligten

Eine **digitale Toolbox** unterstützt alle Zielgruppen im Unternehmen, die an Gesundheitszielen arbeiten, und stellt Material, Ideen, BGM-Wissen, etc. digital bereit





# Auf einen Blick: Nutzen für Unternehmen



- ✓ Motivierte und gesündere Mitarbeiter
- ✓ Einfache Anmeldung und Nutzung für die Mitarbeiter
- ✓ Fertiges, sofort einsetzbares Programm mit Inhalten und Aktionen. Einfache und schnelle Unterstützung für die interne Öffentlichkeitsarbeit des Gesundheitsmanagements
- ✓ Kein IT-Aufwand und auch ohne eigenen Ressourceneinsatz nutzbar!
- ✓ Eigene Marke integrieren: Logo, Begrüßungstext, Gesundheits-Twitter, z.B. für Termine

➤ **kontinuierliche Kommunikation ist ein Erfolgsfaktor für BGF und die AOK hilft mir dabei!**



# Auf einen Blick: Nutzen für Beschäftigte

- ✓ Ein breites Themenspektrum mit Inhalten für alle Zielgruppen
- ✓ Auf allen Geräten (PC, Smartphone, Tablet) überall, jederzeit nutzbar
- ✓ Regelmäßige Aktionen halten das Thema „Gesundheit“ lebendig
- ✓ Ein Gesundheitsprogramm, das die persönlichen Ziele unterstützt
- ✓ Die Umsetzung zusammen mit Arbeitskollegen macht Spaß und sorgt für Motivation

➤ **Schritt für Schritt mit Spaß zu mehr Gesundheit**



# Starten – Einführen - Dranbleiben

# Konditionen für unsere Firmenkunden



- Kostenfreie Nutzung von „AOK bewegt“ für alle Teilnehmer
- Lizenzlaufzeit 1 Jahr, Verlängerung möglich
- Mit allen Inhalten, Services und Aktionen
- **Vorteil!** Unternehmen können das Programm damit aufwandsneutral starten und betreiben



Marktwert  
~ 8€ / User / Monat

# „AOK bewegt“ - Vorteile des BGM-Programms auf einen Blick



Digital für alle Unternehmensgrößen, verschiedene Standorte und über alle Geräte (Desktop, Tablet, Smartphone) nutzbar



360° Gesundheitswelt: Ernährung, Bewegung, gesunder Arbeitsplatz, Aktiv gegen Stress  
+ **Link** zu allen AOK-Programmen / Apps



Informieren > aktivieren > motivieren > unterstützen  
vielfältige Gesundheitsformate mit Lerntipps, PUSH E-Mails, Challenges, Online-Kursen, Quiz, Gewinnspielen, Punkteaktionen, ...



Digitale Toolbox für Teilnehmer, BGM-Verantwortliche und firmeneigene Gesundheitsbotschafter



Einfach und schnell starten, flexibel und firmenindividuell erweitern  
Eigenes Logo integrieren und Gesundheits-Twitter nutzen



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

# Die neue Arbeitswelt braucht neue Konzepte

Digitalisierung

Mobilität

Big Data

Ständige Erreichbarkeit

Arbeitszeitveränderungen

Neue Arbeitsformen

Technischer Fortschritt

Flexibilität

Zeitdruck und Arbeitsdichte

Aufgabenvielfalt

demografischer Wandel  
und Fachkräftebedarf

Aufgabenkomplexität



Generation Y

New Work

# Vorteil: Gesundheitswelt 360°

„AOK bewegt“ unterstützt alle wichtigen Gesundheitsfelder



**Jede Woche**

mind. 1 Gesundheitsimpuls



**1 komplettes Jahr**

Gesundheitskommunikation  
mit wechselnden Themenschwerpunkten

Ziele erreichen  
& Motivation

Mehr  
Bewegung

Aktiv  
gegen Stress

Jan

Feb

Mrz

Apr

Mai

Jun

Jul

Aug

Sep

Okt

Gesunde  
Ernährung

Starker Rücken  
& Ergonomie



**65-170**  
Impulse p.a.



# Vorteil: Regelmäßige Kommunikation

## Wöchentliche PUSH E-Mails unterstützen Gesundheitsziele

Jede Woche erhalten die Programmteilnehmer einen **konkreten Gesundheitsimpuls per eMail**.

Das Ziel: Gesundheitsthemen für den Arbeitsalltag erklären

- Umsetzungstipp für den Alltag
- Für Interessierte mit Link zu mehr Informationen im Online-Portal



**Tu was** Umsetzungstipp

Gesunde Ernährung kann ganz einfach sein.  
Machen Sie eine Superfood-Woche!

Checken Sie unsere Liste zu heimischen Superfoods, packen Sie dazu was Ihnen schmeckt und versorgen Sie Ihren Körper eine Woche lang mit richtig toller Nahrung.

Ja Vielleicht Nein

### Gesundheitsimpuls der Woche



#### Superfood besser?

#### Wacht Brainfood schlau?

Wacht Superfood, was es verspricht? Macht Brainfood uns wirklich schlauer? Oder werden von den Ernährungstrends für dumm verkauft? Gleich lesen, was dran ist am Hype um a-Samen, Nüsse und Brokkoli!

[Hier lesen...](#)

# Vorteil: Challenges motivieren

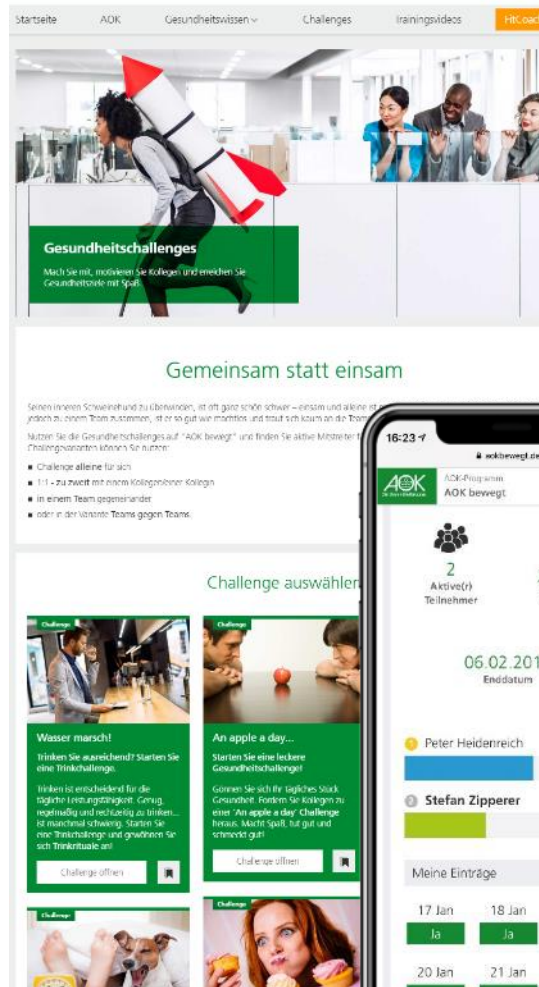
„Na, machst Du mit?“

Mit vorbereiteten Challenges können sich die Teilnehmer und Teams gegenseitig zu unterschiedlichen Gesundheitsaufgaben herausfordern. Challenges aktivieren und stärken den Teamgedanken

Challenge auswählen



Kollegen einladen,  
Teams bilden



Challenge durchführen



Gewinnen,  
Abschluss  
E-Mail