



Der Digitale Gesundheitsmanager

Smarter E-Mail-Coach mit Übungsvideos

Der digitale Gesundheitsmanager ist ein virtueller Gesundheitscoach, der Ihnen im Berufsalltag hilft, Ihre Gesundheit nicht aus dem Blick zu verlieren. Mit einer täglichen E-Mail erinnert er Sie direkt am Arbeitsplatz an Ihre Gesundheit. Für die kleine Dosis Gesundheit bietet er kleine Übungen und Anregungen an, die Sie per Video anschauen und direkt am Arbeitsplatz durchführen können.

Inhalte

- Täglich (Mo - Fr) Gesundheits-erinnerungen per E-Mail
- Anregungen und Impulse durch kleine Übungsvideos
- Hintergrundwissen und nützliche Zusatz-Infos

Nutzen

- Ein modernes Angebot für Ihre Betriebl. Gesundheitsförderung
- Mehr Bewegung und Gesundheitsverhalten im Büro-Alltag
- Großer Erinnerungseffekt durch Kombination von Live-Vortrag und Online-Gesundheits-Coach
- Hintergrundwissen und nützliche Infos zur Gesundheit
- Eine einfache und attraktive BGF-Lösung, mit der mit kleinem Aufwand schon viel erreicht werden kann

Leistungsüberblick:

Digitaler Gesundheitsmanager

- 3-monatiges Abonnement
- Tägliche Gesundheitserinnerung auf Ihre E-Mail-Adresse
- Animierende Übungsvideos, die für mehr Bewegung im Alltag sorgen
- Auswahl aus 7 verschiedenen Trainings-Programmen
- Einfache Registrierung über einen Online-Aktivierungslink

immer inkl.

Auftaktvortrag mit motivierenden und erfrischenden Elementen zur Einführung und zum Kick-Off

www.digitaler-gesundheitsmanager.de

Wir alle verbringen einen großen Teil unserer Zeit an unserem Arbeitsplatz. Was liegt also näher, als dafür zu sorgen, dass Gesundheitsgedanken und Gesundheitstipps direkt dorthin transportiert werden. Auf motivierende und zugleich sehr praktikable Art und Weise werden Ihre Mitarbeiter mit diesem Angebot darin unterstützt, eine tägliche Gesundheitsdosis in den Alltag zu integrieren.