



TheCUBE: App für betriebliches Gesundheitsmanagement

MediExpert, Tochterunternehmen der Gothaer, hat in Zusammenarbeit mit dem Medienhaus wdv-Gruppe ein Produkt für das betriebliche Gesundheitsmanagement (bGM) entwickelt, das es Unternehmen ermöglicht, die Gesundheit ihrer Mitarbeiter nachhaltig zu steigern: „TheCUBE“.

Jeden Tag eine Aufgabe

Nach dem Download der App erscheint ein anonymisierter Eingangsfragebogen. Dort werden Alter, Geschlecht und verschiedene Informationen zum derzeitigen Gesundheitszustand abgefragt, jedoch keine persönlichkeitsbezogenen Daten erhoben.

Der Nutzer würfelt jeden Tag und scannt mit der App das gewürfelte Feld. Daraufhin öffnet sich eine Tagesaufgabe oder praktische Alltagstipps zum jeweiligen Themengebiet: Bei „Gehirnjogging“ beispielsweise ein kleines Quiz oder bei „Rücken“ eine Übung zur Mobilisierung und Stabilisierung der Wirbelsäule. Die Dauer der Aufgaben beträgt jeweils fünf bis zehn Minuten.

Nach 30 Tagen ist die Würfelaktion mit dem Abschlussfragebogen abgeschlossen. Die gewürfelten Inhalte können jedoch danach unbegrenzt im Archiv abgerufen werden.

Der große Vorteil von „TheCUBE“ liegt in der Flexibilität und Dezentralität. Die Anwendung ist durch ihren digitalen Charakter zeit- und ortsunabhängig. Die Benutzung ist

quasi selbst erklärend und es kommen nur wissenschaftlich geprüfte Methoden und Inhalte zum Einsatz

Bild: © WavebreakmediaMicro / fotolia.com

Versicherungs- und Finanznachrichten

expertenReport



<https://www.experten.de/id/4944968/thecube-app-fuer-betriebliches-gesundheitsmanagement/>