



Verspannungen, Rückenschmerzen oder Ermüdung? Nicht mit dem digitalen Gesundheitscoach!

Beschwerden aufgrund langem Sitzen mit unzureichender Ergonomie und Bewegung sind ein großes Thema in unserer Gesellschaft. Viele leiden unter Verspannungen, Rücken-, Nacken- oder Kopfschmerzen. Zudem stehen solch belastende Arbeitsgewohnheiten in Zusammenhang mit schwerwiegenden langfristigen Erkrankungen.

Deshalb haben wir uns mit dem preisgekrönten deutschen Startup Deep Care GmbH zusammengetan, um Ihnen für 6 Wochen einen persönlichen digitalen Gesundheitscoach zur Verfügung zu stellen. Das intelligente und schlanke Device wird einfach auf den Schreibtisch gestellt und los geht's. Fortan erhalten Sie die richtigen Hinweise zur richtigen Zeit, um gesündere Gewohnheiten während der Arbeit zu entwickeln – ganz nebenbei und ohne von der Arbeit abgelenkt zu werden. Weitere Informationen zum Produkt finden Sie unter den folgenden Links:

- [1 min Erklärvideo zum Konzept](#)
- [3 min Erklärvideo zur Nutzung](#)
- [Website der Deep Care GmbH](#)

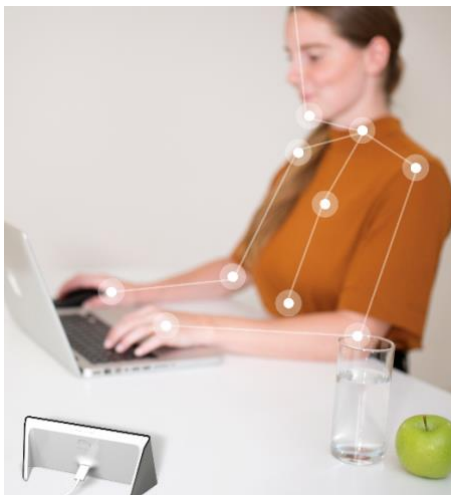


Getestet und für gut befunden

Nach einer vorhergehenden Pilotierung am Institut können wir die Nutzung des digitalen Gesundheitscoach sehr empfehlen!

Was hat uns überzeugt?

- Das personalisierte Coaching auf Basis des Sensors mit folgenden Effekten:
 - Bewusstsein über die eigene Sitzhaltung und Verbesserung der Ergonomie.
 - Durchführung gezielter arbeitsbegleitender Bewegungsübungen.
 - Unterbrechung längerer Sitzzeiten und optimale Stehtischnutzung.
 - Ausreichendes und regelmäßiges Trinken.
- Erlebter Nutzen diverser Testpersonen des MPI-FKF:
 - "Es hilft wirklich!"
 - "Minimalistisch, einfach zu benutzen, schlichte Gestaltung, nicht ablenkend."
 - "Ich wusste immer, dass ich bei der Arbeit schlecht Sitze. Aber jetzt habe ich das tatsächlich endlich verbessert."
 - "Der Haltungs-Detektor ist äußerst nützlich und funktioniert echt gut."
 - "Die Ergonomie-Hinweise sind wahrnehmbar, aber nicht störend."
 - "Es hat meine Körperhaltung und mein Trinkverhalten verbessert. Wirklich toll!"
 - "Ich mag die kurzen Übungen."
 - "Ermöglicht eine gesunde Balance zwischen Arbeit und Bewegung."
- **Datenschutz:** ISA ist offline, speichert keine Langzeitdaten und beinhaltet keine Kamera.
- Der einfache Start in die Nutzung – in die Steckdose einstecken und fertig. Plug and Play!
- Nutzung gleichermaßen im Büro und Homeoffice möglich.



Wie kann ich das Angebot nutzen?

Ihnen entstehen keine Kosten – dies ist ein Angebot Ihres betr. Gesundheitsmanagement

Schritt 1: Buchungsportal öffnen

Link auf das Buchungsportal: <https://booking.deep-care.com/MPI-FKF>

Schritt 2: Gewünschten 6-wöchigen Nutzungszeitraum angeben

Sie können Ihren individuellen 6-wöchigen Nutzungszeitraum zwischen dem 01.10.2022-30.09.2023 frei wählen. Es ist kein Problem, wenn Sie währenddessen einige Tage frei haben oder unterwegs sind.

Schritt 3: Lieferadresse auswählen

Das Gerät wird postalisch an Ihre gewünschte Adresse zugestellt, egal ob im Büro oder Homeoffice. Nach Ablauf des Nutzungszeitraums erhalten Sie ein DHL Retourenlabel für die Rücksendung.

Schritt 4: Alle weiteren Informationen erhalten Sie in einer anschließenden Bestätigungsmail.

