

MEIN RÜCKEN COACH



GESUNDHEIT GEMEINSAM GESTALTEN

Seit über fünfzehn Jahren entwickeln wir Gesundheitsprogramme. Über 17.000 Teilnehmer haben bereits davon profitiert. Unsere Programme helfen, gesund zu werden, sie sind wissenschaftlich basiert und einfach zugänglich.

Stärken auch Sie die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter*. So steigern Sie den Erfolg Ihres Unternehmens. Und Sie überzeugen als attraktiver Arbeitgeber.

Gemeinsam können wir Ihr individuelles Modell für mehr Mitarbeitergesundheit gestalten.



**DAUERHAFT
SCHMERZFREI**

**INDIVIDUELLES
TRAINING**

* Damit Sie den Text besser lesen können, schreiben wir nur in der männlichen Sprachform.
Alle Bezeichnungen gelten gleich für alle Geschlechter.

MEIN RÜCKENCOACH – AUF EINEN BLICK

**GESUNDE
MITARBEITER**

**MEHR PRODUKTIVITÄT
UND ZUFRIEDENHEIT**

**WENIGER
FEHLZEITEN**

Das Programm in Kürze

Das Programm bietet Lösungen für Menschen mit Rückenschmerzen und wird in drei Varianten angeboten.

Zielgruppe

Menschen, deren Alltag in Arbeit oder Freizeit durch Rückenschmerzen beeinträchtigt ist.

Ziel des Programms

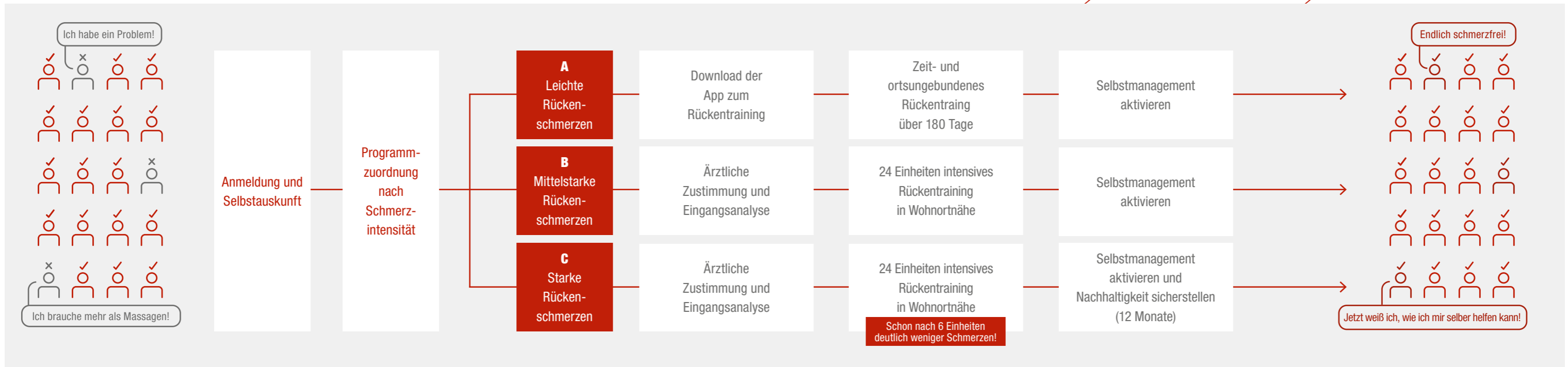
- Schmerzreduktion/-freiheit
- Bewältigung des Alltags
- Nachhaltige Lebensstiländerung

Wer führt das Programm durch?

- kaia health software GmbH
- FPZ plus AG
- Thieme TeleCare GmbH

MEIN RÜCKENCOACH – DAS ERWARTET SIE

Nachhaltige Hilfe für Betroffene und langfristige Wirksamkeit



Ablauf des Programms

- Anmeldung auf www.start-ghs.com
- Selbstauskunft
- Zuordnung ins passende Programm

Programmvarianten

A – Für Patienten mit leichten Rückenschmerzen

Online-Training per App

Die App vereint Bewegung, Entspannung und Wissensvermittlung zu einem ganzheitlichen Therapieprogramm. Der digitale Bewegungscoach bietet individuelle Unterstützung bei der Ausführung der Übungen. Die App kann 180 Tage lang genutzt werden.

B – Für Patienten mit mittelstarken Rückenschmerzen

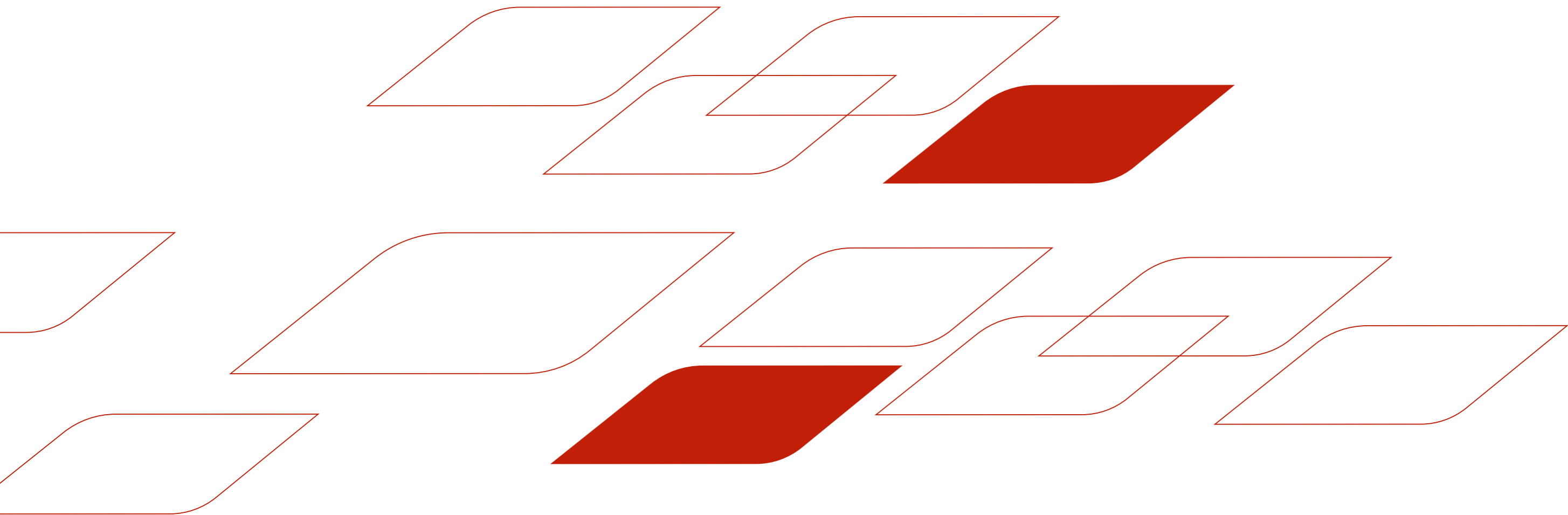
Training im Therapiezentrum

Es werden Kraft und Beweglichkeit der Wirbelsäule erfasst. Basierend auf dieser Analyse wird ein individuelles Training mit bis zu 24 Einheiten erstellt. Das Training findet in einem spezialisierten Therapiezentrum an eigens dafür entwickelten Geräten statt und wird von ausgebildetem Fachpersonal betreut.

C – Für Patienten mit starken Rückenschmerzen

Training im Therapiezentrum mit telefonischem Coaching

Das Training im Therapiezentrum wird durch ein engmaschiges Coaching unterstützt. Die telefonische Begleitung dauert 12 Monate. Themen der Beratung sind Motivation und Wissensvermittlung.



GESUNDHEIT GEMEINSAM GESTALTEN

Generali Health Solutions GmbH, Hansaring 40-50, 50670 Köln
E-Mail: kontakt.ghs@generali.com, Telefon: 0221 1636-5000
www.generalihealthsolutions.de

Folgen Sie uns



www.linkedin.com/company/generali-health-solutions