

## „TheCUBE“: Augmented Reality und Gamification im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Gothaer Allgemeine Versicherung AG in der Gothaer Allee 1 in Köln

© Gothaer

**- Neues Produkt „TheCUBE“ verbindet Online- und Offline-Welt - 30-tägige Maßnahme sensibilisiert für einen aktiven und gesunden Lebensstil - Abwechslungsreiche und motivierende Pause direkt am Arbeitsplatz**

Betriebliches Gesundheitsmanagement (bGM) ist gerade für Unternehmen mit vielen dezentralen Standorten eine enorme Herausforderung. Dabei können Firmen gerade im Kampf um Nachwuchskräfte auf dem Arbeitsmarkt mit einem gut funktionierenden bGM punkten. MediExpert, Tochterunternehmen der Gothaer und Dienstleister für betriebliches Gesundheitsmanagement, hat in Zusammenarbeit mit dem Medienhaus wdv-Gruppe ein Produkt entwickelt, das es Unternehmen leicht, kostengünstig und vor allem auch dezentral ermöglicht, die Gesundheit ihrer Mitarbeiter nachhaltig zu steigern: „TheCUBE“.

### **Zwei Bausteine bilden TheCUBE**

„TheCUBE“ besteht aus zwei Bausteinen. Herzstück ist ein Würfel, auf dem sich sechs Themenfelder befinden: Rücken, Bewegung, Ernährung, Entspannung, Challenges und Gehirnjogging. Der zweite Bestandteil ist eine kostenlose Augmented Reality-App für die Betriebssysteme Android und iOS.

### **Jeden Tag eine fünf- bis zehnminütige Aufgabe**

Die Anwendung von „TheCUBE“ ist denkbar einfach: 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.

Danach kann es direkt losgehen: Der Nutzer würfelt jeden Tag und scannt mit der App das gewürfelte Feld. Daraufhin öffnet sich eine Tagesaufgabe oder praktische Alltags-Tipps zum jeweiligen Themengebiet: Bei „Gehirnjogging“ beispielsweise ein kleines Quiz oder bei „Rücken“ eine Übung zur Mobilisierung und Stabilisierung der Wirbelsäule. „Die Aufgaben dauern jeweils nur fünf bis zehn Minuten und können direkt am Arbeitsplatz erledigt werden“, erklärt MediExpert-Geschäftsführer Joseph Meiser.

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

### **Flexibel, dezentral, wissenschaftlich getestet**

Der große Vorteil von „TheCUBE“ liegt in der Flexibilität und Dezentralität. Die Anwendung ist durch ihren digitalen Charakter zeit- und ortsunabhängig. Ein weiteres Plus: Die Benutzung ist quasi selbst erklärend und es kommen nur wissenschaftlich geprüfte Methoden und Inhalte zum Einsatz. „Außerdem wollen wir durch den spielerischen Würfelansatz Spaß mit dem Thema Gesundheitsbewusstsein verbinden und die Nutzer motivieren, jeden Tag etwas für ihr Wohlbefinden zu tun“, sagt Meiser.

Seit geraumer Zeit kooperieren die Gothaer und MediExpert mit der Krankenkasse KNAPPSCHAFT bei Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung und profitieren dabei auch von finanzieller Unterstützung. Anfang des Jahres wurde „TheCUBE“ daher in einem Pilotprojekt mit mehr als 200 MitarbeiterInnen der Gothaer sowie der Knappschaft Bahn See getestet und evaluiert. „Dort haben wir wertvolles Feedback bekommen und das Produkt noch einmal optimiert“, freut sich Meiser. „Jetzt wollen wir auch weitere Kunden für TheCUBE begeistern.“

**Ihr Ansprechpartner**

Florentin Bub

Presse und Unternehmenskommunikation

Telefon: 0221 308-34532

Telefax: 0221 308-34530

E-Mail: [florentin\\_bub@gothaer.de](mailto:florentin_bub@gothaer.de)