



fit at work

Mit Hilfe von **stresspilot**pro
zu entspannten und
leistungsfähigen
Mitarbeitenden



DER BEWEGUNGSAPPARAT



Analyse der Stressregulationsfähigkeit

Der **stresspilot^{pro}** analysiert den Funktionszustand des vegetativen Nervensystems als übergeordnete Zentrale des Organismus und bietet eine ideale Ausgangsbasis für zielorientiertes Stressmanagement und Stressprävention.

Die individuelle Analyse von Stress sowie der körpereigenen **Stressregulationsfähigkeit** besteht aus einem **einminütigen HRV*-Test** mittels eines optischen Analyseverfahrens über einen Ohrclip, aus welchem Daten zur Herzaktivität gewonnen werden. Diese biologischen Daten werden mit Ergebnissen aus verschiedenen **Fragebögen** kombiniert, um das psychosoziale Umfeld des Probanden zu berücksichtigen.

Die Einzelergebnisse werden in einem **persönlichen Stressradar** zusammengefasst, um auf den ersten Blick eine Beurteilung der persönlichen **Stressbelastung** zu ermöglichen.
Durchführung in Alltagskleidung möglich.

Mit **stresspilot^{pro}**

- HRV*-Analyse in nur einer Minute
- Berücksichtigung psychosozialer Komponenten
- Sofort-Ergebnisse per Email oder QR-Code
- Grundlage für erfolgsorientiertes Stressmanagement
- Zeitaufwand pro Mitarbeitenden: 20 Minuten



*HRV = Herzratenvariabilität



DER BEWEGUNGSAPPARAT

schon gewusst?

Positive Effekte der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)

"Fit im Job - fit für den Erfolg"

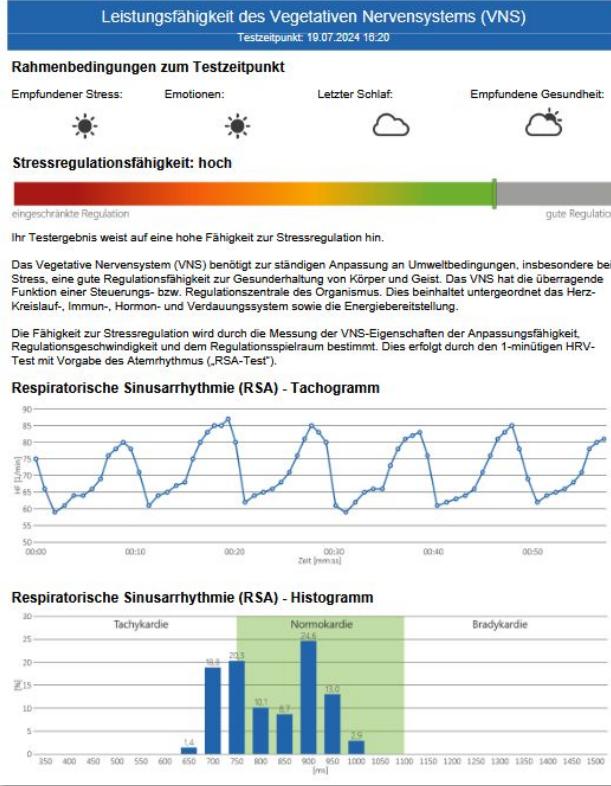
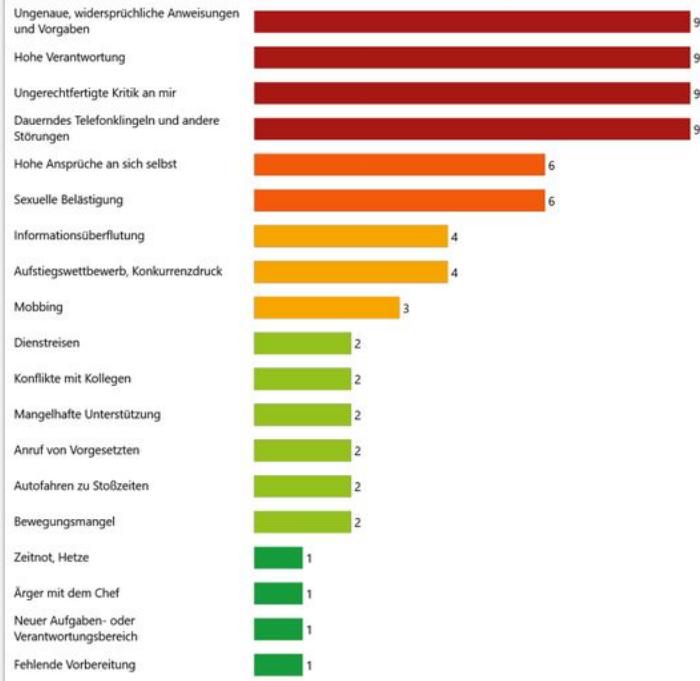
Gesunde und zufriedene Mitarbeiter sind die Basis für wettbewerbsfähige und wettbewerbsstarke Unternehmen.





Person: Trainer Trainer 01.01.1985
Geschlecht: männlich
Alter: 37
Auswertung für den: 21.11.2022

stresspilot^{pro}



Exemplarische Ergebnisdarstellung nach Stressorenanalyse und HRV-Test.

Übrigens: Alle gewonnenen Daten werden per Email oder QR-Code direkt an die Testperson weitergeleitet und datenschutzkonform gespeichert.



DER BEWEGUNGSAPPARAT

Ihre Möglichkeiten zur Umsetzung mit stresspilot^{pro}

● **Gesundheitstag**

Eingangsmessung → gesundheitliche Risiken aufzeigen → Individuelle Übungsempfehlung
→ Workshops zur direkten Umsetzung der gewonnenen Ergebnisse

● **½ Jahresprogramm**

Eingangsmessung → bedarfsgerechte Maßnahmen □ Abschlusstest und Ergebnisanalyse

● **Jahresprogramm**

Eingangsmessung → bedarfsgerechte Maßnahmen → Re-Test und Ergebnisanalyse →
Eigenverantwortungsphase → Abschlusstest

Individuelle Angebote bzgl. Dauer, Inhalt, Zielgruppe gerne auf Anfrage

***Unser qualifiziertes Trainerteam hat langjährige Erfahrung
und ist nach § 20 SGB V zertifiziert.***

Diese o.g. Leistungen sind nach § 3 Nr. 34 EStG steuerfrei.





**Legen Sie
J E T Z T
los!**

Kontaktieren Sie uns noch heute und tun Sie Ihren Mitarbeitenden und Ihrem Unternehmen etwas Gutes!

Gerne beraten wir Sie telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch bei Ihnen vor Ort.

Tilman Siebert

Geschäftsführer

Mobil: 0178/5628393

Mail: t.siebert@der-bewegungsapparat.de

Heike Bleicher

Standortmanagerin Stuttgart

Mobil: 01520/2473381

Mail: h.bleicher@der-bewegungsapparat.de



DER BEWEGUNGSAPPARAT