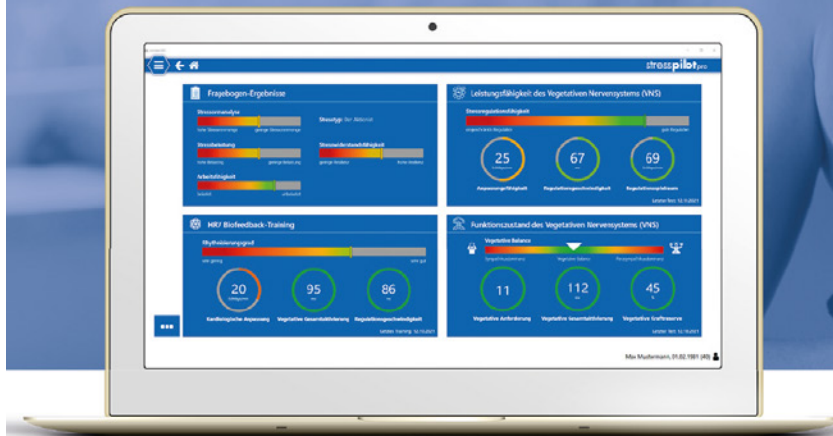


Gut gewappnet gegen Stress?



stresspilot^{pro}



stresspilot_{pro} Stressanalyse

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.



Mit stresspilot_{pro}

- **HRV-Analyse in nur einer Minute**
- **Berücksichtigung psychosozialer Komponenten**
- **Grundlage für erfolgsorientiertes Stressmanagement**
- **Zeitaufwand pro Mitarbeiter: Aktueller Stressstatus: 20 Minuten**
Ausführliche Analyse: 60 Minuten



stresspilot_{pro} Anwendungsmöglichkeiten

Gesundheitstag

- Gesundheits-Check → gesundheitliche Risiken aufzeigen
- Individuelle Übungsempfehlung oder Workshop

½ Jahresprogramm

- Gesundheits-Check → bedarfsgerechte Maßnahmen (Kurse/Workshops)
- Abschluss-Check und Ergebnisanalyse

Jahresprogramm

- Gesundheits-Check → bedarfsgerechte Maßnahmen (Kurse/Workshops)
- Re-Check und Ergebnisanalyse
- Eigenverantwortungsphase
- Abschluss-Check

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



DER BEWEGUNGSAPPARAT



stresspilot_{pro} Antworten auf mögliche Fragen

- In Arbeitskleidung möglich
- Datenschutzkonform
- Anonymisierte Durchführung möglich
- Auswertung für Mitarbeiter als PDF per Mail oder QR-Code
- Gruppenauswertung für Arbeitgeber (anonymisiert) möglich

JETZT Angebot/weitere Informationen anfordern:

07 11/ 94 54 68 26 oder
t.siebert@der-bewegungsapparat.de

