

PROGRAMM STARKER RÜCKEN



Alle Informationen zu unseren Gesundheitsprogrammen und zu uns finden Sie unter
www.generalihelthsolutions.de

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

Ein Gesundheitsprogramm der



ERFOLGSFAKTOR MITARBEITERGESUNDHEIT

Seit über zehn Jahren entwickeln wir Gesundheitsprogramme. Unsere Programme helfen kranken Menschen, 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.

Profitieren Sie vom Erfolgsfaktor Mitarbeitergesundheit.

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

„**STARKER
RÜCKEN**“

50

Prozent weniger
Fehltage



Dauerhaft **schmerzf**rei
durch individuelles, eng
betreutes Training, vor Ort
oder digital per App.
Bei Bedarf **persönliches**
Coaching.

„**STARKER RÜCKEN**“ AUF EINEN BLICK



GESUNDE MITARBEITER

WENIGER FEHLZEITEN

MEHR PRODUKTIVITÄT UND ZUFRIEDENHEIT

Das Programm in Kürze

Das Programm „Starker Rücken“ bietet Lösungen für Menschen mit Rückenschmerzen in unterschiedlichen Schweregraden. Indikatoren sind die Schmerzintensität und das Beeinträchtigungserleben. Das Programm wird in drei Abstufungen angeboten.

Zielgruppe

Menschen, deren Alltag (Arbeit und Freizeit) durch Rückenschmerzen beeinträchtigt ist.

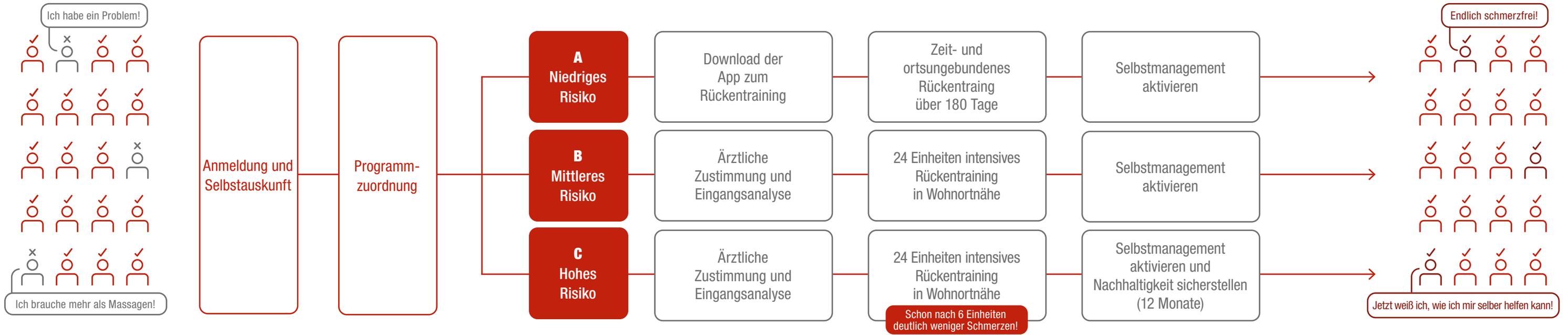
Ziel des Programms

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

Wer führt das Programm durch?

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

SO LÄUFT DAS PROGRAMM „STARKER RÜCKEN“ AB



Ablauf des Programms

- Anmeldung auf www.start-ghs.com
- Selbstauskunft
- Jeder Teilnehmer wird in das für ihn passende Programm geführt. Schmerzintensität und die Schwere der Alltagsbeeinträchtigungen bestimmen das gewählte Programm.

Programmkomponenten

A) Online-Training per App

Für Patienten mit leichten Rückenschmerzen
Das digitale Medizinprodukt der Klasse IIa vereint Bewegung, Entspannung und Wissensinhalte zu einem ganzheitlichen Therapieprogramm. Die patentierte Technologie des Bewegungscoachs bietet individuelle Unterstützung bei der Ausführung der Übungen. Die App kann 180 Tage lang genutzt werden.

B) Training im Therapiezentrum

Für Patienten mit mittelstarken Rückenschmerzen
In einer persönlichen Eingangsanalyse wird an Geräten die Kraft und die Beweglichkeit der Wirbelsäule erfasst. Darauf basierend wird ein individueller Trainingsplan 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) Training im Therapiezentrum mit telefonischem Coaching

Für Patienten mit starken Rückenschmerzen
Das links unter „B“ beschriebene Training wird durch ein engmaschiges Coaching unterstützt. Die telefonische Begleitung dauert 12 Monate. Themen der Beratung sind Motivation, Wissensvermittlung und Kompetenzaufbau.