

#VitalDigital

Genial vitale
Gesundheitsangebote –
Online!



#VitalDigital

an jedem Ort – zu jeder Zeit – an jedem Gerät

- ▶ **Vitale Pause: Genial einfach – einfach genial!**
 - ▶ Kurze, interaktive Übungen für Körper und Geist zur Steigerung von Aufmerksamkeit und Motivation!
- ▶ **Vitalisierende Achtsamkeit und Entspannung**
 - ▶ Kurze Auszeit - Stressregulation durch Achtsamkeits – und Entspannungsübungen
- ▶ **Gesundheitskurse**
 - ▶ Kompakte Trainings zur Steigerung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Entspannung!
- ▶ **Intelligente Impulse und Webinare**
 - ▶ Smarte Kurzvorträge und fundierte Webinare zu aktuellen Gesundheitsthemen.



Vitale Pause® DIGITAL

für Konzentration und Motivation - LIVE oder per Video

- ▶ **Digital:** An jedem Gerät ohne Software-Download
- ▶ **Zu jeder Zeit:** Entweder im Livestream oder per Video-on-Demand
- ▶ **An jedem Ort:** im Homeoffice, im Hotel, am Arbeitsplatz
- ▶ **Konzentration:** innovative Übungen stärken Körper und Geist!
- ▶ **Motivation:** interaktive Kommunikation mit der ganzen Gruppe!
- ▶ **Tipps on Top:** Gesundheitstipps im Live-Chat mit den GEVÖ-Experten



JEDERZEIT
AN JEDEM ORT



22.01.2021

Vitale Pause®

zur Motivation und Vorsorge für Alle...

- ▶ Wissenschaftlich fundierte Übungen durch Fach-Experten im vitalen Livestream*
- ▶ Ohne organisatorischen Aufwand und Zeitverlust - direkt am Arbeitsplatz oder im (Home-) Office!
- ▶ Mittagsloch adé – effektive Steigerung von Aufmerksamkeit und Konzentration.
- ▶ Maximale Motivation in wenigen Minuten.
- ▶ No sports! Aktivierende Übungen für Jedermann ohne Schwitzen.



Alle Zielgruppen!



*Plattform nach Absprache

22.01.2021

Vitale Pause®

Genial einfach – einfach genial



Investition

- ▶ **Vitale Pause® „Digital One“:**
 - ▶ 1 firmeneigener LIVESTREAM-Termin à 15 Minuten pro Woche ab 320,- € pro Monat
 - ▶ interaktive Chat-Möglichkeit für Gesundheitstipps im Livestream
 - ▶ Buchen Sie 3 Monate und profitieren von der Nachhaltigkeit des Angebotes ab 290,- € pro Monat
- ▶ **Vitale Pause® „Digital Plus“:**
 - ▶ 1 firmeneigener LIVESTREAM-Termin à 15 Minuten pro Woche ab 470,- € pro Monat
 - ▶ 4 firmeneigene, aufgezeichnete Video-Trainings pro Monat mit Zugang für jeden Mitarbeiter
 - ▶ interaktive Chat-Möglichkeit für Gesundheitstipps im Livestream
 - ▶ Buchen Sie 3 Monate und profitieren von der Nachhaltigkeit des Angebotes ab 420,- € pro Monat
- ▶ **„#VitalDigital Abo-Stream“: ALLE Angebote – ALLE Videos jederzeit und überall**
 - ▶ Bis 10 Mitarbeiter 100,- € pro Monat
 - ▶ Bis 50 Mitarbeiter 190,- € pro Monat
 - ▶ Ab 50 Mitarbeiter 250,- € pro Monat

Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.

Der betriebseigene Vitale Pause Coach

Vision

Professionelle und ökonomisch
interessante Umsetzung
von
Vitalen Pausen® mit betriebseigenen
Ressourcen.



Vitale Pause von betriebseigenen Coaches

300,- € pro Person

- ▶ 2tägige Multiplikatoren-Schulung in Theorie und Praxis via [ISR-Gesundheitsakademie.de](https://www.isr-gesundheitsakademie.de)
- ▶ Nächste Gelegenheit unter www.isr-gesundheitsakademie.de -> Aus- und Fortbildung
- ▶ Refinanzierung via Krankenkasse nach Rücksprache denkbar

Vitalisierende Achtsamkeit und Entspannung (VAE)

- ▶ ZIEL: Kurze Auszeit zur Stressregulation durch vitale Achtsamkeits – und Entspannungsübungen
- ▶ ZIELGRUPPE: offenes Angebot, speziell auch für Pflegepersonal, Krankenschwestern, Klinikmitarbeiter, Ärzte, pflegende Angehörige
- ▶ UMSETZUNG: entspanntes Zeitmanagement durch digitales on-demand-Angebot
 - ▶ 10 Kurseinheiten à 15 Minuten: 10 vitale Videos für alle Sinne, 10 vitale Audios für entspanntes Zuhören, 10 vitale Alltagstipps (Flyer) (auf Anfrage digital als Livestream möglich)
- ▶ INHALTE:
 1. Problembox: Optimal fokussieren
 2. Achtsamkeitsübungen bzw. Entspannungsübungen (über die „Strategien“ Atem, Muskulatur, fokussierter Bewegungsimpuls, Embodiment)
 3. Der Achtsamkeitsimpuls für den Alltag (ggf. Hausaufgabe (=Nachhaltigkeit))



Investition für 10 KE
1.290,- € zzgl. MwSt.

Gesundheitskurse DIGITAL

Körperliche und mentale Stärke im Kompaktformat - LIVE oder per Video

- ▶ **Digital:** An jedem Gerät ohne Software-Download
- ▶ **Zu jeder Zeit:** Entweder im Livestream oder per Video-on-Demand
- ▶ **An jedem Ort:** zu Hause, im Fitnessraum, im Hotel
- ▶ **Immunsystem:** Nachweislich stärken Muskeln und Sauerstoff unsere Abwehr. Unsere Inputs machen´s möglich!
- ▶ **Aktuelle Themen:** Functional- und Faszientraining, Entspannung, Rücken, Nacken, Cardio, PowerCircle u.v.m.
- ▶ **Personaltraining:** Wohlbefinden ↗ – Schmerzen ↘ - qualifizierte Fachkräfte sorgen für das Erreichen individueller Ziele
- ▶ **Motivation:** interaktive Kommunikation mit der ganzen Gruppe
- ▶ **Tipps on Top:** Gesundheitstipps im Live-Chat mit den GEVÖ-Experten



JEDERZEIT
AN JEDEM ORT



Gesundheitskurse DIGITAL

Körperliche und mentale Stärke im Kompaktformat

Investition

- ▶ **Gesundheitskurs „Digital One“:** ab 750,- €
 - ▶ 10 firmeneigene LIVESTREAM-Termine à 30 Minuten (1x pro Woche)
 - ▶ Chat-Möglichkeit für Gesundheitstipps innerhalb der Kursdauer

- ▶ **Gesundheitskurs „Digital Plus“:** ab 950,- €
 - ▶ 10 firmeneigene LIVESTREAM-Termine à 30 Minuten (1x pro Woche)
 - ▶ 10 firmeneigene Video-Trainings innerhalb der Kursdauer mit Zugang für jeden Mitarbeiter
 - ▶ Chat-Möglichkeit für Gesundheitstipps innerhalb der Kursdauer

- ▶ **„#VitalDigital Abo-Stream“: ALLE Angebote – ALLE Videos jederzeit und überall**
 - ▶ Bis 10 Mitarbeiter 100,- € pro Monat
 - ▶ Bis 50 Mitarbeiter 190,- € pro Monat
 - ▶ Ab 50 Mitarbeiter 250,- € pro Monat

Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.

Gesunde Impulse und Seminare DIGITAL

Intelligente Impulsvorträge und Webinare

„Eine Investition in Wissen bringt noch immer die besten Zinsen.“ Benjamin Franklin

- ▶ **Digital:** interaktiver Livestream an jedem Gerät ohne Software-Download
- ▶ **An jedem Ort:** am Arbeitsplatz, im Hotel, im Homeoffice
- ▶ **Know-How:** Fundiertes Wissen zum optimalen Geist- und Körpermanagement von Fachexperten.
- ▶ **Aktuelle Themen:** Rücken und Nacken/ Ergodynamik im (Home-) Office, Stressmanagement/ Embodiment, Fit im Kopf/ Motivation u.v.m.
- ▶ **Motivation:** interaktive Kommunikation mit der ganzen Gruppe
- ▶ **Tipps on Top:** Gesundheitstipps im Live-Chat mit den GEVÖ-Experten



Gesunde Impulse und Seminare DIGITAL

Intelligente Impulsvorträge und Webinare - LIVE oder per Video

Investition

▶ Impulsvorträge „LIVE“:

- ▶ 1 interaktiver, firmeneigener LIVESTREAM-Termin bis 30 Minuten
- ▶ 1 interaktiver, firmeneigener LIVESTREAM-Termin bis 60 Minuten

ab 190,- €

ab 290,- €

▶ Webinare „LIVE“:

- ▶ 1 interaktiver, firmeneigener LIVESTREAM-Termin bis 4 Stunden
- ▶ 1 interaktiver, firmeneigener LIVESTREAM-Termin bis 8 Stunden

ab 490,- €

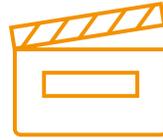
ab 890,- €

Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.

22.01.2021

Genial vitale Shorty's

praktisch, informativ, clever



Gemeinsam zum firmeneigenen Gesundheits-Kanal...

▶ **Vitale, informative Kurzfilme (5 Minuten)** für Ihre Mitarbeiter/innen zu zielgruppenspezifischen Themen:

- | | | |
|----------------|------------------|-------------------------|
| ▪ Vitale Pause | ▪ Achtsamkeit | ▪ Neurofitness |
| ▪ Rücken | ▪ Augen | ▪ Mobilisation |
| ▪ Nacken | ▪ Vitamin „Grün“ | ▪ ErgoVita Office-Tipps |
| ▪ Ernährung | ▪ Entspannung | ▪ u.v.m. |



▶ **Vitaler Shorty inkl. Branding** und individueller Ansprache...

- ▶ per Stream auf Landingpage unter www.vital-digital.de
- ▶ per Videoerwerb für Intranet & Co.

290,- € pro Shorty

390,- € pro Shorty

Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.

#vitalstream – Vitalität per Video-on-demand

Genial einfach – einfach genial

Investition

- ▶ **#vitalstream:** ab 100,- € pro Monat
 - ▶ ALLE vitalen Videos für alle Mitarbeiter/innen - jederzeit und überall in HD-Qualität streamen*
 - ▶ Vitale Pause, Vitaler Rücken, Power Circle, Vitaler Shorty, Vitalisierende Achtsamkeit und Entspannung – wöchentlich neue Impulse zur Vitalität unter www.vital-digital.de
- ▶ **#vitalstream+ - #socialdistancing reduzieren – gemeinsam Bindung stärken:** ab 2,75 € pro Termin pro TN
 - ▶ LIVESTREAM-Termine Vitale Pause - gemeinsam vital und aktiv
 - ▶ inkl. Aufzeichnung und Darstellung unter www.vital-digital.de



*aktuell nur in deutscher Sprache; **Bild-/Tonfreigabe freiwillig
Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.

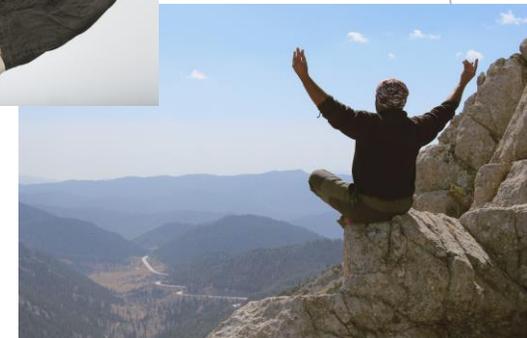
„Digitale Impulse“ für Ihren #vitalstream

Genial vitale, zielgruppenspezifische Impulse (20-30 Minuten)

- ▶ Genial vitale Mischung aus Theorie und Praxis zu ausgewählten Themen im Kompaktformat für größtmögliche Reichweite
- ▶ Mögliche Themen: „Rücken“, „Nacken“, „Schulter“, „Bewegung“, „Stoffwechsel“, „Stress“, „Entspannung“, „Motivation“, „Gehirn“, „Balance“ u.v.m.
- ▶ **Interaktive Impulsvorträge per LIVE-Webinar**
 - ▶ Impulse werden aufgezeichnet – ausschließlich Referent mit Bild und Ton ist zu sehen – Interaktion via Chatfunktion
 - ▶ Aufzeichnung steht im Anschluss in passwortgeschütztem Bereich unter www.vital-digital.de zur Verfügung

190,- € je Vortrag

Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. MwSt.



Kontakt



GEVÖ Gesellschaft für Vitalökonomie mbH

GF: Dr. Petra Mommert-Jauch, Carsten Paetzold

Humboldtstr. 30/32, 70771 Leinfelden-Echterdingen

Tel. 0711 – 50 87 95 25

Mail info@vitaloekonomie.de

Web www.vitaloekonomie.de

© COPYRIGHT

Die Nutzungsrechte der im Rahmen der Präsentation erstellten Arbeiten liegen inhaltlich, zeitlich und örtlich unbeschränkt und ausschließlich bei der Gesellschaft für Vitalökonomie mbH, Humboldtstr. 30/32, 70771 Leinfelden-Echterdingen.

Eine Rechtsübertragung bedarf einer separaten Regelung und ausdrücklicher Genehmigung durch die Gesellschaft für Vitalökonomie mbH.



follow us on instagram
[@vitaloekonomie](https://www.instagram.com/vitaloekonomie)



follow us on facebook
[@vitaloekonomie](https://www.facebook.com/vitaloekonomie)