



Konzept

FIT LIKE A WOLVE

Ein Gesundheitsprojekt des Rostock Seawolves e.V. und der AOK Nordost

1. Einleitung / Bedarf

Gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter stehen mehr denn je im Fokus des unternehmerischen Denkens und Handelns, um den komplexen Anforderungen und Wettbewerbssituationen standhalten. Die hohen Arbeitsunfähigkeitsquoten sind sowohl für das Unternehmen als auch für das Gesundheitssystem alarmierend¹. Neben den krankheitsbedingten Kosten stellen auch die fehlende Motivation und der sogenannte Präsentismus (Mitarbeiter, die trotz Erkrankung am Arbeitsplatz erscheinen) einen enormen Kostenfaktor dar². Eine weitere Herausforderung der heutigen Zeit ist der demografische Wandel, denn durch die Zunahme der Alterung in der Bevölkerung, kommt es zwangsläufig zu einer Abnahme der Erwerbstätigen³. Diese Entwicklung wird zukünftig nicht nur in der gesellschaftspolitischen Entwicklung, sondern auch für Arbeitgeber eine große Herausforderung darstellen.

Um als Unternehmen einen positiven Einfluss auf die Gesundheit der Mitarbeiter nehmen zu können, ist es notwendig, Strukturen zu schaffen, die ein gesundheitsbewusstes Verhalten bei und neben der Arbeit ermöglichen. Das oberste Ziel ist, das Bewusstsein der Mitarbeiter für ihre eigene Gesundheit zu schärfen und Möglichkeiten des Unternehmens zu nutzen.

Die Einführung bzw. Optimierung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements ist daher unumgänglich und in vielen Unternehmen bereits ein fester Bestandteil geworden. Um als Unternehmen erfolgreich zu bleiben, muss die Gesundheit der Mitarbeiter ganzheitlich und nachhaltig betrachtet werden, sodass die Mitarbeiter auch unter anspruchsvollen Bedingungen leistungsfähig und gesund bleiben können.

2. Rostock Seawolves e.V.

Der Rostock Seawolves e.V. ist der größte und erfolgreichste Basketballverein in Mecklenburg-Vorpommern. Durch den Aufstieg der Rostock Seawolves in die 1. Basketball Bundesliga ist ein großer Meilenstein erreicht, der neue Optionen und Potentiale hervorbringt. Neben dem Profibereich bilden auch der Breiten- und Leistungssport feste Säulen des Vereins. Ein besonderer Fokus liegt zudem auf der Nachwuchsförderung. Hierbei werden durch die Projekte 'Wolfis Ballschule' (Kitabereich) und 'Basketball macht Schule' (Schulbereich) eine umfangreiche und zielorientierte Förderung gewährleistet, um jedem Kind das Aufwachsen mit Ball und Bewegung zu ermöglichen.

Der Verein steckt voller Leben und bildet eine feste Größe in der Rostocker Sportwelt. Mit FIT LIKE A WOLVE möchte der Rostock Seawolves e.V. in Zusammenarbeit mit der AOK Nordost

¹ Vgl. Rehadat Statistik, 2021

² Vgl. Haufe, 2020

³ Vgl. Initiative Gesundheit und Arbeit, 2005

langfristig ein Gesundheitsprojekt etablieren und nachhaltig Motivation und Anreize für einen gesunden Lebensstil schaffen.

Die passende FIT LIKE A WOLVE App ist ein digitales Multitalent und bietet Privatpersonen / Mitgliedern des Rostock Seawolves e.V., aber vor allem Rostocker Unternehmen (insbesondere Sponsoren und Partnern) die Möglichkeit, eine Vielzahl von präventiven Maßnahmen an (Sportkurse, Team Challenges, vielfältige Gesundheitstipps für den Alltag), um Gesundheit im Alltag zu integrieren. Schwerpunkte bilden dabei Bewegung, Ernährung und mentale Fitness.

Das bestehende Netzwerk des Vereins birgt dabei ein enormes Potenzial, um FIT LIKE A WOLVE zu verbreiten und in den Unternehmen zu implementieren. Somit kann der Rostock Seawolves e.V. mit Unterstützung der AOK Nordost einen Beitrag zur Fachkräftesicherung leisten. Durch gezielte Maßnahmen zur Gesunderhaltung werden weniger finanzielle und personelle Ressourcen benötigt, als zur Kompensation der Kosten (durch krankheitsbedingte Abwesenheit) hoher Personalfuktuation und Personalgewinnung entstehen⁴.

3. Ziele und Vorteile

3.1 Ziele eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM)

Die Ziele eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) sollten sich immer an den Zielen des Unternehmens orientieren. Es ist daher notwendig, dass die Unternehmensausrichtung, die Zielformulierungen des BGM und die persönlichen Ziele der Mitarbeiter miteinander harmonisieren und nur somit Erfolge für das Unternehmen erbringen können. Das BGM kann positiv auf die betrieblichen Rahmenbedingungen (Verhältnisprävention) und auf den einzelnen Mitarbeiter selbst (Verhaltensprävention) wirken. Die Prozessgrundlage bildet die Formulierung von klaren Zielen gemeinsam mit den Unternehmen und der anschließenden Umsetzung von resultierenden Maßnahmen für die Mitarbeiter.

Im Folgenden werden mögliche Ziele, die mit Hilfe des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) / Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) umsetzbar sind, in weiche und harte Faktoren formuliert⁵:

⁴ Vgl. Haufe, 2021

⁵ Vgl. Haufe

Weiche Zielfaktoren:

- Steigerung der Zufriedenheit und Motivation der Mitarbeiter
- Förderung und Erhaltung der Gesundheit des Mitarbeiters (dabei ist es wichtig, sich präventiv sowohl an gesunde Mitarbeiter zu richten als auch an Mitarbeiter, die nach einer längeren Phase der Arbeitsunfähigkeit wieder Schritt für Schritt in den Arbeitsalltag zurückkehren wollen)
- Identifikation mit dem eigenen Unternehmen
- Verbesserung des Betriebsklimas
- Steigerung der Attraktivität des Arbeitgebers
- Steigerung der Wettbewerbsfähigkeit
- Imagepflege / Reputation

Harte Zielfaktoren:

- Senkung der Kosten
- Senkung des Krankenstandes und des Präsentismus
- Produktivitäts- und Leistungssteigerung

Gesunde Mitarbeiter sind das höchste Gut und ausschlaggebend für den zukünftigen Erfolg eines Unternehmens. Mit Hilfe eines strukturierten BGM und damit verbundenen Maßnahmen über das Projekt FIT LIKE A WOLVE können diese Ziele gemeinsam mit der AOK Nordost als Partner anvisiert werden.

Für die Firmen und den einzelnen Mitarbeiter ergeben sich daraus eine Vielzahl von Vorteilen:

Vorteile für Unternehmen und Mitarbeiter

Unternehmen:

- Gesteigerte Qualität und Produktivität der Mitarbeiter
- Positiven Einfluss auf das Image der Firma
- Mitarbeitergewinnung
- Personalentwicklung
- Ein gesunder Mitarbeiter ist günstiger

Mitarbeiter:

- Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit
- Verbesserte Konzentrationsfähigkeit
- Effektiveres Arbeiten
- Steigerung des Wir-Gefühls im Team (z.B. durch Gruppenkurse)

Vorteile Privatperson / Mitglied

- Sensibilisierung und Möglichkeiten zur Umsetzung eines gesunden Alltags
- All-In-One Lösung (eine Mitgliedschaft beinhaltet die Nutzung aller Maßnahmen des Projekts ohne zusätzliche Kosten)
- Vielfalt an Sport- und Fitness Angeboten
- Flexibilität durch kurzfristiges An- und Abmelden für Sportangebote
- Motivationsgeber (Ansprache vieler verschiedener Motivationstypen)
- Nutzung der Mitgliedsvorteile, wie bspw. Rabatte auf Tickets und im Fanshop, Rabattaktionen bei Partnerfirmen der Rostock Seawolves etc.

3.2 Ziele Rostock Seawolves

- Verbreitung eines gesundheitsbewussten Verhaltens im Alltag
- Neues Produkt – Neue Einnahmequelle
- Mitgliedergewinnung
- Unternehmens Reichweite vergrößern
- Erweiterung der Vereinssparten
- Einzigartiges Leistungsspektrum für Sponsoren
- Image / Reputation
- Vorbildfunktion für Kinder und Jugendliche
- Soziale Verantwortung als Sportverein

4. Zielgruppen

4.1 Unternehmen

Örtliche Begrenzung kurzfristig: Rostock Zentrum

Örtliche Begrenzung langfristig: Rostock Umgebung / evtl. mit Ausweitung in MV

Der Rostock Seawolves e.V. möchte Sponsoren und Partnern, aber auch externen Unternehmen die Möglichkeit bieten, Unterstützung bei der Ein- bzw. Weiterführung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements zu geben. Unabhängig vom aktuellen Stand der BGM-Planung im Unternehmen steht FIT LIKE A WOLVE mit einer individuellen Beratung, einer gemeinsamen Planung und weiterführenden Betreuung zur Seite und unterstützt dabei, das BGM zu optimieren und weitere Vorteile aus der Einführung des BGM zu entwickeln. Das kompakt zusammengestellte Konzept FIT LIKE A WOLVE verfügt über erfrischende und vielseitige Funktionen und nimmt Einfluss auf einen gesunden Lebensstil vor, während und nach der Arbeit. Über eine dazugehörige App werden viele Motivationstypen erreicht und zum Mitmachen animiert.

Um die Herangehensweise zu optimieren und die Unternehmen zielgerichtet anzusprechen, können vier verschiedene Situationen der Zielgruppen formuliert werden:

1. Betriebe mit dem Wunsch, ein Betriebliches Gesundheitsmanagement zu entwickeln, aber keinen personellen und finanziellen Ressourcen dafür aufbringen können.
2. Betriebe, die bereits erste Grundlagen eines BGM geernet haben, aber zur Weiterführung Unterstützung benötigen.
3. Betriebe, die schon über einen längeren Zeitraum ein BGM eingeführt haben, aber nicht die erhofften Resultate erzielen konnten.
4. Betriebe, in denen sich das BGM erfolgreich im Unternehmen etabliert hat und lediglich Unterstützung angeboten wird, um Ideen zu schaffen und auszutauschen und weitere Ressourcen zu nutzen.

Zu jedem Zeitpunkt dieser vier Situationen ist FIT LIKE A WOLVE eine sinnvolle Einbindung in die betriebliche Gesundheitsförderung der Mitarbeiter.

4.2 Einzelpersonen / Mitglieder

Örtliche Begrenzung kurzfristig: Rostock Zentrum

Örtliche Begrenzung langfristig: Rostock Umgebung / evtl. mit Ausweitung in MV

Neben den Unternehmen ist FIT LIKE A WOLVE auch für Einzelpersonen und bereits bestehende Vereinsmitglieder (evtl. Zuzahlung des Mitgliedsbeitrags, je nach aktueller Beitragshöhe) in vollem Umfang nutzbar. Basierend auf den drei Säulen Bewegung, Ernährung und mentale Fitness werden den Interessierten verschiedene Anwendungsbereiche angeboten. Alle Funktionen der App und die vielfältigen Sport- und Fitnessangebote verbessern das Gesundheitsbewusstsein sowie Motivation und Ehrgeiz bei der Umsetzung im Alltag. Durch die Flexibilität in der Nutzung kann FIT LIKE A WOLVE optimal in den Alltag integriert werden und je nach Interessensgebiet zeit- und ortsunabhängig genutzt werden, da die meisten Personen ihr Handy immer und überall dabei haben.

5. Marketing

Gezielte Marketingmaßnahmen und eine öffentliche Wirksamkeit sind notwendig bei der Einführung eines neuen Produktes. Eine große Herausforderung stellt die Kommunikation an den Einzelnen dar, weshalb stetig das Netzwerk der Rostock Seawolves und den zur Verfügung stehenden Kanälen für Werbung genutzt wird.

Im Folgenden sind die bereits umgesetzten Maßnahmen aufgeführt:

Flying Page Ostsee Zeitung

- 01.04.2022
- Projektvorstellung

Roll Up

- Titel des Projektes, Kurzbeschreibung des Inhalts, Vorteile, QR Code zum App Download
- Verwendung z.B. für Heimspiele, Events, Hintergrund bei Videoaufnahmen für die App

Flyer

- 3 verschiedene Flyer: Unternehmen / Mitarbeiter / Einzelpersonen
- Extern Interessierte: Verteilung bei Heimspielen und Veranstaltungen
- Unternehmen: Projektvorstellung FIT LIKE A WOLVE
- Mitarbeiter: Einweisung der Mitarbeiter beim Projektstart

Soziale Medien (Instagram, Facebook, YouTube)

- Ankündigung der Trainer und Kursformate vor dem Projektstart
- Erklärvideo zum Start von FIT LIKE A WOLVE
- Postings zu Kursen und Aktionen (z.B. Kooperation Firmenlauf)
- Instagram Account ab Oktober 2022 geplant
- Regelmäßige Trainingsvideos

Präsenz an Heimspielen in der Stadthalle Rostock

- Interviews am Spieltag
- LED Banden in der Stadthalle am Spieltag
- Leinwand im VIP Bereich
- Monitore in der Stadthalle am Spieltag

Programmheft

- 1 Seite FIT LIKE A WOLVE in jedem Heimspiel Programmheft (seit April 2022)

Website

- Aufführung der wichtigsten Infos zum Projekt (App, Mitgliedschaft, Sportangebote, Challenges, Events, Kontakt)
- Planung Subdomain Ende 2022

Newsletter (Mitglieder, Business)

- Business- und Mitglieds-Newsletter
- Einbindung von relevanten Themen und Ankündigungen

Rostocker Firmenlauf

- Aufruf für einen sechswöchigen Laufkurs mit integrierter App-Nutzung in Vorbereitung auf den Firmenlauf im Juni 2022 über ProEvent / Citylauf e.V.
- Werbung via Aktionstool und Banner auf Website von Pro Event, Social Media (Instagram, Facebook, LinkedIn)

6. Leistungen

Das Ein- und Weiterführen sowie das Optimieren eines betrieblichen Gesundheitsmanagement erfordern einen strukturierten Ablauf sowie das Zusammenwirken verschiedener Komponenten. Um dies zu gewährleisten und zu unterstützen, bietet der Rostock Seawolves e.V. die Umsetzung der Betrieblichen Gesundheitsförderung. Nach einer Zielformulierung und einer individuellen Beratung der Gesundheitsmanagerin des Vereins folgen die konkrete Planung und angepasste Umsetzung von Maßnahmen im Unternehmen (z.B. individuelle Sportkurse direkt im Unternehmen, thematisch angepasste Gesundheitstipps in der App). Als Ergänzung zur Komplettierung eines nachhaltigen Gesundheitsmanagements im Unternehmen kann zusätzlich die Expertise der AOK Nordost in Anspruch genommen werden.

Für Einzelpersonen enthält die FIT LIKE A WOLVE App einheitliche Inhalte und Funktionen sowie die Nutzung von Sportkursen.

6.1 Unternehmen

Im Folgenden wird der Ablauf des Kundenkontakts mit Unternehmen aufgelistet:

1. Akquise / Kontaktaufnahme
2. Terminabsprache
3. Projektvorbereitung und Vorstellung beim Unternehmen / Beratungsgespräch mit Präsentation + anschließend Zusenden von relevanten Inhalten (Flyer, Präsentation)
4. Rücksprache bzgl. Zu- oder Absage und Absprache zur weiteren Planung
5. Erstellen eines Angebots
6. Fragebogen zu Bedarfen (Eckdaten des Betriebs und gewünschte Inhalte)
7. Ggf. Weitervermittlung an die AOK Nordost für die Unterstützung des BGM im Unternehmen als Ergänzung zu FIT LIKE A WOLVE
8. Konkrete inhaltliche Vorbereitung der App Inhalte (Team Challenge/ Gesundheitstipps / ggf. individuelles Sportangebot vor Ort im Unternehmen)
9. Vorstellung / Einweisung bei Mitarbeitern mit firmeninternem Zugang
10. Bereitstellung von Materialien (Aushänge für Sportkurse, Medaillen, Preise)
11. Evaluation der Nutzung mit ggf. Anpassungen in Absprache der Firmen
12. Regelmäßige Rücksprache mit BGM-Beauftragten für zukünftig geplante Inhalte (Postings, Umfragen, Sportangebote, Firmeninterne Termine, weitere Challenge-Jahresplanung)
13. Beratung zu jedem Zeitpunkt der Zusammenarbeit

6.2 Für Einzelpersonen / Mitglieder (Vorgehensweise)

1. Download App auf Mobiltelefon oder Tablet
2. Nutzung der App mit Schnupperkurs kostenlos
3. Ab der Nutzung eines Sportkurses ist eine Seawolves Mitgliedschaft Voraussetzung

Dabei ist ein monatlicher Betrag von 15 € zu leisten. Unabhängig davon, ob es ein bestehendes Mitglied ist oder sich neu anmeldet. Bereits vorher abgeschlossene Mitgliedschaften werden mit verrechnet, sodass nur die Differenz, im Falle eines geringeren Betrags pro Monat, beglichen werden muss.

7. Produkte

1. Variante: App ohne die Nutzung der Sportangebote: 10 € pro Monat (brutto)
2. Variante: App inklusive der Sportangebote: 20 € pro Monat (brutto)

Kündigungsfrist: quartalsweise

Inhalte des Projekts

Mit FIT LIKE A WOLVE wird eine digitale Lösung für eine ganzheitliche Gesundheitsförderung angeboten. Das Medium bildet die gebrandete FIT LIKE A WOLVE App, welche im Google - und Apple Store erhältlich ist. Durch die digitale Nutzung können Inhalte und Funktionen immer und überall verwendet und so optimal in den Alltag integriert werden. Kurz- und langfristig können auf diese Weise große persönliche Veränderungen zu einem gesunden Lebensstil erreicht werden.

Funktionen der FIT LIKE A WOLVE App:

Gesundheitstipps

In regelmäßigen Abständen werden den Nutzern der App Gesundheitstipps zu den Themen Bewegung, Ernährung und mentaler Fitness gegeben. Dies erfolgt in Form von Posting in der App und gleichzeitiger Benachrichtigung per E-Mail. Beispielsweise gibt es jeden Montag einen Beitrag zu den genannten drei Themenschwerpunkten, teilweise wöchentlich aufeinander aufbauend, jeden Mittwoch ein Workout zum Nachmachen und freitags ein Rezept zur gesunden Ernährung.

Tracking

Das Tracken und Eintragen von eigenen gesunden Aktivitäten und Routinen dient der eigenen Motivation und der Visualisierung von geleisteten Maßnahmen im Alltag. Dabei kann man aus über 120 Sportarten (von Gartenarbeit bis Surfen) auswählen und sich Tätigkeiten wie 'Autofrei', 'Treppe statt Fahrstuhl' oder 'Lob aussprechen gegenüber einem Kollegen' in einem Belohnungs- und Punktesystem anrechnen lassen. Pro gesunder Aktivität und gesunder Routine werden sogenannte 'sMiles' gesammelt, die visuell in Form von Grafiken und einem Gesundheitsbarometer (grüner/gelber/roter Bereich) dargestellt sind. Es können zusätzlich eigene realistische Gesundheitsziele und neue Routinen für 14 und 30 Tage gesteckt werden, bei denen täglich eine individuelle Erinnerung in der App erscheint.

Challenges

Teamgeist und das Wecken des eigenen Ehrgeizes bringen Freude und motivieren über den gesamten Tag hinweg. Bei den Team Challenges werden zu unterschiedlichen Mottos (Immunsystem-Challenge, In 30 Tagen durch Rostock Challenge, Nachhaltigkeit Challenge, Advents-Challenge) gesundheitsrelevante Themen spielerisch vermittelt und das ganze Jahr über verschiedene Challenges angeboten. Das Erreichen von Teilzielen wird grafisch dargestellt und häufig mit kleinen Tipps, Tricks oder Preisen belohnt.

Auch kleine 72-Stunden-Challenges 'Catch me if you can' sind eine Möglichkeit, um sich kurzzeitig mit selbst gewählten Teilnehmern zu messen.

In Firmen können die Challenges zum Beispiel abteilungsübergreifend oder in Gruppen, aber auch standortbezogen durchgeführt oder auf bestimmte Aktivitäten eingegrenzt werden. Beim einzelnen Nutzer ohne zugehöriges Unternehmen erfolgten das Punktesammeln und Belohnen immer in der Einzelwertung nach dem Motto "Jeder gegen Jeden".

Sportangebote

Sport- und Fitnesskurse, indoor und outdoor sowie wöchentlich neue Workouts für zuhause und unterwegs zum Nachmachen bilden das Herzstück von FIT LIKE A WOLVE. Mit rund 10-15 Trainern und wechselnden Sportangeboten können alle, die über eine Firmenkooperation oder eine Mitgliedschaft verfügen, teilnehmen. Um regelmäßig neue Impulse zu setzen und auf geringe Kursauslastungen zu reagieren, erfolgt halbjährlich (April-Sept / Okt-März) ein Wechsel der Sportangebote.

Die An- und Abmeldung zu den Sportkursen erfolgt über die App, einschließlich Erinnerungsmail einen Tag vorher.



Saisonübersicht März - Oktober

Montag

18:30-19:30	Fatburner	Kanufreunde / Holzhalbinsel
19:30-20:30	Yogilates	Kanufreunde / Holzhalbinsel
20:00-22:00	Basketball	OSPA Arena Rostock
20:00-21:00	Aqua Fit	Neptun Schwimmhalle

Dienstag

7:30-8:30	Morgen Yoga	Fitnessraum Am Waldessaum
-----------	-------------	---------------------------

Mittwoch

8:00-9:00	Rücken Fit <small>Outdoor</small>	Warnowhotel <small>(Wiese davor)</small>
17:00-18:00	Lauftreff	Geschäftsstelle <small>(Rostock Seawolves)</small>
18:30-19:30	Mobility	Kanufreunde/Holzhalbinsel

Donnerstag

17:30-18:30	Meditation	Geschäftsstelle <small>(Rostock Seawolves)</small>
18:00-19:30	SUP Yoga <small>(Juli+August)</small>	Warnow /Holzhalbinsel <small>(DoYours)</small>

Weitere Sportformate: Beachvolleyball, SUP, Functional Fitness, Rudelwandern

Abb.: Übersicht der Sportangebote im Zeitraum von März bis Oktober 2022.

8. Räumlichkeiten/Sportstätten

Zeitraum März bis Oktober 2022

- Waldessaum / Universität Rostock: Nutzung eines Sportraums für ein Sportformat pro Woche (je 1 Stunde)
- Neptun Schwimmhalle / Hochschulsport der Universität Rostock und Stadtsportbund: Nutzung eines Schwimmbereichs zu einer Trainingszeit pro Woche (je eine Stunde)
- Sport- und Fitnessräume / Kanufreunde Greif e.V.: Nutzung von zwei verschiedenen Sporträumen für vier Sportformate (je eine Stunde) pro Woche
- OSPA Arena / WIRO: Nutzung der Halle für ein Sportformat (je zwei Stunden) pro Woche

9. Personal

Projektleitung: Josephine Zädow

Referenzen:

- Betriebliche Gesundheitsmanagerin
- B.A. Sporttherapie und Prävention
- Staatlich anerkannte Physiotherapeutin
- Lizenzierte Trainerin für präventiven Gesundheitssport und verschiedene Fitnesskursformate

Trainer und Trainerinnen / Expertenteam:

André Leddermann	Yogilates, Fatburner
Danny Zoske	Mobility
Felix Fechner	Rudelwandern
Maxi Heller	Yoga (für Erwachsene und Kinder)
Kathrin Engfer	Yoga
Florian Feist	Funktionelles Training
Martin Schütt	Lauftraining
Diedrich Schultz	Basketball Training
Herbert Rudzinski	Meditation und Achtsamkeitstraining
Gerd Möller	Aqua Fitness
Josephine Zädow	Rücken Fit

10. Abschluss

In unserer heutigen Gesellschaft sind gezielte Förderung und Prävention für die Gesundheit in jedem Lebensalter von Bedeutung, um mit einer hohen Lebensqualität gesund aufzuwachsen und älter zu werden.

Gesundheitsförderung konzentriert sich auf die Ressourcen und Fähigkeiten von Mitarbeitern und zielt darauf ab, die gesundheitsgefährdenden Faktoren abzubauen und gesundheitsfördernde Faktoren zu entwickeln und zu fördern. Davon profitieren sowohl der Arbeitnehmer als auch der Arbeitgeber bzw. die Zielgruppe der einzelnen Mitglieder und Privatpersonen.

Trotz des Bewusstseins für die Notwendigkeit der körperlichen und geistigen Gesundheitsförderung gestaltet sich die Umsetzung bei Privatpersonen und Unternehmen noch als schwierig. Daher macht es sich FIT LIKE A WOLVE zur Aufgabe, die unterschiedlichen Zielgruppen gezielt anzusprechen und die unterschiedlichen Motivationen und Entscheidungsprozesse zu berücksichtigen. Es wird wichtig sein, das Alleinstellungsmerkmal herauszustellen und das Vertrauen der entscheidenden Personen zu gewinnen. Ein nachhaltiges und ausdauerndes Marketing trägt hierzu bei. Hinsichtlich des Vertrauens wird es wichtig sein, möglichst viele Menschen und Mitarbeiter an FIT LIKE A WOLVE heranzuführen. Es wird nicht genügen, primär über Schmerz- und Schadensszenarien Interesse zu wecken, sondern durch positives Feedback aktiver Nutzer. Zukünftige Preis- und Vertragsmodelle werden noch stärker auf mögliche Hemmschwellen in der Entscheidungsfindung Rücksicht nehmen.

Ein großer Fokus soll vor allem auf der Weiterentwicklung und der Qualität der Angebote liegen, die wir stetig vorantreiben werden. Dazu gehören u.a. eine überdurchschnittlich gute User Experience für die Verwendung der App und des Onboardings sowie eine starke Administration.

Darüber hinaus gilt, das Potential der Mitgliedschaft im Rostock Seawolves e.V. stärker in den Fokus zu rücken. Hier können Prozess-Synergien und Mehrwerte geschaffen werden, anstatt unterschiedliche Vertriebs- und CRM-Prozesse parallel und unabhängig voneinander zu betreiben.

Für diese Weiterentwicklung benötigen wir weiterhin einen starken Partner.

Der Rostock Seawolves e.V. und die AOK Nordost verfolgen gemeinsam das Ziel, Menschen dabei zu unterstützen, gesund zu leben und für gesundheitsrelevante Themen wie Ernährung, Bewegung und mentale Fitness zu sensibilisieren. Mit dem Gesundheitsprojekt FIT LIKE A WOLVE möchte der Verein digitale Anreize schaffen und die Off- und Online-Welt verbinden. Jeder Teilnehmer hat damit die Möglichkeit, durch die verschiedenen Funktionen der FIT LIKE WOLVE App die für ihn motivierenden Inhalte und Sportangebote in den eigenen Alltag zu integrieren.



Josephine Zadow
Projektleiterin FIT LIKE A WOLVE

„Mit Teamgeist, Leidenschaft und voller Tatendrang freuen wir uns auf einen gemeinsamen Weg in eine gesunde Zukunft!“

11. Quellenverzeichnis

- 1) Rehadat Statistik (2021): Fehlzeiten Report,
<https://www.rehadat-statistik.de/statistiken/leistungen/krankenkassen/fehlzeiten-report/>
(02.10.2022).
- 2) Haufe (2020): Präsentismus,
https://www.haufe.de/arbeitschutz/gesundheit-umwelt/praesentismus-krank-und-trotzdem-bei-der-arbeit_94_431268.html (02.10.2022).
- 3) Initiative Gesundheit und Arbeit (2005): Die Bedeutung des demografischen Wandels für betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention,
https://www.dnbgf.de/fileadmin/downloads/materialien/dateien/Die_Bedeutung_des_demografischen_Wandels_fuer_betriebliche_Gesundheitsfoerderung_und_Praevention.pdf (03.10.2022).
- 4) Haufe Akademie (2021): Gesunde Mitarbeiter kosten Geld - kranke Mitarbeiter:innen ein Vermögen,
<https://www.haufe-akademie.de/blog/themen/gesundheit/gesunde-ma-kosten-geld-krank-ma-ein-vermoegen/> (03.10.2022).
- 5) Haufe (o.S.): Erfolge im betrieblichen Gesundheitsmanagement messbar machen / 7 weiche Faktoren,
https://www.haufe.de/personal/haufe-personal-office-platin/erfolge-im-betrieblichen-gesundheitsmanagement-messbar-m-7-weiche-faktoren_idesk_PI42323_HI3591403.html
(05.10.2022).