



Movevo bringt mehr Bewegung für Jung und Alt

Wie könnte innovative Gesundheitsförderung aussehen? Das Start-up Movevo hat die Antwort und zeigt, wie Apps dabei unterstützen können.

Ein nagelneues Start-up mit dem Namen Movevo will mehr Bewegung in den Alltag der Menschen bringen. Daher auch der Slogan „Ready to move“. Nun wurde eine App für Betriebe entwickelt, welche die betriebliche Gesundheitsförderung auf ein neues Level bringen soll. „Betriebliche Gesundheitsförderung klingt mittlerweile etwas verstaubt. Mit der App helfen wir Arbeitnehmern, Bewegung spielerisch in ihren Alltag zu integrieren“, erzählt CEO Michael Omann aus Villach.

Emotion, Teamdynamik, Spaß

Dass dies immens wichtig ist, bestätigen Studien. So kosten Krankenstände und unmotivierte Anwesenheit von Mitarbeitern

einem Betrieb mit etwa 1.000 Mitarbeitern jährlich sechs Millionen Euro. Immer wichtiger wird in Unternehmen auch das Thema Mitarbeiter-Bindung.

Die App vereint diese beiden Themen, sie ist im Corporate Design des jeweiligen Betriebes gestaltbar. „Es geht um einen spielerischen und sanften Einstieg für Mitarbeiter in das Thema Gesundheit. Durch Mehrtages- und Tages-Challenges werden sie durch Emotion, Teamdynamik und Spaß zu mehr Bewegung motiviert“, erklärt Omann.

Alleine oder im Team

Auf der einen Seite bietet die App also Tages-Challenges. Das sind Aufgaben wie „Stiegensteigen statt Lift“ oder einzelne

Übungen, erklärt mit Mitmach-Videos. Die App liefert aber auch Informationen dazu, was die Übungen bewirken. Absolviert man die Tages-Challenge, so sammelt man Punkte.

Auch für die Mehrtages-Challenges gibt es Punkte. Hierbei sollen vor allem Routinen erarbeitet werden. Beispiele wären tägliches Zähneputzen in der tiefen Hocke, 20 Tage Zucker-Verzicht oder zehn Tage lang mehr schlafen.

Alle Challenges kann man alleine oder im Team mit Arbeitskollegen absolvieren. „So können etwa Abteilungen untereinander wetteifern. Vom Unternehmen können für erreichte Punkte Anreize wie Rabatte und Goodies gesetzt werden“, verrät der CEO.

← Movevo-CEO Michael Omann

↘ Die neue Movevo-App für Betriebe ist ein neuer Ansatz der betrieblichen Gesundheitsförderung.

➤ Im Team mit Kollegen macht Bewegung gleich noch mehr Spaß!

© Martin Hofmann

Experten-Wissen

In der App enthalten ist auch ein Nachschlagewerk mit Beiträgen von Experten aus den Bereichen Medizin, Ernährung, Bewegung oder Psychologie. Ein eigener News-Feed hilft den Unternehmen bei der Verbreitung von wichtigen (Gesundheits-)Neuigkeiten – inklusive Push-Funktion. Wann ist etwa der nächste firmeninterne Gesundheitstag geplant? Oder: Welches gesunde Menü gibt es diese Woche in der Firmenkantine?

Erste Kunden an Bord

Ganz wichtig: Daten, die das Unternehmen durch die Nutzung der App von seinen Mitarbeitern erhält, sind anonymisiert. Und die App ist auf Bedürfnisse und Belastungsprofile des App-Nutzers abgestimmt. Also ist sie für jedermann geeignet. Omann dazu: „Supersportler wollen wir nicht ansprechen, sondern Einsteiger.“

Erste Kunden gibt es für Movevo schon. Für Mitarbeiter-Gesundheit wollen sich etwa die Fachhochschule Kärnten oder die Stadt Villach einsetzen. Basierend auf das Feedback der Nutzer wird die App laufend verbessert und neue Features integriert.

Und noch etwas sollten Unternehmer wissen: Für jene, die sich für betriebliche Gesundheitsförderung und damit für die

App interessieren, gibt es die Möglichkeit von attraktiven Förderungen.

Bewegungs-Schatzsuche

Movevo will aber nicht nur zur Gesundheit von Arbeitnehmern beitragen, sondern setzt schon viel früher an. Im Herbst 2021 soll „movevo4kids“ starten. Hierbei handelt es sich um eine App, die sich an Lehrer (Volksschule) richtet. Angeboten werden Videos zum Mitmachen und bewegte Lernspiele, die man als Pädagoge in den „normalen“ Unterricht einbauen kann. Die Schulklasse begibt sich mit der App auf eine spannende und fächerübergreifende Bewegungs-Schatzsuche durch unterschiedliche heimische Welten.

Crowdfunding

Derzeit läuft eine Crowdfunding-Kampagne (bis Ende Juni), um einen Start im Herbst sicherzustellen. Eine Förderzusage durch die österreichische Forschungsförderungsgesellschaft (FFG) ist Movevo schon sicher, offen sind noch rund 30.000 Euro, die zum Teil über Crowdfunding aufgebracht werden sollen. „Mit unserer Crowdfunding-Kampagne richten wir uns an alle, denen eine bewegte Zukunft unserer Kinder wichtig ist: Bewegungsbegeisterte Eltern und Elternvereine, engagierte Pädagogen und Unternehmen,

die ein Zeichen für mehr Bewegung setzen möchten.“ Unterstützer der Kampagne ermöglichen dem Movevo-Team die Produktion von Video-Material für die App.

Unternehmen wiederum haben die Möglichkeit, Bewegungspatenschaften für Schulen zu übernehmen. Sie sind dann als Sponsoring-Partner in der App und in der medialen Berichterstattung dabei.

Denn: „Bewegungsmangel und die daraus folgenden Konsequenzen sind mittlerweile ein gesamtgesellschaftliches Problem. Hier möchten wir mit ‚movevo4kids‘ ein Umdenken anstoßen und unseren Kindern eine bewegte Zukunft geben!“

Movevo

Das Movevo-Team:

- CEO Michael Omann
- COO Marion Kanalz
- Johann Brandauer (IT & App-Entwicklung)
- Thomas Brandauer (IT & App-Entwicklung)
- Robert Nagel (UI/UX Design)

Movevo für Betriebe: www.movevo.app

Movevo für Schulen:
www.movevo4kids.com

Crowdfunding-Kampagne:
www.startnext.com/movevo4kids