

---

## Presseinformation

Potsdam/Berlin, 21.09.2020

Pressestelle: **Gisela Köhler**  
Tel.: 0331/64 63 160  
Fax: 0331/64 63 358  
E-mail: [gisela.koehler@ikkbb.de](mailto:gisela.koehler@ikkbb.de)

### **Betriebliche Gesundheitsförderung? Das geht doch auch online!** IKK BB, Moove GmbH und Innung bieten BGF-Seminar für Berliner Elektro-Azubis an

- **IKK BB, die Moove GmbH und die Elektrogemeinschaft Berlin kooperieren digital**
- **Klassische BGF-Themen (auch) für Azubis: Bewegung, Ernährung, Entspannung, Sucht**
- **Nachhaltige Ergebnisse durch sechs Wochen digitale Nachbetreuung per Smartphone**

(Potsdam, 21.09.2020) In Kooperation mit der Elektrogemeinschaft Berlin bieten die Innungskrankenkasse Brandenburg und Berlin (IKK BB) und Gesundheitsdienstleister Moove GmbH in Berlin erstmals ein praxisnahes Online-Seminar zu Themen der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) für junge Elektro-Azubis an.

#### **Digital statt frontal**

Azubis der Lehrjahre 1-3 der Elektrogemeinschaft Berlin wählen zwischen zwei Terminangeboten, am 22.09. oder am 23.09.. Sie „treffen“ an den Bildschirmen ihrer Wahl zusammen. Per Online-Seminar lernen sie digital die Hauptthemen der betrieblichen Gesundheitsförderung kennen – und hoffentlich auch zu schätzen: In drei Einheiten à zwei Stunden geht es um die Klassiker Bewegung, Ernährung, Entspannung und Sucht, von professionellen Coaches altersgerecht aufbereitet und attraktiv für eine junge Zielgruppe „verpackt“. Ziel ist es, Tipps für sinnvolle Erleichterungen im Arbeitsalltag zu vermitteln, z.B. richtiges Heben und Tragen, gesunde Ernährung in Pausen, Entspannungsübungen bei Hektik und Stress sowie Wissen über die Risiken verbreiteter Suchtmittel.

#### **Sechs Wochen Nachbetreuung**

Der Clou des von Moove erdachten Seminar-Konzepts ist nicht die einmalige Teilnahme im Web allein. Vielmehr setzt man bei der IKK BB-Prävention und beim beauftragten Gesundheitsdienstleister auf einen nachhaltigen Eindruck: Nach Abschluss der Seminare startet eine gezielte 6-wöchige Nachbetreuung per WhatsApp-Gruppe, der sich die Teilnehmenden freiwillig anschließen können. Dort erhalten die Jugendlichen in einzelnen Push-Nachrichten regelmäßig Tipps zum gesunden Arbeiten im Alltag, z.B. als Meldung, kurzer Video- oder Audio-clip oder auch als zu lösende Aufgabe (Challenge).

#### **Neues Medium für mehr Azubis?**

Die IKK BB sieht die Kooperation mit der Elektrogemeinschaft Berlin als Pilotprojekt. Bei Erfolg und positivem Feedback von den Azubis und ihren Betrieben gibt es Möglichkeiten, das digitale Angebot auch auf Azubis anderer Handwerksberufe auszuweiten.

Für weitere Informationen stehen wir gern zur Verfügung. Diese Presseinformation finden Sie auch im Internet unter [www.ikkbb.de](http://www.ikkbb.de)

Die IKK BB betreut als die regionale gesetzliche Innungskrankenkasse für Brandenburg und Berlin mit 526 Mitarbeitenden derzeit 235.288 Versicherte und über 41.000 Arbeitgeber. (Stand: KM 1-Statistik vom 01.09.2020)