



# wellworkers

by widecare

Mit der Erfahrung von  
über 40.000 betreuten  
Teilnehmenden

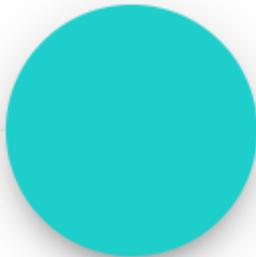
be well  
work well

## Bedarfsorientierte Betriebliche Gesundheitsförderung

Damit Leistungen dort ankommen, wo sie benötigt werden, haben wir uns darauf spezialisiert, die wichtigsten Themenfelder der Gesundheitsförderung als moderne, digitale Lösungen bereitzustellen.

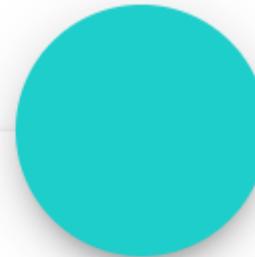
### Individuell – Persönlich – Ergebnisorientiert

Unsere medizinischen Fachkräfte verfügen über umfangreiche Erfahrungen in Therapie & Prävention durch die Betreuung von tausenden von Teilnehmenden.



### Gemeinsame Ziele

Erfolgsorientierte Gesundheitsförderung, flexibel und ohne Investitionsrisiko.



### Unser Ansatz

Bedarfsorientierte Gesundheitsförderung, die dort ankommt wo sie gebraucht wird.



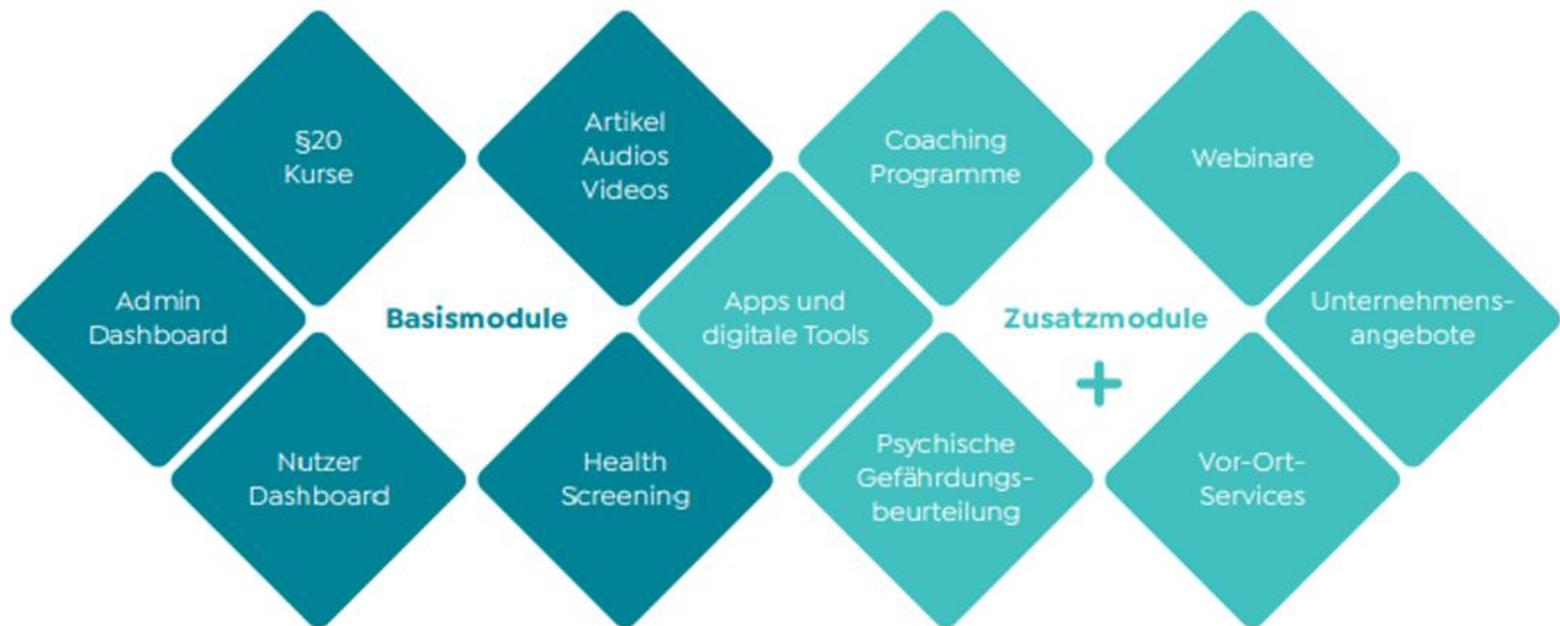
Die Plattform

**well-workers.de**

## **Eine Plattform – Alle Möglichkeiten**

well-workers.de ist eine von uns speziell entwickelte Gesundheitsplattform und eine moderne, digitale Lösung für individuelle und betriebliche Gesundheitsförderung.

- Health-Selbst-Check
- Übungsblätter
- Text-, Audio- & Videodateien
- §20-Präventionskurse
- Persönliche Übersicht (Dashboard)
- Unternehmensübersicht (Statistik)
- Coachings buchen
- 48h EKG-Health-Check buchen



### Webinare, Infos und Übungen

Kurze Lerneinheiten, Übungsblätter, Webinare und weiterführende Informationen zu verschiedenen Themen rund um die mentale Gesundheit.



### Gesundheitscheck

Schaffe dir einen Überblick über deine aktuelle allgemeine Situation. Beantworte einfach einige Fragen und erhalte deinen persönlichen Gesundheitsreport.



### §20 Präventionskurse

Hier findest du von den gesetzlichen Krankenkassen geförderte Präventionskurse zu verschiedenen Schwerpunkten wie Stressprävention, Ernährung oder Bewegung.



### Persönliches Coaching

Egal ob zuhause, in deiner Mittagspause oder auf der Fahrt zur Arbeit – Unsere Coachings finden per Telefon oder Videotelefonie statt und sind so vollkommen ortsunabhängig.

# Echter Mehrwert für Unternehmen und Mitarbeitende

## Persönliches Dashboard

Egal ob Gesundheitscreening oder Unternehmensbefragung, hier findest Du das richtige Tool.

## Individuelle Betreuung

Vom Roll-Out bis zum Reporting, Deine Ansprechpartner\*innen sind für Dich da und klären offene Fragen.

## Einfache Umsetzung

Mitarbeiter\*innengesundheit fördern ohne großen Aufwand und Ressourceneinsatz.

## Alles aus einer Hand

Entdecke passgenaue Lösungen für Dich, Dein Unternehmen und Deine Mitarbeiter\*innen.

# well-workers.de

- Dashboard mit Reportings
- Screenings für Mitarbeitende
- Audio- und Videoinhalte
- Trainings und Workouts
- Integration eigener BGM Angebote
- Personalisierte Dokumente
- Psychische Gefährdungsbeurteilung
- Health Check für Mitarbeitende
- Persönliches Coaching & Gesundheitsberatung
- Abrechnung nach Nutzung

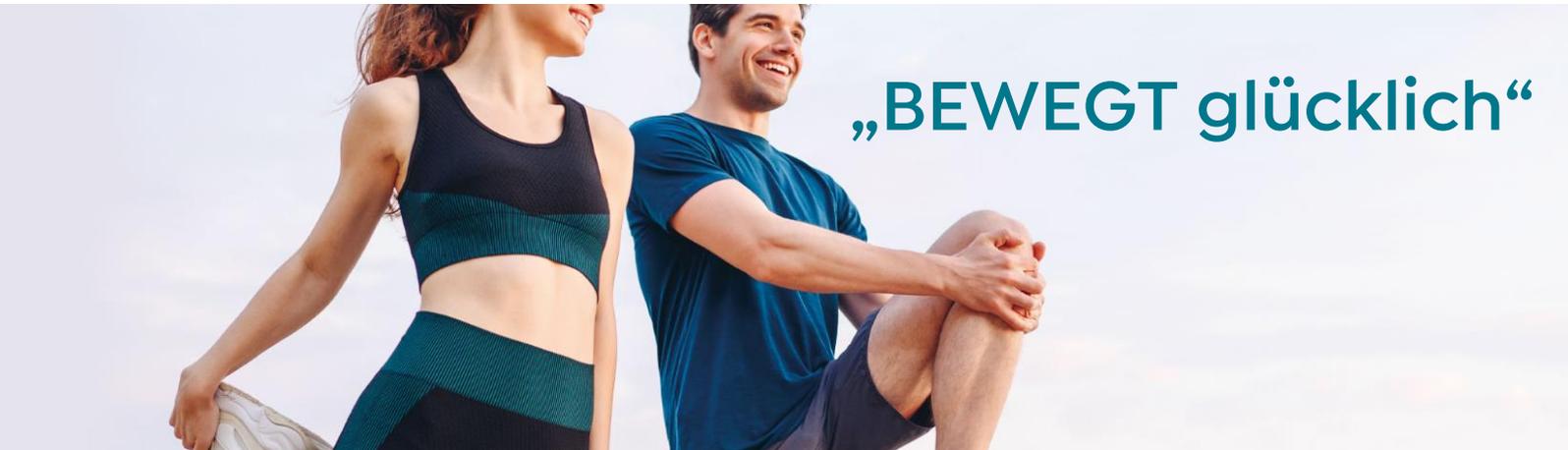
well-workers.de





## „Gut SCHLAFEN“

Du hast Probleme ein- und durchzuschlafen? Damit bist Du nicht allein. Die Anzahl der Menschen mit Schlafproblemen nimmt deutlich zu. Viele von uns liegen nachts wach, weil sich das Gedankenkarussell unaufhaltsam dreht. Dabei wissen wir, dass sich schlechter oder zu wenig Schlaf über einen längeren Zeitraum negativ auf unseren gesamten Organismus auswirkt. Unser professionelles Schlafcoaching unterstützt Dich dabei, wieder regelmäßigen und ausreichend Schlaf zu finden.



## „BEWEGT glücklich“

Welches Gesundheitsziel Du auch verfolgst, Bewegung ist eine wahre Wunderwaffe. Dabei musst Du keine Höchstleistungen vollbringen: regelmäßige Bewegung hat einen positiven Einfluss auf Körper und Psyche. Ob Du Dich fitter oder ausgeglichener fühlen möchtest, oder an Deinen Rücken- oder Gelenkschmerzen arbeiten möchtest: unser Bewegungskoching unterstützt Dich bei Deinen Zielen. Mit individuellen Übungen und Trainingsprogrammen, kannst Du mit Deinem/Deiner persönlichen Gesundheitsmanager:in an Deiner Fitness und Beweglichkeit arbeiten. Ganz in Deinem Tempo und orientiert an Deinem Leistungsniveau.

A man with a beard and blue sweater is smiling at a woman whose profile is visible on the left. They appear to be in a professional or therapeutic setting.

## „MENTAL stark“

Du fühlst dich immer mehr gestresst und hast das Gefühl, alles wird Dir zu viel? Du leidest an Ängsten, Panikattacken oder Depressionen? Unsere auf Dich abgestimmten Programme mit verhaltenstherapeutischem und systemischem Ansatz helfen Dir im Umgang mit Belastungen und unterstützen Dich gegebenenfalls auch bei der weiteren Suche nach geeigneten Lösungen im Gesundheitssystem. Wir bieten Dir eine kompetente Begleitung und erarbeiten gemeinsam mögliche Lösungsansätze.

A close-up of a smiling woman with long brown hair, holding a fork with food on it. She is looking towards the camera with a happy expression.

## „Besser ESSEN“

Bei gesundem Essen denken viele sofort an strenge Diäten und Verzicht ohne Freude und Genuss. Dabei ist und kann Ernährung so viel mehr. Richtig verstanden, umgesetzt und zubereitet, hilft sie nicht nur Gewicht dauerhaft zu verlieren, sondern auch Beschwerden zu lindern und das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern. Wo auch immer Deine Ziele liegen, anhand einer umfangreichen Bestandsanalyse sowie der fachkundigen Betrachtung Deines Essverhaltens und des Beschwerdebildes, erarbeiten wir mit Dir ein perfektes Ernährungskonzept das zu Dir, Deinem Alltag und Geschmack passt.

## Was bedeutet Coaching bei widecare



Über 50 medizinisch  
ausgebildete Expert:innen  
betreuen Dich  
telemedizinisch zu all  
Deinen Fragen, leiten an,  
geben Tipps und  
informieren neutral über  
Möglichkeiten gesund zu  
bleiben, gesund zu werden  
und die Leistungsfähigkeit  
zu steigern - einfach die  
Lebensqualität zu erhöhen.

## widecare als Gesundheitspartner – sechs gesunde Gründe

1. Expertise aus Psychologie, Physiotherapie, Ernährung und Allgemeinmedizin.
2. Bewährte Programme mit messbarem sowie belegbarem Erfolg.
3. Hybrider Ansatz: Empathischer Gesundheits-coach vor vollautomatisiertem Content
4. Persönliche Betreuung und individuelle Angebote abgestimmt auf Bedürfnisse.
5. Strategie, Konzepte und Coachings nach medizinischen Leitlinien.
6. Top-Dienstleister von führenden Krankenversicherern und Unternehmen.

### Jetzt liegt es an Dir – Unser Angebot!

- Dein Unternehmen erhält die Plattform mit den Basismodulen für 2 Jahre kostenlos und kann so mit uns gemeinsam Erfahrungen sammeln.
- Dein Unternehmen nutzt die Zusatzmodule teilnehmendenabhängig ohne Risiko im Rahmen Deines Budgets

### Vereinbare jetzt einen Termin für weitere Details

→ Termin anfragen ←

Anrufen: 0711 / 25249107

# Der erste Schritt zu mehr Gesundheit



Andreas Butz  
Leitung Vertrieb & Key Account



widecare GmbH  
Breitwiesenstraße 19 | 70565 Stuttgart  
[www.widecare.de](http://www.widecare.de)  
[www.well-workers.de](http://www.well-workers.de)

 **+49 711 25249000**