

brainLight GmbH

BGM-Studienprojekt „Effiziente Regenerationspausen“



Das Studienprojekt wird komplett organisiert, vorbereitet und bis zur Evaluation verantwortlich durchgeführt von der brainLight GmbH:

- Ihre Teilnehmer*innen werden in das Studienprojekt und die Bedienung der Systeme im Rahmen einer Einführungsveranstaltung eingewiesen.
- Die Studie wird über einen Zeitraum von 15 Monaten durchgeführt.

Wissenschaftliche Evaluation durch die H-BRS:

In enger Absprache mit Ihnen werden maximal fünf und minimal zwei Evaluationszyklen für das Projekt festgelegt. Dabei beantworten die Studienteilnehmer*innen einen Online-Fragebogen.

Die Daten werden von der H-BRS anonymisiert ausgewertet und Ihnen zur Verfügung gestellt. Aus den Ergebnissen ermitteln sich Bedarf und Themen der Präsenzveranstaltung(en) in Form eines oder mehrerer Workshops. Auch dies stimmen wir mit Ihnen ab.

Kosten:

Ihre Kosten für die Teilnahme am Projekt richten sich nach der Häufigkeit der stattfindenden Präsenzveranstaltungen und der in Anspruch genommenen Evaluationszyklen. Beides kann an Ihre Wünsche angepasst werden und ist verhandelbar.

Bitte kontaktieren Sie für weitere Informationen zur Teilnahme die Geschäftsführerin Ursula Sauer unter ursula.sauer@brainlight.de.

Seit 1988 unterstützen wir, die brainLight GmbH, mit unseren Entspannungssystemen Unternehmen darin, das Arbeitsumfeld für Arbeitnehmer*innen gesünder zu gestalten. Besonders am Herzen liegen uns dabei die langfristige Gesunderhaltung der Beschäftigten und die Nachhaltigkeit der durchgeführten Maßnahmen.

Ein neues Studienprojekt soll die Regeneration der Beschäftigten in Arbeitspausen mit einer niedrigschwelligen Gesundheitsförderungsmaßnahme aktiv unterstützen.

In Kooperation mit der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg (H-BRS) werden wir dabei untersuchen, wie sich regelmäßige Entspannungsanwendungen in Arbeitspausen als „effiziente Regenerationspausen“ langfristig auf die physische und psychische Gesundheit der Beschäftigten auswirken. Den teilnehmenden Unternehmen geben wir damit eine Maßnahme an die Hand, mit der aussagekräftige Daten generiert werden können. Sie gewinnen damit Kennzahlen, die den Erfolg Ihrer betrieblichen Gesundheitsförderung in Bezug auf regenerative Arbeitspausen messbar machen.

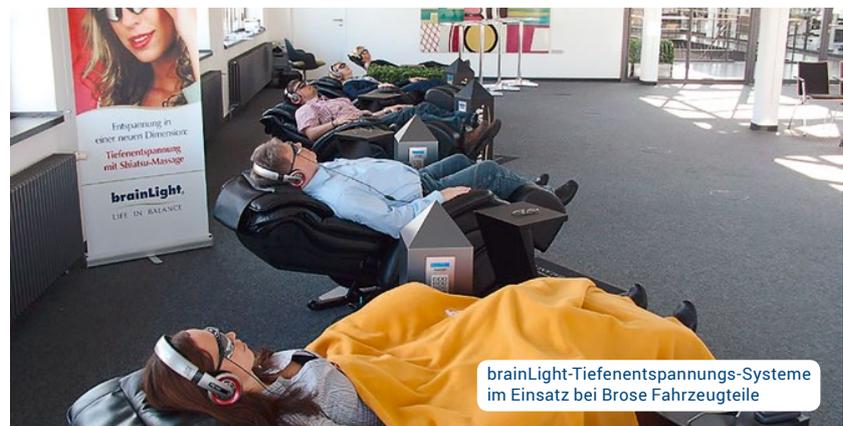
Möchten Sie an der Studie „Effiziente Regenerationspausen“ teilnehmen?

Durch eine niedrigschwellige Maßnahme mit unseren audio-visuellen

Entspannungssystemen können Sie für die Pausengestaltung Ihrer Beschäftigten eine positive Alternative anbieten. Weitere mögliche Ergebnisse sind eine Sensibilisierung Ihrer Mitarbeiter*innen für die eigene Gesundheit und eine Stärkung des Gesundheitsverhaltens. Weiterführende Informationen zu den Entspannungs-Systemen finden Sie unter www.brainlight.de.

Voraussetzungen, um an der Studie teilzunehmen:

- Sie können mindestens 20 Teilnehmer*innen gewinnen, die das System während des Projektes mindestens einmal pro Woche nutzen.
- Sie können für die effizienten Regenerationspausen einen ruhigen Raum im Unternehmen bereitstellen.



brainLight-Tiefenentspannungs-Systeme im Einsatz bei Brose Fahrzeugteile