

healthy live-cooking online

ErnährungsINFO-FILMboxen

Präventionsmodul / Ergänzung

Das RKI schlägt Alarm zur signifikanten Gewichtszunahme während der Corona-Zeit

Das Robert Koch Institut veröffentlichte in der Dezember-Ausgabe Nr. 4 des „Journal of Health Monitoring“, zur gesundheitlichen Lage (...), dass die Deutschen im Vergleichszeitraum von 04. bis 08.2020 eine statistisch als signifikant beurteilte Zunahme des adjustierten Körpergewichts von Ø 1 kg hatten ([siehe Link, Anlage Seite 9](#)). Dadurch erhöhte sich auch der Ø BMI von 25,9 auf 26,4 wodurch die Bevölkerungsdichte im Übergewichtigen Bereich erheblichen Zuwachs hat, mit allen Folgeerkrankungen.

Gerade jetzt sollten die Firmen also Ihren Mitarbeitern Präventionsangebote im Bereich Ernährung zur Verfügung stellen. Hierbei kann die Krankenversicherung die Firmen mit dem Präventionsangebot **healthy live-cooking** unterstützen.

- ✓ 1 x gebucht, 1 Jahr Nutzung*
- ✓ unbegrenzte Anzahl Mitarbeiter*
- ✓ jederzeit & überall nutzbar
- ✓ kontaktlose Online-Variante
- ✓ organisationsextensiv
- ✓ Alleinstellungsmerkmal ErnährungsINFO-FILMboxen: Gesundheits-Prävention trifft Umwelt-Nachhaltigkeit

*Pro Firmenkunde

Kurzbeschreibung



Die Info-Videos bieten den Usern jederzeit & überall ein kontaktloses Präventionsangebot, das nicht nur vom Homeoffice nutzbar ist. Der Zuschauer findet alleine **40 Kategorien über „krankheitsbezogene Diäten“** plus besondere „Ernährungsformen“ und in über **120 zugehörigen Infobox-Themen** werden ernährungsphysiologische Wirkweisen und spezifische Unterthemen vertieft.

Mit **healthy live-cooking** leckere Rezepte und Zubereitungstipps kennenlernen + ernährungsphysiologische Goodies der einzelnen Lebensmittel. Was, wie, warum wirkt und wie diese Lebensmittel in Kombination nutzen.

Wenn ein Thema mehr interessiert, können Infoboxen angeklickt und genaue Erklärungen angeschaut werden. Für mehr Zahlen, Daten, Fakten gibt es ausführliche Beschreibungen unter den Info-Videos.

Die Teilnehmer erhalten einen Zugang zum Online-Ernährungsportal, wo die Videos 1 Jahr voll verfügbar sind.

Eckdaten

Art des Moduls	Präventionsangebot, kontaktlose Online-Variante
Teilnehmer	unbegrenzte Anzahl Mitarbeiter pro Firma
Modul-Dauer	1 x gebucht, 1 Jahr Nutzung pro Firma
Ergänzungs-Modul	zu 1) eCOACHING 2) ERNÄHRUNGSTAGEBUCH 3) Ernährungsvorträge

Präventiver Nutzen

Fakt: Ernährungsassoziierte Erkrankungen nehmen drastisch zu.

Fakt: Ernährung wird nicht auf den einzelnen Menschen bezogen, sondern im globalen Zusammenhang betrachtet.

Fakt: Klimawandel und Umweltschäden zwingen uns zu ganzheitlichen Motivationen.

=

Die **healthy live-cooking** Info-Videos zeigen die Ernährungsphysiologischen und globalen Zusammenhänge.

Konzept © Habermann Gesundheitstraining-Ernährung GmbH, Schiffgraben 33, 30175 Hannover,
Fon 05 11.4 73 97 09, Fax 05 11.7 12 68 32, E-Mail info@sonja-habermann.de, www.sonja-habermann.de

Stand 29.03.2021