



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ – Für Beschäftigte –

Was umfasst die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ und warum gibt es sie?

Gerade in Zeiten der Corona-Pandemie sind die Themen Gesundheit und Gesundheitsförderung der Beschäftigten sowie das betriebliche Gesundheitsmanagement besonders wichtig. Daher vereint die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ die Disziplinen des modernen betrieblichen Gesundheitsmanagements mit dem individuellen, gesundheitsorientierten Verhalten jedes Einzelnen. Das Unternehmen meldet die Teilnahme bei der hkk an. Der Arbeitgeber sammelt Punkte für sein Engagement im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, z.B. für betriebliche psychosoziale Beratung oder Firmenfitness. Die Beschäftigten tragen Punkte bei, indem sie die virtuelle Laufstrecke – in 100 Tagen von Leer nach Sylt – absolvieren. Alles zusammen ergibt am Ende das Gesamtergebnis. Das Wichtigste dabei: Alle Unternehmensgrößen und jeder einzelne Teilnehmer haben die Chance zu gewinnen.

Wo kann ich mich für „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ anmelden?

Die Anmeldung erfolgt im ersten Schritt über Ihr Unternehmen. Anmelden können sich Unternehmen aus Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Hessen und Nordrhein-Westfalen. Die Anmeldung des Unternehmens umfasst automatisch alle Beschäftigten. Einzelpersonen können sich leider nicht anmelden.

Ihr Unternehmen ist noch nicht dabei? Dann sprechen Sie Ihren Vorgesetzten oder die Personalabteilung direkt auf die Aktion an. Wenn Ihr Unternehmen angemeldet ist, haben alle Beschäftigten die Möglichkeit, sich online für die Challenge zu registrieren. Den Online-Zugangslink erhalten Sie bei Ihrem Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb.

Welche Vorteile habe ich als Teilnehmer der „Challenge 2022“?

Mit der Teilnahme an „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ investieren Sie in Ihr wichtigstes Gut: Ihre Gesundheit.

Ihr Unternehmen unterstützt Sie dabei und Sie Ihr Unternehmen! Sammeln Sie gemeinsam Punkte, damit in Ihrem Unternehmen künftig noch mehr für die Gesundheit aller Beschäftigten und gesunde Arbeitsbedingungen getan werden kann.

Wie funktioniert der Wettbewerb?

Wenn Ihr Unternehmen angemeldet ist, haben alle Beschäftigten die Möglichkeit sich online für die Challenge zu registrieren. Den Zugangslink für die Aktion erhalten Sie bei Ihrem Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb. Sie registrieren sich im Onlineportal unseres Dienstleisters tappa.de. Wenn Sie die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen akzeptieren, können Sie starten. Bei der Registrierung vergeben Sie lediglich Ihren Vor- und Nachnamen bzw. ein Pseudonym und Ihre Emailadresse. Ihr Vor- und Nachname bzw. Ihr Pseudonym wird unter dem Reiter „TOP-Listen“ für Ihre Kollegen im unternehmensinternen Vergleich ersichtlich sein. Alle anderen Listen sind anonymisiert. Ihre angegebene E-Mail ist geschützt und ist für keinen anderen Teilnehmer oder Betrieb ersichtlich. Im Onlineportal tragen Sie Ihre täglichen Schritte und Schritte für Bonusaktivitäten, die Sie durch die Teilnahme an Gesundheitsaktivitäten der hkk erhalten, ein. Sie können die täglichen Schritte auch von Ihrem digitalen Endgerät (Smartphone, Smartwatch, Fitnesstracker) übertragen lassen. Voraussetzung ist die Verwendung der kostenlosen Tappa-Pro-App. Bei der Übertragung der Schritte werden nur die tägliche Schrittzahl und das Datum übertragen. Eine Übertragung weiterer Daten erfolgt nicht.

Am Ende der Challenge erhält die hkk Ihr Ergebnis für die Auslosung der individuellen Preise. Jeder, der beim virtuellen Lauf das Ziel erreicht, nimmt an der Auslosung für die Preise teil. Pro Unternehmen werden drei Preise für Beschäftigte verlost. Die Übergabe des Preises erfolgt durch Ihren Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb.



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ – Für Beschäftigte –

Wie sammle ich Punkte für mein Unternehmen?

Jeder Mitarbeiter, der das Ziel innerhalb von 100 Tagen erreicht, bringt dem Unternehmen Punkte. Um das Ziel innerhalb der 100 Tagen zu erreichen, sind täglich 8.000 Schritte erforderlich. Neben der täglichen Schrittzahl können Sie Ihre sportlichen Aktivitäten im tappa-Portal in Schritte umrechnen und sich auf Ihre tägliche Schrittzahl anrechnen lassen.

Folgende Aktivitäten können umgerechnet werden: Aerobic, Aqua-Aerobic, Aqua-Cycling, Aqua-Fitness, Aqua-Jogging, Badminton, Ballett, Baseball, Basketball, Bauchtanz, Beachvolleyball, Bergsteigen, BMX, Bodypump-/Lang-hantel-Training, Bogenschießen, Boxen, Boxsack-Training, Brasilianisches Jiu Jitsu, Crosstrainer, Eishockey, Fahrradfahren, Fahrradfahren (E-Bike/Pedelec), Fechten, Feldhockey, Flexi-Bar, Frisbee, Fußball, Golf, Gymnastik, Handball, Hula-Hoop, Onlinerfahren, Jazzdance, Jonglieren, Kajakfahren, Kampfsport allgemein, Kanu (Kanadier), Kettlebell, Kickboxen, Kitesurfen, Klettern, Klimmzüge, Krafttraining, Lacrosse, Leichtathletik, Liegestütze, Linedance, Mountainbiking, Nordic Walking, Orientierungslauf, Pilates, Poedance, Powerplate, Power-Yoga, Qi-gong, Rafting, Reiten, Ringen, Rollschuhfahren, Rollskifahren, Rollstuhlbasketball, Rollstuhlfahren, Rudern, Rugby, Schlittschuhlaufen, Schnorcheln, Schwimmen, Segeln, Seilspringen, Sit-ups, Ski (Abfahrt), Ski (Langlauf), Snowboard, Spinning, Squaredance, Squash, Stand-up-Paddling, Stepper, Streetdance, Surfen, Taekwondo, Tai-Chi, Tanzen, Tauchen, Tennis, Tischtennis, Trampolinspringen, Tretrollerfahren, TRX-Training, Unihockey, Volleyball, Wakeboarding, Wasserball, Wasserspolo, Wasserski, Windsurfen, Yoga, Zirkeltraining, Zumba.

Wie lang geht die „Challenge 2022“?

Die „Gesunde Unternehmen- Challenge 2022“ findet vom 01. April bis 9. Juli 2022 statt. In diesem Zeitraum können Sie Schritte und mit dem Zieleinlauf wertvolle Punkte für Ihr Unternehmen sammeln.

Wie kann ich meine Schritte und Aktivitäten dokumentieren?

Ganz einfach: Sie loggen sich online ein und tragen am entsprechenden Tag Ihre Leistungen ein. Sollten Sie Ihre tägliche

Schrittzahl von Ihrem elektronischen Endgerät übertragen lassen, so ist nur noch das Eintragen der Bonusschritte und Umrechnen sportlicher Aktivitäten notwendig.

Wie nehme ich analog, z.B. mit einem Kalender in Papierform, teil?

Eine analoge Teilnahme ist in diesem Jahr nicht möglich. Die „Gesunde Unternehmen- Challenge 2022“ findet online statt.

Wie wandle ich sportliche Aktivitäten in Schritte um?

Ihre sportlichen Aktivitäten können Sie unter dem Reiter „Schritte/Aktivitäten hinzufügen“ eintragen. Suchen Sie dazu Ihre sportliche Aktivität heraus, geben Sie die Dauer und ggf. die Intensität an. Die Umrechnung übernimmt das Programm für Sie.

Wie sammle ich Bonusschritte?

Auf der virtuellen Laufstrecke werden Ihnen kleine „Bonustops“ zur Stärkung des sozialen Miteinanders angeboten. Absolvieren Sie diese, können Sie sich 500 Bonusschritte im tappa-Portal gutschreiben. Die Punkte werden zur jeweiligen Aktion unter dem Reiter „Schritte/ Aktivitäten hinzufügen“ eingblendet. Für digitale Live-Veranstaltungen der hkk können keine Bonusschritte, sondern die jeweilige sportlichen Aktivität in Schritte um- und anschließend angerechnet werden.

Welche Nachweise muss ich für meine sportlichen Aktivitäten oder Bonusschritte einreichen?

Wir vertrauen auf Ihre Angaben und Ihre Ehrlichkeit. Es sind keine Nachweise nötig.

Was kann ich gewinnen?

Neben dem Unternehmenspreis der Gesamtwertung gibt es drei hochwertige Preise, die unter allen Beschäftigten, die das Ziel erreicht haben, verlost werden. Der Preis besteht aus einem angeleiteten digitalen Kochabend inklusive einer frisch zusammengestellten Ernährungsbox. Die Gewinner können dabei zwischen drei Veranstaltungsterminen für den Kochabend wählen. Die Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen.



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ – Für Beschäftigte –

Wie erfahre ich, ob ich gewonnen habe?

Die Platzierungen der Unternehmen wie auch die ausgelosten Gewinner werden bei der feierlichen, digitalen Preisverleihung im September 2022 bekannt gegeben. Ihr Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb erhält zu der Veranstaltung ein Paket, in welchem ein Gutschein je Gewinner hinterlegt ist. Diesen gibt er an den Gewinner weiter. Die Gewinner können sich mit Ihrem Gutschein für einen der drei digitalen Kochabende anmelden und erhalten zu dem Termin des Kochabends die hochwertige Ernährungsbox.

Wer hilft mir bei Fragen weiter?

Wenden Sie sich bei inhaltlichen Fragen rund um die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2022“ bitte an Ihren internen Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb. Bei Nutzungsfragen oder Eingabeproblemen online steht Ihnen tappa.de zur Verfügung. Telefonisch erreichen Sie das Team unter 0451-2929 5922.

Kann ich teilnehmen, auch wenn ich nicht bei der hkk Krankenkasse versichert bin?

Ja. Wie und wo Sie krankenversichert sind, spielt bei der Teilnahme keine Rolle. Voraussetzung ist lediglich, dass Ihr Arbeitgeber bei der Challenge angemeldet ist.

Was passiert mit meinen Daten?

Jeder teilnehmende Mitarbeiter stimmt im Registrierungsprozess auf tappa.de zu, dass er mit Speicherung und Verarbeitung seiner personenbezogenen Daten während des Aktivitätszeitraums (April 2022 bis Oktober 2022) durch tappa.de einverstanden ist. Die Datenschutzbestimmungen regelt tappa.de als Datenerhebungsstelle. Darüber hinaus wird eingewilligt, dass tappa.de Ihre Challenge-Daten am Ende der Challenge an die hkk weiterleitet. tappa.de leitet die Daten (Name, Unternehmen, tägliche Schrittzahl und durchschnittliche Schrittzahl) mittels verschlüsselter Dateien per E-Mail an die hkk weiter. Alle Daten werden unwiderruflich nach dem Tag der Preisverleihung bei tappa.de gelöscht. Die bei der hkk gespeicherten Daten werden nach der gesetzlichen Aufbewahrungsfrist vernichtet (6 Jahre).

Kann ich mich vergleichen?

Mit dem Online-Tool von tappa.de haben die Beschäftigten und Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb aller Unternehmen die Möglichkeit, Einsicht zu nehmen, a) auf welchem Rang sich der einzelne Beschäftigte mit der erreichten Schrittzahl insgesamt im Wettbewerb befindet, b) auf welchem Rang sich das Unternehmen bezüglich der durchschnittlichen Schrittzahl der Belegschaft befindet, c) welchen Rang die Mitarbeiter im eigenen Unternehmen einnehmen und d) wie viele Mitarbeiter in den Unternehmen das Ziel erreicht haben. In der Liste a) erhält nur der Beschäftigte Einblick in seinen Rang in Bezug auf die Teilnehmer aller Unternehmen. Namen anderer Teilnehmer wie auch Unternehmensnamen werden in dieser Liste nicht angezeigt. Es wird die pro Person erreichte Schrittzahl angezeigt. In der Liste b) werden die Unternehmensnamen und die durchschnittliche Schrittzahl der Belegschaft in Bezug auf den gesamten Challenge-Zeitraum dargestellt. Vor- und Nachnamen (bzw. Anonymisierungen) von Beschäftigten werden hier nicht angezeigt. In der Liste c) wird unternehmensintern der Vor- und Nachname (bzw. die Anonymisierung in Abhängigkeit von der individuellen Registrierungseingabe) angezeigt und eine Rangliste der Beschäftigten mit der erreichten Schrittzahl dargestellt. Teilnehmer anderer Unternehmen erhalten keine Einsicht. Die Liste d) zeigt die Unternehmensnamen und die entsprechende Anzahl (absolut) der Teilnehmer, die das Ziel erreicht haben.

Kann ich aus dem Wettbewerb aussteigen?

Ja, das können Sie. Bitte berücksichtigen Sie aber, dass Sie dann keine Chance auf einen Preis haben. Nur Teilnehmer, die bis zum Ende der Challenge dabei sind, können einen der Preise gewinnen und zum Unternehmensergebnis beitragen. Um sich abzumelden, kontaktieren Sie bitte tappa.de.

Hinweis: Zur Vereinfachung der Lesbarkeit wurde auf die Ausführung der weiblichen Form verzichtet. Selbstverständlich sind alle Geschlechter gleichermaßen angesprochen.