



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ – Für Beschäftigte –

Hinweis: Zur Vereinfachung der Lesbarkeit wird auf die Ausführung der weiblichen Form verzichtet.

Was umfasst die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ und warum gibt es sie?

Die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ vereinigt die Disziplinen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements mit dem individuellen, gesundheitsorientierten Verhalten jedes Einzelnen. Das Unternehmen meldet die Teilnahme bei der hkk an. Der Arbeitgeber kann Punkte für sein Engagement im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, für Inklusion und Betriebssport sammeln. Die Beschäftigten sammeln zusätzlich individuell Punkte mit sportlichen Aktivitäten, wie Firmen-Fitness oder Radfahren, oder aktiver Entspannung oder gesunder Ernährung. Alles zusammen ergibt am Ende das Gesamtergebnis. Das Wichtigste dabei: Alle Unternehmensgrößen und jeder einzelne Teilnehmer haben die Chance, Sieger zu werden.

Wo kann ich mich für „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ anmelden?

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

Ihr Unternehmen ist noch nicht dabei? Dann sprechen Sie Ihren Chef 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 oder analog teilzunehmen. Den Online-Zugangslink oder einen Papierkalender erhalten Sie bei Ihrem Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb.

Welche Vorteile habe ich als Teilnehmer der „Challenge 2021“?

Mit der Teilnahme an „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ investieren Sie in Ihr wichtigstes Gut: Ihre Gesundheit. Ihr Unternehmen unterstützt Sie dabei und Sie Ihr Unternehmen! Sammeln Sie gemeinsam Punkte, damit in Ihrem Unter-

nehmen 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 oder analog teilzunehmen. Den Zugangslink oder einen Papierkalender für die Aktion erhalten Sie bei Ihrem Ansprechpartner für Gesundheit im Betrieb. Sie registrieren sich auf dem online Portal unseres Dienstleisters tappa.de. Wenn Sie die Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen akzeptieren, können Sie starten. Bei der Registrierung vergeben Sie lediglich Ihren Vor- und Nachnamen und Ihre Emailadresse. Ihre Daten (Vor- und Nachname, Email-Adresse und Aktivitäten) sind geschützt und für keinen anderen Teilnehmer oder Betrieb ersichtlich. Anonym werden in Ranglisten lediglich alle Punkte zu sehen sein, jedoch keine Teilnehmernamen. Online oder im Papierkalender tragen Sie ihre Punkte für geleistete gesundheitsförderliche Aktivitäten ein. Die hkk erhält am Ende des Aktionszeitraums Ihre Ergebnisse für die Gewinnermittlung der individuellen Preise und wird Sie ggf. zu Stichprobenprüfungen Ihrer Punkte kontaktieren und Sie, sofern Sie zu den 3 aktivsten Beschäftigten Ihres Unternehmens gehören, zur Preisverleihung im Oktober 2021 nach Bremen einladen.

Für welche Aktivitäten bekomme ich wie viele Punkte?

Es gibt keine Beschränkungen auf spezielle Sportarten oder Disziplinen. Alles ist erlaubt! Punkte sammeln Sie wie folgt:

- Für alle sportlichen Aktivitäten von mindestens 30-minütiger Dauer mit Anstieg der Pulsfrequenz gibt es 2 Punkte (bspw. Tennis, Reiten, Laufen, Schwimmen).
- Für alle aktiven Entspannungsverfahren von mindestens 30-minütiger Dauer gibt es ebenfalls 2 Punkte (bspw. Tai-Chi, Qigong, Yoga, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung).
- Für gesunde Ernährung erhalten Sie die einfache Punktzahl (mit der Definition drei Handportionen Gemüse am Tag).



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ – Für Beschäftigte –

- Für Alltagsaktivitäten erhalten Sie 1 Punkt (bspw. Treppensteigen, Rad fahren, Spaziergänge, Teilnahme an Online-Inhalten der Challenge).
- Für alle nachweisbaren Aktivitäten, z.B. aus den Bereichen Fitness, Betriebssport oder Sportevents, gibt es 20 Punkte. Dabei gilt: Sofern Sie sich einen Nachweis namentlich vom Trainer oder Veranstalter quittieren lassen können, darf er in den entsprechenden Vorgabefeldern eingetragen werden. Sofern es sich um nachweisliche Trainingseinheiten handelt, sind mindestens 14 Termine im Aktionszeitraum zu absolvieren, um 20 Punkte anrechnen zu können. Auch hier wird ein namentlicher Nachweis benötigt. Die Nachweise können Sie online hochladen oder dem Papierkalender beifügen und mit abgeben (Näheres siehe Teilnahmebedingungen).

Wie muss ich meine sportlichen Aktivitäten nachweisen?

Wir vertrauen auf Ihre Angaben und Ihre Ehrlichkeit. Punkte für nachweisbare Aktivitäten lassen Sie sich von Ihrem Trainer, Gruppenleiter oder Veranstalter quittieren. Bitte nutzen Sie die im Kalender vorgegebenen Felder und das Nachweisblatt im Online-Tool. Für die Aktivitäten Fitness-Tracker, E-Coach und anderweitige Aktivitäten bewahren Sie bitte namensgebundene Teilnahmenachweise auf. Bei anderweitigen Aktivitäten gelten bei Trainings ebenfalls mindestens 14 erbrachte Einheiten im Teilnahmezeitraum oder andere Wettbewerbsteilnahmen. Eventuelle Nachfragen und Stichprobenprüfungen behalten wir uns im Anschluss der Challenge vor. Sofern der Nachweis fehlt, werden die Punkte nicht angerechnet.

Wie soll ich meine Aktivitäten dokumentieren?

Ganz einfach: Sie loggen sich online ein und haken am entsprechenden Tag Ihre Leistungen ab (1x Bewegung oder Entspannung, 1x Ernährung, 1x Alltagsaktivität). Sie können pro Tag max. 4 Punkte erreichen. Nachweisbare Aktivitäten tragen Sie bitte erst mit Erreichen der 14 Einheiten oder bei Abschluss des Wettkampfes ein. Dabei können

Nachweise nicht doppelt angerechnet werden bei einer Sparteinheit (Beispiel: Firmen-Fitness mit Tracker und 14 Einheiten gesamt. Für beide Nachweispunkte sind 28 Einheiten abzuleisten: 14x mit Tracker und 14x mit Fitness-Studio-Log-in).

Gibt es den Aktivitätskalender auch in Papierform?

Ja, Sie können wählen. Den Papierkalender erhalten Sie bei Ihrem betrieblichen Ansprechpartner, sofern Ihr Unternehmen diese Variante mit anbietet.

Was kann ich gewinnen?

Neben dem Unternehmenspreis der Gesamtwertung gibt es drei hochwertige Einzelpreise. Diese werden an die teilnehmenden Beschäftigten vergeben, die unter den jeweils drei aktivsten Mitarbeitern aller Unternehmen die höchste Punktzahl erreicht haben. Die Preise sind:

1. Platz: ein Reisegutschein im Wert von 500 € für eine Wellnessreise des Reiseanbieters Fit Reisen
2. Platz: ein Reisegutschein im Wert von 250 € für eine Wellnessreise des Reiseanbieters Fit Reisen
3. Platz: ein Reisegutschein im Wert von 100 € für eine Wellnessreise des Reiseanbieters Fit Reisen

Zusätzlich werden unter allen Teilnehmern mit mindestens 50 Punkten 10 Gutscheine à 50 € der Firma Decathlon von der hkk verlost. Darüber hinaus werden unter allen Teilnehmern, die sich online registrieren, zehn Startplätze für einen virtuellen Gehwettbewerb von tappa.de verlost. Alle Teilnehmer der Preisverleihung (Unternehmensansprechpartner und die 3 aktivsten Beschäftigten jedes Betriebs) erhalten einen aner kennenden Sachpreis bei der Veranstaltung. Die Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen.

Wie erfahre ich, ob ich gewonnen habe?

Die Platzierungen für die Beschäftigten als auch für die Unternehmen werden bei der feierlichen Preisverleihung in Bremen im Oktober 2021 bekannt gegeben. Es lohnt sich zu kommen! Wir laden Sie, sofern Sie zu den 3 aktivsten



FAQ „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ – Für Beschäftigte –

Beschäftigten in Ihrem Unternehmen gehören, mit Ihrem BGM-Ansprechpartner/in ein. Alle Gäste erhalten für Ihr Engagement einen aner kennenden Sachpreis bei der Veranstaltung. Sofern Sie zu den Gewinnern der Lospreise gehören, erhält Ihr BGM-Ansprechpartner bei der Preisverleihung einen Gutschein für Sie und gibt diesen weiter.

Wer hilft mir bei Fragen weiter?

Wenden Sie sich bei inhaltlichen Fragen rund um die Aktion „Gesunde Unternehmen – Challenge 2021“ bitte an Ihren internen Ansprechpartner für Gesundheit. Bei Nutzungsfragen oder Eingabeproblemen online steht Ihnen tappa.de zur Verfügung: telefonisch unter 0451-292959 22.

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 2021“ 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 2021 bis Oktober 2021) durch tappa.de einverstanden ist. Die Datenschutzbestimmungen regelt [tappa](http://tappa.de) als Datenerhebungsstelle. Darüber hinaus wird eingewilligt, dass [tappa](http://tappa.de) Ihre Challenge-Daten am Ende der Challenge an die hkk weiterleitet. [tappa](http://tappa.de) leitet die Daten (Name, Unternehmen, Punktwerte, Aktivitäten, Nachweise) mittels verschlüsselter Dateien per E-mail an die hkk weiter. Sofern sie per Papierkalender teilnehmen leitet Ihr Unternehmensansprechpartner Ihren Kalender an die hkk weiter. Die hkk darf Sie zur Verifizierung der angegebenen Punkte kontaktieren. Die Kontaktaufnahme dient ausschließlich der Überprüfung eines möglichen Gewinns und findet stichprobenartig im Juli/August, in der Regel telefonisch, statt.

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. Sofern Sie den Papierkalender nutzen erteilen Sie Ihre Zustimmung darauf.

Kann ich meinen Titel verteidigen?

Grundsätzlich: ja; für maximal drei aufeinanderfolgende Jahre können die Platzierungen 1–3 verteidigt und prämiert werden. Ab dem vierten Jahr dürfen Titelverteidiger weiterhin teilnehmen. Ab diesem Teilnahmejahr erhalten Sie einen aner kennenden Ehrenpreis, sind aber von den Preisen ausgeschlossen, um die Motivation anderer Teilnehmer auf eine Platzierung zu erhalten. Dies gilt für 3 Jahre.

Kann ich mich vergleichen?

Mit dem Online-Tool von tappa.de haben die Beschäftigten und BGM-Ansprechpartner aller Unternehmen die Möglichkeit Einsicht zu nehmen, auf welchem Platz sie sich aktuell befinden. Dabei wird jedem Mitarbeiter als auch BGM-Ansprechpartner ausschließlich der eigene Name (Unternehmens- und Teilnehmernamen) angezeigt und keine weiteren der Mitsstreiter, jedoch alle Punktwerte aller teilnehmenden Beschäftigten innerhalb des Betriebes als auch aus allen teilnehmenden Betrieben sowie Gesamtergebnisse der teilnehmenden Unternehmen. Um die Spannung bis zum Schluss zu erhalten, wird die Vergleichsmöglichkeit 2 Wochen vor Ende des Wettbewerbs abgeschaltet.

Kann ich aus dem Wettbewerb aussteigen?

Ja, das können Sie. Bitte berücksichtigen Sie aber, dass damit Ihre gesammelten Punkte Ihrem Unternehmen verloren gehen und Sie keine Chance auf einen der ausgelobten Preise mehr haben. Nur Teilnehmer, die bis zum Ende der Challenge mitmachen, können einen der Preise gewinnen. Um sich abzumelden, kontaktieren Sie bitte tappa.de.