



© privat

DIGITAL WACHSEN

Spielerisch mehr bewegen

Michael Omann, Movevo Technologies GmbH

Michael Omann und sein Team beschreiten mit der Bewegungs-App MovEvo neue Wege in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Wir bewegen uns immer weniger, sitzen in der Arbeit viele Stunden vor dem Computer und zuhause dann wieder vor Laptop, Handy oder Fernseher. Das ist ein Problem für jeden einzelnen von uns – aber natürlich auch für unsere Gesellschaft, wenn wir an die vielen Langzeitfolgen von wenig Bewegung denken. Mit unserer Bewegungs-App „MovEvo“ wollen wir dieser Entwicklung bewusst entgegenwirken, indem wir Menschen auf dem Weg zu nachhaltiger Gesundheit unterstützen. Unsere Zielgruppe sind Firmen, die bereit sind, mehr Bewegung in den Betriebsalltag zu bringen und so auch einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass ihre MitarbeiterInnen fitter und gesünder sind und die Zahl der Krankenstandstage sinkt. Unsere App hält mehr als 200 Übungen und abwechslungsreiche Challenges für einen bewegten Alltag bereit – mehr Bewegung, Ausgleich und Wohlbefinden lassen sich damit spielerisch in den Arbeitsalltag integrieren.

"Gesundheit und Bewegung haben oft noch zu unrecht ein verstaubtes Image und einen faden Beigeschmack. Das muss nicht so sein – mit unserer App kann und soll

Gesundheit Spaß machen und leicht in den Alltag integrierbar sein."

Die Begriffe Nachhaltigkeit und Gesundheit sind für uns untrennbar miteinander verbunden. Da ist es für uns oberste Maxime vorzuleben was wir verkaufen, ganz nach dem Motto von Mahatma Gandhi: „Sei du der Wandel, den du für die Welt sehen willst.“ Als Startup mit einem digitalen skalierbaren Produkt setzen wir daher konsequent auf ein papierloses und digitales Büro. Und in Sachen Mobilität haben wir für unsere MitarbeiterInnen ein Zeichen gesetzt und Klimatickets zur Verfügung gestellt. Von uns Gründern und der Geschäftsleitung wird der tägliche Arbeitsweg auch im Winter mit dem Fahrrad zurückgelegt. Das beweist: Nachhaltigkeit ist bei uns nicht nur eine Floskel, sondern wird im Arbeitsalltag gelebt und spielt selbstverständlich auch bei der Auswahl der Kooperationspartner für unsere „MovEvo“-App eine wichtige Rolle. <https://www.movevo.app/>
Online seit 15.12.2021 (Aktualisiert: 23.12.2021)