



VitalBilanz

Gesundheitsmanagement für jede Unternehmensgröße

**Die Vitalität Ihrer
Mitarbeiter – ein Erfolgsfaktor
für Ihr Unternehmen!**





Die VitalBilanz von UNIQA steht für innovative Personal- und Organisationsentwicklung.

Neben den positiven Auswirkungen und Benefits für Ihre MitarbeiterInnen, investieren Sie durch einzelne Maßnahmen und/oder den Gesamtprozess der VitalBilanz in die Zukunft Ihres Unternehmens. Studien belegen dabei einen ROI* von 1 : 3.

Die Vorteile für Ihre MitarbeiterInnen

- Reduzierung negativer Stressauslöser
- Steigerung der Vitalität und Leistungsfähigkeit
- Erhöhung der Belastbarkeit
- Förderung der Teamfähigkeit

Die Vorteile für Sie und Ihr Unternehmen

- Verringerung der Fluktuationsrate durch MitarbeiterInnenbindung
- Positive Auswirkung auf Krankenstandstage und -kosten
- Förderung der MitarbeiterInnen-Motivation, Arbeitszufriedenheit und Arbeitsproduktivität
- Positives Image Ihres Unternehmens nach außen

UNIQA ist seit 2004 im Betrieblichen Gesundheitsmanagement aktiv. Aus den wissenschaftlichen Ergebnissen von Projekten zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement wurden mehr als 120 attraktive Module für alle Unternehmensgrößen entwickelt.

- AlleinunternehmerInnen-Coaching
- Spezielle VitalModule für kleine und mittlere Unternehmen
- Umsetzung von Betrieblichem Gesundheitsmanagement in Großunternehmen

*ROI (Return of investment) = Kosten-Nutzen-Verhältnis

Die UNIQA VitalBilanz in der Praxis

Ob Kleinbetrieb oder Großkonzern, wir haben das passende Angebot. Wählen Sie aus rund 120 attraktiven Modulen. Einige Beispiele:



| Umfeldbilanz | belastende Faktoren erkennen |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Projekt-Coaching ▪ Projektmanagement ▪ Ist-Analyse ▪ Moderierte Gesundheitszirkel ▪ Gesundheitsmarketing- Instrumente | <ul style="list-style-type: none"> → Erstgespräch, Planungsworkshop, Fonds Gesundes Österreich-Coaching → externe Prozessbegleitung → VitalBilanz Index – anonyme Befragung der MitarbeiterInnen → VitalCoaching am Arbeitsplatz → VitalPortalCompany |




| Bewegungsbilanz | Lust an der Bewegung neu entdecken |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ ImpulsWorkshop ▪ VitalDiagnostik ▪ VitalKurse ▪ VitalBilanz Special | <ul style="list-style-type: none"> → Gesunde Ernährung und Bewegung → Wirbelsäulenscreening mit MediMouse → Nordic Walking, Pilates, Starker Rücken → Individuelles FitnessProfil → u.v.m. |

| Mentalbilanz | Vitalkraft beginnt im Kopf |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ ImpulsVortrag ▪ VitalDiagnostik ▪ VitalKurse ▪ VitalBilanz Special | <ul style="list-style-type: none"> → Was glücklich macht – Antworten aus der Vitalpsychologie → Stressmessung mit Biofeedback und persönliche Beratung → Mentales FitnessTraining → 2 tages Seminar: Vitalität beginnt im Kopf → u.v.m. |



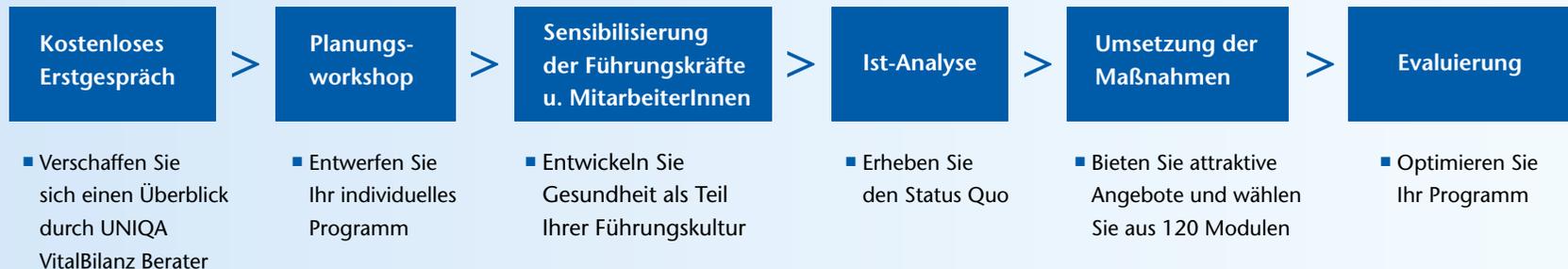
| Ernährungsbilanz | Vitalität kann man essen |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ ImpulsWorkshop ▪ VitalDiagnostik ▪ VitalKurse ▪ VitalBilanz Special | <ul style="list-style-type: none"> → Vitalität kann man essen → Messung der Körperzusammensetzung → Kochworkshops → Kantinen-Coaching, Vital Einkaufen → u.v.m. |

| Energiebilanz | Kraftquellen und Energieräuber finden |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ ImpulsVortrag ▪ VitalDiagnostik ▪ VitalKurse ▪ VitalBilanz Special | <ul style="list-style-type: none"> → Glücksfaktor Vitalität → Chronobiologische Energiemessung → Yoga, Entspannungstechniken → 2 tages Seminar: Erfolgreich ohne Auszubrennen → u.v.m. |





Die UNIQA VitalBilanz als ganzheitliches Projekt



Fordern Sie gleich Ihr kostenloses Erstgespräch an unter 0800 2049999 oder per E-Mail: vitalbilanz@uniqa.at

Unsere Kompetenz – Ihre Sicherheit

Ein Netzwerk von 21 zertifizierten VitalBilanz BeraterInnen und 100 VitalBilanz Coaches stellen eine kompetente Projektbegleitung und Umsetzung der Maßnahmen sicher.

Ihre Partner

UNIQA HealthService
Services im Gesundheitswesen GmbH
Untere Donaustraße 21, 1029 Wien