

A woman with blonde hair tied back, wearing a dark green sweater, is standing at a wooden adjustable desk. She is smiling and looking at two computer monitors. The left monitor displays a data table, and the right monitor shows a software interface. On the desk, there is a keyboard, a mouse, a small potted plant, a mug, and a notebook. The background features large windows with a city view, indoor plants, and office partitions.

Easy BGM

Gesundheitsförderung **einfach** machen.

Es beginnt mit 100+ guten Beispielen zur Inspiration



★ Empfohlen

Grippe-Impfaktion

Grippewellen kosten Unternehmen in Deutschland jährlich Millionen durch Fehlzeiten – und ein erheblicher Teil dieser Ausfälle wäre vermeidbar. Die betriebliche...

Vorsorge & Früherkennung halber Tag unter 100 €

Ansehen →

• • • • •

Alle

⚡ Besonders einfach (24)

👤 Als MA selbst machen (25)

💰 Kostenlos (62)

🕒 Kaum Aufwand (56)

📺 Mit Video (2)

🏃 Bewegung (27) 🧠 Stress & Psyche (19) 🥗 Ernährung (13) 📋 Governance & Compliance (11) 🩺 Vorsorge & Früherkennung (8)

🛡️ Ergonomie & Arbeitssicherheit (8) 🌐 Moderne Arbeitswelt & Digitalisierung (4) 🧘 Gesunde Führung (4) 🤝 Unternehmenskultur & Zusammenhalt (2)



0 € - kostenlos

Team-Spaziergang

Nicht jede Teammaßnahme muss einen messbaren Output haben. Der Team-Walk ist eine Ausnahme von der Effizienzlogik des Büroalltags – und genau deshalb so wirksam...

Bewegung unter 30 Min.



Gesundheits-Screening

Vorsorge scheitert in Deutschland oft nicht am Bewusstsein, sondern am Weg. Wer einen eigenen Arzttermin für Blutdruck oder Blutzucker organisieren muss, versc...

Vorsorge & Früherkennung mehrtägig mit Budget

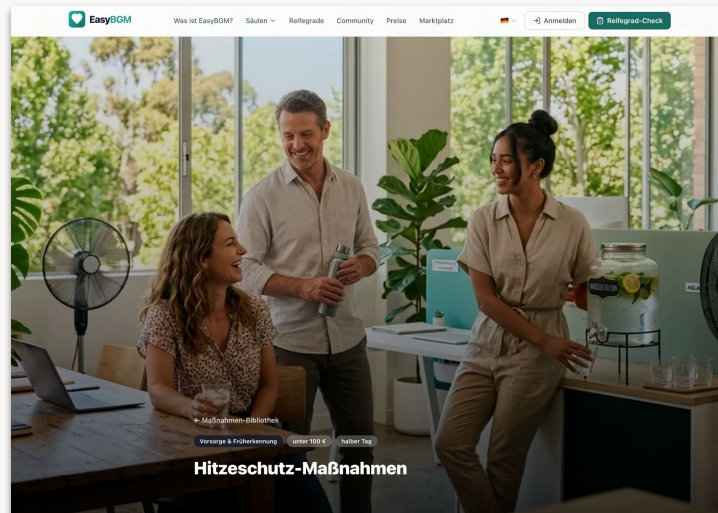


0 € - kostenlos

Mikropausen per Reminder: Bewegung, die sich erinnert

Verhältnisprävention, die im BGM-Alltag funktioniert: Mikropausen per Reminder brechen lange Sitzphasen auf – systematisch, freiwillig und dokumentierbar.

Bewegung unter 30 Min.



Hitzeschutz-Maßnahmen

Hitzewellen werden häufiger, länger und extremer – und Arbeitgeber sind rechtlich wie menschlich verpflichtet, ihre Belegschaft zu schützen. Ein Hitzeschutz-Plan ist kein Luxus mehr, sondern betriebliche Grundvorsorge für den Sommer.

Was Hitze im Büro tatsächlich anrichtet Ab 26 Grad Innenraumtemperatur sinkt die kognitive Leistungsfähigkeit messbar – Konzentrationsfähigkeit, Reaktionszeit und Entscheidungsqualität nehmen ab. Ab 30 Grad steigt das Risiko hitzebedingter Beschwerden: Kopfschmerzen, Schwindel, Kreislaufprobleme. Wer an heißen Tagen ohne Anpassung weiterarbeitet wie sonst, arbeitet schlechter und gefährdet die Gesundheit seiner Mitarbeitenden. Ein Plan macht konkrete Schutzmaßnahmen zur Selbstverständlichkeit.

Was ein Hitzeschutz-Plan mindestens enthalten sollte Trinkangebote – kostenlose Wasserflaschen oder Zapfstellen – sind das Minimum. Dazu: Empfehlungen für Kleidung, Lüftungsregeln für Büros (kühl Halten mit Nachtlüftung, tagsüber Rollläden geschlossen), flexible Arbeitszeitregelungen an extremen Hitzetagen und klar kommunizierte Ruhemöglichkeiten. Wer Außenarbeit im Programm hat, braucht darüber hinaus klare Bannlein zu Expositionszeiten und Schattensuche.

Oder dem Kalender voll mit über 400 Anlässen



**GESUNDHEITSTAGE & AKTIONSTAGE 2026/2027
KOSTENLOSER BGF-JAHRESKALENDER**

Nie wieder überlegen, was Sie für die Gesundheit im Team machen können.

Die Gesundheitstage und Aktionstage 2026/2027 über 400 Anlässe, zu jedem eine fertige, erprobte Idee, direkt in Ihrem Kalender. Einmal abonnieren, fertig.

Ihre.eMail@firma.de

Bundesweit (keine Stadt)

Kalender kostenlos abonnieren +

Sie abonnieren nur den Kalender - zu jedem Anlass eine fertige Idee zur Gesundheitsförderung, kein Newsletter, jederzeit abbestellbar. Datenschutz
Ein Klick - auch in Ihren Kalender. Funktionen mit:
Google Kalender Apple Kalender Outlook

Schon entschieden? Den ersten Anlass gibt es fertig - mit Ablauf, Aktionsbeschreibung und Termin. Mit einem Klick einrichten. 4 Mit Code BGM330 erhalten dabei die 30-Tage-Serie einen 14 Tage

Von den Machern von EasyBGM – Gesundheitsförderung für den Mittelstand: ✓ Keine Partner-Kasse nötig ✓ Keine Fachkraft nötig
✓ 1 Std./Woche reicht

Über 400 Anlässe – Sie brauchen nur die passenden

Aktionstage, Saison-Themen und interne Anlässe, fertig recherchiert. Der Kalender schlägt vor, Sie picken die 6-8, die zu Ihnen passen.

Kalender abonnieren +

Zu jedem Anlass eine erprobte Maßnahme

Kein „musste man mal“ – jeder Anlass führt auf eine echte Best-Practice mit Foto, die ein kleines Team stemmen kann.

Kalender abonnieren +

Alle Handlungsfelder abgedeckt

Bewegung, Ernährung, Psyche, Sport – der Kalender verteilt die Anlässe über die Handlungsfelder, so entsteht ein ausgewogenes Gesundheitsjahr.

Kalender abonnieren +

Direkt in Ihrem Kalender

Einmal abonnieren (Outlook, Google, Apple) – Aktualisierungen kommen automatisch. Kostenlos, jederzeit abbestellbar.

Kalender abonnieren +

Dashboard > Kalender

Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen planen und nachverfolgen

Kalender **Meine Anlässe** **KPI-Dashboard**

Suchen ... Filter Alle

Art: Aktionstag Event Messe Saisonal Sport Intern Status **Vorschlag** **Übernommen** **Erwartet** **angeplant** Maßnahme hinterlegt Farbe > Kalender (siehe Kalenderliste)

407 Ergebnisse

Neues Event

Kalender

Team

- ☒ BGF Standard mit Vo...
- ☒ BGM mit Vorschlägen
- ☐ Nur für mich
- ☒ Mein Kalender

+ Kalender hinzufügen

Google-Kalender

Die Google-Anbindung ist noch nicht eingerichtet – das erledigt ein Administrator im Admin-Bereich.

Monat < Oktober 2026 > **Heute**

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
28	29	30	1	2	3	4
Weltstillwoche						
Kongress BGM (Köln)		Brustkrebsmonat (Pink October)		Europäischer Depres...		
Tag der Endometriose		Tag der Legasthenie		Apoptiken-Impfange...		
Weitererztag		weitere 24				
5	6	7	8	9	10	11
Brustkrebsmonat (Pink October)						
Tag der Epilepsie		Europäischer Tag der...		Welttag des Sehens		Tag der Naturheilkunde
World Financial Plans				Welt-Mental-Health-T...		Welttag der seelische...
12	13	14	15	16	17	18
Brustkrebsmonat (Pink October)						
Welt-Arthrose-Tag		Welt-Thrombose-Tag		Deutscher Hospiztag		Tag des weißen Stocks
Welt-Rheuma-Tag		Welthandewaschtag		Weltungentag		Welt-Restart a Heart
19	20	21	22	23	24	25
Brustkrebsmonat (Pink October)						
Arbeitsschutz Aktuell (Stuttgart)		Welttag des Stotterns		Welt-Polo-Tag		Zeitmstellung auf Wi...
26	27	28	29	30	31	1
Brustkrebsmonat (Pink October)						
Welt-Ergotherapie-Tag		Welt-Psoriasis-Tag		Welt-Schlaganfall-Tag		Herzwochen
		Welt-Schlaganfall-Tag				Movember (Männern...
						Betriebsvereinbarung
						weitere 15
2	3	4	5	6	7	8
Herzwochen						

Mit einem Klick übernehmen und planen

IHRE GEWÄHLTE MASSNAHME

Handyfreie Mittagspause: Echte Pause statt zweitem Bildschirm

Moderner Arbeitswelt & Digitalisierung - kostenlos - unter 30 Min.



Was bringt es Ihnen?

- Kostenlos
- Kein Aufwand
- Sofort umsetzbar
- Gutes Signal
- Stärkt sozialen Zusammenhalt

Moderne Arbeit braucht klare Erholungsräume: Die handyfreie Mittagspause ist ein BGM-Baustein gegen ständige Erreichbarkeit - relevant für psychische Gesundheit und gesunde Führung.

Warum die Pause ohne Erholung nicht erht

Das Gehirn unterscheidet nicht zwischen Arbeit und Social-Media-Reizflut – beides hält es im Aktivmodus. Wer durch die Pause scrollt, kommt erschöpfter zurück, als hätte er durchgearbeitet. Echte Erholung braucht einen Bruch im Reizstrom: ein Gespräch, ein Spaziergang, einfach mal nichts. Genau diesen Bruch schützt eine handyfreie Zone.

Eine Einladung, kein Verbot

Der Ton entscheidet über den Erfolg. Eine handyfreie Mittagspause an ein, zwei Tagen pro Woche, freundlich angekündigt und klar markiert, wirkt als Einladung zur echten Pause. Ein Verbot dagegen erzwingt Trotz. Es geht nicht um Disziplin, sondern darum, einen geschützten Raum anzubieten, in dem niemand das schlechte Gewissen hat, „erreichbar“ sein zu müssen.

Besonders wertvoll in der hybriden Arbeitswelt

Gerade wo Arbeit und Privates digital verschwimmen, ist die bewusste Offline-Pause ein starkes Signal moderner Führung: Erreichbarkeit hat Grenzen, und Erholung ist erwünscht. Teams berichten von weniger Nachmittagsmüdigkeit und mehr echter Verbindung – ein kleiner Schritt mit Wirkung auf die ganze Pausenkultur.

E-Mail eintragen – und Sie stehen direkt in Ihrem Cockpit. Ganz ohne Passwort.

Das steht dann schon fertig drin:

- Digitale Detox-Mittagspause
- Digital Detox (Januar): E-Mail-freie Morgenroutine
- Stressbelastung reduzieren
- Eine Frage: Wie gut kannst du in den Pausen wirklich abschalten? (Skala 1-30)

Arbeits-E-Mail

Nur für Ihren Zugang – kein Newsletter.

Land:

Deutschland

Bestimmt Pflichttermine im Kalender, Vergleichswerte beim Krankenstand und den angestiegenen Reizeströmen.

Maßnahme kostenlos starten

oder

Mit Google fortfahren

Lieber persönlich? Kostenlose Erstberatung buchen

WAS JETZT PASSIERT

1. **Kostenloses Konto anlegen**
E-Mail und Name – 30 Sekunden. Keine Kreditkarte.
2. **Maßnahme konfigurieren**
Anlass, Ziel, Teilnehmer – der Wizard führt durch jeden Schritt.
3. **Los. Einladungen gehen automatisch raus.**
Versendet, erinnert und misst die Wirkung – von selbst.
Dauerhaft kostenlos, kein Ablauf, keine Kreditkarte.
1-2 Stunden am Wochenende.
Keine Kreditkarte: Abrechnung nach Art. 28 DSGVO - Hosting in Frankfurt
IDB - jederzeit kündbar
Erd nur schauen? Demo ansehen - kostenlose Registrierung

Immer komplett mit

- Storytelling
- Handlungsfeld
- Anlass
- Maßnahme
- Ziel
- Umfrage

0 € unter 30 Min.

Automatisch mit dabei:

Handlungsfeld

Bewegung

Anlass

Europäische Mobilitätswoche

Maßnahme

Pendel-Challenge

Schrittzähler-Challenge

Team-Spaziergang

Ziel

Bewegungsangebote ausbauen

Befragung

Ja/Nein: Machst du bei der nächsten Bewegungs-Aktion wieder mit?

Für Ihr Unternehmen planen

Der Planungs-Wizard übernimmt

Handlungsfeld, Anlass, Maßnahme, Ziel und

Befragung aus diesem Beitrag. Sie prüfen,

passen an und legen alles mit einem Klick an.

Für uns planen →

Beispiel: "Mobilitätswoche"

Direkt im BGF-Cockpit

 **EasyBGM**

 **BGM-Cockpit**
BGM-Übersicht & Kennzahlen

 **BGM-Reifegrad**
BGM-Reifegrad Ihrer...

 **GF-Zahlen**
Executive Dashboard mit Teilen...

 **Best Practices**
Erprobte BGM-Maßnahmen aus der...

 **Kalender**
Events, Anlässe und Maßnahmen...

BEM

COMPLIANCE

UNSER UNTERNEHMEN

EINSTELLUNGEN

WISSEN
 Übersicht

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

 **Anna**
Ihre KI-Assistenz

ACME GmbH

START+BGM

🔍

DE

🇩🇪

Demo

3

🔔

🌙

👤

START+BGM

DEINE AKTUELLE MASSNAHME



Move Republic – gemeinsam in Bewegung

Als Nächstes: Lade ein paar Kolleg:innen ein – 3 bis 5 reichen für den Anfang.

1

Maßnahme

2

Einladen

3

Teilnahme

4

Befragung

5

Report

Per E-Mail einladen

Per Link einladen

Schritte öffnen

19 Teilnehmende

NEUE MASSNAHME STARTEN

Bewegung



Lunch-Walk: Gemeinsam gehen statt sitzen

Der einfachste Weg, Bewegung systematisch ins BGM zu holen: ein fester Lunch-Walk – niedrigschwellig, dokumentierbar und ein idealer Einstieg ins Handlungsfeld Bewegung.

0 €

unter 30 Min.

Messbares Ziel: 0 → 3 Angebote

Automatisch mit dabei:

⊕

Bewegungsangebote ausbauen

⊕

Kurze Ja/Nein-Frage ans Team

⊕

Kick-off-Termin: Internationaler Tag der Bewegung (10. Mai): Firmen-Bewegungstag

Jetzt starten



Stress & Mentale Gesundheit



Die Achtsamkeits-Minute: 60 Sekunden gegen den Dauerstress

Psychische Gesundheit im BGM beginnt niedrigschwellig: Die tägliche Achtsamkeits-Minute ist ein erster Baustein im Handlungsfeld Stress – noch vor der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung.

0 €

unter 30 Min.

Messbares Ziel: 8 → 5 Stress-Level (1-10)

Automatisch mit dabei:

⊕

Stressbelastung reduzieren

⊕

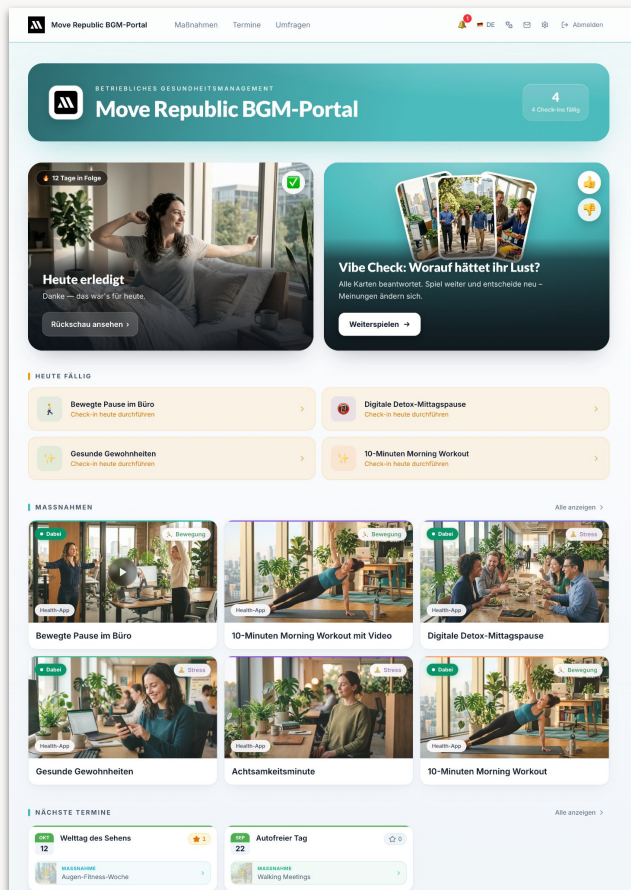
Eine Stimmungs-Frage (Skala)

⊕

Kick-off-Termin: 5-Minuten-Achtsamkeit: Geführte Pause im Arbeitsalltag



Die Mitarbeitenden haben ein 24/7 Gesundheits-Portal



Macht Spaß!

- Täglicher Check-In
 - Wie geht's?
Beschwerden?
- Vibe Check
 - Woran haben die MA
Interesse? "Tinder-Like"
- Geplante Umfragen,
Maßnahmen, Anlässe
- NEU: 24/7 Self-Service
Dauerangebote



Fundierte BGM-Prozesse nach Leitfaden-Prävention



“Die Krankenkassen fördern mit Leistungen zur Gesundheitsförderung in Betrieben (betriebliche Gesundheitsförderung) insbesondere den Aufbau und die Stärkung gesundheitsförderlicher Strukturen.”

Dokumentation

Die Akte Ihrer Firma was passiert ist, Ihre Nachweise und Ihre Dokumente an einem Ort.

Journal Nachweise Dokumente

Journal

Was in Ihrer Firma passiert ist – automatisch festgehalten, z. B. Einladungen und Befragungen.

Alle Firma Meine

Bereich Alle Bereiche

Person Alle Personen

Zeitraum Gesamter Zeitraum

HEUTE

Befragung „FeverCurve – täglicher Check-In“ gestartet
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · Befragung

Unternehmensdaten vollständig erfasst
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · BGF

Maßnahme „Move Republic – gemeinsam in Bewegung“ gestartet
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · BGF

2 Termine angelegt
Zuletzt: „Berliner Frauenlauf 2026 – Starke Frauen, starkes Team“ am 2026-05-01
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · Kalender

BGF-Reifegrad-Check abgeschlossen: Stufe 1 von 4
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · BGF

Paket gewechselt: enterprise → bgm_starter
Sandra Müller · Manager · vor 25 Min. · Plattform

Öffnen →

Öffnen →

Öffnen →

Öffnen →

Dokumentation

Die Akte Ihrer Firma was passiert ist, Ihre Nachweise und Ihre Dokumente an einem Ort.

Journal Nachweise Dokumente

Vorlagen

Pflicht-Dokumente und freiwillige Nachweise mit geführter Erfassung

Dokumenttyp	Rechtsgrundlage	Aufbewahrung	Einträge	Nächster Termin	Status	
Gefährdungsbeurteilung	ArbStätt §5-6	2 Jahre	0	–		Neu
Unterweisung	ArbStätt §12	2 Jahre	0	–		Neu
BEM-Protokoll	SfB7 Abs. 2 SGB IX	3 Jahre nach Ende BEM	0	–		Neu
BEM-Prozess-Dokumentation	SfB7 Abs. 2 SGB IX	Permanent (Prozessdokumentation)	0	–		Neu
Begegnungsbericht	ArbStätt §3, ASG	5 Jahre	0	–		Neu
Unfallbuch-Eintrag	GGU/Verschrift § 34	5-10 Jahre	0	–		Neu
Vorsorgekartei-Eintrag	ArbMediV §3	Bis Austritt + 30 Jahre	0	–		Neu
Compliance-Dokumentations-Guide	ArbStätt §6, DGUV V1 §24	Dauerhaft	0	–		Neu
BGF-Maßnahmen-Dokumentation	Freiwillig	–	0	–		Neu
BGF-Jahresplanung	Freiwillig	–	0	–		Neu

10 moderne Handlungsfelder

10 HANDLUNGSFELDER

Von Bewegung bis Führung: Wählt das Feld, das euch gerade drückt.



Bewegung



Ernährung



Stress & Psyche



Suchtprävention



Ergonomie & Arbeitssicherheit



Gesunde Führung

TOP-FAKTOR



Unternehmenskultur



Vorsorge & Früherkennung



BGM-Governance



Moderne Arbeitswelt

NEU 2026



HANDLUNGSFELD 3

OKV-förderbar

Stress & Psyche

Psychische Belastung ist der häufigste Grund für lange Ausfälle.

Achtsamkeit, Resilienz und Burnout-Prävention helfen Mitarbeitenden, mit Druck umzugehen, bevor er krank macht. Hier geht es um den klassischen psychischen Stress — neue, digitale Belastungen behandelt Feld 10.

WARUM ES SICH LOHNT

Psychische Erkrankungen verursachen die längsten Fehlzeiten überhaupt und steigen seit Jahren. Frühzeitige, niedrigschwellige Angebote senken Ausfälle und Fluktuation — und sind nach §20b SGB V förderbar. Wirkung entfaltet das Feld aber nur zusammen mit gesunder Führung (Feld 6).

Maßnahmen ansehen →

Cockpit

- BGF-Cockpit
BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
BGF-Reifegrad Ihrer...
- GF-Zahlen
Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
Erprobte BGF-Maßnahmen aus de...
- Kalender
Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen / ...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG

- BEM
- COMPLIANCE
- Compliance-Check
Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych
Psychische... \$5 ArbSchG
- Dokumentation
BGM-Dokumentation erstellen &...
- GESCHÄFTSFÜHRUNG
- UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

Willkommen zurück, Sandra Müller!

Ihr BGF-Management auf einen Blick

Anna – Ihre BGM-Managerin

Starten Sie jetzt – diese Schritte bringen Ihnen sofort den größten Mehrwert:

Mitarbeitende informieren

Sag Bescheid: Einladung aus der Maßnahme, ein Post in Slack oder im Intranet, ein Aushang. Erledigt, sobald die erste Einladung raus ist – oder du es selbst abhakt.

Als erledigt markieren →

Best Practices entdecken

Schauen Sie in die Best-Practice-Bibliothek, ob Sie jemanden kennen, und lernen Sie von anderen BGF-Verantwortlichen.

Zu den Best Practices →

Kommunikations-Kit ansehen

Schauen Sie ins Kommunikations-Kit – dort liegen fertige Texte, mit denen Sie BGF Intern und nach außen bekanntmachen.

Zum Kommunikations-Kit →

Anna

BGM-Managerin

KI-Assistenz

vergleichen mit Umfragen:
Kombiniert die FeverCurve mit dem Vibe Check (kommt gleich!) – dann seht ihr, ob Stress oder Unzufriedenheit hinter Ausreißern stecken.

Weiter zum nächsten Abschnitt?
Ich scrolle zu „Vibe Check“ – da seht ihr, wie zufrieden eure Mitarbeiter:innen gerade jetzt sind. (Einfach „Weiter“ sagen!) 😊

Nachricht schreiben...

Aktuelle BGF-Aktivitäten

Plane Events, Maßnahmen, Ziele und Befragungen nach deinem BGF-Reifegrad

Planungs-Wizard

Kalenderanlässe

1 Kalenderanlässe

Hamburger Winterlauf 202...
01. Dez. 2026

Hinzufügen

Maßnahmen

4 To-do
3 aktiv, 1 geplant

Move Republic ...
Bewegung - 0 Wo.
0% 75%
Einladung fehlt

Bewegte Pause...
Bewegung - 0 Wo.
0%
Einladung fehlt

Stressmanage...
Psychische Gesundheit - 16 Wo.
Aktiv

Ziele

5 Ziele

Mitarbeiterbefragu...
Unternehmenskultur - Hoch
0%
91 Tage

Bewegungsangebot...
Prävention - Hoch
0%
181 Tage

Stressbelastung red...
Prävention - Hoch
0%
272 Tage

Befragungen

4 To-do
7 aktive Befragungen

FeverCurve — täglicher Ch...
Täglicher Check-in - Zahlen nur anonym in der Auswertung
Im Portal aktiv Aktiv

Stressbelastung Team-Check
0 Antworten
Nicht versendet Aktiv

Bewegte Pause Feedback
0 Antworten
Nicht versendet Aktiv

 BGM-Cockpit

BGM-Übersicht & Kennzahlen

 BGM-Cockpit

 BGM-Reifegrad

BGM-Reifegrad Ihrer...

14

 GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...

 Best Practices

Erprobte BGM-Maßnahmen aus de...

 Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

 Maßnahmen / ...

6

 Health-Apps

 Ziele

5

 Befragungen

 Marktplatz

BGM-Dienstleister

IHR BGM-WEG

BEM

COMPLIANCE

 Compliance-Check

Compliance-Status & Verlauf über...

 GBPsych

Psychische...

\$5 ArbSchG

 Dokumentation

BGM-Dokumentation erstellen &...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Stress-Level

37,7

/ 100

aus Stress-/COPSOQ-Umfrage - niedriger = besser

vs. 50,0 / 100 Referenzwert (neutral)

Aktuellen Wert setzen



Zeit für BGF

3,0

/ 4

Level 1 = wenig - Level 4 = intensiv

vs. 4,0 / 4 Ziel-Level

Aktuellen Wert setzen



BGF Budget

586,0

€/MA

97,7 % vom Limit - 703.200 €/Jahr

vs. 600,0 €/MA = 100 % (§3 Nr. 34 EStG)

Aktuellen Wert setzen



BGF-SCORE

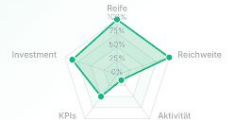
Fortgeschritten

69

/ 100

Potenzial: 81 - Was wäre mit mehr Einsatz möglich?

Simulieren



Reifegrad

4

Systemisch

Neues Assessment



Mitarbeitende

1.200

100% mit BGF erreicht (2.844 MA)

Mitarbeiterzahl aktualisieren



Meine Zeit für BGF

< 2h / Woche

2-5h / Woche

1-2 Tage / Woche

Vollzeit-Team

Verlauf

Zeit-Level aktualisieren



Best Practices

Neueste Aktivität

EasyBGM Redaktion

ein Monat

Dieser Fragebogen ist eine BETA-Fassung: fachlich fundiert aufgebaut, aber arbeitspsychologisch noch nicht...

Zu den Best Practices

Stress & Psyche

Aktuell: 37,7 / 100

Handlungsfeld - Prävention

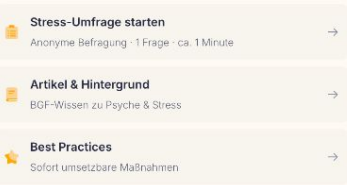
Psychische Belastung ist Hauptursache langer Fehlzeiten. Regelmäßige Kurzumfragen und einfache Maßnahmen machen den Unterschied.

Stress-Umfrage starten

Artikel & Hintergrund

Best Practices

Stress-Umfrage starten



 Anna

Ihre KI-Assistenz

Der 5-Schritt- Planungsprozess

Willkommen zurück, Sandra Müller!

Ihr BGF-Management auf einen Blick

Anna – Ihre BGM-Managerin

Starten Sie jetzt – diese Schritte bringen Ihnen sofort den größten Mehrwert:

Mitarbeitende informieren

Sag Bescheid: Einladung aus der Maßnahme, ein Post in Slack oder im Intranet.

Als erladigt markieren →

Planungs-Wizard

Schritt 1 von 5

Handlungsfeld

Jetzt dran

Anlass

Offen

Maßnahme

Offen

Ziel

Offen

Befragung

Offen

Wähle das Handlungsfeld, das du jetzt angehen willst. Deine priorisierten Handlungsfelder sind hervorgehoben.

Das gewählte Handlungsfeld dient als Filter für die nächsten Schritte (Anlass, Maßnahme, Ziel, Befragung).

Bewegung

Stress & Psyche

Ergonomie & Arbeitssicherheit

Ernährung

Suchtprävention

Gesunde Führung

Unternehmenskultur

Vorsorge & Früherkennung

BGM-Governance

Moderne Arbeitswelt

Abbrechen

Anna

BGM-Managerin

KI-Assistenz

Hallo! Ich bin Anna, deine KI-Assistentin für BGM. Ich begleite dich durch deinen gesamten BGM-Prozess - egal ob du gerade erst startest oder schon mittendrin bist. Ich kann dir helfen bei:

- Orientierung im 6-Phasen-BGM-Prozess
- Fragen zu Checklisten und nächsten Schritten
- Auswahl des richtigen Experten für dein Anliegen

Was kann ich heute für dich tun?

Nachricht schreiben...

Aktuelle BGF-Planung

Plane Events, Maßnahmen, Ziele und Befragungen nach deinem BGF-Reifegrad

Kalenderanlässe

0 von 4 Kalenderanlässen in Reifegrad 1

Planungs-Wizard

Maßnahmen

Alle 2 Maßnahmen belegt in Reifegrad 1

2 To-do

Move Republic...

Aktiv

Bewegung · 0 Wo.

0%

76%

Einladung fehlt

Ziele

0 von 2 Ziele in Reifegrad 1

Hinzufügen

Befragungen

1 von 2 Befragungen in Reifegrad 1

FeverCurve – täglicher Chec...

Täglicher Check-In · Zahlen nur anonym in der Auswertung

Im Portal aktiv

Aktiv

Ihr BGF-Management auf einen Blick

Starten Sie jetzt – diese Schritte bringen Ihnen sofort den größten Mehrwert:

Schritt 3 von 5

Befragung

Offen

Wähle eine Maßnahme mit einem Klick – oder such selbst.

Achtsamkeitsminute
1 Minute Stille am Anfang jedes Meetings. Ankommen, durchatmen, fokussieren. Wer dieses Ritual erst einmal eingeführt hat, möchte es nie me...

Überspringen Andere Maßnahme

Abbrechen

+ Starten

Planungs-Wizard

Plane Events, Maßnahme

Planungs-Wizard

Einladung fehlt

Hinzufügen

Täglicher Check-In · Zahlen nur

Im Portal aktiv

Willkommen zurück, Sandra Müller!

Ihr BGF-Management auf einen Blick

Anna – Ihre BGM-Managerin

Starten Sie jetzt – diese Schritte bringen Ihnen sofort den größten Mehrwert:

Mitarbeitende informieren

Sag Bescheid: Einladung aus der Maßnahme, ein Post in Slack oder im Intranet.

Als erledigt markieren

Planungs-Wizard

Zusammenfassung

Handlungsfeld Stress & Psyche

Anlass Welttag der seelischen...

Maßnahme KI-Sprechstunde für Mitarbeitende

Ziel Stressbelastung reduzieren

Befragung Work-Life-Balance Befragung

Noch ist nichts angelegt. Prüfe deinen Plan – mit „Planung abschließen“ wird alles zusammen angelegt.

Handlungsfeld Stress & Psyche

Anlass Welttag der seelischen Gesundheit

Maßnahme KI-Sprechstunde für Mitarbeitende

Ziel Stressbelastung reduzieren

Befragung Work-Life-Balance Befragung

Abbrechen

Planung abschließen

Anna

BGM-Managerin

KI-Assistenz

Hallo! Ich bin Anna, deine KI-Assistentin für BGM. Ich begleite dich durch deinen gesamten BGM-Prozess – egal ob du gerade erst startest oder schon mittendrin bist. Ich kann dir helfen bei:

• Orientierung im 6-Phasen-BGM-Prozess

• Fragen zu Checklisten und nächsten Schritten

• Auswahl des richtigen Experten für dein Anliegen

Was kann ich heute für dich tun?

Nachricht schreiben...

Aktuelle BGF-

Plane Events, Maßnahmen, Ziele und Befragungen nach deinem BGF-Reifegrad

Kalenderanlässe

0 von 4 Kalenderanlässen in Reifegrad 1

Planungs-Wizard

Maßnahmen

Alle 2 Maßnahmen belegt in Reifegrad 1

Move Republic...

Bewegung · 0 Wo.

0%

76%

Einladung fehlt

Ziele

0 von 2 Ziele in Reifegrad 1

Hinzufügen

Befragungen

1 von 2 Befragungen in Reifegrad 1

FeverCurve – täglicher Chec...

Täglicher Check-In · Zahlen nur anonym in der Auswertung

Im Portal aktiv

Aktiv

3-Säulen

BGF / BEM / AS

- Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...
- Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Maßnahmen /...

2
- Health-Apps
- Ziele

2
- Befragungen
- Marktplatz

BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG
- BEM
- COMPLIANCE
- UNSER UNTERNEHMEN
- EINSTELLUNGEN

Components

DEV
- Benutzer

1
- Land & Rechtsrahmen

Pflichttermine, Benchmark, Recht
- Säulen

BEM + Arbeitsschutz aktivieren
- HR-Integrationen
- KI & Datenschutz
- Dokumentation
- WISSEN

Säulen

BGM ist das Dach über drei Säulen. Ihr startet mit der Gesundheitsförderung. BEM und Arbeitsschutz aktiviert ihr einzeln, sobald ihr sie braucht –und deaktiviert sie wieder, solange sie keine Daten enthalten. Das Schloss zeigt nur, was euer Paket noch nicht enthält.

	 Gesundheitsförderung (BGF) Säule 3 - Ihr Einstieg Aktiv	 BEM – Eingliederungsmanagement Säule 2 - Pflicht nach § 167 Abs. 2 SGB IX Aktiv	 Arbeitsschutz & GBPsych Säule 1 - Pflicht, inkl. psychischer Gefährdungsbeurteilung Aktiv
AKTIVIERUNG	Immer aktiv –euer Einstieg.	Aktiv. Ihr könnt sie wieder deaktivieren, solange sie keine Daten enthält.	Aktiv. Enthält bereits Daten und bleibt deshalb aktiv.
ERSTER SCHRITT	 BGF-Reifegrad-Check Mit dem Reifegrad wächst, was im Menü erscheint.	 Keiner – sofort nutzbar.	 Compliance-Check Zeigt, wo ihr steht –danach öffnen sich GBPsych und Dokumentation.
IM MENÜ	 BGF-Cockpit  BGF-Reifegrad GESUNDHEITSFÖRDERUNG  Maßnahmen / Interventionen Experten-Ansicht  Ziele Experten-Ansicht  Befragungen ab Reifegrad 1 Experten-Ansicht + 8 weitere Menüpunkte	BEM  Gesundheits-Gespräche  BEM-Verwaltung ab BGM-Starter	COMPLIANCE  Compliance-Check  GBPsych ab BGM-Starter nach dem Compliance-Check  Dokumentation ab Starter nach dem Compliance-Check
AKTION	Zum BGF-Cockpit	Zur BEM-Verwaltung Deaktivieren	Zur GBPsych Enthält Daten –bleibt aktiv

Alle Menüpunkte und Funktionen zeigen

 **BGM-Cockpit –das Dach**
Aktiv: alle Säulen auf einen Blick.

Zum BGM-Cockpit

-  Im Menü
-  Erscheint nach Aktivierung
-  Im Paket nicht enthalten
-  Wartet auf den ersten Schritt
-  Wächst mit dem Reifegrad

Gefällt Ihnen die Demo?
Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

BEM-Verwaltung

Betriebliches Eingliederungsmanagement nach §167 SGB IX

Aktualisieren

Fehlzeit erfassen

Kandidaten 4BEM-FälleFehlzeitenKennzahlenVorlagenWissenswertes

🔔 Neue Kandidaten (4)

Diese Mitarbeitenden haben die BEM-Schwelle überschritten und haben noch keinen offenen BEM-Fall.

Mitarbeiter/in	Abteilung	Fehltag(e) (12 Mon.)	Status	Aktion
Klaus Maier	Produktion	48 Tage	Kein BEM-Fall	BEM starten
Stefan Zimmermann	Produktion	55 Tage	Kein BEM-Fall	BEM starten
Carolin Wolf	Vertrieb	44 Tage	Kein BEM-Fall	BEM starten
Petra Schmitt	Produktion	45 Tage	Kein BEM-Fall	BEM starten

👁 Zu beobachten (4) 21-41 Fehltag(e)

Diese Mitarbeitenden nähern sich der gesetzlichen BEM-Schwelle von 42 Tagen.

🔔 Wann ein präventives BEM sinnvoll sein kann

Sie können freiwillig auch vor Erreichen der 42-Tage-Schwelle ein BEM anbieten – typische Anlässe:

Wiederholte Kurz-AU in kurzen Abständen (Chronifizierungs-Risiko)

Saisonale Häufungen (z. B. wiederkehrende Fehlzeiten in der dunklen Jahreszeit)

Auffällige Häufung in einer Abteilung oder nach Belastungsspitzen

Hinweis: Präventives BEM ist freiwillig, nicht verpflichtend nach §167 SGB IX (German law).

Mitarbeiter/in	Abteilung	Fehltag(e) (12 Mon.)	Risiko	Kurz-AU	Fortschritt bis BEM	Aktion
Fabian Stein	Marketing	22 Tage	Hoch Bradford 352	0x	Noch 20 Tage bis BEM	Gesundungs-Gespräch anbieten Präventiv starten
Tim Richter	IT	35 Tage	Hoch Bradford 315	0x	Noch 7 Tage bis BEM	Gesundungs-Gespräch anbieten Präventiv starten
Thomas Krause	HR	38 Tage	Hoch	0x		Gesundungs-Gespräch anbieten Präventiv starten

 **EasyBGM**

 **Kalender**
Events, Anlässe und Maßnahmen...

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

 **Maßnahmen /...** 2

 **Health-Apps**

 **Ziele** 2

 **Befragungen**

 **Marktplatz**
BGM-Dienstleister

IHR BGF-WEG

BEM

 **Gesundungs-Gespräche**
Freiwillige Fürsorge-Gespräche ab ...

 **BEM-Verwaltung**
Betriebliches... 4

COMPLIANCE

 **Compliance-Check**
Compliance-Status & Verlauf über...

 **GBPsych** \$5 ArbSchG
Psychische...

 **Dokumentation**
BGM-Dokumentation erstellen & ...

UNSER UNTERNEHMEN

EINSTELLUNGEN

 **Components** DEV

 **Benutzer** 1

 **Land & Rechtsrahmen**
Pflichttermina, Benchmark, Recht

Gefällt Ihnen die Demo?
Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

 **Jetzt registrieren**

 **Anna**
Ihre KI-Assistenz



Compliance-Check

Compliance-Status und Entwicklung über die Zeit

 **Neuen Check starten**

 **15** /45 (33%)
Compliance Score

Kritisch ↑ +6 Pkt.

Level geändert: Hochrisikant → Kritisch

 **6**
Kritische Bereiche

Bereiche mit Handlungsbedarf (C-Antworten)

2 weniger als beim letzten Check

 **17. September 2026**
Letzter Check

 25 Mitarbeitende

 **Bußgeldrisiko**

Geschätztes Risiko bei aktuellen Compliance-Lücken

MINIMUM

12.500 €

MAXIMUM

45.000 €

 Dieses Bußgeldrisiko basiert auf den aktuellen Compliance-Lücken und den zugehörigen gesetzlichen Vorschriften. Durch Schließen der kritischen Bereiche kann das Risiko deutlich reduziert werden.

 **Kritische Bereiche** 6

Diese Bereiche erfordern sofortigen Handlungsbedarf (C-Antworten)

 **Gesetzlich verpflichtend (3)**

 GBPsych nicht durchgeführt

ArbSchG §5

 Kein Betriebsarzt

ASiG §2

 Kein Arbeitsschutzausschuss

ASiG §11

 **Empfohlen (3)**

 Keine BGF-Maßnahmen

 Keine Mitarbeiterbefragungen

 Betriebsrat nicht eingebunden

BetrVG §87

 **Anna**
Ihre KI-Assistenz



 **BGM-Cockpit**
BGM-Übersicht & Kennzahlen

 **BGM-Reifegrad**
BGM-Reifegrad Ihrer...

 **GF-Zahlen**
Executive Dashboard mit Teilen...

 **Best Practices**
Erprobte BGM-Maßnahmen aus der...

 **Kalender**
Events, Anlässe und Maßnahmen...

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

 **Maßnahmen** /...

 **Health-Apps**

 **Ziele**

 **Befragungen**

 **Marktplatz**
BGM-Dienstleister

IHR BGM-WEG

BEM

COMPLIANCE

 **Compliance-Check**
Compliance-Status & Verlauf über...

 **GBPsych**
Psychische...

 **Dokumentation**
BGM-Dokumentation erstellen &...

UNSER UNTERNEHMEN

 **Mitarbeitende**

Gefällt Ihnen die Demo?
Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

 **Compliance-Level 1 Intuitiv**

Verstehe die 3 Säulen des BGM, erfasse deine Datenlage und mache einen konkreten Plan.

Aufgaben in diesem Level

3 / 7 (43%)

Nächste Schritte für Level 2:

3-Säulen-Modell verstehen

Datenlage erfassen

Konkreten Plan erstellen

Schnellstart

Compliance-Check

5 Minuten • 10 Fragen

Firmendaten erfassen

2 Minuten • Mitarbeitende, Krankenstand, Fluktuation

Die 4 Reifegrad-Stufen

 **Die 3 Säulen des BGM**
Arbeitsschutz, BEM und BGM-Compliance-Matrix für Level 1

Wizard neu starten

Was sind die 3 Säulen des BGM?

 **BGM**
Krankenstand, Befragung, Maßnahmen

 **BEM** **PFLICHT**
Betriebliches Eingliederungsmanagement

 **Arbeitsschutz** **PFLICHT**
Gefährdungsbeurteilung, Fachkraft, Betriebsarzt, GBPsych

 **Zum BGM-Cockpit**
Maßnahmen, Score & Partnerkasse

 **Säule inaktiv**
Bitte Ansprechpartner zuweisen

 **Säule inaktiv**
Bitte Ansprechpartner zuweisen

 **Säule inaktiv**
Bitte Ansprechpartner zuweisen

MUST-HAVE

SHOULD-HAVE

NICE-TO-HAVE

Deine nächsten Schritte

2 von 7 erledigt • 43% zu Level 2

Anna hilft dir weiter

Abbrechen Erstellen

Kennzahlen

GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen-Funktion

Mit GF teilen

Lagebild für die Geschäftsführung

Generiert vor 1 Min.

„Unsere Gesundheitskennzahlen zeigen eine positive Entwicklung: Der Krankenstand liegt mit 4,0 % deutlich unter dem Bundesschnitt und ist seit Mai kontinuierlich gesunken. Die Fluktuation bleibt stabil niedrig, und das BGF-Budget ist gut aufgestellt. Allerdings sollten wir die Altersstruktur im Blick behalten, da der Anteil der über 55-Jährigen leicht steigt. In den nächsten zwei Wochen stehen keine Termine an, aber die offenen To-dos zur Maßnahmenplanung sollten wir angehen.“



Anna

KI-Assistenz

Lieber chatten

Details verbergen

Highlights

Was gerade richtig gut läuft

- Krankenstand deutlich unter Bundesschnitt

4,0 %

Der Krankenstand liegt seit Monaten unter dem Bundesschnitt (5,77 %) und zeigt einen klaren Abwärtstrend.
- Fluktuation stabil niedrig

2,3 %

Die Fluktuation liegt deutlich unter dem Bundesschnitt von 2,77 % und ist seit einem Jahr stabil.
- BGF-Reifegrad systemisch

Level 4

Der BGF-Reifegrad wurde auf Level 4 (systemisch) gesteigert — ein wichtiger Meilenstein.
- Stresslevel deutlich gesunken

37,7

Der Stresslevel hat sich seit Oktober 2024 von 53,8 auf 37,7 reduziert — ein Erfolg der Maßnahmen.
- BGF-Budget gut genutzt

586 € pro MA/Jahr

Das Budget liegt unter der steuerlichen Obergrenze von 600 € und wird effektiv eingesetzt.

Handlungsbedarf

Hier sollten Sie aktiv werden

- Altersstruktur wird unausgewogen

21 % über 55 Jahre

Der Anteil der über 55-Jährigen steigt leicht, was langfristig Risiken für den Wissenstransfer birgt.

Maßnahmen verbergen

Generationstandems für Wissenstransfer einführen

Als Todo

Gesundheitsprogramme für ältere Mitarbeitende ausbauen

Als Todo

Flexible Arbeitszeitmodelle für ältere Mitarbeitende prüfen

Als Todo

Mentoring-Programme für junge Mitarbeitende starten

Als Todo
- BGF-Zeitinvest stagniert

Level 3

Der Zeitinvest in BGF stagniert seit Februar auf Level 3 — eine Steigerung wäre für Level 4 nötig.

Maßnahmen verbergen

Regelmäßige BGF-Arbeitskreise institutionalisieren

Als Todo

Verantwortlichkeiten für BGF klarer verteilen

Als Todo

Zeitkontingente für BGF im Kalender aller Führungskräfte reservieren

Als Todo

Keine geplanten BGF-Events in Sicht

0 Events in den nächsten 14 Tagen

Es fehlen kurzfristig geplante Maßnahmen, um die positive Entwicklung zu halten.

-  **BGF-Cockpit**
BGF-Übersicht & Kennzahlen
-  **BGM-Cockpit**
-  **BGF-Reifegrad**
BGF-Reifegrad ihrer... L4
-  **GF-Zahlen**
Executive Dashboard mit Teilen...
-  **Best Practices**
Erprobie BGF-Maßnahmen aus der...
-  **Kalender**
Events, Anlässe und Maßnahmen...

- GESUNDHEITSFÖRDERUNG**
-  **Maßnahmen /...** 6
-  **Health-Apps**
-  **Ziele** 5
-  **Befragungen**
-  **Marktplatz**
BGM-Dienstleister

- IHR BGF-WEG**
- BEM**
- COMPLIANCE**
-  **Compliance-Check**
Compliance-Status & Verlauf über... 5 ArbSchG
-  **GBPsych**
Psychische...
-  **Dokumentation**
BGM-Dokumentation erstellen &...

 **Anna**
Ihre KI-Assistenz

 **FeverCurve**

Täglicher Check-In der Belegschaft

Zeitraum
90 Tage

Bereich

Fieberkurve

Themen

Barrieren

Angebotsnutzung

Stimmung

59

↑ +4 Pkt. im Zeitraum

Stress

53

↓ -7 Pkt. im Zeitraum

Schlaf

35

↑ +10 Pkt. im Zeitraum

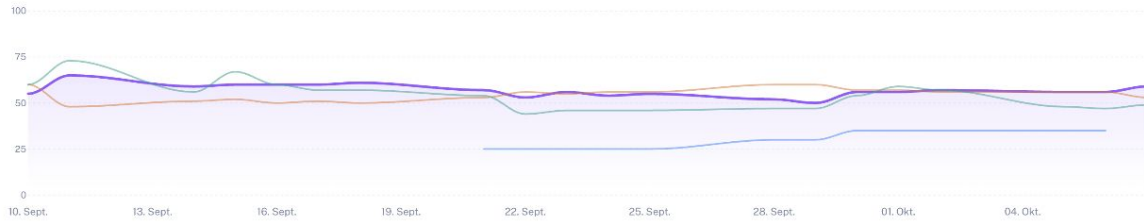
Bewegung

49

↓ -11 Pkt. im Zeitraum

Verlauf - Stimmung im Fokus

7-Tage-Gleitindex, 0-100. Unterdrückte Tage sind Lücken, keine Tiefpunkte.



Beteiligung

Personen mit Check-in: 8

Antwortverteilung unauffällig — Anteil Höchstwerte bei Stimmung und Stress. Steigt er dauerhaft, ist die Spielmechanik zu prüfen.

Drei Fragen pro Tag im Mitarbeitenden-Portal — 20 Sekunden, anonym und freiwillig. Aus den Antworten entsteht die Kurve; einzelne Antworten sieht niemand. Gruppen unter 5 Personen werden nicht ausgewiesen — sichtbare Anteile addieren sich deshalb nicht zwingend auf 100 %.

 **Vibe Check – was sich das Team wünscht**

Ausschalten

10 Personen haben mitgemacht. Nur Gesamtergebnisse, nie einzelne Stimmen.

Interesse je Handlungsfeld

Je Person zählt ein Feld höchstens zweimal: 2 Punkte für das Feld selbst, sonst 1 für ein gemochtes Element daraus.

Bewegung

18 % · 10 Personen

Stress und mentale Gesundheit

16 % · 9 Personen

Ernährung

14 % · 8 Personen

Ergonomie am Arbeitsplatz

14 % · 7 Personen

Mitglieder im Team

12 % · 6 Personen

BGM-Cockpit

BGF-Übersicht & Kennzahlen

BGM-Cockpit

BGF-Reifegrad

BGF-Reifegrad Ihrer...

L4

GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...

Best Practices

Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...

Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Maßnahmen /...

6

Health-Apps

Ziele

5

Befragungen

Marktplatz

BGM-Dienstleister

IHR BGF-WEG

BEM

COMPLIANCE

Compliance-Check

Compliance-Status & Verlauf über...

GBPsych

Psychische...

\$5 ArbSchG

Dokumentation

BGM-Dokumentation erstellen &...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

Vibe Check – was sich das Team wünscht

Ausschalten

10 Personen haben mitgemacht. Nur Gesamtergebnisse, nie einzelne Stimmen.

Interesse je Handlungsfeld

Je Person zählt ein Feld höchstens zweimal: 2 Punkte für das Feld selbst, sonst 1 für ein gewünschtes Element daraus.

Bewegung 18 % · 10 Personen

Stress und mentale Gesundheit 16 % · 9 Personen

Ernährung 14 % · 8 Personen

Ergonomie am Arbeitsplatz 14 % · 7 Personen

Miteinander im Team 12 % · 6 Personen

Weitere 24 % · Moderne Arbeit, Vorsorge und Check-ups, Gesunde Führung

Top-Wünsche

Bewegung

80 % haben Lust · 10 Stimmen

Passende Maßnahmen

Stress und mentale Gesundheit

70 % haben Lust · 10 Stimmen

Passende Maßnahmen

10-Minuten Morning Workout

70 % haben Lust · 10 Stimmen

Vorlage ansehen

Ergonomie am Arbeitsplatz

70 % haben Lust · 10 Stimmen

Passende Maßnahmen

Handyfreie Mittagspause: Echte Pause statt zweitem Bildschirm

60 % haben Lust · 10 Stimmen

Vorlage ansehen

Alle 12 anzeigen

Prämie für Bewegung oder Fitnessstudio?

Prämie für Bewegung im Alltag · 60 %

40 % · Fitnessstudio-Mitgliedschaft

10 Stimmen

Liebblings-Benefits

Prämie für Bewegung im Alltag

gewinnt 65 % · 20 Duelle

Massage am Arbeitsplatz

gewinnt 60 % · 10 Duelle

Fitnessstudio-Mitgliedschaft

gewinnt 45 % · 20 Duelle

Dienstrad

gewinnt 40 % · 20 Duelle

Gesundes Essen und Obst

gewinnt 40 % · 10 Duelle

✓ Ihr Team wünscht sich eine Prämie für Bewegung im Alltag

Vorlage ansehen

Move Republic BENEFIT belohnt jede Bewegung im Alltag mit Sachprämien – für kleine Teams kostenlos, monatlich kündbar.

Compliance-Check

Wie gut Ihr Unternehmen die gesetzlichen BGM-Pflichten erfüllt: Stand und Entwicklung.

37 / 45 (82%)

Compliance Score

0

Kritische Bereiche

17. September 2026

Letzter Check

1200 Mitarbeitende

- 🔊

BGF-Cockpit

BGF-Übersicht & Kennzahlen
- 📊

BGM-Cockpit
- 📈

BGF-Reifegrad

BGF-Reifegrad ihrer...

L4
- 📊

GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...
- 👤

Best Practices

Erprobie BGF-Maßnahmen aus der...
- 📅

Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...
- 🏆

GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- 📄

Maßnahmen /...

6
- 📱

Health-Apps
- 🎯

Ziele

5
- 📝

Befragungen
- 📍

Marktplatz

BGM-Dienstleister

IHR BGF-WEG

BEM

- 📋

COMPLIANCE
- ✓

Compliance-Check

Compliance-Status & Verlauf über...
- ✓

GBPsych

Psychische...

\$5 ArbSchG
- 📄

Dokumentation

BGM-Dokumentation erstellen &...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

gewinnt 40 % - 10 Duelle

✓ Ihr Team wünscht sich eine Prämie für Bewegung im Alltag

Move Republic BENEFIT belohnt jede Bewegung im Alltag mit Sachprämien – für kleine Teams kostenlos, monatlich kündbar.

Vorlage ansehen

Compliance-Check

Wie gut Ihr Unternehmen die gesetzlichen BGM-Pflichten erfüllt: Stand und Entwicklung.

✓ 37 / 45 (82%)

Compliance Score

Ausbaufähig +6 Pkt.

⚠️ 0

Kritische Bereiche

Bereiche mit Handlungsbedarf (C-Antworten)

Unverändert zum letzten Check

📅 17. September 2026

Letzter Check

👤 1200 Mitarbeitende



📊 Krankenstandsquote

4,5%

0 Okt 2025 - Sept 2026

vs. 5,6% Bundesschnitt

Aktuellen Wert setzen

📊 Fluktuation

28,3

% p.a.

0 Okt 2025 - Sept 2026

vs. 33,2 % p.a. Bundesschnitt

Aktuellen Wert setzen

📊 Altersstruktur

39,2

Jahre Ø-Alter

vs. 43,5 Jahre Ø-Alter Bundesschnitt

Aktuellen Wert setzen

- BGF-Cockpit

BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad

BGF-Reifegrad Ihrer...

L4
- GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices

Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...
- Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen /...

6
- Health-Apps
- Ziele

5
- Befragungen
- Marktplatz

BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG

- BEM
- COMPLIANCE
- Compliance-Check

Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych

Psychische...

\$5 ArbSchG
- Dokumentation

BGM-Dokumentation erstellen &...

- UNSER UNTERNEHMEN
- Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

Krankenstandsquote

4,5%

0 Okt 2025 - Sept 2026

vs. 5,6% Bundeschnitt

Aktuellen Wert setzen

Fluktuation

28,3

% p.a.
0 Okt 2025 - Sept 2026

vs. 33,2 % p.a. Bundeschnitt

Aktuellen Wert setzen

Altersstruktur

39,2

Jahre Ø-Alter

vs. 43,5 Jahre Ø-Alter Bundeschnitt

Aktuellen Wert setzen

Mitarbeitende

1.200,0

MA

vs. 1.177,0 MA Vorjahr

Aktuellen Wert setzen

Zeit für BGF

3,0

/ 4
Level 1 = wenig | Level 4 = intensiv

vs. 4,0 / 4 Ziel-Level

Aktuellen Wert setzen

BGF Budget

586,0

€/MA
97,7 % vom Limit 703.200 €/Jahr

vs. 600,0 €/MA = 100 % (53 Nr. 34 ESrG)

Aktuellen Wert setzen

3 Dateneingaben überfällig

Bitte aktualisieren Sie die fehlenden Monatsdaten

Krankenstand

9 Monate fehlen | Letzte Eingabe: September 2026

Daten eingeben

Fluktuation

9 Monate fehlen | Letzte Eingabe: September 2026

Daten eingeben

Bradford-Faktor

August 2026

Daten eingeben

Gesamt

2026

2025

2024

2023

2022

HR-KPI Übersicht

Krankenstand

Aus HR-System

Einsparung vs. Bundesdurchschnitt

3.274

Fehltag

- BGF-Cockpit

BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad

BGF-Reifegrad ihrer... L4
- GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices

Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...
- Kalender

Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen /...

6
- Health-Apps
- Ziele

5
- Befragungen
- Marktplatz

BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG
- BEM
- COMPLIANCE
- Compliance-Check

Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych

Psychische... 5 ArbStG
- Dokumentation

BGM-Dokumentation erstellen &...
- GESCHÄFTSFÜHRUNG
- UNSER UNTERNEHMEN
- Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren
- Anna

Ihre KI-Assistenz

Gesamt

2026

2025

2024

2023

2022

HR-KPI Übersicht

Krankenstand

Aus HR-System

4,5%

12 von 12 Monaten erfasst: Okt 2025 – Sept 2026

-19%

vs. Bund

(4,5% vs. 5,6%)

-15%

vs. Vorjahreszeitraum

(5,3% → 4,5%)

Einsparung vs. Bundesdurchschnitt

3.274 Fehltage

weniger als beim Bundeschnitt · Okt 2025 – Sept 2026

Geschätzte Ersparnis

982.200 €

pro Fehltag

300 €

Fluktuation

Aus HR-System

28,3% p. a.

337 Abgänge: 12 von 12 Monaten erfasst: Okt 2025 – Sept 2026

-15%

vs. Bund

(28,3% vs. 33,2%)

-18%

vs. Vorjahreszeitraum

(34,7% → 28,3%)

Einsparung vs. Bundesdurchschnitt

59 Abgänge

weniger als beim Bundeschnitt · Okt 2025 – Sept 2026

Geschätzte Ersparnis

2.541.071 €

pro Abgang

43.069 €

Bradford Factor ▶

Bradford-Faktor ⓘ

1

Durchschnitt pro Mitarbeiter

216

Invalid Date (letzte 12 Mon.)

Krankheitsepisoden

5330

Krankheitstage gesamt

12845

- BGF-Cockpit
- BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
- BGF-Reifegrad ihrer...
- GF-Zahlen
- Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
- Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...
- Kalender
- Events, Anlässe und Maßnahmen...

- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen /...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
- BGM-Dienstleister

- UNSER UNTERNEHMEN
- Gefällt Ihnen die Demo?
- Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.
- Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

Bradford Factor

Bradford-Faktor ⓘ

1 Durchschnitt pro Mitarbeiter

216

Invalid Date (letzte 12 Mon.)

Krankheitsepisoden

5330

Krankheitstago gesamt

12845

MA mit Fehlzeiten

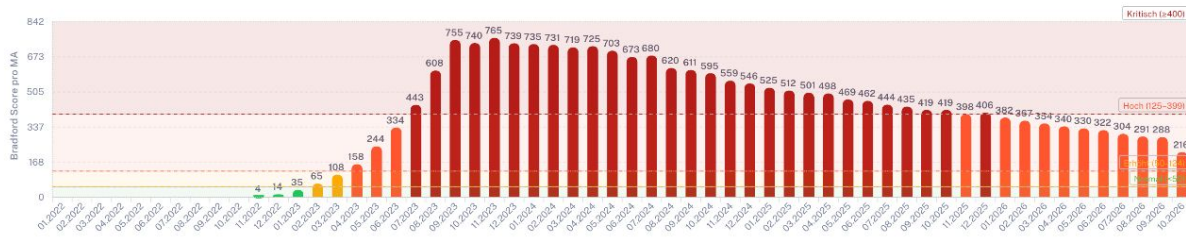
0

Hoch: Maßnahmen erforderlich - BEM-Gespräche einleiten

Bradford-Faktor Verlauf

Rolling 12-Monate pro Mitarbeiter — $(S+MA)^2 \times (D+MA)$ — jeder Balken nutzt die letzten 12 Monate der Gesamthistorie

● Normal (<50) ● Erhöht (50-124) ● Hoch (125-399) ● Kritisch (≥400)



Krankenstandquote ⓘ

Entwicklung der Krankenstandquote im Zeitverlauf

Okt 2022 - Sept 2026 (48 Monate)

-19%

vs. Bund
(4,5% vs 5,6%)

-15%

YTY
(5,3% → 4,5%)

● Unternehmen ● Bund (BMG, GKV-Pflichtmitglieder)



- BGF-Cockpit
BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
BGF-Reifegrad ihrer...
- GF-Zahlen
Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
Erprobte BGF-Maßnahmen aus der...
- Kalender
Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen /...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
BGM-Dienstleister

IHR BGF-WEG

BEM

COMPLIANCE

Compliance-Check
Compliance-Status & Verlauf über...

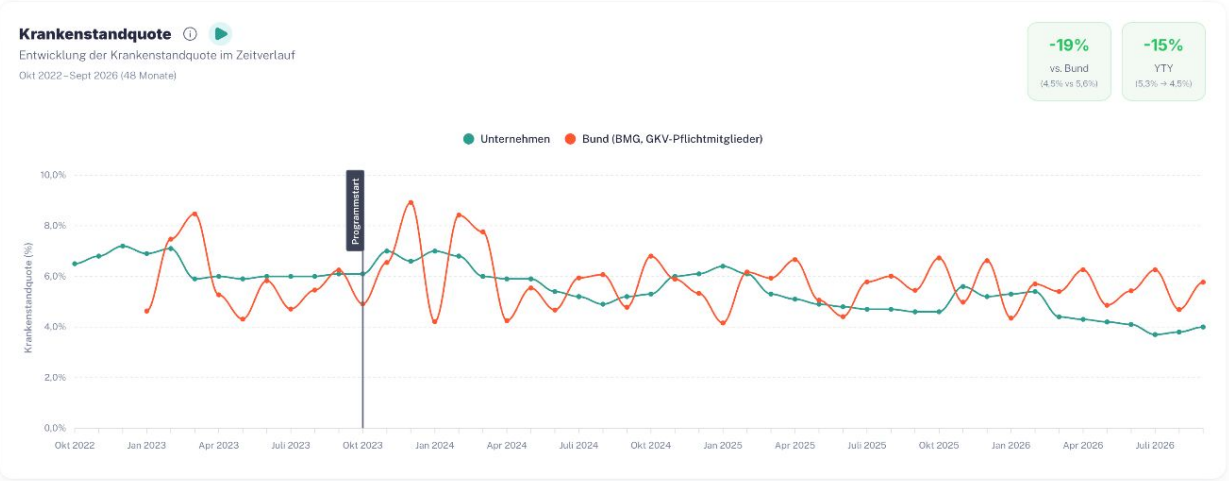
GBPsych
Psychische... \$5 ArbSchG

Dokumentation
BGM-Dokumentation erstellen &...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?
Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.
Jetzt registrieren



- BGF-Cockpit
BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
BGF-Reifegrad Ihrer...
- GF-Zahlen
Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
Erprobte BGF-Maßnahmen aus de...
- Kalender
Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen /...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG

BEM

COMPLIANCE

- Compliance-Check
Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych
Psychische... \$5 ArbSchG
- Dokumentation
BGM-Dokumentation erstellen &...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

FTE-Entwicklung

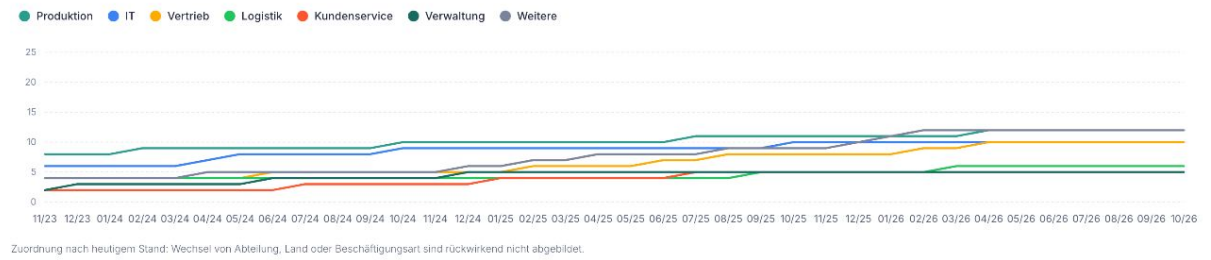
Letzte 36 Monate

+100,0%

Alle Abteilung Land Beschäftigungsart

Aktuell Vor 36 Monaten Veränderung
60 FTE 30 FTE +30

Aus den Mitarbeiterdaten



Altersstruktur (Detail)



BGF-Reifegrad Entwicklung

- BGF-Cockpit
BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
BGF-Reifegrad Ihrer...
- GF-Zahlen
Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
Erprobte BGF-Maßnahmen aus de...
- Kalender
Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen / ...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG
- BEM
- COMPLIANCE
- Compliance-Check
Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych
Psychische...
- Dokumentation
BGM-Dokumentation erstellen & ...

GESCHÄFTSFÜHRUNG

UNSER UNTERNEHMEN

Gefällt Ihnen die Demo?
Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

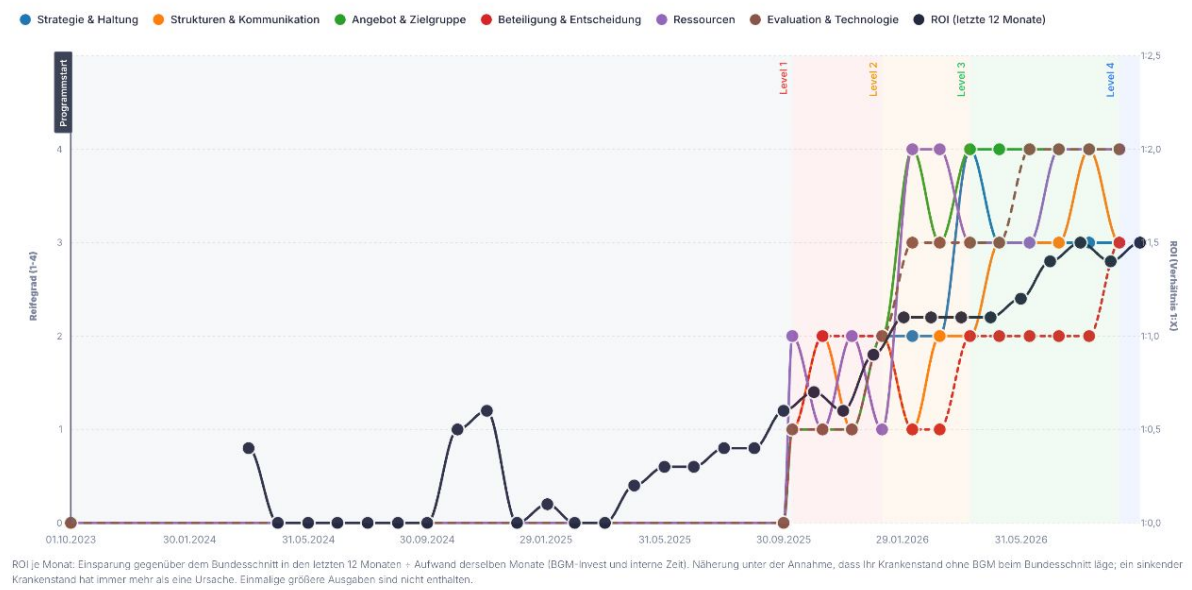
Jetzt registrieren

Anna

Ihre KI-Assistenz

BGF-Reifegrad Entwicklung

Entwicklung der 6 Dimensionen über Zeit



Dimensionen-Entwicklung

Vor 11 Monaten

Okt. 2025

Level 1

Aktuell

Sept. 2026

Level 4

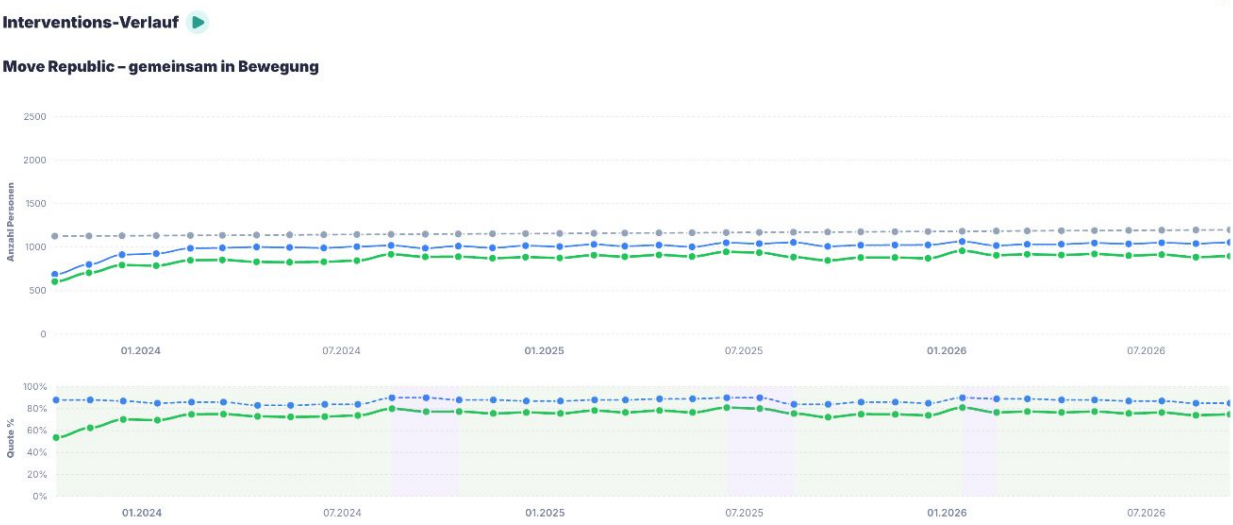
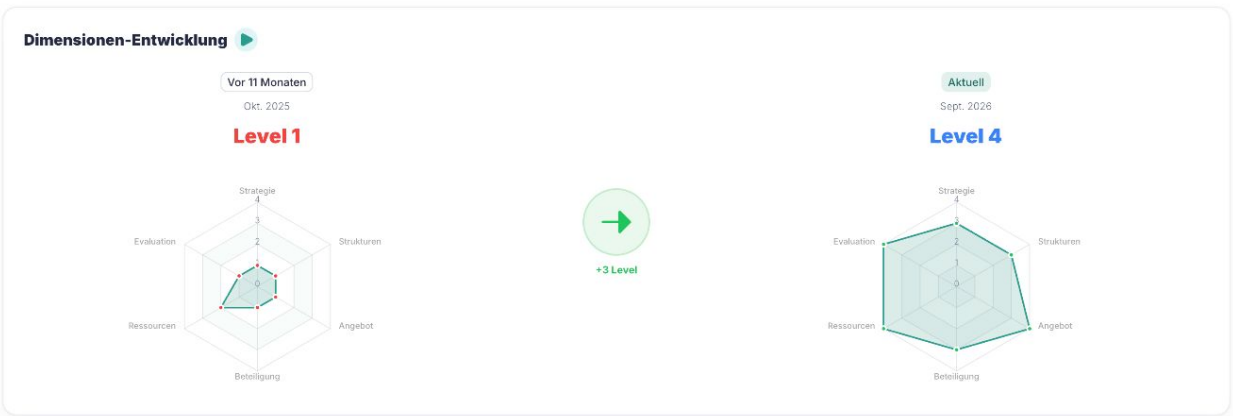
- BGF-Cockpit
BGF-Übersicht & Kennzahlen
- BGM-Cockpit
- BGF-Reifegrad
BGF-Reifegrad Ihrer...
- GF-Zahlen

Executive Dashboard mit Teilen...
- Best Practices
Erprobte BGF-Maßnahmen aus de...
- Kalender
Events, Anlässe und Maßnahmen...
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- Maßnahmen / ...
- Health-Apps
- Ziele
- Befragungen
- Marktplatz
BGM-Dienstleister
- IHR BGF-WEG
- BEM
- COMPLIANCE
- Compliance-Check
Compliance-Status & Verlauf über...
- GBPsych
Psychische... \$5 ArbSchG
- Dokumentation
BGM-Dokumentation erstellen &...
- GESCHÄFTSFÜHRUNG
- UNSER UNTERNEHMEN
- Gefällt Ihnen die Demo?

Registrieren Sie sich kostenlos und legen Sie mit Ihrem eigenen Unternehmen los.

Jetzt registrieren
- Anna

Ihre KI-Assistenz



HR

 Kennzahlen für 1.200 Mitarbeitende hochgerechnet — die Mitarbeiterliste zeigt eine Stichprobe.

Portal ☐ 42 einzuladen ☒ 18 eingeladen ☐ 18 registriert ☐ 0 aktiv

Q Mitarbeitende suchen...

Abteilung Standort Land

Status

Aktiv (60)

☐	Name ↑	Abteilung	Position	Beschäftigung	Standort	Land	Krankenkasse	Fehltage	Risiko	Status	
☐	☐ Sophie Bauer sophie.bauer@demo-company.example	IT	UX Designerin	Teilzeit	München	–	–	–	–	Aktiv	
☐	☒ Julia Berger julia.berger@demo-company.example	HR	HR-Assistentin	Teilzeit	München	–	–	–	–	Aktiv	
☐	☐ Melanie Braun melanie.braun@demo-company.example	Marketing	Social Media Managerin	Teilzeit	München	–	–	–	–	Aktiv	
☐	☒ Ralf Engel ralf.engel@demo-company.example	Produktion	Lagermitarbeiter	Vollzeit	München	–	–	25	Hoch 3 225 · 0x Kurzzeit- AU	Aktiv	

Letzte Fehlzeiten (Krankheit)

Krankheit	08.09.2026 – 21.09.2026	10 Tage	🟢
Krankheit	08.06.2026 – 21.06.2026	10 Tage	🟢
Arbeitsunfall	08.03.2026 – 14.03.2026	5 Tage	🟢

☐	 Elena Fischer elena.fischer@demo-company.example	IT	Software Developerin	Vollzeit	München	-	-	3	Normal	83 · 1x Kurzzeit- AU	Aktiv	
--------------------------	---	----	----------------------	----------	---------	---	---	---	--------	----------------------------	-------	--

Letzte Fehlzeiten (Krankheit)

Krankheit	08.05.2026 - 12.05.2026	3 Tage
-----------	-------------------------	--------

	Tobias Frank	Vertrieb	Vertriebsinnendienst	Vollzeit	München	-	-	-	-	Aktiv	
---	--	----------	----------------------	----------	---------	---	---	---	---	-------	---

Links

Links

<https://easybgm.de>

<https://bgf-kompass.de/de/>

<https://bgm-kompass.de/de/>

<https://bem-kompass.de/de/>

Demo: (ohne Registrierung)

<https://easybgm.de/app/auth/jwt/demo>

Kontakt:

<https://easybgm.de/de-DE/contact/>

