

A person wearing a white winter jacket and dark pants is walking away from the camera on a vast, flat, snow-covered landscape. The sun is low on the horizon, creating a bright, hazy glow and casting a long shadow of the person onto the snow. The background shows a line of trees under a clear sky.

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark.
Gelassen.
Gesund.

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

900 Stressprofile

Nordpol erkennt exakt Deines!

90 Tage

wirst Du individuell gecoacht

90 Sekunden

dauern die 4 täglichen Übungen



Warum Nordpol 900?

Die schlanke, web-basierte Lösung für:



Mitarbeiter

- Resilienz stärken
- Schutz vor Stresserkrankungen
- Mentale Stärke
- Langfristig gesünder arbeiten
- **Datensicherheit: Höchste Anforderungen** bei allen personenbezogenen Daten
u.a. durch **Treuhandüberwachung** des **Institutes IMVR - Uni Köln**



Unternehmen

- **Absentismus verringern**
(50-70% der Fehlzeiten sind Stress induziert - Langzeiterkrankungen)
- **Präsentismus verringern**
- **Ressourcen schonen**
- **Kosten sparen**
(Modellrechnung: bei 1000 Mitarbeitern Absentismus-Reduzierung um 0,5%-Punkte = € 500.000 Einsparung)

DIE FAKTEN

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

„ Stress wird zu einer der **zentralen Herausforderungen** des 21. Jahrhunderts.“

– *Weltgesundheitsorganisation*

„ Chronischer Stress ist der **Fehlzeitentreiber Nr. 1** in der deutschen Wirtschaft.“

– *DAK – 2018*

„ Zwischen **50-70% der Fehlzeiten** in Unternehmen **sind stressinduziert.**“

– *Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz*

„ **30 Millionen Fehlzeiten** pro Jahr: Mehr Krankmeldungen **wegen Stress und Überlastung.**“

– *ARD – Tagesschau, 5.5.2016*

„ Um Stress verursachte Fehlzeiten zu reduzieren, werden Präsenz-Trainings oder Webinare angeboten. **Damit verändert sich allerdings wenig.**

Lösungen für Mitarbeiter müssen mit einer Diagnose beginnen und sie daran ausgerichtet coachen.

Nur dann können sich kontraproduktive Stress-Muster in gesunde und mental stärkende Muster verändern“.

– *Prof. Dr. Peter Schneider, Psychologe, Hochschule des Bundes*

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

Von und mit:

- Daniel Pusch
- Prof. Dr. Peter Schneider
- Prof. Dr. Holger Pfaff
- Dagmar Ringhandt
- Prof. Dr. Mathias Bellinghausen
- Dr. Martin Morgenstern
- Dr. med. Michael Feld
- Dr. Martin Rathert
- Bruno Schleegeer
- Dr. Beate Hanson

In Zusammenarbeit mit:



Universität zu Köln
Humanwissenschaftliche Fakultät
Medizinische Fakultät

Institut für
Medizinsoziologie,
Versorgungsforschung und
Rehabilitationswissenschaft

imvr



Hochschule
für angewandtes
Management^{FH}



Hochschule des Bundes
für öffentliche
Verwaltung



Gesellschaft für Prävention

VU
UNIVERSITY
AMSTERDAM



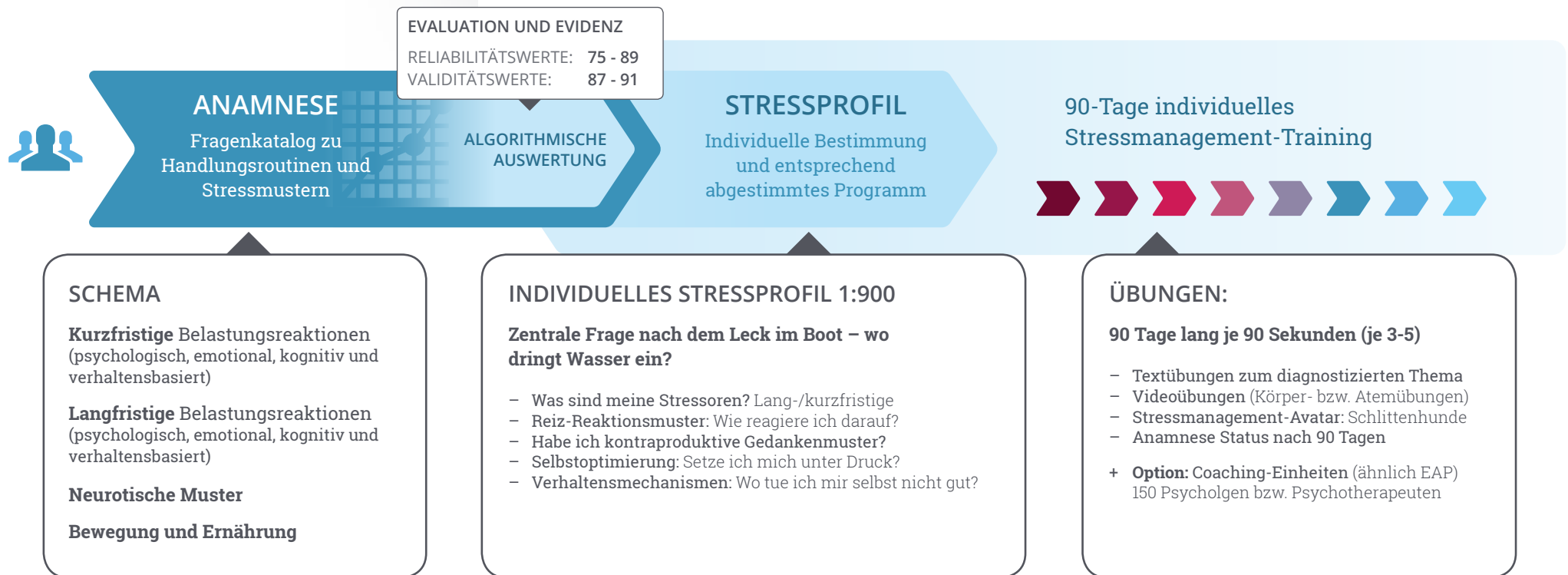
Stressresilienz Training

- Anwenderspezifisch **individualisiert**
- **Tägliches Coaching** über 3 Monate für 300€
- Für **alle Endgeräte**
- Zeit- und kostenschlankes **Training on the job**



Datenquelle zur Unternehmensgesundheit

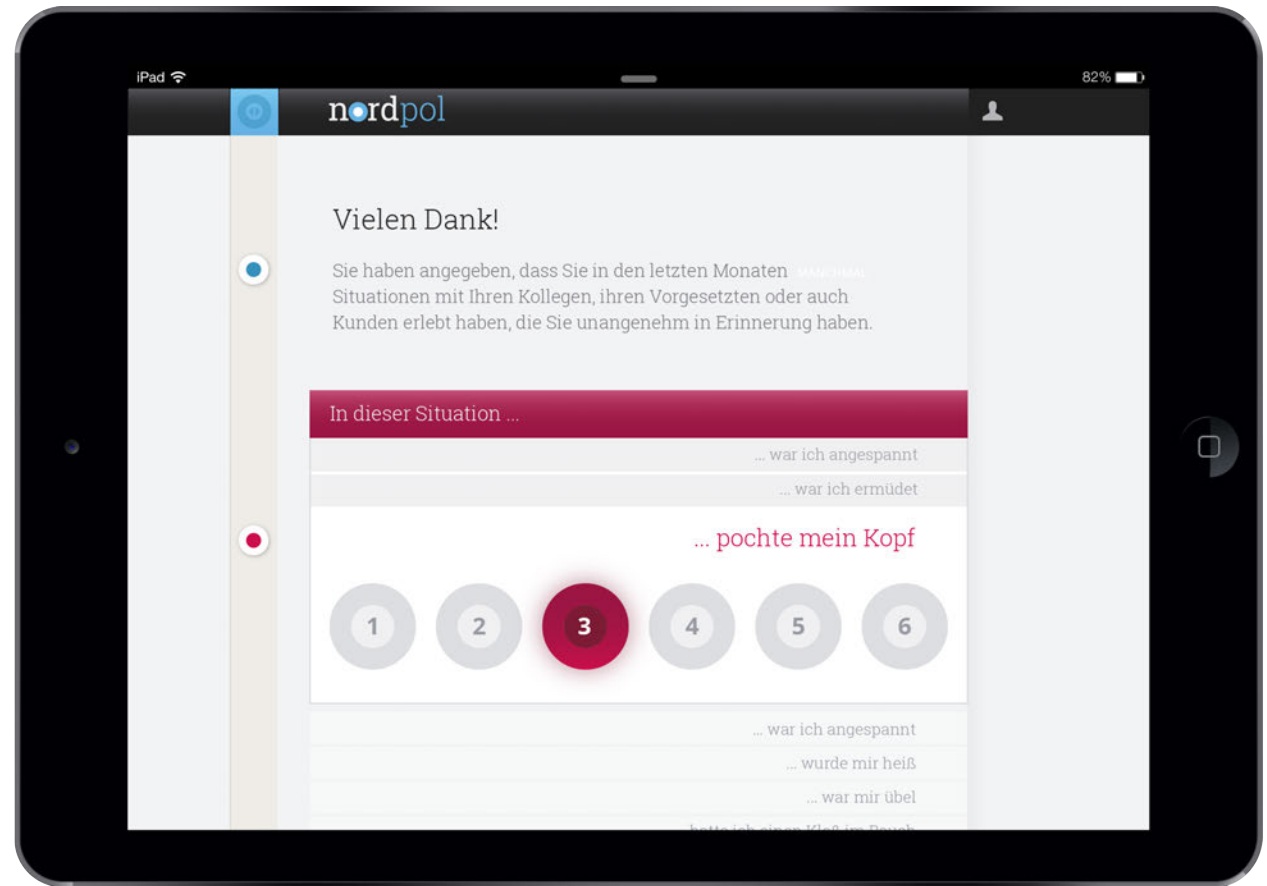
- **Früherkennung** von Gesundheitsrisiken
- Bestimmung von **Handlungsfeldern**
- **Identifikation von Störfaktoren** in Organisation, Prozessen und Teams
- Verringerung von **Absentismus** und **Präsentismus**





nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.





BEISPIELE

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.



nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

Kundenstimmen zu Nordpol 900

- „ Viel erreichen – und das mit geringem Budget. Wir standen vor einer komplizierten Aufgabe – zumindest bis zu dem Moment, als wir die App Nordpol 900 kennen lernten. Wir wollten eine Lösung finden, die einfach zu handhaben ist und wirklich jeden Mitarbeiter erreicht, der Bedarf hat. Coachings aller Art dürfen meist die Führungskräfte genießen – unsere Pflegekräfte kamen bisher zugegebenermaßen zu kurz. Das wollten und wollen wir nicht mehr so hinnehmen. Nordpol 900 haben wir in drei Abteilungen über je 90 Tage durchgeführt. Bisher haben wir sehr positive Rückmeldungen von unseren Mitarbeitern bekommen. Interessanter Weise zeigte sich schon nach kurzer Zeit eine andere Gruppendynamik und ein offensichtlich fröhlicherer Umgang unter den Kollegen. Uns hat das überzeugt – wir werden die App in den kommenden Monaten noch in sechs weiteren Abteilungen einsetzen.“
- Hans-Peter Hartmann, Universitätsklinikum Essen

- „ Was mir der Report von **Nordpol 900** gezeigt hat, war wirklich spannend. Ich finde es klasse, dass alle dann folgende Übungen wirklich auf mich zugeschnitten sind. Hatte nach ca. 14 Tagen schon das Gefühl, dass ich viel entspannter bin.“
- Thomas Faust, Deloitte

- „ **Nordpol 900** hat mir unwahrscheinlich geholfen, gelassener zu werden. Ein fantastisches Programm.“
- Dr. Wolfgang Richter, Commerzbank

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

- „ Wir haben unseren Mitarbeitern **Nordpol 900** zur Verfügung gestellt. Gesundheitsförderung ganz individuell auf die unterschiedlichen Bedarfe auszurichten, ist uns ein wichtiges Anliegen. Und so ist es optimal möglich.“
– *Sigrid Schneemann, Deutsche Telekom*
- „ An eine innere Unruhe hatte ich mich bereits gewöhnt und nahm sie nach dem Motto „so ist das halt in unserer Zeit“ hin. Bemerkte dennoch eine sukzessive Verschlechterung meines Wohlbefindens. Als ich mit **Nordpol 900** startete, war ich zugegebenermaßen skeptisch. Ich probierte es dennoch aus, da es sich einfach wunderbar in meinen Arbeitsalltag integrieren ließ. Die täglichen Übungen zeigten und zeigen Wirkung. Ich habe nach Abschluss der 90 Tage meine Lieblingsübungen in meinen Alltag integriert und fühle mich damit tatsächlich viel ausgeglichener.“
– *Alicia Illaramendi, Deutsche Bundesbank*
- „ **Nordpol 900** hat mir richtig Spaß gemacht und mich nachhaltig konditioniert mehr auf mich zu achten.“
– *Bilge Dengiz, Nortex*
- „ Begeistert hat mich die positive Auswirkung auf unsere Abteilung. Auch wenn das Programm etwas sehr Intimes ist und jede/jeder ja eine ihr/ihm zugeschnittene Therapie durchläuft, entstand auch unter den Kollegen ein offener Diskurs über den richtigen Umgang mit Stress. Das ist wirklich toll!“
– *Torben Hettrich, Roche Diagnostiks*

Nordpol 900 im Effizienz- und Kostenvergleich

EFFIZIENZ

	Nordpol 900	Präsenz- Training
Individualisierung	+	-
Pers. Kontakt	-	+
Didaktik	+	+ -
Transfer	+	-
Evaluation	+	-

KOSTEN

Nordpol 900 90 Tage	Präsenz-Training 1 Tag
	€ 200 Hotel / Fahrtkosten (pro Mitarbeiter)
	€ 180 Trainer (anteilig pro MA)
	€ 80 Seminarraum (anteilig pro MA)
	€ 400 Opportunitätskosten (Produktivitätsausfall)
€ 300 / MA	€ 860 / MA

nord⁹⁰⁰pol

Nervenstark. Gelassen. Gesund.

Firmen, die Nordpol 900 nutzen



Datenschutz

Hohe Sicherheit für Daten

Im Vergleich sind unsere Vorkehrungen zum Datenschutz sehr hoch. Neben den höchstmöglichen Datenschutzbestimmungen des Daten verarbeitenden Servers überprüft das Institut IMVR der Universität zu Köln periodisch alle unsere Prozesse. Dadurch können wir gewährleisten, dass keinerlei Ergebnisse der Diagnostik einzelnen Personen oder Personengruppen zuzuordnen sind.

Die Personenbezogenen Daten der Tätigkeitsfelder und Mitarbeiter sowie Firmenbezogene Daten gehen auf den Server der Deutschen Gesellschaft für Stressmanagement e.V.

- **Datenschutz nach Din 27001**
- **Treuhandüberwachung durch IMVR / Uni Köln**

Nur aggregierte respektive anonymisierte Daten gehen raus. Keine firmenrelevante Daten gelangen in fremde Hände.

**Deutsche Gesellschaft für
Stressdiagnostik und Prävention mbH**

Bismarckstraße 30, 50672 Köln

T: +49 221 500 999 80

F: +49 221 500 999 82

www.dgsdp.de

info@dgsdp.de