



7. FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH
Seit 2019 jährlich von 1. Oktober bis 19. November



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

DR. ANDREAS HERALIC



- **Geschäftsführer von SPORTS.Selection**
- SPORTS.Selection ist auf Strategie, Sponsoring, CSR, BGF/BGM und Events im Sport- und Gesundheitsmarketing spezialisiert und vermittelt darüber hinaus über 75 Sport-Legenden und Experten für Vorträge, Kunden- & Mitarbeiter-Incentives, Show-Auftritte sowie Influencermarketing und als Testimonials in die Wirtschaft.



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

MAG. HARALD HARIS G. JANISCH



- Fachgruppenobmann für die Fachgruppe Personenberatung und Personenbetreuung in der Wirtschaftskammer Wien
- Sportwissenschaftler, psychosozialer Berater, Mediator und Coach
- Gründer und Inhaber KI-DO Selbstschutz- und Bewegungssystems sowie des HARISMA Beratungs- und Ausbildungszentrums
- Initiator des Wiener Resilienz Modells für Personen- und Organisationsberatung

Personenberatung - „Lebensberater:innen“

- Die Berufsgruppe Lebens- & Sozialberater:innen umfasst folgende Tätigkeitsfelder:
 - **Psychologische Beratung**
Beratung, Coaching, Counseling und Betreuung von Personen
 - **Ernährungsberatung**
Gesteigertes Wohlbefinden durch bewusste Ernährung
 - **Sportwissenschaftliche Beratung**
Motivation zur gesunden Bewegung

Psychosoziale Organisationsberatung (PSOB)

Personenbetreuung

- **Personenbetreuer:innen**
- **Organisation von Personenbetreuung**

Diese Expert:innen beteiligen sich aktiv an der Firmenchallenge und stehen den Teilnehmer:innen mit ihrem Know-How zur Verfügung.



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS



PSYCHOSOZIALE ORGANISATIONSBERATUNG (PSOB)

- Neuer Beratungsansatz für gesundheitsorientierte Unternehmen
- Unterstützt Firmen dabei, ihre Leistung & Effizienz zu steigern, indem sie das **betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)** umfassend integrieren
- PSOB bietet **ganzheitliche Lösungen** für moderne Herausforderungen – damit der Mensch im Mittelpunkt bleibt
- Durch gezielte Maßnahmen zur Förderung von Resilienz, Zusammenarbeit und persönlicher Entwicklung wird mit PSOB eine **gesunde Arbeitsumgebung** geschaffen

ABB > ARBEITSBEWÄLTIGUNGSBERATUNG

EMERTEC > DIGITALE RESILIENZBERATUNG

BGF

Betriebliche Gesundheitsfürsorge durch sport- und ernährungswissenschaftliche & psychosoziale Beratung nach dem Wiener Resilienzmodell (WRM)

BEM

Betriebliches Eingliederungsmanagement durch prozessorientierte ABB (Arbeitsbewältigungsberatung)

BASS

Betriebliche Arbeitssicherheits- & -schutzmaßnahmen durch prozessorientierte ABB (Arbeitsbewältigungsberatung)

EPAB

Evaluierung physiologischer, struktureller sowie psychologischer Arbeitsplatzbelastungen inklusive Maßnahmenpakete

PSYCHOSOZIALE ORGANISATIONSBERATUNG



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH

Ausgangslage

“Weniger als ein Drittel der österreichischen Bevölkerung erfüllt die Bewegungsempfehlungen der WHO (150 Minuten Bewegung/ Woche). Österreich ist also unbeweglich, unsportlich, zu **faul.“**

(Studie Sports-Econ-Austria/ BSO 2015)

Neue Bewegungskultur in Österreich

Übergeordnetes Ziel der Firmenchallenge Österreich ist es gemeinsam mit den **Partnern und den **teilnehmenden Firmen (!)** – wissenschaftlich fundiert - eine neue Bewegungskultur in Österreich zu schaffen.**

Dabei vereint sie drei Themen, die uns „bewegen“: **Gesundheit, Umwelt & Wirtschaft**

EHRENAMTLICH BOTSCHAFTER:INNEN

UNTERSTÜTZEN DIE FIRMENCHALLENGE



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS



**Kira
Grünberg**



**Michael
Walchhofer**



**Julian
Knowle**



**Andreas
Onea**



**Lizz
Görgl**



**Johnny
Ertl**



**Clemens
Doppler**



**Armin
Assinger**



**Nicole
Trimmel**



**Alexander
Pointner**



**Roland
Königshofer**



**Hans-Peter
Hutter**

[Zum Video unserer Botschafter:innen](#)

BASIEREND AUF WISSENSCHAFTLICHEN ERKENNTNISSEN



- **Knapp 50%** der Mitarbeiter:innen wünschen sich mehr **Angebote zu FOOD – MOVE – MIND!**
- **38,8%** wünschen sich von der Firma mehr Unterstützung im Bereich **Bewegung, 47,3% bei Mentaler Fitness (55% bei den 18-29-Jährigen)**
- **61,8%** haben **keinen Zugang zu (Betriebs-) Sportangeboten!**

89% finden es leichter, mit Angeboten wie der Firmenchallenge am Ball zu bleiben

Quelle: Teilnehmerumfrage 2024

Warum 50 Tage?

Der Zeitraum über 50 Tage ist **nicht zufällig** gewählt. Laut wissenschaftlichen Erkenntnissen ist nach dieser Zeitspanne die Wahrscheinlichkeit groß, **neue Verhaltensweisen nachhaltig in den Alltag zu integrieren** und „Rückfälle“ zu vermeiden.

*BGF April 2019 & 2023 – repräsentative Studie von marketagent.com im Auftrag von SPORTS.Selection – [Hier downloaden](#)





**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

WIR RAUBEN UNS LEBENSWERTE JAHRE

Vergleich Österreich / Schweden

		
Lebenserwartung Frauen	84 Jahre	85,1 Jahre
Lebenserwartung Männer	79,3 Jahre	81,9 Jahre
Lebenswerte Jahre in (sehr) guter Gesundheit - Frauen	64,7 Jahre	72,7 Jahre
Lebenswerte Jahre in (sehr) guter Gesundheit - Männer	63,1 Jahre	72,8 Jahre

- Bei einer vergleichbaren Lebenserwartung haben schwedische Frauen **8 Jahre** in (sehr) guter Gesundheit mehr, schwedische Männer sogar um **9,7 Jahre**



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS



MISSION & ZIEL DER FIRMENCHALLENGE

Mission

- **Bewegung & Sport** nachhaltig in den Alltag integrieren
- Sensibilisierung für **Ernährung und mentale Fitness**
- **Förderung der Umwelt**
- **Lebensstilveränderung** in 50 Tagen

Wie funktioniert's?

- **50 Tage** lang über die App **Bewegungsminuten** sammeln
- **Gruppendynamisch** im Team mit Kolleg:innen
- **Positiver Wettbewerb** mit vergleichbaren Firmen (5 Kategorien)
- **Tägliche Motivation** über die App
- Regelmäßige (Live-) Keynotes & Workshops von **Sport-Legenden und Expert:innen**
- **Online-Fitnessstudio** & Mediathek zur freien Nutzung
- **Unterhaltsame Quizze** zu Sport- & Gesundheitsthemen
- **Fortbildungsmöglichkeiten** im Wert von 500€ p.P.

Leistungen
im Wert
von 1.500€!



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

DIE APP DER FIRMENCHALLENGE “STRAIDE“



Startbildschirm



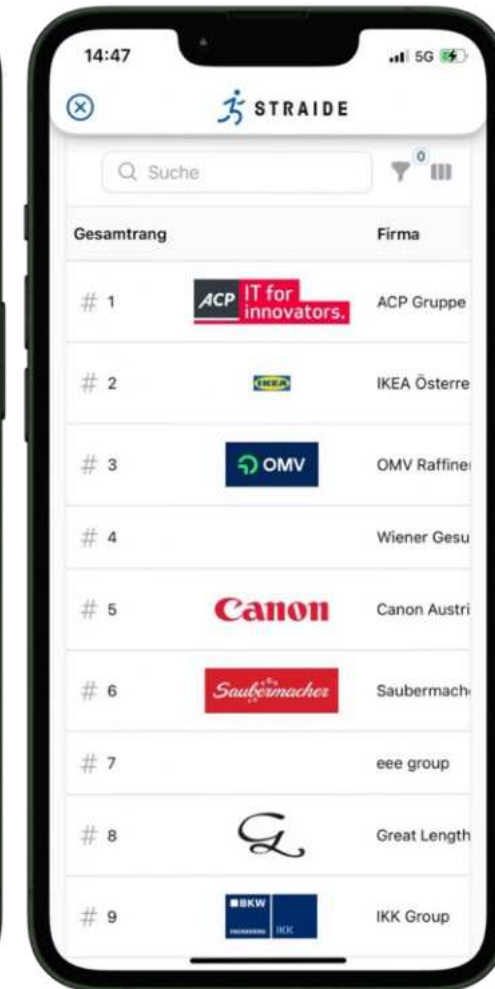
Content-Übersicht



Sportarten-Übersicht



Tracking-Oberfläche



Challenge-Ranking

FUNKTIONEN DER APP „STRAIDE“

- **LIVE Tracking / In-App-Tracking:**
Mit STRAIDE können Bewegungsdaten mit dem Smartphone getrackt werden
- **Manuelles Tracking:**
STRAIDE bietet die Möglichkeit der manuellen Eingabe bzw. Korrektur von Trackingdaten – in der App sowie am Desktop
- **Tracking mittels Drittanbieter:**
Trainingsdaten können von anderen Wearables & Apps wie bspw. Apple Watch, Garmin oder Polar übernommen werden

Es braucht – eigentlich – nur die App, um an der Firmenchallenge teilnehmen zu können (Datenerfassung auch über Desktop möglich).

- Erfassung von Tageszielen → User können festhalten, welche gesunden Gewohnheiten sie täglich umsetzen (DSGVO-konform)
 - Zuckerfreie Ernährung
 - Vegetarische Ernährung
 - Ausreichend Wasser
 - Ausreichend Schlaf
 - Nikotinfrei
 - Alkoholfrei



FUNKTIONEN DER APP „STRAIDE“

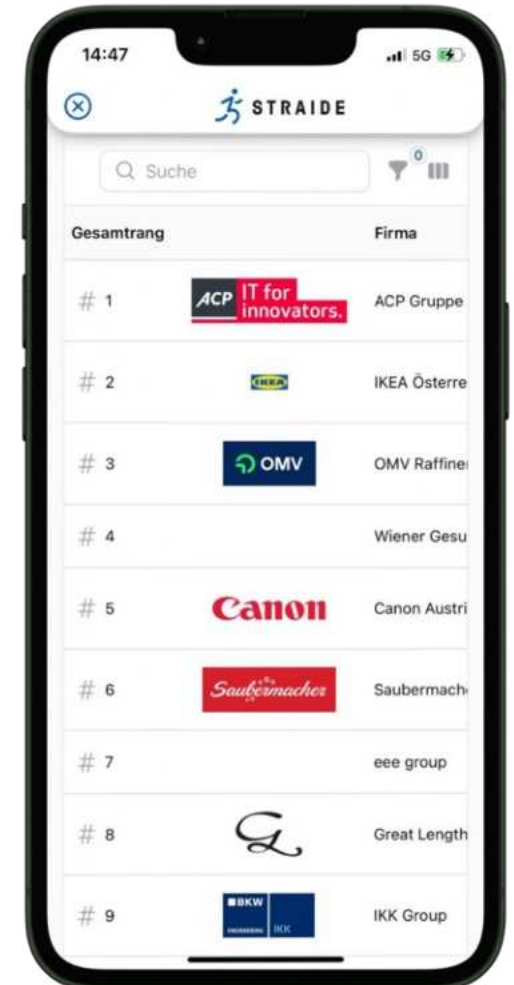


Kommunikation

- Erstellung von Beiträgen & Events
- In-App-Posteingang
- Push-Benachrichtigungen

Rankings

- Firmenranking absolut (gesamt und nach Kategorie)
- Firmenranking durchschnitt (gesamt und nach Kategorie)
- Individualranking
- Internes Individualranking
- Internes Teamranking





**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

WOCHENTHEMEN - DER DIGITALE LEITFADEN

Neu bei der Firmenchallenge 2025

- Sieben Wochen lang wird der Fokus auf die drei großen Themen **Bewegung, Ernährung und mentale Fitness** gelegt
- Das Programm gestaltet sich dabei aufeinander aufbauend, die Inhalte “steigern” sich über die sieben Wochen hinweg
- Dadurch erhalten Ihre Mitarbeitenden über den gesamten Challenge-Zeitraum hinweg Unterstützung, um am Ende mit allen nötigen Informationen ausgestattet zu sein und so einen nachhaltig einen gesunden Lebensstil beibehalten können
- Zusätzlich gibt es auch Sonderthemen wie bspw. Familie, finanzielle Gesundheit, Umwelt oder Depression/Burnout, die zusätzliche Infos zu wichtigen Bereichen liefern





**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

EFFEKTE DER FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH



Beitrag zur Schaffung einer neuen Gesundheits- & Bewegungskultur in Österreich durch Ihre Firma (CSR!)



Weniger Fluktuation und Krankheitstage durch glücklichere und fittere Mitarbeiter:innen



Vermehrte Nutzung bestehender BGF-Maßnahmen und (Bewegungs-) Angebote, wirkt synergetisch & komplementär



Förderung der Gesundheit, Stärkung der Grundmotivation sowie des Teamgefüges und der Identifikation mit der Firma



Positives Employer-Branding durch Förderung der Mitarbeiter:innen-Gesundheit, Umweltschutz und unsere Botschafter:innen aus Sport & Wissenschaft



Positive Effekte auf die Familie durch den verstärkten Fokus auf die eigene Gesundheit



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS



EINIGE HIGHLIGHTS DER FIRMENCHALLENGE 2024

- **Gespräch mit Alexander & Angelika Pointner**
Depressionen erkennen, Rückschläge verarbeiten
- **Gespräch mit RAAM-Finisher Lukas Kaufmann**
Ziele erreichen, Grenzen überwinden
- **Vortrag der Schuldnerberatung Wien**
Finanzielle Gesundheit (B2B & B2C)
- **Gespräch mit Doppel-Weltmeisterin Alexandra Meissnitzer**
- **Gespräch mit Extrem-Sportler Wolfgang Fasching**
- **Gespräch mit Beachvolleyball-Legende Clemens Doppler**

DIE GESUNDHEIT UND GLEICHZEITIG DIE UMWELT AKTIV FÖRDERN - ES WAR NOCH NIE SO EINFACH!

Das Konzept der Firmenchallenge reduziert den **CO2-Fußabdruck** und leistet damit einen Beitrag zum **Schutz der Erde**.

- **Während und nach der Firmenchallenge**
Verzicht auf CO2-reiche Fortbewegungsmittel ► Verwendung des **Fahrrads**, **kurze Wege werden vermehrt zu Fuß erledigt**
- **Ernährungsverhalten** ändert sich ► durch praktische Tipps unserer **Ernährungsexpert:innen und den kostenlosen Studien**. Es wird bewusster, regionaler und nachhaltiger eingekauft

Dieser Effekt wird zusammen mit unseren Partnern (**Impact Hero** und **Ex-Fußballprofi Johnny Ertl**) verstärkt:

- **Jede Firmen-Anmeldung = 1 Baum**
- Alle **1.000 Bewegungsminuten** wird **1 Baum** gepflanzt
- Zusatzpaket Umwelt (inkl. Baum-Zertifikat)
- Seit 2022 wurden bereits über 21.000 Bäume gepflanzt





**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

ZAHLN. DATEN. FAKTEN.

FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH 2024



297 Firmen

vom EPU bis zum Großkonzern



3.421

Teilnehmer:innen



6.885.605

Bewegungsminuten



68

Sportarten



95

Sessions, Vorträge & Workshops



1.958 Minuten (Ca. 33h)

Mediathek & Podcasts



7.183

Bäume



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

FEEDBACK

98%

der Mitarbeiter:innen gefällt
das Konzept der
Firmenchallenge

86%

sehen das Konzept der
Firmenchallenge als Mehrwert
für sich und ihre Kolleg:innen

89%

finden es leichter, mit Angeboten
wie der Firmenchallenge am Ball
zu bleiben

86%

konnten ihren Fokus bewusst
auf Bewegung, Ernährung und
mentale Fitness legen

Die drei wichtigsten Faktoren für die Teilnahme waren:

- ❖ Beitrag zur eigenen Gesundheit
- ❖ Gruppendynamik
- ❖ Der Umwelt-Aspekt



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

UNSERE PARTNER BEI DER FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH



WIRTSCHAFTSKAMMER WIEN
Personenberatung & Personenbetreuung



WIRTSCHAFTSKAMMER ÖSTERREICH



BISHERIGE TEILNEHMER DER FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH

- American Express
- ASFINAG
- CARITAS
- Coca-Cola HBC Österreich
- DB Schenker
- Eni Austria GmbH
- ERGO & D.A.S.
- Flughafen Wien
- Ford Motor Company (Austria) GmbH
- Infoscreen Austria GmbH
- IKEA Österreich
- Julius Meinl Austria GmbH
- Novartis
- OMV

- Pfizer
- Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien
- RegionalMedien Austria
- RTR GmbH
- S Immo AG
- Saubermacher
- Siemens Energy Austria
- Siemens AG Österreich
- Sky Österreich
- Spanische Hofreitschule
- Verbund AG
- Wien Energie GmbH
- Zürich Versicherungs-AG
- **Und viele mehr!**

BUCHBARE PAKETE

FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

LEISTUNGEN	LIGHT	CLASSIC	PREMIUM
Bewegungsminuten sammeln	✓	✓	✓
Food-Move-Mind-Paket	✗	✓	✓
Auswertungspaket	✗	✗	✓
Interne Firmenteams	✗	✗	✓
Internes Firmen-Einzelranking	✗	✗	✓
MENTAL. in Form-Paket	✗	✗	✓
Branding-Paket	✗	✗	✓



TEILNAHMEGEBÜHREN

FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH 2025*:



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

Kategorie/ MA	LIGHT	CLASSIC	PREMIUM
Kat. 1 (EPU)	(40€) 0 €**	70 €	100 €
Kat. 2 (2-9 MA)	(360€) 0 €**	480 €	600 €
Kat. 3 (10-24 MA)	720 €	960 €	1.200 €
Kat. 4 (25-49 MA)	910 €	1.215 €	1.520 €
Kat. 5 (50-99 MA)	1.290 €	1.720 €	2.150 €
Kat. 6 (100-249 MA)	1.890 €	2.520 €	3.150 €
Kat. 7 (250-499 MA)	2.645 €	3.530 €	4.410 €
Kat. 8 (500-999 MA)	4.650 €	6.200 €	7.750 €
Kat. 9 (ab 1.000 MA)	6.180 €	8.240 €	10.300 €

*Wirtschaftskammer-Rabatt (60%) bereits abgezogen

** Förderung durch „Verein zur Förderung der Bewegungs- und Gesundheitskultur in Österreich - VBGÖ“
(solange die Fördermittel ausreichen)



SIE HABEN NOCH FRAGEN? KEIN PROBLEM!



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

- ❖ Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin mit uns:
<https://meet.brevo.com/firmenchallenge-oesterreich/firmenchallenge-1-to-1>



Sie erreichen uns auch unter:

Tel.: +43 1 43 800 93 - 25

Mail: info@firmenchallenge-oesterreich.at





>> GESUNDE MITARBEITER:INNEN
>> STARKE TEAM-LEISTUNGEN
>> ERFOLGREICHE UNTERNEHMEN



+43 1 43 800 93



info@firmenchallenge-oesterreich.at