



DR. AMBROSIOUS

LEISTUNGEN DER ERNÄHRUNGSBERATUNG



BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



DR. AMBROSIUS®
Die App

My Coach als “blended” Ernährungs-Coaching

Ernährungsberatung vom Profi: digital & persönlich

Die DR. AMBROSIOUS-Ernährungs-Plattform ist ein browser-basiertes Ernährungscoaching mit den Elementen des blended learning. Das Ernährungs-Coaching verbindet die digitale & persönliche Beratungszeit für die Teilnehmenden mit individuellen, interaktiven und selbst gesteuerten Ernährungstrainings. Es handelt sich um eine Multi-Channel-Methode, die von der zertifizierten Ernährungsfachkraft geleitete Aktivitäten, Videotutorials, interaktive Einheiten und persönliche

Gespräche miteinander verbindet. Es geht um präventive Ernährungsthemen wie Abnehmen, Muskelaufbau, Fitness und viele andere Themen. Das Unternehmen kann User-Plätze buchen und diese dann den Mitarbeitenden, z.B. kostenfrei zur Verfügung stellen. Die Mitarbeitenden können dann zu ihren individuellen Zeiten neue Ernährungsthemen erlernen und im Arbeitsalltag umsetzen. Digitalisierte Rezepte für die Ernährungsumstellung runden das Angebot ab.

Der Aufbau der einzelnen Ernährungsmodule



Mehr wissen-besser essen

Zu jedem Ernährung-Thema gibt es drei Infosessions, z.B. Blutzuckerspiegel beim Abnehmen, Intelligent satt werden, Fatburner u.v.m



Kleine Wissensinspektion

Kleine Wissensquizze erarbeitet, die dem user zeigen, dass schon sehr viel Ernährungsverständnis aufgebaut wurde. Ganz spielerisch, ohne erhobenen Zeigefinger.



Schau auf Deinen Teller

Die User tracken das eigene Ernährungs- und Essverhalten. Mit Unterstützung der Ernährungsfachkraft. Z.B. Bilder der Mahlzeiten hochladen & bewerten lassen.



Pro User

Datenbank (Hosting/Technik), Webzugang/Usermanagement, Community Zugang mit Chat, Ernährungsfachkraft geleitetes Diskussionsforum, Userprofil mit erreichten Erfolgen (Punktesystem, Badges, o.ä), Digitales Konferenzsystem (Zoom, MS Teams, webex), Email Notification durch die Ernährungsfachkraft, Gruppeneinteilung innerhalb der User (z.B. Abteilungen, Geschäftsstellen, Regionen, o.ä), Betreuung durch Ernährungsfachkräfte als Gruppenleiter*innen, Support Hotline

Mitarbeitende (MA): bis 500, pro MA/Monat (Laufzeit 12 Monate) **MA:** 501 bis 1000, pro MA / Monat
Ab 1000 MA nach gesondertem Kostenvoranschlag, zzgl. einmalige Einrichtungskosten

DR. AMBROSIUS® – Ernährungsberatung

Salut GmbH

Sonnenberger Str. 100

65193 Wiesbaden

Tel.: 0611 – 379736

Fax: 0611 – 373116

Mail: bg@dr-ambrosius.de

www.dr-ambrosius.de