

So haben sich die Gesundheitspräferenzen von Deutschlands Beschäftigten verändert

Welche Gesundheitsangebote waren während der Pandemie besonders beliebt und was sind die neuesten Trends?

Berlin, 01.11.2021: Mit Beginn der Pandemie Anfang 2020 hat sich das Gesundheitsverhalten der Arbeitnehmer:innen drastisch verändert. Laut einer Umfrage von [machffit](#) ist seitdem bei 79 % der Belegschaft Fitness und Gesundheit wichtiger denn je.



Während vor dem Corona-Ausbruch Gemeinschaftssportkurse und Fitnessstudios zu den beliebtesten Angeboten zählten, waren es während des Lockdowns vor allem Online-Kurse, die bequem und sicher von zu Hause aus genutzt werden konnten.



Die Mitarbeitenden von über 250 Unternehmen in Deutschland haben Zugriff auf machffit - eine Gesundheitsplattform mit mehr als 6.500 Partnerschaften für Gesundheitsangebote. Dementsprechend weiß machffit, welche Gesundheitsangebote bei den Beschäftigten Deutschlands im Trend liegen. Eine Umfrage von machffit ergab, dass seit Pandemiebeginn die Nachfrage nach Onlineangeboten deutlich gestiegen ist: So liegt der Anteil an Online-Buchungen seit Anfang 2020 bei 64 %, während davor nur 14 % aller Buchungen

online waren. Besonders beliebt im Homeoffice sind Challenges von machffit, wie die Zuckerfrei-Challenge und Mental-Health-Challenge. Aber auch das Online-Fitnessstudio von Cyberconcept und die Fitness & Ernährungsapp Gymondo sind sehr gefragt.

Mental hat die Pandemie viel von den Menschen abverlangt. Ganze 52 % fühlen sich seit Beginn der Corona-Maßnahmen erschöpft, ergab eine Umfrage von machtfit. Damit ist vor allem das Interesse an Kursen und Apps zum Stressmanagement gestiegen. Bei der digitalen Gesundheitsplattform haben sich die Buchungen für Angebote zur Stressbewältigung fast verdoppelt. Das Thema Ernährung ist durch das Schließen der Restaurants und der vielen Zeit zu Hause ebenfalls stärker in den Fokus gerückt. 53 % mehr machtfit-Nutzende wählten Ernährungsberatungen in dieser Zeit.

Die Herausforderungen für Mitarbeitende waren, bedingt durch Homeoffice und psychische Belastungen, während der Lockdowns sehr groß. 75 % der registrierten Mitarbeitenden fühlten sich in der aktuellen Situation von machtfit, dank Tipps und Angeboten für eine gesunde Ernährung, mentale Gesundheit und die richtige körperliche Auslastung für zu Hause, gut unterstützt.

Was wünschen sich die Menschen jedoch für die Zukunft? **„Die Trends liegen vor allem bei Outdoor-Gyms und -Kursen, sowie Meditationsworkshops, die zusammen mit anderen erlebt werden können. Denn eins ist klar, nur Onlinekurse schaffen es nicht, das motivierende Wir-Gefühl herzustellen. Es müssen wieder gemeinsame Momente geschaffen werden.“** – Philippe Bopp, CEO von machtfit GmbH

Zusammen gesund und erfolgreich

Bereits seit 2011 bringt machtfit Mitarbeitende in Bewegung: Deutschlands führende Gesundheitsplattform bietet Unternehmen eine sichere und einfache digitale Lösung für die Stärkung der Mitarbeitergesundheit.

Unser umfassendes Angebot begeistert Menschen jeden Alters. Ob Fitness, Wellness, Entspannung oder Ernährung: Ihre Belegschaft hat die Wahl! Bundesweit motivieren wir mit über 6.500 Partnerschaften durch Kurse, Trainingspläne, Mitgliedschaften und Livestreams dazu, aktiver und gesünder zu leben. Online oder offline. So machen wir Mitarbeitende zufriedener und Unternehmen erfolgreicher!

2011 gegründet, vertrauen heute über 250 Unternehmen in Deutschland auf machtfit. Zu unseren Kundinnen und Kunden gehören u. a. Bayer, Vattenfall, Deutsche Bahn oder Lufthansa.

Sie wollen mehr über machtfit erfahren? www.machtfit.de

###