

## Trend-News

# Prävention, BGF und AI: Wenn Gesundheitsprogramme lernen zuzuhören

**Prävention war gestern ein Programm – heute ist sie ein lernender Prozess.**

Dank Künstlicher Intelligenz (AI) werden Gesundheitsprogramme erstmals dynamisch, personalisiert und messbar. AI erkennt Verhaltensmuster, versteht Routinen – und schlägt den passenden nächsten Gesundheitsschritt vor. Wir sind überzeugt, so wird Prävention präziser, adaptiver und näher am Menschen.

## Unsere Vision

*„Prävention auf eine neue Stufe zu heben“* – das ist der Kern unserer KI-Philosophie.

Mit der Verbindung aus intelligenter Technologie und menschlicher Expertise entwickeln wir unsere Programme weiter, die nicht nur Wissen vermitteln, sondern Gesundheit erlebbar machen. AI ist eine große Chance Prävention nahbarer, greifbarer, persönlicher und damit wirksamer zu machen.

AI unterstützt uns in fünf Schlüsselbereichen: **Research & Data, Verhaltensmodelle, Content Creation, Personalisierung** und in der eigenen Unternehmensstruktur. Damit schaffen wir die Basis für ein lernendes Gesundheitsökosystem.

## Wir fangen bei uns an. AI verändert auch unsere Organisation

Gesundheit Bewegt stellt sich selbst neu auf – als **AI-gestützte Company**.

Wir entwickeln derzeit unser eigenes **AI Operating System (AI-OS)**, das alle Tools, Sprachmodelle und Anwendungen steuert.

### **Vier Ebenen bilden das Fundament:**

1. **Core Layer:** Unsere zentrale Intelligenzschicht – mit Markenlogik, Sprachstil und klaren ethischen Leitplanken.
2. **Service Layer:** Verschiedene AI-Engines (z. B. GPT-5, Perplexity, Claude, Gemini) für Text, Research, Datenanalyse und Weiterentwicklung von Pepino.
3. **Application Layer:** Produkte und Programme wie **GB|Work**
4. **Learning & Culture:** AI-Wissen vermitteln und den Changeprozess unterstützen

Diese Systematik sorgt dafür, dass **alle Inhalte, Prozesse und Programme auf einer gemeinsamen AI-Basis** arbeiten – präzise, konsistent und skalierbar.

Die Geschwindigkeit der AI Entwicklung... nun ja, das ist herausfordernd.

Bei unserer AI-Nutzung handeln wir **im Einklang mit den Leitprinzipien des EU AI Act**, setzen auf Transparenz, Sicherheit und Nachvollziehbarkeit – und sichern so einen verantwortungsvollen Umgang mit KI in Prävention und BGF.

## Unser Gesundheit Bewegt-Prinzip ‚KIMI‘ – Künstliche und menschliche Intelligenz vereint

Unser Ansatz, AI zu nutzen, nennen wir **KIMI** – *Künstliche Intelligenz meets Menschliche Intelligenz*. KIMI steht für das Zusammenspiel aus Technologie, Emotion und menschlicher Expertise. Es stärkt nicht nur die Wirksamkeit unserer Programme, sondern auch unser **Expertennetzwerk**, das künftig stärker integriert und sichtbar wird.

Ziel: **digitale Prävention menschlicher machen** – durch echte Expert:innen, erweiterte Lernmodelle und AI-gestützte Personalisierung.

## Wie AI Prävention verändert

In unseren Programmen und Konzepten entsteht eine neue Form von Gesundheitsförderung: individuell, skalierbar und wirksam – von der ersten App-Nutzung bis zur Unternehmensstrategie.

- **Virtuelle Coaches** begleiten Mitarbeitende mit individuellem Feedback.
- **Health Twins** visualisieren Fortschritte und motivieren.
- **Adaptive Journeys** passen Inhalte automatisch an Verhalten und Fortschritt an. und stärken gleichzeitig die Rolle von Expert:innen, Coaches und Partnern, die Gesundheit neu denken.

**Unser Ziel bleibt klar:** Prävention so zu gestalten, dass sie Menschen wirklich erreicht – digital gestützt, menschlich begleitet und gesellschaftlich wirksam. AI ist dabei kein Selbstzweck, sondern ein Werkzeug, um Gesundheit intelligenter, gerechter und persönlicher zu machen. Wir sind überzeugt: Wenn Technologie und Menschlichkeit zusammenarbeiten, entsteht die Zukunft der Prävention – Schritt für Schritt, Datenpunkt für Datenpunkt.

**Tu was – gesund leben, gesund arbeiten, gesund älter werden.**

Kontakt: Stefan Zipperer | [sz@gesundheit-bewegt.com](mailto:sz@gesundheit-bewegt.com) | +49 151235 44 792