

Trend-News

Prävention, BGF und AI: Wenn Gesundheitsprogramme lernen zuzuhören

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 gehört für uns aber nicht nur in „mehr Wirkung für die Prävention“, sondern in ein generelles Umdenken der Marktspielregeln. Da kann man einiges besser machen >> **#Tuwas**



AI verbessert Prävention spürbar – und wir bringen sie auf drei Wegen in die Fläche:

- **AI first** - Wir verändern zuerst uns selbst, um mehr Firmen zu erreichen
- Wir geben unseren Programmen mit **PEPINO** ein lernendes Modell für mehr Wirkung beim einzelnen Menschen.
- Und mit unserer **AI-Unit** machen wir Prävention für den gesamten Healthcare-Markt besser zugänglich

#1 – Wir fangen bei uns an: AI-first

Gesundheit Bewegt stellt sich selbst neu auf – als AI-gestützte Frontier First Company (AI First). Wir nutzen das AI Operating System (AI-OS) unserer AI-Unit HorAlzon, um Prozesse, Produkte, Wissen, Kundenservice skalierbarer zu gestalten.

Vier Ebenen bilden das Fundament:

1. **Core Layer:** Unser „Company Brain“ als zentrale Intelligenzschicht – mit Markenlogik, Sprachstil und klaren ethischen Leitplanken.
2. **Service Layer:** Verschiedene AI-Engines 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.

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.

So wächst unsere Reichweite. Der nächste Hebel wirkt direkt beim einzelnen Menschen – und dafür haben wir PEPINO entwickelt.

#2 – PEPINO: das lernende Modell für mehr Wirkung beim Menschen

Coming soon // 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.

Damit diese Personalisierung für jede Person wirklich greift, braucht es ein lernendes Modell im Hintergrund – und das heißt bei uns PEPINO.

Mit PEPINO entwickeln wir die nächste Stufe digitaler Prävention: *aus unserer Sicht das weltweit erste und einzige mathematisch fundierte und mit Verhaltensmodellen hinterlegte Modell für Prävention*. Während klassische Gesundheits-Apps meist nur ein einzelnes Thema abdecken – mal Bewegung, mal Ernährung, mal Mental Health – betrachtet PEPINO **sieben Gesundheitsfelder gleichzeitig**: Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit, Regeneration, Arbeitskontext, gesunde Routinen und soziale Gesundheit. So wird sichtbar, wo bei jeder Person der wirklich größte Hebel liegt, statt isolierte Einzelmaßnahmen zu empfehlen.

Der entscheidende Unterschied: PEPINO lernt aus jeder Person **individuell**. Statt Standardtipps aus dem Durchschnitt vieler erkennt das Modell aus den eigenen Reaktionen, welcher einzelne Impuls heute am meisten bringt - und passt seine Empfehlungen kontinuierlich an. Biologische Faktoren wie Lebensphase und Zyklus fließen ebenso ein wie der persönliche Alltag. Die Kommunikation übernimmt ein KI-Coach, der Tonalität, Länge und Sprache an Lebensphase und individuelle Gesundheitskompetenz anpasst - vom einfachen Alltagstipp bis zur fundierten Erklärung. Jede Empfehlung bleibt dabei nachvollziehbar und transparent.

Reichweite und Wirkung beginnen bei uns – doch Prävention entscheidet sich überall dort, wo Menschen leben und arbeiten. Deshalb gehen wir den dritten Weg nach außen.

3 – HorAlzon: unsere AI-Unit für den Healthcare-Markt

Mit unserer AI-Unit gehen wir auf die anderen Player des Healthcare-Marktes zu - damit Prävention dort ankommt, wo sie stattfindet.

Geführt wird HorAlzon von Stefan Zipperer. Er bringt 25 Jahre Erfahrung im Gestalten von Customer Journeys mit – aus Marketing, Content, Kommunikation, Gamification und Verhaltenspsychologie.

HorAlzon macht das, was wir im eigenen Haus aufgebaut haben, für Unternehmen im Gesundheitssektor nutzbar. Für Healthcare-Unternehmen bündeln wir das zusammen mit Partnern in vier Leistungen – ergänzt um einen Ausblick auf das, was als Nächstes kommt:

- AI-Innovations-Workshops – den Möglichkeitsraum öffnen
- Schulungen & Masterclasses – eigene AI-Kompetenz aufbauen
- AI Custom Projects – maßgeschneiderte AI-Anwendungen
- AI Services – im laufenden Betrieb
- Coming soon // AI Business Builder – neue AI-gestützte Geschäftslogiken (aktuell im Closed Beta)

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.

Bereit für die Disruption?

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

Kontakt: Stefan Zipperer | sz@gesundheit-bewegt.com | +49 151235 44 792