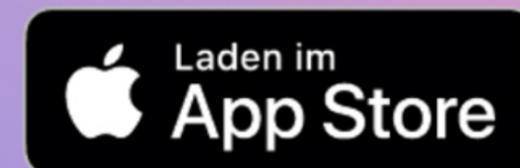


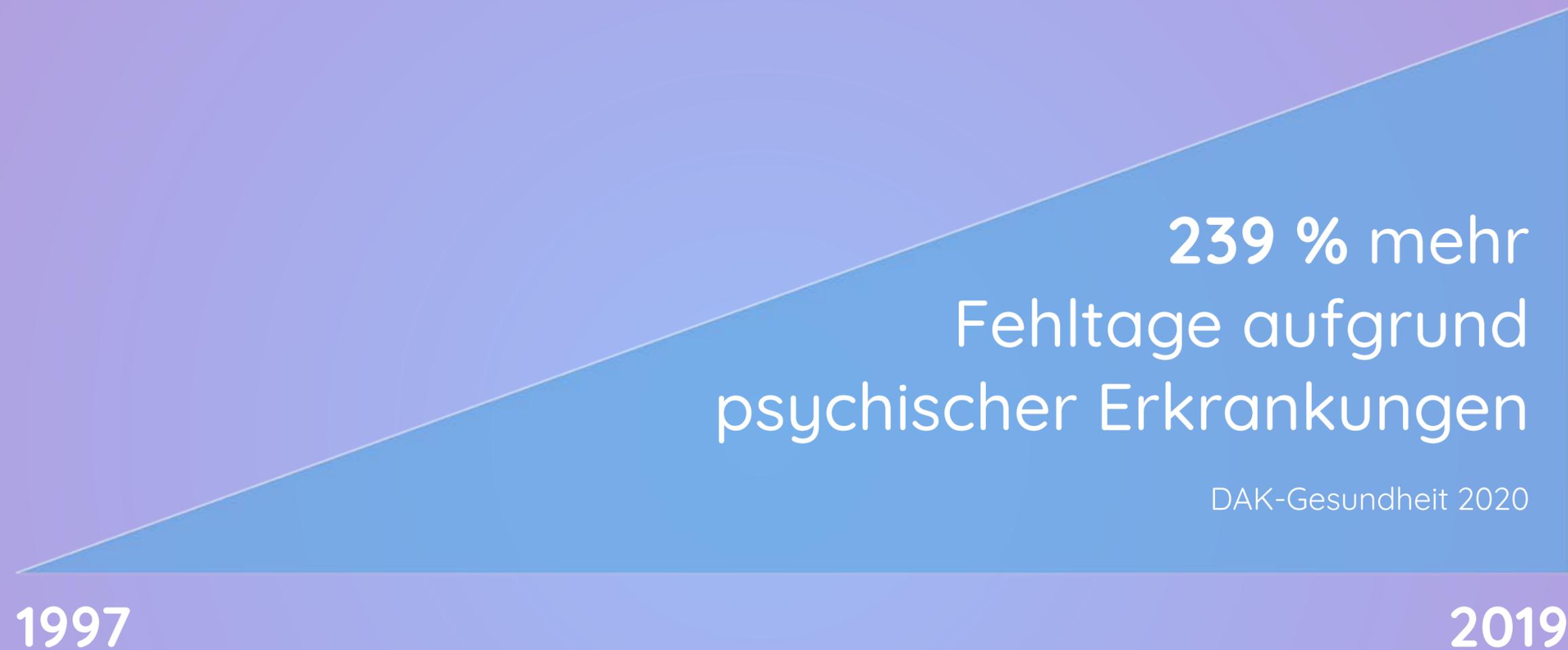


MINDZEIT®

Dein persönlicher Entspannungsraum,
den Du immer und überall dabei hast.



Psychische Erkrankungen steigen
aufgrund von Stress immer mehr an!



Mit MINDZEIT® effektiv Ausfälle reduzieren und die Gesundheit von Mitarbeiter*innen stärken



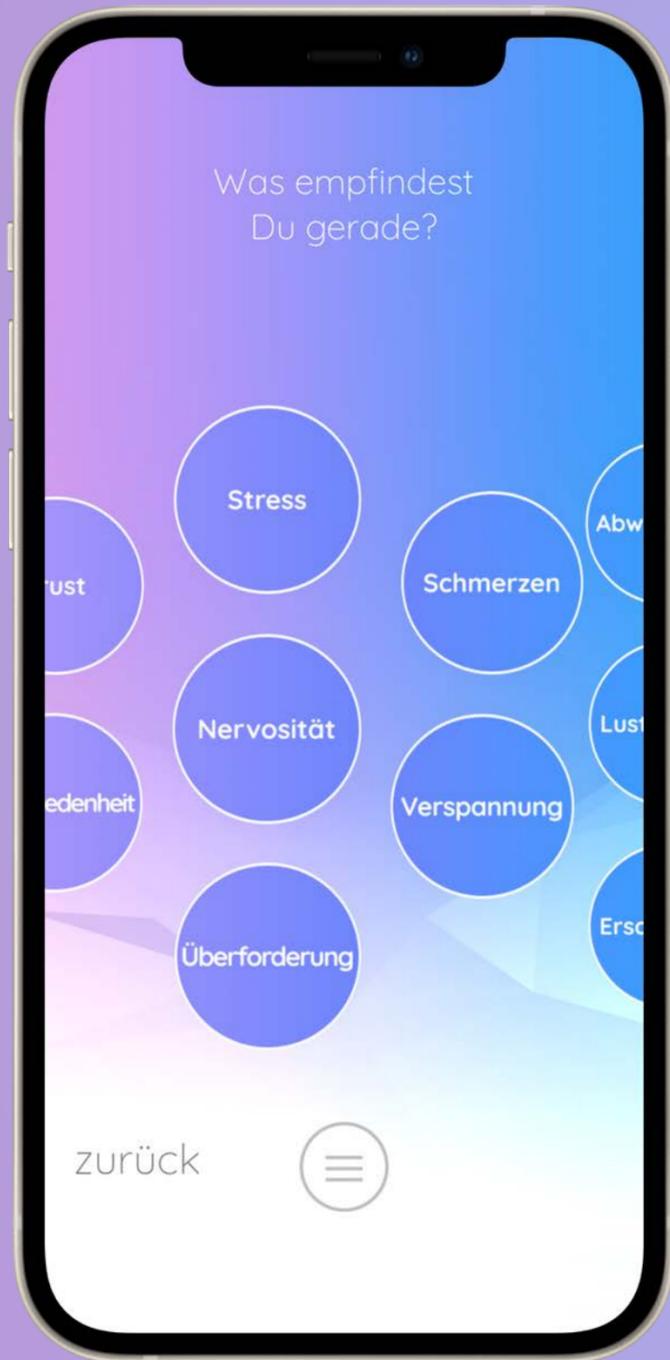
- In den letzten 30 Jahren wurde die positive Wirkung von Achtsamkeit, in Bezug auf Work-Life-Balance, Engagement der Mitarbeiter*innen, Verhandlungskompetenzen, Burn-out, Resilienz, Gedächtnis und Leistungsfähigkeit, in Studien von enormen Forschungsvolumen belegt.
- **MINDZEIT** arbeitet ausschließlich mit achtsamkeitsbasierten Methoden, deren Wirksamkeit in internationalen Studien vielfach nachgewiesen wurde.
- In Großbritannien werden achtsamkeitsbasierte Methoden sogar vom NHS (National Health Service) als vollwertige Alternative zu Antidepressiva anerkannt.
- Zahlreiche Unternehmen (z.B. SAP, Google) haben das enorme Potential von Achtsamkeit bereits erkannt.



MINDZEIT® bietet die intuitivste und hürdenloseste Möglichkeit regelmäßig den Geist zu entspannen - egal wann und wo.

MINDZEIT ist Dein persönlicher Entspannungsraum, den Du immer und überall dabei hast. Einfach die MINDZEIT App starten und sofort loslegen. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Und das Beste: Basierend auf den neuesten Erkenntnissen aus der Neurologie und Stressforschung werden Deine individuellen Bedürfnisse berücksichtigt und Du bekommst immer eine zu Dir passende MINDZEIT vorgeschlagen.



“ Ich finde es toll, dass ich gefragt werde, wie es mir geht und ich ehrlich antworten kann. Im Alltag sagt man zu oft einfach „Danke, gut“, obwohl das gar nicht stimmt. (Nutzerfeedback)

Egal ob **Nervosität** vor einer Präsentation, **Wut** aufgrund eines Konflikts oder **Einsamkeit** und **Angst** ausgelöst durch die aktuelle Corona-Lage, Du bekommst immer passend zu Deiner akuten Stimmung eine **MINDZEIT** an die Hand, die sofort wirksam ist und hilft mit den jeweiligen Emotionen umzugehen.

„Mit MINDZEIT weiß ich schon direkt nach dem Aufwachen, wie es mir geht.“

Die MINDZEIT-Übungen sind kurzweilig gestaltet und lassen sich dadurch perfekt in verschiedene Alltagssituationen integrieren, unabhängig von Zeit und Ort. Ob morgens, auf dem Weg zur Arbeit, während einer Pause oder abends auf der Couch. Einfach jederzeit mal 5 Minuten abschalten und entspannen.



Wir erreichen eine besonders hohe Nutzerakzeptanz

- Durch unsere psychologisch designte User Journey erreichen wir mit MINDZEIT eine besonders hohe Nutzerakzeptanz.
- Das einzigartige Nutzungserlebnis wurde gemeinsam mit Psychologen, Machine Learning Experten sowie Game- und Sounddesignern gestaltet.
- Mit MINDZEIT ist der Zugang zu wirksamen Achtsamkeitsübungen so hürdenlos und intuitiv wie nie zuvor.
- Durch MINDZEIT wird mentales Training so selbstverständlich wie Sport oder gesunde Ernährung.



MINDZEIT® setzt an, bevor es überhaupt zu einer psychischen Überlastung kommt und überzeugt durch:

1. Klarheit

Die MINDZEIT App einfach im Apple App oder Google Play Store downloaden und sofort loslegen. MINDZEIT ist die erste Achtsamkeits-App mit einer psychologisch designten User Journey. Entwickelt für eine einfache und hürdenlose Integration in Beruf und Alltag.

2. Wirksamkeit

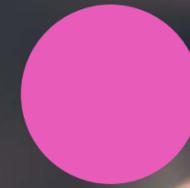
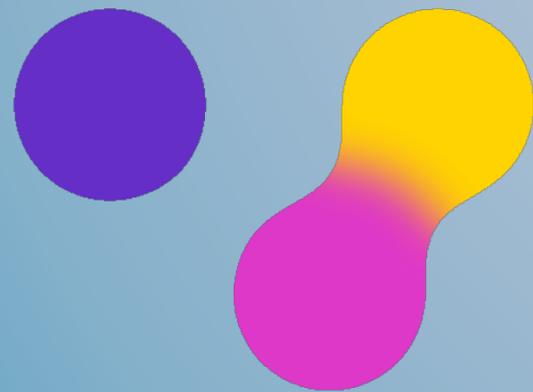
Die personalisierten, achtsamkeitsbasierten MINDZEIT-Methoden fördern ein nachhaltig positives Mindset und stärken die Resilienz.

3. Sicherheit

MINDZEIT legt höchsten Wert auf den Datenschutz und die Datenethik, daher vertrauen bereits bekannte Konzerne, Versicherungen und sogar der öffentliche Sektor auf uns.



Anwendungsbereiche von MINDZEIT® für Unternehmen



BGM



Employer Branding



**Kunden- oder
Mitgliederbonus**



Vorteile für Arbeitgeber*innen

- ✓ Reduzierung von Fehlzeiten, Ausfallkosten und Fehlerquoten
- ✓ Stärkung der Mitarbeiterbindung und der Unternehmenskultur
- ✓ Gesunde und motivierte Mitarbeiter*innen
- ✓ Einfach und sofort nutzbar (Plug & Play)!
- ✓ Kein technischer oder administrativer Aufwand auf Unternehmensseite!
- ✓ Steuerliche Vorteile für gesundheitsfördernde Maßnahmen
- ✓ MINDZEIT ist bereits in führenden Unternehmen erfolgreich im Einsatz



```
5 public class User{  
6     private Long id;  
7     private String first  
8     private String lastN  
9  
10    public User(Long id  
11        this.id = id;  
12        this.firstName = f  
13        this.lastName = l  
14    }  
15    public Long getId  
16        return id;  
    }  
    public void setId  
        this.id = id;  
    }
```

MINDZEIT® - Leistungen

MINDZEIT Leistungsübersicht	MINDZEIT Privat	MINDZEIT Business
Mobile App für iOS & Android	✓	✓
DSGVO Konform / Digital Responsibility	✓	✓
Plug & Play (Unternehmensaccount + Premium Codes)		✓
Steuerliche Vorteile im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung nach § 3 Nr. 34 EStG nutzen		✓
Aktivierungsrate		✓
User Adoption Service (u.a. Onboarding Workshop, Unterstützung bei der internen Kommunikation)		✓

Diese und weitere Unternehmen
vertrauen uns bereits



WERDER-
SUPPLIER



DEVK



DB Regio

Es zählen zudem weitere Versicherungen, Rückversicherer, Sportvereine, namhafte Softwareunternehmen und mittelständische Unternehmen aus den verschiedensten Branchen zu unseren zufriedenen Kunden.

Das sagen unsere Nutzer*innen über MINDZEIT

93 % sind mit dem Nutzungserlebnis von MINDZEIT sehr zufrieden

81 % nutzen die MINDZEIT App mindestens einmal die Woche

89 % würden die MINDZEIT App weiterempfehlen

72 % konnten bereits nach 3 Monaten einen positiven Effekt auf ihr Wohlbefinden durch die Nutzung der MINDZEIT App feststellen.



Die Zahlen basieren auf einer Nutzerumfrage mit 150 Teilnehmer*innen aus deutschen Unternehmen.

“ Mit Hilfe der MINDZEIT App kann ich ohne viel Aufwand eine feste Zeit nur für mich und meinen Geist in meinen Alltag etablieren. Es ist fast zu jeder Zeit und an jedem Ort möglich durch MINDZEIT sich etwas „Gutes“ zu gönnen.



DB Regio



Entspanntes Reisen mit der Bahn

powered by MINDZEIT®

Seit 2021 kooperiert MINDZEIT mit der Deutschen Bahn.

Exklusive MINDZEIT-Inhalte werden den Zugreisenden bundesweit im DB Regio Zugportal angeboten.

MINDZEIT macht sich bezahlt!

Sie sparen mind. 100.000 EUR im Jahr ein, wenn bei nur 10 Ihrer Mitarbeiter*innen, die Fehlzeiten aufgrund psychischer Belastung reduziert werden.*

Krankheitstage aufgrund psychischer Erkrankungen führen nach wie vor zu auffallend langen Ausfallzeiten. Mit 30,3 Tagen je Fall dauerten sie 2020 mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt. (AOK Fehlzeiten Report 2021)

Weitere Vorteile durch MINDZEIT:

- Besseres Betriebsklima
- Reduzierung der Fehlerquote
- Gesteigerte Motivation
- Höhere Produktivität
- Entlastung der Kolleg*innen
- Mehr Kreativität



*Die Kosten für einen Ausfalltag liegen laut Bundesanstalt für Arbeitsschutz und je nach Betrieb bei 200 bis 400 EUR zzgl. Sozialversicherungskosten. Für unsere ROI-Berechnung gehen wir von einem Durchschnittswert von 350 EUR pro Ausfalltag aus.

Bist Du bereit für eine MINDZEIT?



Céleste Kleinjans

Co-Founder & CEO

c.kleinjans@mindzeit.app

0221 25931420



Marinko Spahić

Co-Founder & CEO

m.spahic@mindzeit.app

0221 25931420

supported by



www.mindzeit.app



Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



MINDZEIT® is known from:



Business
Punk



*Röln*er Stadt-Anzeiger



Startup
Valley_{.news}