



Die kostenlose BGM-App bietet Infos zu unseren eigenen Angeboten und zahlreiche weitere Möglichkeiten rund um das Thema Gesundheit:

- Digitale Trainingsprogramme und einzelne Trainingseinheiten
 - Aktive Pausen
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen
- Rezepte und Infos zum Thema Ernährung
 - Challenges
- und vieles mehr...

So kann man sie nutzen:

Hier: [Humanoo](#) ID generieren
 Humanoo App im Appstore oder Playstore downloaden
 ID aus der erhaltenen Mail eingeben
 Account erstellen
 Los geht's! 😊

(Sie haben die Wahl ob Sie die dienstliche oder private Mailadressen nur Anmeldung nutzen möchten. Beides funktioniert. Bei der dienstlichen Mailadresse kommt es hin und wieder zu Firewall-Problemen,

sodass wir die **Nutzung der privaten Mail empfehlen**)
 Arbeitsort und Berufsgruppe werden bei der Registrierung nur abgefragt, um zielgruppenspezifische Informationen über die App teilen zu können).