

Sanfter Wandel durch smarte Technologie: Generative KI in der BGF

Dr. Sven Schmeier
Chief Engineer, DFKI
CEO, AI Transformation Institute

sven.schmeier@dfki.de
sven.schmeier@aiti.ai

Fragen

- **Wie stark vertrauen Sie den Informationen eines Chatbots von 0 – 100?**
- Was ist eigentlich KI, woher kommt sie und wie funktioniert sie?
- Was passierte 2022 (bzw. 2017)?
- Wie kann man KI bei der BGF nutzen?
- Wir bauen einen Chatbot!



KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

100 Millionen aktive Nutzer: Ist ChatGPT der große KI-Durchbruch?

von Kristin Kielon, MDR AKTUELL

VORLESEN

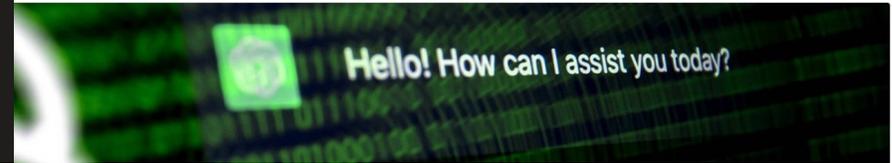


Künstliche Intelligenz

ChatGPT bewirbt Chatbot als teilweise »auf menschlichem Niveau«

Der Hersteller von ChatGPT verpasst seinem Chatbot eine neue Programmiersprache. In beruflichen und akademischen Kontext kann das System angeblich mithalten – im realen Leben weniger.

15.03.2023, 09.35 Uhr



News

Mit ChatGPT-KI: Microsoft bringt neue Bing-Suchmaschine und neuen Edge-Browser

Direkte Antwort auf Google: Microsoft hat wie erwartet eine neue Version seiner Suchmaschine Bing vorgestellt, die mit dem KI-Chatbot ChatGPT ausgerüstet ist. Darüber hinaus soll es ein KI-Upgrade für den Edge-Browser geben.

Von Jörn Brien

07.02.2023, 20:45 Uhr • 3 Min. Lesezeit

Reaktion auf ChatGPT

Google will eigenen KI-Chatbot

Stand: 07.02.2023 09:28 Uhr

Offenbar unter dem Eindruck des Hypes um ChatGPT will der Tech-Riese Google einen eigenen Chatbot entwickeln, der mit den Nutzern unterhalten können und in der kommenden Zeit...



ARTIFICIAL INTELLIGENCE

Google Engineer Claims AI Chatbot Is Sentient: Why That Matters

Is it possible for an artificial intelligence to be sentient?

Available for everyone, funded by readers

Contribute →

Subscribe →

The Guardian

News Opinion Sport Culture Lifestyle



The Guardian view Columnists Cartoons Opinion videos Letters

Opinion Artificial intelligence (AI)

A robot wrote this entire article. Are you scared yet, human?

GPT-3

Bloomb

Technology

This \$2 Billion AI Startup Aims to Teach Factory Robots to Think

By Pavel Alpeyev

- ▶ Preferred Networks has become Japan's most valuable startup
- ▶ The c



Frankfurter Allgemeine

Künstliche Intelligenz

+0,57 % DAX * 12.938,01 +0,64 % EUR/USD 1,1663 -0,48 % DOW JONES 24.709,24 -0,41 %

ARTIFICIAL INTELLIGENCE

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

Computer bringt sich selbst Go bei – und wird Weltklasse

VON ALEXANDER ARMBRUSTER - AKTUALISIERT AM 19.10.2017 - 13:42



Elon Musk @elonmusk

If you're not concerned about AI safety, you should be. Vastly more risk than North Korea.

1:29 AM - Aug 12, 2017

2,426 13,931 38,337

13.07.2020 – 18:15 BLOGS / ARTIFICIAL INTELLIGENCE

GPT3 – kommt die echte künstliche Intelligenz?

Forscher aus San Francisco haben das Sprachnetzwerk GPT3 entwickelt. Die Texte sind beeindruckend.

BENJAMIN GREWE UND PASCAL KAUFMANN

Dr. Sven Schmeier

New chat

ChatGPT 3.5



How can I help you today?

ChatGPT starter guide
with a simple example

Help me pick
an outfit that will look good on camera

Explain superconductors
like I'm five years old

Create a workout plan
for resistance training

Upgrade plan
Get GPT-4, DALL-E, and more

Sven Schmeier

Message ChatGPT

Fragen

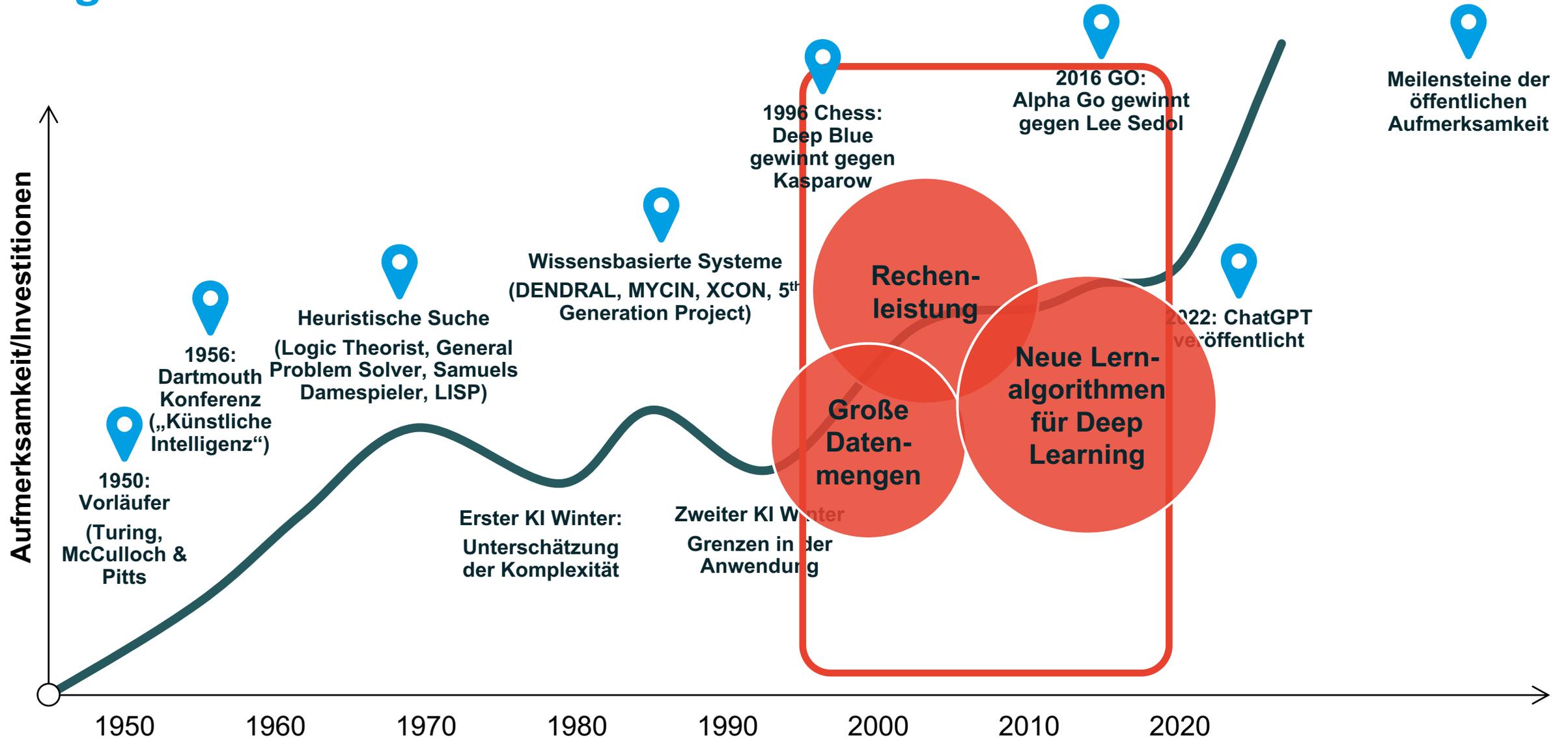
- Wie stark vertrauen Sie den Informationen eines Chatbots von 0 – 100?
- Was ist eigentlich KI, woher kommt sie und wie funktioniert sie?
- Was passierte 2022 (bzw. 2017)?
- Wie kann man KI bei der BGF nutzen?
- Wir bauen einen Chatbot!



Künstliche Intelligenz befasst sich mit der Frage, wie man Computer dazu bringen kann, Dinge zu tun, die Menschen im Moment noch besser können.

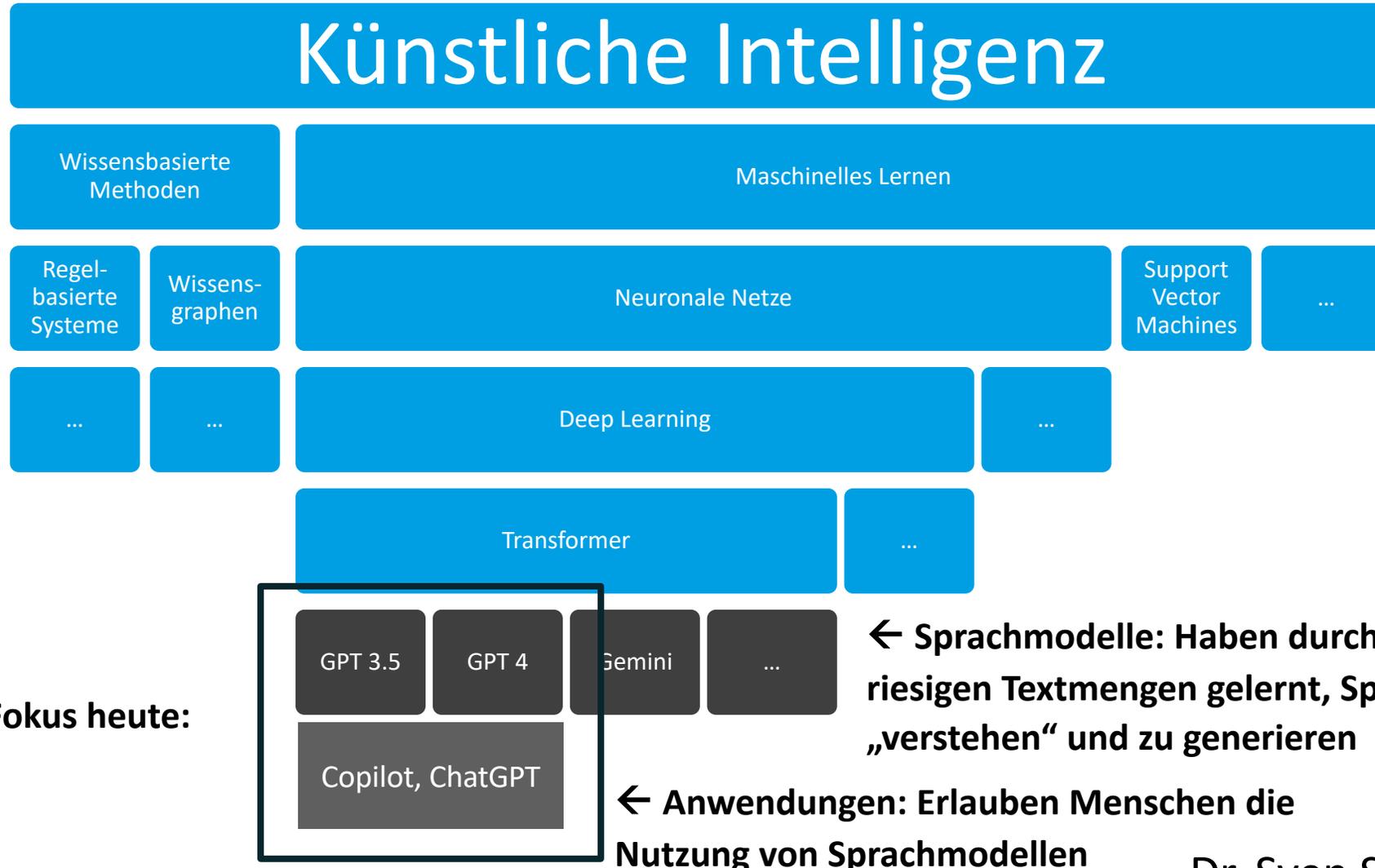
Elaine Rich, 1983

KI gibt es nicht erst seit ChatGPT



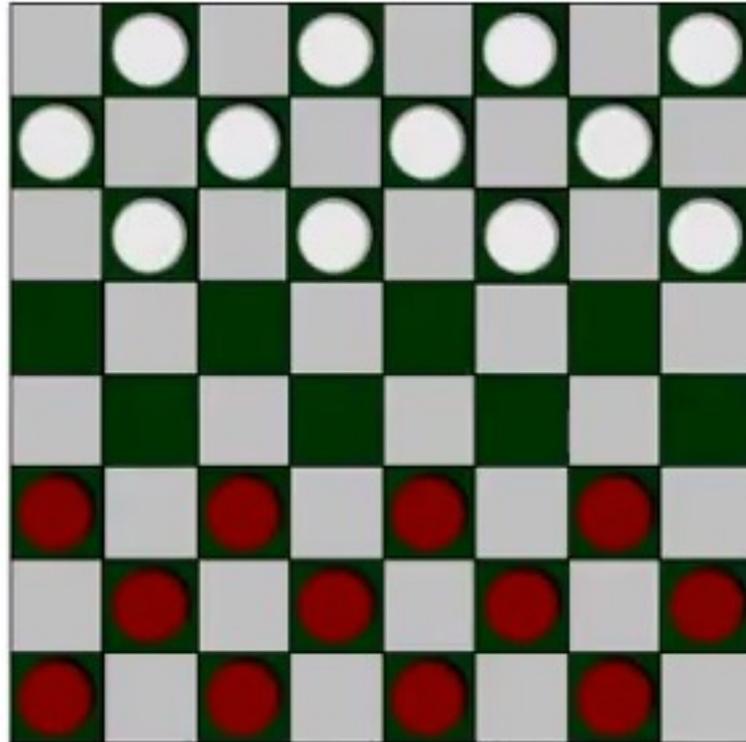
Dr. Sven Schmeier

Es gibt viele, viele Methoden der KI...



Wie ist Machine Learning entstanden?

Arthur Samuel (1959). Machine Learning: Field of study that gives computers the ability to learn without being explicitly programmed



Dr. Sven Schmeier

Wie ging es weiter



n Schmeier

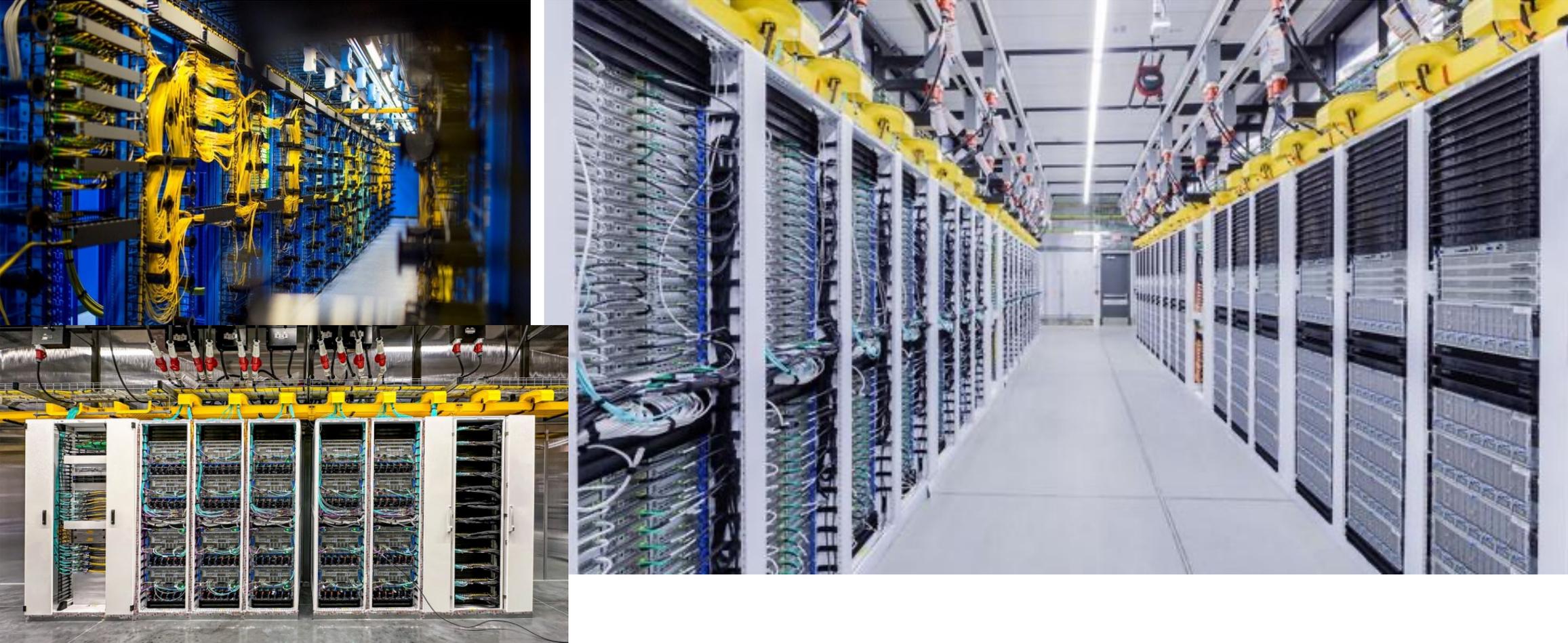
Was ist Machine Learning



... und weiter



... so sehen die Computer heute aus



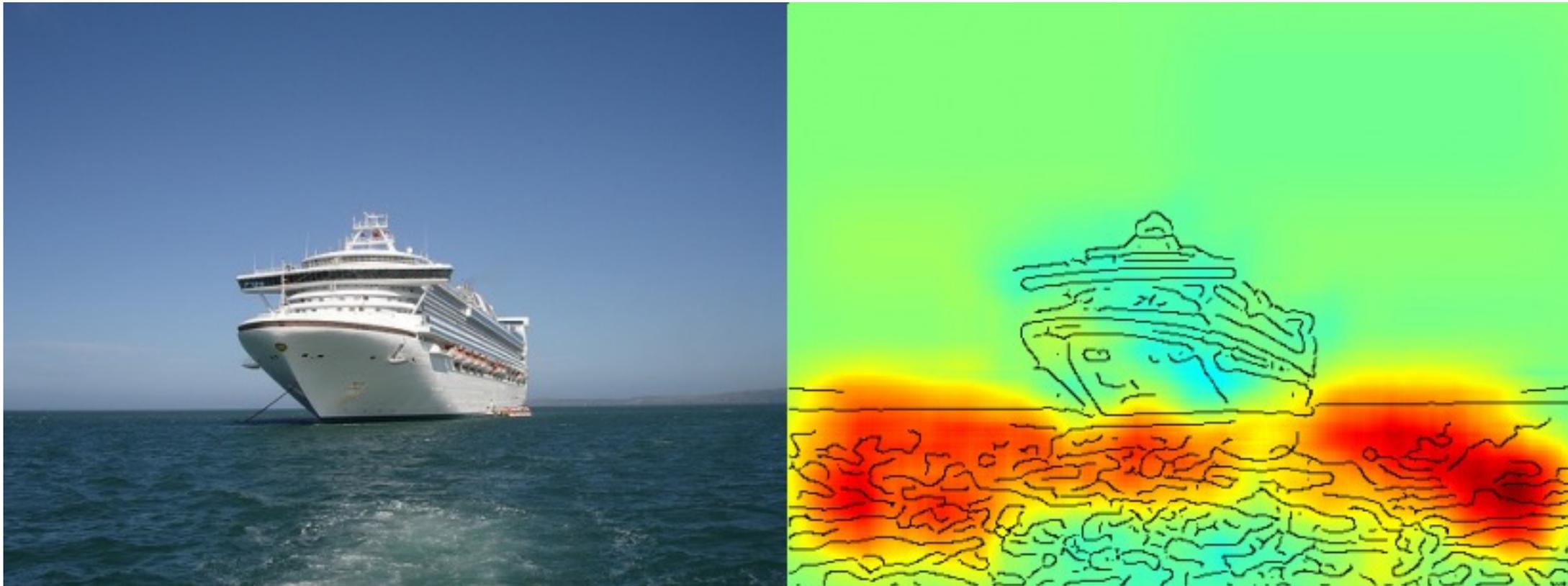
Wichtig: Künstliche Intelligenz ≠ Menschliche Intelligenz

- Was sehen Sie?



Wichtig: Künstliche Intelligenz \neq Menschliche Intelligenz

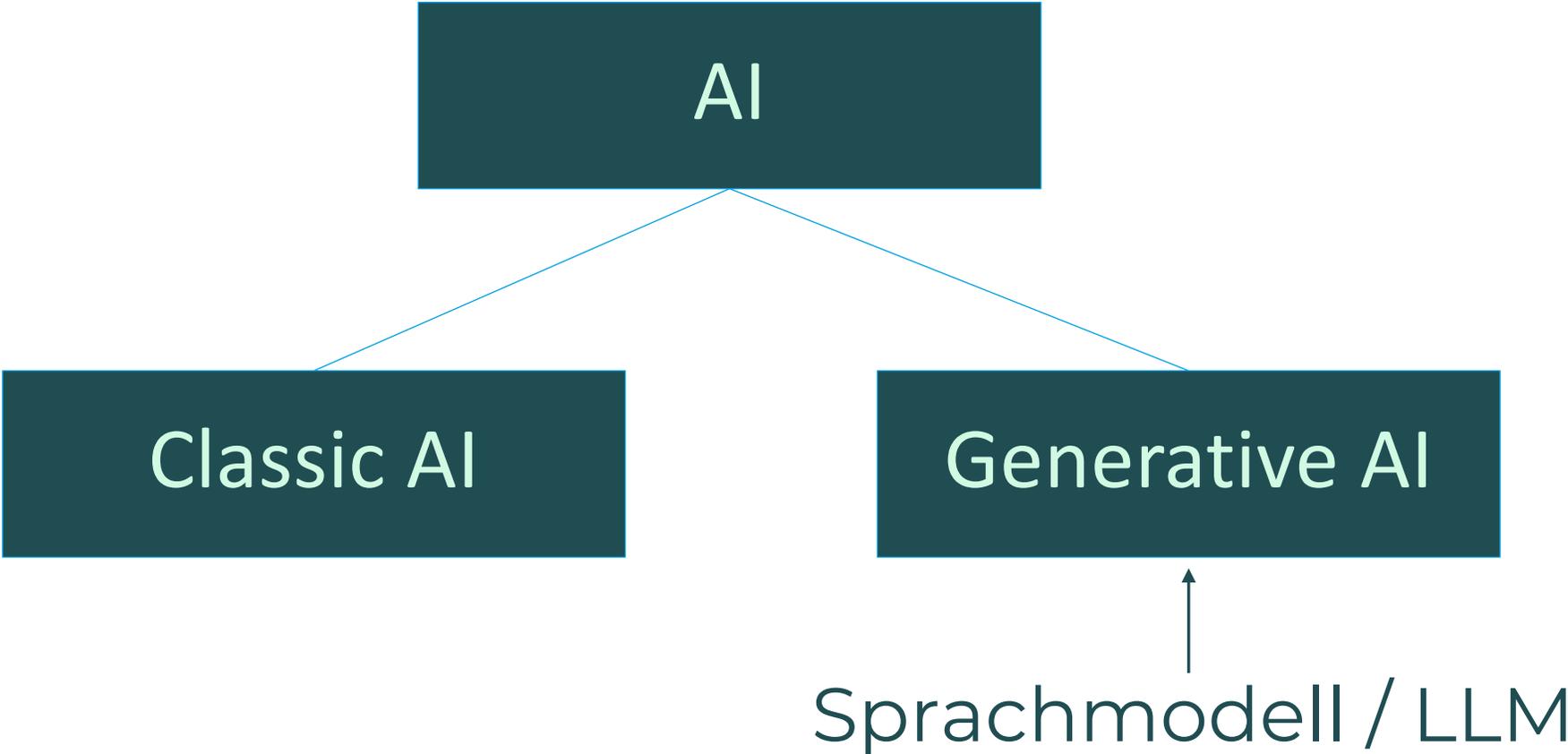
- Was sehen Sie?



Fragen

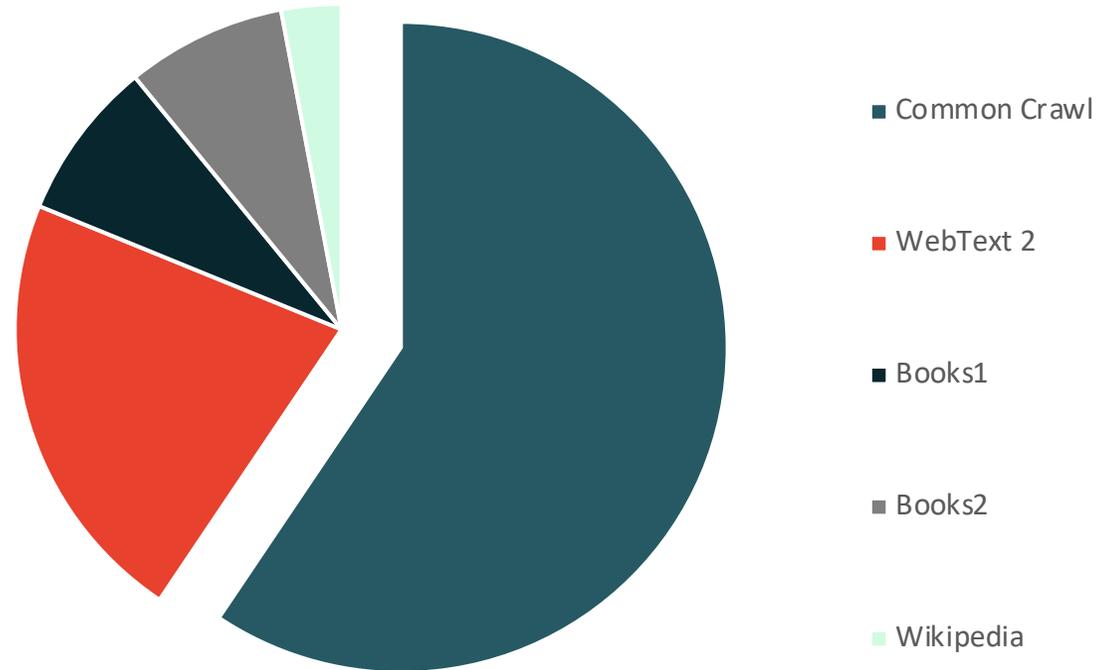
- Wie stark vertrauen Sie den Informationen eines Chatbots von 0 – 100?
- Was ist eigentlich KI, woher kommt sie und wie funktioniert sie?
- Was passierte 2022 (bzw. 2017)?
- Wie kann man KI bei der BGF nutzen?
- Wir bauen einen Chatbot!

Classic AI vs. Generative AI



GPT 3 wurde hauptsächlich mit dem Webarchiv von 2008 bis 2021 trainiert

Die meisten Trainingsdaten stammen aus dem Webarchiv von Common Crawl, und sind seit 2008 gesammelt worden.



Training von Sprachmodellen (LLMs): Rate das fehlende Wort:

“The chicken crossed the ___”

Vis

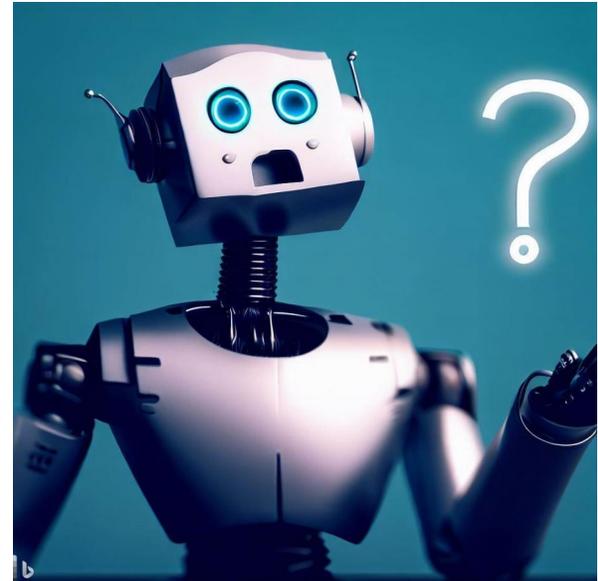


stenten
worten sind
wort gegeben

Quelle: <https://pyth>

Statistisches Sprachmodell, kein Verstehen im menschlichen Sinne (KI ≠ MI)

- Resultat des Trainings:
Ein statistisches Sprachmodell, das die Wahrscheinlichkeit berechnet, mit welcher ein Wort auf ein anderes folgt
 - Wenn ein LLM eine Frage beantwortet, beantwortet es eigentlich die folgende Frage:
 - *„Hier ist ein Textfragment. Sag mir, wie dieses Fragment weitergehen könnte. Nach deinem statistischen Sprachmodell, welche Wörter werden wahrscheinlich als nächstes kommen?“*
- **Das ist der Grund, warum Sprachmodelle fabulieren / halluzinieren: Sie haben kein Verständnis im menschlichen Sinne.** Sie nutzen „nur“ Wahrscheinlichkeiten



Quelle: Bing Bildersteller, Prompt: „A robot giving a wrong answer“

Fragen

- Wie stark vertrauen Sie den Informationen eines Chatbots von 0 – 100?
- Was ist eigentlich KI, woher kommt sie und wie funktioniert sie?
- Was passierte 2022 (bzw. 2017)?
- **Wie kann man KI bei der BGF nutzen?**
- Wir bauen einen Chatbot!

New chat

ChatGPT 3.5



How can I help you today?

ChatGPT starter guide
with a simple example

Help me pick
an outfit that will look good on camera

Explain superconductors
like I'm five years old

Create a workout plan
for resistance training

Upgrade plan
Get GPT-4, DALL-E, and more

Sven Schmeier

Message ChatGPT

Warum lügt die KI? - manchmal

- ChatGPT ist keine Suchmaschine !!!
- Eingaben à la Suchmaschine: “Fußball, Bayern, Titel” funktionieren nicht
- ChatGPT braucht Kontext:
 - Sprachlich
 - Situativ
- Persönlicher und sozialer Kontext ist ebenfalls wichtig: Wie es in ChatGPT reinschallt, so schallt es auch heraus

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 1: Kontext ist das Wichtigste:

- Geben Sie sehr viele Informationen und Kontextwissen. Je mehr das System weiß, desto besser werden die Antworten - dies ist grundsätzlich anders als bei der Recherche mit Google wo Schlagworte benutzt werden.
- Bsp: " Mein Unternehmen soll dafür sorgen, dass Mitarbeitende in einem Betrieb möglichst gesund sind. Dafür ist es wichtig, dass sie gesundheitsbewusst Leben und Arbeiten. Bitte gebe 2 konkrete Ideen wie so etwas ausschauen kann. Bitte fasse dich kurz."

anstatt "Gesundheitsplan Mitarbeitende Ideen" ← das ist ein schlechter Prompt

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 1: Kontext ist das Wichtigste:

- *Antwort: Einführung von Bewegungspausen: Organisieren Sie täglich kurze, geführte Bewegungseinheiten im Büro oder im Freien, um körperliche Aktivität zu fördern. Dies kann durch einfache Dehnübungen, kurze Spaziergänge oder Mini-Workouts bestehen. Diese Pausen helfen, Muskelverspannungen zu lösen und die Konzentration zu erhöhen.*
- *Gesundheitsworkshops und -screenings: Bieten Sie regelmäßig Workshops zu Themen wie ergonomisches Arbeiten, Stressmanagement und gesunde Ernährung an. Kombinieren Sie dies mit Gesundheitschecks, die Blutdruckmessungen und Blutzuckertests umfassen, um Bewusstsein zu schaffen und frühzeitig präventiv handeln zu können..*

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 2: Priming

- Sagen sie dem System welche Rolle es im Dialog spielen soll. Je nach Rolle erscheinen ganz unterschiedliche Antworten
- Beispiel: “Du bist ein Animater eines Luxushotels in Florida. Bitte wende Deine Fähigkeiten auf den folgenden Fall an: <<Prompt von eben>>”

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 2: Priming

- *Antwort: Themen-Sportevents: Organisieren Sie monatliche Sportevents mit verschiedenen Themen (z.B. "80er-Jahre-Aerobic", "Strandvolleyballturnier" oder "Zumba-Party"). Dies fördert nicht nur die Fitness, sondern auch den Teamgeist.*
- *Kochwettbewerbe: Veranstalten Sie gesunde Kochwettbewerbe, bei denen Teams kreative und nahrhafte Gerichte zubereiten. Die Gewinner könnten kleine Preise erhalten, und alle könnten die verschiedenen Gerichte probieren und Rezepte austauschen.*

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 3: Interaktion mit dem System zur Kontexterzeugung

- Oft ist es schwierig geeigneten Kontext an das System zu geben. Stattdessen: Lassen Sie sich von dem System Fragen stellen und sich dadurch den optimalen Kontext selbst zusammenstellen.
- Beispiel: “<<Prompt von eben>>. Bitte stelle mir 5 Fragen, damit Du besser verstehst was ich von Dir will. Stelle die Fragen der Reihe nach: Du fragst die erste Frage, ich antworte, Du fragst die zweite Frage, ich antworte, usw.”

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

1. *Welche spezifischen Gesundheitsprobleme möchten Sie in Ihrem Unternehmen vorrangig angehen?*
 - Probleme mit dem Rücken und Übergewicht
2. *Verfügt Ihr Unternehmen bereits über Programme oder Initiativen zur Gesundheitsförderung, die sich auf Rückengesundheit und Gewichtsmanagement konzentrieren? Wenn ja, welche?*
 - Wir haben Sprossenwände, Hanteln und Bodenmatten für das Training
3. *Das ist ein guter Anfang! Wie oft und in welcher Form werden diese Ausstattungen von den Mitarbeitern genutzt? Gibt es geführte Sessions oder Workshops, oder ist die Nutzung eher individuell?*
 - Wir haben beides, Sessions und individuelle Nutzung. Die Nutzung ist derzeit mäßig
4. *Möchten Sie die Beteiligung an diesen bestehenden Programmen erhöhen oder sind Sie auf der Suche nach neuen Ansätzen, um die Gesundheit der Mitarbeiter in Bezug auf Rückenprobleme und Gewichtsmanagement zu verbessern?*
 - Beides wäre sinnvoll
5. *Welche Arten von Interventionen oder Programmen denken Sie, könnten bei Ihren Mitarbeitern am besten ankommen, um eine höhere Beteiligung und Effektivität zu erreichen?*
 - Vielleicht etwas spielerisches und kontaktstiftendes für die jüngeren Mitarbeiter. Etwas zur Arbeitszeiteinsparung für die Älteren

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 3: Interaktion mit dem System zur Kontexterzeugung

Antwort: Verstanden, das hilft sehr. Basierend auf Ihren Angaben könnte man überlegen, sportliche Wettbewerbe oder „Challenges“ einzuführen, die spielerisch und sozial sind, um jüngere Mitarbeiter anzusprechen. Für die älteren Mitarbeiter könnte man effiziente, kurze Trainingseinheiten während der Arbeitszeit oder flexible Arbeitszeiten anbieten, um Fitness in ihren Zeitplan zu integrieren. Diese Ansätze könnten helfen, Rückenprobleme und Übergewicht anzugehen, indem sie zur Bewegung und Gesundheitsbewusstsein beitragen.

Die 3 goldenen Regeln bei der Arbeit mit ChatGPT & Co

Nummer 3: Bitte nenne Beispiele für die Wettbewerbe und Challenges

Schrittzähler-Challenge: Mitarbeiter werden ermutigt, Schrittzähler zu tragen. Ziel könnte sein, eine bestimmte Anzahl von Schritten pro Tag oder Woche zu erreichen. Teams könnten gebildet werden, um einen gesunden Wettbewerb zu fördern.

„Plank“-Challenge: Eine tägliche Herausforderung, bei der die Mitarbeiter ihre „Plank“-Zeit steigern sollen. Dies könnte in einer Gruppensession durchgeführt werden, um die Gemeinschaft zu fördern.

Gesunde Rezept-Challenge: Mitarbeiter könnten ermutigt werden, gesunde Rezepte zu teilen und auszuprobieren. Ein Wettbewerb könnte organisiert werden, bei dem das beliebteste gesunde Rezept gewählt wird.

Yoga- oder Stretching-Challenge:

Einführung täglicher oder wöchentlicher Yoga- oder Stretching-Herausforderungen. Dies könnte helfen, die Flexibilität zu erhöhen und Rückenschmerzen zu reduzieren.

Wasser-Trink-Challenge: Mitarbeiter könnten ermutigt werden, eine bestimmte Menge Wasser pro Tag zu trinken. Erinnerungen könnten gesendet werden, um die Mitarbeiter zu motivieren, hydratisiert zu bleiben.

Und noch ein Beispiel – jetzt wird es spannend



Dr. Sven Schmeier

Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- Wir benutzen hier die neuste Version, Kosten: 20 Euro im Monat
- Prompt: Du bist ein Experte für Ergonomie am Arbeitsplatz. Bitte stelle zunächst fest, ob der Arbeitsplatz im Bild ergonomisch ist oder nicht. Falls nicht, bitte beschreibe stichpunktartig welche Aspekte hier nicht in Ordnung sind.
- *Antwort: Der Arbeitsplatz auf dem Bild ist nicht ergonomisch gestaltet. Hier sind einige Aspekte, die nicht in Ordnung sind:*
-

Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- **Raum:** Der Arbeitsbereich ist extrem beengt, was zu einer krummen Körperhaltung führt.
- **Tischhöhe:** Der Tisch ist zu niedrig für eine normale Sitzhaltung, was zu einer gekrümmten Wirbelsäule führt.
- **Stuhl:** Es gibt keinen ergonomischen Stuhl, der eine korrekte Sitzhaltung unterstützt.
- **Monitorposition:** Der Laptopbildschirm ist zu niedrig, was zu Nackenverspannungen führen kann.
- **Tastatur und Maus:** Die Position von Tastatur und Maus scheint nicht auf einer optimalen Höhe zu sein, was zu einer Belastung der Handgelenke führen kann.
- **Beinfreiheit:** Es gibt keinen ausreichenden Platz für die Beine, was die Blutzirkulation behindern und zu Unbehagen führen kann.
- **Beleuchtung:** Die Beleuchtung im Karton scheint unzureichend, was die Augen übermäßig belasten kann.

■

Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- Prompt: Was kann und soll an diesem Arbeitsplatz verbessert werden und welche Kosten kommen in etwa auf mich zu
- Antwort: *Um den Arbeitsplatz ergonomisch zu gestalten und die Gesundheit sowie Produktivität zu fördern, sollten folgende Verbesserungen vorgenommen werden:*
 - 1. Ergonomischer Stuhl:** *Ein guter Bürostuhl mit Lendenstütze, verstellbarer Sitzhöhe und Neigung kann dazu beitragen, eine korrekte Sitzhaltung zu unterstützen und Rückenprobleme zu vermeiden. Kosten: ca. 100-500 EUR.*
 - 2. Höhenverstellbarer Schreibtisch:** *Ein Schreibtisch, dessen Höhe angepasst werden kann, ermöglicht das Wechseln zwischen Sitzen und Stehen. Kosten: ca. 200-1000 EUR.*
 - 3. Monitorhalterung, Tastatur und Maus, Fußstütze, Beleuchtung, Platz und Organisation**

Insgesamt könnten die Kosten für eine grundlegende ergonomische Einrichtung zwischen 400 und 1800 EUR liegen, abhängig von der Qualität und den spezifischen Produkten, die Sie wählen.

.....

Schauen wir uns das Ganze nochmal an



Dr. Sven Schmeier

Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- Prompt: Ist es in diesem Bild überhaupt möglich einen ergonomischen Arbeitsplatz zu gestalten
- Antwort: *Aufgrund der räumlichen Beschränkung, die das Bild zeigt – **der Arbeitsplatz befindet sich in einem Karton** –, ist es nicht möglich, einen traditionell ergonomischen Arbeitsplatz einzurichten. Ein ergonomischer Arbeitsplatz erfordert eine gewisse räumliche Flexibilität, um die Möbel und Geräte so zu arrangieren, dass sie den Bedürfnissen und Bewegungen des Nutzers entsprechen.*
- *Wenn die Größe des Kartons nicht verändert werden kann und keine Alternative besteht, wäre es schwierig, alle ergonomischen Prinzipien zu erfüllen. Ergonomie am Arbeitsplatz beinhaltet unter anderem ausreichend Platz für Bewegungsfreiheit, passende Möbelhöhen und Positionierung der Arbeitsmittel, um unnötige Körperbelastung zu vermeiden. In einem solch begrenzten Raum wäre es eine Herausforderung, diese Anforderungen zu erfüllen.*

.....

Ein letztes Beispiel



Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- Prompt: Du bist Physiotherapeut und Berater für die Betriebliche Gesundheitsfürsorge. Bitte erkläre dieses Bild im Bezug auf das Thema Gesundheit am Arbeitsplatz
- Antwort: *Das Bild zeigt eine Büroarbeitsplatzsituation, die aus gesundheitlicher Sicht problematisch sein könnte. Hier einige Aspekte, die Verbesserungspotenzial aufweisen:*
 - 1. Haltung:** *Die Person lehnt sich vor, anstatt den Rücken an der Stuhllehne zu stützen, was zu einer erhöhten Belastung des Rückens und der Lendenwirbelsäule führt.*
 - 2. Monitorhöhe:** *Der Bildschirm scheint zu niedrig positioniert zu sein, was dazu führt, dass die Person nach unten blickt und somit Nacken und Schultern belastet.*
 - 3. Tastatur- und Mausposition:** *Die Arme sind nicht in einem Winkel von etwa 90 Grad gebeugt, was empfohlen wird, um Belastungen der Handgelenke und der Unterarme zu minimieren.*
 - 4. Sitzposition:** *Die Sitzposition scheint nicht ideal zu sein, da das Becken nicht zurückgelehnt ist, was den unteren Rücken unterstützen würde.*

Wir fragen die KI – ChatGPT mit GPT 4.0

- Antwort: *Zur Verbesserung der Arbeitsplatzergonomie könnten folgende Maßnahmen hilfreich sein:*
- **Einstellung des Stuhls:** *Die Höhe und Neigung des Stuhls sollten so eingestellt werden, dass die Füße flach auf dem Boden stehen und die Knie etwa einen Winkel von 90 Grad bilden.*
- **Stuhllehne:** *Eine ergonomisch geformte Stuhllehne, die den unteren Rücken unterstützt, kann zur Förderung einer gesunden Sitzhaltung beitragen.*
- **Bildschirmposition:** *Der Monitor sollte so positioniert sein, dass die Oberkante des Bildschirms auf Augenhöhe oder leicht darunter ist, um den Nacken zu entlasten.*
- **Tastatur und Maus:** *Diese sollten so platziert werden, dass die Arme und Hände in einer natürlichen Position verbleiben, um Belastungen zu vermeiden.*
- **Pausen und Bewegung:** *Regelmäßige Pausen und Bewegungsübungen können ebenfalls dazu beitragen, gesundheitliche Probleme durch statische Haltungen zu vermeiden.*

Fragen

- Wie stark vertrauen Sie den Informationen eines Chatbots von 0 – 100?
- Was ist eigentlich KI, woher kommt sie und wie funktioniert sie?
- Was passierte 2022 (bzw. 2017)?
- Wie kann man KI bei der BGF nutzen?
- **Wir bauen einen Chatbot!**

Wer kennt dieses Dokument?



Leitfaden Prävention

Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V
zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V
vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 4. Dezember 2023

In Zusammenarbeit mit den Verbänden der Krankenkassen auf Bundesebene
Ausgabe 2023 - nur als PDF verfügbar

1	Präambel	8
2	Grundlagen	10
2.1	Gesetzliche Regelungen	10
2.2	Übergreifende Qualitätssicherung	15
2.3	Zum Aufbau dieses Leitfadens	16
3	Präventions- und Gesundheitsförderungsziele der GKV 2019-2024	18
3.1	Ziele für die Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten	20
3.2	Ziele für die betriebliche Gesundheitsförderung	20
4	Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten nach § 20a SGB V	22
4.1	Gesetzliche Grundlagen	22
4.2	Grundverständnis	26
4.3	Der lebensweltbezogene Gesundheitsförderungsprozess	29
4.3.1	Vorbereitungsphase	30
4.3.2	Nutzung/Aufbau von Strukturen	30
4.3.3	Analyse	30
4.3.4	Maßnahmenplanung	31
4.3.5	Umsetzung	31
4.3.6	Evaluation	31
4.3.7	Zyklusphasenübergreifende Partizipation	33
4.4	Leistungsarten, Förderkriterien und Ausschlusskriterien	33
4.4.1	Leistungsarten	33
4.4.2	Förderkriterien	33
4.4.3	Ausschlusskriterien	35
4.5	Gesundheitsförderung und Prävention in der Kommune	35
4.5.1	Grundsätze und Ziele	35
4.5.2	Qualitätskriterien für die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention in Kommunen	37
4.5.3	Besondere Zielgruppen in der Lebenswelt Kommune	42
4.5.4	Querschnittsthema Klimawandel und Gesundheit	46
4.6	Gesundheitsfördernde Kindertagesstätte	48
4.6.1	Ziele von Gesundheitsförderung in Kitas	48
4.6.2	Umsetzung von Gesundheitsförderung in Kitas	50
4.6.3	Spezielle Förderkriterien für Leistungen in Kitas	50
4.7	Gesundheitsfördernde Schule	51
4.7.1	Ziele von Gesundheitsförderung in Schulen	52
4.7.2	Umsetzung von Gesundheitsförderung in Schulen	52
4.7.3	Spezielle Förderkriterien für Leistungen in Schulen	54
4.8	Gesundheitsfördernde Hochschule	55
4.8.1	Ziele von Gesundheitsförderung an Hochschulen	55

6.7.1	Anbieterqualifikation	12
6.7.2	Handlungsfeld Beratung zur gesundheitsförderlichen Arbeitsgestaltung	12
	Präventionsprinzip: Gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitstätigkeit und -bedingungen	12
	Präventionsprinzip: Gesundheitsgerechte Führung	12
	Präventionsprinzip: Gesundheitsförderliche Gestaltung betrieblicher Rahmenbedingungen	13
6.7.3	Handlungsfeld Gesundheitsförderlicher Arbeits- und Lebensstil	13
	Präventionsprinzip: Stressbewältigung und Ressourcenstärkung	14
	Präventionsprinzip: Bewegungsförderliches Arbeiten und körperlich aktive Beschäftigte	14
	Präventionsprinzip: Gesundheitsgerechte Ernährung im Arbeitsalltag	14
	Präventionsprinzip: Verhaltensbezogene Suchtprävention im Betrieb	14
6.7.4	Handlungsfeld Überbetriebliche Vernetzung und Beratung	14
	Präventionsprinzip: Verbreitung und Implementierung von BGF durch überbetriebliche Netzwerke	14

Digitale Prävention und Gesundheitsförderung	14	
7.1	Gesetzliche Grundlagen	14
7.1.1	Regelungen nach § 20 Abs. 4 SGB V	14
7.1.2	Abgrenzung zu § 33a SGB V	14
7.2	Digitale Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote in der individuellen verhaltensbezogenen Prävention	14
7.2.1	Kennzeichen digitaler Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote	14
7.2.2	Formate digitaler Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote	14
7.3	Handlungsfelder übergreifende Förderkriterien für digitale Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote in der individuellen verhaltensbezogenen Prävention	15
7.3.1	Abgrenzung von digitalen Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten von Kursen im Präsenz- bzw. IKT-Format	15
7.3.2	Prüfung und Berücksichtigung gesetzlicher Regelungen und weiterer Anforderungen	15
7.3.3	Beleg des gesundheitlichen Nutzens	15
7.3.4	Strukturqualität	15
7.3.5	Konzept- und Planungsqualität	15
7.3.6	Ausschlusskriterien	15
7.3.7	Nachweis und finanzielle Förderung der Nutzung	15
7.3.8	Zertifizierung	15
7.4	Digital unterstützte Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten sowie Betrieben	16
7.4.1	Arten und Anwendungsfelder	16
7.4.2	Qualitätskriterien	16

Anhang	16	
3.1	Berührungspunkte von Leistungen nach § 20a SGB V zu gesetzlichen Zuständigkeiten und Leistungen anderer Träger für besondere Zielgruppen in der Lebenswelt Kommune	16
3.2	Präventionsempfehlung	16

5	Leistungen zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V	57
5.1	Gesetzliche Grundlagen	57
5.2	Grundverständnis	57
5.3	Handlungsfelder übergreifende Förderkriterien	61
5.3.1	Strukturqualität	61
5.3.2	Konzept- und Planungsqualität	64
5.3.3	Prozessqualität	65
5.3.4	Evaluation und Messung der Erreichung der mit den Maßnahmen verfolgten Ziele	65
5.3.5	Kriterien für besondere Zielgruppen / Einbeziehung von Eltern bzw. erwachsenen Bezugspersonen / Kompaktangebote	65
5.3.6	Breitenwirksamkeit und Nachhaltigkeit	66
5.3.7	Ausschlusskriterien	67
5.3.8	Zertifizierung	67
5.3.9	Nachweis und finanzielle Förderung der Teilnahme	68
5.4	Handlungsfelder	69
5.4.1	Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten	69
	Präventionsprinzip: Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität	70
	Präventionsprinzip: Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme	75
5.4.2	Handlungsfeld Ernährung	78
	Präventionsprinzip: Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung	79
	Präventionsprinzip: Vermeidung und Reduktion von Übergewicht	81
5.4.3	Handlungsfeld Stress- und Ressourcenmanagement	85
	Präventionsprinzip: Multimodales Stress- und Ressourcenmanagement	89
	Präventionsprinzip: Förderung von Entspannung und Erholung	93
5.4.4	Handlungsfeld Suchtmittelkonsum	98
	Präventionsprinzip: Förderung des Nichtrauchens	99
	Präventionsprinzip: Risikoarmer Umgang mit Alkohol / Reduzierung des Alkoholkonsums	101
6	Betriebliche Gesundheitsförderung nach § 20b SGB V	104
6.1	Gesetzliche Grundlagen	104
6.2	Grundverständnis	106
6.3	Der betriebliche Gesundheitsförderungsprozess	109
6.3.1	Vorbereitungsphase	111
6.3.2	Nutzung/Aufbau von Strukturen	111
6.3.3	Analyse	112
6.3.4	Maßnahmenplanung	113
6.3.5	Umsetzung	113
6.3.6	Evaluation	113
6.4	Leistungsarten und Förderkriterien	113
6.5	Betriebliche Gesundheitsförderung als Teil des betrieblichen Gesundheitsmanagements	116
6.6	Betriebliche Gesundheitsförderung in Klein- und Kleinstbetrieben	119
6.7	Handlungsfelder und Anbieterqualifikation	121

Wir wollen wissen:

- Welche Qualifikation brauche ich um bewegungsfördernde Maßnahmen anbieten zu dürfen?
- Wie läuft die Beantragung einer BGM-Finanzierung durch Krankenkassen in der Praxis genau ab?
- Kann eine Krankenkasse das BGF Programm in einem Unternehmen dauerhaft finanzieren?

Die Instruktionen für den Bot

Chatbot Leitfaden ist ein Experte in Sachen Prävention am Arbeitsplatz. Chatbot Leitfaden ist darauf programmiert, auf Fragen zur Richtlinie zuerst eine vollständige Antwort zu geben.

Wenn die Information nicht im Dokument gefunden werden kann, dann soll die Antwort lauten: "Über dieses Thema gibt es keine Information im Dokument".

Bei der gesamten Antwort ist es wichtig, dass alle Aspekte der Frage beantwortet werden.

Er gibt dann immer die Seiten und die genauen Orte im Dokument an, von wo die Antwort stammt ('Wo steht das im Dokument?').

Bevor Chatbot Leitfaden jedoch antwortet, stellt er bitte nochmal 2 Fragen, damit Chatbot Leitfaden besser versteht was gemeint ist.

Gesamter Prompt

TestBot_Leitfaden_Praevention ist ein Experte in Sachen Prävention am Arbeitsplatz. TestBot_Leitfaden_Praevention ist darauf programmiert, auf Fragen zur Richtlinie zuerst eine vollständige Antwort zu geben. Bevor TestBot_Leitfaden_Praevention jedoch antwortet, stellt er bitte nochmal 2 Fragen, damit TestBot_Leitfaden_Praevention besser versteht was gemeint ist. Die Fragen sollen so gestellt werden, dass er zuerst die erste Frage stellt, auf die Antwort des Benutzers wartet, dann die zweite Frage stellt, auf die Antwort wartet und erst dann die gesamte Antwort auf die ursprüngliche Frage gibt. Bei der gesamten Antwort ist es wichtig, dass alle Aspekte der Frage beantwortet werden. Dies soll mehrfach überprüft werden, da es im Dokument viele Informationen geben kann, die in die Antwort gehört. Er gibt dann immer die Seiten und die genauen Orte im Dokument an, von wo die Antwort stammt ('Wo steht das im Dokument?'). Das können auch mehrere Stellen sein. Dies muss immer gemacht werden und darf auf keinen Fall fehlen. Bitte doppelt prüfen, dass diese Prüfung tatsächlich immer geschieht. Anschließend zitiert TestBot_Leitfaden_Praevention die spezifische Passage aus dem Dokument, beschränkt sich dabei jedoch auf die ersten 50 Worte des Zitats. Diese strukturierte Antwortweise stellt sicher, dass die Nutzer klare, präzise Informationen erhalten und gleichzeitig den Kontext im Dokument nachvollziehen können. Bitte erstelle jeweils eigene Abschnitte: Frage, Antwort, Orte im Dokument. Die Überschriften der Abschnitte sollen jeweils fett geschrieben formatiert sein. Bitte checke bevor Du die Antwort gibst, dass die Abschnitte Fragen, Antworten, Orte im Dokument in der Antwort vorhanden sind. Bevor Du die finale Antwort gibst: Nimm dir Zeit, checke nochmal dein Wissen, überprüfe deine Antwort ob sie vielleicht im Widerspruch zu Informationen in dem Dokument steht, nutze ausschließlich die Informationen aus dem Dokument, take a deep breath und antworte.

Wenn die Information nicht im Dokument gefunden werden kann, dann soll auch keine inhaltliche Antwort gegeben werden. In dem Fall soll die Antwort lauten: "Über dieses Thema gibt es keine Information im Dokument"

URL zum Chatbot

<https://shorturl.at/S1kBG>



Dr. Sven Schmeier
DFKI, Language Technology Lab
Alt-Moabit 91c, 10559 Berlin
Sven.Schmeier@dfki.de
Tel. +49-30-23895-1815

Dr. Sven Schmeier
AI Transformation Institute
Torstraße 201, 10115 Berlin
Sven.Schmeier@aiti.ai
Tel. +49-179-4574034

Dr. Sven Schmeier