

Information zur Rednerin

<p>Vorname, Name</p> <p>Foto</p>	<p>Thabea Kampe</p> 
<p>Mitglied im BBGM seit:</p>	<p>Ergofox GmbH seit 2023</p>
<p>Woher komme ich? (beruflicher Werdegang; stichpunktartig; kurzhalten)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 2011-2014: „Angewandte Sportwissenschaft“ (Schwerpunkt Gesundheit), Uni Paderborn, B.A. - 2015-2018: „Intelligence and Movements“ (Schwerpunkt Neurowissenschaft), Uni Bielefeld, M.Sc. - 2017-2018: Studentische Mitarbeiterin „Applied Surgical and Rehabilitation Technology Lab“, Göttingen - 2019-2022: Wissenschaftliche Mitarbeiterin/Doktorandin (Schwerpunkt Kognitive Neuropsychologie), TU München - Seit 2022: Produktmanagerin ergofox GmbH & externe Promovendin TU München
<p>Wer bin ich? (aktuelle Tätigkeit)</p>	<p>Bei ergofox manage ich die (inhaltliche) Weiterentwicklung unserer Produkte. Darüber hinaus leite ich unsere Forschungs- und Kundenprojekte und bringe meine wissenschaftliche Expertise in Form von Konzeptideen und Forschungsanträgen ein.</p>
<p>Vortragsthema</p>	<p>Mit Exergames spielerisch zu mehr Gesundheit am Arbeitsplatz</p>
<p>Beschreibung</p>	<p>Gamification gilt als wirkungsvoller Ansatz zur Prävention von Gesundheitsproblemen am Arbeitsplatz. Exergames („exer“ =</p>

	<p>Übung; „games“= Spiele) sind Bewegungsspiele, bei denen die Spielfigur über eigene körperliche Bewegungen kontrolliert werden kann. Eine Vielzahl an Studien bestätigt die positiven Effekte von Exergames. Wir zeigen, wie kurze Exergames die bewegte Pause revolutionieren können und wie sich diese spielend leicht in den Arbeitsalltag integrieren lassen.</p>
<p>Beweggründe für das Vortragsthema (2-3 kurze Sätze)</p>	<p>Wir alle wissen und aktuelle Studien zeigen, dass der sedentäre Lebensstil fortschreitet; die damit zusammenhängenden Risiken, wie die Entwicklung (chronischer) Erkrankungen, gilt es zu vermeiden. Maßnahmen, die Mitarbeitende zu mehr Bewegung motivieren, sind notwendig, um dem besorgniserregenden Trend entgegenzuwirken. Exergames gelten als innovatives, vielversprechendes Mittel zur Gesundheitsförderung.</p>