



# UVN **CONNECT CHALLENGE BY SUMMITREE**

**VOM 1. – 31. JANUAR 2024**

**IM TEAM INS NEUE JAHR BEWEGEN & WÄLDER AUFFORSTEN**



Nach einem durchgängig positiven Feedback der Teilnehmenden hinsichtlich einer wirkungsvollen Unterstützung für Teamgeist, Gesundheit & Nachhaltigkeit sowie gegen den Winterblues wiederholen wir die UVN Connect Challenge 2024. Wir freuen uns über viele Verbände und Unternehmen, die mitmachen und gemeinsam mit ihren Beschäftigten an den Start gehen.

Mit der UVN Connect Challenge 2024 laden wir Unternehmen und ihre Mitarbeitenden ein, aktiv zu werden. Dabei wird jede Aktivität in ein Baumäquivalent umgerechnet und leistet einen effektiven Beitrag zum Klimaschutz: und das vor unserer Haustür in Niedersachsen!

## **DER VORTEIL UNSERER UVN CONNECT CHALLENGE**

Wir nutzen die Kraft der gesamten niedersächsischen Wirtschaft. Jeder angemeldete Teilnehmende bringt zwei Bäume in den Gesamtpopf der Challenge ein und stärkt so das Gemeinschaftsziel – möglichst viele Bäume zu bewegen. Er oder sie muss diese aber nicht allein bewegen, sondern profitiert automatisch von der Gemeinschaftsleistung.

So kann ein leistungsstarkes kleines Unternehmen deutlich mehr Bäume erlaufen als eingezahlt und andere Unternehmen können sowohl ihre sportlichen als auch weniger sportlichen Beschäftigten leichter motivieren sich für das Team stark zu machen – jeder nach seinen Möglichkeiten: Auf dem Arbeitsweg, in der Mittagspause, digital im Homeoffice, abends um den Block, am Wochenende mit der Familie, im Skiurlaub oder beim Marathon-Training für die Saison 2024.

## **GEMEINSAM DEN WALD IN NIEDERSACHSEN AUFFORSTEN**

Niedersachsen ist zu 25 Prozent (mehr als 1.200.000 ha) mit Wald bedeckt. Bürgerbefragungen haben für den Wald in Niedersachsen jährlich über 220 Millionen Besuche ergeben. Die nachhaltige Waldbewirtschaftung sichert die Stabilität und Vitalität des Waldes, fördert die Nutz-, Schutz- und Erholungsfunktion und stellt die Ökosystemleistungen für die Gesellschaft bereit. Jeder Hektar Wald absorbiert durchschnittlich 8 Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr. Das entspricht nahezu dem durchschnittlichen CO<sub>2</sub>-Abdruck eines Bürgers.

Doch Stürme, Trockenheit und Schädlingsbefall machen dem Wald und seinen Besitzern zu schaffen. Nachdem wir diesen Herbst unsere Bäume aus der Challenge 2023 im Harz pflanzen, möchten wir die Bäume 2024 auf Niedersachsen in vier Regionen verteilen. So können sich alle Teilnehmenden nach der Pflanzung im Herbst 2024 bei einem Spaziergang oder Lauf selbst ein Bild von dem Ergebnis machen. Hierzu arbeiten wir eng mit unserem Mitglied, dem Waldbesitzerverband Niedersachsen e.V. zusammen.



## UND SO FUNKTIONIERT'S

**KOSTEN:** Für jede/n in der App Angemeldeten landen 2 Bäume im Gesamttopf der Challenge und das Unternehmen zahlt nur 16 Euro. Es entstehen keine weiteren Kosten. Bitte auch prüfen: Es besteht die Möglichkeit zur Re-Finanzierbarkeit über Betriebskrankenkassen.

**STANDORTE:** Damit es ein wirkliches Teamevent wird, können selbstverständlich alle Beschäftigten der teilnehmenden Verbände und Unternehmen mitmachen, auch an anderen Standorten im In- und Ausland.

**ANMELDUNG:** Die Anmeldung für Unternehmen startet Anfang November online auf dem digitalen Challenge Konfigurator unserer Partners *Summitree*. Der entsprechende Link dazu folgt. Ein Ansprechpartner bzw. eine Ansprechpartnerin aus jedem Unternehmen meldet das Unternehmen an und ist als Challenge Administrator unsere Kontaktperson. Mit der Anmeldung kann der Administrator einen Registrierungscode für das eigene Unternehmen aussuchen, mit dem sich dann alle interessierten Beschäftigten für unsere Challenge anmelden können. Die Abrechnung erfolgt über *Summitree* am Ende der Challenge auf Basis der in der App angemeldeten Beschäftigten.

**15 AKTIVITÄTSARTEN:** Dieses Jahr bieten wir neben Joggen, Spazieren, Wandern und Fahrradfahren insgesamt 15 verschiedene Aktivitätsarten an, bei denen Verbands- und Unternehmens-Teams Kilometer sammeln können.

**MESSUNG/IMPACT:** Neben dem Bewegen von Bäumen (CO<sub>2</sub> Bindung) kann die App nun auch tatsächlich realisierte CO<sub>2</sub>-Einsparungen programmatisch erheben und messbar machen. Das passiert immer dann, wenn eine Aktivität aufgezeichnet wird, die ein herkömmliches Verkehrsmittel ersetzt.

**SUMMITREE-APP:** Die Teilnehmenden melden sich mit ihrem Unternehmens-Registriercode in der *Summitree*-App an. Dies ist unmittelbar nach Anmeldung möglich. Wir versenden ein detailliertes Onboarding Video im Vorfeld der Challenge, um Rückfragen und entsprechenden Mehraufwand von vornherein auszuräumen.

**APP-ANSICHTEN:** Technisch aufbereitet werden die Gesamt-, Verbands-/Unternehmens- und Einzelleistung sowie Teamerfolge innerhalb eines Verbands/Unternehmens. Teams innerhalb einer Organisation können von einzelnen Teilnehmenden angelegt werden und sind für alle Teilnehmenden dieses Verbands/ Unternehmens sichtbar.

**AKTIVITÄTSTRACKING PER GPS:** Dazu muss GPS von den Teilnehmenden im Smartphone aktiviert werden. Bitte vor jeder Einheit in der App die Sportart wählen und die Messung aktivieren. Fitnessstudio, Heimtrainer & versehentlich nicht getrackte Einheiten können manuell nachgetragen werden. Tracker wie Apple Health, Garmin Connect, Polar Flow, Suunto und Fitbit lassen sich mit der *Summitree*-App verbinden. Wichtig: wir wollen zu 'Mehr-Bewegung' motivieren! Das heißt in der *Summitree* App findet kein Background Tracking statt. Automatisch aufgezeichnete Schritte werden nicht synchronisiert. Es finden lediglich bewusst aufgezeichnete Aktivitäten Eingang in die Challenge.



**DATENSCHUTZ:** Die von der *Summitree* App automatisch generierten GPS-Daten werden ausschließlich genutzt, um die Kilometer für die jeweilige Challenge zu erfassen. Jede Aktivität kann selbstverständlich öffentlich oder auf privat gestellt werden. Bewegungsprofile werden nicht gespeichert. Mehr dazu [hier im Link zum Datenschutz](#).

**UM EINEN BAUM ZU BEWEGEN,** müssen die Teilnehmenden bspw. 30 Kilometer joggen. Alle Aktivitätsarten werden basierend auf ihren Kalorienverbrauch an diesem Grundwert angepasst. Alle Kilometer können wahlweise aus nur einer Sportart oder aus einem beliebigen Mix verschiedener Sportarten gesammelt werden.

**AKTIVITÄTSFEED:** Challenge Teilnehmende können sich im Aktivitätsfeed austauschen und motivieren, Bilder hochladen und kommentieren.

## WEITERE INFORMATIONEN UND KONTAKT

Sie haben Fragen oder möchten bei allen News zur Challenge direkt auf dem Laufenden gehalten werden? Wir freuen uns über Ihren Anruf oder eine E-Mail an unsere Projektverantwortliche

Catharina Herrmann-Daues

Telefon 0170 5831468

E-Mail [ch@uvn.digital](mailto:ch@uvn.digital)

## RÜCKBLICK DIGITALE EXPERTEN-TALKS 2023

Im Zuge der vergangenen Challenge haben wir vier Experten-Talks veranstaltet, die wertvolle Informationen zur Gesundheit, Motivation und zum Training vermitteln. Die fachlichen Inhalte sind immer noch top aktuell und jederzeit online abrufbar:

Do 12.1.2023 mit Tim Horsch & Paul Niemeyer: **Summitree, Aufforstung & Challenge Rückfragen** – [Über diesen Link](#) gelangen Sie zur Aufzeichnung.

Mo 16.1.2023 mit Dr. Gabriela Hoppe: **Motivation, Psychologie & Ernährung** – [Über diesen Link](#) gelangen Sie zur Aufzeichnung.

Mi 25.1.2023 mit Prof. Dr. Uwe Tegtbur: **Blessuren, Prävention, Achtsamkeit & Gesundheit** – [Über diesen Link](#) gelangen Sie zur Aufzeichnung.

Di 31.1.2023 mit Hendrik Pfeiffer: **Laufen, Training, Vorbereitung & Ergebnisse der Challenge** – [Über diesen Link](#) gelangen Sie zur Aufzeichnung.

**WIR FREUEN UNS, WENN SIE GEMEINSAM MIT UNS INS NEUE JAHR STARTEN!**