

21.08.2006 - 09:46 Uhr

## Neues Angebot der Klubschule Migros: Gesundheits-Check-up: Gehts mir gut?

Zürich (ots) -

Wie geht es mir? Ab Ende August gibt es eine konkrete und fachkompetente Antwort auf diese Frage: Gesundheits-Check-up heisst das neueste Angebot der Klubschule Migros eine umfassende und individuelle Standortbestimmung zur eigenen Gesundheit.

Die Gesundheit ist unser höchstes Gut und sollte nicht dem Zufall überlassen werden. Der Gesundheits-Check-up, das neueste Angebot zum Themenschwerpunkt Gesundheit der Klubschule Migros in Zusammenarbeit mit vivit gesundheits ag, zeigt, was sich für die eigene Gesundheit tun lässt. Interessierte erfahren in fachkompetenter und persönlicher Beratung, wie es um ihre Gesundheit steht und wie sie verbessert werden kann.

In individuellen Sitzungen mit einem Arzt oder einer Ärztin, mit Ernährungs- und Bewegungsspezialisten sowie mit Psychologen wird der Gesundheitszustand in Gesprächen und spezifischen Tests geprüft und analysiert. Das Resultat ist eine umfassende Standortbestimmung zu den Themen Medizin, Ernährung, Bewegung und Life-Balance. Anhand dieser Standortbestimmung werden persönliche Gesundheitsziele formuliert und dank der Unterstützung einer Fachperson weiss man auch, wie diese erreicht werden können.

Das Angebot wird von der CSS Versicherung und der SWICA unterstützt; Zusatzversicherte erhalten einen Teil des Kursgeldes rückerstattet.

Einen halben Tag für die Gesundheit: eine nachhaltige Investition.

Kontakt:

Koordinationsstelle der Klubschulen  
Andrea Ming  
Projektleiterin Wellness und Sport  
Telefon 078 759 72 13  
E-Mail [andrea.ming@mgb.ch](mailto:andrea.ming@mgb.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100009791/100514578> abgerufen werden.