



Nehmen Sie Ihre Gesundheit in die Hand!

Wie wertvoll Gesundheit ist, wird oft erst bewusst, wenn unsere Lebensqualität eingeschränkt ist. Mit den Präventionsprogrammen der BVAEB können Sie Ihre Anliegen in den Griff bekommen:



„Gesund informiert“ – Präventionsberatungen der BVAEB

Fachspezifische Beratungen zu Erkrankungen, Beschwerden, Problemen und Fragestellungen werden zu folgenden Themenbereichen angeboten:

- » Ernährung
- » Bewegungsapparat
- » Seelisches Wohlbefinden
- » Rauchen und Nikotinkonsum

www.bvaeb.at/beratung



„Leicht durchs Leben“ – mit der BVAEB zur Lebensstiloptimierung

Wir begleiten Sie zu einem gesunden Lebensstil und unterstützen bei der langfristigen Gewichtsreduktion. Gemeinsam mit Expertinnen und Experten aus den Bereichen Medizin, Diätologie, Sportwissenschaft und Psychologie zeigen wir, wie Sie neu Erlerntes in Ihren Alltag integrieren können.

Das ambulante Programm dauert in zwei Phasen insgesamt 18 Monate.

www.bvaeb.at/leichtdurchsleben



„Bewusst frei“ von Nikotin

In einem vertraulichen Einzelgespräch informieren klinische Psychologinnen und Psychologen über Möglichkeiten für ein Leben frei von Tabak und Nikotin.

Bei Bedarf werden Sie durch österreichweite Entwöhnungsangebote auf dem Weg in ein rauch- und nikotinfreies Leben unterstützt.

www.bvaeb.at/bewusstfrei

