

Cardio Check

Die aktuelle Gesundheit lässt sich über die persönliche Wahrnehmung recht gut einschätzen. Eine wertvolle Ergänzung hierzu sind die Gesundheits- und Vitalitätsparameter Blutzucker, Cholesterinspiegel (HDL, LDL, Triglyceride) sowie der Blutdruck. Dieses Coaching nutzt die Werte in Kombination mit einer individuellen Beratung, um die persönliche Gesundheitswahrnehmung mit den objektiven Messergebnissen zusammenzuführen. Auf diese Art und Weise gelingt es, den Wert der persönlichen Lebensführung für die Vitalität und Gesundheit zu verdeutlichen.

Ablauf:

- Kurzanamnese und Erklärung der Messung
- Messung: Cholesterinwerte (HDL, LDL, Triglyceride) und Blutzucker
- Messung: Blutdruck
- Auswertung der Daten / Beratungsgespräch / Aushändigung des Ergebnisberichts

Umsetzung:

- Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmendem: 15 Min.
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 9 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und inkl. Pause
- Platzbedarf: ca. 4m², 1 Tisch, 2 Stühle, Stromanschluss
- Personalbedarf: der Diagnostikexperte von aktivital ist im Modulpreis inkludiert

Nutzen:

- Über den Cardio Check lassen sich wichtige Informationen über den Blutzucker- und Cholesterinspiegel gewinnen, die gerade bei bewegungsarmen Berufsgruppen regelmäßig überprüft werden sollten.
- Anhand der Werte können Tipps zur Ernährung und Bewegung gegeben werden, um den Gesundheitszustand und damit auch die Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden zu optimieren

Wir machen Screenings. Erlebbar.

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. info@aktivital.org