



# Unser Geschenk an Sie!

Danke, dass wir Sie  
unterstützen durften





**Gesundheitskompetenz - hybrid - für alle**

NEWSLETTER



Jetzt zum  
**NEWSLETTER**  
anmelden!

# Gesundheit abonnieren!

Mit dem widecare-Newsletter immer  
auf dem neuesten Stand:

- Gesundheitstipps
- Webinare & Events
- Inspirationen
- Exklusive Angebote



Mit unserem kostenlosen Newsletter erhalten Sie monatlich die neusten Informationen zu aktuellen Themen sowie zu unseren Veranstaltungen.

Sollten Sie noch nicht angemeldet sein nutzen Sie jetzt die Möglichkeit. Eine Abmeldung ist natürlich jederzeit wieder möglich.

Gerne können Sie den Link zum Newsletter auch in Ihrem Familien- und Freundeskreis weitergeben.



Zu den  
Themen

# Unsere Webinare für Sie!

Für jeden etwas.

- Zahlreiche Themen
- Fachreferent:innen
- Möglichkeit für Fragen
- Jeden Monat 1 Impuls-Fachwebinar
- Live-Yoga-Mitmach-Webinare



Unsere Webinare werden jeweils von medizinischen Experten und Expertinnen zum Thema abgehalten. Sie bestehen aus einem interaktiven Vortrag, basierend auf dem neuesten Stand der Forschung.

Als Teilnehmer:In haben Sie die Möglichkeit, jederzeit Ihre konkreten Fragen - selbstverständlich auch über die Chatfunktion schriftlich und anonym - zu stellen. Oder nutzen Sie unsere „Mitmach-Webinare“ wie beispielsweise Yoga.

**Die Teilnahme ist kostenlos!**



Coaching

Jetzt  
informieren

# Coachings für Ihre weitere Unterstützung!

## Unsere Themen

- covidcare
- Gut SCHLAFEN
- BEWEGT glücklich
- Besser ESSEN
- MENTAL stark
- Metabo CARE
- Health CHECK



Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts – nach diesem einfachen Prinzip haben wir **my widecare** entwickelt – für alle die selbst aktiv werden möchten. Von einem Einzelberatungsgespräch bis hin zur längerfristigen Betreuung ist alles möglich. Ein Check-up für zuhause rundet das Angebot ab.

Der persönliche Vorteils-Code Ihres Coaches war nicht in der E-Mail? Mit dem Code **TNVS** erhalten Sie auf den jeweils angegebenen Preis 10% Rabatt.



# GESUNDHEIT BRAUCHT NETZWERK

## Empfehlen Sie uns gerne weiter!

Wir arbeiten täglich für die Erhöhung der Gesundheitskompetenz in Deutschland, der Förderung von individueller und betrieblicher Gesundheit und dafür brauchen wir Sie.

Wenn auch Sie dazu beitragen möchten, dass möglichst viele Menschen in ihrer persönlichen Gesundheitsförderung unterstützt werden, dann teilen Sie gerne diese Seite bzw. diese Broschüre.

Herzlichen Dank,

Ihr widecare Team



## Unsere Gesundheitsprogramme für Versicherte

[Mehr erfahren](#)

## Unsere Gesundheitsprogramme für Selbstzahler

[Mehr erfahren](#)

## Unsere Gesundheitsprogramme für Unternehmen

[Mehr erfahren](#)



### Webinare, Infos und Übungen

Kurze Lerneinheiten, Übungsblätter, Webinare und weiterführende Infos zu präventiven Themen wie Stress, Schlaf, Bewegung und Ernährung.



### Gesundheitscheck

Auf einen Blick den aktuellen Life-Style-Status\* sehen und zielgerichtete Maßnahmen ergreifen.

\*gem. EU-DSGVO



### §20 Präventionskurse

Kurse zur Prävention und Gesundheitsförderung, die von den gesetzl. Krankenkassen bis zu 100% (gem. §20 SGB) übernommen werden.



### Persönliches Coaching

Egal ob zuhause, in Ihrer Mittagspause oder Freizeit: Unsere Coachings stellen sich auf Sie ein und finden ortsunabhängig per Telefon oder Video-Call statt.



**Unsere DNA ist Gesundheit**

**Unser Ansatz ist hybrid**

**Unser Ziel ist Gesundheitsförderung für Alle**

Sie erhalten maßgeschneiderte Lösungen  
zur Förderung der persönlichen und betrieblichen Gesundheit.

Sie erhöhen nicht nur Ihre Gesundheitskompetenz, sondern werden auch aktiv bei der Umsetzung von Programmen unterstützt, die Ihre Gesundheit nachhaltig steigern.

Gesundheitsförderung wird für Sie spürbar.

Ob aus dem Büro, von zu Hause oder unterwegs. Nutzen Sie passgenaue Lösungen, um die Gesundheit zu verbessern und gleichzeitig messbare Ergebnisse zu erzielen.