

Herzcoach

BARMER

- Ermittlung des persönlichen Risikos einer Erkrankung an Herz-Kreislaufkrankungen
- Einfluss des eigenen Lebensstils auf Ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit verstehen
- genutzte und noch ungenutzte Gesundheitsfaktoren erkennen
- Ziele setzen, um Erkrankungsrisiko zu vermindern und Gesundheitsfaktoren zu verbessern
- Festlegung geeigneter Maßnahmen, um diese Ziele auch zu erreichen