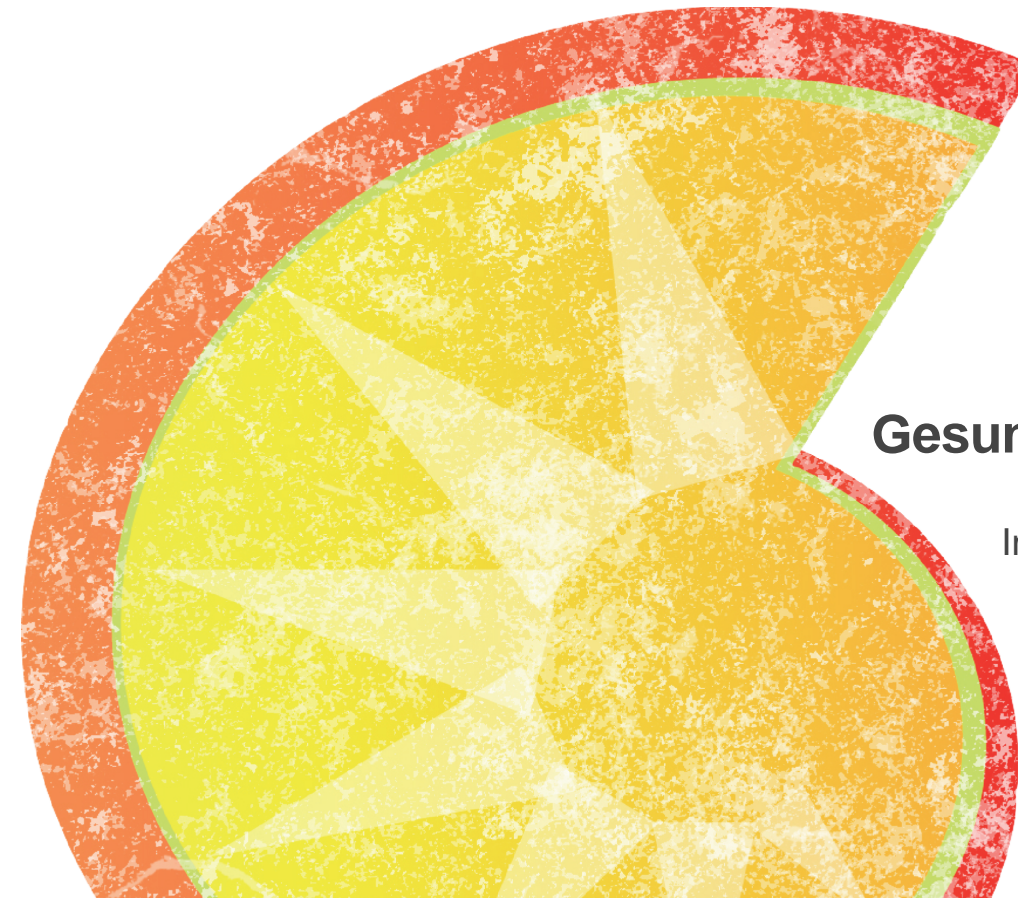




Gesundheitsförderung clever im Alltag
Endlich Klarheit zu Ernährungsmythen
Gesundheit als persönliche Ressource
Kleine Handlungen - grosse Effekte
Übersicht schafft Sicherheit

Saninform GmbH, Weidstrasse 32, CH-8803 Rüslikon, Tel. 043 888 94 94
www.saninform.ch, info@saninform.ch



Gesund und munter

Individuelle
Unterstützung
für Ihre
Gesundheit



Andrea Merkel ist eidg. dipl. Apothekerin /ETH mit einem Nachdiplom Master of Public Health, Sie hat langjährige Berufs- und Führungserfahrung in der Apotheke, in der Industrie und bei PharmaSuisse. Ihre Schwerpunktthemen sind Prävention und Gesundheitsförderung. Sie motiviert und klärt auf, damit Menschen Eigenverantwortung für ihre Gesundheit übernehmen können.

Gesundheit ist ein Geschenk, das man sich selber machen muss.

Schon kleine Veränderungen im Alltag können viel bewirken. Wer das weiss und danach handelt, kann seine Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude steigern.

Ich zeige Ihnen den Weg und erkläre die Zusammenhänge: Ganz neutral, auf dem aktuellen Stand wissenschaftlich abgesicherter Erkenntnisse und ohne moralischen Zeigefinger.

- Nutzen:
- Sie stärken Ihre Gesundheit
 - Sie spüren, wie Sie mit kleinen Veränderungen im Alltag einen grossen gesundheitlichen Nutzen erhalten
- Sie erhalten:
- Abklärung Ihrer Bedürfnisse
 - Persönliche Betreuung und Zielsetzung
 - Leicht verständliche Informationen
 - Kompetente und nachhaltige Begleitung
- Themen:
- Ihre persönlichen Gesundheitsziele
 - Gesundes Körpergewicht
 - Gesunde Ernährung und Bewegung
 - Gesund sein mit einer chronischen Krankheit
 - Leben mit Medikamenten