

"Gesunder Lebensstil" – der Gesundheit trotz Corona Gutes tun!

 **BESTE GESUNDHEIT**
DER WEG ZU MEHR WOHLBEFINDEN

Immer wieder hört man vom „gesunden Lebensstil“. Was ist damit gemeint?

Prim. Dr. Püspök: Dazu zählen körperliche und geistige Fitness sowie ausgewogene Ernährung. All diese Faktoren kann man selbst positiv beeinflussen, um länger gesund zu bleiben!

Das neue Kurprogramm „Gesundheitsvorsorge Aktiv“ unterstützt bei der Lebensstil-Verbesserung. Für wen ist es geeignet?



Aktive Bewegungstherapie.

Prim. Dr. Püspök: Das 3-wöchige Programm ist sowohl für Berufstätige als auch für Pensionisten geeignet. Sie erhalten neben der Behandlung von Beschwerden im Stützapparat wertvolle Tipps und Empfehlungen der Therapeuten. Sie lernen Sport dauerhaft in den Alltag einzubauen. Für Menschen, die psychisch belastet sind, gibt es den Schwerpunkt „Mentale Gesundheit“. Schulungen zur gesunden Ernährung runden das Angebot ab.

Stichwort Covid19 – ist es sinnvoll jetzt einen GVA-Aufenthalt zu absolvieren?

Prim. Dr. Püspök: Gerade in schwierigen Zeiten ist es wichtig auf sich und seine Gesundheit zu achten! Bei uns genießen die Patienten trotz der Corona-Krise einen sicheren Gesundheitsaufenthalt! Die Hygienestandards wurden erhöht und neue Rahmenbedingungen



„Bewegung ist das beste, billigste und auf viele Körperfunktionen wirkendste Medikament.“, so Experte Prim. Dr. Johannes Püspök.

definiert. Arzt und Pflegekraft sind rund um die Uhr im Haus.

Wie erfolgt die Antragstellung für einen GVA-Aufenthalt?

Prim. Dr. Püspök: Der Haus- oder Facharzt füllt bei medizinischer Notwendigkeit einen Antrag für einen Gesundheitsvorsorge Aktiv-Aufenthalt aus. Es besteht die Möglichkeit, als Wunschort „Moorheilbad Harbach“ anzugeben. Das Ansuchen wird an den Versicherungsträger weitergeleitet, der den Antragsteller bei erfolgter Bewilligung informiert.

Anzeige

Moorheilbad Harbach

Das Moorheilbad Harbach bietet langjährige Erfahrung in der Gesundheitsvorsorge, Kur und Rehabilitation. Ebenso finden Patienten mit chronischen Rückenschmerzen im Rahmen der Schmerztherapie professionelle Betreuung.

Tipp: Beste Gesundheit auf YouTube: Ihr Gesundheitskanal rund um Gesundheitsvorsorge, Reha und Kur
[youtube.com/BesteGesundheit](https://www.youtube.com/BesteGesundheit)

Moorheilbad Harbach
3970 Moorbad Harbach
☎ 02858/5255-0
info@moorheilbad-harbach.at
www.moorheilbad-harbach.at

