

SVS-Gesundheitsangebote für Senioren

Ein bewusster Lebensstil im Alter hält fit, fördert die Selbstständigkeit und hilft dabei, das Risiko für Demenz und Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu senken. Also: Sorgen Sie vor und bringen Sie neuen Schwung in Ihr Leben – die SVS unterstützt Sie dabei mit verschiedenen Gesundheitsangeboten.

SVS-Gesundheitswochen & Camps

Wer aktiv etwas für seine Gesundheit tun möchte, sei es in puncto Ernährung, Bewegung oder mentale Selbstfürsorge, findet bei den SVS-Gesundheitswochen und Camps genau das Richtige. So gibt es die SVS-Gesundheitswoche „Fit & G’sund“ oder „Mental Fit & G’sund“ speziell auch für Senioren – mit jeder Menge praktischen wie auch theoretischen Impulsen für ein gesundes Leben. Neue Termine werden ab September wieder angeboten.

Eine breite Palette an sportlichen Aktivitäten mit praxistauglichen Tipps für ein gesundes Bewegungsverhalten oder zur mentalen Stärkung bieten darüber hinaus die drei- bis viertägigen SVS-Camps, welche auch SVS-versicherten Pensionisten und mitversicherten Angehörigen offenstehen. Als Bonus für die Teilnahme an einem SVS-Camp kann zudem der SVS-Gesundheitshunderter beantragt werden.

Alle weiteren Informationen: svs.at/gesundheitsangebote