



persoonlijke
gezondheidscheck

Hoe gezond ben jij echt?

Neem de regie over
jouw gezondheid
met de Persoonlijke
Gezondheidscheck.



Ontwikkeld in samenwerking met



Diabetes
Fonds



Inzicht in je gezondheid
en vitaliteit



Persoonlijke
Gezondheidsomgeving



Effectief



Op maat gemaakt



Veilig & betrouwbaar



Laagdrempelig

De Persoonlijke Gezondheidscheck

Als je weet hoe gezond en vitaal je bent, weet je wat je kunt verbeteren! Op je werk én daarbuiten. Want veel chronische ziekten en kwaaltjes worden veroorzaakt door slechts tien factoren, zoals jouw leefstijl, gewicht en cholesterol. Wat zijn jouw persoonlijke risico's? Krijg inzicht in je gezondheid en risico's met de Persoonlijke Gezondheidscheck.



Stap 1
Vragenlijst



Stap 2
Inzicht



Stap 3
Aan de slag

Hoe werkt het?

Met de Persoonlijke Gezondheidscheck kom je er snel en gemakkelijk achter hoe gezond en vitaal je nu echt bent én wat jij kunt doen om dat te verbeteren. De check geeft je een compleet inzicht in jouw huidige gezondheid, leefstijl en meer.

Je creëert een persoonlijke gezondheidsomgeving waarin je start met de online vragenlijst. Heb je deze afgerond? Dan zie je in één keer hoe gezond je bent, wat jouw risico's zijn en krijg je handige tips om aan de slag te gaan. Zelfstandig of met professionele begeleiding.






Aan de slag

64% van de deelnemers is na de check gemotiveerd om aan de slag te gaan met zijn of haar gezondheid. Zo verbetert 76% hun voedingspatroon en gaat 59% meer bewegen met de tips uit de check.

Benieuwd wat anderen van de check vonden?
Kijk op persoonlijkegezondheidscheck.nl/referenties

Wist je dat...

-  *Gemiddeld bijna 1 op de 5 werkenden in Nederland burn-out klachten heeft?*
-  *Vet rond de organen in de buik schadelijke stoffen produceert? Het zorgt voor een hoger risico op het krijgen van diabetes type 2.*
-  *Preventief checken jou helpt om inzicht te krijgen in jouw gezondheidsrisico's en daarmee bijv. hart- en vaatziekten, diabetes of een burn-out te voorkomen?*

Jouw Privacy

Wij begrijpen dat je veel waarde hecht aan jouw privacy. Dat doen wij ook. Daarom willen wij transparant zijn over ons privacybeleid. Zodra jij je hebt aangemeld voor de Persoonlijke Gezondheidscheck, worden al jouw persoonlijke gegevens op een uiterst zorgvuldige manier beschermd door &niped. Niemand anders dan jijzelf krijgt zonder jouw expliciete toestemming inzicht in jouw persoonlijke gegevens.



Onderdeel van  niped

 info@persoonlijkegezondheidscheck.nl

 0900 - 44 77 383

 van 9.00 tot 12.00 uur op werkdagen

 www.persoonlijkegezondheidscheck.nl