

Blutzucker- und Cholesterinmessung & Blutdruckmessung

Beschreibung

Die Messung von Blutzucker und Cholesterin ermöglicht eine frühzeitige Einschätzung individueller gesundheitlicher Risikofaktoren. In Kombination mit einem kurzen Anamnesegespräch entsteht ein aussagekräftiges Gesamtbild, das Hinweise auf mögliche Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und weitere sogenannte Zivilisationskrankheiten liefert.

Der Check-up bietet einen niedrigschwlligen Einstieg in das Thema Gesundheitsvorsorge und erreicht bewusst auch Mitarbeitende, die Vorsorgeangebote sonst selten wahrnehmen. Im Anschluss an die Messung erhalten die Teilnehmenden individuelle Rückmeldungen und alltagstaugliche Handlungsempfehlungen zur Gesundheitsförderung.

Inhalte

- Messung des Blutzuckerwertes und des Gesamtcholesterins / Blutdrucks
- Kurz-Anamnesegespräch und Handlungsempfehlungen

Methodik

- Durchführung des Check-ups durch qualifiziertes Fachpersonal
- Vertrauliche Einzelberatung mit persönlicher Auswertung
- Verständliche Einordnung der Messwerte

Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmer*in

- 15 Minuten

Susanne und Andrea stellen dir den Check-up auch in einem Video vor:

<https://www.institut-caterva.de/was-wir-tun/check-ups/>

Zeitplan | Blutzucker- und Cholesterinmessung mit 15 Minuten pro Termin von 08-16Uhr

	Uhrzeit	
1	08:00 - 08:30	Aufbau
2	08:30 – 08:45	
3	08:45 – 09:00	
4	09:00 – 09:15	
5	09:15 - 09:30	
6	09:30 - 09:45	
7	09:45 – 10:00	
8	10:00 - 10:15	
9	10:15 – 10:30	
	10:30 – 10:45	Pause
10	10:45 – 11:00	
11	11:00 – 11:15	
12	11:15 – 11:30	
13	11:30 – 11:45	
14	11:45 – 12:00	
15	12:00 – 12:15	
16	12:15 – 12:30	
	12:30 – 13:00	Pause (30 Min.)

	Uhrzeit	
17	13:00 – 13:15	
18	13:15 – 13:30	
19	13:30 – 13:45	
20	13:45 – 14:00	
21	14:00 – 14:15	
22	14:15 – 14:30	
23	14:30 – 14:45	
24	14:45 – 15:00	
	15:00 – 15:15	Pause
25	15:15 – 15:30	
25	15:30 – 15:45	
27	15:45 – 16:00	
	16:00 – 16:30	Abbau

Ihre Ansprechpartnerin beim Team caterva zu den Themen
Bewegung & Ergonomie | Mentale Gesundheit | Ernährung | Führung



Teresa Hegmann | Gründerin der Team caterva
Tel. 0421.377.084.10
Mail teresa.hegmann@institut-caterva.de

www.institut-caterva.de | www.teamcaterva.de



Schwärmen Sie mit uns!