

Preventief medisch onderzoek (PMO)!

Hoe gezond en vitaal ben jij nu echt? Waar krijg je energie van? Of juist stress?

Een Preventief medisch onderzoek (PMO) geeft je inzicht of je risico loopt op bijvoorbeeld diabetes, hart- en vaatziekten of een burn-out. Naast deze resultaten krijg je in dit rapport ook adviezen over hoe je hiermee aan de slag kunt gaan. Een mooie kans dus om eens stil te staan bij jouw gezondheid!

Waarom een PMO doen?

Het is belangrijk om aandacht te hebben voor je gezondheid. Dit onderzoek brengt het risico op veelvoorkomende aandoeningen in kaart. Denk aan hart- en vaatziekten, diabetes of verminderde veerkracht of burn-out. Wij geloven dat voorkomen beter is dan genezen!

Hoe werkt dit onderzoek?

Ga na of je aanvullend pakket vergoeding biedt voor dit onderzoek en welke zorgverlener dit mag aanbieden. Zodra je deze hebt aangevraagd ontvang je inlogcodes om aan de slag te kunnen gaan. En dan?

Onderzoek

Je ontvangt een online vragenlijst en een medische kit waarmee je zelf diverse gegevens kunt meten, zoals je buikomvang en bloedwaarden. Heb je alle onderdelen van het onderzoek afgerond? Dan ontvang je spoedig jouw Persoonlijk Gezondheidsrapport.

Rapport

Je ziet in één oogopslag hoe je er qua gezondheid voor staat, en waar je mogelijke risico's zitten. In dit rapport vind je ook aanbevelingen op maat over hoe je je gezondheid kunt verbeteren, en daarmee je risico's kunt verlagen. Als daar aanleiding voor is, krijg je het advies om contact op te nemen met de bedrijfs- of huisarts.

Aan de slag!

Je krijgt ook suggesties met welke professional je contact kunt opnemen zoals de vertrouwenspersoon, adviseur preventie en verzuim, preventie-medewerker of bedrijfsfysiotherapeut. De deelname is vanzelfsprekend vrijwillig en volledig anoniem.

Vitaliteitsbeleid in organisatie

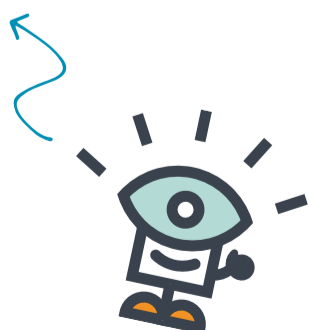
Jouw werkgever kan ervoor kiezen om een PMO voor alle medewerkers aan te bieden. Zo kunnen ze er bijvoorbeeld achter komen of meerdere mensen dezelfde klachten of werkdruk ervaren. Deze informatie helpt het bedrijf om de werkomstandigheden verder te verbeteren.

Langdurige begeleiding voeding en bewegen

Heb jij advies gekregen om serieus aan de slag te gaan met je levensstijl en wil je aan de slag met gezonde voeding en bewegen? Dan is de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) misschien de oplossing voor je! Hiervoor heb je een verwijzing van je huisarts nodig. Dit uitgebreide programma wordt vergoed uit de basisverzekering. Er is géén eigen risico op van toepassing! Meer weten? Neem een kijkje in de GLI folder.

Meld je aan op Aevitaal

Zoek je meer informatie over vitaliteit en gezond leven? Neem dan eens een kijkje op [Aevitaal](#). Hier vind je allerlei interessante artikelen en filmpjes om mee aan de slag te gaan! Maak je eigen account aan en kies zelf de onderwerpen en thema's waar je interesse in hebt zodat het portaal zich aan jou aanpast!



Wil jij weten of je recht hebt op een vergoeding voor mindfulness? Neem dan gerust telefonisch contact met ons op via telefoonnummer 088-35 35 763. Wij helpen je graag!

