



Ihr Gutschein*

Gültig bis 31.12.2019

Melden Sie sich an unter www.evivo.ch, per Tel. 062 555 56 78 oder mit diesem Talon.

Kosten pro Evivo-Training CHF 480.–

Ihr Gutschein hat einen Wert von CHF 380.–

wird Ihnen ermöglicht von

Gutschein Code MEDIX19

Auskunft und Anmeldung 062 555 56 78

Ihr Preis, Sie bezahlen noch CHF 100.–

Gewisse Krankenkassen (z.B. SWICA) übernehmen für Zusatzversicherte einen Teil der Kosten. Patienten mit einem Versicherungsmodell mit medix besuchen das Training kostenlos. Bitte Gutscheincode **VMEDIX19** verwenden.

Kreuzen Sie an, welches Training Sie 2019 besuchen wollen:

Bern, Ref. Kirche Bümpliz, Bernstrasse 85

(ermöglicht von Salutomed und Dialog-Gesundheit)

- 6 x Di, 14.00 – 16.30 Uhr, 22.01, 29.01, 05.02, 12.02, 19.02, 26.02
- 6 x Di, 17.00 – 19.30 Uhr, 07.05, 14.05, 21.05, 28.05, 04.06, 11.06

Bern, Praxis Bubenberg, Bubenbergplatz 11

- 6 x Mi, 14.30 – 17.00 Uhr, 06.02, 13.02, 20.02, 27.02, 06.03, 13.03
- Infoveranstaltung Mi, 14.30 – 15.30 Uhr, 30.01.19

Biel, Klubschule Migros, Unionsgasse 13

- 6 x Di, 14.00 – 16.30 Uhr, 24.09, 01.10, 08.10, 15.10, 22.10, 29.10
- Infoveranstaltung Di, 13.30 – 14.30 Uhr, 17.09.19

Weitere Standorte und das tagesaktuelle Programm finden Sie auf www.evivo.ch

Passt kein Datum oder Ort für Sie? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Tel. 062 555 56 78, info@evivo.ch

*Die Anzahl Plätze in den Trainings und die Anzahl Gutscheine sind limitiert. Der Gutschein wird nicht ausbezahlt. Es besteht kein Anspruch auf einen vergünstigten Teilnahmeplatz.



Gemeinsam für Ihre Lebensqualität

Evivo-Förderer:



Evivo-Partner:



Evivo-Trainingspartner und -Mitglieder:



sowie zahlreiche weitere: www.evivo.ch



Hilft bei dauerhaften Beschwerden



Mit Gutschein nur **CHF 100.–** statt CHF 480.–*

Evivo nützt – nachweislich.

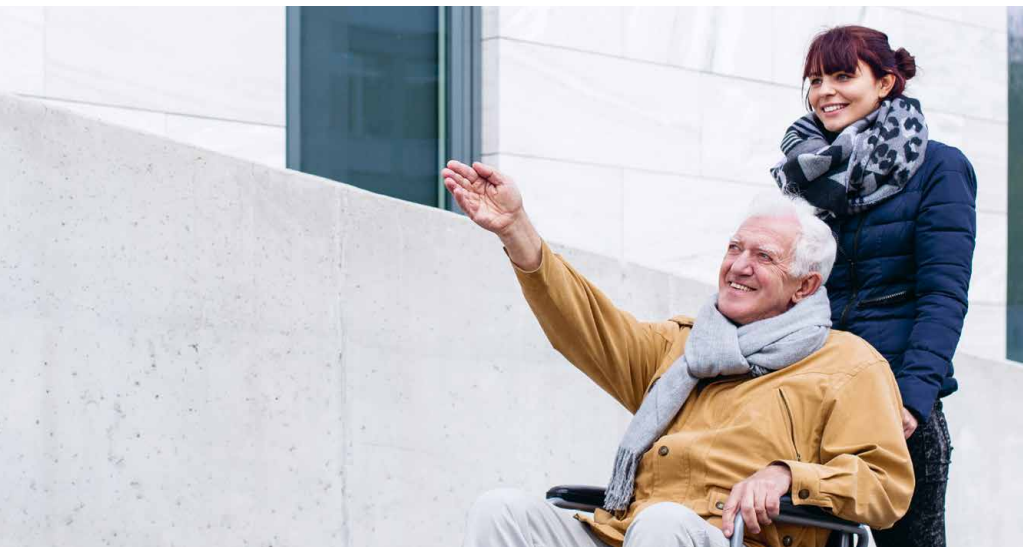
Nach nur 15 Stunden Training können Sie besser mit dauerhaften Beschwerden umgehen.

*Patienten mit einem Versicherungsmodell mit medix besuchen das Training kostenlos.

ermöglicht von



Evivo nützt – nachweislich



Evivo ist ein Trainingsprogramm, das Menschen mit chronischen Krankheiten hilft, ihre Lebensqualität zu verbessern. Evivo wurde von Careum speziell für die Bedürfnisse in der Schweiz angepasst.

Evivo wird vom gemeinnützigen und unabhängigen Verein Evivo Netzwerk getragen. Ihm gehören Mitglieder aus dem Gesundheits- und Sozialwesen an. Mehr Informationen: www.evivo.ch

Das Programm wurde ursprünglich von der Universität Stanford in den USA entwickelt. Es wird seit Jahren erfolgreich in vielen Ländern eingesetzt. Zahlreiche Studien belegen es: Menschen, die ein Evivo-Programm besucht haben, können

- besser mit dauerhaften Beschwerden umgehen,
- Medikamente oder Arztbesuche reduzieren,
- brauchen weniger Unterstützung von Angehörigen oder Betreuungspersonen.

Nach nur 15 Stunden besser leben können

Evivo ist ein Training, das 6 mal 2.5 Stunden dauert. Die Evivo-Trainings werden im Team von Personen geleitet, die selber von einer chronischen Krankheit betroffen sind. Sie werden speziell ausgebildet. Alles, was Sie lernen und üben, ist in einem umfassenden Handbuch zusammengefasst. Evivo ist sehr einfach anzuwenden: Wie oft gilt – Hauptsache man tut es!

Evivo ist für alle Menschen, die dauerhafte, chronische Beschwerden haben. Das umfasst z.B.

- Erkrankungen des Bewegungsapparats
- Herz-/Kreislaufkrankungen
- Krebs
- Atemwegserkrankungen
- Diabetes
- Neurologische Erkrankungen
- psychische Probleme
- und vieles mehr

Im Training gehen wir gezielt auf Ihre Fragestellungen ein. Genau so wertvoll wie die Übungen ist der Austausch mit anderen Betroffenen mit z.T. ganz anderen chronischen Krankheiten. Die Rückmeldungen der bisherigen Teilnehmenden belegen das.

Evivo bietet unter anderem

- wie Sie mit Schmerzen umgehen
- wie Sie sich selbst motivieren können, wenn Sie einen schlechten Tag haben
- eine Methode, sich Ziele zu setzen und diese auch zu erreichen
- körperliche Übungen
- Hilfen, wie Sie sich in Stress-Situationen verhalten können

Wussten Sie, dass in der Schweiz 2.2 Mio. Menschen an einer oder mehreren chronischen Krankheiten leiden? Sie sind also nicht allein. Und: Man kann mit relativ wenig Aufwand etwas tun, um besser zu leben. **Evivo!**

Verein Evivo Netzwerk
Mühlemattstrasse 42
5000 Aarau

Nutzen Sie den Gutschein. Melden Sie sich verbindlich an!

Herr Frau

Vorname

Name

Adresse

PLZ Ort

Tel. Nr.

E-Mail

Ich bin in einem Versicherungsmodell mit mediX versichert:

Ja Nein Ich weiss nicht