



# MedPrevio

*Ich halte mich gesund!*

## 15.9. Tag der offenen Tür



### Bewegung - Ernährung - Denken

Sie kennen es: Einschränkungen von Wohlbefinden und Lebensenergie sind an der Tagesordnung. Beschwerden der Muskeln und Gelenke, Erkrankungen wie Diabetes und Adipositas sowie Stress-Syndrome nehmen stetig zu. Mit einer Optimierung des Stoffwechsels, mentaler Regeneration sowie Bewegung und Sport lassen sich viele Beschwerden vermeiden und behandeln – Schritt für Schritt kehren Vitalität und Leistungsfähigkeit zurück.

**Mit unserem medizinischen Team begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Lebensfreude und wollen den Spaß an der Sache dabei nicht vergessen!**

Stoffwechseltherapie

Medizinisches Training

Ambulante Rehabilitation

# Willkommen am Rostocker Stadthafen!



## Tag der offenen Tür 15.9. von 10:00 - 14:00 Uhr



**10:15 und 12:15 Uhr**

### **Medizinischer Vortrag „10 gesunde Jahre mehr!“**

Dr. Philip Michel, Chirurg, Sport- & Ernährungsmedizin



**11:00 und 13:00 Uhr**

### **Workshop**

**„Kunst der Pause – optimale Regeneration im Alltag“**

Birger Keuchel, Dipl. Mentaltrainer

- Sportmedizinisches Probetraining
- Ernährungs- & Stoffwechselberatung
- Gesundheits-Analysen (Stress-, Stoffwechselltest)
- Ärztliche und therapeutische Beratung
- Informationen zu Zuschüssen durch Ihre Krankenkassen
- Leckere Vitalsnacks & Getränke

## Weitere Termine

### **Unverbindliche Infoabende zum Thema Gesunde Ernährung & Gewichtsreduktion**

- Donnerstag, den 6.9. um 17:30 Uhr
- Dienstag, den 18.9. um 19:00 Uhr
- Dienstag, den 16.10. 17:30 Uhr
- Donnerstag, den 1.11. um 17:30 Uhr

**Wir bitten um telefonische Voranmeldung!**

MedPrevio GmbH  
Am Strande 3  
Silo III / Hafenturm  
18055 Rostock

Tel: 0381-12 88 900  
E-Mail: [info@medprevio.de](mailto:info@medprevio.de)  
[www.medprevio.de](http://www.medprevio.de)

