

**VIELE KÖNNEN  
DAS LEBEN  
VERSICHERN.  
WIR WOLLEN  
ES VERBESSERN.**

Mehr als versichert: Generali Vitality belohnt Sie für jeden Schritt in ein gesünderes Leben.



*Vitality*



Um seine Gesundheit zu verbessern,  
muss man sie kennen.



Wer sagt denn, dass ein Marathon  
nicht 4,2 km lang sein kann?



Auch kleine Schritte verdienen  
eine große Belohnung.

# WILLKOMMEN BEIM PROGRAMM DER KLEINEN SCHRITTE.

Jeder weiß es: Ein gesünderer Alltag bringt viele Vorteile. Er kann das Lebensgefühl verbessern und betreibt dabei aktiv Vorsorge, um es möglichst lange genießen zu können. Doch obwohl sich 60% der Todesfälle weltweit auf vier ungesunde Verhaltensweisen zurückführen lassen\* – physische Inaktivität, schlechte Ernährung, Rauchen und Alkohol –, fällt es schwer, eine nachhaltige Verhaltensänderung in unserem Alltag durchzusetzen. Ein Grund dürfte sein, dass man sich und seinen Gesundheitszustand überschätzt. Zudem kommt hinzu, dass oft unterschätzt wird, wie teuer ein ungesunder Lebensstil später werden kann.

Was den Meisten fehlt, ist die Motivation. Um wirklich etwas dauerhaft zu ändern und durchzuhalten, möchten wir für unsere Anstrengung belohnt werden. Auf dieser einfachen Tatsache basiert Generali Vitality, das Programm, das Sie in Kombination mit einer Lebensversicherung erhalten. Es motiviert und begleitet Menschen Schritt für Schritt auf ihrem Weg in ein gesünderes Leben und hilft ihnen dabei, den Alltag in ihrem ganz individuellen Tempo umzustellen.

Durch ein simples 3-Phasen-System bringt Generali Vitality Sie Ihren Zielen schnell näher. Jeder noch so kleine Schritt zahlt sich dabei doppelt aus: Denn neben dem besseren Lebensgefühl werden Sie mit exklusiven Angeboten der attraktiven Generali Vitality Partner belohnt. Und je aktiver Sie leben und umso mehr Schritte Sie zurücklegen, desto höher die Belohnung. So bleiben Sie motiviert, um wirklich dauerhaft gesünder zu leben.

\* Quelle: Oxford Health Alliance ([www.oxha.org](http://www.oxha.org)).



# SCHRITT 1: BEWUSST MACHEN.

Zu Beginn des Programms wird erfasst, in welchen Bereichen Ihre körperliche Verfassung schon gut ist und wo sie noch verbessert werden kann. Das geht ganz einfach mit dem Generali Vitality Gesundheitstest, den Sie online im Mitgliederportal finden. Dieser Test fragt Ihre wichtigsten Verhaltensweisen und Gesundheitswerte ab. So wissen Sie sofort, wie fit Sie sind und wie hoch Ihr Generali Vitality Alter ist. Basierend auf diesen Ergebnissen werden Ihnen persönliche Ziele vorgeschlagen. Welche Sie am Ende erreichen wollen, entscheiden Sie natürlich selbst.

Ihre Partner für ein bewusstes Leben.

*FitnessFirst*

linda.  
Apotheken



# SCHRITT 2: AKTIV LEBEN.

In der zweiten Phase geht es darum, aktiv zu werden. Das ist mit Generali Vitality ganz unkompliziert: Hier zählen einfach alle Aktivitäten, die leicht in den Alltag zu integrieren sind und die sich ganz nach Ihrem persönlichen Tempo richten. Zum Beispiel mal die Treppe statt den Aufzug nehmen. Ob bei der Liebblingssportart, während des Wocheneinkaufs gesunder Lebensmittel oder auf dem Weg zur Arbeit – schon kleinste Tätigkeiten werden mit wertvollen Generali Vitality Punkten belohnt. So wird sprichwörtlich jeder Schritt zum Fortschritt.

## Ihre Partner für ein aktives Leben.





# SCHRITT 3: BELOHNT WERDEN.

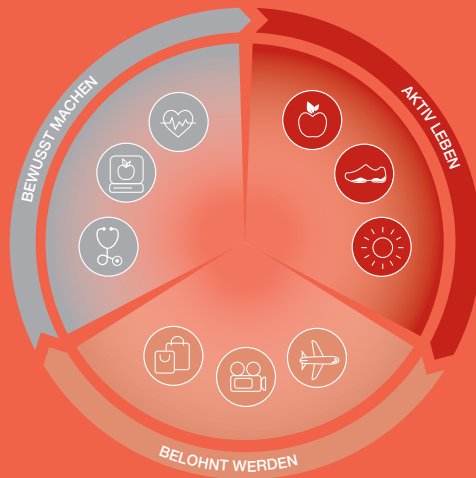
Was ist motivierender, als für jeden kleinen Schritt doppelt belohnt zu werden? In der dritten Phase kommen Generali Vitality Mitglieder nicht nur in den Genuss eines besseren Lebensgefühls. Sie erhalten zudem exklusive Angebote der Generali Vitality Partner. Zum Beispiel Vergünstigungen auf Reisen, Haushaltsartikel, Sportartikel, Mode, Bücher und vieles mehr.

Ihre Partner für ein Leben voller Belohnungen.





# In drei Schritten zum gesünderen Leben.



## Pluspunkte für Ihre Gesundheit.

Beim Programm der kleinen Schritte werden schon kleinste Aktivitäten mit wertvollen Generali Vitality Punkten honoriert. Dabei gilt ein ganz einfaches, aber motivierendes Prinzip: Je aktiver Sie sind, desto mehr Generali Vitality Punkte erhalten Sie. Und umso höher steigt Ihr Status: Sie beginnen mit Bronze, dann steigern Sie sich schrittweise über Silber und Gold bis hin zu Platin. Mit jeder Stufe profitieren Sie noch mehr von den Vergünstigungen unserer attraktiven Partner. So wird mit Generali Vitality jeder Schritt zum Fortschritt.



Alles zum Programm der kleinen  
Schritte finden Sie unter  
[www.generalivitalityerleben.de](http://www.generalivitalityerleben.de)



Hinweis auf Ihr Wettbewerbsrecht: Die Verwendung Ihrer Daten zu Zwecken der Werbung sowie der Markt- und Meinungsforschung können Sie jederzeit, ganz oder zum Teil per Post oder E-Mail, widersprechen. [service@generalivitality.de](mailto:service@generalivitality.de)  
Generali Vitality GmbH, Adenauerring 9, 81737 München, Geschäftsführer: Simon Guest, Peter Stockhammer,  
Handelsregister: Amtsgericht München HRB 23259