

## Wer kann VITA nutzen?

VITA richtet sich an Versicherte der AOK PLUS, die erhebliches Übergewicht haben und mindestens ein Medikament dauerhaft einnehmen.

Wenn Sie selbst etwas für Ihre Gesundheit und gegen den kritischen Bauchumfang tun wollen, besprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt, ob die Teilnahme an VITA für Sie sinnvoll ist. Ihre Teilnahme ist selbstverständlich freiwillig.

## Wie erfolgt die Einschreibung ins Programm?

Bitte nehmen Sie nun selbst Kontakt mit dem VITA Zentrum auf und vereinbaren Sie einen Termin:

### VITA Zentrum Vogtlandkreis

Paracelsus-Kliniken Adorf/Schöneck

Sorger Straße 51, D-08626 Adorf

Ärztliche Leitung: Chefarzt Dipl.-Med. Andreas Dunger

### Anmeldezeiten:

**Telefon:** 037423 792416

**Mo** 10:00 – 14:00 Uhr

**Di** 08:00 – 15:00 Uhr

**Mi** 08:00 – 14:00 Uhr

**Telefon:** 037423 792410

**Do** 08:00 – 13:00 Uhr

**Fr** 10:30 – 13:00 Uhr

**Per E-Mail:** [vita@adorf.pkd.de](mailto:vita@adorf.pkd.de)

Die **Gesundheitskasse**  
für Sachsen und Thüringen.

**AOK**  
**PLUS**

# VITA

Ein ambulantes Angebot Ihrer AOK PLUS



**AOK PLUS – Die Gesundheitskasse  
für Sachsen und Thüringen.**

### Mehr Infos unter:

Servicetelefon: 0800 1059000\*

Servicefax: 0800 1059001\*

Service-E-Mail: [service@plus.aok.de](mailto:service@plus.aok.de)

Internet: [plus.aok.de](http://plus.aok.de)

\*deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen

Änderungen und Irrtum vorbehalten. Stand: 12/2019  
Bildquelle Titel: [shutterstock.com/Monkey Business Images](https://www.shutterstock.com/Monkey-Business-Images)  
Innenteil: [shutterstock.com/Sven Hoppe](https://www.shutterstock.com/Sven-Hoppe)

© zebra[group] [www.zebra.de] AOK\_MA0427

  
[mein.therapieziel.de](http://mein.therapieziel.de)

# Ganzheitlich versorgt



Für eine erfolgreiche ärztliche Therapie langwieriger Gesundheitsprobleme reicht es nicht aus, die Krankheitssymptome allein mit Medikamenten zu behandeln. Es ist wichtig, auch nach den Ursachen zu forschen. Tut man das, wird schnell klar, dass körperliche Gesundheit, seelisches Wohlbefinden und Lebensalltag sehr eng zusammenhängen.

Dieses Wechselspiel wird oft unterschätzt. Es ist aber von großer Bedeutung für den Krankheitsverlauf, ja sogar ausschlaggebend, wenn Sie selbst etwas für Ihre Gesundheit und Vitalität tun möchten.

## Was beinhaltet VITA?

VITA ist ein europaweit einmaliges medizinisches Versorgungsangebot, das Ihnen die Zusammenhänge zwischen körperlichen Faktoren und Befinden aufzeigt. Dabei stehen Ihre tatsächliche Lebenssituation und Ihre konkreten Einflussmöglichkeiten im Mittelpunkt. Denn alles, was Sie tun, soll für Sie im Alltag praktikabel sein.

Das Therapieprogramm befähigt Sie, krankmachende Einflüsse aufzuspüren, auszuschalten und Ihre Selbstheilungskräfte anzuregen. Sie werden staunen, wie wirkungsvoll Sie selbst Ihren Gesundheitszustand positiv beeinflussen können.

Im VITA Zentrum am Standort Adorf der Paracelsus-Kliniken erwartet Sie ein medizinisches Experten-Team, das sich für Sie und Ihr persönliches Therapieziel viel Zeit nimmt.

Nach einer komplexen Erstuntersuchung auf dem neuesten wissenschaftlichen Stand kennen Sie Ihre eigenen Stärken und gesundheitlichen Ressourcen. Sie werden erstaunt sein, welche Vitalisierungsraten bei Ihnen möglich sind.

In den anschließenden drei Monaten erfahren Sie im wöchentlichen Therapieprogramm überraschend viel Neues und Aufschlussreiches zu

körperlicher Vitalisierung und seelischer Gesundheit, immer vor dem Hintergrund Ihres beruflichen und häuslichen Alltags.

Sie lernen nicht-medikamentöse Handlungsoptionen kennen und überprüfen gleich im Alltag, ob diese wirklich für Sie passen. Denn schließlich sollen sie Ihnen ein Leben lang helfen. Demotivierende Appelle, entmutigende Belehrungen oder gar Verbote gibt es bei VITA nicht.

Außerdem begleitet Sie das exklusive Webportal 2 Jahre lang bei Ihren Fragen. Über das Webportal haben Sie jederzeit Zugriff auf alle relevanten Informationen.

## Welche Vorteile haben Sie?

### Facharztübergreifende Therapie

Es werden nicht einzelne Krankheitssymptome betrachtet, sondern all jene körperlichen und seelischen Faktoren, die Ihre Gesundheit maßgeblich beeinflussen.

### Sie bestimmen selbst

VITA spürt mit Ihnen Ihre individuellen Stärken und vitalisierenden Potenziale, aber auch Ihre krankmachenden Einflüsse auf. Sie werden befähigt, Letztere auszuschalten und die gesundmachenden Einflüsse zu stärken – ein Leben lang.

### Sie werden zum Experten

Sie haben mehr Selbstvertrauen, managen Ihre Gesundheit selbst und bringen sich kenntnisreich als Co-Therapeut und Partner des Arztes in den Behandlungsprozess ein.

### Mehr Gesundheit, Vitalität und Lebensqualität

Ihre Gesundheit und Vitalität wird sich langfristig mess- und fühlbar verbessern. Die Medikamententherapie wird optimiert.

## Welche Schritte beinhaltet VITA?

