



# NN Fit

**Voor iedereen die  
gezond(er) wil leven**

En die daar wel wat hulp bij kan  
gebruiken. Helemaal gratis bij de  
Collectieve Zorgverzekering  
van Nationale-Nederlanden.



**nationale  
nederlanden**

# NN Fit: zorg goed voor jezelf

Een compleet pakket om aan je gezondheid en vitaliteit te werken:

## Sportmedisch advies

- Een sportarts geeft inzicht in je conditie en geeft een gericht trainingsadvies.

## Gezondheids cursussen en beweegprogramma's

- Werk aan je gezondheid of leer omgaan met een eventuele ziekte.

## Vitaliteitsprogramma's

- Via Vitalmindz: mentaal gezond met e-health training en coaching.

## Preventief onderzoek

- Onderzoek naar hart en vaataandoeningen.
- Onderzoek naar arbeidsbelemmerende aandoeningen.
- De Persoonlijke Gezondheidscheck.

## Toegelicht: de Persoonlijke Gezondheidscheck

Krijg inzicht in je persoonlijke gezondheidsrisico's, zoals diabetes, burn-out en hart- en vaatziekten. Voorkom eventuele risico's of spoor deze vroeg op. Met advies waar je snel mee aan de slag kunt. Regel het in drie stappen:

- 1 Maak een persoonlijk account aan en vul de online vragenlijst in.
- 2 Ontvang binnen 5 werkdagen de Checkbox en test je cholesterol en bloedsuiker. Thuis en met een eenvoudige vingerprik.
- 3 Ontvang je persoonlijke Gezondheidsrapport in je persoonlijke account. Je privacy is uiteraard volledig gewaarborgd: alleen jij kunt dit rapport inzien.

## Meer weten?

Lees meer over de gratis [Module Fit](#).  
Gratis bij jouw collectieve zorgverzekering.