

# Deutliches Ja für VdK-Gesundheitsmagazin

Auch 2016 gibt es wieder viermal „Gesundes Leben“ in der VdK-ZEITUNG

Das Mitgliedervotum im Dezember 2015 war eindeutig: Die überwiegende Mehrheit unserer Leser möchte das Gesundheitsmagazin „Gesundes Leben“ auch in Zukunft lesen. Mehr als 5000 VdKler haben abgestimmt.

2015 wurde das Gesundheitsmagazin des Landesverbands gegründet. Es erscheint viermal im Jahr – passend zu den Jahreszeiten Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Nach dem positiven Votum werden wir die interessanten Gesundheitsinformationen auch 2016 vier Baden-Württemberg-Ausgaben der VdK-ZEITUNG beilegen und so unseren Mitgliedern kostenlos zur Verfügung stellen. Unsere Leser erhalten so interessante Zusatzinformationen – auch zum Herausnehmen und Sammeln.

In den Magazinen, die ausschließlich der baden-württembergische VdK-Landesverband für seine Mitglieder druckt, werden Gesundheitsfragen, Themen wie Prävention aber auch Pflege und Behinderung behandelt. Es gibt jede Menge Gesundheits- und Wellnessstipps, zudem interessante und nützliche Informationen aus den Bereichen Freizeitgestaltung, Gesundheits-sport und Reisen. Jedes Heft enthält zwei Rezepte, die mit gesunden Zutaten und wenigen Arbeitsschritten leicht zu realisieren sind, außerdem interessante Profitipps des Endinger Restaurantbesitzers und Sternekochs Thomas Merkle.

Auch im Jahr 2016 liegt die Frühjahrsausgabe der April-VdK-ZEITUNG bei. Diesmal befasst sie sich mit dem sicheren und barrierefreien Wohnen im Alter, mit der großen Bedeutung der Bewegung für die Gesundheit, den berühmten 10000 Schritten pro Tag. Es werden Er-



Schon die Titelseite von „Gesundes Leben“ macht Lust auf Frühling.

nährungstipps präsentiert, um gut und gesund durch den Tag zu kommen. Auch Fettspartipps sind im Frühlingsheft enthalten. Fünf gefährliche „Erste-Hilfe-Mythen“ klären auf über Probleme bei der Lebensrettung nach Unfällen oder schweren Erkrankungen.

Die Sommerausgabe von „Gesundes Leben“ wird der Juli-/August-Doppelnummer beiliegen, das Herbstheft der Oktober-Ausgabe

und das Winterheft 2016 der Doppelausgabe zum Jahreswechsel.

Sollte Ihrer Ausgabe das Magazin „Gesundes Leben“ 01/16 bereits entnommen sein oder benötigen Sie ein weiteres Heft für Ihre Angehörigen und Freunde, so genügt ein kurzer Anruf beim Landesverband in Stuttgart unter (0711) 61956-34, -52 oder -53. Auch per E-Mail [a.unger@vdk.de](mailto:a.unger@vdk.de) können Sie uns kontaktieren.