



Gesundheitsprogramm Diabetes

## Unser Rezept für mehr Lebensqualität

Ein gemeinsamer Service  
der Hallesche und der  
Thieme TeleCare GmbH

## Unser Service für Sie!

Ein nicht optimal eingestellter Diabetes mellitus kann Schädigungen von Augen und Nieren, eine Erhöhung des Risikos für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und andere Folgeerkrankungen verursachen. Dieses Risiko lässt sich um bis zu 50 Prozent reduzieren! Nicht immer sind dafür Medikamente notwendig. Das Rezept heißt: Ein gut eingestellter Blutzuckerwert, ein niedriger Blutdruck und ein gesunder Lebensstil!

Zusammen mit der Thieme TeleCare GmbH bieten wir Ihnen mit dem Gesundheitsprogramm Diabetes als Ergänzung zu den Maßnahmen Ihres behandelnden Arztes eine begleitende individuelle Unterstützung an.



Die Thieme TeleCare GmbH ist ein Tochterunternehmen der Thieme Gruppe. Die Thieme Gruppe steht für Medizinkompetenz und Gesundheitsexpertise seit 1886. Dadurch besteht eine enge Vernetzung mit sämtlichen Leistungserbringern im Gesundheitswesen und ein unmittelbarer Zugang zu Experten aus Medizin und Wissenschaft.

### **Ihre persönlichen Vorteile**

- ✓ Sie erhalten individuelle telefonische Beratung durch einen medizinisch qualifizierten Ansprechpartner
- ✓ Schriftliche, auf Ihren persönlichen Bedarf abgestimmte Informationsmaterialien erleichtern Ihnen die Anwendung im Alltag

- ✓ Sie lernen Ihren Blutzucker eigenständig und leitliniengerecht zu messen und zu beurteilen
- ✓ Wir begleiten Sie bei der Umsetzung von wichtigen Maßnahmen wie Bewegungssteigerung, Ernährungsumstellung und Entspannungsmöglichkeiten
- ✓ Auf Wunsch erhalten Sie ein Blutzuckermessgerät sowie Zugang zur Thieme Coach App mit wichtigen Wissensinhalten, Tagebuchfunktionen und Messwertaufzeichnungen
- ✓ Kleine Schritte, große Wirkung: Ihr Gesundheits-Coach zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Lebensqualität und Ihr Wohlbefinden steigern können und hilft Ihnen, Verhaltensänderungen Schritt für Schritt mittels moderner Methoden und Techniken umzusetzen



## Das sagt Klaus M. (55 Jahre):

„Von meiner Zuckerkrankheit weiß ich seit fünf Jahren. Die Blutzuckerwerte waren so hoch, dass ich sofort auf Insulin eingestellt wurde. Seit ich an dem Gesundheitsprogramm teilnehme, habe ich mein Gewicht deutlich reduziert – von 95 auf 85 Kilo. Wie? Mit einer gesünderen Ernährung und Bewegung. Meine Betreuerin von Thieme TeleCare hat mir wichtige Tipps zur Ernährung gegeben und ich habe gelernt, mir beim Sport erreichbare Ziele zu setzen. Inzwischen bin ich richtig trainiert! Mein Blutzuckerwert sinkt kontinuierlich, mittlerweile spritze ich sogar weniger Insulin. Alleine hätte ich das nie geschafft!“



### **Wichtiges am Rande**

Die Hallesche Krankenversicherung selbst hat keinen Zugang zu den von der Thieme TeleCare GmbH erhobenen Daten, wie auch die Thieme TeleCare GmbH keinen Zugriff auf die Kundendaten der Hallesche Krankenversicherung hat. Selbstverständlich unterliegen alle Mitarbeiter der Thieme TeleCare GmbH der Schweigepflicht.

Die Teilnahme am Coaching-Programm ist für Vollversicherte (inklusive Beihilfeberechtigte) ohne zusätzliche Kosten möglich und kann jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihnen widerrufen werden.



### **Haben Sie noch Fragen?**

Die Mitarbeiter des Thieme TeleCare Gesundheitsteams sind für Sie da.

Rufen Sie an: 0711 54080-429

Montag bis Freitag von 8 bis 20 Uhr.

Oder mailen Sie an: [hallesche@thieme-telecare.de](mailto:hallesche@thieme-telecare.de)



### **Melden Sie sich an!**

Nutzen Sie das Coaching-Programm unseres Kooperationspartners Thieme TeleCare GmbH, um Ihre Lebensqualität zu steigern!

Mehr unter:  
[www.hallesche.de/diabetes-gp](http://www.hallesche.de/diabetes-gp)

## Kontakt

Gerne beraten und unterstützen wir Sie.  
Senden Sie uns einfach eine E-Mail an  
[gesundheitsmanagement@hallesche.de](mailto:gesundheitsmanagement@hallesche.de).  
Wir sind auch gerne persönlich für Sie da:  
**0711 6603-2055**



**Wir sind Ihr GesundheitsPartner.**  
Mehr als eine Krankenversicherung.

## Folgen Sie uns



## Hallesche

Krankenversicherung a. G.  
70166 Stuttgart  
[gesundheitsmanagement@hallesche.de](mailto:gesundheitsmanagement@hallesche.de)  
[www.hallesche.de](http://www.hallesche.de)  
[www.blog.alh.de](http://www.blog.alh.de)