**Mehr Service für Sie mit der R+V Krankenversicherung**

**Anlässe für Ihr Kundengespräch**

**Und so geht’s:**

Die folgenden Fakten rund um den „Megatrend Gesundheit“ eröffnen Ihnen bei der richtigen Zielgruppe viel leichter das Gespräch. Verwenden Sie die **R+V-Gesprächsanlässe** zum Beispiel auf Ihrer Facebook-Seite. Kombiniert mit einem Link zu Ihrer Website oder Ihren Kontaktdaten, sorgen Sie für eine hohe Aufmerksamkeit.

**Tipp für Makler:** Nutzen Sie lizenzfreie Fotoplattformen, um die Fakten auch schön zur Geltung zu bringen. Dafür eignen sich u.a. Seiten wie [unsplash.com](https://unsplash.com/) oder [isorepublic.com](https://isorepublic.com/).

**Die Fakten:**

**Selbstoptimierung**Zeit vergeuden? „Vergolden“ Sie Ihre Zeit lieber! Mit dem Pareto-Prinzip bzw. der 80-20-Regel wird Zeitmanagement effizient.

**High durch Joggen!**   
Bewegung erhöht die Endorphin-Konzentration im Blut. Das versetzt uns in einen rauschhaften Zustand.

**Marathon mit 100 Jahren**!   
Fauja Singh absolvierte 2011 als ältester Mensch den Marathon in Toronto. Zeit: 8:25:16!

Von wegen altes Eisen! Die **Generation 60+ stürmt die Fitnessstudios**: 2018 waren es schon 1,33 Millionen registrierte Mitglieder.

Badewanne ist out! **Waldbaden ist „in“!** Die ätherischen Öle in der Luft verbessern das Immunsystem & senken den Blutdruck.

Ein **Leben aus dem Rucksack macht glücklich**! Immer mehr Menschen reduzieren ihren Besitz und werden zu Minimalisten.

**120 Minuten frische Luft pro Woche machen gesund**! Ob im Wald oder am Strand: Zeit in der Natur fördert das Wohlbefinden.

**Mindful Living**Zu viel Stress?! ALI schafft Abhilfe! Und das sogar kostenlos: Atmen, Lächeln, Innehalten heißt das erfolgreiche Prinzip.

**Fitness Lifestyle**Leistungssteigerung durch Erholung?! „Superkompensation“ macht‘s möglich & verhilft unserem Körper zu mehr Leistung.

**Preventive Health**Gesund durch Kuscheln! Das „Kuschelhormon“ Oxytocin steigert Wohlbefinden und Gedächtnisleistung. Außerdem baut es Stress ab.

**Smart Care**Sprechstunde bei Dr. Smartphone: Diagnose-Apps helfen Patienten minutenschnell beim Erkennen von Krankheitsbildern.

**Active Aging**3,8 Jahre länger leben? Kein Problem – mit regelmäßigem Sport! Das haben Wissenschaftler aus Schweden herausgefunden.