

**TEAM GVO PLUS –
22.03.2018
KICK OFF DOC OFFICE BGF**

HERZLICH WILLKOMMEN



DOC OFFICE BGF

ANSCHAUEN WAS GESUND HÄLT





DOC OFFICE BGF

Die erste videobasierte, betriebliche
Gesundheitsförderung Deutschlands

Bewegung hält jung!



Gesund bleiben!



Persönlichkeit stärken!





Baustein I - Bewegung hält jung **Im Fokus - Ihr KÖRPER!**

- ✓ **Zunehmende Steifheit, Gelenkschmerzen**
- ✓ **Wirbelsäulenbeschwerden**
- ✓ **Bessere Resilienz, höhere Stress Resistenz**
- ✓ **Jungmacher selbst produzieren**
- ✓ **Organe anregen um jünger zu bleiben**
- ✓ **Jungmacher Übungen für die Fahrt vom und ins Büro +
Übungen für Büro und zu Hause**



Baustein II – Gesund bleiben Im Fokus – Ihre GESUNDHEIT

- ✓ Mehr Lebensenergie durch klügeres Essen
- ✓ Alltags-Wehwehchen ab jetzt selbst behandeln
- ✓ Immunsystem stabilisieren
- ✓ Gefahr an Krebs zu erkranken minimieren
- ✓ Krankheiten + Altersleiden vorbeugen
- ✓ Tipps für mehr Lebens-Energie + Gesundheit
- ✓ Erfolgreich Übergewicht abbauen
- ✓ Das Energieorgan Nr.1 – Quelle des Lebens



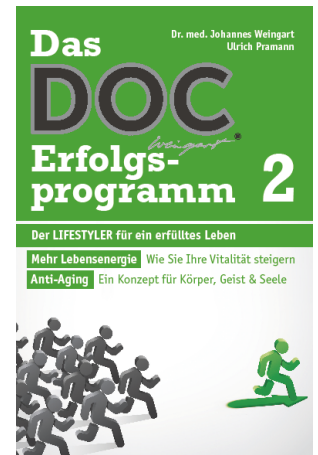
Energie-Organ Nr. 1

Das falsche Dogma: Was man isst – das ist man!!!

Richtig ist: Man ist – was man verdaut !

Die wichtigsten Checks:

- Stuhlkonsistenz & Frequenz
- Blähverhalten
- Dünndarm Check Points
- Fragebogen dazu: www.docweingart.de
(Download Test 1)

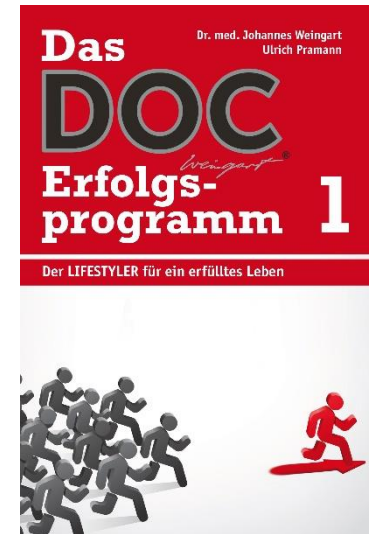




Baustein III – Persönlichkeit stärken

Im Fokus – Ihre SEELE & Ihr GEIST

- ✓ **Kränkungen, Vorwürfe besser parieren**
- ✓ **Gedächtnis verbessern**
- ✓ **Stressabbau erleichtern**
- ✓ **Gesprächsführung verbessern**
- ✓ **Soziale Sicherheit steigern**
- ✓ **Sofort Konzentration erhöhen**
- ✓ **Stärken – Werte – Ziele festlegen + leben**





Zielfindung leicht gemacht

Das **F-B-I** Prinzip

- **F** Familie + Freunde + Frohsinn + Finanzen + Freizeit
- **B** Beruf + Bewegung + Besonderes + Be your Best

DER Tipp im Kampf gegen die Burned out Gefahr:

Definieren Sie Ihr Wertesystem:

BE YOUR BEST
statt BE THE BEST

- **I** Ich + Ideale (Werte) + Ideen + Individuelles + Intimes



Unsere Zusatzbausteine

- 1. Wir machen Sie schlanker**
- 2. Hilfe für Akutprobleme**



**Revolutionär ist ein Produkt,
wenn es die Zukunft verändert.**

**DOC OFFICE BGF wird Ihre
Zukunft verändern,
weil es Gesundheit schenkt!**





Sie können sich darauf freuen !



DOC OFFICE BGF