

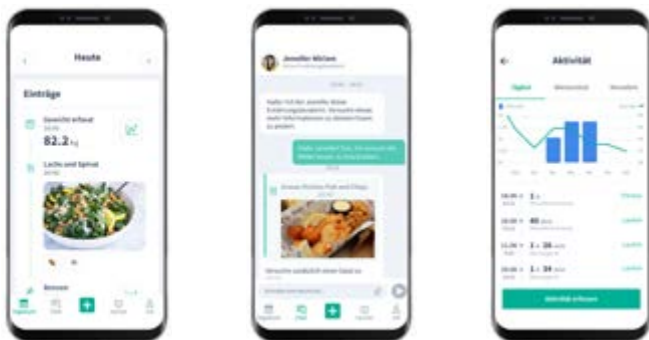


Kostenfrei für BARMER-Versicherte

## Die Oviva Ernährungs-App

### Mit der Oviva Ernährungs-App bei Ernährungsproblemen den richtigen Weg finden

Sie leiden an teilweise ernährungsbedingten Krankheiten wie Adipositas, Diabetes Mellitus oder Bluthochdruck und möchten Ihre Essgewohnheiten ändern? Oviva arbeitet mit Leidenschaft daran, möglichst vielen Menschen zu einem gesünderen Leben und mehr Wohlbefinden zu verhelfen. Gemeinsam mit Ihrem Ernährungscoach besprechen Sie Ihre persönlichen Ziele und erhalten individuelle Empfehlungen, welche auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Die Oviva-App unterstützt Sie dabei, Ihr Essverhalten bewusst zu beobachten und vor jeder Mahlzeit oder beim Einkaufen die richtige Entscheidung zu treffen.



### Ihre Vorteile auf einen Blick:

- **Qualifiziert:** die zertifizierte Beratung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen nutzen.
- **Nachhaltig:** vier bis sechs Monate lang das Essverhalten mit dem persönlichen Ernährungscoach umstellen.
- **Interaktiv:** Tipps und Fragen direkt per Telefon, Video-Call oder Oviva-App klären.
- **Persönlich:** in fünf Gesprächseinheiten persönliche Ziele und Erfolge besprechen.
- **Begleitend:** in der App ein Ess-Foto-Tagebuch führen sowie Stimmung, Symptome und Gewicht dokumentieren.
- **Abwechslungsreich:** viele Kochrezepte, Podcasts und lehrreiche Videos entdecken.

### Ärzte können das Ernährungsprogramm von Oviva bei folgenden Krankheiten und Symptomen verordnen:

- Übergewicht und Adipositas
- Bluthochdruck und erhöhte Blutfettwerte
- Erkrankungen des Verdauungssystems
- Lebensmittelallergien und -intoleranzen
- Fehl- und Mangelernährung
- Diabetes mellitus
- Nierenerkrankungen
- Rheuma und Gicht

### So melden Sie sich zur Oviva-App an

Einfach über [www.barmer.de/oviva](http://www.barmer.de/oviva) anmelden\* und los geht's. Oviva kontaktiert Sie um den Ablauf und Start zu erklären und den Termin für die Erstberatung auszumachen.

Weitere Infos rund um das Thema Ernährung finden Sie hier: [www.barmer.de/ernaehrung](http://www.barmer.de/ernaehrung)

### Impressum

**Herausgeber**  
BARMER  
Axel-Springer-Str. 44, 10969 Berlin

**Redaktion**  
Micaela Schmidt,  
Abteilung Versorgungsmanagement / Prävention

**Druck**  
Druckerei Glauco GmbH & Co. KG  
Lockfinke 75  
42111 Wuppertal

**Stand**  
Februar 2022

\* Wir leiten Sie direkt zur Website von Oviva weiter. Ihre personenbezogenen Daten tragen Sie selbst ein. Dazu gehören zum Beispiel Ihr Name, Ihr Alter, Ihre Adresse, Ihre Mobilnummer und Ihre Mailadresse. Diese Informationen behandeln die Betreiber der App vertraulich, um die unverbindliche Kostenübernahme zu prüfen. Sie wollen mehr wissen? Lesen Sie die vollständige Datenschutzerklärung der Ernährungs-App.

**BARMER**