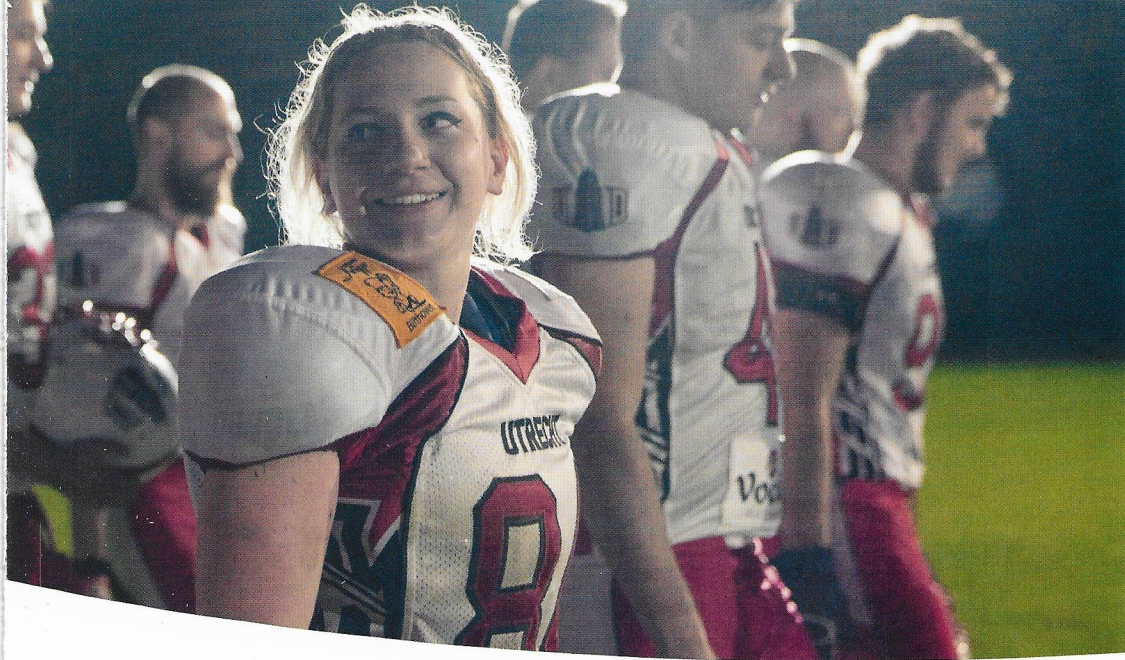


mens, wat ben je mooi *als je probeert*

Download nu de Menzis SamenGezond-app!

- ✓ Altijd en overal inzicht in je gezondheid
- ✓ Online coach
- ✓ Blogs met veel tips & adviezen
- ✓ Beloning voor jouw gezonde keuzes met punten





gebied van gezonde voeding, meer bewegen en beter slapen. We bieden daarom goede en betrouwbare informatie over voeding, bewegen, ontspanning en meedoen in de maatschappij.



Activiteiten

Met de app kun je al je activiteiten bijhouden, maar je kunt ook jouw favoriete app of apparaat koppelen. Je kunt de volgende apps en apparaten koppelen:

- | | |
|-------------|---------------------------|
| ✓ Fitbit | ✓ TomTom |
| ✓ Strava | ✓ Garmin |
| ✓ Runkeeper | ✓ Endomondo |
| ✓ Polar | ✓ Gezondheidsapp (iPhone) |



Beloning

Als je meedoet aan Menzis SamenGezond belonen we je inzet met punten die je kunt inwisselen voor leuke producten en uitjes. Punten verdienen je door activiteiten te doen waarbij je GPS aanstaat. We belonen daarbij de inspanning die het kost om een activiteit, zoals bijvoorbeeld wandelen, te doen. Voor de een is 5 meter wandelen al een echte prestatie terwijl een ander gemakkelijk 5 km kan hardlopen. De inspanning wordt uitgedrukt in een MET-score. Hoe hoger de MET-score, hoe hoger de beloning in SamenGezond punten voor deze activiteit.