

Gesundheit!

DAS MAGAZIN DER BKK STADT AUGSBURG | WINTER 2018/19

*Zu viel Wandel,
zu wenig Ruhe?*

GUT ZU FUSS

BONUSFIT 2019

Wir machen Sie fit für die wichtigen Dinge im Leben

Gesundheit ist etwas Einzigartiges und durch nichts zu ersetzen! Hierbei ist Vorsorge die beste Medizin, das hat die BKK Stadt Augsburg schon lange erkannt.

BKK Aktivwoche

Die BKK Aktivwoche bietet Ihnen die Chance, sich in landschaftlich reizvoller Umgebung zu bewegen, zu entspannen und gesund zu ernähren – interessant für jedes Alter und jede Lebenssituation. Dazu erhalten Sie Tipps und Anregungen für Ihren Alltag zu Hause und im Beruf. Die BKK Stadt Augsburg als Ihr Partner übernimmt dabei die Kosten für das Gesundheitsangebot. Sie zahlen lediglich den Eigenanteil für Unterkunft, Verpflegung und Zusatzleistungen.

Gesundheitsprogramm 1. Halbjahr 2019

Die BKK Stadt Augsburg bietet ihren Versicherten ein eigenes Gesundheitsprogramm an. Profitieren Sie von den Vorteilen Ihrer Mitgliedschaft bei der BKK Stadt Augsburg und machen Sie mit. Steigern Sie Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit durch eine gesündere Ernährung, mehr Bewegung und den richtigen Umgang mit Stressfaktoren. Denn wer vorbeugt, kann den Eintritt von Krankheiten verzögern oder sogar ganz verhindern. Lassen Sie sich von unseren interessanten und vielfältigen Seminaren motivieren. Sobald das Gesundheitsprogramm erscheint, steht es Ihnen auf unserer Homepage www.bkk-stadt-augsburg.de ebenfalls zur Verfügung. Sie können sich dort direkt online zu unseren Kursen anmelden.



www.bkk-stadt-augsburg.de/gesundheitskurse



P.S. Denken Sie auch daran, dass eine Präventionsmaßnahme bei Teilnahme an unserem Bonusprogramm BonusFit belohnt wird!



Gesundheitsprogramm

1. Halbjahr 2019

BKK Stadt Augsburg



Corinna Sappler und Dagmar Andree-Bauer

Ihren neuen Aktivwochen-Katalog und das Gesundheitsprogramm 1. Halbjahr 2019 erhalten Sie bei unseren Mitarbeiterinnen

Dagmar Andree-Bauer



0821 324-3221

dagmar.andree@bkk-stadt-augsburg.de

und Corinna Sappler



0821 324-3225

corinna.sappler@bkk-stadt-augsburg.de

**ERGREIFEN SIE JETZT DIE
GELEGENHEIT, UND WERDEN
SIE MIT UNS AKTIV!**