



Die Zeitschrift für unsere Versicherten

REGIONAL. OPTIMAL.

Smart zum Arzt –
www.docdirekt.de

das Telemedizinprojekt für
gesetzlich Versicherte in
Baden-Württemberg

→ Seite 5



Fit durch den Winter
Schneeschuhwandern
für Anfänger

→ Seite 22

BKK Scheufelen Bonus

Änderungen
an unserem
Bonusmodell

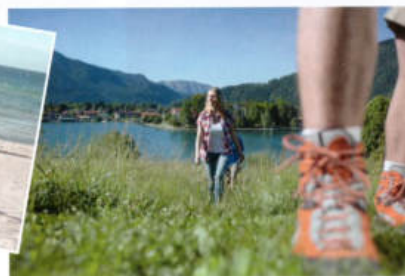
→ Seite 6 – 7



Mundhygiene bei Kindern

Tipps zur Zahngesundheit der Kleinsten
→ Seite 18 – 19





Volle Kraft voraus!

DIE AKTIVWOCHE. ist der „Maßanzug“ der Gesundheitsvorsorge

Höchstleistungen werden im Berufsleben und im Alltag von fast allen verlangt. Doch diese sind nur möglich, wenn Körper und Geist in gesunder Balance sind.

Gesundheit ist individuell: Leistungsfähige und engagierte Menschen brauchen den „Maßanzug“, um fit zu sein und nicht die Konfektion von der Stange. Daher haben die Betriebskrankenkassen mit ihren qualifizierten Partnern in den attraktivsten Landschaften Deutschlands **DIE AKTIVWOCHE** entwickelt.

Unter dem Motto „Fit für die wichtigen Dinge im Leben“ werden die Aktionsfelder Bewegung, Entspannung und Ernährung mit anerkannten Präventionsmethoden verknüpft. In 60 Orten mit insgesamt 119 Angeboten hat man die Möglichkeit, etwas für seine Gesundheit zu tun. Die Angebote gliedern sich in 4 Bereiche auf:

- **DIE AKTIVWOCHE.DAS ORIGINAL**
beinhaltet vielfältige und ganzheitliche Angebote für jedes Alter
- **AKTIVWOCHE.PLUS**
für alle, die neue Herausforderungen suchen
- **AKTIVWOCHE.EXTRA**
für Frauen, Familien, Best Ager und junge Leute
- **AKTIVWOCHE.SPEZIAL**
stellt Themen wie Stressreduktion, Stärkung des Rückens, der Ausdauer – zum Beispiel durch Gesundheitswandern – sowie eine gesunde Ernährung in den Mittelpunkt.

In ausgewählten Häusern von Nord- und Ostsee bis hin zu den Alpen stehen Sie und Ihre Gesundheit sieben Tage lang im Fokus. Begleitet vom Meeresrauschen, dem Zwitschern der Vögel sowie dem Duft der Blumen und Wiesen sind Sie herzlich eingeladen, aktiv zu sein, sich zu entspannen und sich abwechslungsreich und gesund zu ernähren.

Neuigkeiten 2019 für die AKTIVWOCHE-Fans

Neue Orte mit neuen ORIGINAL-Programmen

- Bremerhaven an der Nordsee
- Carolinensiel in Ostfriesland
- Litzirüti in Graubünden / Schweiz
- Oy-Mittelberg im Allgäu

Etablierte Orte mit neuen Programmen

- Bad Tabarz mit MUSKELAUFBAU.SPEZIAL
- Berlin mit WORK-LIFE-BALANCE.SPEZIAL
- Binz auf Rügen mit BEST AGER.EXTRA
- Wipptal in Tirol / Österreich mit ORIGINAL-Programm

Für junge Leute besonders zu empfehlen – das neue WORK-LIFE-BALANCE.SPEZIAL in Berlin und natürlich weiterhin das sehr erfolgreiche BOOTCAMP.SPEZIAL in Bad Tölz.

Bis zu 160,- € Zuschuss gibt es von der BKK Scheufelen zur BKK AKTIVWOCHE. Die Kosten für das Gesundheitsprogramm werden in voller Höhe übernommen.

Unsere exklusiven AKTIVWOCHE-Angebote sind selbstverständlich durch die zentrale Prüfstelle Prävention nach § 20 SGB V geprüft, zertifiziert und mit dem Prüfsiegel „Deutscher Standard Prävention“ versehen. Damit erlangen die AKTIVWOCHE-Angebote die Bezuschussungsfähigkeit. Ein sicheres Zeichen für Sie, dass Qualität bei uns an oberster Stelle steht!

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann sollten Sie gleich den neuen Aktivwochen-Katalog 2019 bei Ihrer BKK Scheufelen anfordern. Gerne beraten wir Sie auch ganz persönlich. Ansprechpartner sind die Mitarbeiter / innen des Kundencenters.

Den Katalog finden Sie als Online-Version auch unter www.aktivwoche.info



Kundencenter Hotline
Kostenfrei unter
Telefon: 0800 255 2965
Fax: 07021 7374-277
info@bkk-scheufelen.de

www.bkk-scheufelen.de/leistungen/leistungen-a-z/gesundheits-und-reisen

