

# Gesundheit!

DAS MAGAZIN DER BKK STADT AUGSBURG | WINTER 2017/18

## *Weihnacht licht und leicht*

TREND: WELLNESS ZU HAUSE

IMPFUNGEN

## 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. Deshalb werden wir nicht erst im Krankheitsfall aktiv, sondern setzen mit exklusiven Gesundheitsangeboten an. Denn wer vorbeugt, kann den Eintritt von Krankheiten verzögern oder sogar ganz verhindern.

### **BKK Aktivwoche**

Die BKK Aktivwoche – interessant für jedes Alter und jede Lebenssituation – bietet Ihnen die Möglichkeit, sich in landschaftlich reizvoller Umgebung zu bewegen, zu entspannen und gesund zu ernähren. Gleichzeitig erhalten Sie viele wertvolle 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 2018**

Die BKK Stadt Augsburg bietet ihren Versicherten ein eigenes Gesundheitsprogramm an. Profitieren auch Sie von den Vorteilen Ihrer Mitgliedschaft bei uns und lassen Sie sich von unseren interessanten und vielfältigen Angeboten motivieren. Steigern Sie Ihr Wohlbefinden und Ihre Leistungsfähigkeit durch eine gesündere Ernährung, mehr Bewegung und den richtigen Umgang mit Stressfaktoren. Sobald das Gesundheitsprogramm erscheint, steht es Ihnen auf unserer Homepage ebenfalls zur Verfügung. Sie können sich dort direkt online zu unseren Kursen anmelden.



[www.bkk-stadt-augsburg.de/gesundheitskurse](http://www.bkk-stadt-augsburg.de/gesundheitskurse)

**P.S.** Denken Sie auch daran, dass eine Präventionsmaßnahme bei Teilnahme an unserem Bonus-Programm BonusFit belohnt wird!

Ihren neuen Aktivwochen-Katalog und das Gesundheitsprogramm 1. Halbjahr 2018 erhalten Sie bei unseren Mitarbeiterinnen

Dagmar Andree-Bauer



0821 324-3221

[dagmar.andree@bkk-stadt-augsburg.de](mailto:dagmar.andree@bkk-stadt-augsburg.de)

und Corinna Sappller



0821 324-3225

[corinna.sappller@bkk-stadt-augsburg.de](mailto:corinna.sappller@bkk-stadt-augsburg.de)

Corinna Sappller und Dagmar Andree-Bauer

Nutzen auch Sie unser Angebot und werden Sie gemeinsam mit uns aktiv!