



Die Zeitschrift für unsere Versicherten

REGIONAL. OPTIMAL.



Unsere Mitgliederzeitschrift
regional.optimal. wird digital!
Jetzt für den Verteiler anmelden!

→ Seite 5



Neues Angebot U0:

Beratung für Schwangere
und werdende Familien im
letzten Schwangerschaftsdrittel.

→ Seite 6 – 7

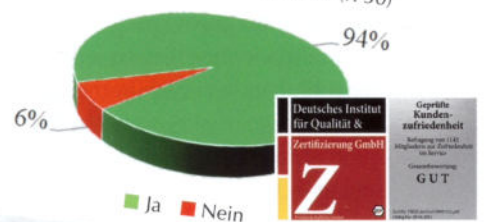


Kundenzufriedenheit 2022

→ Seite 12



Würden Sie sich erneut für die
BKK Scheufelen entscheiden? (F. 30)



Primärprävention: Gesundheitskurse und Gesundheitsreisen

→ Seite 22



Gesundheitskurse und Gesundheitsreisen

Die BKK Scheufelen fördert im Rahmen der Primärprävention Ihre Teilnahme an Präventionsmaßnahmen zur Vorbeugung von Erkrankungen und dem Erhalt Ihrer Gesundheit.

Wir bezuschussen qualitätsgesicherte Maßnahmen und Gesundheitskurse aus den Bereichen:

- Bewegung
- Ernährung
- Stressbewältigung und Entspannung sowie
- Suchtmittelkonsum

Unser Zuschuss beträgt 85% der Kursgebühren bis zu einem Höchstbetrag von 155,- € pro Kurs. Da wir bis zu zwei Kurse im Kalenderjahr bezuschussen, können Sie eine finanzielle Unterstützung von bis zu 310,- € in Anspruch nehmen.

Rückenfit

Mit dem Therapiezentrum Kirchheim / Teck GmbH haben wir ein Präventionskonzept entwickelt um Rückenschmerzen vorzubeugen. Diese Maßnahme umfasst insgesamt 26 Trainingseinheiten, welche entweder im wöchentlichen oder 14-tägigen Rhythmus in Anspruch genommen werden können. Die Teilnahme ist für unsere Versicherte kostenfrei – es sei denn es erfolgt ein Abbruch ohne Vorliegen eines triftigen Grundes.



Nähere Auskunft erteilen Ihnen gerne die Mitarbeiter/innen des Kundencenters der BKK Scheufelen unter 0800 255 2965 oder unter der E-Mailadresse praevention@bkk-scheufelen.de



Gesundheitsreisen

Erleben Sie erholsame Tage in den schönsten Urlaubsregionen Deutschlands. Damit Sie sich rundum wohlfühlen, wird Ihnen ein abgerundetes Gesundheitsprogramm angeboten. So macht der Urlaub mit Bewegung, Entspannung und gesunder Ernährung wirklich Spaß!

Wählen Sie aus den verschiedenen Angeboten für Familien, Alleinerziehende, junge Leute oder für Senioren Ihr Basis- oder Spezialprogramm. Zur Auswahl stehen z.B. das Erlernen von Entspannungs- und Meditationstechniken zur Stressbewältigung, eine spezielle Rückenschule zur Verbesserung der Haltung, Angebote zur Steigerung der Grundfitness um das Herz-Kreislauf-System zu stärken, sowie verschiedene Ernährungsprogramme.

BKK Aktivwoche

Hierbei handelt es sich in der Regel um eine 7-tägige Reise in ausgewählte Kurorte welche eine oder zwei Maßnahmen bzw. Kurse der Gesundheitsförderung enthalten. Dabei werden den Teilnehmern praxisnahe Informationen und Anregungen vermittelt wie diese langfristig zur Erhaltung der Gesundheit beitragen können. Dafür erhalten Sie einen Zuschuss in Höhe von bis zu 160,- € pro Aktivwoche von Ihrer BKK Scheufelen.

Well-Aktiv

Das Kompaktprogramm zur Prävention findet über einen Zeitraum von 4 bis 5 Tagen mit Übernachtung statt und beinhaltet jeweils einen oder zwei Präventionskurse. Unser Zuschuss hierfür beträgt bis zu 150,- € pro Teilnahme.

AKON fitforwell Programm

Vier Tage Erholung vom Alltag in den komfortablen Wohlfühlhotels von AKON inklusive Halbpension und Kursteilnahmen an den Gesundheitsangeboten in wunderschöner Umgebung. Hierzu können Sie einen Zuschuss in Höhe von 187,- € für Ihre Teilnahme von Ihrer BKK Scheufelen erhalten.

Bitte beachten Sie, dass Sie je einmal im Kalenderjahr sowohl an der BKK Aktivwoche als auch am Well-Aktiv Programm teilnehmen können, wenn Sie sonst keine weiteren Maßnahmen in Anspruch genommen haben. Eine wiederholte Teilnahme am jeweils selben Programm innerhalb eines Kalenderjahres ist ausgeschlossen.

Eine Teilnahme am fitforwell Programm von AKON entspricht rechtlich der Teilnahme an zwei Gesundheitsmaßnahmen und schließt damit weitere Zuschüsse zu Gesundheitsmaßnahmen oder Präventionskursen im selben Kalenderjahr aus.