

[Mehr Leistungen](#) [Mehr Bonus](#) [Mehr Service](#) [Mehr Gesundheit](#) [Über uns](#)



IKK-Gesundheitsnewsletter

04/2020

Sehr geehrte Frau Mustermann,

das tägliche Leben läuft derzeit in anderen Bahnen, als wir es gewohnt sind. Nun heißt es, anpassungsbereit sein. Wir möchten Sie mit unseren Tipps und Empfehlungen so gut wie möglich darin unterstützen. Da die Corona-Pandemie sicher auch bei Ihnen viele Fragen im Hinblick auf die medizinische Versorgung sowie Ihre Krankenversicherung aufwirft, haben wir Ihnen die häufigsten davon zusammengestellt und sogleich beantwortet.

Das Leben spielt sich jetzt fast ausschließlich Zuhause ab – doch Ihre Fitness muss darunter nicht zwangsläufig leiden. Starten Sie Ihr Wohnzimmer-Workout! Um darüberhinaus die aktuellen Herausforderungen des täglichen Lebens zu meistern, braucht es starke Nerven. Auch hierfür gibt's von uns einige Tipps.

Das Telefon ist besonders in der aktuellen Situation ein wichtiges Kontaktmedium, um alle Ihre Anliegen mit uns zu besprechen. Aus Datenschutzgründen benötigen wir dafür in Zukunft ein Telefonpasswort, welches Sie unkompliziert anfordern können. Alle Infos erhalten Sie im Newsletter.

Bleiben Sie gesund!

Ihre IKK gesund plus

Servicetelefon

 **0800 8579840**

rund um die Uhr zum Nulltarif

Medizinische Beratung

 **0180 2 455726**

rund um die Uhr erreichbar
(6 Cent pro Anruf, Mobilfunk max. 42 Cent pro Minute)

 [Kontakt / CallBack-Service](#)

 [IKK-WebCenter](#)



[Gesund leben: Entspannung finden](#)





Corona-Pandemie: FAQ

Im Gesundheitssektor kommen derzeit fast täglich neue Regelungen hinzu, die die medizinische Versorgung sicherstellen und den Patienten die Situation erleichtern sollen. Wir geben Ihnen Antworten auf häufige Fragen.

LESEPROBE



Fitness-Wohnzimmer

Einfach fit werden und das im eigenen Wohnzimmer! Um sportlich aktiv zu sein, bieten sich Ihnen in heimischer Umgebung verschiedene Möglichkeiten und wir verraten, was Sie alles dazu wissen müssen.



Starke Nerven

"Meine Nerven liegen blank" hört oder sagt man ab und zu. Wie sieht es aktuell mit Ihrer nervlichen Belastung aus? Fühlen Sie sich mitunter überreizt? Dann lesen Sie unsere Tipps, wie Ihre Nerven stark bleiben.



Wichtiger Infektionsschutz

Der allumfängliche Schutz vor einer Infektion mit dem neuartigen und höchst ansteckenden Coronavirus nimmt derzeit einen sehr hohen Stellenwert ein: Lesen und beherzigen Sie unsere vier wichtigsten Tipps!



NEU: Telefonpasswort

Sie möchten uns Änderungen Ihrer persönlichen Daten mitteilen oder schützenswerte Auskünfte erhalten? In diesem Fall sind wir gesetzlich verpflichtet, für unsere Versicherten ein gesichertes Verfahren einzusetzen.

[Newsletter öffnen](#)

[Daten aktualisieren](#)

[Newsletter abbestellen](#)

IKK gesund plus
Umfassungsstraße 85, 39124 Magdeburg
FB Marketing / Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 0391 2806-0 Fax: 0391 2806-2219
eMail: redaktion@ikk-gesundplus.de

[Datenschutzhinweise](#)