

Leistungen & Service Gesundheit Mein WebCenter



IKK-Gesundheitsnewsletter

Dezember 2021

Sehr geehrte Frau Mustermann,

während das alte Jahr noch ausklingt, steht das neue bereits in den Startlöchern. Für Versicherte der IKK gesund plus bedeutet dies: noch mehr Vorteile! In 2022 erstatten wir Ihnen bis zu 90 Euro für Gesundheitskurse bei zertifizierten Anbietern. Kinder und Jugendliche erhalten dafür bis zu 100 Euro zuzahlungsfrei. Eine weitere gute Nachricht: An unserem Beitragssatz ändert sich dabei nichts! Auch im neuen Jahr bleibt dieser stabil. Mehr erfahren Sie darüber in unserer [Pressemitteilung](#).

Digitale Neuerungen erwarten Sie mit der Erweiterung der elektronischen Patientenakte sowie mit der eAU und dem eRezept. Diese machen die Vorgänge rund um Ihre Gesundheit für Sie als Patienten noch einfacher und übersichtlicher. Wir verraten Ihnen, wie es geht!

Vorher schenkt uns die Weihnachtszeit noch ein paar Momente zum Luft holen. Doch selbst in der besinnlichen Stimmung kann es manchmal zu Konflikten kommen. Mit unseren Tipps schaffen Sie es, den "Weihnachtsfrieden" wiederherzustellen.

Wir wünschen Ihnen besinnliche Festtage, ein frohes neues Jahr und vor allem viel Gesundheit!

Ihre IKK gesund plus



PROBE

Harmonische Festtage

In der Adventszeit werden Vorbereitungen getroffen, Geschenke gekauft und Pläne geschmiedet, damit an den Feiertagen alles perfekt läuft. Wenn die Familie dann versammelt ist und das Essen auf dem Tisch steht, ist er meist nicht weit: der erste Streit. Wir geben Ihnen Tipps an die Hand, wie die Harmonie unter den Weihnachtsbaum zurückkehrt.

[mehr erfahren](#)



Medizin aus der weihnachtlichen Gewürzapotheke

In der Weihnachtszeit zieht ein köstlicher Duft durch das Haus. Gewürze, die sonst ein Schattendasein führen, haben nun ihren großen Auftritt. Sie geben Plätzchen und Kuchen ein besonderes Aroma und sind auch gut für die Gesundheit. Bei uns erfahren Sie wie Sie die Wirkung der Weihnachtsgewürze für sich nutzen können.

[mehr erfahren](#)





Haar- und Hautpflege im Winter

Kalte Temperaturen, eisiger Wind und im Kontrast dazu warme Heizungsluft – die Wintersaison verlangt Ihrer Haut und Ihrem Haar einiges ab. Nun benötigen Sie eine ganz andere Pflege, als in den warmen Monaten, um beide optimal zu schützen. Wir verraten Ihnen, wie Sie auch im Winter gesund strahlen!

[mehr erfahren](#)

Telematik im Gesundheitswesen: eAU, ePA und eRezept

Eine Patientenakte führen, Arzneimittelrezepte in der Apotheke digital einreichen und die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung elektronisch vom Arzt an die Krankenkasse übermitteln lassen – all das macht die Telematik möglich. Die Vorteile sind klar: Weniger Aufwand, mehr Überblick über Ihre Daten und ein einfacher, ortsunabhängiger Zugang. Wir verraten Ihnen, welche digitalen Neuerungen 2022 auf Sie zukommen.

[mehr erfahren](#)

IKK gesund plus

Umfassungsstraße 85, 39124 Magdeburg

FB Marketing | Öffentlichkeitsarbeit

Tel. 0391 2806-0 | Fax: 0391 2806-2219

eMail: redaktion@ikk-gesundplus.de

Anmeldedaten ändern

Newsletter abmelden

LESEPROBE

© Copyright 2022 | [Datenschutzhinweise](#)

Digitaler Bonus

Ich kanns klüger

Muntermacher