

Leistungen & Service Gesundheit Mein WebCenter



IKK-Gesundheitsnewsletter

Februar 2022

Sehr geehrte Frau Mustermann,

mit den nun erhaltenen Halbjahreszeugnissen startet für viele die Bewerbung für einen Ausbildungsplatz. Sie oder Ihr Nachwuchs suchen nach einer passenden Lehrstelle? Noch bis zum 31.03.2022 läuft unsere Aktion "Mission: Ausbildung" gemeinsam mit radio SAW und ENERGY Bremen. Stöbern Sie jetzt durch die Ausbildungsplatzbörsen!

Nach dem Wintertrott geht es nun in Richtung Frühling. Sport im Freien macht jetzt wieder umso mehr Freude! Um fit zu bleiben, kommt es jedoch nicht nur auf Ihre Trainingseinheiten, sondern auch Ihr Bewegungspensum im Alltag an. Wir zeigen Ihnen, warum im wahrsten Sinne jeder Schritt zählt. Motiviert werden Sie zusätzlich durch die berühmten Frühlingsgefühle. Kaum lässt sich die Sonne blicken und schon ereilt uns eine ungewöhnlich gute Laune. Doch woran liegt das? Wir sind dieser Frage auf den Grund gegangen.

Viel Freude beim Lesen und Genießen der ersten Sonnenstrahlen!

Ihre IKK gesund plus





LESEPROBE

"Mission: Ausbildung" 2022 – Aktion verlängert!

Jetzt den Traumjob fürs Leben finden. Mit Unterstützung unserer Medienpartner radio SAW und ENERGY Bremen bringen wir Arbeitgeber und Schulabgänger zusammen. Unsere "Mission: Ausbildung" wurde verlängert und Sie können nun noch bis Ende März in den Ausbildungsbörsen nach freien Lehrstellen suchen. Viel Erfolg dabei!

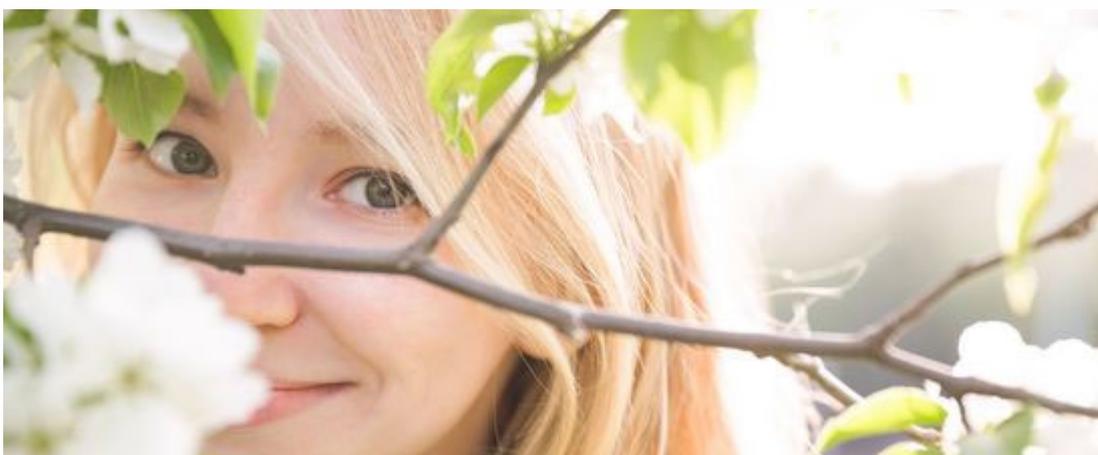
[mehr erfahren](#)



Schritt für Schritt zu mehr Bewegung

Ausreichend Bewegung in den Alltag einzubauen, fällt oft schwer. Dabei braucht es nicht immer einen großen zeitlichen Aufwand: Bereits ein paar Schritte mehr am Tag kommen Ihrer Gesundheit zugute. Verschiedene digitale Helfer unterstützen und motivieren Sie dabei.

[mehr erfahren](#)



Frühlingsgefühle

Der Frühling kommt! Und mit ihm die gute Laune: Plötzlich lächeln wir wieder, flirten, sind viel positiver gestimmt. Der Frühling löst die kalte, triste Jahreszeit ab, es wird heller und wärmer – jeder Augenblick im Freien wird genossen. Spielen in dieser Zeit in der Tat die Hormone verrückt und was ist dran an den Frühlingsgefühlen?

[mehr erfahren](#)

Die elektronische Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (eAU)

Bisher haben Sie Ihre Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung für die Krankenkasse in Form eines "gelben Scheins" erhalten. Dies hat sich geändert: Seit 01.01.2022 ist Ihr Arzt dazu verpflichtet, Ihre Krankschreibung digital an Ihre Krankenkasse zu übermitteln.

[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](#)

© Copyright 2022 | [Datenschutzhinweise](#)

Digitaler Bonus

Ich kanns klüger

Muntermacher