

[Leistungen & Service](#) [Gesundheit](#) [Mein WebCenter](#)

IKK-Gesundheitsnewsletter

Februar 2024

Sehr geehrte Frau Mustermann,

der Weltkrebstag im Februar erinnert jährlich daran, dieser Erkrankung vorzubeugen. Die IKK gesund plus unterstützt Sie dabei: Mit wichtigen Informationen, Vorsorgeerinnerungen und den richtigen Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung können wir gemeinsam vorsorgen. Bei uns erhalten Sie dabei viele Leistungen, die nicht zum Standard der gesetzlichen Krankenkassen gehören!

Der Hals kratzt, die Nase läuft – im Winter und im wechselhaften Frühjahr ist Erkältungszeit. Stärken Sie Ihre Abwehrkräfte! Unser Gesundheitscoach Bennet Wiegert verrät Ihnen, wie Sie fit durch den Übergang kommen.

Eine Voraussetzung für ein starkes Immunsystem ist die richtige Ernährung. Vor allem Spurenelemente unterstützen Sie dabei, gesund zu bleiben. Wir stellen die kleinen Helfer vor.

Im Kampf gegen lästige Krankheitserreger hilft in geschlossenen Räumen regelmäßiges Lüften. Ein gutes Raumklima bringt jedoch viele weitere Vorteile für Ihre Gesundheit mit sich. Sorgen Sie für "frischen Wind"!

Viel Gesundheit wünscht
Ihre IKK gesund plus



Gemeinsam vorsorgen: Krebsfrüherkennung nutzen

Werden Symptome und Warnsignale frühzeitig erkannt, können viele Krebsarten behandelt oder ganz verhindert werden. Deshalb unterstützen wir Sie bei Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung in Ihrer Facharztpraxis – und bieten Ihnen viele zusätzliche Vorsorgeleistungen. Dazu zählen u.a. das Hautkrebscreening ab dem Jugendalter oder besondere Formen der Brustkrebsvorsorge. Wir sind an Ihrer Seite!

[mehr erfahren](#)[Broschüre herunterladen](#)

Bennet Wiegerts Tipp: Abwehrkräfte stärken

Neben regelmäßigem Sport hält Sie ein starkes Immunsystem fit und gesund! Vor allem in der Erkältungszeit ist es ständig im Einsatz, um lästige Krankheitserreger im Körper abzuwehren. Höchste Zeit also, ihm etwas zurückzugeben! Bennet Wiegert hat für Sie dazu die wichtigsten Tipps und Tricks.

[mehr erfahren](#)

Spurenelemente – Klein, aber oho!

Als "kleine Geschwister" der Makromineralstoffe werden die Spurenelemente oft übersehen. Der Körper benötigt sie nur in sehr geringen Mengen – das macht sie jedoch nicht weniger wichtig. Wir zeigen Ihnen, warum die kleinen Helfer einen besonderen Platz in Ihrer Ernährung verdienen.

[mehr erfahren](#)



Das richtige Raumklima – frische Luft, gesundes Zuhause

Den Grundstein Ihrer Gesundheit legen Sie in den eigenen vier Wänden. Eine wichtige Rolle spielt dabei das Raumklima. Leider wird dies oft unterschätzt – dabei beeinflusst die Raumluft Ihre Gesundheit auf Dauer maßgeblich! Wir zeigen Ihnen, wie Sie zu jeder Jahreszeit für ein gesundes Raumklima sorgen.

[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 2024 | [Datenschutzhinweise](#)

Digitaler Bonus

Ich kanns klüger

Muntermacher