

 **FIT & AKTIV**

Auf Kurs für ein gesundes Leben

Aktiv sein lohnt sich! – Sie haben die Wahl





Nichts ist so wertvoll wie Ihre Gesundheit

Ihre Gesundheit ist uns wichtig, denn körperliches und seelisches Wohlbefinden ist die Basis für eine hohe Lebensqualität. Damit es Ihnen gut geht, unterstützen wir Ihr Engagement. Das ganze Jahr über können Sie ein umfangreiches Angebot aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Stressbewältigung bundesweit nutzen.

Wir fördern alle Kurse, die von der „Zentralen Prüfstelle Prävention“ zertifiziert sind und damit den Qualitätskriterien entsprechen.

Eine aktuelle Übersicht finden Sie jederzeit unter **hkk.de/gesundheitskurse-deutschlandweit**

So funktioniert es:

- Sie geben Ihre Postleitzahl ins erste Suchfeld ein und wählen einen Radius aus.
- Grenzen Sie das Ergebnis mit der Wahl eines Themenbereiches ein.
- Wählen Sie Ihren Kurs aus und melden Sie sich beim Anbieter direkt an.



Ihre Schritte zu mehr Gesundheit

Die Kostenerstattung ist denkbar einfach. Und so gehts:

- Buchen Sie Ihren zertifizierten Kurs direkt bei dem ausgewählten Kursanbieter.
- Entrichten Sie die Kursgebühr direkt beim Anbieter.
- Nach erfolgreicher und regelmäßiger Kursteilnahme (mindestens 80 Prozent) reichen Sie die Teilnahmebescheinigung unter Angaben der Kursgebühr und Ihrer Kontodaten ein.
- Die hkk übernimmt 80 Prozent der Kursgebühr bis maximal 100 Euro pro Kurs. Die Erstattung erfolgt per Überweisung auf Ihr Konto.
- Innerhalb eines Kalenderjahres können Sie zwei Kurse in Anspruch nehmen.

Sie haben Fragen?

Gern beraten wir Sie individuell. Rufen Sie uns an unter **0421 - 3655 8555** oder **0800 - 2555 444**, besuchen Sie uns im Internet oder schauen Sie in einer unserer Geschäftsstellen vorbei.



Online zu mehr Gesundheit

Möchten Sie lieber daheim ein attraktives Online-Angebot nutzen? Dann buchen Sie einen der zahlreichen hkk eCoaches unter [hkk.de/eoaches](https://www.hkk.de/eoaches)

hkk Gesundheitswochen

Verbessern Sie Ihr Wohlbefinden im Rahmen von attraktiven Präventionsangeboten in erholsamer Umgebung. Unter [hkk.de/gesundheitswochen](https://www.hkk.de/gesundheitswochen) finden Sie Angebote, um intensiv an mehreren Tagen am Stück Energie zu tanken. Mit unseren exklusiven Gesundheitswochen richten wir uns insbesondere an Kunden, die nicht regelmäßig an mehrwöchigen Kursen teilnehmen können.

Auch Familien, die den Alltag hinter sich lassen und gemeinsam für eine gesunde Lebenswelt aktiv werden wollen, finden unter [hkk.de/familieaktiv](https://www.hkk.de/familieaktiv) passende Angebote.

Handelsblatt

TESTSIEGER
Kundenorientierte
Krankenkassen

2019

hkk Krankenkasse

Im Test: 72 Kassen
Handelsblatt · 21.08.2019

DFSI RATINGS

DtGV | Deutsche Gesellschaft
für Verbraucherstudien mbH

KUNDEN-VOTUM

**HERAUSRAGENDES
PREIS-LEISTUNGS-
VERHÄLTNIS**

Teilkategorie in der Umfrage 08/2019,
TOP 3 von 12 Krankenkassen, dtgv.de

DEUTSCHLANDS
BESTE
GESETZLICHE
KRANKENKASSEN
2019

Q

*„Aktiv sein
schützt meine Gesundheit
und lohnt sich.“*



Immer in Ihrer Nähe!

Persönliche Beratung: hkk-Geschäftsstellen und -Servicepunkte



Adressen, Öffnungszeiten und Telefonnummern finden Sie unter **hkk.de/kontakt**



In den LVM Servicepunkten und auf **lvm.de** erhalten Sie insbesondere Infos zu attraktiven Zusatzversicherungen und zum Kassenwechsel.

Schnell und kompetent am Telefon: die hkk-Kundenberatung



Unter **0421 - 36550** und **0800 - 2555 444** (gebührenfrei) bekommen Sie eine individuelle Beratung. Kritik, Anregungen und Ihre Ideen nehmen wir gerne unter **0800 - 1455 255** (gebührenfrei) entgegen. Per Fax erreichen Sie uns unter **0421 - 3655 3700**.

Überall, rund um die Uhr: hkk online



Auf **hkk.de** finden Sie alles zum Gesundbleiben, Gesundwerden und zu Ihrer Krankenversicherung. Zu diesen Themen informiert auch der **hkk.de/newsletter** regelmäßig. In unserem **Kundenportal** regeln Sie Ihre Anliegen sicher, schnell und komfortabel online.

Auch unter **info@hkk.de** sind wir gerne für Sie da.



hkk Krankenkasse – Gesundheit gut versichert.

28185 Bremen

hkk.de

Mit dieser Information möchten wir Ihnen einen ersten Überblick über die Versicherungsleistungen geben. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Grundlage für den Versicherungsschutz der hkk sind die gültigen Satzungsbedingungen der Handelskrankenkasse (hkk) und der hkk-Pflegekasse.