



Unsere Leistungen für Prävention

Die BKK ZF & Partner unterstützt ihre Versicherten dabei, Krankheitsrisiken frühzeitig vorzubeugen und die Gesundheit zu stärken. Deshalb bezuschussen wir qualifizierte Gesundheitskurse und wohnortferne Präventionsangebote.

Alle anerkannten Gesundheitskurse entsprechen bestimmten Qualitätskriterien und werden von qualifiziertem Fachpersonal durchgeführt. Die Kurse umfassen die Bereiche Bewegungsgewohnheiten, Ernährung, Stressreduktion/Entspannung und Suchtmittelkonsum.

Gesundheitskurse

Wir übernehmen pro Kalenderjahr **100 Prozent der Kosten – bis zu 160 Euro** für zwei qualifizierte Gesundheitskurse (wohnortnahe Kurse bei Vereinen, Volkshochschulen u. Ä.).

Alternativ bezuschussen wir auch folgende wohnortferne **Präventionsangebote:**

AKON – fitforwell 4-Tages- oder Wochenprogramm

Wer als Versicherter der BKK ZF & Partner die gesundheitsfördernden fitforwell Tage aus den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung erleben möchte, kann aus einer Vielzahl von Wellnesshotels in verschiedenen Regionen Deutschlands wählen. Die Kursangebote beinhalten neben Ernährungskursen beispielsweise Nordic Walking, Rückenfitness, Aquafitness, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Tai Chi, Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung. Bei allen fitforwell Angeboten werden jeweils zwei qualitätsgesicherte Kurse aus den zuvor genannten Themenfeldern miteinander kombiniert. Weitere Infos finden Sie auf der Internetseite www.akon.de/bkk-zf-partner.

