

Gesund bleiben? Ganz einfach!

Gesundheit beginnt oft mit einer kleinen Frage: Ist das noch normal? Sollte ich das abklären lassen? Was kann ich selbst tun, um mich besser zu fühlen? Unterstützung erhalten Sie dabei von unseren Serviceangeboten – unkompliziert und mit Mehrwert.

O b Hautcheck per App, Online-Gesundheitskurse oder persönliche Beratung am Telefon: Diese Angebote helfen Ihnen dabei, informiert zu bleiben, aktiv etwas für Ihre Gesundheit zu tun und schneller die richtige Unterstützung zu finden.

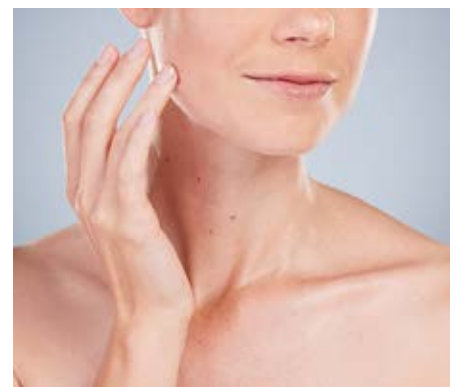


Ihre Haut im Blick – mit dem Online-Hautcheck

Veränderungen an der Haut fallen oft zufällig auf – ein neuer Fleck, eine Verfärbung oder ein Muttermal, das sich verändert hat. Nicht immer ist sofort ein Arzttermin verfügbar. Genau hier setzt der Online-Hautcheck von dermanostic an.

Das Wichtigste auf einen Blick

- Ein Online-Hautcheck pro Quartal kostenfrei
- Fachärztliche Einschätzung ohne lange Wartezeit
- Bequem von zu Hause aus nutzbar



So funktioniert der Online-Hautcheck

- Sie fotografieren die auffällige Hautstelle
- Dermatologen prüfen die Bilder fachärztlich
- Sie erhalten eine Einschätzung und Handlungsempfehlung

Gut zu wissen

Empfiehlt die Diagnose einen Arztbesuch, geben Sie bei der Terminvereinbarung bitte an, dass und welche Diagnose Sie über den Online-Hautcheck erhalten haben. So kann sich die Praxis gezielt vorbereiten und Ihre Behandlung optimal planen.

Aktiv werden – mit den Online-Gesundheitskursen

Gesundheit lässt sich trainieren – Schritt für Schritt. Die Online-Gesundheitskurse von CyberHealth helfen Ihnen dabei, Ihren Körper besser zu verstehen und gesunde Gewohnheiten langfristig in Ihren Alltag zu integrieren. Die Kurse sind auf Selbstwirksamkeit ausgerichtet. Das heißt:

- Sie lernen, die Signale Ihres Körpers wahrzunehmen
- Sie entwickeln gesunde Routinen
- Sie setzen Veränderungen eigenverantwortlich und nachhaltig um

Ein Angebot, das wächst

Ob Beweglichkeit, Rückengesundheit oder Yoga: Das Kursangebot wird kontinuierlich erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich daher, denn es kommen immer wieder neue Kurse hinzu, die zu unterschiedlichen Lebenssituationen passen.

Das Wichtigste auf einen Blick

- Zwei Online-Gesundheitskurse pro Jahr sind kostenfrei
- Flexible Teilnahme – zeit- und ortsunabhängig
- Praxisnah, verständlich und alltagstauglich

Wichtiger Hinweis zur Kostenübernahme

Es werden beendete Kurse gezahlt. Beispiel: Ein Kurs, der im Dezember 2025 begonnen und 2026 abgeschlossen wird, zählt zum Jahr 2026. In diesem Fall kann im Jahr 2026 noch ein weiterer Kurs übernommen werden.

Ein Anruf, viele Antworten – mit dem Gesundheitstelefon

Manchmal braucht es kein langes Suchen im Internet, sondern eine klare, verlässliche Auskunft. Genau dafür ist das Gesundheitstelefon da.

Wann lohnt sich ein Anruf?

- **Diagnosen:** Verständliche Informationen zu medizinischen Befunden
- **Kliniksuche:** Unterstützung bei der Auswahl einer passenden Klinik
- **Arzneimittelfragen:** Einnahme, Wechselwirkungen oder Verträglichkeit
- **Vor dem Urlaub:** Fragen zu Impfungen oder gesundheitlicher Vorbereitung

Ihre Vorteile

- Persönliche Beratung
- Medizinische Informationen verständlich erklärt
- Schnell, unkompliziert und kostenfrei

Gerade bei Unsicherheiten oder akuten Fragen bietet das Gesundheitstelefon eine wertvolle Orientierung – ohne Termin und ohne lange Wartezeiten.



Ihr Plus an Gesundheit

Diese Serviceangebote zeigen: Gesundheitsversorgung endet nicht in der Arztpraxis.

Sie beginnt dort, wo Sie Unterstützung brauchen – digital, telefonisch

oder ganz flexibel im Alltag. Nutzen Sie die Möglichkeiten, die Ihnen zur Verfügung stehen, und werden Sie aktiv für Ihre Gesundheit! Mehr Informationen erhalten Sie unter www.pbeakk.de. ■