

Ihr PhysioPlus-Gutschein

Der kostenfreie und exklusive Gesundheits-Check

Dabei erfolgt eine Analyse Ihres Bewegungsapparates hinsichtlich etwaiger Gelenkfehlstellungen und -blockierungen, muskulärer Schwächen und Verkürzungen, Haltungsfehler etc. So können frühzeitig Veränderungen der Beweglichkeit oder Muskelschwächen erkannt werden.

PhysioPlus endet aber nicht mit der Bestandsaufnahme, sondern führt auch zu Konsequenzen in Form von leicht umsetzbaren Handlungsempfehlungen. Der Physiotherapeut berät Sie individuell, gibt Ihnen als Ihr persönlicher Trainer Tipps und zeigt Ihnen Übungen, mit denen Sie in Ihrer Freizeit, aber auch am Arbeitsplatz ausgleichend und prophylaktisch an Ihren orthopädischen Schwachpunkten arbeiten können.

Um sich neben der gründlichen Befunderhebung ausreichend Zeit für die Beratung nehmen zu können, haben unsere bundesweit kooperierenden Physiotherapeuten insgesamt 60 Minuten für diesen Gesundheits-Check zur Verfügung. Die Leistung ist damit einmalig unter den Krankenkassen und exklusiv für KKH Versicherte.

Hier finden Sie eine Übersicht der teilnehmenden Physiotherapeuten: www.kkh.de/physioplus

Natürlich beraten wir Sie auch gerne persönlich in einer unserer bundesweit 110 Servicestellen. Die Servicestelle in Ihrer Nähe finden Sie unter: www.kkh.de/servicestelle

Alle weiteren Informationen zu unseren exklusiven Premiumleistungen für die Gesundheit finden Sie im Internet unter: www.kkh.de



In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Verband für Physiotherapie (ZVK) e.V.

Die Angaben werden zur Erfüllung der Aufgaben der KKH nach § 284 Abs. 1 S. 1 Nr. 4 SGB V zum Zwecke der Abrechnung des Gesundheits-Checks erhoben und verarbeitet. Näheres zur Datenverarbeitung und zu Ihren Rechten entnehmen Sie bitte unserer Internetseite www.kkh.de/datenschutz

Ihr persönlicher Ansprechpartner:



KKH Kaufmännische Krankenkasse
30125 Hannover
Service-Telefon 0800 5548640554
service@kkh.de
www.kkh.de

PhysioPlus

Ihr Gratis-Gesundheits-Check

F 7774 - 05/18

Mehr als
Jahre **125** Vertrauen und
Sicherheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

KKH

Kaufmännische
Krankenkasse

Ihr persönlicher Check-up für mehr Wohlbefinden

Was ist PhysioPlus?

PhysioPlus ist der kostenfreie Gesundheits-Check exklusiv für alle KKH Versicherten mit einer individuellen Untersuchungs- und Beratungsleistung durch qualifizierte Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen. Diese führen einen gezielten Funktions-Check des Bewegungsapparates durch und geben auf den individuellen Bedarf abgestimmte Verhaltens- und Bewegungstipps.

Ist PhysioPlus das Richtige für mich?

Versicherten mit leichten Beschwerden wie z. B. Verspannungen, Gelenk- oder Muskelschmerzen kann oft schon mit der richtigen Unterstützung eines Physiotherapeuten geholfen werden.

Damit Sie wissen, ob PhysioPlus das Richtige für Sie ist, haben wir einige Aussagen für Sie vorbereitet (Zutreffendes bitte ankreuzen). Treffen mindestens zwei der folgenden Aussagen auf Sie zu, ist unser kostenfreies Angebot „PhysioPlus“ sinnvoll für Sie.

Bitte berücksichtigen Sie, dass der Physio-Check eine einmalige präventive Leistung ist und bei gewissen Erkrankungen nicht durchgeführt werden kann. Um welche Erkrankungen es sich dabei handelt, sehen Sie unter: www.kkh.de/physioplus

- Ich bin körperlich weitgehend gesund und spüre meinen Rücken oder die Gelenke nur gelegentlich bei Belastungen, musste deshalb aber noch nicht zum Arzt.
- Ich bin beruflich stark engagiert, zeitlich eingespannt und verbringe einen großen Teil meiner Zeit in sitzender oder einseitiger Körperhaltung.
- Ich schaffe es nur selten oder gar nicht, Sport zu treiben, möchte mich aber mehr bewegen. Um dies zu erreichen, wünsche ich mir kompetente Unterstützung.
- Ich bin sportlich bereits aktiv, würde aber gern mehr darüber erfahren, wie ich mein Training noch gesundheitsgerechter gestalten kann.

Eine oder mehrere Aussagen treffen auf Sie zu? Wie es jetzt weitergeht, erfahren Sie auf dem integrierten Gutschein.

Was leistet PhysioPlus?

Im hektischen Berufsalltag, aber auch im privaten Umfeld wird Mobilität großgeschrieben. Die eigene Beweglichkeit und ein guter Fitnesszustand sind wichtige Voraussetzungen dafür. Verspannungen im Rücken oder Probleme mit den Gelenken, die sich von Zeit zu Zeit bemerkbar machen, sind vielen von uns bestens bekannt.

Umso wichtiger ist es, über die eigene körperliche Verfassung informiert zu sein. Mit diesem speziellen Gesundheits-Check wollen wir Ihnen die Chance geben, vorbeugend und mit fachgerechter Unterstützung etwas zur Vermeidung von Bewegungseinschränkungen zu tun.

Bevor man aktiv werden kann, ist es erforderlich, den Status quo sorgfältig zu erfassen. Bei PhysioPlus nimmt sich der Physiotherapeut für Sie die Zeit, Muskeln und Gelenke einmal umfassend zu untersuchen.



Gutschein über Ihren persönlichen und kostenfreien Gesundheits-Check

Und so einfach funktioniert es:

1. Beiliegenden Fragebogen und diesen Gutschein ausfüllen und zur Untersuchung mitbringen. Der Fragebogen erleichtert dem Physiotherapeuten die Abstimmung auf Ihre individuellen Bedürfnisse.
2. Termin bei einem Physiotherapeuten vereinbaren. Die entsprechende Liste der Physiotherapeuten finden Sie unter: www.kkh.de/physioplus oder fragen Sie die Physiopraxis in Ihrer Nähe ob die Bereitschaft besteht, den Physio-Check durchzuführen.
3. Alle ausgefüllten Unterlagen und Ihre Krankenversicherungskarte zum Termin beim Physiotherapeuten mitnehmen und den Physio-Check durchführen lassen.

Viel Spaß und gute Gesundheit.

Vorname und Name der/des Versicherten

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Versichertennummer (falls vorhanden)

Geburtsdatum

Der physiotherapeutische Check ist eine Leistung, die im Rahmen der zwischen der KKH und den Physiotherapeuten-Verbänden ZVK und IFK geschlossenen Verträge gemäß § 11 Abs. 6 SGB V erbracht werden kann. Weitere Informationen unter: www.kkh.de/physioplus