



# Anmeldung

zur Gesundheitswoche

31. Januar – 5. Februar 2016     7. – 12. Februar 2016

Bitte gewünschte Woche ankreuzen.

Name .....

Vorname .....

Geburtsdatum .....

Straße .....

PLZ, Wohnort .....

Telefon .....

E-Mail .....

Datum, Unterschrift .....



Wir sind zertifiziert durch die Zentrale Prüfstelle Prävention – beauftragt durch die Krankenkassen der Kooperationsgemeinschaft zur kassenartenübergreifenden Prüfung von Präventionsangeboten nach § 20 Abs. 1 SGB V.



**Maria Meeresstern**

**MUTTER-KIND-KLINIK**

Steiluferallee 1-4  
23669 Timmendorfer Strand

Tel. 04503 8904-0  
Fax 04503 8904-900  
info@maria-meeresstern-niendorf.de  
www.maria-meeresstern-niendorf.de

Konzept und Gesamtherstellung: Agentur KOSO, André Lersch - Fotos: K-Film/MKottmeier



# Gesundheitswochen 2016

Für Frauen in Familienverantwortung

**31. Januar – 5. Februar**  
**7. Februar – 12. Februar**

*Manchmal wünsche ich mir ...  
auszubrechen aus der Enge  
aus der Vielzahl der Pflichten  
für ein paar Stunden.*

Anne Steinwart







## In Bewegung bleiben

Unsere Gesundheitswochen sind ganzheitlich auf die Bedürfnisse von Frauen in Familienverantwortung ausgerichtet. Frei von Verpflichtungen des Alltags bieten wir Frauen die Chance, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und wieder zu beachten. Auch in der Gesundheitswoche wollen wir unser ganzheitliches Behandlungskonzept für die Frauen einsetzen. Körper, Geist und Seele sehen wir als Einheit und wollen es umfassend behandeln. Wir unterstützen Sie, Ihre eigenen Fähigkeiten wieder zu entdecken und zu entwickeln, das Positive zu sehen und Kraft für den familiären Alltag zu schöpfen. Nehmen Sie sich genügend Freiraum und genießen Sie die gewonnene Zeit für sich.

### UNSERE ANGEBOTE:

- 5 Übernachtungen mit Vollpension
- 2 x Bewegungsbad
- 4 x Bewegungstherapie
- 2 x Nording Walking
- 1 x klassische Rückenmassage
- 1 x Entspannung
- kostenfreie Nutzung des Bewegungsbad
- kostenfreie Nutzung der Fitnessgeräte
- täglicher Kneippguss
- Möglichkeit der Sauna-Nutzung mit geringer Kostenbeteiligung

**TEILNAHMEGEBÜHR:** 390,00 €

Der Betrag ist rechtzeitig vor Beginn der Gesundheitswoche auf das Konto der Sparkasse Holstein IBAN: DE92 2135 2240 0034 0077 65 einzuzahlen.

### BEANTRAGUNG BEI IHRER KRANKENKASSE:

Die Gesundheitswochen sind Maßnahmen im Rahmen der primären Prävention nach § 20,1 SGB V. Die Krankenkassen gewähren auf Antrag eine Kostenbeteiligung für die Teilnahme an der Gesundheitswoche. Der Antrag ist vor Beginn der Maßnahme bei der Krankenkasse einzureichen. Am Ende der Gesundheitswoche erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung, die Sie dann bei der Krankenkasse zur Abrechnung einreichen.

### ANMELDUNG:

Verbindliche Anmeldung bitte mit umseitigem Anmeldevordruck oder formlos per Mail mit entsprechenden Angaben bis zum 30.10.2015.

**ANREISE:** Sonntags 15.00 bis 17.00 Uhr

**ABFAHRT:** Freitags 12.30 Uhr