



# <digital>&<smart>



ARAG als Gesundheitspartner:

KV Voll-Services rund um **Schwangerschaft und Baby**

Unterstützen Sie Ihre Kunden während diesem erfreulichen Lebensabschnitt mit den hilfreichen Services von Keleya, Ammely und Pelvina.



Keleya

## Geburtsvorbereitungskurs für Schwangere und „Hey Papa“ für werdende Väter

*Online Geburtsvorbereitungskurs -  
zeit- und ortsunabhängig*

- ✓ Videos, Podcasts und Infomaterial über Geburt, Schwangerschaft und Stillen, sowie geführten Yoga Übungen und Tipps für Rezepte
- ✓ Sofort Freischaltcode anfordern unter: [gesundheitspartner@arag.de](mailto:gesundheitspartner@arag.de)
- ✓ „Hey Papa“ sofort starten unter: <https://kurse.keleya.de/arag-registration/>



ammely

## Vermittlung von Hebammenleistungen

*Kostenlose Unterstützung bei der Suche  
einer Hebamme vor Ort*

- ✓ Über Ammely findet eine Schwangere verfügbare Hebammen mit passenden Leistungsangeboten in ihrer Nähe
- ✓ Suche sofort starten: <https://ammely.de/>



## pelvina digitales Beckenbodentraining

- ✓ Pelvina bietet in 8 Kursmodulen Informationen, Übungen um die Beckenbodenmuskulatur zu stärken. Austausch mit Gleichgesinnten
- ✓ Sofort Freischaltcode anfordern unter: [gesundheitspartner@arag.de](mailto:gesundheitspartner@arag.de)

*Dem Tabuthema Blasenschwäche  
nach der Entbindung den Kampf  
ansagen!*



Keleya

## „Hey Mama“ – das Fitnessprogramm nach der Geburt

- ✓ Unter Anleitung von Experten begleitet der Kurs „Hey Mama“ frischgebackene Mamas über ein ganzheitliches Sportprogramm durch das erste Jahr nach der Geburt
- ✓ Sofort anmelden unter: <https://keleya.de/fit-nach-der-geburt/>

*Schnell wieder fit werden nach  
der Geburt*

