

## Schmerz lass nach!

### Dank individueller Therapie per App

So können Sie Schmerzen vorbeugen oder reduzieren:

- ✓ Jeden Tag neue auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmte Übungen
- ✓ Für über 100 Diagnosen und verschiedene Schmerzbereiche am ganzen Körper
- ✓ Bei Problemen oder Beschwerden Chat-Beratung mit Physiotherapeuten

## Gesundheitscoaching

### Mit Unterstützung von Experten

Menschen mit Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schmerzerkrankungen steht ein Coach mit umfassendem Know-how und konkreten Tipps telefonisch zur Seite – von der Prävention über die Diagnostik bis zur Therapie.

## Digitale Ernährungstherapie

### Das schmeckt Ihrer Gesundheit

Wir unterstützen Sie, Ihre tägliche Ernährung umzustellen – zum Beispiel bei Übergewicht, Diabetes, Unverträglichkeiten und Allergien. Mit Hilfe eines persönlichen Beraters erstellen Sie Ihr individuelles Ernährungsprogramm, das via App mit Tagebuch und Chat-Funktion begleitet wird.

## Profitieren Sie von unserer Erfahrung

Als unabhängiger Qualitätsversicherer bieten wir als ARAG Konzern in 19 Ländern Versicherungen rund um die Themen Recht, Absicherung, Gesundheit und Vorsorge. Wir stehen für Produkte und Leistungen, die individuell auf die Bedürfnisse unserer Kunden abgestimmt sind.

## Unsere digitalen Services für Sie



### ARAG GesundheitsApp

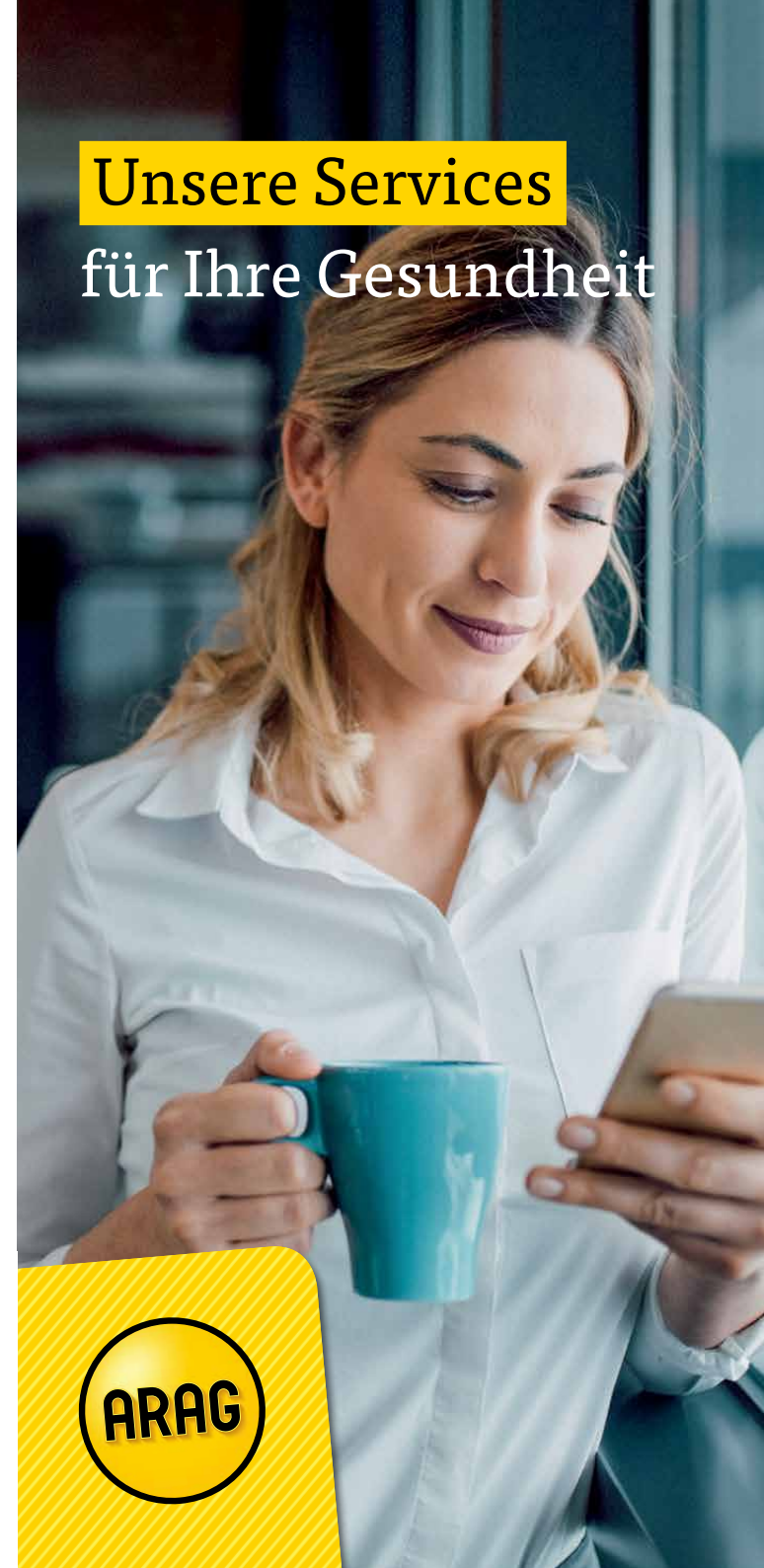
Reichen Sie Belege und Dokumente online ein und haben Sie wichtige Gesundheitsdaten immer dabei.



### www.MeineARAG.de

Ihr persönlicher Online-Kundenbereich mit einer Übersicht Ihrer ARAG Verträge. Änderungen Ihrer Daten nehmen Sie ganz einfach selbst vor.

# Unsere Services für Ihre Gesundheit



# Sie sind uns **das wert**

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen. Deshalb unterstützen wir Sie als Kunde unserer privaten Krankenversicherung über die tariflichen Leistungen hinaus mit modernen und kostenlosen Services.

Unsere Gesundheitsassistenten sind zum Beispiel bei einer stationären Behandlung für Sie da:

- ✓ Kontaktaufnahme zur Klinik und Unterstützung bei der Planung der notwendigen Schritte
- ✓ Organisation Ihrer Verlegung oder Entlassung in Zusammenarbeit mit der Klinik
- ✓ Suche nach geeigneten Reha-Kliniken und Koordination ambulanter Alternativen
- ✓ Hilfe bei der Suche nach einem Therapeuten für die ambulante Weiterbehandlung

Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit!

So erreichen Sie uns:

**E-Mail: Gesundheitspartner@ARAG.de**

**Telefon: 089 4124-8312**

\* Die Angebote unserer Gesundheitspartner sind Zusatzleistungen der ARAG Krankenversicherung und können jederzeit entfallen, wenn die jeweilige Kooperation endet.



Profitieren Sie außerdem von den Services unserer Gesundheitspartner:\*

## Arzt- und Kliniksuche

### Schneller zu den passenden Ärzten

Überlassen Sie die Suche nach der bestmöglichen Behandlung echten Spezialisten. Nach einer persönlichen Beratung erhalten Sie Empfehlungen für Ärzte oder Kliniken **innerhalb von 48 Stunden**, auf Wunsch mit anschließender Terminvereinbarung.

## In diesen Fällen werden Sie unterstützt:

- + Bei der Arztsuche:** Sie suchen einen Arzt, zum Beispiel für eine Erstdiagnose, oder einen Facharzt zur Weiterbehandlung.
- + Vor einer Operation:** Sie wünschen sich einen erfahrenen Operateur oder möchten eine unabhängige Zweitmeinung.
- + Bei speziellen Anliegen:** Sie leiden an einer komplexen oder seltenen Erkrankung und brauchen einen ausgewiesenen Spezialisten oder Facharzt.



Wie Sie unsere Services ganz einfach in Anspruch nehmen können, finden Sie auf [www.ARAG.de/kv-services/](http://www.ARAG.de/kv-services/)

## Rund um Schwangerschaft und Geburt

Sie werden Eltern? Folgende digitale Kurse unterstützen Sie dabei, sich auf die Geburt und die erste Zeit mit dem Baby perfekt vorzubereiten:

- ✓ Geburtsvorbereitungskurs für werdende Mütter und Väter
- ✓ Stillkurs
- ✓ Babymassagekurs
- ✓ Rückbildungskurs

Wir wünschen Ihnen eine tolle Zeit mit Ihrem Kind!

