



## Gerade in besonderen Zeiten: Wir sind für Sie da!

Von heute auf morgen ist das Leben ein anderes. Wir als Unternehmenskasse der Deutschen Bahn bleiben an Ihrer Seite - mit Angeboten, die Sie auch von zu Hause aus nutzen können.

### Unsere Angebote für BAHN-BKK-Versicherte

#### **Kostenfrei von zu Hause trainieren**

Trainieren Sie im Online-Fitnessstudio Gymondo. Nach der Teilnahme an einem kostenfreien Rückenkurs erhalten Sie zwölf Monate einen kostenfreien Zugang.

[www.bahn-bkk.de/gymondo](http://www.bahn-bkk.de/gymondo)

#### **Für Ihre medizinischen Fragen...**

...erreichen Sie täglich rund um die Uhr InfoMedicus, unsere kostenfreie, weltweite Gesundheitshotline. Nutzen Sie InfoMedicus auch für eine Videoberatung.

[www.bahn-bkk.de/infomedicus](http://www.bahn-bkk.de/infomedicus)

#### **Anliegen per App erledigen**

Mit unserer App können Sie Ihre Post elektronisch empfangen und Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen und Anträge einfach mit Ihrem Smartphone an uns schicken.

[www.bahn-bkk.de/app](http://www.bahn-bkk.de/app)

#### **Service garantiert – auch am Wochenende!**

Wir beraten Sie gerne täglich von 8 bis 20 Uhr. Und das kostenfrei.

☎ 0800 22 46 255  
✉ [service@bahn-bkk.de](mailto:service@bahn-bkk.de)  
🌐 [www.bahn-bkk.de](http://www.bahn-bkk.de)

### Unsere Angebote für alle DB Beschäftigten

#### **Bewegungseinheiten per App**

Die moving App zeigt Ihnen einfache Übungen zur Rückengesundheit und gibt Tipps zur Stressprävention.

[www.bahn-bkk.de/moving-app](http://www.bahn-bkk.de/moving-app)

#### **Medizinische Beratung per Video-Chat**

Wir möchten Ihnen bei einem Corona-Verdacht den Weg in eine Arztpraxis ersparen. Nutzen Sie einmalig einen kostenfreien Video-Chat mit einem Arzt über die Teleclinic.

[www.bahn-bkk.de/teleclinic](http://www.bahn-bkk.de/teleclinic)

#### **Die Pflege macht nie Pause**

Das Thema Corona bedeutet für pflegende Angehörige und Betroffene gleichermaßen, dass doppelte Vorsicht geboten sein sollte. Wir unterstützen Sie in Ihrer Pflegesituation mit unseren Online-Schulungen.

[www.bahn-bkk.de/pflege-online](http://www.bahn-bkk.de/pflege-online)