



# Vorsorge-Gutschein

für

**Martina Menke-Winterberg**

**ERSCHÖPFUNGS-VORSORGE**

Gültig für die Jahre 2019 und 2020

Bitte hier heraustrennen

## Und so einfach geht's:



Gutschein einfach auf der Rückseite unterschreiben und ihn per Post oder Fax an unseren Gesundheitsdienstleister, die almeda GmbH, schicken.



Sie erhalten per Post einen Fragebogen, den Sie bitte möglichst genau und vollständig ausgefüllt an almeda zurücksenden. Der Fragebogen ist die Basis für die Einschätzung Ihres derzeitigen Erschöpfungs-Zustandes. Deshalb: Seien Sie bitte möglichst offen - nur so können die Experten von almeda auf Ihre individuelle Situation eingehen und Ihnen darauf abgestimmte Hilfestellungen bieten.



Vertraulichkeit garantiert! Weder Ihr Arbeitgeber noch die Barmenia erhalten von almeda Informationen zu Ihren Angaben, den Ergebnissen oder sonstigen Gesundheitsdaten.



Die almeda-Experten werten den Fragebogen aus und informieren Sie über Ihren Erschöpfungs-Zustand. Bei Bedarf wird Sie ein Coach ganz individuell telefonisch beraten.



Die Abrechnung der entstehenden Kosten erfolgt direkt zwischen der almeda GmbH und der Barmenia. Sie haben nichts damit zu tun!

### Haben Sie Fragen?

Unser Barmenia-Team berät Sie gern!

**Experten-Tel.** 0202 438-44544  
mitarbeiterfragen@barmenia.de



almeda GmbH  
Rosenheimer Straße 116a  
81669 München

Fax 0202 438-1955  
Tel. 0202 438-1540

behandelte Person:	<b>Martina Menke-Winterberg</b>
Geburtsdatum:	01.01.1980
Versicherungsnummer:	0050/00 111 222 X 00
Gültigkeit:	01.01.2019 – 31.12.2020

## Auszufüllen vom Versicherten

### Einverständniserklärung

Mit der direkten Abrechnung zwischen der almeda GmbH und der Barmenia Krankenversicherung AG sowie mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung meiner Daten durch die Barmenia in diesem Zusammenhang bin ich einverstanden.

**X** Datum und Unterschrift Versicherungsnehmer: \_\_\_\_\_

## Erschöpfungs-Vorsorge: Beratung zum Umgang mit Stressfaktoren

### Auswertung eines Fragebogens zur Ermittlung der individuellen Erschöpfungs-Situation

Experten der almeda GmbH werten den von Ihnen zurückgesandten Fragebogen zur Ermittlung der individuellen Erschöpfungs-Situation aus und informieren Sie schriftlich über das Ergebnis.

### Beratung zum Thema Stressbewältigung und Entspannung

Sie können zum Thema Stressbewältigung und Entspannung insgesamt drei telefonische Beratungsgespräche innerhalb von 12 Wochen in Anspruch nehmen.

### Nutzung der 24-Stunden-Telefonhotline 0202 438-1540

Ihnen stehen 24 Stunden pro Tag telefonisch Experten zum Thema Stressbewältigung und Entspannung zur Verfügung. Unter dieser Servicenummer erhalten Sie auch Informationen zu weiteren Ansprechpartnern in Ihrer Nähe.

