



HANSEATISCHE KRANKENKASSE



ERSTKLASSIGE SERVICES RUND UM IHRE SCHWANGERSCHAFT – DIGITAL & SMART

Sie sind schwanger oder planen schwanger zu werden?

Gerade in diesem besonderen Lebensabschnitt verdienen Sie die beste Unterstützung. Als HEK-Versicherte können Sie eine Vielzahl an wertvollen Services bei unseren Kooperationspartnern in Anspruch nehmen. Einige exklusive Angebote haben wir für Sie aufgelistet.

NATÜRLICHE KINDERWUNSCHBEHANDLUNG



- Natürliche und innovative Alternative zur herkömmlichen Kinderwunschbehandlung.
- Durch kontinuierlicher Messung der Körperkerntemperatur im OvulaRing wird ein genaues Abbild des weiblichen Zyklus erstellt. Ein Algorithmus wertet diesen aus und ermittelt die genaue Fruchtbarkeit, die Sie jederzeit in der App einsehen und vergleichen können.
- Die Anwendung wird fachärztlich begleitet.
- Unser Service-Team informiert Sie gern über die teilnehmenden Facharztpraxen.

DIGITALE HEBAMMENBERATUNG UND ONLINE-KURSE



- Hebammenberatung per Chat oder Telefon für alle Fragen rund um die Schwangerschaft, Geburt, Ernährung und das Stillen.
- Schauen Sie Videos der Online-Kurse zum Stillen, der Geburtsvorbereitung und Rückbildung einfach ganz bequem von zu Hause.
- Nutzen Sie die Beratungen oder Online-Kurse von Kinderheldin ganz flexibel – auch am Wochenende oder an den Feiertagen.
- Ihren [Gutscheincode](#) erhalten Sie unter [0800 0 213 213 \(kostenfrei\)](tel:08000213213). Sie können diesen gleich auf www.kinderheldin.de/hek einlösen.

VERMITTLUNG VON HEBAMMENLEISTUNGEN



- Über ammely finden Sie unkompliziert und schnell verfügbare Hebammen in Ihrer Nähe.
- Die Plattform kooperiert mit dem Deutschen Hebammenverband.
- Finden Sie Ihre Hebamme unter www.ammely.de

DIGITALES BECKENBODENTRAINING



- pelvina bietet in 8 Kursmodulen Informationen und Übungen an, um die Beckenbodenmuskulatur zu stärken.
- Tauschen Sie sich in der App mit anderen Teilnehmerinnen aus und unterstützen Sie sich gegenseitig.
- Ihren [Gutscheincode](#) erhalten Sie unter [0800 0 213 213 \(kostenfrei\)](tel:08000213213).

SIE HABEN FRAGEN?



Hotline
0800 0 213 213 (kostenfrei)



E-Mail
kontakt@hek.de

EINFACH. ERSTKLASSIG.