

Sommer, Sonne, Selfcare – deine vivida bkk Gesundheitsreise

Raus aus dem Alltag, rein ins Sommerabenteuer: Unsere digitale Gesundheitsreise nimmt dich mit auf eine inspirierende Reise rund um den Globus. Jeden Tag entdeckst du eine neue Destination mit frischen Gesundheitsimpulsen – mal entspannend, mal aktivierend, mal inspirierend. So wird Gesundheit zum täglichen Erlebnis.

Deine Gesundheitsreise

Die digitale Gesundheitsreise begleitet dich durch den Sommer und ist für eine Dauer von 4 Wochen angelegt. Du kannst jederzeit flexibel **zwischen dem 1. Juni und dem 1. August starten** – so wie es am besten in deinen Sommer passt.

Ablauf:

Nach deiner Anmeldung erwarten dich von Montag bis Freitag täglich neue Inspirationen aus verschiedenen Ländern und Kulturen. Sie laden dich dazu ein, den Sommer achtsamer, energiegeladener und mit mehr Leichtigkeit zu erleben.

Freu dich auf kurze Videos, Audios, Rezeptideen und kleine Übungen. Sie laden dich dazu ein, dir regelmäßig bewusst Zeit für das eigene Wohlbefinden zu nehmen.

Wann: Anmeldung flexibel vom 1. Juni bis 1. August 2026
Dauer: 4 Wochen ab Start
Wie: Online
Kosten: kostenfrei

Wer kann teilnehmen? Alle Interessierten

Interessiert?

Melde dich gleich an unter: <https://vividabkk.gesundheitsreise.digital/>

Du erhältst per E-Mail deine Zugangsdaten zu unserer Onlineplattform. Zusätzlich begleiten dich wöchentliche Reminder per E-Mail, damit du deine Gesundheitsreise entspannt im Blick behältst. Nach erfolgreichem Abschluss kannst du dir direkt dein persönliches Teilnahme-Zertifikat herunterladen.

Hast du noch Fragen?

Schau gerne in die FAQs oder ruf uns an –
Dominik Busch freut sich auf deinen Anruf unter 04331 3500-61519.

Du bist bei der vivida bkk versichert?

Prima! Dann kannst du bei erfolgreicher Teilnahme der Gesundheitsreise dein Teilnahme-Zertifikat als Nachweis für dein gesundheitsbewusstes Verhalten innerhalb unseres Bonusprogramms nutzen. Reiche das Zertifikat gerne zusammen mit deinem Bonusheft ein. Jetzt auch ganz einfach per App.

Du bist noch nicht bei uns versichert? Komm zu uns und sichere dir mit der Teilnahme an der Gesundheitsreise direkt die ersten 50 € innerhalb unseres Aktiv-Bonus-Programms.

Weitere Informationen findest du [hier](#).

Stand: 24.04.2026