



### Kontaktieren Sie uns!

Sozialversicherung für  
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70-72  
34131 Kassel

Tel.: 0561 785-0

Fax: 0561 785219000

E-Mail: [poststelle@svlfg.de](mailto:poststelle@svlfg.de)

[www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)



Die Aufsicht über die Sozialversicherung für Landwirtschaft,  
Forsten und Gartenbau führt das Bundesversicherungsamt  
mit Sitz in Bonn (Adresse: Friedrich-Ebert-Allee 38, 53113  
Bonn). USt-Ident-Nummer: DE264833463.

[www.svlfg.de/gleichgewicht](http://www.svlfg.de/gleichgewicht)



## MIT UNS IM GLEICHGEWICHT



**Das Kompaktprogramm  
für Ihre Gesundheit**  
Die LKK-Kurzkur

[www.svlfg.de/gleichgewicht](http://www.svlfg.de/gleichgewicht)





### Schaffen Sie sich einen gesunden Ausgleich zum Alltag

Ihre Gesundheit ist Ihr wertvollstes Kapital. Stress und Belastungen gefährden Ihre Gesundheit. Schützen Sie sich, bevor Krankheiten als Folge von Fehlbelastungen auftreten.

Die SVLFG bietet Ihnen als Gesundheitsvorsorge Kurzkuren an. Unser Angebot ist für Sie besonders interessant, wenn Sie keine Zeit für mehrwöchige Kursprogramme haben. In verschiedenen Kurzeinrichtungen werden Aufenthalte mit drei bis sieben Übernachtungen und unterschiedlich zusammengestellten Gesundheitsprogrammen angeboten.

Gönnen Sie Ihrem Körper und Ihrer Seele eine Auszeit. Die Kurzkuren der SVLFG enthalten z. B. folgende Gesundheitsprogramme:

#### Bewegungsprogramm

- Nordic Walking
- Herz-Kreislauf-Training
- Wirbelsäulengymnastik
- Muskelaufbautraining
- Rückenschule

#### Kursinhalte zur Stressbewältigung

- Autogenes Training
- Entspannungsübungen
- Stressbewältigungsmethoden

Die Kurzkuren finden an verschiedenen Orten statt. Verbringen Sie ein paar entspannende Tage an der Ostsee oder im Alpenvorland. Sie können sich zwischen elf anerkannten Kurorten in ganz Deutschland entscheiden und verbringen die Kurzkuren in qualifizierten Einrichtungen.

#### Die SVLFG unterstützt Sie

Grundsätzlich kann jeder Versicherte der SVLFG an den Kurzkuren teilnehmen. Einen Zuschuss können Versicherte der Landwirtschaftlichen Krankenkasse (LKK) beantragen. Sie benötigen keine ärztliche Verordnung. Sie müssen rechtzeitig die Kostenübernahme von der LKK genehmigen lassen.

#### Teilnahmevoraussetzungen

- Versichert bei der SVLFG
- Genehmigung durch die LKK vor Teilnahme
- Bezuschussung einmal pro Jahr ausschließlich für Versicherte der LKK
- Erforderlich für den Zuschuss ist eine Teilnahme an den Kurseinheiten von mindestens 80 Prozent
- Verbindliche Buchung eines Kurtermins über Kooperationspartner vor Ort
- Kosten für Unterkunft, Verpflegung, Kurtaxe und andere Leistungen werden nicht übernommen

Informieren Sie sich über die Kurzkuren der SVLFG unter [www.svlfg.de/gleichgewicht](http://www.svlfg.de/gleichgewicht).