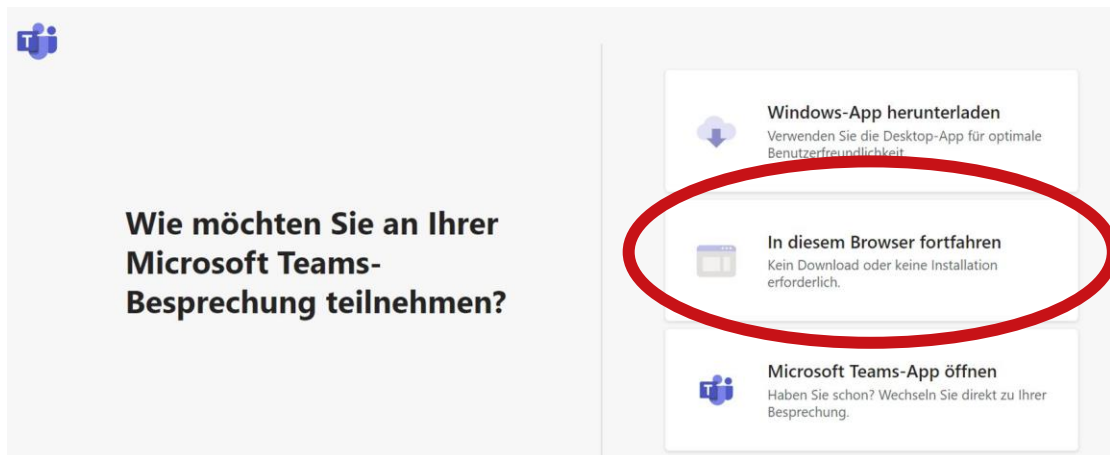


„Gesund dahoam“ – wöchentliches Online-Angebot für Ihre Gesundheit!

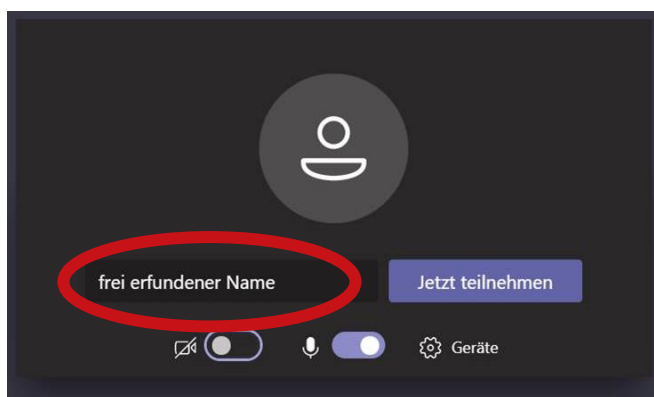
So können Sie am Gesundheits-Angebot teilnehmen (online oder telefonisch):

a) Online-Teilnahme per Smartphone, Laptop, Tablet oder Computer

1. Klicken Sie auf Ihrem Handy, Laptop, Tablet oder Computer auf der Seite www.lzg-bayern.de/gesund-dahoam oder hier auf den Link: [Mit Klick auf diesen Link, gelangen Sie zum Angebot und können daran teilnehmen.](#)
2. Es öffnet sich das nachfolgende Fenster (Darstellungen können leicht abweichen). Klicken Sie hier auf das Feld „**In diesem Browser fortfahren**“.

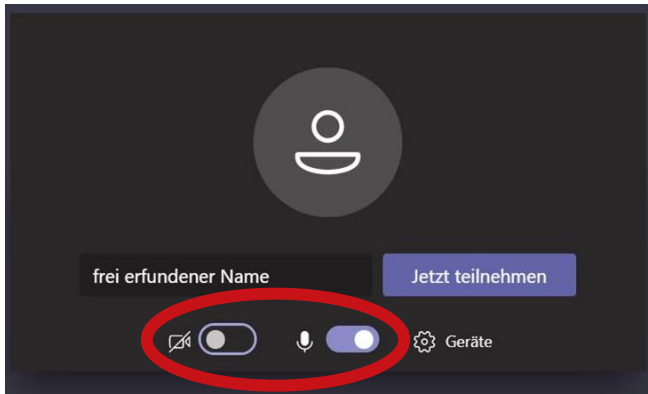


3. Es öffnet sich das nächste Fenster. Geben Sie einen **Namen** ein (kann frei erfunden sein).

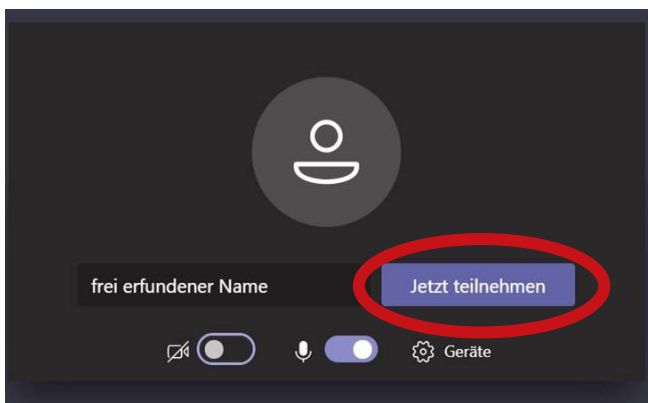


Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

4. Wählen Sie dann aus, ob Sie mit Bild und/oder Ton am Gesundheits-Angebot teilnehmen wollen (beides ist freiwillig). Klicken Sie hierfür auf das Kamera- bzw. Mikrofonzeichen:



5. Klicken Sie danach auf „Jetzt teilnehmen“:



6. Nach kurzer Zeit können Sie am Gesundheits-Angebot teilnehmen.

b) Telefonische Teilnahme über Ihr Handy oder Festnetztelefon

1. Wählen Sie mit Ihrem Handy oder Festnetztelefon die Nummer **069 677765672**.
(deutsche Festnetznummer, es fallen normale Gebühren an)
2. Sie werden dann gebeten, eine Konferenz-Identifikationsnummer einzugeben.
Tippen Sie hierfür Folgendes über das Nummernfeld ein: **765 072 408#**
3. Wenn Sie gefragt werden, ob Sie der Besprechungsorganisator sind, warten Sie einfach ab und drücken nicht auf das *.
4. Nennen Sie auf Nachfrage der Dame am Telefon einen **Namen** (kann frei erfunden sein).
5. Nach kurzer Zeit können Sie am Gesundheits-Angebot teilnehmen.

Antworten auf alle möglichen Fragen zur Teilnahme am Gesundheits-Angebot „Gesund dahoam“ finden Sie auf www.lzg-bayern.de/gesund-dahoam im Bereich „**Fragen und Antworten**“ weiter unten auf der Seite.

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V