



# Einblick

Das Gesundheitsmagazin der Vereinigten BKK



#### **Bonusprogramm**

Vereinigte BKK belohnt gesundheitsbewusstes Verhalten

#### **Romantik&Spa**

Im 4-Sterne Alpen-Herz in Tirol

zu Beginn dieses Jahres sind in der gesetzlichen Krankenversicherung eine Reihe von Neuregelungen in Kraft getreten.

Der Beitragssatz zur gesetzlichen Krankenversicherung wurde von der Regierung bei 15,5 Prozent festgeschrieben und ist nun wieder genau so hoch wie vor der Finanz- und Wirtschaftskrise. Sicher ist, dass durch die Anhebung des Beitragssatzes zunächst mehr Geld in den Gesundheitsfonds fließen wird. Das bedeutet aber nicht, dass alle gesetzlichen Krankenkassen auch tatsächlich höhere Zuweisungen erhalten. Die Verteilung der Gelder im Gesundheitsfonds über den „morbidityorientierten Risikostrukturausgleich“ wird auch in diesem Jahr für weitere Überraschungen sorgen. Die Gefahr, dass weitere Krankenkassen in diesem Jahr einen Zusatzbeitrag erheben müssen, ist nicht gebannt.

Die Vereinigte BKK verfügt aufgrund der langjährigen soliden Finanzpolitik ihrer Fusionskassen über ein sicheres Finanzpolster. Unsere Hochrechnungen für das Jahr 2011 sind auf Basis der aktuellen politischen Vorgaben erstellt. Nach den uns heute vorliegenden Zahlen und Fakten planen wir das Haushaltsjahr 2011 ohne Zusatzbeitrag.

Neben der erfreulichen Finanzsituation bieten wir Ihnen auch in diesem Jahr wieder eine Vielzahl von Zusatzangeboten an, von denen wir Ihnen auf den folgenden Seiten einige näher vorstellen wollen. Unser altbekanntes Bonusmodell haben wir beispielsweise für Sie überarbeitet. Mit unserem neuen Bonusmodell erhalten Sie zukünftig noch leichter einen Bonus für Ihre gesundheitsbewusste Lebensweise.

Nähere Informationen zur Haushaltsplanung, unserem Bonusmodell und weiteren Zusatzleistungen finden Sie in dieser Ausgabe. Ich wünsche Ihnen eine unterhaltsame und interessante Lektüre.



Manfred Brede  
Vorstandsvorsitzender



**Manfred Brede**  
Vorstandsvorsitzender

## Inhalt Frühling 2011



- 2 Vorwort, Inhalt
- 3 Neues Bonusprogramm
- 4 Gesundheitsförderung und Kursangebote

5 Barmenia



- 6 Krankengeld bei Erkrankung des Kindes
- 7 Versorgung mit Hilfsmitteln
- 8 – 9 Aktivreisen

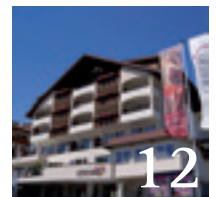
10 – 11 BKK intern

12 – 13 Romantik & Spa im 4-Sterne Alpen-Herz in Tirol

14 Haushaltsplanung für 2011

15 - Rätsel  
- Impressum

16 - Mitglieder werben Mitglieder  
- Beitrittserklärung





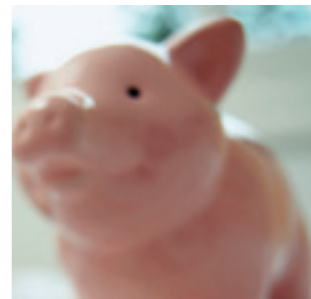
# Bonusprogramm jetzt noch attraktiver

## Vereinigte BKK belohnt gesundheitsbewusstes Verhalten

Die Vereinigte BKK belohnt das gesundheitsbewusste Verhalten ihrer Versicherten. Aktivitäten zur Erhaltung und Steigerung der Gesundheit werden von der BKK verstärkt gefördert und durch das Bonusprogramm honoriert. Eigentlich nichts Neues, bietet doch die Kasse bereits seit dem Jahr 2003 das Bonusprogramm an. Der Unterschied besteht allerdings darin, dass das neue Programm wesentlich attraktiver und einfacher gestaltet ist. Zumal die Prämien künftig nicht mehr als Wertgutschein, sondern dem Versicherten direkt auf das Konto überwiesen werden.

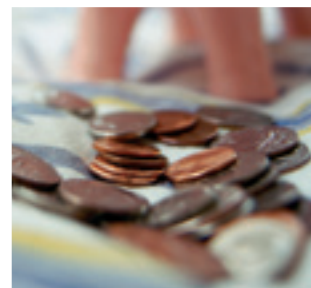
### Und so funktioniert das neue Bonusprogramm

Am Bonusprogramm können alle Versicherten teilnehmen, die das 16. Lebensjahr vollendet haben. Anspruchsvoraussetzung ist, dass das Beitrag zahlende Mitglied mindestens drei der vorgegebenen Maßnahmen zur Gesunderhaltung durchgeführt hat. Für jede durchgeführte Maßnahme zahlt die Vereinigte BKK eine Prämie in Höhe von 20 Euro. Insgesamt kann das Mitglied alleine oder zusammen mit seinen mitversicherten Angehörigen eine maximale Prämienauszahlung von 120 Euro im Jahr erhalten. Dabei wird jede Maßnahme nur einmal anerkannt.



### Folgende Aktivitäten werden auf das Bonusprogramm anerkannt

- **Check-up.** Teilnahme (alle zwei Jahre möglich) an einer ärztlichen Gesundheitsuntersuchung ab dem vollendeten 35. Lebensjahr.
- **Zahnvorsorge.** Inanspruchnahme der jährlichen zahnprophylaktischen Untersuchung.
- **Sportverein.** Nachweis über regelmäßige sportliche Betätigung in Form einer aktiven Mitgliedschaft in einem Sportverein.
- **Sportstudio oder Gesundheitskurs.** Aktive Mitgliedschaft in einem qualitätsgesicherten Fitness-Studio oder Teilnahme an einem Kurs zur Gesundheitsförderung.
- **Kinderuntersuchung.** Mitversicherte Kinder nehmen die vorgesehenen Kinder- und Jugenduntersuchungen (U1 bis U 9 + J1) für den Zeitraum des jeweiligen Jahres vollständig in Anspruch.
- **Krebsvorsorge.** Eine Krebsfrüherkennungsuntersuchung wird in Anspruch genommen.
- **Erweiterte Krebsvorsorge.** Teilnahme an den Maßnahmen der erweiterten Krebsvorsorgeuntersuchung (hierzu gehören auch die Darmkrebsvorsorgeuntersuchung oder Hautkrebsvorsorgeuntersuchung).
- **Impfung.** Der Versicherte hat sich einer Schutzimpfung unterzogen oder weist einen umfassenden Impfschutz nach.
- **Schwangerschaftsvorsorge.** Alle Pflichtuntersuchungen der Schwangerschaftsvorsorge werden nachgewiesen.



Die Maßnahmen werden vom Arzt bzw. dem Anbieter der Leistung in dem BKK-Bonusheft quittiert. Dies kann sowohl durch einen Stempel als auch mittels einer Bescheinigung erfolgen. Die Aktivitäten müssen innerhalb eines Kalenderjahres durchgeführt werden. Der Bonus muss bis zum 31. März des Folgejahres bei der Vereinigten BKK eingelöst werden.

**Haben Sie Fragen zum neuen Bonusprogramm?** Rufen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da. Telefon 0800 732 0000

| Aktivitäten                      | Bonus |
|----------------------------------|-------|
| Check-up                         | 20 €  |
| Zahnvorsorge                     | 20 €  |
| Sportverein                      | 20 €  |
| Sportstudio oder Gesundheitskurs | 20 €  |
| Kinderuntersuchung               | 20 €  |
| Krebsvorsorge                    | 20 €  |
| Schwangerschaftsvorsorge         | 20 €  |
| Impfung                          | 20 €  |
| erweiterte Krebsvorsorge         | 20 €  |

Erhalten oder Verbessern der Gesundheit! Die Vereinigte BKK unterstützt ihre Versicherten dabei in der Freizeit, etwas für die Gesundheit und das Wohlbefinden zu tun. Im Rahmen der Gesundheitsförderung dienen Präventionsangebote als gezielte Hilfe zur gesunden Lebensführung, um die Entstehung von Krankheiten zu vermeiden.



Die sogenannten Leistungen zur Primärprävention werden vom Gesetzgeber empfohlen und weitestgehend von allen Krankenkassen angeboten. Der große Unterschied liegt allerdings in der Höhe des Zuschusses, den die einzelnen Kassen gewähren. Während sich die meisten Krankenkassen nur teilweise an den Kosten für Gesundheitskurse beteiligen, ist die Beteiligung der Vereinigten BKK an den Kursgebühren vorbildlich und ausgesprochen großzügig. Die Vereinigte BKK erstattet Ihnen die Kosten für Gesundheitskurse zu **100 Prozent** und bis zu **300 Euro** je Kalenderjahr.

Die Primärprävention erstreckt sich auf insgesamt vier Themenbereiche, bestehend aus Bewegung, Ernährung, Entspannung und Suchtmittelprävention. Für diese sogenannten Handlungsfelder trug die Vereinigte BKK bislang jährlich die Kosten für jeweils einen Gesundheitskurs – also für bis zu vier Kursen pro Kalenderjahr. Der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenversicherung hat den Präventionsleitfaden, in dem die Kriterien für die Primärprävention definiert sind, neu gefasst.

### Künftig gilt für alle Krankenkassen

Die Förderung der Präventionskurse durch die Krankenkassen ist auf maximal zwei Kurse pro Versicherten und Kalenderjahr zu begrenzen. Diese müssen zudem aus zwei unterschiedlichen Handlungsfeldern sein. Die Wiederholung gleicher Maßnahmen im Folgejahr ist nicht mehr zuschussfähig. Ziel ist es, die während der Maßnahmen erlangten Kenntnisse im Alltag selbstständig fortzusetzen und anzuwenden. Daher werden Gesundheitskurse mit gleichem Inhalt im Zwei-Jahres-Rhythmus gefördert. Der Kursanbieter ist frei und ohne ärztliche Verordnung wählbar. Die Vereinigte BKK ist daran interessiert, dass Sie die qualitativ hochwertigen Maßnahmen bekommen, die Sie benötigen. Aus diesem Grund fördern wir Kursprogramme, die gewissen Qualitätsansprüchen gerecht werden.

Erstattungsfähig sind zeitlich befristete Kurse und Seminare, die von qualifiziertem Personal geleitet werden. Eine Vielzahl an Kursen finden Sie in der BKK-Kursdatenbank auf unserer Homepage [www.vereinigte-bkk.de](http://www.vereinigte-bkk.de). Aber auch Sportvereine und -Studios halten vielfach entsprechende Angebote bereit.

**Unser Tipp: Bevor Sie einen Gesundheitskurs buchen, fragen Sie zuerst bei Ihrer Vereinigten BKK nach, ob der von Ihnen ausgesuchte Leistungserbringer den Qualitätsmaßstäben entspricht und somit die Kosten übernommen werden können.**

### Anrechnung der BKK Aktivwoche und des AKON Aktivkonzeptes

Die BKK Reiseprogramme Aktivwoche wie auch AKON beziehen sich zwar vorrangig auf eine Maßnahme, zeichnen sich darüber hinaus jedoch durch die Integration eines handlungsfeldübergreifenden Ansatzes aus. Aufgrund des zeitlichen Umfangs ist die BKK Aktivwoche als zwei Gesundheitskurse zu bewerten. Nach Bezuschussung einer BKK Aktivwoche ist das Kontingent (auch was andere Kursangebote betrifft) für den jeweiligen Versicherten im selben Kalenderjahr ausgeschöpft. Im Folgejahr kann eine erneute BKK Aktivwoche nur bezuschusst werden, wenn sie sich auf eine Maßnahme aus einem anderen Handlungsfeld bezieht.

## Die vier Handlungsfelder zur Gesundheitsförderung

|   |   |
|---|---|
| <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">B</h2> <h3 style="margin: 0;">ewegung</h3> <p style="margin: 5px 0 0 20px;">z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückenschule</li> <li>• Wirbelsäulengymnastik</li> <li>• Herz-Kreislauf-Training</li> </ul> | <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">E</h2> <h3 style="margin: 0;">rnährung</h3> <p style="margin: 5px 0 0 20px;">z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• keine Mangel- und Fehlernährung</li> <li>• Vermeidung und Reduktion von Übergewicht</li> </ul> |
| <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">S</h2> <h3 style="margin: 0;">tress &amp; Entspannung</h3> <p style="margin: 5px 0 0 20px;">z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• autogenes Training</li> <li>• Hatha Yoga</li> <li>• Qigong</li> </ul>       | <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">G</h2> <h3 style="margin: 0;">enus &amp; Suchtmittel</h3> <p style="margin: 5px 0 0 20px;">z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nichtrauchertraining</li> </ul>  |

# BKK *ExtraPlus*:

## Starke Leistungen für Ihre Zähne!

Mit dem Angebot für Zahnersatz unseres Kooperationspartners Barmenia Krankenversicherung a. G.



- **reduzieren Sie Ihren Eigenanteil bei Zahnersatz einschl. Implantate und Inlays**
- **besonders günstig für Sie als BKK Mitglied**
- **keine Wartezeiten**
- **kein Aufnahmehöchstalter**

**direkt online abschließen:**  
[www.bkk-extraplus.de](http://www.bkk-extraplus.de)

**Sie wünschen weitere Informationen?**

Füllen Sie Ihren persönlichen Informations-Gutschein aus, und schicken Sie ihn zurück an:

**BKK-Kundenservice  
der Barmenia  
Krankenversicherung a. G.,  
42094 Wuppertal**

Bei Fragen zu diesem Angebot steht Ihnen das Barmenia-Servicetelefon zur Verfügung:

**(02 02) 4 38-35 60**

(montags bis freitags von 7:00 bis 20:00 Uhr und samstags von 09:00 bis 15:00 Uhr)

### Informations-Gutschein

**Ja**, bitte schicken Sie mir kostenlos und unverbindlich mein Informationspaket zum Tarif BKKAZ / AZ+

Herr  Frau

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ

Ort

Geburtsdatum

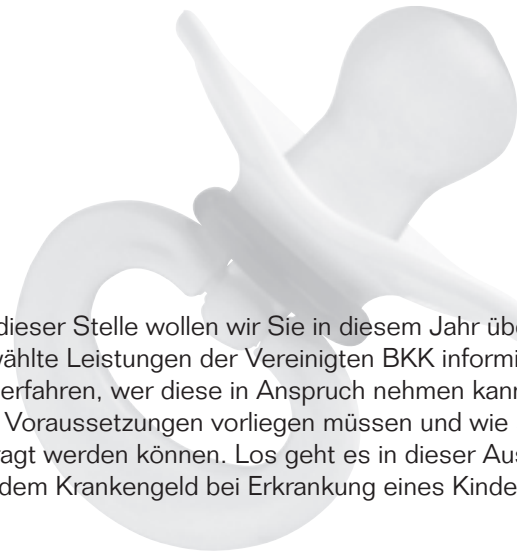
Telefon

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten gespeichert werden und dass ich über die Dienstleistungen der Barmenia informiert werde. Ich kann diese Zustimmung jederzeit widerrufen. Darüber hinaus kann ich der Nutzung meiner Daten für Werbezwecke stets widersprechen.



# Krankengeld bei Erkrankung des Kindes

## Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung



An dieser Stelle wollen wir Sie in diesem Jahr über ausgewählte Leistungen der Vereinigten BKK informieren. Sie erfahren, wer diese in Anspruch nehmen kann, welche Voraussetzungen vorliegen müssen und wie sie beantragt werden können. Los geht es in dieser Ausgabe mit dem Krankengeld bei Erkrankung eines Kindes.

### Wofür ist der „blaue Krankenschein“?

Kinder leiden häufig unter Fieber, Erkältungen und Magen-Darm-Erkrankungen. Der Besuch des Kindergartens oder der Schule ist dann nicht möglich und ein Elternteil muss die Betreuung des Kindes zu Hause sicherstellen. Was dieser Elternteil wissen und beachten sollte, darüber möchten wir Sie heute informieren.

### Wer hat Anspruch?

Wenn Ihr Kind erkrankt, haben Sie nicht automatisch einen Anspruch auf Kinderkrankengeld. Damit wir Ihnen das Kinderkrankengeld zahlen können, ist für Ihr Kind eine gesetzliche Familien- bzw. Krankenversicherung bei der Vereinigten BKK erforderlich, außerdem müssen auch Sie gesetzlich versichert sein. Der Gesetzgeber hat festgelegt, dass eine Zahlung an Studenten, Praktikanten und beitragsfrei mitversicherte Familienangehörige ausgeschlossen ist. Der Anspruch ist auch ausgeschlossen, wenn eine im Haushalt lebende Person das erkrankte Kind pflegen und betreuen könnte.

### Bis zu welchem Alter des Kindes wird Kinderkrankengeld gezahlt?

Kinderkrankengeld wird für Kinder bis zum zwölften Geburtstag gezahlt. Für behinderte Kinder und Kinder mit einer Schwersterkrankung gilt diese Altersgrenze nicht.

### Wie wird das Kinderkrankengeld beantragt?

Wenn das Kind krank ist und zu Hause von Mutter oder Vater betreut werden muss, stellt der Arzt des Kindes einen „blauen Krankenschein“ aus. Mit diesem kann der betreuende Elternteil Krankengeld bei Erkrankung eines Kindes, kurz Kinderkrankengeld, beantragen. Dieser Schein muss auf der Rückseite ausge-



füllt und im Original an uns geschickt werden. Da der Arbeitgeber das Gehalt während dieser Zeit meistens nicht weiterzahlt, ist es wichtig ihn über die Antragstellung zu informieren.

### Was passiert mit dem Krankenschein bei der Vereinigten BKK?

Wenn der Krankenschein bei uns eingeht, setzen wir voraus, dass Ihr Kind aufgrund einer Erkrankung durch Sie betreut werden muss. Den entsprechenden Zeitraum vermerkt der behandelnde Arzt auf dem Schein. Damit wir das Kinderkrankengeld berechnen können, lassen wir uns von Ihrem Arbeitgeber eine Verdienstbescheinigung zusenden.

### Wie hoch ist das Kinderkrankengeld und wie wird es gezahlt?

Die Vereinigte BKK zahlt Kinderkrankengeld, um Ihnen das Arbeitsentgelt, das Sie während der unbezahlten Freistellung von Ihrem Arbeitgeber nicht erhalten, zu ersetzen. Die Grundlage für die Berechnung des Kinderkrankengeldes ist die vom Arbeitgeber ausgefüllte Verdienstbescheinigung. Auf der Verdienstbescheinigung übermittelt uns der Arbeitgeber, ob Sie Ihr Entgelt nach geleisteten Arbeitsstunden oder nach Kalendertagen erhalten. Bei der Zahlung des Entgelts nach Arbeitsstunden erfolgt die Kinderkrankengeldzahlung durch die Vereinigte BKK ebenso nach Arbeitstagen; bei der Zahlung nach Kalendertagen erhalten Sie Kinderkrankengeld auch nach Kalendertagen.

Das Kinderkrankengeld beträgt 70 Prozent des Bruttoverdienstes bis zur Beitragsbemessungsgrenze und darf 90 Prozent des Nettoverdienstes nicht übersteigen. Von diesem Bruttokinderkrankengeld werden dann noch Beiträge zur Renten-, Arbeitslosen- und Pflegeversicherung gezahlt. An diesen Beiträgen beteiligt sich die



# Versorgung mit Hilfsmitteln

## Hier aufsaugende Inkontinenzartikel

Zum 1. Januar 2011 ist es zu Veränderungen bei der Versorgung mit aufsaugenden Inkontinenzhilfsmitteln gekommen. Seit der Gesundheitsreform vom 1. April 2007 erfolgt die Versorgung mit Hilfsmitteln grundsätzlich über Verträge, die zwischen den Leistungserbringern und der Krankenkasse geschlossen werden.

In den Jahren 2009 und 2010 erfolgte die Versorgung im Rahmen eines Ausschreibungsvertrages, bei der für abgegrenzte Gebiete, sogenannte Fachlose, jeweils ein Leistungserbringer das exklusive Versorgungsrecht hatte. Diese Verträge liefen zum Jahresende 2010 aus. Aufgrund der Erfahrungen der vergangenen Jahre hat sich die Vereinigte BKK entschieden, die Verträge in einer anderen Form abzuschließen. Seit 2011 gibt es für die Leistungserbringer kein Exklusivrecht mehr, in dem Gebiet eines Fachlosen ausschließlich zu versorgen. Den am 1. Januar 2011 in Kraft getretenen Verhandlungsverträgen können weitere Leistungserbringer beitreten.

Für Sie als Versicherten bedeutet dies, dass Sie ein Wahlrecht zwischen einer Vielzahl von Vertragspartnern haben. Sollten Sie bspw. mit der Versorgung durch einen Leistungserbringer nicht zufrieden sein und lassen sich diese Probleme nicht lösen, so können Sie nunmehr zu einem anderen Vertragspartner der Kasse wechseln. Durch den entstehenden Wettbewerb erhöht sich die Qualität der Versorgung. Versicherte, die derzeit aufsaugende Inkontinenzprodukte erhalten, können auch weiterhin durch die gleichen Leistungserbringer versorgt werden, da diese auch für die neuen Verträge gewonnen werden konnten. In Einzelfällen, in denen dies nicht möglich ist, nehmen wir mit den Versicherten Kontakt auf und kümmern uns um eine Alternative. Damit die Versorgung über unsere neuen Vertragspartner reibungslos erfolgt, bitten wir Sie, sich mit Ihren Verordnungen zuerst an uns zu wenden. Wir nennen Ihnen dann Vertragspartner in Ihrer Region bzw. den bundesweiten Vertragspartner, der Sie versorgen kann, und leiten ggf. die Verordnung an den Leistungserbringer weiter. Dieser wird sich dann mit Ihnen in Verbindung setzen und die Details der Lieferung klären. Die Inkontinenzartikel werden Ihnen frei Haus geliefert. Zu Beginn der Versorgung haben Sie die Möglichkeit, die Produkte zu testen, um so den für Sie passenden Artikel zu bestimmen.

Vereinigte BKK jeweils zur Hälfte. In der Krankenversicherung zahlen Sie während dem Kinderkrankengeldbezug keine Beiträge.

### Für welche Dauer wird Kinderkrankengeld gezahlt?

Sind beide Eltern gesetzlich krankenversichert, haben Sie einen Anspruch auf Kinderkrankengeld für bis zu zehn Arbeitstage pro Kalenderjahr und Kind. Haben Sie mehrere Kinder, erhöht sich der Anspruch auf längstens 25 Arbeitstage je Kalenderjahr. Bei alleinerziehenden Müttern und Vätern erhöht sich der Anspruch auf 20 Arbeitstage pro Kind bzw. bei mehreren Kindern auf insgesamt 50 Arbeitstage je Kalenderjahr.

### Was passiert bei einem Anspruch auf bezahlte Freistellung durch den Arbeitgeber?

Wenn Sie aufgrund der Regelungen in Ihrem Arbeitsvertrag oder durch bestehende Tarifverträge einen Anspruch auf bezahlte Freistellung haben, zahlt Ihnen die Vereinigte BKK kein Kinderkrankengeld, da in dieser Zeit kein Einkommensverlust besteht.

## Kontakt

**Haben Sie noch Fragen zum Krankengeld bei Erkrankung eines Kindes?** Rufen Sie uns an. Wir sind gerne für Sie da.

Telefon 0800 732 0000

## Kontakt

**Haben Sie noch Fragen?**

Dann rufen Sie uns unter unserer kostenfreien Service-Nummer an:

Telefon 0800 732 0000



## Aktivwoche – Volle Kraft voraus!

Die BKK Aktivwoche ist der „Maßanzug“ der Gesundheitsvorsorge

Höchstleistungen werden im Berufsleben von fast allen verlangt. Doch sie sind nur möglich, wenn Körper und Seele in gesunder Balance sind. Die Betriebskrankenkassen haben mit ihren Aktivwochen Programme entwickelt, die passgenaue Prävention in motivierendem Ambiente anbieten.



Die Fotos wurden freundlicherweise von den Kurverwaltungen/Kliniken/Hotels und aus dem Archiv der ComCept Werbeagentur zur Verfügung gestellt.

### Gesundheit ist individuell

Leistungsfähige und engagierte Menschen brauchen den „Maßanzug“, um fit zu sein, und nicht die Konfektion von der Stange. Daher haben die Betriebskrankenkassen mit ihren qualifizierten Partnern in den attraktivsten Landschaften Deutschlands die BKK Aktivwochen entwickelt: Entspannung, Bewegung, Ernährung und anerkannte medizinische Anwendungen sind zugeschnitten auf die besonderen Bedürfnisse von Frauen, Männern, Familien sowie auf die von Menschen ab sechzig und jungen unter 35 Jahren. Sie stellen spezielle Gesundheitsthemen wie Stressreduktion, Venenleiden sowie die Stärkung des Rückens oder des Herz-Kreislauf-Systems in den Mittelpunkt. Sie wenden sich gezielt an Menschen, die gerade erst die Gesundheitsvorsorge für sich entdecken – oder aber an Menschen, die bereits darin erfahren sind und weitere wichtige Impulse erfahren wollen. Immer geht es um den Zugang zu neuen körperlichen, seelischen und sozialen Ressourcen für ein stabiles Wohlbefinden. Dann wird der Alltag lebenswert.

Aktiv sein für eine gesunde Lebensführung auf Usedom oder Wyk auf Föhr, in Bad Reichenhall oder Garmisch-Partenkirchen ... bereits die ausgewählten Kurorte selbst wirken stimulierend auf Leib und Seele. Hier ist das Wissen gebündelt, wie Menschen vor Krankheiten geschützt werden. Die Natur ringsum trägt das ihre dazu bei, um die Sinne zu verwöhnen. Hinzu kommen bewährte und innovative Methoden, die den ganzheitlichen Menschen im Blick haben. Der Erfolg dieses Konzeptes ist spürbar und wird ständig kontrolliert: Die jährlich durchgeführte Effektmessung belegt eindrucksvoll Nachhaltigkeit und Effizienz der Aktivwoche, deren Gesamtkonzept daher folgerichtig mit dem „Model of Good Practice“ ausgezeichnet wurde.

Niveaue Hotels, Gesundheitszentren oder Kliniken sind der Rahmen für die Aktivwoche. Die Betriebskrankenkassen übernehmen dabei die Kosten für das reine Gesundheitsprogramm. So können die gesundheitsbewussten BKK-Mitglieder unbeschwert die Angebote nutzen, die wichtige Bausteine der Gesundheitsförderung sind: z. B. Check-ups, Wirbelsäulengymnastik, autogenes Training, Nordic Walking, Ernährungsworkshops und Seminare zur gesunden Lebensführung. Dazu erhalten Sie wertvolle Tipps und Anregungen für den gesunden Alltag zu Hause und im Beruf.

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann sollten Sie gleich den aktuellen **Aktivwochen-Katalog 2011** anfordern, der Sie umfassend informiert, oder Sie lassen sich ganz persönlich bei Ihrer BKK beraten. Den Katalog finden Sie auch als Online-Version unter [www.gsm-gesund.de](http://www.gsm-gesund.de).



## AKON – Fitforwell – unser neues Bonbon speziell für Sie!

Gesundheitstage inklusive drei Übernachtungen und Verpflegung bereits ab 59 Euro!

„Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts“ – diese wahren Worte sprach der Philosoph Arthur Schopenhauer. Wer würde dieser Aussage nicht zustimmen? In der Hektik des Alltags wird aber oft vergessen, dass unsere Gesundheit ein Geschenk ist; ein Geschenk, welches gehegt und gepflegt werden will. Und wir als Ihr kompetenter Gesundheitspartner unterstützen Sie, wenn Sie aus eigener Initiative etwas für Ihre Gesundheit tun möchten. In Zusammenarbeit mit AKON Aktivkonzept, einem der führenden Präventionsveranstalter Deutschlands, können wir Ihnen nun unser neues, attraktives fitforwell-Programm vorstellen.

Dieses eignet sich insbesondere auch für Versicherte, denen die Zeit fehlt, regelmäßig Gesundheitskurse über mehrere Wochen am Wohnort zu besuchen. Wer unser Angebot nutzen möchte, braucht weder einen Kurantrag noch ein ärztliches Attest. So kann das Angenehme mit dem Nützlichen ideal verbunden werden.

In renommierten Wellness- und Kurhotels, gelegen in attraktiven Regionen Deutschlands, können Versicherte der Vereinigten BKK für einen außergewöhnlich günstigen Preis ein individuelles Aktivprogramm in den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung auswählen. Die Bausteine beinhalten neben Ernährungskursen beispielsweise Nordic Walking, Rückenfit, Aquafitness, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Tai Chi, autogenes Training oder progressive Muskelentspannung. Weiterhin werden individuelle Programme speziell für Frauen, junge Erwachsene bis 35 Jahre oder die Generation ab 50 Jahren angeboten. So ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Das Motto lautet hier: „**Gesundheit zu fairen Preisen.**“ Die beliebten und abwechslungsreichen fitforwell-Angebote beinhalten in der Regel die viertägige Unterbringung in einem der komfortablen Wohlfühlhotels der AKON inkl. Halbpension und Teilnahme an

den Kursangeboten. Eine Verlängerung des Aufenthalts sowie die Inanspruchnahme weiterer privater Wellness-Leistungen auf eigene Kosten sind grundsätzlich möglich. Alternativ besteht die Möglichkeit, ganze Wochenangebote in Anspruch zu nehmen.

Bei allen fitforwell-Angeboten werden jeweils zwei qualitätsgeprüfte Kursbausteine aus den zuvor genannten Themenfeldern miteinander kombiniert.

**Und das Beste:** Wir bezuschussen die fitforwell-Kurse mit 160 Euro pro Person bei mindestens 80-prozentiger Teilnahme an den Programmen, wodurch sich der von Ihnen zu tragende Eigenanteil bei voller Leistung auf ein Minimum beschränkt: Schon ab 59 Euro pro Person für drei Übernachtungen mit Halbpension und Kursteilnahme sind Sie dabei!

|   |             |
|---|-------------|
| <b>Kostenbeispiel</b>   |             |
| Gesamtkosten<br>(inklusive 3 Übernachtungen, Halbpension und Kurse) | 219,00 Euro |
| Zuschuss Ihrer Vereinigten BKK                                      | 160,00 Euro |
| Ihr Anteil  | 59,00 Euro  |

### Neugierig geworden?

Mehr Infos finden Sie auf den Internetseiten  
[www.akon.de/vereinigte-bkk](http://www.akon.de/vereinigte-bkk)



# Gesundheitstag bei Thomas Cook in Oberursel

Tourismuskonzern engagiert sich für die Gesundheit seiner Mitarbeiter

Schon seit Jahren betreut die (heutige) Vereinigte BKK den Tourismuskonzern Thomas Cook im hessischen Oberursel. Hier sind circa 1.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt. Das Unternehmen legt sehr großen Wert auf betriebliche Gesundheitsförderung und Gesundheit am Arbeitsplatz. Aus diesem Grund organisieren Personalmanagement und Betriebsrat von Thomas Cook regelmäßige Gesundheitsaktionen, die von der Vereinigten BKK begleitet werden. Auch am 25. November 2010 fand wieder ein solcher Gesundheitstag in dem großen Touristikunternehmen statt. Umfangreiche Gesundheitsthemen wie Messung der Blutfettwerte, Bewegung, Stress und Herz-Kreislauf fanden großen Anklang bei der Belegschaft.

Auch die Vereinigte BKK war zu Gast beim Gesundheitstag im Hause Thomas Cook in Oberursel und bot ein Herz-Kreislauf-Screening an. Mit Hilfe des umfassenden Checks konnten die Besucher des Gesundheitstages diverse Untersuchungen, wie EKG, Blutdruck und Stressindex, durchführen lassen. Im Anschluss erhielten die Teilnehmer noch wertvolle Tipps von Medizintechniker Frank Marx zur Vorbeugung bzw. Stärkung ihres Herz-Kreislauf-Systems. Die Vereinigte BKK war zusätzlich noch mit einem Informationsstand vor Ort und beantwortete alle Fragen rund um die Sozialversicherung. Es war somit für alle Besucher des Gesundheitstages ein informationsreicher Tag in Sachen Gesundheit.



Viele interessierte Besucher beim Gesundheitstag von Thomas Cook.

## Und der Gewinner heißt ...

Verlosung eines siebentägigen Aufenthalts im 4\*-Landhotel Hauserbauer im Salzburger Land

Auf die Skier, fertig, los – heißt es für Helga Müller aus Frankfurt, unserer glücklichen Gewinnerin des Preisausschreibens der vergangenen Ausgabe unseres „Einblicks“. Sie bewies Köpfchen und beantwortete die Preisfrage mit dem richtigen Lösungswort „Salzburg“.

Helga Müller sowie eine Begleitperson erwartet ein siebentägiger Aufenthalt im 4\*-Landhotel Hauserbauer in Dorfgasstein – dem Wintersportparadies mit Angeboten der Extraklasse. Skipisten, Rodelbahnen, Thermen und vieles mehr laden ein zu einem erholsamen, aber auch erlebnisreichen Urlaub.

Wir wünschen Frau Müller tolle sieben Tage und bedanken uns bei allen, die am Gewinnspiel teilgenommen haben.



# Neuer Mitarbeiter in Geisenheim



Guten Tag, ich möchte mich als neuer Mitarbeiter in der Geschäftsstelle Geisenheim bei Ihnen vorstellen. Mein Name ist Markus Daiber, ich bin 31 Jahre alt und wohne seit Kurzem in der Rheingau-Stadt Kiedrich. Ursprünglich komme ich aus der schönen Stadt Taunusstein im Untertaunuskreis.

Meine Ausbildung als Sozialversicherungsfachangestellter habe ich von 2000 bis 2003 bei der BKK Hoechst absolviert. Meine Fortbildung zum Krankenkassenfachwirt verlief im Zeitraum vom 2007 bis 2008. Zuletzt war ich nach zwei Fusionen bei der BKK Gesundheit in Frankfurt im Krankengeldfallmanagement tätig. Als berufliche Herausforderung arbeite ich seit dem 1. November 2010 bei der Vereinigten BKK als Kundenberater im Leistungsbereich und habe mich dort auch schon sehr

gut eingelebt. In meiner Freizeit treffe ich mich gerne mit meinen Freunden, gehe gelegentlich mal schwimmen und spiele im Sommer Beachvolleyball. Ich freue mich auf eine gute und partnerschaftliche Zusammenarbeit mit den Kolleginnen und Kollegen sowie mit unseren Versicherten.

## Kontaktdaten

**Markus Daiber**  
Kundenberater Leistungen  
Geschäftsstelle Geisenheim

Telefon 06722 5039-32  
Fax 06722 5039-39  
E-Mail [markus.daiber@vereinigte-bkk.de](mailto:markus.daiber@vereinigte-bkk.de)



## Hallo, da bin ich ...

als neuer Versicherter will ich mich mal kurz vorstellen. Ich heiße Julian und bin am 20. November 2010 geboren. Bei der Geburt war ich 3.960 Gramm schwer und ganze 50 Zentimeter groß. Seitdem ich auf der Welt bin, bestimme ich, wann und wie lange geschlafen wird. Trotzdem sind meine Eltern überglücklich, dass ich da bin.

Die Mitarbeiter der Vereinigten BKK  
wünschen ihrer Kollegin Alexandra Strauss  
und ihrer Familie alles Gute!





## Romantik & Spa im 4-Sterne Alpen-Herz in Tirol

### Berge und Wellness für Verliebte

Die Atmosphäre ist geprägt von Individualität und Luxus. Eine erstklassige Wellness & Wasser-Welt, bezaubernde Restaurants, eine stilvolle Bar und kuschelige Lounge, sinnliche Themen-Spas für zwei und vor allem die außergewöhnlichen Zimmer und Suiten verleihen dem Hotel Alpen-Herz in Ladis den einzigartigen Charakter. Lassen Sie sich vom lieblichen Ambiente des Hauses verzaubern und erleben Sie himmlisch romantische Tage zu zweit. Denn die Liebe ist es letztendlich, um die sich unsere Welt dreht.

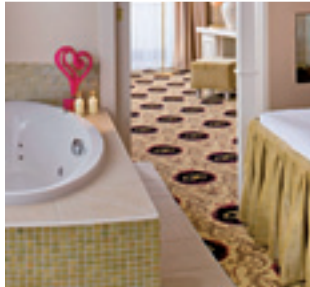
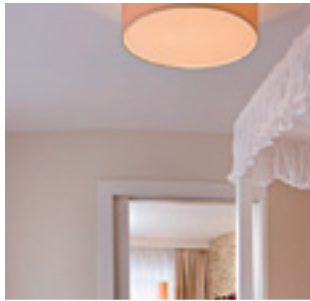
Mit der Wellness- und Wasserwelt erfüllt das Romantik & Spa Alpen-Herz verschiedene Wellness-Träume. Zum einen ein Schwimmbad mit beheiztem Outdoor-Pool, das man durch eine Glasschiebetür im Wasser erreichen kann. Massagebänke mit Whirldüsen, ein Liegebereich direkt am Pool, ein Ruheraum mit Wasserbetten sowie eine Pool-Terrasse mit Kuschelkörben und fantastischem Alpenpanorama. Zum anderen bietet das Hotel eine exzeptionelle Panorama-Spa mit Aroma-Dampfbad, Bio-Sanarium, Finnisch-Sauna, Infrarotkabine, Ruheraum, Tea Room und Frischluftterrasse. Ideal zum Entspannen und Erholen. Zudem gibt es die Möglichkeit, die einzigartigen Spa-Themen-Räume in Anspruch zu nehmen und in ungestörter privater Atmosphäre mit Ihrem Herzblatt die Ruhe zu genießen. Das Romantik & Spa Alpen-Herz bietet verschiedene Wellness-Pauschalen und -Pakete an, um Wellness-Träume wahr werden zu lassen. Unter anderem die „Kennlern-Wellness-Tage“ für drei Übernachtungen oder die „Romantische Wellness-Pauschale“ für sieben Übernachtungen.

Die Zimmer und Suiten sind so romantisch und so besonders! Lassen Sie sich in die einzigartige Alpen-Herz Kuschelwelt entfüh-

ren! Warme stimmungreiche Farben, edles Holz, kostbare Stoffe, exklusive Ausstattung, elegantes Design, geschmackvolle Accessoires und die Liebe zum Detail zeichnen die romantischen Zimmer und Suiten der Alpen-Herz Hotels aus, die bis zu 60 Quadratmeter groß sind und einen gemütlichen Wohnbereich mit Panorama-Badewanne als besonderes Bonbon anbieten. Bad mit Dusche, Waschbecken, Fön, WC separat, Bademantel, SAT-TV, Telefon, HiFi, Safe, Internet-Zugang, Minibar und ein Sonnenbalkon sind selbstverständlich. Teilweise gibt es sogar Suiten auf zwei Etagen mit Galerieschlafzimmer und rundem Bett.

Und weil die Liebe auch durch den Magen geht, dreht sich in der Küche alles um dieselbige! Die kreativen „Enger!“ und „Benger!“ des Alpen-Herz-Hotels zaubern täglich neue sündhaft verführerische Menü-Kreationen und aphrodisische Speisen, um Ihrem Gaumen ein Fest zu bereiten. Tiroler Qualitätsprodukte aus heimischem Anbau, erlesene Zutaten aus aller Welt, feine Gewürze, eine große Portion Kreativität und Sorgfalt sowie Gespür für das Besondere und natürlich eine Prise Liebe ergeben allabendlich ein umwerfend köstliches Dinner! Die Dreiviertelpension beinhaltet Frühstück (ans Bett oder am Buffet), Nachmittagsbuffet (warme, kalte, süße und pikante Speisen am Buffet) und ein 6-Gänge-Dinner am Abend. Außerdem gibt es noch eine große Auswahl an weiteren Leckereien wie das Schokofondue auf dem Zimmer, Picknick, Eis und eine Vielfalt an verschiedenen Weinen.

Wer jetzt neugierig geworden ist und immer noch nicht weiß, wo sich das Liebesparadies auf Erden befindet, dem sei erklärt, dass es sich im Herzen der Alpen befindet: in Tirol. Direkt an der Seil-



## Romantik-Spa-Tage

Im Zeitraum vom 3. Juni bis 2. November 2011

### 3 Nächte inklusive:

- Alpen-Herz Genuss-Verwöhn-Pension
- Seilbahnpass & Wanderbus für die Region Serfaus-Fiss-Ladis
- Benutzung der grandiosen Wellness- & Wasserwelt
- Wellness-Tasche mit Badetüchern, Badeslipper und Bademantel für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- 1 Aroma-Paar-Massage 50 min
- Benutzung des Romantik-Paar-Spas „Paradies-Garten“ (90 min)
- 1 Amore-Cocktail für zwei an der Romantik-Bar
- Parkplatz & Ortstaxe
- Teilnahme am Hotel-Aktiv-Programm
- 1 Alpen-Herz-Souvenir zum Abschied

398 Euro pro Person

bahnstation in Ladis zu Füßen der Ferienregion Serfaus-Fiss-Ladis, dem mit 2.000 Stunden Sonne im Jahr freundlichsten Hochplateau Tirols. Die ganze Region liegt inmitten einer alten Kulturlandschaft in 1.200 bis 1.500 Meter Höhe oberhalb des Tiroler Inntals circa 15 Kilometer südlich von Landeck und lockt mit viel Kultur und wunderschönen Aussichten. Wander- und Skitouren startet man direkt ab dem Hotel. Das Zentrum von Ladis mit seiner romantisch beleuchteten Burg, die bis tief hinunter in das Inntal leuchtet, kann man ohne Übertreibung auch als kuschelig-dörflich bezeichnen. Im Zentrum von Ladis stehen noch rätoromanische, mit Fresken geschmückte Häuser und überall spürt man den Zauber der Vergangenheit, ohne das Gefühl zu haben, am Ende der Welt angelangt zu sein. Was die Nutzung der Wintersportmöglichkeiten betrifft, ist man in Ladis quasi mittendrin. Die „Sonnenbahn“ verbindet Ladis mit dem „Knotenpunkt Fiss“, von wo aus die Schönjochbahn und die Möseralmbahn den weiteren Teil von Tirols Ski-Dimension Serfaus-Fiss-Ladis erschließen. Im Winter locken 190 Pistenkilometer Skifahrer aus allen Teilen Europas hierher; im Sommer entzückt die herrlich und anmutig wirkende Bergwelt mit rund 500 Kilometer Wanderwegen auf bis zu 3.000 Meter Höhe.

Wer Lust auf das Alpen-Herz bekommen hat, beantwortet die Gewinnfrage und verlässt sich auf sein Glück. Wer dem Zufall nichts überlassen möchte, kann diese Kennenlern-Pauschale direkt im Hotel buchen:

Das Alpen-Herz in Ladis ist Partner von [www.alpenjoy.de](http://www.alpenjoy.de) – dem Portal für Urlaub in den Alpen.



## Info & Buchung

\*\*\*\* Romantik & Spa Alpen-Herz  
Dorfstraße 40  
A-6532 Ladis  
Tel. 0043 5472 28 065  
Fax 0043 5472 28 065 65

[info@alpen-herz.at](mailto:info@alpen-herz.at)  
[www.alpen-herz.at](http://www.alpen-herz.at)



## Gewinnspiel

Gemeinsam mit dem Alpen-Herz verlost die Vereinigte BKK einen 4-tägigen Aufenthalt für zwei Personen im Doppelzimmer inklusive Verwöhn Pension.

Beantworten Sie einfach die folgende Frage:

**Was steht eigentlich für den Kurzbegriff Spa?**

a) Gesund durch Wasser b) Gesund durch Sport c) Gesund durch Essen

Senden Sie einfach eine E-Mail unter dem Betreff „Alpen-Herz“ und dem richtigen Lösungswort an [service@vereinigte-bkk.de](mailto:service@vereinigte-bkk.de) oder eine Postkarte an Vereinigte BKK, Postfach 610115, 60343 Frankfurt. Einsendeschluss ist der 31. März 2011. Der Gewinner wird benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinnberechtigt sind nur Versicherte der Vereinigte BKK. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Bei mehreren Einsendern entscheidet das Los.

# Haushaltsplanung für 2011

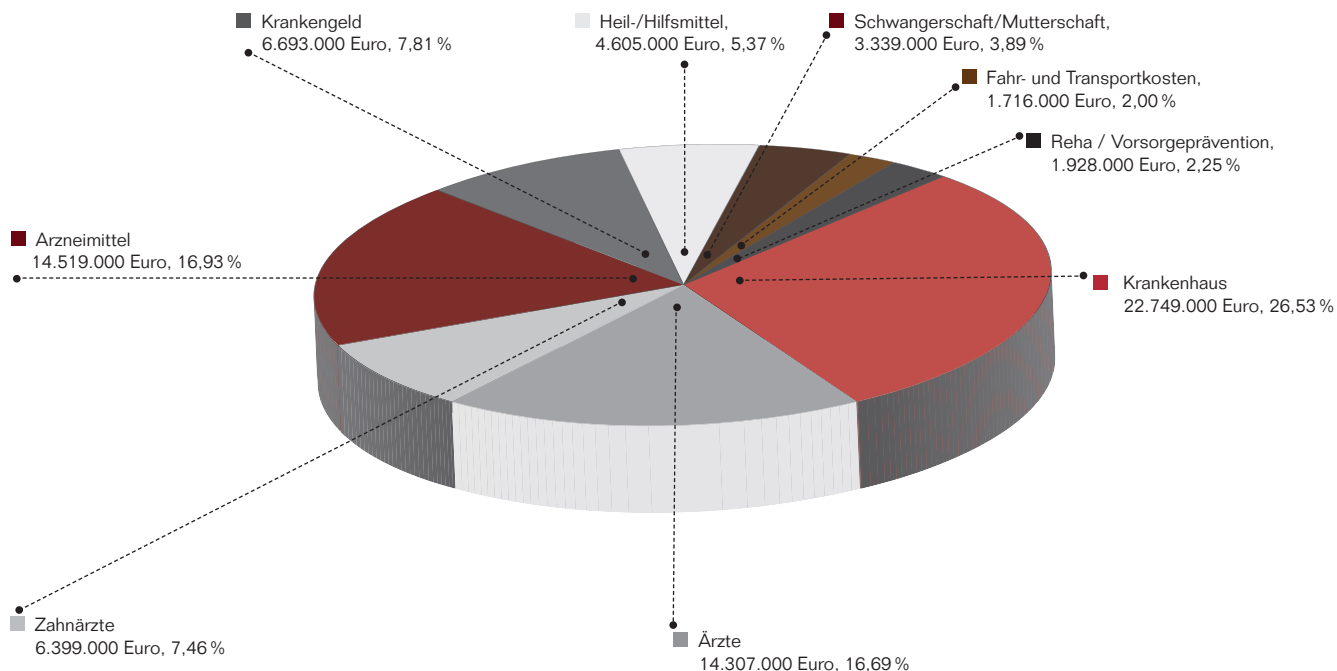
Die Haushaltsplanung für das Jahr 2011 ist auch in diesem Jahr wieder eng verbunden mit den Zuweisungen aus dem morbiditätsorientierten Risikostrukturausgleich (Morbi-RSA), nach dem die Gelder aus dem Gesundheitsfonds an die Kassen verteilt werden. Mit dem Morbi-RSA Schlussausgleich für das Jahr 2009 haben die Krankenkassen im November 2010 erstmals Orientierungswerte erhalten, inwieweit Modellrechnungen und Grundlagenbescheide die letztendliche Zuweisung widergespiegelt haben.

Für das Ausgleichjahr 2011 wurden Änderungen bei der Krankheitsauswahl vorgenommen. Eine finanzielle Bewertung der Verteilungswirkungen der neuen Krankheitsauswahl ist zum heutigen Zeitpunkt noch nicht möglich.

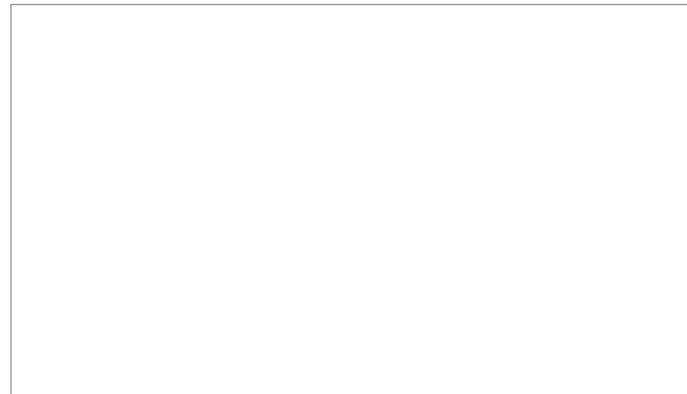
Die BANK BKK und die Neckermann-BKK haben sich zum 1. Juli 2010 zur Vereinigten BKK zusammengeschlossen. Zum 1. Januar 2011 erfolgte die freiwillige Vereinigung der Vereinigten BKK mit der BKK ENKA. Daraus ergibt sich für die Haushaltsplanung folgende Besonderheit: Im voraussichtlichen Jahresergebnis der Vereinigten BKK für das Jahr 2010 sind die Ergebnisse der BANK BKK und der Neckermann-BKK kumuliert auszuweisen. In

den Haushaltsplanansätzen für das Jahr 2011 sind die voraussichtlichen Ergebnisse der BANK BKK, der Neckermann-BKK und der BKK ENKA zusammenzuführen und entsprechend der erwarteten Mitglieder- und Kostenentwicklung zu steigern. Unsere obersten Ziele bleiben auch im Geschäftsjahr 2011: Eine solide Haushaltsführung und der Ausbau unserer Leistungs- und Serviceangebote. Die Vereinigte BKK wird auch zukünftig zu den leistungsstärksten Krankenkassen zählen. Nach den heute vorliegenden Zahlen und Informationen reichen die Zuweisungen aus dem Gesundheitsfonds aus, um die Ausgaben der Vereinigten BKK im Jahr 2011 zu decken. Die Erhebung von Zusatzbeiträgen ist deshalb nicht notwendig.

## Hier sehen Sie wie sich die Hauptausgabenbereiche verteilen







## Mitglieder werben Mitglieder 20 Euro Prämie sichern!

Ein Höchstmaß an gesetzlichen Leistungen, attraktive Zusatzangebote, toller Service und ein kompetentes Team sind gute Argumente, die für die Vereinigte BKK sprechen. Als Dank für Ihr Vertrauen und kleinen Ansporn, uns in Ihrem Familien-, Kollegen- und Bekanntenkreis weiterzuempfehlen, erhalten Sie für jedes geworbene neue Mitglied eine Prämie von 20 Euro.

**Hauptgeschäftsstelle**  
Hugo-Junkers-Str. 5  
60386 Frankfurt

**Geschäftsstelle**  
Westendstr. 21  
60325 Frankfurt

**Geschäftsstelle**  
Kleiner Kornweg 2  
65451 Kelsterbach

**Geschäftsstelle**  
Winkeler Str. 56  
65366 Geisenheim

**Service-Telefon**  
0800 7 32 0000

**Ihre Ansprechpartnerin**  
Ulrike Sturm

**Internet**  
[www.vereinigte-bkk.de](http://www.vereinigte-bkk.de)  
[info@vereinigte-bkk.de](mailto:info@vereinigte-bkk.de)



## Beitrittserklärung

Ja, ich möchte zum  TT. MM. JJJJ Mitglied der Vereinigten BKK werden.

### Personalien und Angaben zum aktuellen Versicherungsverhältnis

Name   
Vorname   
Straße, Haus-Nr.   
PLZ, Ort   
Geburtsdatum, -ort   
Familienstand   
Telefonnummer

derzeitige Krankenkasse   
dort versichert seit   
 Arbeitnehmer/in  
 Auszubildende/r  
 Selbstständige/r  
 sonstiger Personenkreis:

### Ich wurde geworben von

Name, Vorname   
Geb.-Datum oder Versicherten-Nr.   
Straße, Haus-Nr.   
PLZ, Wohnort   
■ 20 Euro Prämie bitte überweisen:  
Kontonummer   
Bankleitzahl   
Name der Bank

Datum, Unterschrift

**Hinweis:** Grundsätzlich beginnt mit der BKK-Krankenversicherung auch der Versicherungsschutz in der BKK-Pflegeversicherung. Die Angaben sind zur rechtmäßigen Erfüllung der Aufgaben der Krankenkasse erforderlich; Sie werden aufgrund der Vorschriften des Sozialgesetzbuches erhoben und auf Datenträgern gespeichert. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt und unterliegen dem Datenschutz.