

# dieaktive

Das Magazin Ihrer BKK24

2.2022



Länger besser leben.



Ab Mai:

**GESENKTER  
ZUSATZBEITRAG**

**1,49%**

## „Länger besser leben.“

Klima und Gesundheit:  
Start der Frühjahrskur 2022  
Seite 3

## Darmgesundheit

Wie die empfindliche Darmflora  
im Gleichgewicht bleibt.  
Seite 4 – 5

## Erinnerungsservice

Nie wieder Termine zur Vorsorge  
verpassen – mit der App „Meine BKK24.“  
Seite 6

Liebe Leserinnen und Leser,

die gegenwärtigen Krisen, Gefährdungen und Herausforderungen haben eine Wirklichkeit entstehen lassen, die Architekturen verrückt, Normalitäten verändert und Prioritäten verschiebt. Zu welchen Entwicklungen dies insgesamt führt und welche Folgen sich daraus für jeden Einzelnen von uns ergeben, ist heute zum Teil noch nicht genau beschreibbar. Fest steht aber: Die Auswirkungen sind bzw. werden umfassend und spürbar.



Jörg Nielaczny Tobias Mittmann

„Ab 1. Mai reduziert sich der Zusatzbeitrag auf 1,49 Prozent.“

Diese Auswirkungen betreffen – auch wenn der Bogen weit gespannt ist – viele gesellschaftliche Bereiche. Erlauben Sie uns an dieser Stelle, ohne damit eingangs skizzierte Dinge miteinander in Abwägung zu bringen, den Blick auf einen Aspekt im deutschen Gesundheitswesen zu lenken: die zukünftige Finanzierung der gesamten gesetzlichen Krankenversicherung. Genau darum wird aktuell in öffentlicher Diskussion intensiv gerungen. Nicht zuletzt wird es darum gehen, welche Mittel in näherer Zukunft aus dem Bundeshaushalt zur Verfügung stehen. Und mit welcher Intensität die notwendigen wie vorgenommenen Strukturreformen angepackt werden für mittel- bis langfristige Verbesserungen.

Vorgenommen hatte sich auch Ihre BKK24 etwas: die Senkung des Zusatzbeitragsatzes. Bereits in der letzten Ausgabe von „dieaktive“ angekündigt, ist es in wenigen Tagen so weit. Ab 1. Mai reduziert sich der Zusatzbeitrag auf 1,49 Prozent – bei weiter verbesserter Leistungsstärke und neuen Angeboten zur Unterstützung Ihrer Gesundheit. In diesem Zusammenhang ein passendes Beispiel auf der gegenüberliegenden Seite: die Frühjahrskur 2022 mit dem Schwerpunkt „Klima und Gesundheit“

Herzliche Grüße

Jörg Nielaczny  
Vorsitzender des Vorstandes

Tobias Mittmann  
Vorstand

## Digitale Gesundheitsanwendungen



DiGA steht für digitale Gesundheitsanwendungen und damit für eine wichtige medizinische Neuerung. „Apps auf Rezept“ helfen bei der Behandlung vor allem chronischer Erkrankungen: von Depressionen über Diabetes bis hin zu Knieproblemen. Gesundheitszustand und Lebensqualität der Patientinnen und Patienten lassen sich so oft dauerhaft verbessern. Der Behandlungserfolg bei korrekter Anwendung ist wissenschaftlich belegt und wird kontinuierlich überprüft.

Im Gegensatz zu frei verfügbaren Apps handelt es sich bei DiGAs um echte Medizinprodukte. Für die Nutzung ist eine

ärztliche Diagnose nötig. Inhalte werden personalisiert und sind mitunter auch für den Austausch mit medizinischem Personal bestimmt.

Eine DiGA können Ihnen Arzt oder Ärztin verschreiben. Dieses Rezept reichen Sie bei uns ein und erhalten daraufhin einen persönlichen Code zur Freischaltung. Bei gesicherter Diagnose samt medizinischem Nachweis können Sie sich alternativ auch direkt an uns wenden. Liegt eine entsprechende Indikation vor, stellen wir den Code zur Freischaltung der gewünschten App aus.

# FIT IN DEN FRÜHLING

## FRÜHJAHRSKUR 2022

Der trübe Winter ist vorbei, die Natur gibt wieder Vollgas. Damit auch wir wieder in die Gänge kommen, startet einmal mehr die bewährte Frühjahrskur der BKK24. Sechs Wochen lang gibt es für alle Teilnehmenden eine geballte Ladung positive Energie in Form von Videos, Vorträgen, Rezeptideen, Infografiken und Einladungen zu Vor-Ort-Aktionen. Im elektronischen Briefkasten landet dann einmal die Woche eine E-Mail vom „Länger besser leben.“-Institut. Dessen Leiter Prof. Dr. Peter Schulte betreut die wissenschaftlich fundierte Aktion.



Seit 2017 hat sich die Frühjahrskur für viele BKK24-Mitglieder zu einem festen Bestandteil der Gesundheitsförderung im Jahreszyklus entwickelt. Fast ohne Aufwand erhalten Sie wertvolle Impulse, Körper und Seele etwas Gutes zu tun. Dabei geht es gar nicht darum, das eigene Leben komplett umzukrempeln. So erreichen viele kleine Denkanstöße und Anpassungen im Verhalten oft schon eine große Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden. Prof. Dr. Schulte und sein Team verpacken medizinisches Fachwissen und wissenschaftliche Erkenntnisse in leicht verständliche Tipps und Tricks, die sich problemlos in Ihren Alltag integrieren lassen.

2022 steht die Aktion wieder unter einem ganz speziellen Thema. „Klima und Gesundheit“ rücken in den Fokus der Teilnehmenden. Das Spektrum geht von klimafreundlicher Ernährung über Achtsamkeit bis hin zu Selbstschutz vor Klimaveränderungen und vielem mehr. Immer versehen mit ganz konkreten und alltagstauglichen Tipps.

### Übrigens

Mitmachen bei der Frühjahrskur können nicht nur BKK24-Mitglieder. Laden Sie gerne auch Freunde und Verwandte ein! Die Teilnahme ist kostenlos.

„Ein ‚Frühjahrsputz‘ für Körper und Seele, der auch dem Klimaschutz hilft!“

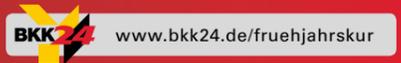


Prof. Dr. Peter Schulte

Wissenschaftliche Leitung  
„Länger besser leben.“-Institut  
an der Hochschule Weserbergland

### Jetzt anmelden

Für die Frühjahrskur 2022 können Sie sich ab sofort auf unserer Website anmelden. Nach dem Klick auf die Bestätigungsmail erhalten Sie mit Beginn der Aktion Ende April die informative Wochenmail automatisch.



# DARM GESUNDHEIT

Für die Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden spielt der Darm eine wichtige Rolle. Ist das empfindliche Gleichgewicht der Darmflora gestört, kann es zu einer großen Bandbreite an Beschwerden bis hin zu Erkrankungen kommen. Grund genug, einmal genauer hinzuschauen: Was können Sie vorbeugend oder therapeutisch für Ihren Darm tun – und wie hilft Ihnen die BKK24 dabei?

 [www.bkk24.de/darmgesundheit](http://www.bkk24.de/darmgesundheit)



## Bewegung

Sport – oder auch schon ein ausgiebiger Spaziergang – bringt den Darm in Schwung. Vor allem, wenn Sie viel Zeit im Sitzen verbringen, achten Sie auf ausreichend Bewegung!



## Ernährung

Essen Sie ballaststoffreich und nehmen Sie ausreichend ungesättigte Fettsäuren zu sich. Greifen Sie beispielsweise bei Nudeln und Reis lieber zu Vollkornprodukten. Ungesättigte Fettsäuren sind insbesondere in pflanzlichen Ölen, Nüssen und manchen Fischarten enthalten.



## Viel trinken

Damit sich die Wirkung der ballaststoffreichen Ernährung nicht ins Gegenteil verkehrt, ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr wichtig. Solange Ihr Arzt Ihnen nichts anderes verordnet hat, trinken Sie etwa 1,5 bis zwei Liter Wasser oder ungesüßten Tee über den Tag verteilt.



## Gut kauen

Wer sich beim Kauen Zeit lässt, nimmt Nährstoffe aus der Nahrung besser auf, kann Schadstoffe leichter ausscheiden – und ist schneller satt.



Der Darm leistet mehr als nur die Verdauung unserer Nahrung. Über viele Millionen von Nervenzellen steht unsere Körpermitte mit dem Gehirn in permanentem Austausch. Auch 80 Prozent der Immunzellen befinden sich im Darm.

Außerdem leben in einer ausgeglichenen Darmflora etwa 1.000 verschiedene Arten von Bakterien. Bei der Aufnahme von Nährstoffen und der Bildung von Vitaminen spielen diese eine wichtige Rolle.

Solch ein äußerst komplexes System in Balance zu halten, kostet uns in der modernen Welt etwas Aufmerksamkeit. Schon die Beachtung weniger Grundlagen kann jedoch zu einer gesunden Darmflora beitragen.

## > Kompaktes Wissen im Erklärvideo

Darmgesundheit ist wichtig, klar. Aber wieso überhaupt? Was das komplexe Zusammenspiel zwischen Darm und Gehirn mit Glücksgefühlen zu tun hat und was der Darm zur Abwehr von Krankheiten leistet, erklärt ganz leicht verständlich und kompakt ein Video auf dem YouTube-Kanal der BKK24. In gut zwei Minuten gelingt es dem animierten Film, die wichtigsten Tipps für eine gesunde Darmflora zu vermitteln. Zu finden ist er entweder direkt auf der Videoplattform oder auf unserer Homepage unter [www.bkk24.de/darmgesundheit](http://www.bkk24.de/darmgesundheit).

**Übrigens: Auch zu vielen anderen Gesundheitsthemen und Fragen rund um Ihre Krankenkasse gibt es anschauliche und informative Erklärvideos auf unserem YouTube-Kanal BKK24!**

## > Smart essen, bauchschlau handeln

Die Oviva-App unterstützt Sie dabei, Ihr Essverhalten dauerhaft umzustellen und so einen wichtigen Beitrag für Ihre Darmgesundheit zu leisten. So kann ein gesünderes Leben mit mehr Wohlbefinden gelingen! Das Programm „Smart essen, bauchschlau handeln“ umfasst wertvolle Inhalte, die Sie in etwa acht bis zehn Wochen erlernen, umsetzen und verinnerlichen können. So ist es möglich, Unwohlsein im Magendarmtrakt zu verringern und mit der Darmflora auch einen entscheidenden Bestandteil des Immunsystems zu stärken.

**Als BKK24-Versicherte nutzen Sie die Oviva-App komplett kostenlos als Präventionsmaßnahme. Pro Kalenderjahr übernehmen wir insgesamt bis zu zwei Maßnahmen.**

## > Ernährungsberatung mit dem RICHTIG-ESSEN-Institut

Das Erreichen und Halten eines Normalgewichts ist ein wichtiger Baustein auch für die Darmgesundheit. Hilfe bietet die BKK24 dabei in Zusammenarbeit mit dem Richtig-Essen-Institut (REI). Die unabhängige Beratungsgesellschaft für Ernährung und Gesundheit ist führend in ihrem Fachbereich. Für Menschen mit einem Body-Mass-Index (BMI) von über 35 bietet das REI spezielle Adipositas-Programme. Bei einem BMI von weniger als 18,5 greifen hingegen Kurse für Mangel- oder Fehlernährung.

**Die Kosten übernehmen wir als Präventionsleistung. Mit einer ärztlichen Verordnung sind auch individuelle Einzelcoachings möglich. Die Kurse finden im gesamten Bundesgebiet statt.**

## > Per App gegen den Reizdarm

Das Reizdarmsyndrom ist eine vielschichtige Erkrankung, die nach Schätzungen rund zehn Prozent der Bevölkerung betrifft. Eine Erfolg versprechende Therapie bietet die digitale Gesundheitsanwendung Cara Care. Personalisierte Inhalte sorgen dafür, dass die „App auf Rezept“ mittel- und langfristig Symptome reduziert und zur Steigerung der Lebensqualität beiträgt. Grundlage ist ein Selbsthilfekonzent, das sich aus den Bereichen Ernährung und Psychotherapie zusammensetzt. Durch Wissensvermittlung wird die Gesundheitskompetenz Betroffener gesteigert. Das individuelle Tracking von Symptomen liefert Rückmeldungen zum Behandlungsfortschritt. Ängstlichkeit kann so gelindert, krankheitsbedingte Einschränkungen können abgebaut werden.

**Den Zugang zur Cara-Care-App erhalten Versicherte der BKK24 auf ärztliches Rezept oder bei einer gesicherten Reizdarm-Diagnose auch direkt bei uns.**

## > Vorsorgeuntersuchungen gegen Darmkrebs

26 von 1.000 Frauen sterben an Darmkrebs. Bei Männern sind es sogar 32 von 1.000. Tumore entwickeln sich fast immer aus zunächst gutartigen Polypen. Daher ist deren rechtzeitige Entdeckung und Entfernung eine hervorragende Möglichkeit, diesem Schicksal zu entgehen.

**Entsprechend dem Risiko, das mit fortgeschrittenem Alter auftritt, übernimmt die BKK24 für Frauen ab dem 55. und für Männer ab dem 50. Lebensjahr Darmspiegelungen als Vorsorgeuntersuchung.**

Auf diese Weise können die meisten Polypen entdeckt und oft auch gleich entfernt werden. Bereits ab dem 50. Lebensjahr können Frauen einen Stuhltest durchführen lassen. Auch Männer können sich zwischen dem 50. und 54. Lebensjahr alternativ zur Darmspiegelung für einen Stuhltest entscheiden.

## Erinnerungsservice für Vorsorgeuntersuchungen



Die Online-Geschäftsstelle ist der bequeme Weg zu Ihrer Krankenkasse. Mit der App „Meine BKK24“ lassen sich mittlerweile sehr viele Vorgänge vom heimischen Sofa aus erledigen. Alternativ bietet die webbasierte Anwendung am Computer eine angenehme Benutzeroberfläche. Ob Sie Angaben zu Ihren Kontodaten ändern oder eine Krankschreibung einreichen wollen: Alles geht online minutenschnell und ohne einschränkende Öffnungszeiten. Auch erstattungsfähige Leistungen wie Präventionskurse oder Osteopathie-Rechnungen können sicher und problemlos übermittelt werden.

Eine ganz neue Funktion der App ist dabei ein Erinnerungsservice für Vorsorgeuntersuchungen. Für alle mitversicherten Kinder und Jugendliche erhalten registrierte Kunden rechtzeitige Benachrichtigungen zu den gesetzlichen U- und J-Untersuchungen. Push-Nachricht oder SMS erinnern, wenn es Zeit

ist, einen Termin in der Kinderarztpraxis zu machen. Ausführliche Informationen rund um die anstehende Untersuchung landen zeitgleich im Nachrichtenfach.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, einen individuellen Impfkalender für die ganze Familie anzulegen. Ob Tetanus oder Gripeschutzimpfung: Der Erinnerungsservice holt die Auffrischung rechtzeitig ins Bewusstsein. Durch die Einsparung von Papier und Versandwegen trägt die Online-Geschäftsstelle auch zum Umweltgedanken bei. Als Versicherte sparen Sie vor allem Zeit – das vielleicht wichtigste Gut in unserem hektischen Alltag.

Für die Nutzung der Online-Geschäftsstelle ist eine einmalige Registrierung mit postalischem Passwortversand nötig. So sind Ihre Daten auch online bei uns sicher. Die App „Meine BKK24“ ist kostenlos in jedem App-Store erhältlich.

## Klimafreundliche Ernährung erlernen

Klimaschutz ist ein immens wichtiges Thema. Jede und jeder einzelne ist dazu aufgerufen. Den eigenen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck zu verringern, geht besonders gut über die Ernährung. Komplett vegan oder vegetarisch zu leben, empfinden viele Menschen aber als – zu – großen Schritt. Wer umweltbewusster essen möchte, muss jedoch gar nicht vollständig auf tierische Produkte verzichten.

Wie nachhaltige und dabei gesunde Ernährung funktioniert, vermittelt das neue Online-Seminar Ihrer BKK24. Hier erfahren Teilnehmende, wie sie mit flexitarischer Kost – also reduziertem Fleisch- und Fischkonsum – einen wichtigen Beitrag für die Zukunft des Planeten leisten können, ohne Mangelerscheinungen befürchten zu müssen. Grundlagen und Hintergründe einer ausgewogenen Ernährungsweise werden beleuchtet. Dabei räumt das Seminar auch mit angestaubten Mythen zur fleischlosen Kost auf. Ganz wichtig: Klimafreundliche Ernährung bedeutet keinesfalls zwangsläufig einen Mangel an Genuss! Nachhaltig einkaufen, kochen und essen: Bei diesem Kurs geht es darum, gute Vorsätze ohne Umwege in die Tat umzusetzen.



Das Angebot umfasst fünf je einstündige Termine im Online-Live-Modus. Zusätzlich gibt es eine Einheit zum unabhängigen Selbstlernen. Mit nur wenig Zeitaufwand lässt sich also die Grundlage für einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz legen.

**Die Kosten von 99 Euro für den Kurs übernimmt Ihre BKK24 komplett.**

## Vorstandsvergütungen 2021



Veröffentlichung der Höhe der Vorstandsvergütung einschließlich Nebenleistungen (Jahresbeträge) und der wesentlichen Versorgungsregelungen der einzelnen Vorstandsmitglieder gemäß § 35a Abs. 6 SGB IV

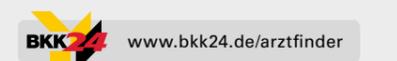
Bezeichnung	Funktion	Im Vorjahr gezahlte Vergütungen		Versorgungsregelungen		Sonstige Vergütungsbestandteile		Weitere Regelungen		Gesamtvergütung
		Grundvergütung	variable Bestandteile	Zusatzversorgung/ Betriebsrenten	Zuschuss zur privaten Versorgung	Dienstwagen auch zur privaten Nutzung	weitere Vergütungsbestandteile (u. a. private Unfallversicherung)	Übergangsregelungen nach dem Ausscheiden aus dem Amt	Regelungen für den Fall der Amtshebung/-entbindung bzw. bei Fusionen	
		gezahlter Betrag	gezahlter Betrag	jährlich aufzuwendender Betrag	jährlich aufzuwendender Betrag	jährlich aufzuwendender Betrag des geldwerten Vorteils entsprechend der steuerrechtl. 1%-Regelung	jährlich aufzuwendender Betrag	Höhe/Laufzeit	Höhe/Laufzeit einer Abfindung/eines Übergangsgeldes bzw. Weiterzahlung der Vergütung/ Weiterbeschäftigung	
BKK24	Vorstand (01.01. – 25.06.2021)	82.518,00	17.500,00	–	–	6.663,24	1.062,39	–	–	107.743,63
BKK24	Vorsitzender des Vorstandes (26.06. – 31.12.2021)	78.791,46	–	500,00	279,16	4.484,48	49,23	–	–	84.104,33
BKK24	Vorstand (26.06. – 31.12.2021)	78.791,46	–	–	–	5.605,60	49,23	–	–	84.446,29
GKV-Spitzenverband	Vorstandsvorsitzende	262.000,00	–	49.260,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	311.260,00
GKV-Spitzenverband	Stellv. Vorstandsvorsitzender	254.000,00	–	71.952,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	325.952,00
GKV-Spitzenverband	Vorstandsmitglied	250.000,00	–	29.763,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	279.763,00
BKK LV Mitte	Vorstand	161.200,00	–	35.058,84 (Tarif 6 / Tarifr. Regelung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11 gem. BAT/BKK) zzgl. 6.000,00 € (Tarif R 7 / zusätzliche Altersversorgung nach § 7 Abs. 2 des Vorstandsvertrages)	–	nein	–	Anspruch auf Weiterbeschäftigung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11 gem. BAT/BKK	Beendigung der Amtshebung, bei Amtsentbindung und bei Fusion nach 3 Monaten; grds. Anspruch auf Weiterbeschäftigung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11 gem. BAT/BKK	202.258,84

## Arztpraxen und Pflegeeinrichtungen einfach finden

Sie sind auf der Suche nach einem neuen Augenarzt oder brauchen Unterstützung bei der Auswahl der passenden Pflegeeinrichtung für Angehörige? Die BKK24-Website ist eine gute erste Anlaufstelle. Der Arzt- und Pflege-Finder führt Sie in wenigen Schritten zu einem personalisierten Ergebnis. Ganz gleich, ob Sie nur die Kontaktdaten einer bestimmten Ärztin benötigen oder allgemein nach Ärzten einer gewissen Fachrichtung suchen: Unser Arzt-Finder hilft. Brauchen Sie beispielsweise einen Termin beim Orthopäden, ohne einen bestimmten im Sinn zu haben, lassen Sie das Namensfeld frei. Geben Sie stattdessen Ihre Postleitzahl ein und klicken Sie auf

„weitere Auswahlmöglichkeiten“. Nun können Sie zwischen verschiedenen Fachrichtungen wählen. Durch Orts- und Umkreissuche lässt sich das angezeigte Angebot erweitern oder einschränken. Weitere Suchkriterien wie Hausbesuche sind möglich.

Der ebenfalls neue Pflege-Finder umfasst Pflegedienste, Pflegeheime, Unterstützung im Alltag sowie Pflegestützpunkte. Die Kategorien können einzeln oder kombiniert ausgewählt werden.



**GESTELLTE FRAGEN HÄUFIG**

## Was muss ich tun, wenn meine Karte abläuft?

Die elektronische Gesundheitskarte (eGK) der BKK24 ist die Voraussetzung für unsere Leistungen. Nach Vorlage in Arztpraxen und Krankenhäusern können diese dann direkt mit uns abrechnen. Auf der Rückseite der wertvollen kleinen Plastikkarte ist neben Ihren persönlichen Daten auch ein Ablaufdatum vermerkt. Nähert sich dieses, kann man schon einmal in Sorge geraten. Schließlich ist eine gültige eGK nötig für einen reibungslosen Ablauf beim Arztbesuch. Die gute Nachricht: Sie können sich zurücklehnen! In einem automatisierten Pro-

zess schicken wir Ihnen rund drei Wochen vor Ablauf Ihrer Karte eine neue zu.

Übrigens: Wenn sich Ihre Adresse ändert, brauchen Sie keine neue Karte. Bei jedem Einlesen, etwa in der Arztpraxis, erfolgt ein Systemabgleich und die auf der Karte hinterlegte Adresse ändert sich automatisch: ein weiterer kleiner Beitrag für die Nachhaltigkeit.



## Team Privatkunden: „Ansprechpartner für selbstzahlende Mitglieder“

Im Regelfall besteht für die meisten Mitglieder die Versicherungspflicht zur gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung. Es gibt jedoch bestimmte Personengruppen, die nicht unter diese Regelungen fallen und sich freiwillig versichern müssen. Dazu gehören zum Beispiel Selbstständige, Studenten, Beamte, Rentner sowie weitere Personengruppen. Auch Erwerbslose und Kinder, die aus bestimmten Gründen nicht in der Familienversicherung unterkommen können, werden vom Privatkundenteam betreut. „Die Bandbreite ist groß“, berichtet Leiter Stefan Kutz (nicht im Bild).

Die Beitragsabführung der freiwilligen Mitglieder erfolgt in diesen Konstellationen in der Regel direkt an uns als Krankenkasse. „Es gibt viele unterschiedliche Fragestellungen, etwa zur Beitragshöhe, der Beitragsbemessung oder beispielsweise, wie das sehr variable Einkommen bei selbstständig Tätigen berücksichtigt wird. Unsere Arbeit ist daher sehr abwechslungsreich“, erklärt Stefan Kutz. Allen selbstzahlenden Mitgliedern bietet die Privatkundenabteilung eine effiziente und serviceorientierte Verwaltung ihrer Mitgliedschaft.



## BKK24 vor Ort



**BKK24-ServiceCenter:** Alzey, Berlin, Bielefeld, Frankenthal, Gernersheim, Göttingen, Grünenplan, Hamburg, Hameln, Hannover, Jena, Landshut, Magdeburg, Mainz, Nienburg, Nürnberg, Oberkochen, Obernkirchen, Oldenburg, Pegnitz, Rinteln, Stadthagen, Wetzlar, Zwiesel



**BKK24-ServicePartner:** Bad Homburg, Bremen, Darmstadt, Dortmund, Dresden, Düsseldorf, Erfurt, Essen, Frankfurt, Freiburg, Hagen, Heidelberg, Kiel, Köln, Leipzig, Mainz, Mannheim, Memmingen, München, Münster, Potsdam, Rostock, Saarbrücken, Stuttgart, Ulm, Wiesbaden

Für alle schriftlichen Anliegen verwenden Sie bitte folgende zentrale Anschrift: **BKK24, 31681 Obernkirchen**

### 24-Stunden-Service:

- Telefon 05724 971-0 · Fax 05724 971-4000
- E-Mail: [info@bkk24.de](mailto:info@bkk24.de)

### BKK24-Onlinegeschäftsstelle

- [www.bkk24.de/ogs](http://www.bkk24.de/ogs)

### App „Meine BKK24“

- App Store
- Google Play Store

### De-Mail

- De-Mail: [info@bkk24.de-mail.de](mailto:info@bkk24.de-mail.de)

[www.bkk24.de](http://www.bkk24.de)

