

dieaktive

Das Magazin Ihrer BKK24

2.2020



Länger besser leben.



„Länger besser leben.“

Corona-Pandemie: Chancen für Neues in Sachen Bewegung und Ernährung.

Seite 3

Familiengesundheit

Top-Leistungen für Ihre Liebsten: von Ultraschall bis „Starke Kids“.

Seite 4–5

Bonusprogramm

Mindestens 100 Euro kassieren: Jetzt noch schnell Bonuspunkte einreichen.

Seite 6

Liebe Leserinnen und Leser,

was wir alle in den zurückliegenden Wochen und Monaten erlebt haben und wie sich auch die aktuelle Situation gestaltet, das hat in diesem Ausmaß und in dieser Dynamik niemand voraussehen können. Kein Lebensbereich ist von der Corona-Pandemie unberührt, jeder von uns spürt direkte Auswirkungen und muss mit mittelbaren Folgen umgehen.



„Es braucht neue Antworten.“

Erlauben Sie mir an dieser Stelle eine persönliche Einschätzung mit Blick nach vorne. So gravierend die notwendigen Einschränkungen zur Eindämmung von Covid-19 waren und nach wie vor sind, so erheblich wird sich unsere Gesellschaft verändern. Mindestens steht fest: Vieles wird anders werden bzw. anders werden müssen. Es braucht neue Antworten, angepasste Sichtweisen, ganzheitlichere Vorgehensweisen – unter Einbeziehung der relevanten Akteure aus Wissenschaft und Praxis –, um die akuten Corona-Folgen bewältigen zu können und um gleichermaßen wirksame wie angemessene Präventionsstrategien umsetzbar zu machen.

Lassen Sie uns vor diesem Hintergrund, so schwer das manchmal fallen kann, nicht die Zukunft aus den Augen verlieren. Wenn auch aus ganz anderer Perspektive, machen wir dies mit unserem täglichen Engagement für Sie und Ihre Gesundheit und machen dies auch mit den Inhalten unserer aktuellen Ausgabe von „dieaktive.“ Lesen Sie zum Beispiel, was wir für die Familiengesundheit tun und wie digitale Services den Austausch zwischen Ihnen und uns deutlich komfortabler machen.

Herzliche Grüße

Ihr Friedrich Schütte
Vorstand der BKK24



CHANCEN FÜR NEUES

Die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie laufen nun schon viele Wochen. In manchen Momenten scheint man sich daran gewöhnt zu haben, zuweilen strapazieren die Einschränkungen aber doch sehr Nerven und Geduld – schlechte Laune, Unzufriedenheit und Stress sind die Folgen. Auch wenn jeder mit der Gesamtsituation anders umgeht, gibt es dennoch einige grundsätzliche Verhaltenstipps, die helfen und unterstützen können. Auf dieser Seite und in einigen Internet-Videos haben wir für Sie ausgewählte Inhalte zusammengestellt.

Vorstandsvergütungen 2019

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

Bezeichnung der BKK	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	geldwerter Vorteil entsprechend steuerrechtl. 1 %-Regelung	jährlich aufzuwendender Betrag	Höhe/Laufzeit	Höhe/Laufzeit einer Abfindung/eines Übergangsgeldes bzw. Weiterzahlung der Vergütung/ Weiterbeschäftigung	
BKK24	Vorstand	152.510,34	–	–	–	8.028,00	1.181,46	–	–	161.719,80
GKV-Spitzenverband	Vorstandsvorsitzende	262.000,00	–	50.290,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	312.290,00
GKV-Spitzenverband	Stellv. Vorstandsvorsitzender	128.500,00 01.01.–30.06. 124.952,00 01.07.–31.12.	–	20.463,00 36.038,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	309.953,00
GKV-Spitzenverband	Vorstandsmitglied	127.000,00 01.01.–30.06. 125.000,00 01.07.–31.12.	–	36.775,00 15.422,00	–	–	–	–	Regelungen werden im Einzelfall getroffen	304.197,00
BKK LV Mitte	Vorstand	153.088,00	–	tarifliche Regelung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11 gem. BAT/BKK zuzüglich 6.000,00 €	–	–	–	Anspruch auf Weiterbeschäftigung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11 gem. BAT/BKK	Beendigung bei Amtshebung, bei Amtsentbindung und bei Fusion Beendigung nach 3 Monaten; grds. Anspruch auf Weiterbeschäftigung zu Konditionen der VG 16 Stufe 11	153.088,00

Was generell wichtig ist: Es geht nicht ausschließlich um den Umgang mit eigenen Unsicherheiten und Ängsten, die durch Covid-19 ausgelöst werden.

Vielmehr ist beispielsweise auch die Suche nach Alternativen zu im Moment unerfüllten Wünschen von Bedeutung.

Dahinter steckt der Gedanke, von einer unklaren Unzufriedenheit zu einer konkreten Benennung eines Mangels zu kommen – um in der Folge mögliche „Ersatzaktivitäten“ zu finden.

Dabei können scheinbar unspektakulärere Beschäftigungen ihre Qualitäten offenbaren, weil man jetzt aufmerksamer auf sie achtet.

Ob den Garten gestalten, Renovierungsvorhaben angehen, Gemüsebeete anlegen, das Fahrrad in Schwung bringen oder das eingestaubte Fitness-Gerät aus dem Keller holen, Ihnen fallen bestimmt noch viele weitere Dinge ein.

Erlauben Sie uns an dieser Stelle – ganz im Sinne unserer präventionsorientierten Gesundheitsinitiative „Länger besser leben.“ – zwei Themen herauszugreifen: Bewegung und Ernährung. Beides bietet in Corona-Zeiten die Chance, neue Dinge auszuprobieren oder lässt sich ganz neu entdecken. So finden Sie entsprechende Online-Angebote auf der BKK24-Internetseite in Sachen körperliche Aktivität. Was hier bisher wichtig war, das gilt auch weiterhin. Lieber mit weniger anfangen und sich langsam steigern, denn kontinuierliche Erfolgserlebnisse sind auch für die Gemütslage wichtig. Unser Tipp: Probieren Sie gerne das 5-Minuten-Workout aus (www.bkk24.de/workout). Die eigenen Ansprüche beim Thema Bewegung auf das Maß des Möglichen zu begrenzen, hilft ebenso bei der Zubereitung von Mahlzeiten. Statt gleich ein Gourmet-Abendessen mit mehreren Gängen auf den Tisch bringen zu wollen, lieber mit weniger aufwendigen, aber trotzdem leckeren Rezeptideen starten. Zum Beispiel ein gesundes Frühstück mit Vollkorn, Quark-Leinölcreme und Obst.



BKK24 www.bkk24.de/pandemie-beratung



FAMILIENGESUNDHEIT

An wen denken Sie beim Thema Gesundheit? Sicherlich kommen Sie selbst dabei vor, gleichermaßen wichtig ist Ihnen aber bestimmt Ihre Familie. Diese Familienorientierung und das Wohlergehen insgesamt liegen auch uns am Herzen. Das alleine unterstützt Sie und Ihre Liebsten aber noch nicht. Dafür braucht es konkrete Gesundheitsangebote, die am besten über das „Normale“ hinausgehen. Bei Ihrer BKK24 gibt es genau das und inzwischen über 90 Extraleistungen – viele davon zum Schutz aller Familienmitglieder. Ob Vorsorge während der Schwangerschaft, Untersuchungen nach der Geburt oder Programme für die weiteren Lebensjahre, auf dieser Doppelseite von „dieaktive“ stellen wir Ihnen einige davon vor.



„SEHR GUTE“ LEISTUNGEN

Focus Money hat uns im nach eigenen Angaben „Deutschlands größten Krankenkassen-Vergleich“ mit „Sehr gut“ ausgezeichnet. Der Blick des Wirtschafts- und Finanzmagazins richtete sich dabei auf Zusatzleistungen, also Maßnahmen, die über den gesetzlichen Standard hinausgehen. Wir freuen uns über das tolle Testergebnis sehr und schon heute arbeiten wir an weiteren Leistungsverbesserungen für Sie und Ihre Familie.



www.bkk24.de/familie

► TOXOPLASMOSE-TEST

Der Toxoplasmose-Test gehört seit diesem Jahr zu unseren Extraleistungen und ergänzt die schon vorhandenen Vorsorgeangebote während der Schwangerschaft. Es handelt sich bei dem Test um eine Blutuntersuchung, die sinnvoll sein kann, wenn besondere Infektionsgefahren vorliegen. Besonders gefährlich macht die Infektionskrankheit, dass nicht zwingend Symptome entstehen müssen und die Erkrankung so unentdeckt bleibt. Für das ungeborene Baby ist die Krankheit jedoch sehr gefährlich und schwere gesundheitliche Schäden sind möglich. **Ihr Vorteil: Wir übernehmen die vollständigen Kosten für den Toxoplasmose-Test bis zu einer Höhe von 60 Euro – einfach Rechnung und Bankverbindung an uns schicken.**

► FOLSÄURE

Folsäure hat für Frauen mit Kinderwunsch und für Frauen in der Schwangerschaft eine besondere Bedeutung. Die Versorgung mit Folsäure, die zur Gruppe der B-Vitamine gehört, sollte dann ausgeprägter sein als bei anderen Gruppen. Über Nahrungsmittel wie bestimmte Gemüsesorten kann die notwendige Menge aufgenommen werden, nicht selten gelingt dies jedoch nicht. Dann helfen vom Arzt verschriebene Folsäure-Präparate.

Die Rechnung für apothekenpflichtige Präparate senden Sie gerne an uns. **Wir beteiligen uns mit bis zu 30 Euro daran.**

► HEBAMMEN-RUFBEREITSCHAFT

Die Hebammen-Rufbereitschaft finden Sie schon seit einigen Jahren in unserem Leistungsangebot. Die sinnvolle Ergänzung schließt eine Lücke in der Standardversorgung, verbessert die persönliche Betreuung erheblich und vor allem: Der werdenden Mutter gibt sie ein sichereres Gefühl. Wie sich die Rufbereitschaft gestaltet, das wird mit der Hebamme individuell vereinbart, sodass eine 24-stündige Erreichbarkeit sichergestellt ist. **Doch das ist nicht alles: Eine Hausgeburt, eine Beleggeburt, eine Geburt in der Hebammenpraxis oder in einem Geburtshaus gehören ebenfalls zu dieser Extraleistung mit einem Wert von bis zu 300 Euro.**

► BABYCARE

BabyCare richtet sich an werdende Mütter und trägt dazu bei, gesundheitliche Risiken während der Schwangerschaft zu verkleinern. Der Erfolg ist beachtlich: Teilnehmerinnen haben eine bis zu 30 Prozent geringere Frühgeburtsrate.

Dabei setzt das Programm auf verschiedene Ansätze: individuelle Beratung auf Basis eines Fragebogens, Ernährungsanalyse und Rezeptbroschüre sowie ein ausführliches Handbuch als Schwangerschaftsratgeber. **Die knapp 40 Euro für die Bestandteile von BabyCare bezahlt Ihre BKK24.**

► ERWEITERTE ULTRASCHALLUNTERSUCHUNG

Ultraschalluntersuchungen gehören zur normalen Vorsorge im Verlauf einer Schwangerschaft – sie sind wichtig zur Feststellung, ob die Entwicklung des Babys normal verläuft. Wenn keine Auffälligkeiten oder Vorbelastungen vorhanden sind, dann genügen im Regelfall auch diese im gesetzlichen Leistungskatalog vorgesehenen Untersuchungen. Wenn der Arzt aufgrund von Risikofaktoren aber eine zusätzliche Ultraschalluntersuchung/einen zusätzlichen Ultraschall empfiehlt, dann müssen die Kosten häufig aus eigener Tasche bezahlt werden. **Nicht so bei Ihrer BKK24: Wir erstatten bis zu 80 Euro für zusätzliche Untersuchungen (3-D/4-D-Ultraschall).**

► HALLO BABY

Frühgeburten vorbeugen und verhindern, infektionsbedingte Geburtskomplikationen vermeiden, das sind die Ziele von Hallo Baby. Die Teilnahme an dem Programm ist bei bestimmten Fachärzten für Frauenheilkunde und Geburtshilfe möglich – einfach dort einschreiben und unter anderem die folgenden Leistungen in Anspruch nehmen: Risikoauflärung im ärztlichen Gespräch, Infektionsscreening zwischen der 13. und 20. Schwangerschaftswoche sowie zu einem späteren Zeitpunkt ein Abstrich zum Nachweis von Streptokokken B. Sprechen Sie uns gerne an und wir finden gemeinsam den passenden Arzt für Sie. **Die Kosten in Höhe von 99 Euro übernehmen wir.**

► STARKE KIDS

Mit unserem Programm Starke Kids wird die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen bis zum 17. Lebensjahr unterstützt. Damit gehen wir weit über die gesetzlichen Regelleistungen hinaus und ergänzen die „normalen“ Untersuchungen um eine Reihe von exklusiven Zusatzangeboten – und das bei voller Kostenübernahme, direkt über die Gesundheitskarte abrechenbar. **Das Gesamtpaket hat einen Wert von über 300 Euro und enthält als wichtigen Baustein zehn zusätzliche Vorsorgemaßnahmen.**

Dazu zählen unter anderem mehrere Augen- und Sprachuntersuchungen, zwei Grundschulchecks, eine Impfberatung sowie ein Depressionsscreening. Aber das ist nicht alles und es gehören weiterhin dazu: das „Starke Kids“-Gesundheitscoaching, „PädExpert“ (telemedizinisches Angebot zur Behandlung von seltenen und chronischen Erkrankungen mit fachärztlicher Unterstützung) sowie „PädAssist“ und „PädHome“ (telemedizinische Angebote in Zusammenarbeit mit Kinder- und Jugendärzten bei Rheuma, Asthma, chronischen Kopf- und Bauchschmerzen sowie bei Schreibabys).

Informationen zu den teilnehmenden Ärzten finden Sie auf unserer Internetseite.

Online-Geschäftsstelle macht vieles komfortabler

Zugegeben: Auf den Briefkasten ganz verzichten, das geht noch nicht – zum Teil aus rechtlichen Gründen. Allerdings kann ein erheblicher Teil des Austausches zwischen Ihnen und uns schon heute auf digitalem Weg erfolgen. Das geht aufgrund mehrstufiger Sicherheitsverfahren nicht nur sicher und geschützt, sondern auch bequem vom Sofa aus und deutlich schneller als ein Brief. Wie der Kontakt zu uns erfolgt, das entscheiden selbstverständlich Sie – und das ist auch gut so und soll auch so bleiben. Wir verstehen unsere Online-Geschäftsstelle als Service-Angebot und sind davon überzeugt, dass Sie die wachsenden Vorteile überzeugen. Übermitteln Sie beispielsweise Rechnungen zur Erstattung der professionellen Zahnreinigung oder von Osteopathie-Behandlungen, senden Sie uns das Bonusheft oder die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung. Es besteht auch die Möglichkeit, bisher postalisch versendete Dokumente über die Online-Geschäftsstelle zu empfangen. Natürlich können Sie uns auch Nachrichten und Anhänge senden, verbunden mit dem Vorteil, dass diese im Vergleich zu E-Mails verschlüsselt sind. Nutzen Sie unsere Online-Geschäftsstelle gerne über Ihren Desktop-PC, Ihr Tablet oder Ihr Smartphone. **Unsere Empfehlung: Laden Sie sich auch die App „Meine BKK24“ aus dem „App Store“ oder dem „Google Play Store“ herunter.**



BKK24 www.bkk24.de/ogs

Bonusprogramm: mitmachen und mindestens 100 Euro kassieren

Immer mehr Menschen machen mit beim „Länger besser leben.“-Bonus! Neben dem zunehmenden Engagement für die eigene Gesundheit ist es vor allem die einfache und nachvollziehbare Gestaltung des Programms, die zum Mitmachen motiviert. Denn: Wir verzichten auf komplizierte und kaum erreichbare Voraussetzungen, vielmehr genügen

bereits drei Kriterien für den „Länger besser leben.“-Bonus in Höhe von mindestens 100 Euro. Für jedes weitere erfüllte Kriterium gibt es weitere 10 Euro. So wie Sie die Summe selbst in der Hand haben, so können Sie alternativ zum Bargeld aus einer Reihe von attraktiven und sinnvollen Gesundheitsleistungen wählen: zum Beispiel erweiterte Zahnleistungen, zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen für Kinder oder Sport- und Fitnesskurse. Zum Sammeln senden wir Ihnen das Bonusheft zu, Sie können dies aber auch gleich von unserer Internetseite herunterladen. Dort finden Sie auch ein Infoblatt, welche Maßnahmen in welchem Alter möglich sind. Einmal im Jahr – **spätestens bis zum 30. Juni des Folgejahres** – senden Sie uns dann das ausgefüllte Bonusheft zurück. Nutzen Sie dafür gerne unsere Online-Geschäftsstelle, ein schneller und sicherer Weg mit immer mehr Möglichkeiten. Extratipp: Alle BKK24-versicherten Familienmitglieder sammeln für sich und können so jeweils „eigene“ 100 Euro oder mehr bekommen.



BKK24 www.bkk24.de/bonus

Satzungsänderungen

Seit dem 1. Januar 2020 hat das Bundesversicherungsamt (BVA) einen neuen Namen und heißt Bundesamt für Soziale Sicherung (BAS). Das BAS hat unter anderem die Aufsicht über die bundesweit geöffneten gesetzlichen Krankenkassen und damit auch über die BKK24. In dieser Funktion sind in den zurückliegenden Monaten zwei Satzungsanträge genehmigt worden. Im neunten Nachtrag sind in § 11 (Leistungen) im Bereich „Leistungen bei Schwangerschaft und Mutterschaft“ zusätzliche

Vorsorgemaßnahmen hinzugekommen. Im zehnten Nachtrag gab es in § 11 redaktionelle Anpassungen aufgrund veränderter Gesetzesgrundlagen.

Die einzelnen Nachträge sowie die gesamte Satzung der BKK24 finden Sie auf unserer Internetseite.

BKK24 www.bkk24.de/bekanntmachung

Glasklar: Ardagh Group engagiert sich mit „BFit“ für Gesundheit der Mitarbeiter

Die Verbindung zwischen Ardagh Group und BKK24 besteht schon viele Jahre. So war es der Unternehmer Caspar Hermann Heye, der 1847 eine so genannte Unterstützungskasse gründete. Das Fundament für die 1883 entstehende Betriebskrankenkasse war gelegt. Aus der „BKK der Heye'schen Glasfabriken“ entwickelte sich dann schrittweise die heutige BKK24. Die Firma „Heye Glas“ gehört seit 2003 zur Ardagh Group. Was unverändert geblieben ist: Heye bzw. Ardagh gehört zu den Trägerunternehmen der BKK24 und ist im BKK24-Verwaltungsrat zurzeit mit sieben Personen vertreten – zudem sind Andrea Zimmermann und Stephan Seiffert die alternierenden Vorsitzenden des Aufsichtsgremiums. Vor diesem Hintergrund setzen wir unsere Reihe zur Vorstellung der BKK24-Trägerunternehmen an dieser Stelle fort.



Andrea Zimmermann und Stephan Seiffert

Die Ardagh Glass GmbH gehört zur international tätigen Ardagh Group – einem der weltweit führenden Anbieter für Verpackungen in den Bereichen Metall und Glas mit einem Umsatz von 7 Mrd. \$ im Jahr. Rund 16.000 Mitarbeiter in 56 Produktionsstätten in 12 Ländern produzieren Glasbehälter für die Lebensmittel- und Getränkeindustrie ebenso wie für Hersteller der pharmazeutischen Industrie. Hervorragende Produktqualität, Zuverlässigkeit, Innovation, Service und Reichweite tragen weltweit zur Attraktivität ihrer Angebote bei.

Hohe Standards spielen bei der Ardagh Group immer eine zentrale Rolle. So hat auch die betriebliche Gesundheitsförderung eine große Bedeutung. Das eigens initiierte Programm „BFit“ bildet dafür den Rahmen – im Mittelpunkt stets Aktivitäten im Sinne der Gesundheit und des Wohlbefindens der Mitarbeiter. In Zusammenarbeit mit dem Gesundheitspartner BKK24 entstehen regelmäßig konkrete und bedarfsorientierte Angebote. Zum Beispiel: „Länger besser leben.“-Workshops für Auszubildende, werksübergreifende Wettbewerbe wie die „Back-Challenge“ zur Rückengesundheit, Arbeitsplatz-coachings, Lauftrainings, Obstaktionen und vieles mehr. Zudem gewinnen digitale Angebote immer mehr an Bedeutung. Verschiedene Online-Coaches sowie präventionsorientierte Online-Kampagnen wie die Frühjahrskur werden zu gesunden Begleitern – auch über die Arbeitszeit hinaus.



„Erfreulich hohe Zahl an Auszubildenden“

„Erfreut stellen wir fest, dass sich eine Ausbildung bei uns großer Beliebtheit erfreut“, blickt Jutta Eggers auf den Trend der zurückliegenden Jahre. Die Personalleiterin der BKK24 beobachtet dabei „nahezu konstante Bewerberzahlen“ sowie eine damit einhergehende „erfreulich hohe Zahl an Auszubildenden“. So machen zurzeit 17 Nachwuchskräfte eine Ausbildung bei der BKK24, verteilt auf die folgenden Berufe: Sozialversicherungsfachangestellte, Kaufleute im Gesundheitswesen sowie Veranstaltungskaufleute. Ebenfalls möglich und teilweise in diesem Jahr ab Sommer erstmals durchgeführt werden Ausbildungen zum Fachinformatiker für Systemintegration und für Kaufleute im Dialogmarketing. Jutta Eggers sieht trotz der aktuell positiven Situation stetigen Handlungsbedarf: „Die Suche nach geeigneten Auszubildenden verschärft sich zunehmend. Deshalb arbeiten wir kontinuierlich daran, unsere Attraktivität als Ausbildungsunternehmen und Arbeitgeber zu verbessern.“ Denn, da ist sich die Personalleiterin sicher, die Investition in qualifizierte und motivierte Mitarbeiter sei Voraussetzung, um auch zukünftig „bestmögliche Leistungen und Services“ für unsere Kunden anzubieten.



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

BKK24-Onlinegeschäftsstelle

- ▶ www.bkk24.de/ogs

App „Meine BKK24“

- ▶ App Store
- ▶ Google Play Store

De-Mail

- ▶ De-Mail: info@bkk24.de-mail.de

www.bkk24.de