

Mit Sicherheit gesünder leben



Unsere Leistungen für Senioren

**Lebenslust hat keine  
Altersbegrenzung. Aber eine  
Bedingung: Gesundheit.**

**Die Schwenninger**  
Krankenkasse





# Die Schwenninger – mit Sicherheit gesünder leben.

**Ihre Gesundheit steht im Mittelpunkt!**

**Was bewegt uns wirklich? Die Antwort lautet für die meisten von uns: die Gesundheit! Sie zu erhalten, ist unser höchstes Ziel. Dafür brauchen Sie einen Partner, der für Sie da ist. Der dafür sorgt, dass Sie gesund bleiben. Der sich kümmert, wenn Sie sich nicht kümmern können. Und der jederzeit ein offenes Ohr für Sie hat.**

Rund 320.000 Kunden vertrauen der Schwenninger. 800 Mitarbeiter sind für Sie da und gestalten Gesundheit weit über die Regelversorgung hinaus. Ob Prävention, Vorsorge oder das allgemeine Wohlbefinden: Wir fördern den verantwortungsvollen Umgang mit der Gesundheit.

Natürlich haben wir Ihre Lebensphase im Blick, wenn es um Ihre Gesundheit geht. Ob Berufsstarter, Familien oder Senioren: Jedes Alter hat spezifische Anforderungen – und wir haben die Antworten darauf. Überzeugen Sie sich selbst in dieser Leistungsbrochure.

Bei der Gesundheit geht's immer ums Ganze. Wir sind seit über 120 Jahren für Sie da und helfen Ihnen, wenn Sie uns brauchen. Profitieren Sie von Leistungen, die regelmäßig ausgezeichnet werden – von der Krankenkasse, die Verantwortung, Stabilität, Sicherheit und Kundennähe großschreibt.

Ihre Schwenninger Krankenkasse

## Inhalt

**Highlights 4**

**Vorsorgen 6**

Alles, was Sie brauchen, um gesund zu bleiben.

**Erhalten 12**

Unsere Leistungen für Ihre Gesundheit.

**Fördern 17**

Wir fördern Sie und Ihre Gesundheit.



# Gesundheit zählt – wir sind da.

**Gesundheit gestalten – ohne Wenn und Aber.**

**Wir haben die passenden Leistungen, damit Sie auch in Zukunft fit und vital bleiben. Sie kümmern sich achtsam um Ihr Leben, wir kümmern uns achtsam um Ihre Gesundheit – persönlich und engagiert.**

## Vorsorge wird belohnt

Wir unterstützen eine gesunde Lebensweise mit unserem attraktiven Bonusprogramm. Sie besuchen einmal im Jahr Ihren Zahnarzt und nutzen regelmäßig die Krebsvorsorgeuntersuchungen? Sehr gut! Ihnen ist der Erhalt Ihrer Gesundheit genauso wichtig wie uns. Aus diesem Grund belohnen wir Sie finanziell mit einer Bonusprämie in Höhe von bis zu 150 Euro.

## Gesundheit belohnen!

Informieren Sie sich über unser Bonusprogramm unter [www.TOP-Bonusprogramm.de](http://www.TOP-Bonusprogramm.de) oder in unserer speziellen Broschüre.

Ihre Gesundheit ist das Allerwichtigste für Sie. Diese wollen wir für Sie erhalten und pflegen. Ohne Wenn und Aber.

## Exklusive medizinische Beratung

Wir beantworten Ihre Fragen zu Gesundheit, Erkrankungen, Diagnosen, Symptomen und möglichen Therapieformen bequem, verständlich und einfach. Unsere MedHotline – die medizinische Beratungshotline Ihrer Schwemninger – informiert über nächstgelegene Behandlungseinrichtungen und ist auch im Ausland ein wertvoller Ratgeber. 24 Stunden, 7 Tage.



## Kurzurlaub für die Seele

Sie möchten sich gerne mal wieder so richtig entspannen? Sie wollen die Seele baumeln lassen oder Sie möchten mehr Bewegung an der frischen Luft? Wir haben die richtigen Angebote für Sie.

## Kurhäuser: Ihre Gesundheit verdient höchste Qualität

Planen Sie einen stationären Kuraufenthalt? Im Rahmen von Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahmen profitieren Sie von unserer Partnerschaft mit vielen Kurhäusern sowie Kur- und Rehakliniken. So können Sie sich sicher sein, dass Sie in den Genuss qualitätsgesicherter Kureinrichtungen mit hohem Leistungsstandard und Service kommen. So haben Sie beste Voraussetzungen, um wieder gesund zu werden.

## Ihr Weg zur ambulanten Kur

Eine ambulante Kur, auch Badekur genannt, dient der Vorsorge und verhindert effektiv Erkrankungen. Sie ist vor allem dann sinnvoll, wenn die Voraussetzungen für eine stationäre Kurmaßnahme nicht erfüllt sind. Selbstverständlich werden die Kosten für die ärztliche Behandlung übernommen und wir beteiligen uns an der Versorgung mit Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmitteln. Sie können sich Ihre Kureinrichtung selbst aussuchen – sogar im Ausland.

Die Gesundheit ist das Wichtigste für Sie. Diese wollen wir für Sie erhalten und pflegen. Ohne Wenn und Aber.







## Vorsorgen

**Alles, was Sie brauchen, um gesund zu bleiben.**

„Gesundheit ist ein Geschenk, das man sich selbst machen muss“, besagt ein schwedisches Sprichwort. Die Bedeutung, Krankheiten nicht nur zu erkennen und zu heilen, sondern in einen gesunden Lebensstil zu investieren, um Krankheiten vorzubeugen, wird immer wichtiger.

### **Vorbeugen ist besser als Heilen**

Unter dieser Maxime steht Prävention bei uns im Vordergrund. Wir sehen hier unsere Verantwortung Ihnen gegenüber. Deshalb haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, Ihnen die Bedeutung und die Vorzüge eines gesunden Lebens stärker ins Bewusstsein zu rücken.

Wir empfehlen Ihnen, sich bewusst damit auseinanderzusetzen, eine gesunde, ausgeglichene Lebensweise zu pflegen, um bis ins hohe Alter fit zu bleiben. Schwerpunkte sind dabei Themen, auf denen eine gesunde Lebensart basiert: Ernährung, Bewegung und Entspannung.

Investieren Sie in Ihre Gesundheit!

### **Einfach umblättern und los geht's**

Auf den folgenden Seiten informieren wir Sie über unsere Angebote, die Ihnen viele Vorteile bieten, um aktiv für Ihre Gesundheit zu sorgen. Sie steigern damit aktiv Ihr Wohlbefinden und werden ausgeglichener im Alltag.

Sorgen Sie vor – wir unterstützen Sie dabei.





### Ambulante Badekur: gesund bleiben

Eine ambulante Kur, auch „Badekur“ genannt, ist sinnvoll, wenn die Voraussetzungen für eine stationäre Kurmaßnahme nicht erfüllt sind. Ihr Vorteil: Sie können sich Ihre Kureinrichtung selbst aussuchen – sogar im Ausland. Wir übernehmen die Kosten für die ärztliche Behandlung und beteiligen uns an der Versorgung mit Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmitteln.

### Bonusprogramm – gesund sein zählt. Wir unterstützen Sie!

Wenn Sie durch regelmäßige Vorsorge mehr für Ihre Gesundheit tun, belohnen wir Sie mit bis zu 150 Euro. Dies gilt auch für familienversicherte Ehegatten. Mehr Infos finden Sie in unserer Broschüre zum Bonusprogramm oder unter: [www.Top-Bonusprogramm.de](http://www.Top-Bonusprogramm.de).

### Darmkrebsvorsorge: aktiv gegen Darmkrebs

Darmkrebsvorsorge ist wichtig – wir unterstützen Sie dabei! Erfahren Sie, welche konkreten Maßnahmen wie Darmspiegelung oder Stuhltest notwendig sind und in welchem Alter welche Maßnahme durchgeführt werden sollte. Für alle Versicherten ab 50 gilt: Nutzen Sie dieses Angebot! Bei Fragen rufen Sie uns gerne an.

### Fit & Vital – gute Alternative zu einer Badekur

Wir unterstützen Sie, auch wenn Sie die Voraussetzungen für eine stationäre Kurmaßnahme nicht erfüllen – mit Fit & Vital. Dieses 14-tägige ambulante Vorsorge-Kompaktprogramm findet in ausgewählten Einrichtungen unter fachärztlicher Aufsicht statt. Wir übernehmen die Kosten für die ärztliche Behandlung und beteiligen uns an der Versorgung mit Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmitteln. Nutzen Sie Ihren Urlaub um fit zu bleiben – mit Fit & Vital.

### Fitnessstudio-Kooperation: fit sein, stark sein, gesund sein

Sie möchten sich im Fitnessstudio anmelden? Dann erkundigen Sie sich bitte nach unseren vielen Kooperationen mit Fitnessstudios. So entfallen häufig Starterpakete, Trainerpauschalen und Aufnahmegebühren. Sie profitieren außerdem von kostenfreien Angeboten wie Gesundheitscheck oder Sauna-Nutzung. Mit unseren Kooperationen lohnt es sich richtig, gesund und fit zu bleiben!

### GesundheitOnline: gesünder leben

Mit unserem Infodienst GesundheitOnline erhalten Sie viele Denkanstöße – schnell, professionell und ohne Termin. Und mit unseren kleinen Gesundheitshelfern, wie dem Bio-Alter-Check, bleiben Sie fit und gesund!



### Gesundheitskurse: So bleiben Sie topfit

Prävention steht bei uns im Mittelpunkt! Sie bekommen zwei Kurse (auch identische) pro Jahr, unabhängig vom Präventionsgebiet, in Höhe von 80% der Kurskosten erstattet. Kurse, die wir selbst anbieten, erhalten Sie kostenfrei. Insgesamt profitieren Sie jährlich von bis zu 250 Euro (2 x 125 Euro). Mehr Infos finden Sie in unserer Broschüre zu den Gesundheitskursen oder unter: [www.Die-Schwenninger.de/Gesundheitskurse](http://www.Die-Schwenninger.de/Gesundheitskurse)

### Gesundheitsreisen: Machen Sie gesunde Ferien!

Zusammen mit verschiedenen Partnern bieten wir Ihnen vielfältige Gesundheitsreisen an. Dafür erhalten Sie von uns einen Zuschuss von bis zu 160 Euro. Hier lernen Sie Gesundheitstechniken wie Yoga, Wirbelsäulengymnastik oder Pilates kennen. Oder wählen Sie Angebote zu Themen wie Herz-Kreislauf oder Rücken. Welche Gesundheitsreise passt zu Ihnen?

### Krebsfrüherkennung: Nutzen Sie unsere Vorsorgeleistungen

Krebs ist in Deutschland nach den Herz-Kreislaufkrankungen die zweithäufigste Todesursache. Wird Krebs jedoch frühzeitig erkannt, verbessern sich die Heilungschancen deutlich – bei Darmkrebs zum Beispiel auf bis zu 90%. Wir übernehmen die Kosten für vielfältige Vorsorgeuntersuchungen, z.B. zur Haut- oder Darmkrebsvorsorge. Bitte nutzen Sie diese Angebote regelmäßig!

### Mamma Care: Sicherheit bei der Früherkennung von Brustkrebs

Früherkennung ist bei Brustkrebs das A und O. Bei der Mamma-Care-Methode handelt es sich um eine Schulung, mit der Sie lernen, Ihre Brust selbst zu untersuchen. Die Methode arbeitet mit einer Brust in Form eines Silikon-Modells. Sie hilft, ertastete Befunde richtig einzuordnen und auffällige Veränderungen zu erkennen. Wir übernehmen die Kosten für die Mamma-Care-Trainerin!







#### **MedHotline: ärztlicher Rat per Telefon – rund um die Uhr!**

Medizinische Beratung, wenn man sie braucht – das ist unser Anspruch. Deshalb haben wir die MedHotline ins Leben gerufen. Diese medizinische Beratungshotline beantwortet Ihre Fragen zu Erkrankungen, Symptomen, Diagnosen und möglichen Therapieformen – rund um die Uhr und kostenfrei. Sie informiert über nächstgelegene Behandlungseinrichtungen und ist deshalb auch im Ausland ein wertvoller Ratgeber. Der Anrufende wird dabei in jedem Fall zurückgerufen, sodass sich evtl. anfallende Telefongebühren, die vor allem bei Anrufen aus dem Ausland entstehen, in Grenzen halten. Damit ist die MedHotline immer und überall ganz leicht erreichbar.

#### **Raucherberatung: Wir helfen Ihnen, das Rauchen aufzuhören**

Sie möchten endlich von der Zigarette loskommen? Wir unterstützen Sie gerne dabei. Wir helfen Ihnen durch persönliche und kompetente Beratung bei der Entwöhnung. Sie erhalten Informationsmaterial und wir bieten Ihnen eine telefonische Begleitung oder auch Kurse in Ihrer Nähe an. Als Nichtraucher steigern Sie Ihre Lebensqualität wesentlich!

#### **Reiseimpfberatung – zu allen Impfungen!**

Welche Impfung brauchen Sie für welches Land? Mit unserer Hotline erhalten Sie eine ausführliche und objektive Beratung, welche Impfungen erforderlich sind. Die Impfberatung beim Arzt ist eine kostenpflichtige IGeL-Leistung. Als Kunde bieten wir Ihnen die Beratung kostenfrei an.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.Bester-Reiseschutz.de](http://www.Bester-Reiseschutz.de).

#### **Reiseimpfungen: sicher und unbeschwert den Urlaub genießen!**

Haben Sie für Ihren Urlaub Ihre Reiseimpfungen überprüft? Wir unterstützen Sie bei den wichtigsten Reiseschutzimpfungen wie Typhus, Gelbfieber, Cholera, FSME (Zecken-Schutzimpfung), Hepatitis A und B, Tollwut, Meningokokken-Meningitis (Hirnhautentzündung), Poliomyelitis, Japanische Enzephalitis und Influenza.

Auf [www.Bester-Reiseschutz.de](http://www.Bester-Reiseschutz.de) erhalten Sie weitere ausführliche Informationen. Reichen Sie einfach die Rechnung für die Impfung bei uns ein. Die ärztliche Leistung übernehmen wir in Höhe der Kassensätze. So können Sie sicher in Ihren verdienten Urlaub reisen.



#### **Schutzimpfungen: der Pikser für vollständigen Impfschutz**

Die Vollständigkeit Ihres Impfschutzes ist uns sehr wichtig. Zahlreiche Infektionskrankheiten, die einen schweren Verlauf nehmen könnten, können so verhindert werden. Lassen Sie regelmäßig Ihren Impfschutz auffrischen. Wir unterstützen Sie dabei.

#### **Zahnmedizinische Beratung: individuell und ausführlich**

Sie haben Fragen zu Zahnersatz, Implantologie, Parodontologie oder Kieferorthopädie? Dann stehen Ihnen qualifizierte zahnmedizinische Fachangestellte gerne zur Verfügung und beantworten Ihre Fragen. Auch wenn Sie schon in Behandlung sind: Rufen Sie uns an, wir sind für Sie da!



# Erhalten

**Unsere Leistungen für Ihre Gesundheit.**

**Wichtig ist es, gesund zu bleiben! Gesundheit und Wohlbefinden sind unser wertvollstes Gut. Nicht zufällig steht Gesundheit an erster Stelle bei den persönlichen Wünschen.**

## Wir kümmern uns um Sie

Im Falle einer Erkrankung können Sie sich auf uns verlassen. Wir stehen Ihnen als starker Partner in jeder Situation nicht nur mit Rat und Tat zur Seite, sondern bieten Ihnen eine große Vielzahl an Angeboten, die Sie bei Ihrer baldigen Genesung unterstützen.

## Im Ernstfall gut versichert

Angefangen bei Arzneimittelberatung, der medizinischen Hotline bis hin zur zahnmedizinischen Beratung – unsere Gesundheitsexperten informieren Sie ausführlich.

Auch wenn Sie Krankengymnastik, Haushaltshilfe, Krankengeld oder eine andere Leistung benötigen – wir helfen schnell und unbürokratisch.

Einen ausführlichen Überblick über die Leistungen erhalten Sie auf den folgenden Seiten.

Ihre Gesundheit ist Ihr höchstes Gut – das wissen wir!



Erhalten

## Akupunktur: die heilende Kraft der Nadeln

Wir übernehmen die Kosten für Ihre Akupunkturbehandlung bei folgenden Diagnosen: chronische Schmerzen der Lendenwirbelsäule sowie chronische Schmerzen eines oder beider Kniegelenke durch Gonarthrose. Bei anderen Beschwerden haben Sie die Möglichkeit, im Rahmen unseres Bonusprogramms einen Zuschuss für Akupunktur zu erhalten.

## Allergikerbettwäsche: erholsam schlafen

Leiden Sie unter einer Hausstaubmilbenallergie? Dann benötigen Sie spezielle Allergikerbettwäsche. Wir übernehmen dafür gerne die Kosten. Lediglich eine kleine Zuzahlung fällt für Sie an. Mit dieser Leistung profitieren Sie u.a. von hochwertigen Bezügen mit 12 Jahren Garantie!

## Ambulante Rehamaßnahmen: Reha in gewohnter Umgebung

Rehamaßnahmen lassen sich häufig ambulant durchführen. Das hat den Vorteil, dass man auf seine gewohnte Umgebung nicht verzichten muss. Wohnortnahe, ambulante Rehabilitation wird deshalb von unseren Kunden immer häufiger nachgefragt. Dabei erhalten Sie alle Leistungen wie bei einer stationären Reha, auch Mittagsverpflegung. Zusätzlich ist ein Hol- und Bringdienst für Sie da, der Sie morgens abholt und nach der Reha wieder nach Hause bringt.

## Arzneimittelberatung: sicher und gut

Haben Sie Fragen zu Neben- und Wechselwirkungen von Arzneien? Dann rufen Sie unsere Arzneimittelberatung an und erfahren Sie, welche Arzneimittel verordnungsfähig sind, wie Arzneimittel-Therapien zu bewerten sind oder welche Zuzahlungen Sie leisten müssen. Bei der Arzneimittelberatung werden Sie ausschließlich durch pharmazeutisch geschultes Fachpersonal beraten!

## Beratung bei Behandlungsfehlern: Sicherheit durch Zweitmeinung

Vermuten Sie einen Behandlungsfehler durch Ihren behandelnden Arzt? Dann können Sie sich jederzeit an uns wenden. Wir gehen jedem Verdachtsfall nach. Ziel ist es, Unsicherheit abzubauen und Ihnen die bestmögliche Behandlung zukommen zu lassen. Eine Bitte: Melden Sie sich unverzüglich bei uns, wenn Sie einen Behandlungsfehler vermuten!

## GesundheitOnline: gesünder leben

Mit unserem Infodienst GesundheitOnline erhalten Sie viele Denkanstöße – schnell, professionell und ohne Termin. Und mit unseren kleinen Gesundheitshelfern, wie dem Bio-Alter-Check, bleiben Sie fit und gesund.







### Häusliche Krankenpflege: Wir helfen Ihnen – zu Hause!

Manchmal ist ein stationärer Krankenhausaufenthalt nicht durchführbar. In diesem Fall übernehmen wir die Kosten für die häusliche Krankenpflege (Grund- und Behandlungspflege) abzüglich einer Eigenbeteiligung. Dies gilt auch, wenn durch die häusliche Krankenpflege der Krankenhausaufenthalt verkürzt oder vermieden werden kann. Unter bestimmten Voraussetzungen umfasst sie sogar die hauswirtschaftliche Versorgung!

### Heil- und Hilfsmittel: Wir unterstützen Ihre Therapie!

Heil- und Hilfsmittel unterstützen Sie dabei, damit Sie schnell wieder gesund werden. Wenn Sie also Krankengymnastik, Bäder, eine Sprachtherapie (Heilmittel), eine Prothese oder ein Hörgerät (Hilfsmittel) benötigen, dann übernehmen wir die Kosten dafür (abzüglich Eigenanteil). Sobald Ihnen eine ärztliche Verordnung vorliegt, suchen Sie sich einfach einen Vertragspartner in Ihrer Nähe!

### Hospizbetreuung: unser Engagement für mehr Menschlichkeit

In den letzten, schweren Stunden sind wir da – und übernehmen die Hospizbetreuung vollständig. Zusammen mit der Hospizeinrichtung und eventuell der Beihilfestelle kümmern wir uns um alles, was jetzt wichtig ist. Da bei der Hospizbetreuung viele Detailfragen zu klären sind, bitten wir Sie, sich persönlich mit uns in Verbindung zu setzen – am besten telefonisch.

### Klinik-Finder: So finden Sie die richtige Klinik!

Sie möchten sich bei der Wahl des richtigen Krankenhauses über die Empfehlung des Arztes hinaus informieren? Unter [www.bkk-klinikfinder.de](http://www.bkk-klinikfinder.de) finden Sie das Krankenhaus, das die Kriterien erfüllt, auf die Sie Wert legen! Der Klinik-Finder bietet Ihnen Unterstützung bei der Frage „ambulant oder stationär?“. Zu jedem Krankenhaus sind Kontaktdaten, Informationen zur Ausstattung und zur medizinischen Versorgung angegeben. Fachbegriffe werden in einem Lexikon erklärt. In den hinterlegten Qualitätsberichten erfahren Sie außerdem, wie häufig eine Klinik bestimmte Leistungen er-

bracht hat. Das Ergebnis: das gute Gefühl, das richtige Haus gefunden zu haben.

Das ist ein wichtiger Schritt, um wieder gesund zu werden!

### Kurhäuser: Ihre Gesundheit verdient höchste Qualität

Planen Sie einen stationären Kuraufenthalt? Im Rahmen von Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahmen profitieren Sie von unserer Partnerschaft mit vielen Kurhäusern sowie Kur- und Rehakliniken. So können Sie sich sicher sein, dass Sie in den Genuss qualitätsgesicherter Kureinrichtungen mit hohem Leistungsstandard und Service kommen.

### MedPLUS DMP: hohe Lebensqualität trotz chronischer Krankheit

Das Behandlungsprogramm MedPLUS DMP sichert chronisch kranken Menschen eine möglichst hohe Lebensqualität. MedPLUS DMP gibt es für die Diagnosen Asthma bronchiale, Brustkrebs, COPD, Diabetes mellitus Typ 1 und Typ 2 und Koronare Herzkrankheit. Die Teilnahme an MedPLUS DMP ist selbstverständlich freiwillig – und kostenfrei.



### MedPLUS HZV: Ihr Hausarzt als Lotse im Gesundheitssystem

Mit MedPLUS HZV entscheiden Sie sich für eine verbesserte Behandlung durch eine hausarztzentrierte Versorgung. Das bedeutet, dass Ihr Hausarzt immer der erste Ansprechpartner ist, sobald ein Krankheitsfall vorliegt. MedPLUS HZV verbessert so die Sicherheit der Behandlung und verkürzt in der Regel die Behandlungsdauer. Teilnehmen kann jeder Versicherte – und natürlich kostenfrei.

### MedPLUS BV: die Therapie für eine optimale Behandlung

Bei MedPLUS BV entwickelt ein definiertes Behandlungsteam eine gemeinsame, qualitätsgesicherte Therapie und optimiert so die Behandlung. Diese besondere Versorgungsform kommt am häufigsten bei ambulanten und stationären Operationen sowie bei Essstörungen zum Einsatz. Die Teilnahme ist freiwillig – und kostenfrei!



### Orthopädietechniker: Expertenwissen für Sie – bei uns im Haus

Haben Sie Bedarf an orthopädischen Hilfsmitteln, beispielsweise Bandagen, Schienen, Einlagen oder orthopädischen Schuhen, und wissen nicht, an wen Sie sich wenden können? Dann hilft Ihnen unser Orthopädietechniker weiter! Er klärt mit Ärzten und Leistungserbringern schnell und zielgerichtet Ihr Anliegen. Sie erhalten Tipps und Beratung zu Aufbau, Pflege, Handhabung und Umgang mit den Hilfsmitteln. Unser Experte freut sich darauf, Ihnen zu helfen!

### PflegeFinder: die ausführliche Information zu Pflegeeinrichtungen

Sie suchen nach einer ambulanten Pflegeeinrichtung oder häuslicher Krankenpflege? Wir haben den Überblick – auf unserer Infoplattform zu Pflegeeinrichtungen im ambulanten und stationären Bereich, zu Hospizen und häuslicher Krankenpflege. Wir helfen Ihnen gerne bei der Auswahl. So können wir für Sie eine Einrichtung finden, die Ihren Wünschen entspricht.

### Pflegeberatung: im Pflegefall bestens beraten

Sicherlich kommen viele Fragen auf, wenn Sie ganz plötzlich einen Pflegefall in der Familie haben! Wir bieten Ihnen und Ihren Angehörigen kostenfrei eine eigene Beratung bei Pflegebedürftigkeit und bei häuslicher Krankenpflege an. Ihnen steht auch die kostenfreie Beratung durch die Verbraucherverbände zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht, Patientenverfügung, Heim- und Pflegeverträge, betreutes Wohnen und ambulant betreute Wohngruppen sowie zum Unterhaltsrecht und zur Sozialhilfe zur Verfügung. Sie können sich auf unser qualifiziertes Fachpersonal verlassen!

### Pflegeleistungen: unsere Unterstützung für Sie im Pflegefall

Pflegebedürftigkeit kann jeden treffen! Unsere Pflegekasse hilft Ihnen, Ihren Alltag selbstständig zu bewältigen, wenn Sie auf Dauer (mindestens jedoch 6 Monate) nicht mehr dazu in der Lage sind. Sie haben Anspruch auf Pflegegeld, Sachleistungen eines Pflegedienstes oder eine Kombination aus beidem. Wir bieten Ihnen unsere Unterstützung an – in jeder Lebenslage.





#### **Rehabilitationsberatung: qualifiziert, kompetent, persönlich**

Sie wünschen sich während Ihrer Rehabilitation weitere persönliche Unterstützung von uns? Wir bieten Ihnen qualifizierte Beratung an – bei schwerwiegenden Erkrankungen und/oder häufigen Krankenhausaufenthalten. Von uns erhalten Sie Informationen zur medizinischen Rehabilitation und zum Schwerbehinderten- und Rentenrecht. Wir vermitteln Ihnen aber auch Kontakte zu Beratungsstellen und Selbsthilfeorganisationen. Sprechen Sie uns einfach an!

#### **Rehabilitationssport/Funktions-training: endlich wieder fit!**

Sie möchten nach Ihren Rehabilitationsmaßnahmen wieder gesund und fit sein? Wir bieten Ihnen sinnvolle Maßnahmen, um Ihre Ausdauer, Kraft, Koordination und Flexibilität zu steigern und übernehmen für einen definierten Zeitraum die Kosten für diese Maßnahmen. Rufen Sie uns an – wir informieren Sie gerne!

#### **Stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen**

Sie suchen eine stationäre Rundum-Betreuung, um Krankheiten vorzubeugen oder diese zu behandeln? In unseren ausgewählten Kurhäusern wird zu Ihrer Vorsorge Ihre Gesundheit verbessert oder eine eventuell anstehende Krankheit verhindert. Bei den stationären

Rehabilitationsmaßnahmen werden gesundheitliche Beeinträchtigungen geheilt oder gemildert. Geschultes Fachpersonal kümmert sich gerne um Sie und betreut Sie rundum gut.

#### **Zahnmedizinische Beratung: individuell und ausführlich**

Sie haben Fragen zu Zahnersatz, Implantologie, Parodontologie oder Kieferorthopädie? Dann stehen Ihnen qualifizierte zahnmedizinische Fachangestellte gerne zur Verfügung und beantworten Ihre Fragen. Auch wenn Sie schon in Behandlung sind: Rufen Sie uns an, wir sind für Sie da!

## Fördern

**Wir fördern Sie und Ihre Gesundheit.**

**Um ein langes, gesundes und glückliches Leben zu führen, spielt eine ausgewogene Lebensweise eine wichtige Rolle. Seien Sie aktiv und machen Sie den ersten Schritt – wir unterstützen Sie dabei!**

#### **Sie sind interessiert?**

Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg in ein aktives und gesundes Leben. Wir unterstützen Sie bei Ihrem Engagement für Ihre Gesundheitsvorsorge – für einen langfristigen Erfolg!

Lassen Sie sich auf den nachfolgenden Seiten inspirieren und holen Sie sich Anregungen für ein gesundheitsbewusstes Leben. Angebote wie z.B. das Bonusprogramm oder unsere Gesundheitskurse sind so individuell wie Sie! Legen Sie los und lassen Sie sich ganz nebenbei dafür belohnen!



### **bidentis: Zahnersatz made in Germany**

Mit bidentis erhalten Sie hochwertigen Zahnersatz, der erschwinglich ist. Denn Sie profitieren von deutlich besseren Leistungen, als dies in der Regelversorgung vorgesehen ist – und reduzieren Ihren Eigenanteil erheblich. Sie brauchen dazu noch nicht einmal Ihren Zahnarzt zu wechseln! Die Herstellung von Ihrem Zahnersatz erfolgt durch die bidentis GmbH – Qualität „Made in Germany“!

### **Bonusprogramm – gesund sein zählt. Wir unterstützen Sie!**

Wenn Sie durch regelmäßige Vorsorge mehr für Ihre Gesundheit tun, belohnen wir Sie mit bis zu 150 Euro. Dies gilt auch für familienversicherte Ehegatten. Mehr Infos finden Sie in unserer Broschüre zum Bonusprogramm oder unter: [www.Top-Bonusprogramm.de](http://www.Top-Bonusprogramm.de)

### **Fahrkosten: Wir kümmern uns – damit Sie gut ankommen!**

Wir übernehmen für Sie die Fahrkosten, wenn ein Krankentransport erforderlich ist oder wenn Sie sich zum Beispiel stationär im Krankenhaus behandeln lassen müssen. So haben Sie eine Sorge weniger und können sich voll auf Ihre Genesung

konzentrieren. Wichtig: Bitte bewahren Sie Fahrscheine und ärztliche Bescheinigungen sorgfältig auf!

### **Familienversicherung: die Gesundheit Ihrer Familie fest im Blick**

Die Familienversicherung ermöglicht es Angehörigen ohne eigenes Einkommen, sich beitragsfrei mitzuversichern. Damit genießen z.B. Ehegatten und auch Enkel umfassenden Versicherungsschutz durch uns. Mit einfachen und transparenten Regeln profitieren Sie so von maximalem Schutz für alle Familienmitglieder!

### **Fitnessstudio-Kooperation: fit sein, stark sein, gesund sein**

Sie möchten sich im Fitnessstudio anmelden? Dann erkundigen Sie sich bitte nach unseren vielen Kooperationen mit Fitnessstudios. So entfallen häufig Starterpakete, Trainerpauschalen und Aufnahmegebühren. Sie profitieren außerdem von kostenfreien Angeboten wie Gesundheitscheck oder Sauna-Nutzung. Mit unseren Kooperationen lohnt es sich richtig, gesund und fit zu bleiben!

### **Gesundheitskurse: So bleiben Sie topfit**

Prävention steht bei uns im Mittelpunkt! Sie bekommen zwei Kurse (auch identische) pro Jahr, unabhängig vom Präventionsgebiet, in Höhe von 80% der Kurskosten erstattet. Kurse, die wir selbst anbieten, erhalten Sie kostenfrei. Insgesamt profitieren Sie jährlich von bis zu 250 Euro (2 x 125 Euro). Mehr Infos finden Sie in unserer Broschüre zu den Gesundheitskursen oder unter: [www.Die-Schwenninger.de/Gesundheitskurse](http://www.Die-Schwenninger.de/Gesundheitskurse)

### **Kunden werben: Empfehlen Sie uns weiter!**

Wir erhalten laufend Auszeichnungen für unsere Leistungen. Sind auch Sie zufrieden mit uns? Dann empfehlen Sie uns doch einfach weiter! Das geht ganz leicht – und bringt Ihnen bares Geld! Denn für jeden erfolgreich geworbenen Kunden erhalten Sie 25 Euro Geldprämie. Von Ihrer Empfehlung profitieren alle: Freunde, Familie und Bekannte – und natürlich Sie. Mehr Infos finden Sie in unserer Broschüre zum Thema Kunden werben.



### **Reiseimpfungen: sicher und unbeschwert den Urlaub genießen!**

Haben Sie für Ihren Urlaub Ihre Reiseimpfungen überprüft? Auf [www.Bester-Reiseschutz.de](http://www.Bester-Reiseschutz.de) erhalten Sie ausführliche Informationen. Reichen Sie die Rechnung für die Impfung bei uns ein. Die ärztliche Leistung übernehmen wir in Höhe der Kassensätze. So können Sie sicher in Ihren verdienten Urlaub reisen.

### **Selbsthilfeförderung: professionelle Hilfe zur Selbsthilfe**

Die Selbsthilfe ist eine unverzichtbare Ergänzung zur allgemeinen medizinischen Versorgung. Wir fördern anerkannte Selbsthilfegruppen, insbesondere bei Seminaren und Tagungen, die der Information, Aufklärung und Beratung von Betroffenen und Angehörigen dienen. Ziel ist es, professionelle Hilfe zu bieten – um so den Selbsthilfeauftrag zu unterstützen!

### **Zweite Zahnarztmeinung – für bezahlbaren Zahnersatz**

Möchten Sie Ihren Heil- und Kostenplan vergleichen? Stellen Sie diesen anonym und kostenfrei auf [www.2te-zahnarztmeinung.de](http://www.2te-zahnarztmeinung.de) ein. So können Sie direkt vergleichen und sehen, wie hoch Ihr Einsparpotenzial ist. Mit 2te Zahnarztmeinung können Sie schnell und bequem Ihren Eigenanteil bei der Zahnersatzversorgung senken – bei gleicher Leistung. Nur in Deutschland zugelassene Zahnärzte sind im Portal vertreten. Ebenso wichtig ist, dass der Zahnersatz in Deutschland hergestellt wird. So profitieren Sie von bezahlbarem Zahnersatz auf hohem Niveau.



### **Zusatzversicherungen: rundum gut versichert**

Die Tarifwelt unserer Partner bietet für jeden Bedarf das richtige Angebot. Von A wie Ambulante Zusatzversicherung bis Z wie Zahnzusatzversicherung können Sie Ihren gesetzlichen Versicherungsschutz sinnvoll ergänzen – zu sehr attraktiven Konditionen! Mehr Infos unter: [www.Die-Schwenninger.de/Zusatzversicherungen](http://www.Die-Schwenninger.de/Zusatzversicherungen)



## So erreichen Sie uns:

**Die Schwenninger Krankenkasse**  
**78044 Villingen-Schwenningen**

<b>Service-Team</b>	<b>0800 3755 3755 5*</b>
Service-Fax	0800 3755 3755 9*
Internet	<a href="http://www.Die-Schwenninger.de">www.Die-Schwenninger.de</a>
E-Mail	<a href="mailto:Info@Die-Schwenninger.de">Info@Die-Schwenninger.de</a>

### Medizinische Beratung:

MedHotline	0800 3755 3755 3*
MedHotline international	+49 7720 9727-11555

(Kosten variieren je nach Verbindung und Telefonanbieter)

\*kostenfrei für Mobilfunk/Festnetz



### Sind Sie zufrieden mit uns?

Bewerten Sie die Schwenninger –  
einfach, schnell und übersichtlich.  
Denn Ihre Meinung ist uns wichtig!

[www.Die-Schwenninger.de/Kundenmeinungen](http://www.Die-Schwenninger.de/Kundenmeinungen)

### Folgen Sie uns!

 [www.facebook.com/Die.Schwenninger](https://www.facebook.com/Die.Schwenninger)  
 [www.twitter.com/DieSchwenninger](https://www.twitter.com/DieSchwenninger)

Wir sind bundesweit für Sie da!    Ansbach • Arnstadt • Berlin  
Emden • Fulda • Hamburg • Karlsruhe • Koblenz • Mainz • München  
Münster • Villingen-Schwenningen • Wächtersbach