LEISTUNGSBROSCHÜRE

BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER

Einfach. Gut. Für Alle.



EINFACH.
GUT.
FÜR ALLE.

EINFACH. GUT...

... FÜR ALLE. 3
... INDIVIDUELL. 4-5
... BEHANDELT. 6-9
... SICHERE MEDIKAMENTE. 10
... FIT UND AKTIV. 11
... UNTERSTÜTZT UND GEPFLEGT. 12-13
... FÜR DIE GANZE FAMILIE. 14-15
... VORSORGEN. 16-17
... GEIMPFT. 18
... UNSER BONUSPROGRAMM. 19
... DIGITAL. 20-21
... UNSERE EXTRA-TARIFE. 22
... ZUSATZVERSICHERT. 23

EINFACH. GUT. FÜR ALLE.

Über 200.000 Kundinnen und Kunden in Deutschland vertrauen der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER. Hochqualifizierte und engagierte Mitarbeitende beraten und unterstützen unsere Versicherten und unsere Arbeitgeberkunden in allen Belangen. Unsere Arbeit bedeutet für uns: Einfache und schnelle Hilfe von Mensch zu Mensch. Dabei ist jeder unserer Versicherten einzigartig und jeder hat andere Erwartungen an seine Krankenkasse. So individuell unsere Kunden sind, so individuell sind unsere Beratung und unsere Angebote für sie. Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER setzt sich für Menschen aller Generationen ein. Ein Leben lang begleiten wir die Gesundheit unserer Versicherten.

Machen Sie sich einfach selbst ein Bild von uns.
Wir sind gerne für Sie da.

Ihre BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER

Für alle, die einfach mehr wollen, beispielsweise

eine persönliche Kundenberatung,
die sich für alle Ihre Anliegen Zeit nimmt

umfangreiche Familienleistungen
gesund aufwachsen von Anfang an

zusätzliche Präventionsangebote
wie Aktivurlaube oder Gesundheitskurse

ein attraktives Bonusprogramm
gut für Ihre Gesundheit und Finanzen

zeitgemäße Kommunikation
schnell, bequem und sicher mit unserer BKK GS-App

digitale Gesundheitsleistungen
vom Online-Coach bis zur Gesundheits-App

Wir sind ausgezeichnet

Eine gute Krankenkasse zeichnet sich durch herausragende Leistungen und einen ausgezeichneten Service aus. Wir stellen uns dem Krankenkassenvergleich und zeigen Ihnen, warum Sie, Ihre Gesundheit und Ihre Familie bestens bei uns versichert sind. Überzeugen Sie sich selbst!









EINFACH. GUT. INDIVIDUELL ...

... Ihr 250 Euro Vorteils-Paket: so vielseitig und bunt wie das Leben

Sie wollen einfach mehr als regulär und wissen, was Ihnen für Ihre Gesundheit wichtig ist? Mit dem **250 Euro Vorteils-Paket** der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER haben Sie die freie Wahl zwischen vielen attraktiven Gesundheitsleistungen. Kombinieren Sie, wie es gerade in Ihr Leben passt – jedes Jahr neu.

Einfach. So. 250 Euro im Jahr.

Wenn Sie eine Leistung aus dem Vorteils-Paket in Anspruch genommen haben, schicken Sie uns die Rechnung und eventuelle Verordnung mit dem Erstattungsformular für das 250 Euro Vorteils-Paket zu. Oder verwalten Sie Ihr Vorteils-Paket bequem in der BKK GS-App, dort haben Sie auch Ihr aktuelles Guthaben immer im Blick. Ausführliche Informationen finden Sie unter **www.bkkgs.de/vorteils-paket.**

Natur
Sie vertrauen der Heilkraft der Natur als Ergänzung zur Schulmedizin? Wenn Osteopathie oder natürliche Arzneimittel für Sie die bessere Alternative sind, unterstützen wir Sie gerne. Nutzen Sie Ihr Vorteils-Paket und stärken Sie Ihre Selbstheilungskräfte. ≫ S. 8 und S. 10

- **Osteopathie***
- **Alternative Arzneimittel***

Vorsorge
Sie sind noch zu jung für die reguläre Vorsorge oder wollen einfach mehr Früherkennung? Über Ihr Vorteils-Paket können Sie zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch nehmen – unabhängig von Ihrem Alter und den gesetzlichen Vorgaben. ≫ S. 16

- **Hautkrebsvorsorge***
- **Brustkrebsvorsorge***
- **Gesundheits-Check-up***
- **Darmkrebsvorsorge***

Sport
Sie sind sportlich aktiv oder gerade auf dem Weg dahin? Dann unterstützen wir Sie gerne mit zusätzlichen Angeboten. Nutzen Sie Ihr Vorteils-Paket für Fitness ohne Risiko: professionell durchgecheckt, getapt und mit sicherem Durchblick. ≫ S. 11

- **Sportler-Check-up***
- **Kinesiologisches Taping***
- **Sportbrille***

*Ausführliche Informationen zu diesem Teil unseres 250 Euro Vorteils-Pakets erhalten Sie auf den nachfolgenden Seiten und unter www.bkkgs.de/vorteils-paket.



Schwangerschaft
Sie erwarten ein Baby und das Wohlbefinden von Mutter und Kind steht bei Ihnen gerade an erster Stelle? Dann nutzen Sie Ihr Vorteils-Paket für zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen und Leistungen, die Ihnen rund um die Schwangerschaft wichtig sind. ≫ S. 14-15

Zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen

Mineralstoffe

Hebammenrufbereitschaft

Paar-Kurs zur Geburtsvorbereitung



Impfungen
Sie planen Reisen in ferne Länder, für die Impfungen oder eine Malariaprophylaxe empfohlen werden? Nutzen Sie einfach Ihr Vorteils-Paket für die von der STIKO empfohlenen Schutzimpfungen. So haben Sie mehr Geld für Ihre Urlaubskasse und kommen gesund wieder. ≫ S. 18

Reiseschutzimpfung

Malaria Prophylaxe

Gesundheitskonto

Der **250 Euro Vorteil** reicht nicht? Kein Problem, machen Sie einfach mehr draus.

Sichern Sie sich mit sportlichen Aktivitäten und regelmäßiger Vorsorge einen Bonus – und verdoppeln Sie ihn auf Ihrem persönlichen Gesundheitskonto. Das Guthaben können Sie für ausgewählte Gesundheitsleistungen, eine neue Brille, Ihren Mitgliedsbeitrag fürs Fitnessstudio u. v. m. verwenden. ≫ S. 19

EINFACH. GUT. BEHANDELT...

... bei Haus- und Fachärzten

Natürlich ist jeder von uns am liebsten gesund. Wenn Sie sich aber doch in ärztliche Behandlung begeben müssen, sind wir für Sie da: Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER übernimmt die Kosten für alle notwendigen Untersuchungen und Behandlungen bei Haus- und Fachärzten. Zeitlich unbegrenzt und deutschlandweit haben Sie freie Arztwahl unter allen zugelassenen Medizinern.

... bei Psychotherapeuten

Wenn Sie psychologische Hilfe brauchen oder unter einer psychischen Erkrankung leiden, übernehmen wir die Kosten für die Behandlung bei einem zugelassenen Psychotherapeuten. Und wir helfen Ihnen bei der Suche nach einem geeigneten Therapeuten.

... bei Zahnärzten

OK: Die wenigsten Menschen gehen mit großer Begeisterung zum Zahnarzt. Wenn aber doch einmal ein Zahn gefüllt oder gezogen werden muss, eine Wurzel- oder Parodontosebehandlung notwendig wird, sind wir für Sie da. Und da auch die Wahl des Zahnarztes Vertrauenssache ist, können Sie unter allen zugelassenen Zahnärzten frei wählen.

Ist **Zahnersatz** notwendig, beteiligt sich die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER mit einem befundbezogenen Festzuschuss. Hierbei zahlt sich Ihre regelmäßige Vorsorge aus: Können Sie nachweisen, dass Sie in den letzten fünf bzw. zehn Jahren mindestens einmal jährlich zur Kontrolluntersuchung waren, erhöht sich der befundbezogene Festzuschuss.

Grundsätzlich können Sie Ihren **Zahnersatz auch in allen Ländern der EU und dem EWR mit Sozialversicherungsabkommen und der Schweiz** anfertigen und eingliedern lassen. Damit Sie keine unangenehmen Überraschungen erleben, lassen Sie sich aber in jedem Fall im Vorfeld von unseren Experten beraten und Ihren Heil- und Kostenplan genehmigen.

... bei Kieferorthopäden

Gesunde Zähne und das Lächeln eines Kindes sind etwas Schönes. Oft liegen aber bei Kindern und Jugendlichen Fehlstellungen der Zähne vor, die korrigiert werden müssen. Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER übernimmt die Kosten der medizinisch notwendigen kieferorthopädischen Behandlung bei allen Versicherten bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres. Unsere Mitarbeiter beraten Sie hierzu gern ausführlich.



... bei Operationen und im Krankenhaus

Manchmal lässt sich eine Operation nicht vermeiden. Selbstverständlich übernehmen wir für medizinisch notwendige Operationen die Kosten. Wussten Sie, dass viele Eingriffe heute auch ambulant durchgeführt werden können? Sie ersparen sich dadurch einen Krankenhausaufenthalt und die Zuzahlung und können zu Hause wieder gesund werden. Wir unterstützen ambulante Operationen und beraten Sie gerne dazu individuell.

Ein **Krankenhausaufenthalt** ist leider manchmal unumgänglich. Damit Sie schnell wieder gesund werden können, kümmern wir uns um die Kosten für ärztliche Behandlungen, Operationen, Medikamente, Aufenthalt und Verpflegung in einem zugelassenen Krankenhaus oder einer zugelassenen Klinik Ihrer Wahl. Sie tragen lediglich die gesetzlich vorgeschriebene Zuzahlung von 10 Euro pro Tag für maximal 28 Tage im Kalenderjahr.

Zweitmeinung: Ist die Operation sinnvoll?

Wenn Ihr Orthopäde oder Kardiologe eine Operation empfiehlt, kann ein Zweitmeinungsgutachten angebracht sein. Denn nicht jeder operative Eingriff ist notwendig oder führt zu dem gewünschten Erfolg. Zu diesem Zweck bieten wir Ihnen eine kostenlose medizinische Beratung bei unserem Vertragspartner Medexo an. Sie erhalten innerhalb von zwei Wochen eine fundierte Einschätzung, ob eine Operation angebracht oder eine alternative Behandlung besser geeignet ist – bequem online oder auf Wunsch per Post.



... mit alternativen Heilmethoden

Immer mehr Menschen vertrauen auf die Heilkräfte alternativer oder ergänzender Therapien. Denn Homöopathie, Osteopathie und Akupunktur sind häufig sehr gut verträglich und führen bei vielen Patienten zu weniger Nebenwirkungen. Versicherte, die unter Kniegelenksarthrosen oder chronischen Lendenwirbelsäulenbeschwerden leiden, können sich nach chinesischer Medizin akupunktieren lassen. Für **Akupunktur-Behandlungen** nutzen wir den vom Gesetzgeber vorgegebenen Spielraum aus. Unsere Mitarbeiter beraten Sie gern. Natürlich können Sie neben den klassischen Behandlungsformen auch **homöopathische Behandlungen** in Anspruch nehmen. Wie bei anderen Ärzten auch wird die Leistung direkt über die BKK-Gesundheitskarte abgerechnet, wenn Ihr Arzt die Zusatzbezeichnung Homöopathie trägt und dem Vertrag mit der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER beigetreten ist.

Welcher homöopathisch arbeitende Arzt in Ihrer Nähe über Ihre Gesundheitskarte abrechnen kann, erfahren Sie an unserem kostenloses Servicetelefon 0800 0 255 255. Oder schicken Sie Ihre Anfrage per Mail an info@bkkgs.de.

... mit Osteopathie

Die Osteopathie ist ein ganzheitlicher Therapieansatz, bei dem die Selbstheilungskräfte der Patienten aktiviert werden. Die Osteopathie umfasst die manuelle Diagnostik und Therapie am Bewegungssystem, den inneren Organen und am Nervensystem. Sie stellt den Abbau von Blockaden sowie die Wiederherstellung des Gleichgewichts aller Körpersysteme in den Mittelpunkt. Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER beteiligt sich im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets** jährlich mit bis zu 120 Euro an den Kosten der osteopathischen Behandlung (drei Sitzungen zu je maximal 40 Euro).

Wenn Sie sich für eine osteopathische Behandlung entscheiden, benötigen Sie zunächst eine ärztliche Bescheinigung, die eine solche Therapie empfiehlt. Damit Sie sicher sein können, eine sehr gute Behandlung zu erhalten, brauchen Sie einen qualifizierten Osteopathen. Er muss Mitglied eines Berufsverbandes der Osteopathen sein oder eine absolvierte Ausbildung nachweisen können, die zum Beitritt in einen Osteopathieverband berechtigt. Reichen Sie die Rechnungen, die Sie zunächst selbst begleichen, zusammen mit der ärztlichen Bescheinigung bei uns ein. Wir überweisen Ihnen dann den jeweiligen Betrag auf Ihr Konto.

... im Ausland

Auch im Ausland begleitet Sie der Gesundheitsschutz Ihrer BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER. Mit Ihrer persönlichen Europäischen Krankenversichertenkarte, der European Health Insurance Card, kurz EHIC, sind Sie bei Reisen in alle europäischen Länder mit Sozialversicherungsabkommen auf der sicheren Seite. Bei akut auftretenden Erkrankungen oder Verletzungen werden Sie bei



allen zugelassenen Ärzten und Krankenhäusern behandelt. Doch bitte denken Sie daran: Die EHIC ersetzt nicht die Auslandsreisekrankenversicherung! Als gesetzliche Krankenkasse dürfen wir nur die deutschen Vertragssätze für durchgeführte Behandlungen erstatten. Runden Sie deshalb Ihren Versicherungsschutz ab und schließen Sie zusätzlich eine Auslandskrankenversicherung ab. Sie übernimmt zum Beispiel die hohen Ausgaben für einen Rücktransport nach Hause. Unser Kooperationspartner bietet Ihnen verschiedene Tarife zu günstigen Konditionen. Mehr Infos unter **www.bkkgs.de/zusatzversicherung.**

... bei chronischen Erkrankungen

Exklusiv für chronisch Kranke, die an Diabetes mellitus, Brustkrebs, koronarer Herzkrankheit, Osteoporose, Asthma, rheumatoide Arthritis oder der Lungenerkrankung COPD leiden, hat die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER umfangreiche Programme entwickelt. Unser Ziel: Das Beste für Ihre Gesundheit.

Bei unseren **Disease-Management-Programmen (DMP)** arbeiten alle für Ihre Behandlung wichtigen Fachleute zusammen. Nach dem neuesten Stand der Wissenschaft. Im Mittelpunkt: Sie und Ihre individuellen Bedürfnisse. Lassen auch Sie sich von unseren Fachleuten beraten.

Unsere Extra-Leistung für Sie: Das Gesundheitstelefon

Bei allen Fragen zum Thema Gesundheit sind Sie am Gesundheitstelefon der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER bestens aufgehoben. Unsere Expertinnen und Experten erklären Ihnen ärztliche Diagnosen und Therapien, informieren Sie zu Schutzimpfungen und helfen Ihnen bei der Suche nach einem Facharzt.

Sie erreichen unser Gesundheitstelefon täglich von 06:00 Uhr bis 24:00 Uhr kostenlos unter der Nummer 0800 366 566 502.

EINFACH. GUT. SICHERE MEDIKAMENTE.

Kosten bei Medikamenten

Wir übernehmen die Kosten für Ihre verschreibungspflichtigen, ärztlich verordneten Arznei- und Verbandmittel. Sie zahlen nur die vom Gesetzgeber festgelegten Zuzahlungen. Diese betragen zehn Prozent des Medikamentenpreises, mindestens fünf Euro, maximal zehn Euro – aber nicht mehr als die tatsächlichen Kosten des Medikaments. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre zahlen bei uns nichts dazu.

Für bestimmte Arzneimittel dürfen gesetzliche Krankenkassen die Kosten nur bis zu einem gesetzlich festgelegten Höchstbetrag übernehmen: dem sogenannten Festbetrag. Das bedeutet: Ist der Preis des Arzneimittels höher als der Festbetrag, müssen Sie die Differenz selbst bezahlen – zusätzlich zu der üblichen gesetzlichen Zuzahlung. Dies gilt auch für Versicherte, die von der gesetzlichen Zuzahlung befreit sind.

Alternative Arzneimittel

Alternative Arzneimittel unterstützen den Körper dabei, schneller wieder gesund zu werden. Im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets** erstatten wir Ihnen die Kosten für alternative Arzneimittel der **Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie** bis zu einem Höchstbetrag von 50 Euro pro Jahr. Voraussetzung ist, dass Ihnen diese Arzneimittel von Ihrem Arzt auf einem Privatrezept verordnet werden. Durch die Verordnung ist sichergestellt, dass Sie medizinisch optimal versorgt werden und beispielsweise Dosierungsfehler durch Selbstmedikation vermieden werden. Für die Erstattung reichen Sie einfach das Rezept und die Apothekenrechnung bei uns ein. Bitte beachten Sie, dass für Arzneimittel, die aus dem Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung ausgeschlossen sind (z. B. Appetitzügler) keine Kosten übernommen werden dürfen. Das gilt auch für Präparate, die nicht als Arzneimittel zugelassen sind (z. B. Bachblüten und traditionelle Kräutermischungen).

Rabattverträge für Arzneimittel

Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER hat mit namhaften Generika-Herstellern Rabattverträge geschlossen. Die patentfreien Arzneimittel (Generika) enthalten den gleichen Wirkstoff, sind aber preiswerter als das Originalpräparat. Das gesparte Geld investieren wir umgehend für Sie: In die Optimierung unseres Leistungs- und Serviceangebots.

Unsere Extra-Leistung für Sie: Wir beantworten Ihre Fragen zu Medikamenten

Welche Nebenwirkungen hat das verordnete Arzneimittel? Was sind die typischen Symptome einer Krankheit? Zu diesen und ähnlichen Fragen beraten Sie unsere Spezialisten am Gesundheitstelefon unter 0800 366 566 502.



EINFACH. GUT. FIT UND AKTIV.

Sportler-Check-up

Fitness ohne Risiko: Eine sportmedizinische Untersuchung und Beratung zeigt, welches Training zu Ihrer Fitness passt. Ein Basis-Check ist empfehlenswert, wenn Sie während der letzten fünf Jahre nicht regelmäßig sportlich aktiv waren oder über 35 Jahre alt sind. Leistungssportler und Einsteiger mit Risikofaktoren (z. B. Herzkrankheiten, Übergewicht oder Gelenkbeschwerden) können eine erweiterte Untersuchung in Anspruch nehmen. Wichtig ist, dass die Untersuchung von einem Arzt mit der Zusatzbezeichnung „Sportmedizin" durchgeführt wird. Dann erstatten wir Ihnen die Kosten für den Check-up im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets.**

Kinesiologisches Taping

Bei Verletzungen oder Entzündungen von Muskeln, Bändern oder Gelenken können mit Hilfe von kinesiologischen Tapes die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert werden. Richtig angelegt kann ein Kinesio-Tape den geschädigten Körperteil stützen und entlasten und Schmerzen lindern. Lassen Sie das Taping beispielsweise von einem zugelassenen Physiotherapeuten durchführen, erstatten wir Ihnen jährlich bis zu 30 Euro im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets.**

Sportbrille

Behalten Sie trotz Sehschwäche den sicheren Durchblick beim Sport. Bei einer augenärztlich verordneten Sportbrille beteiligen wir uns einmalig mit 100 Euro im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets.**

Gesundheitskurse

Sie möchten gesünder kochen, weniger rauchen oder mehr für Ihren Rücken tun? Wir unterstützen Ihre Motivation gerne mit qualitätsgesicherten Präventionskursen, die von ausgebildeten und geprüften Anbietern durchgeführt werden.

Pro Jahr übernehmen wir für zwei Gesundheitskurse, an denen Sie regelmäßig teilgenommen haben (mind. 80 Prozent der Termine), bis zu 75 Euro je Kurs. Alle zertifizierten Kurse zu den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung, Stressreduktion/Entspannung und Genuss- und Suchtmittelkonsum finden Sie unter **www.bkkgs.de/gesundheitskurse.** Dort können Sie sich auch interaktive Onlinekurse anzeigen lassen.

Gesundheitsurlaub

Machen Sie doch einfach einmal im Jahr eine Woche Gesundheitsurlaub! Die BKK Aktivwochen gibt es zu unterschiedlichen Schwerpunkten: Rückengesundheit, Ernährung oder allgemeine Fitness.

Unter **www.bkkgs.de/aktivwoche** finden Sie bestimmt das für Sie passende Programm.

Unsere Alternative zur Aktivwoche: Das fitforwell-Programm. Tanken Sie vier Tage lang Kraft für den Alltag – zum Beispiel über ein verlängertes Wochenende, inklusive Übernachtungen und Verpflegung. Sie haben die Wahl zwischen verschiedenen Kursbausteinen, beispielsweise Rückenschule, autogenes Training, Ernährung, oder Nordic Walking.

Wir unterstützen Sie bei Ihrem Gesundheitsurlaub einmal im Jahr mit 200 Euro. Sie entscheiden also, ob Sie die 200 Euro für eine Aktivwoche oder lieber für ein fitforwell-Programm einsetzen möchten.

EINFACH. GUT. UNTERSTÜTZT UND GEPFLEGT.

Hilfsmittel

Hilfsmittel sollen Ihnen das Leben mit einer Behinderung erleichtern. Sie helfen Ihnen dabei, mit den Folgen einer Erkrankung besser zurechtzukommen. Hilfsmittel sind unter anderem orthopädische Schuhe, Hörgeräte, Rollstühle, Kompressionsstrümpfe und Einlagen. Über die Möglichkeiten der Versorgung und die Zuschusshöhe berät Sie Ihr Leistungserbringer. Als Vertragspartner der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER setzt er sich automatisch mit uns in Verbindung. Wir übernehmen für ärztlich verordnete Hilfsmittel die Kosten bis zu den festgeschriebenen Höchstgrenzen*.

Ihre Zuzahlung bei Hilfsmitteln beträgt maximal 10 Prozent, mindestens jedoch 5 Euro und höchstens 10 Euro. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre müssen keine Zuzahlung leisten. Bei zum Verbrauch vorgesehenen Hilfsmitteln, wie z. B. Inkontinenzvorlagen, beträgt Ihre Zuzahlung ebenfalls 10 Prozent. Maximal zahlen Sie 10 Euro pro Monat hinzu. Dabei werden Ihre Zuzahlungen auf die Höchstgrenze der Zuzahlungen im laufenden Kalenderjahr angerechnet. **Sehhilfen**, also Brillen und Kontaktlinsen etc., werden von den gesetzlichen Krankenkassen für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Geburtstag bezuschusst. Jugendliche erhalten bei der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER bei Kurz- und Weitsichtigkeit von mehr als 6,0 Dioptrien oder bei einer Hornhautverkrümmung von mehr als 4,0 Dioptrien einen Zuschuss zur Brille bzw. Kontaktlinse. Auch bei schweren Augenkrankheiten sind Zuschüsse möglich.

Als **Allergiker** unterliegen Sie im Alltag oft vielen Einschränkungen. Manchmal können Hilfsmittel, wie beispielsweise Allergiker-Bettwäsche, Erleichterung bringen. Wir übernehmen im Rahmen der Vertragspreise* die Kosten für Allergiker-Bettwäsche für Sie und für Ihren Partner, der im gleichen Raum schläft.

Haushaltshilfe

Werden Sie als Elternteil krank und können den Haushalt mit Kind (unter 12 Jahren) nicht mehr führen, unterstützen wir Sie über den gesetzlichen Rahmen hinaus. Für diese Zeit übernehmen wir die Kosten für eine Haushaltshilfe, wenn in Ihrem Haushalt keine Person lebt, die diesen weiterführen kann. Sie können diese Leistung bis zu fünf Arbeitstage innerhalb eines Kalenderjahres einmalig für dieselbe Krankheit in Anspruch nehmen.

Bei einer schweren Krankheit und wenn im Haushalt ein Kind lebt, welches das 12. Lebensjahr noch nicht vollendet hat, verlängert sich Ihr Anspruch auf eine Haushaltshilfe auf bis zu 26 Wochen. Bei einer stationären Behandlung haben Sie sogar einen zeitlich unbegrenzten Anspruch auf Unterstützung durch eine Haushaltshilfe.

Unter bestimmten Voraussetzungen ist es auch gar nicht erforderlich, dass ein Kind im Haushalt lebt: Wenn Ihnen die Weiterführung des Haushalts wegen schwerer Krankheit nicht möglich ist, haben Sie bis zu vier Wochen innerhalb eines Kalenderjahres Anspruch auf eine Haushaltshilfe.

Möchten Sie eine Haushaltshilfe in Anspruch nehmen, denken Sie bitte daran, vorher einen entsprechenden Antrag bei uns stellen. Wir beraten Sie gerne ausführlich und individuell dazu.



Unterstützung bei der häuslichen Krankenpflege und Pflege

Als Versicherter der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER haben Sie Anspruch auf häusliche Krankenpflege durch ausgebildete Pflegekräfte. Dabei übernehmen wir die Kosten der erforderlichen Grund- und Behandlungspflege sowie der hauswirtschaftlichen Versorgung solange diese medizinisch notwendig sind. Sie zahlen lediglich die vom Gesetzgeber vorgeschriebenen Zuzahlungen.

Versicherte der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER sind automatisch pflegeversichert. Die Pflegeversicherung sorgt für Ihre angemessene Betreuung, wenn Sie pflegebedürftig werden: sei es zu Hause, in einer Kurzzeitpflege oder in einer stationären Einrichtung. Die Pflegeversicherung kümmert sich um die Bezahlung der professionellen Pflegekräfte und um die soziale Absicherung der pflegenden Angehörigen in der Renten- und ggfs. Arbeitslosenversicherung.

Zu den Leistungen der Pflegeversicherung der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER gehört auch die Pflegeberatung. In unseren Kundencentern werden Sie dazu persönlich oder telefonisch von unseren Fachleuten beraten. Im gesamten Bundesgebiet kommen die Pflegeberater unserer Vertragspartner auf Wunsch zu Ihnen nach Hause.

Versicherte, die so schwer erkrankt sind, dass sie in einem Hospiz betreut werden müssen, unterstützen wir finanziell. Zusammen mit der Leistung der Pflegeversicherung werden die gesamten Kosten übernommen. Selbstverständlich haben Sie – genau wie beim Krankenhaus – die freie Wahl unter allen zugelassenen Häusern.

Festbeträge und Vertragspreise (Höchstgrenzen)

Der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen legt bundesweit einheitliche Festbeträge, das heißt Obergrenzen für die Kostenübernahme für bestimmte Hilfsmittelgruppen fest. Der Gesetzgeber hat entschieden, dass die Krankenkassen Verträge mit bestimmten Leistungserbringern schließen können. Hier werden Vertragspreise vereinbart. Sie wirken wie die Festbeträge des Spitzenverbandes. Diese Obergrenzen sind notwendig, da es bei diesen Hilfsmittelgruppen enorme Preisdifferenzen gibt. Preisunterschiede von bis zu 200 Prozent bei gleicher Qualität waren und sind möglich. Ebenso beabsichtigt der Gesetzgeber mit diesen Möglichkeiten Wirtschaftlichkeitsreserven zu nutzen.

EINFACH. GUT. FÜR DIE GANZE FAMILIE.

Schwangerschaft und Geburt

Als werdende Mutter genießen Sie unseren besonderen Schutz. Unser Vorsorgeprogramm **BabyCare** begleitet Sie und Ihr Baby sicher durch die Schwangerschaft. Ob als Handbuch oder App – Sie haben die Wahl!

Doch das Bedürfnis nach Sicherheit ist in dieser Zeit sehr individuell. Deshalb bieten wir zusätzlich zur gesetzlichen Vorsorge viele Leistungen an. Entscheiden Sie im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets** selbst, was Ihnen wichtig ist: Verordnete, apothekenpflichtige **Mineralstoffe**, Toxoplasmose-Test, serologische Untersuchungen auf Infektionen, Feststellung von Antikörpern gegen Ringelröteln und Windpocken, Zytomegalie-Test. Oder wünschen Sie sich schon für die letzten Wochen der Schwangerschaft eine **Hebammenrufbereitschaft?** Vielleicht möchten Sie sich als Paar gemeinsam **auf die Geburt vorbereiten.** Auch das können Sie sich im Rahmen Ihres **250 Euro Vorteil-Pakets** erstatten lassen, wenn Sie beide bei uns versichert sind und der Kurs von einer Hebamme durchgeführt wird.

Ob Sie in einem Krankenhaus oder zu Hause entbinden, entscheiden Sie. Die Nachbetreuung durch eine Hebamme ist selbstverständlich.

Das erste Lebensjahr

Ist Ihr Nachwuchs da, vergessen Sie nicht, ihn gleich bei der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER anzumelden. Ein Anruf bei uns genügt und wir schicken Ihnen alle notwendigen Unterlagen zu. Als Dankeschön erhalten Sie einen **Odenwälder BabyNest®-Schlafsack.** Außerdem begleiten wir Sie und Ihr Kind mit unserer MINIKIT-Rubrik auf unserer Homepage durch die ersten gemeinsamen Lebensjahre. Besuchen Sie uns unter **www.minikit-bkkgs.de.**

Bei den sogenannten U-Untersuchungen, die Sie regelmäßig wahrnehmen sollten, überprüft der Arzt die gesunde Entwicklung Ihres Kindes. Außerdem erstatten wir für Säuglinge von der 6. bis zur 32. Lebenswoche die Impfkosten gegen Rotaviren direkt über die Gesundheitskarte. Falls Ihnen der Arzt eine Privatrechnung ausgestellt hat, erhalten Sie die Erstattung im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets** Ihres Kindes.

Glimmer: Sicher durch Schwangerschaft und Babyzeit

Rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit Baby tauchen viele Fragen und manche Sorgen auf. Die Glimmer-App begleitet Sie mit digitalen Kursen, praktischen Tools für Ihren Alltag und der persönlichen Hebammenberatung – einfach per Chat oder Telefon, täglich von 7:00 bis 22:00 Uhr.

Umfangreiche Vorsorge

Mit unserem Gesundheitsprogramm **STARKE KIDS by BKK** bieten wir bundesweit eine große Auswahl an exklusiven Gesundheits- und Vorsorgeleistungen für Kinder und Jugendliche an. Das Programm geht weit über die gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen hinaus. So übernehmen wir z. B. die Kosten für die U0, U10, U11 und J2 bei den am Vorsorgeprogramm teilnehmenden Vertragsärzten. Diese Leistungen können direkt über die Gesundheitskarte abgerechnet werden. Unter **www.bkkgs.de/familyplus** finden Sie noch viele weitere Leistungen rund um die Gesundheit Ihres Kindes.

Im Alter zwischen 12 und 14 Jahren können Jugendliche an der **J1-Untersuchung** teilnehmen. Ein Kinder- und Jugendarzt checkt dabei alle wichtigen körperlichen Funktionen. Und auch ein ausführliches Gespräch über eventuelle Sorgen und Nöte Ihres nun langsam erwachsen werdenden Kindes steht auf dem Programm. Können mit **heilpädagogischen, psychologischen und psychosozialen Maßnahmen** für Kinder Krankheiten zum frühestmöglichen Zeitpunkt behandelt werden, trägt die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER auch für diese sogenannten nichtärztlichen sozialpädiatrischen Leistungen die Kosten. Gerade bei Kindern können Probleme mit der Stimme oder beim Sprechen das Leben stark beeinträchtigen. Je früher Sprachentwicklungsstörungen bemerkt werden, desto besser können sie therapiert werden. Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER hilft mit ärztlich verordneten Maßnahmen der **Stimm-, Sprech- und Sprachtherapie.**



Kinderkrankengeld

Wussten Sie, dass Sie bei der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER für 15 Tage je Kalenderjahr und Elternteil (Alleinerziehende sogar 30 Tage pro Kalenderjahr) Anspruch auf Krankengeld bei Erkrankung eines Kindes haben, wenn Ihr Kind gesetzlich krankenversichert ist und das 12. Lebensjahr noch nicht vollendet hat? Es ist auch möglich, die Anspruchstage von einem Elternteil auf den anderen zu übertragen.

Wenn Sie diese Leistung beantragen möchten, brauchen Sie uns nur die extra dafür ausgestellte ärztliche Bescheinigung des behandelnden Arztes Ihres Kindes einzureichen. Weitere Einzelheiten erläutern wir Ihnen gern in einem persönlichen Gespräch. Rufen Sie uns an, kostenlos unter **0800 0 255 255**.

Mutterschaftsgeld

Frauen, die in einem Arbeitsverhältnis stehen oder Heimarbeit leisten und selbst krankenversichert sind, erhalten im Mutterschutz Mutterschaftsgeld. Die Schutzfrist beginnt sechs Wochen vor der Geburt und endet acht Wochen nach der Entbindung (bzw. zwölf Wochen bei Früh- oder Mehrlingsgeburten). Auch nach Fehlgeburten ab der 13. SSW besteht Anspruch auf Mutterschutz. Zusammen mit dem Arbeitgeberzuschuss entspricht dies dem durchschnittlichen Nettolohn der letzten drei Monate.

Haben Sie bei Arbeitsunfähigkeit Anspruch auf Krankengeld, zum Beispiel als freiwillig versicherte Selbstständige oder Arbeitslose, erhalten Sie Mutterschaftsgeld in Höhe des Krankengeldes.

Als versicherungspflichtige Arbeitnehmerin sind Sie beitragsfrei versichert, solange Sie Anspruch auf Mutterschaftsgeld haben, Elterngeld beziehen oder Elternzeit in Anspruch nehmen.

Familienplanung

Die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER unterstützt Sie auch in Sachen Familienplanung: Für Frauen unter 22 Jahren übernehmen wir die Kosten für die Pille oder die Spirale. Und auch bei einer medizinisch notwendigen Sterilisation oder einem legalen Schwangerschaftsabbruch lassen wir Sie nicht allein. Paare mit Kinderwunsch, die sich für eine künstliche Befruchtung entscheiden, unterstützen wir in bestimmten Fällen finanziell. Gern beraten wir Sie hierzu persönlich.

Unsere Extra-Leistung für Sie: Das Elterntelefon

Im Alltag mit Kindern stellen sich oft viele Fragen. Unsere Expertinnen und Experten am Gesundheitstelefon für Eltern & Familien beraten Sie zu allen Fragen rund um die Gesundheit Ihrer Kinder. Ob Impfschutz, Fragen zur Ernährung oder Tipps im Umgang mit dem Nachwuchs, unter **0800 366 566 502** sind die Experten für Sie da.

EINFACH. GUT. VORSORGEN.

Verantwortung für Ihre Gesundheit

Rechtzeitig erkannt, können viele Krankheiten gut behandelt und geheilt werden. Damit Sie sich als Versicherter der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER jederzeit auf sinnvolle Früherkennung verlassen können, haben wir unsere Vorsorgeleistungen erweitert. Details zu unserem **250 Euro Vorteils-Paket** finden Sie im Infokasten und auf Seite 4 dieser Broschüre.

Gesundheits-Check-up

Im Alter zwischen 18 und 34 Jahren können Sie diese Untersuchung einmal bei Ihrem Hausarzt in Anspruch nehmen. Ab dem 35. Geburtstag unterstützen wir Sie alle drei Jahre mit einem kostenlosen Check-up. Der Hausarzt führt dabei eine gründliche Untersuchung durch, um eventuelle Krankheiten wie Diabetes, Nieren- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen rechtzeitig erkennen und behandeln zu können.

Krebsfrüherkennung

Viele Krebsarten können bei rechtzeitiger Behandlung sehr gut therapiert werden. Unser Rat: Nehmen Sie regelmäßig an den Früherkennungsuntersuchungen teil.

Darmkrebsvorsorge

Im Anfangsstadium verursacht Darmkrebs meist keine Beschwerden. Daher ist es umso wichtiger, ab dem Alter von 50 Jahren eine Darmspiegelung durchführen zu lassen. Diese kann nach 10 Jahren wiederholt werden. Alternativ können Sie alle zwei Jahre eine Stuhlprobe auf nicht sichtbares Blut untersuchen lassen.

Brustkrebsvorsorge

Hierzu gehört für Frauen ab 30 die jährliche Tastuntersuchung sowie für Frauen zwischen 50 und 75 alle zwei Jahre das Mammografie-Screening. Darüber hinaus bieten viele Frauenärzte einen Ultraschall (Sono-Check) der Brust als kostenpflichtige IGe-Leistung an.

Hautkrebsvorsorge

Früh erkannt ist Hautkrebs sehr gut heilbar. Ab dem 35. Geburtstag können Sie alle zwei Jahre ein Hautkrebs-Screening in Anspruch nehmen.

Auch junge Versicherte können ihre Haut professionell checken lassen. Führt die Untersuchung ein Arzt durch, der regionaler Vertragspartner der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER ist, kann die Leistung direkt über die Gesundheitskarte abgerechnet werden.

250 Euro Vorteils-Paket

Sie möchten einen Gesundheits-Check-up oder eine Krebsvorsorge in Anspruch nehmen und haben das dafür notwendige Alter noch nicht erreicht? Kein Problem: Im Rahmen des **250 Euro Vorteil-Pakets** können Sie diese Untersuchungen zusätzlich und unabhängig vom Alter in Anspruch nehmen.

Danach schicken Sie uns einfach die Rechnung mit dem Erstattungsformular für das 250 Euro Vorteils-Paket zu. Ausführliche Informationen zu unserem **250 Euro Vorteils-Paket** finden Sie unter **www.bkkgs.de/vorteils-paket.**



Zahnvorsorge für Erwachsene

Durchschnittlich 28 bis 32 Zähne hat ein gesundes Gebiss. Und unsere Kauwerkzeuge wollen regelmäßig gewartet werden: Mindestens einmal im Jahr sollte deshalb eine Vorsorgeuntersuchung bei Ihrem Zahnarzt in Ihrem Terminkalender stehen. Und auch für das jährliche Entfernen von Zahnstein brauchen Sie als unser Mitglied nichts zu zahlen. Weil uns Ihr gesundes Lächeln wichtig ist. Zusätzlich honorieren wir Ihre regelmäßige Vorsorge: Lassen Sie sich Ihre Vorsorge durch Ihren Zahnarzt im Bonusheft bestätigen. Brauchen Sie dann trotz aller Vorsorgemaßnahmen irgendwann einmal Zahnersatz, erhöht sich dadurch der finanzielle Zuschuss der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER. Voraussetzung: Der regelmäßige Besuch bei Ihrem Zahnarzt.

Zahnvorsorge für Kinder

Mit der Fürsorge für unsere Zähne können wir gar nicht früh genug beginnen. Unser Tipp: Lassen Sie die Zähne Ihrer Kinder regelmäßig überprüfen. Kinder zwischen zwei und fünf Jahren sollten einmal jährlich zur Kontrolluntersuchung zum Zahnarzt; ältere zweimal jährlich.

Rehabilitations- und Vorsorgemaßnahmen

Für verschiedene stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen trägt die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER bei einer medizinischen Notwendigkeit die Kosten. Unsere Versicherten zahlen lediglich die vom Gesetzgeber festgelegte Zuzahlung von 10 Euro pro Tag. Bei einer Rehabilitationsmaßnahme, die sich an einen Krankenhausaufenthalt anschließt, ist die Zuzahlung auf bis zu 28 Tage im Kalenderjahr begrenzt.

Im Rahmen einer Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme für Mütter oder Väter trägt die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER nach vorheriger positiver Antragsprüfung die Kosten für die 3- wöchige Maßnahme. Sie zahlen nur die vom Gesetzgeber festgelegte Zuzahlung von 10 Euro pro Tag. Sofern eine Betreuung der Kinder im gewohnten Umfeld nicht möglich ist, können diese Sie bis zur Vollendung des zwölften Lebensjahres begleiten. Wenn der Erhalt der Erwerbsfähigkeit oder eine Erkrankung des Kindes im Vordergrund der Maßnahme stehen, sind Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahmen für Mütter oder Väter nicht geeignet.

Sie möchten mit einer ambulanten Vorsorgemaßnahme etwas für Ihre Gesundheit tun? Dabei unterstützen wir Sie gern: Mit der Übernahme der Kosten für die kurärztliche Behandlung und die medizinisch notwendigen Heilmittel. Voraussetzung: Sie reichen vor Beginn der Maßnahme die Antragsunterlagen zur Genehmigungsprüfung ein. Wenn Sie ambulante Vorsorgemaßnahmen in Anspruch nehmen möchten, beraten wir Sie gerne ausführlich und individuell.

Zusätzlich beteiligen wir uns an den übrigen Kosten wie zum Beispiel Unterkunft und Verpflegung mit einem Zuschuss, sofern die Maßnahme mindestens 21 Kalendertage dauert. Der Zuschuss beträgt pauschal 100 Euro. Für chronisch kranke Kleinkinder beträgt der Zuschuss 21 Euro täglich. Eine Kostenerstattung für Pauschalkuren ist nicht möglich.

EINFACH. GUT. GEIMPFT.

Vorbeugung ist der beste Schutz

Impfungen gehören zu den wirksamsten vorbeugenden Gesundheitsmaßnahmen. Sie können uns vor Infektionskrankheiten und ihren schwerwiegenden Folgen schützen, gegen die es auch im 21. Jahrhundert oft keine wirksame Behandlung gibt. Deshalb übernimmt die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER die Kosten für alle Schutzimpfungen die von der STIKO empfohlen werden sowie das Arzthonorar zu 100 Prozent. Zu Ihrem Schutz.

Darüber, welche Impfungen wann sinnvoll sind und wann sie wieder aufgefrischt werden sollten, beraten wir Sie gern. Für Menschen, die wegen ihres Alters oder sonstiger Gründe besonderen Risiken ausgesetzt sind, übernimmt die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER auch die Kosten für sogenannte Indikationsimpfungen. Das kann zum Beispiel eine Impfung gegen FSME, die Frühsommer-Meningoenzephalitis, gegen Tetanus oder Diphtherie sein.

HPV – Humane Papillomviren – können Krebs verursachen, vor allem am Gebärmutterhals, aber auch am After, Penis und im Mund und Rachen.

Da der Impfschutz vor dem ersten Sexualkontakt bestehen sollte, empfiehlt die STIKO die Impfung für Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahre. Ist eine Impfung bis dahin nicht erfolgt, gilt die Empfehlung, sie bis zum Alter von 17 Jahren nachzuholen.

Bis zum Alter von 17 Jahren werden die Kosten über die elektronische Gesundheitskarte (eGK) abgerechnet. Ab einem Alter von 18 Jahren erstatten wir Ihnen die Kosten im Rahmen des **250 Euro Vorteils-Pakets.**

Impfberatung für Auslandsreisen

Aus Ihrem Urlaub sollen Sie schöne Erinnerungen mitbringen, keine Krankheit. Wir beraten Sie. Umfassend und kostenlos. Für jedes Reiseziel. Damit Sie die schönsten Tage des Jahres unbeschwert genießen können.

Bestimmte Schutzimpfungen für Reisen ins Ausland (z. B. gegen die japanische Enzephalitis) erstatten wir Ihnen im Rahmen Ihres **250 Euro Vorteil-Pakets.** Das gilt auch für die Malariaprophylaxe, sofern diese für Ihr Reiseland von der STIKO empfohlen wird.

Mitglieder werben lohnt sich – für Sie und Ihre Freunde

Sie fühlen sich bei der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER bestens versichert? Dann teilen Sie Ihre Zufriedenheit. Erzählen Sie Ihren Freunden, warum es sich lohnt, bei uns Mitglied zu werden. Für jedes geworbene Mitglied erhalten Sie von uns 30 Euro Prämie als Dankeschön. Auch Ihre Freunde werden es Ihnen danken – denn unsere umfangreichen Leistungen und unser ausgezeichneter Service überzeugen. Alle Infos unter **www.bkkgs.de/freundschaftswerbung**.

EINFACH. GUT. UNSER BONUSPROGRAMM.

Werden Sie aktiv für Ihre Gesundheit und sichern Sie sich jede Menge Bonuspunkte. Regelmäßig zur Vorsorge, zum Zahnarzt, zum Sport und mehr: Schon mit **250 Punkten** haben Sie Ihr erstes Bonusziel erreicht und haben die Wahl zwischen **25 Euro** in bar oder sogar **50 Euro als Guthaben auf Ihrem Gesundheitskonto.**

Kleine ganz Groß – auch beim Bonus

Schon Kids von 1 bis 14 Jahre können sich eine Bonusprämie sichern und erhalten für ihre gesundheitsfördernden Aktivitäten genauso viele Punkte wie die Großen.

Gemeinsam punkten per App

In unserer BKK GS-App können Sie Ihr Bonusprogramm ganz komfortabel verwalten und sogar gemeinsam mit Ihren Kindern Punkte sammeln.

Gesundheitskonto – Ihr persönliches Plus

Auf dem Gesundheitskonto zählt Ihr Bonus doppelt! Nutzen Sie das Guthaben für ausgewählte Gesundheitsleistungen, für eine neue Brille oder Sport- und Fitnessbeiträge.

So funktioniert es

Lassen Sie sich die absolvierten Aktivitäten in Ihrem Bonusplan abstempeln und unterschreiben.

Sie können selbst entscheiden, wann Sie Ihr Bonusjahr beginnen. Danach haben Sie 12 Monate Zeit, Punkte zu sammeln. Bitte beachten Sie, dass Aktivitäten nur zählen, wenn sie im Teilnahmezeitraum durchgeführt worden sind. Reichen Sie Ihren Plan spätestens drei Monate (Datum Posteingang) nach Ablauf Ihres Bonuszeitraums ein – sonst verfällt Ihr Bonus.

Sie haben am Ende Ihres Bonuszeitraums noch keine 250 Punkte erreicht? Kein Problem: Für Ihre Aktivitäten aus dem Bereich **Vorsorge** erhalten Sie trotzdem einen Bonus.

So einfach sichern Sie sich bereits 50 Euro auf Ihrem Gesundheitskonto!

Beispiel:

Schutzimpfungen	100 Punkte
Zahnvorsorge	50 Punkte
Sportabzeichen	100 Punkte
Gesamt	250 Punkte
Ihre Prämie:	**25 Euro in bar oder 50 Euro Gesundheitskonto**

Sie wollen noch mehr Punkte? Kein Problem!

Mit jeder weiteren Aktivität erhöht sich Ihr Bonus: pro 50 Punkte um 5 Euro in bar oder 10 Euro Guthaben für Ihr Gesundheitskonto.

• 50 Punkte •
- Gesundheits-Check-up
- Krebs- oder Brustkrebsfrüherkennung
- Hautkrebsvorsorge

• 50 Punkte •
- Darmkrebsvorsorge
- Zahnvorsorge
- Jugenduntersuchung J2

• 100 Punkte •
- Professionelle Zahnreinigung
- Sport- oder Schwimmabzeichen
- Gesundheitskurs

• 100 Punkte •
- Betriebs- oder Hochschulsport
- BKK Aktivurlaube
- Online Coach
- Schutzimpfungen

• 150 Punkte •
- Mitgliedschaft im Sportverein
- Qualifizierte Sportveranstaltung

• 150 Punkte •
- Mitgliedschaft im Fitnessstudio

Die Bonuspläne können unter **www.bkkgs.de/bonusprogramm** oder per Telefon unter **0800 0 255 255 (kostenlos)** angefordert werden.

EINFACH. GUT. DIGITAL ...

... mit unserer App „BKK GS - Meine Krankenkasse“

Mit unserer BKK GS-App haben Sie den Kontakt zu Ihrer Krankenkasse immer dabei und können viele Dinge ganz bequem von zuhause oder unterwegs erledigen. Schicken Sie uns Ihre Unterlagen, stellen Sie Anträge und verwalten Sie Ihr Bonusprogramm, Ihr Telefonpasswort u. v. m. einfach per Smartphone – schnell und sicher: **www.bkkgs.de/app.**

... mit unseren Online-Coaches

Sie möchten ganz zeit- und ortsunabhängig etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann buchen Sie einfach Ihren persönlichen Online-Coach, beispielsweise:

- Online-Laufkurs
- Faszientraining
- Femfeel – Wechseljahre meistern
- myHEALTHcoach – gesunde Ernährung
- Gro Health Adipositas-Coach
- Snorefox Schlafanalyse

www.bkkgs.de/gesundheitscoach

... mit digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGa)

Einige Behandlungen können mit sogenannten „Apps auf Rezept“ sinnvoll ergänzt werden. Der Arzt kann eine DiGa verschreiben, wenn eine entsprechende Diagnose vorliegt, die App vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zugelassen worden ist und im DiGa Verzeichnis steht. Schicken Sie uns einfach das Rezept und Sie erhalten den notwendigen Rezeptcode von uns.

... mit Online-Sprechstunden der TeleClinic

Arztgespräche ohne lange Wartezeit und rund um die Uhr. Kompetente ärztliche Beratung an 365 Tagen im Jahr. Rezepte und Krankschreibungen online erhalten. Und das alles kostenlos: **www.bkkgs.de/teleclinic.**



... mit unserem Gesundheitsjournal

Unser Online-Magazin bietet Ihnen die perfekte Mischung aus aktuellen Informationen, Anregungen und Tipps für ein gesundes und aktives Leben. Lassen Sie sich von neuen Fitness-Tipps oder unseren leckeren und gesunden Kochrezepten mit Kurzvideos inspirieren. Damit Sie keine Ausgabe – und keins von unseren attraktiven Gewinnspielen verpassen, sichern Sie sich kostenlos und unverbindlich Ihr persönliches Abo für sechs Ausgaben im Jahr. Einfach anmelden unter **www.bkkgs.de/journal.**

... mit unserer Homepage

Sie möchten mehr über unsere Leistungen und unseren Service wissen? Auf unserer Homepage **www.bkkgs.de** finden Sie aktuelle und ausführliche Informationen rund um die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER. Außerdem können Sie viele Dinge mit wenigen Klicks erledigen, beispielsweise direkt Ihren Online Coach buchen, Formulare und Broschüren herunterladen oder Ihren persönlichen Bonusplan anfordern.

... mit BKK Family Plus

Auf dem Portal Family Plus der BKK GS finden Sie starke Zusatzleistungen und Informationen für Familien in jeder Lebensphase: vom Kinderwunsch über zusätzliche Vorsorge für Kinder bis hin zu digitalen Coachings und den speziellen Bedürfnissen von Teenagern.

... Mitglied werden

Unsere Leistungen und Services haben Sie überzeugt? Dann füllen Sie Ihren Mitgliedsantrag einfach online aus: **www.bkkgs.de/mitgliedwerden.**

Persönliche Beratung

Auch im Zeitalter der Digitalisierung steht Ihr individuelles Wohlbefinden bei uns im Mittelpunkt und gerade Fragen zur eigenen Gesundheit sind Vertrauenssache. Deshalb kümmert sich unsere Kundenberatung persönlich um alle Ihre Anliegen und beantwortet umfassend Ihre Fragen: Einfach, schnell und kompetent.



EINFACH. GUT. UNSERE EXTRA-TARIFE.

Sie haben die Wahl – wir haben vier Extra-Tarife für Sie

Anstatt ein Überangebot an Tarifen zusammenzustellen, haben wir uns einfach darauf konzentriert, Ihnen eine angemessene und übersichtliche Anzahl von Tarifen anzubieten, mit denen Sie bestens versorgt sind.

Informieren Sie sich hier über unser Angebot und lassen Sie sich dann von unseren Mitarbeitern ausführlich beraten.

Unser Extra: BKK MedPlus

Mit unseren speziellen Betreuungsprogrammen für **chronisch Kranke** helfen wir unseren Versicherten, die an Diabetes, koronarer Herzerkrankung, Brustkrebs, Asthma oder chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) leiden, ihr Leben besser zu meistern.

Unser Extra: Beitragsrückgewähr

Wenn Sie – abgesehen von Vorsorgeuntersuchungen – ein Jahr lang nicht zum Arzt gehen, ist unser Wahltarif Beitragsrückgewähr für Sie interessant.

Sie erhalten **1/12 des Jahresbeitrags zur Krankenversicherung,** den Sie selbst zahlen, zurück, wenn Sie und Ihre mitversicherten Angehörigen über 18 Jahre keine Leistungen in Anspruch nehmen. Beitragsanteile von Dritten, z. B. Arbeitgeber oder Deutsche Rentenversicherung, bleiben bei der Prämienberechnung unberücksichtigt.

Unser Extra: Hausarztmodell

Es gibt viele Spezialisten für die unterschiedlichsten Krankheitssymptome, doch der Weg zur richtigen Diagnose kann lang sein. Wenn Sie als erste Anlaufstelle Ihren Hausarzt wählen, profitieren Sie nicht nur von medizinischer Versorgung, sondern auch von dem Vertrauen, das durch die langjährige Beziehung wächst. Er kennt Ihre Krankengeschichte und Ihr soziales Umfeld. Auf dieser Basis kann er Sie gezielt beraten und weitere Behandlungen ganz individuell koordinieren.

In welchen Bundesländern das **Hausarztmodell** eingeführt ist, erfahren Sie auf unserer Internetseite unter **www.bkkgs.de/hausarztmodell**.

Unser Extra: Krankengeld

Damit Selbstständige oder unständig Beschäftigte Einkommensverluste bei einer längeren Arbeitsunfähigkeit ausgleichen können, gibt es den Wahltarif Krankengeld. Um sich für den Krankheitsfall abzusichern, bietet Ihnen die BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER einen Tarif mit Beginn des 43. Tages der Arbeitsunfähigkeit an. In diesem Tarif sichert Sie ein Tagegeld ab, das sich durch eine Prämie finanziert. Alternativ können Sie sich für das gesetzliche Krankengeld entscheiden. Gern beraten Sie unsere Experten über die einzelnen Varianten.

EINFACH. GUT. ZUSATZVERSICHERT…

… beim Zahnersatz

Als gesetzliche Krankenkasse dürfen wir Kosten für einige Leistungen nicht übernehmen. Doch: Mit einer privaten Zusatzversicherung können Sie Ihren Eigenanteil zu besonders günstigen Konditionen absichern.

… im Krankheitsfall

Wenn Sie sich über den Schutz der gesetzlichen Krankenversicherung hinaus, den Ihnen Ihre BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER bietet, mit noch mehr Leistungen – wie beispielsweise Krankentagegeld – absichern möchten, können Sie von den leistungsstarken Tarifen unserer Kooperationspartner profitieren.

… im Krankenhaus

Als Mitglied der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER erhalten Sie bei einem stationären Aufenthalt, zeitlich unbegrenzt, alle medizinisch notwendigen Leistungen. Darüber hinaus können Sie das Leistungsspektrum individuell ergänzen. Dazu zählen unter anderem die Chefarztbehandlung oder die Unterbringung im Ein- oder Zweibettzimmer.

… im Pflegefall

Pflegebedürftigkeit ist keine Frage des Alters. Ein Unfall oder eine heimtückische Krankheit können von heute auf morgen alles ändern. Weit über 100 Menschen werden täglich in Deutschland zum Pflegefall. Nicht nur eine menschliche, sondern allzu oft auch eine finanzielle Katastrophe für die Betroffenen und deren Angehörige. Denn: Sind keine finanziellen Reserven da, müssen Familienangehörige für die zusätzlichen Pflegekosten, die über den gesetzlichen Rahmen hinausgehen, aufkommen. Um für den Pflegefall sinnvoll vorzusorgen, empfehlen wir den Abschluss einer privaten Ergänzungsversicherung.

… in allen anderen Lebenslagen

Die gesetzliche Krankenversicherung sieht grundsätzlich keine Leistungen beim Heilpraktiker vor. Für Sehhilfen können wir nur bei starker Kurz- oder Weitsichtigkeit Festbeträge für bestimmte Personengruppen übernehmen. Auch bei Auslandsreisen darf die gesetzliche Krankenversicherung nicht den vollen Umfang leisten. Zu diesen und weiteren Beispielen kann es sich lohnen, eine Zusatzversicherung zu günstigen Konditionen abzuschließen. Informationen zu den attraktiven und leistungsstarken Zusatzversicherungen finden Sie unter: **www.bkkgs.de/zusatzversicherungen.**

BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER

Einfach. Gut. Für Alle.

BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER
Postfach 14 01 60 | 33621 Bielefeld

Servicetelefon 0800 0 255 255 (kostenlos)
www.bkkgs.de

Stand: Oktober 2026