



Meine Vorteile.
Auf einen Blick

 **KNAPPSCHAFT**
für meine Gesundheit!

Ihre Highlights.

Räumen Sie mit unseren
AktivBonus-Programmen
satte Belohnungen ab.



AktivBonus junior.
Kinderleichte
Vorsorge

500 Euro

für die Teilnahme an Kinder-
und Jugenduntersuchungen.



AktivBonus.
Ich liebe
Sport

140 Euro

für das Training im Fitnessstudio
und Aktivitäten im Sportverein.



**AktivBonus
junge Familie.**
Glücklich versichert

100 Euro

für Vorsorgeuntersuchungen
während der Schwangerschaft.

Starke Leistungen für meine Gesundheit

Über 50 gute Gründe für die KNAPPSCHAFT: Was immer Sie brauchen, um gesund zu bleiben oder wieder gesund zu werden. Wir leisten es. Mit der KNAPPSCHAFT sind Sie in allen Lebenslagen bestens abgesichert. Ihre Gesundheit steht bei uns im Mittelpunkt.

Bonusprogramme

✓ AktivBonus

Lohnt sich immer

Die KNAPPSCHAFT belohnt u. a. die Teilnahme an qualitätsgesicherten Angeboten im Fitnessstudio und die Bewegungsaktivitäten in einem Sportverein mit jeweils 70 Euro pro Jahr.

✓ AktivBonus junge Familie

Bonus fürs Familienglück

Kontinuierliche Vorsorge während und nach der Schwangerschaft wird belohnt. 100 Euro Bonus erwarten Sie und Ihre Familie nach der Geburt.

✓ AktivBonus junior

Bonus für Kinder und Jugendliche

Zusätzlich zum allgemeinen AktivBonus-Programm zahlt die KNAPPSCHAFT am 18. Geburtstag bis zu 500 Euro, wenn Kinder und Jugendliche durchgängig an bestimmten Gesundheitsvorsorgemaßnahmen teilgenommen haben.

✓ Hautkrebsscreening

Kostenfrei

Die KNAPPSCHAFT geht über die gesetzliche Regelung hinaus und übernimmt unabhängig vom Alter alle zwei Jahre ein Hautkrebsscreening.

✓ Kostenübernahme bei (Reise-) Schutzimpfungen

Auch bei privaten Auslandsreisen

Ob gegen Zecken oder tropische Krankheiten, mit der KNAPPSCHAFT sind Sie im Urlaub und zu Hause immer gut geschützt.

✓ Erweitertes Neugeborenen-Screening

Kostenübernahme

Das Screening erkennt angeborene Stoffwechseldefekte und Hormonstörungen frühzeitig.



Zusammen.

Gesund leben

Gesundheitskurse

✓ Aktivtage

Wohnortfernes Kursangebot

Nutzen Sie unsere mehrtägigen Gesundheitskurse, kompakt und in entspannter Atmosphäre. Von der KNAPPSCHAFT gibt es dazu bis zu 160 Euro Zuschuss.

✓ Gesundheitskurse

Viele tausend Gesundheitskurse bundesweit vor Ort und online

Wir bezuschussen bei regelmäßiger Teilnahme qualitätsgesicherte Kurse bis zu zweimal im Jahr mit bis zu 80 Euro, wenn sie nicht sogar kostenfrei sind.

✓ Gymondo

Online und fit

30 % Rabatt erhalten Sie beim Abschluss eines Abos im Online-Fitness Portal „Gymondo“ – Fit mit Videos, Ernährungstipps und Rezepten. Nach fünf Workouts erhalten Sie eine Bestätigung für Ihren AktivBonus.

✓ Online-Coach „Leichter abnehmen“

Online Pfunde verlieren

Nutzen Sie das interaktive Gesundheitstraining „Leichter abnehmen“ zur Gewichtsreduktion oder zur gesünderen Ernährung bei voller Kostenerstattung.

✓ Online-Kurs „NichtraucherHelden“

Wir zahlen Ihren Kurs

In nur 10 Tagen zum Nichtraucherheld werden. Das Onlineprogramm hilft mit Motivationsvideos, praktischen Übungen und Informationen rund um das Thema Rauchen nach und nach beim Ausstieg als RaucherIn.

✓ Online-Coach „Präventives Ganzkörpertraining mit BodyChange“

Fit und gesund in 8 Wochen

Gesteigerte mentale und körperliche Fitness = Ihre höhere Lebensqualität. Dargestellt wird das Training durch Detlef Soost. Die Kursgebühr gibt es von der KNAPPSCHAFT zurück.

✓ Online-Coach „Stressfrei“

Meistern Sie Ihren Alltag

Ob in der Familie, im Beruf oder der Ausbildung, mit dem interaktiven Gesundheitstraining lernen Sie wirksame Strategien, um schädlichen Stress ganz einfach abzuschütteln. Der Zuschuss der KNAPPSCHAFT sorgt zusätzlich für Ihre Entspannung.

✓ App „Nichtraucher in fünf Stunden“

App-basierte Raucherentwöhnung

Egal ob iOS oder Android, mit der App können Sie spielend leicht am Tablet oder Smartphone zum Nichtraucher werden.

✓ Online-Coach „ABJETZT/FIT“

Rückenübungen für Zuhause

Sie möchten einen aktiven und starken Rücken? Mit ABJETZT/FIT geht das ganz einfach. Der Online-Kurs ist speziell darauf ausgerichtet, Rückenerkrankungen rechtzeitig vorzubeugen.

✓ Online-Kurs „ABJETZT/YOGA“

Gönnen Sie sich eine Auszeit von den Belastungen im Beruf und Alltag.

Mit dem zehnwöchigen Online-Präventionskurs ABJETZT/YOGA lernen Sie Yoga-Techniken eigenständig anzuwenden.

Allgemeine Leistungen

✓ Ambulante Tonsillotomie

Ambulante Operationen ohne Stress

Die KNAPPSCHAFT bietet ihren Mitgliedern diese Leistung als ambulante Behandlungsalternative an.

✓ Akupunktur

Piekfein

Akupunktur lindert chronisches Leiden. Die KNAPPSCHAFT übernimmt bis zu 15 Aku-

punktursitzungen pro Jahr bei Beschwerden im Knie und in der Lendenwirbelsäule.

Geburtshäuser

Kostenübernahme für Entbindung

Die KNAPPSCHAFT trägt auch die Kosten der Geburt Ihrer Kinder in Geburtshäusern.

Geburtsvorbereitungskurs

80 Euro Zuschuss pro Kurs

Nicht nur Schwangere erhalten den Zuschuss, sondern auch der werdende Vater bzw. der Partner/die Partnerin der Mutter.

Gesundheits-Programm „gut DABEI“

Bestmögliche Versorgung bei chronischen Erkrankungen

Sie erhalten die bestmögliche ärztliche Versorgung und kontinuierliche Betreuung.

Glattflächenversiegelung bei festen Zahnspangen

Zuschuss bis zum 18. Lebensjahr

Die KNAPPSCHAFT zahlt Kindern und Jugendlichen einmalig 80 Euro.

Grönemeyer – Mikrotherapie

Diagnostik und Therapie

Sie erhalten eine ambulante Diagnostik und Therapie akuter und chronischer Schmerzen an der Hals-, Brust- und

Lendenwirbelsäule im Grönemeyer-Institut in Bochum und Berlin-Steglitz.

Haushaltshilfe

Ihr Haushalt macht sich nicht von allein

Die KNAPPSCHAFT übernimmt in bestimmten Situationen die Kosten für eine Haushaltshilfe.

Homöopathie

Alternative Medizin

Kostenübernahme bei über 1.400 Ärzten mit Homöopathie-Diplom.

Künstliche Befruchtung

Erhöhter Kostenzuschuss

Wir bezuschussen den Eigenanteil mit einem zusätzlichen Betrag von bis zu 500 Euro je Versuch.

Naturheilverfahren und Osteopathie

Wie durch Zauberhand

Die KNAPPSCHAFT zahlt Ihnen pro Jahr 150 Euro für osteopathische Behandlungen. Davon können 50 Euro im Rahmen von Heilmitteln im Bereich Naturheilverfahren in Anspruch genommen werden.

Prämienzahlung für Mitgliederwerbung

25 Euro für die Neukunden-Vermittlung

Empfehlen Sie uns weiter – und sichern Sie sich 25 Euro und die Chance auf einen attraktiven Gewinn.

Psychotherapie, Psychosomatik

Kostenübernahme

Sie erhalten zusätzliche fachliche Unterstützung durch Ärzte, Psychotherapeuten und weitere Leistungserbringer in ausgewählten Regionen.

Rooming in

Wir lassen Sie nicht allein

Die KNAPPSCHAFT zahlt, im Fall eines medizinisch notwendigen stationären Krankenhausaufenthalts Ihres Kindes, für die Mitaufnahme eines Elternteils bis zu 45 Euro täglich.

Sanfte Arzneimittel für Kinder

Bis zu 100 Euro Zuschuss

Für Kinder zwischen 12 und 17 Jahren.

Sehtest – Amblyopie

Bei Kindern zwischen dem

31. bis 42. Lebensmonat

Sehschwäche bei Kindern, besonders



✓ Kindervorsorge kostenfrei

Vorsorge plus drei

Bei der KNAPPSCHAFT bekommen Kinder zusätzlich zwei Kinderuntersuchungen (U10/U11) und eine Jugendgesundheitsuntersuchung (J2).

einseitig, fällt in der Regel nicht auf.
Zu spät erkannt, kann eine lebenslange Amblyopie die Folge sein.

✓ Sportmedizinische Untersuchung

Bis zu 120 Euro Zuschuss alle 2 Jahre

Wir erstatten Ihnen 120 Euro für Beratung und Vorsorge – egal in welchem Alter.

✓ Vorsorgeleistungen in anerkannten Kurorten für chronisch kranke Kleinkinder

25 Euro Zuschuss kalendertäglich

Chronisch kranke Kleinkinder von 1 bis 5 Jahren erhalten einen Zuschuss von 25 Euro je Kalendertag.

✓ Zahnersatz günstig

Kooperation mit „2te-Zahnarzt-Meinung“ und „dentaltrade“

Sparen Sie in Sachen Zahngesundheit am Preis und nicht an Qualität. Mit der 2ten-Zahnarzt-Meinung können Sie zahnärztliche Leistungen kostenlos vergleichen.

✓ Zahnversiegelung

Bis zu 90 Euro Zuschuss

Die KNAPPSCHAFT zahlt bis zu 90 Euro Zuschuss jährlich bis zum 14. Lebensjahr.

✓ Zuzahlungsfreie Medikamente

Exklusiv für unsere Kunden

Für Kunden der KNAPPSCHAFT sind viele Medikamente von Zuzahlungen befreit.

✓ Zuzahlungsbefreiung

Belastungsgrenze im Voraus senken

Müssen Sie hohe Zuzahlungen leisten? Dann können Sie Ihre Belastungsgrenze auch im Voraus einzahlen und erhalten vorab den Befreiungsausweis.

Service

✓ Arzneimitteltelefon

Auskünfte zu Arzneimitteln:

0800 100 7315

Die KNAPPSCHAFT unterstützt Sie bei Fragen zu Zuzahlungen und Verordnungsmöglichkeiten von Arzneimitteln und informiert Sie über Rabattpartner.
(Kostenfrei von Mo. – Fr.: 8:00 – 20:00 Uhr)



Bestens vernetzt.

Für uns immer erreichbar

✓ Elektronische Patientenquittung

Übersicht der erbrachten Leistungen

Alle Abrechnungen der Kassenleistungen auf einen Blick.

✓ Gesundheitsnetze „prosper“ und „proGesund“

Beste medizinische Qualität

prosper/proGesund ist ein deutschlandweit einzigartiges Versorgungsmodell der KNAPPSCHAFT, das sich durch eine enge Zusammenarbeit von Hausärzten, Fachärzten, Krankenhäusern und angeschlossenen Rehakliniken auszeichnet.

✓ Gesundheitstelefon

0800 1405 5410 0090

Die KNAPPSCHAFT unterstützt Sie mit umfangreichen Auskünften zu Erkrankungen aller Art, Diagnostik- und Therapieverfahren sowie Infos zu Ärzten und Krankenhäusern. (Kostenfrei von Mo. – Fr.: 8:00 – 20:00 Uhr)

✓ Meine KNAPPSCHAFT

Ich meld' mich an

Mit „Meine KNAPPSCHAFT“ haben Sie rund um die Uhr an sieben Tage in der Woche die Möglichkeit, Ihre persönlichen Anliegen bequem von zu Hause aus zu erledigen und exklusive Services, wie zum Beispiel die elektronische Patientenquittung, zu nutzen.

✓ Servicestellen vor Ort

Bundesweites Netz

Wir sind auch in Ihrer Nähe. Über 50 Servicestellen bundesweit.

✓ Servicetelefon

0800 7245 900

Unsere Experten unterstützen Sie bei allen Fragen rund um die Themen Kranken- und Pflegeversicherung. (Kostenfrei von Mo. – Fr.: 8:00 – 19:00 Uhr)

✓ Terminvergabe beim Facharzt

Unterstützung bei der Terminvereinbarung: 0800 1650 050

Die KNAPPSCHAFT unterstützt Sie dabei, einen Facharzt ganz in Ihrer Nähe zu finden, Termine zu vereinbaren oder vorzuziehen. (Kostenfrei von Mo. – Fr.: 8:00 – 20:00 Uhr)

Private Vorsorge

✓ Private Kranken-Zusatzversicherung

Kooperation mit der Gothaer AG

Damit Sie rundum abgesichert sind, kooperiert die KNAPPSCHAFT mit der Gothaer Krankenversicherung AG.



200 Euro plus bei der Vorsorge

Der besondere Zuschuss der KNAPPSCHAFT zur Schwangerenvorsorge geht weit über die gesetzlichen Leistungen hinaus. Entscheiden Sie selbst, welche zusätzlichen Maßnahmen wir unterstützen sollen.

Nutzen Sie unsere App

„Lebensstark ernährt“!

Noch schwanger oder schon junge Familie? Die Freude ist sicher riesig – und doch kommen viele Fragen zur richtigen Ernährung auf.

Wir unterstützen Sie mit unserer aktuellen App.

✓ Private Pflege-Zusatzversicherung

Kooperation mit der DFV AG

Mit der privaten Zusatzversicherung können Sie sich für den Pflegefall absichern.

✓ Private Sterbegeld-Vorsorge

Kooperation mit der DIREKTE LEBEN Versicherung AG

Eine gute Absicherung ist auch im Todesfall wichtig. Informieren Sie sich direkt bei der DIREKTE LEBEN Versicherung AG!

Wahltarife

✓ Wahltarif für Azubis

Geldprämie von bis 120 Euro im Jahr

Bei diesem Tarif übernehmen Sie einen Teil Ihrer Krankheitskosten selbst. Bleiben Sie gesund und nehmen keine prämienschädlichen Leistungen in Anspruch, erhalten Sie eine Geldprämie.

✓ Wahltarif Kostenerstattung

Tarif „Arzt“ oder „Zahnarzt“

Mit nur ein paar Euro mehr im Monat genießen Sie die Behandlung beim Arzt oder Zahnarzt wie ein Privatpatient, ohne Gesundheitsprüfung und ohne Risikozuschläge bei Vorerkrankungen.



Hohe Kundentreue.

Im Rahmen einer breit angelegten Untersuchung von DEUTSCHLAND TEST, FOCUS-MONEY und der Service-Value GmbH standen mehr als 1.800 Anbieter aus knapp 200 Branchen auf dem Prüfstand.

Hierbei konnte die KNAPPSCHAFT im Bereich der überregionalen Krankenkassen das Prädikat „Hohe Kundentreue“ erreichen. Insgesamt wurden in dieser Rubrik nur 10 Kassen ausgezeichnet.

✓ Wahltarif Krankengeld

Für Selbstständige

Sie entscheiden selbst, welchen täglichen Betrag Sie von uns im Fall der Fälle ausgezahlt bekommen möchten. Danach richtet sich Ihre zu zahlende monatliche Prämie.

✓ Wahltarif Prämienzahlung

Bei Leistungsfreiheit

Gesundbleiben wird mit einer Prämie von bis zu 300 Euro im dritten leistungsfreien Jahr belohnt.

✓ Wahltarif Selbstbehalt

Bestimmen Sie Ihre Prämie selbst

Wer sich für diesen Tarif entscheidet, übernimmt einen Teil seiner Krankheitskosten selbst und kann jährlich im darauf folgenden Jahr eine Prämie erhalten.

Endlich gut versichert

Lust auf Vorteile?

Geht ganz einfach – als Mitglied der KNAPPSCHAFT.

So werden Sie Mitglied in nur drei Schritten:

1. Alte Krankenkasse kündigen

Kündigen Sie schnell und unkompliziert Ihrer aktuellen Krankenkasse. Nutzen Sie dafür das beigegefügte Kündigungsformular

2. Antrag ausfüllen

Einfach den beiliegenden Antrag ausfüllen und zur KNAPPSCHAFT senden. Oder füllen Sie direkt unseren Online-Antrag auf www.knappschaft.de/ichwechsel aus

3. Um den Rest kümmern wir uns

Ihre Krankenkasse ist verpflichtet, Ihnen zwei Wochen nach Ihrer Kündigung eine Kündigungsbestätigung zu schicken. Reichen Sie diese einfach bei der KNAPPSCHAFT ein. Damit Ihre Kündigung rechtskräftig wird, leitet die KNAPPSCHAFT die für Sie ausgestellte Mitgliedsbescheinigung an die zuständige Stelle weiter. Für weitere Fragen erreichen Sie uns kostenfrei unter **0800 7245 900** von montags bis freitags in der Zeit von 8:00 bis 19:00 Uhr oder unter www.knappschaft.de

IMPRESSUM

Herausgegeben von:
Deutsche Rentenversicherung
Knappschaft-Bahn-See
Pieperstraße 14 – 28, 44789 Bochum

www.knappschaft.de

Bildnachweise:
© pixelfit/istockphoto
© Jivchik/fotolia
© gradyreese/istockphoto
© bernarbodo/fotolia
© geber86/istockphoto
© svetikd/istockphoto
© golero/istockphoto
© SolStock/istockphoto
© filadendron/istockphoto
© skynesher/istockphoto

Nachdruck, auch auszugsweise, ist
nur mit ausdrücklicher Genehmigung
des Herausgebers gestattet.

Stand: Dezember 2018