

AUSGABE 78 | APRIL 2018

vitamin

DAS MAGAZIN DER POSTBEAMTENKRANKENKASSE

Aktiv bleiben

So können Sie einem
Schlaganfall vorbeugen.

VERWALTUNGSRAT

*Das wichtigste
Organ der PBeaKK*

BELASTUNGSGRENZE

*Zuzahlungen
und Eigenbehalte*





Peter Reichelt
Vorstandsvorsitzender der PBeaKK

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir möchten, dass für Sie die Lektüre unseres Kundenmagazins informativ und abwechslungsreich ist. Daher haben wir die Zeit seit der Januar-Ausgabe genutzt und vitamin in einem „Frühjahrsputz“ unterzogen. Das gesamte Magazin wurde modernisiert und sein Erscheinungsbild aufgelockert.

Wir informieren Sie weiterhin fundiert zu einem Gesundheitsthema sowie zu Ihrer Versicherung bei uns. Neben diesen Inhalten erhalten Sie auch Informationen aus dem Bereich Service. Alle diese Themen erklären wir Ihnen nun mit mehr Unterstützung durch Grafiken und Schaubilder. Zusätzlich achten wir auf klare Farbkontraste, passende Fotos und

eine ausreichende Schriftgröße. Natürlich gibt es weiterhin ein Gewinnspiel und ein leckeres Rezept zum Nachkochen. Und vitamin wird auch weiterhin als barrierefreies PDF auf www.pbeakk.de bereitgestellt.

Ihre Meinung ist uns wichtig. Daher führen wir jedes Jahr eine repräsentative Kundenbefragung durch. Und die Ergebnisse sind sehr erfreulich: Seit drei Jahren in Folge bestätigen Sie uns Ihre Zufriedenheit mit der PBeaKK mit der gleichen Schulnote: 2,3. Und auch Ihre freien Meinungsäußerungen bestärken uns darin, dass wir auf dem richtigen Weg sind, wenn wir in Ihrem Sinne an Service und Qualität arbeiten.

*Ich wünsche Ihnen ein
sonniges Frühjahr und einen
guten Start in den Sommer!*

In vitamin finden Sie Beiträge und Texte, die auch über Maßnahmen berichten, deren Kosten wir nicht erstatten können. Trotzdem möchten wir es nicht versäumen, Sie über diese Konzepte, beispielsweise hinsichtlich neuer oder alternativer Behandlungs- und Heilmethoden und aktueller Trends im Sportbereich, umfassend zu informieren. Falls Sie sich für eine der genannten Behandlungen interessieren und wissen möchten, ob wir die Kosten übernehmen, sprechen Sie bitte mit unserer Kundenberatung. Sie hilft Ihnen gerne weiter. Nicht alle in vitamin beworbenen Produkte und Dienstleistungen sind beihilfe- und erstattungsfähig. Dieses Magazin ist nach aktuellen Erkenntnissen sorgfältig erarbeitet worden; trotzdem erfolgen alle Angaben ohne den Anspruch auf Vollständigkeit und Gewähr. Maßgebend ist die ärztliche beziehungsweise therapeutische Beratung.

Inhalt

vitamin 78 | April 2018

▶ 04



Tatort Gehirn

Jeder Schlaganfall ist ein Notfall

Oft kommt er ganz plötzlich und kann innerhalb kürzester Zeit große Schäden verursachen: der Schlaganfall. Doch zum Glück kann jeder selbst aktiv werden und sein Risiko verringern.

▶ 14

Belastungsgrenze
Wie viel muss für welche Leistungen zugezahlt werden und wo liegt die Höchstgrenze?



Ihre Gesundheit 04

Tatort Gehirn	
Jeder Schlaganfall ist ein Notfall	04

Ihre Versicherung 10

Wahlleistungsvereinbarung	
Was ist im Krankenhaus zu beachten?	10
Grundversicherung	
Das ändert sich mit Renteneintritt	12
Belastungsgrenze	
Zuzahlungen und Eigenbehalte	14
AKV-Stufe	
Unbeschwert auf Reisen	16
Auf einen Blick	
Informationen rund um Ihre PBeaKK	18

▶ 20

Verwaltungsrat
Der Verwaltungsrat ist das Selbstverwaltungsorgan der PBeaKK. Erfahren Sie, welche Aufgaben er hat.



Unser Service 20

Der neue Verwaltungsrat	
Seit Dezember für Sie aktiv	20
Jahresüberblick	
Das waren die vitamin-Themen 2017	24
Datenschutzrecht	
Fragen und Antworten	26
Kontakt zur PBeaKK	
Adressen und Impressum	29

▶ 26

Datenschutzrecht
Wie verarbeiten wir Ihre Daten? Die wichtigsten Fragen und Antworten.



Unser Plus für Sie 30

Rezept	
Penne mit Spargelsalsa	30
Preisrätsel	
Mitmachen und gewinnen	31



Tatort Gehirn

Jeder Schlaganfall ist ein Notfall

Oft kommt er ganz plötzlich und kann innerhalb kürzester Zeit große Schäden verursachen: der Schlaganfall. Zum Glück kann jeder selbst aktiv werden und sein Risiko verringern. Tritt jedoch der Ernstfall ein, gilt es sofort zu handeln und den Notarzt zu alarmieren.

Jedes Jahr erleiden rund 270.000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall. Je nach Ursache sprechen Mediziner von einem Hirninfarkt oder von einer Hirnblutung.

Ein Hirninfarkt, auch ischämischer oder „weißer“ Schlaganfall genannt, wird durch eine Mangel durchblutung des Gehirns verursacht. Er macht gut 80 Prozent aller Schlaganfälle aus. Auslöser ist meist ein Blutgerinnsel, das ein Gefäß im Gehirn verstopft. Seltener ist der sogenannte rote Schlaganfall. Er entsteht durch eine

Hirnblutung: Ein Gefäß zerreißt und Blut gelangt ins Hirngewebe. In beiden Fällen wird ein Bereich des Gehirns nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Je nachdem, welche Region betroffen ist, kommt es zu unterschiedlichen Ausfallerscheinungen und Symptomen (siehe Grafik rechts). Ist beispielsweise das Sprachzentrum in der linken Gehirnhälfte mangelversorgt, können Sprache und Sprachverständnis eingeschränkt sein. Sind Teile des Gehirns betroffen, welche die Ausführung von

Jede Minute zählt!

Bei Verdacht auf einen Schlaganfall bitten Sie die betroffene Person

- zu lächeln,
- beide Arme gleichzeitig zu heben,
- einen einfachen Satz nachzusprechen.

Bereitet eine dieser Aufgaben Probleme, wählen Sie sofort den Notruf 112!

Diese *Symptome* weisen auf einen Schlaganfall hin



Gleichgewicht

- schlagartiges Schwindelgefühl verbunden mit Gangunsicherheit
- Gleichgewichts- und Koordinationsverlust



Schmerz

- vorher nicht gekannte, äußerst heftige Kopfschmerzen
- Übelkeit und Erbrechen



Sehen

- beeinträchtigt Sehvermögen
- plötzlich eingeschränktes Gesichtsfeld
- gestörtes räumliches Sehen und Orientierungslosigkeit
- Sehen von Doppelbildern



Sprache

- stockende, abgehackte Sprache
- Verdrehen von Silben oder Verwenden falscher Buchstaben
- Kommunikation im „Telegrammstil“, verwaschene oder lallende Sprache, selten auch Sprachverlust
- Sprachverständnisstörungen



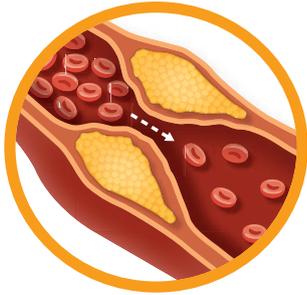
Lähmung

- Lähmungserscheinungen auf einer Körperseite, häufig im Gesicht, an Arm oder Hand (typisch ist zum Beispiel ein herunterhängender Mundwinkel)
- plötzlich eintretende Störung des Berührungsempfindens
- abrupt einsetzendes Taubheitsgefühl

Bewegungen steuern, fällt dem Betroffenen beispielsweise plötzlich die Kaffeetasse aus der Hand und es treten Lähmungserscheinungen auf. Auch akut einsetzende Sehstörungen oder starker Schwindel mit Gangstörungen sollten ernst genommen werden.

Es ist wichtig, die Symptome für einen Schlaganfall zu kennen. Wer bei sich oder einem Angehörigen solche Anzeichen bemerkt, muss sofort handeln und den Notarzt (112) rufen. Bei einem Schlaganfall zählt jede Minute. Schnelle Hilfe sorgt dafür, dass die Folgeschäden so gering wie möglich bleiben. ▶

Ursachen für einen Schlaganfall



Gefäßverkalkung

Bei der Arteriosklerose führen Ablagerungen zur Einengung oder zum Verschluss der Gefäße.



Blutgerinnsel

Ein Gerinnsel, das sich beispielsweise im Herzen bildet und mit dem Blutstrom bis ins Gehirn wandert, verstopft das Gefäß.



Hirnblutung

Durch einen plötzlichen Riss im Hirngefäß tritt das Blut unter hohem Druck in das umliegende Gewebe ein.



*Regelmäßige
Bewegung hält
Muskeln und
Gefäße fit.*

Moderne Frühdiagnostik

Computertomografie (CT) und Magnetresonanztomografie (MRT) machen früheste Kalkablagerungen in den Herzkranzarterien sichtbar. Daher ermöglichen diese bildgebenden Verfahren eine zuverlässige und schonende Diagnostik des Herz-Kreislauf-Systems – ohne körperlichen Eingriff, wie bei der Herzkatheter-Untersuchung. CT oder MRT können Sie beispielsweise in folgenden Zentren durchführen lassen:

- Universitäres Herzzentrum Hamburg (UHZ):
➔ www.uke.de
oder 040 74 100
- Grönemeyer Institut Bochum:
➔ www.institut.groenemeyer.com
oder 0234 97 800
- Isar Herz Zentrum (München):
➔ www.isarherzzentrum.de
oder 089 149 903 60 00

Wer ist betroffen?

Eine gängige Annahme ist, einen Schlaganfall erleiden nur alte Menschen. Doch es kann jeden treffen. Zwar steigt die Wahrscheinlichkeit mit zunehmendem Alter, doch in fünfzehn Prozent der Fälle sind die Betroffenen jünger als 50 Jahre.

Der häufigste Risikofaktor eines Schlaganfalls – unabhängig davon, ob es sich um einen Hirninfarkt oder eine Hirnblutung handelt – ist ein zu hoher Blutdruck. Hohe Blutfette, Diabetes, Übergewicht, ein zu hoher Alkoholkonsum, Rauchen und Bewegungsmangel zählen ebenfalls dazu. Gerade bei älteren Menschen führen genau diese Faktoren zu einer Arteriosklerose, umgangssprachlich Arterienverkalkung genannt. Dabei verengen und verschließen sich kleine Hirngefäße. Ist die Halsschlagader betroffen, wird die Blutzufuhr für das gesamte Gehirn eingeschränkt.

Schützen

Sie Ihre Gefäße

1. Blutdruck im Blick

Ein erhöhter Blutdruck schädigt auf Dauer Ihre Gefäßwände und kann so zu einer Arteriosklerose beitragen. Um frühzeitig gegenzusteuern, messen Sie regelmäßig Ihren Blutdruck oder lassen ihn beim Arzt überprüfen. Nehmen Sie Ihre Blutdruckmedikamente regelmäßig und setzen Sie sie nicht ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ab.

2. Weg mit der Zigarette

Nikotin verengt die Blutgefäße und erhöht dadurch Ihren Blutdruck. Wer raucht, hat daher ein doppelt so hohes Risiko einen Schlaganfall zu erleiden wie ein Nichtraucher. Immerhin: Der Körper erholt sich. Nach fünf Jahren Rauchstopp hat sich das Risiko halbiert.

3. Runter mit den Kilos

Behalten Sie Ihr Gewicht im Blick. Infolge von Übergewicht und Bewegungsmangel können unter anderem Bluthochdruck, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen auftreten. Das alles steigert die Gefahr eines Schlaganfalls.

4. Auf das Herz hören

Vorhofflimmern und andere Herzrhythmusstörungen steigern das Risiko. Achten Sie auf Anzeichen für Herzprobleme und sprechen Sie direkt mit Ihrem Arzt.

5. In Bewegung bleiben

Regelmäßige Bewegung hält Ihre Muskeln und Gefäße fit. Blutdruck und Blutfettwerte verbessern sich und Übergewicht wird abgebaut. Besonders geeignet sind Ausdauersportarten: Schwimmen, Walken oder Radfahren.

6. Diabetes im Griff

Ein erhöhter Blutzuckerspiegel greift die Gefäßwände an und fördert die Bildung von Blutgerinnseln. Wenn Sie Diabetes haben, messen Sie regelmäßig Ihren Blutzucker und achten Sie darauf, dass Ihre Werte optimal eingestellt sind.

7. Gesund kochen

Erhöhte Cholesterinwerte können langfristig zu Ablagerungen in den Blutgefäßen führen. Eine ausgewogene Ernährung wirkt sich positiv auf Ihre Cholesterinwerte aus. Verwenden Sie Oliven- oder Rapsöl, Vollkornprodukte, viel Obst und Gemüse, Fisch und wenig Fleisch.

8. Alkohol in Maßen

Alkoholkonsum erhöht die Gefahr für einen Schlaganfall. Sind Sie gesund und nicht familiär vorbelastet, können Sie Alkohol dennoch maßvoll genießen.



Ab dem 80. Lebensjahr hat zudem fast jeder Zehnte Vorhofflimmern. Das ist eine Herzrhythmusstörung, bei der sich Blutgerinnsel im Herzen bilden können. Löst sich ein solches Gerinnsel und wandert bis ins Gehirn, kann es dort ein Blutgefäß verstopfen. „Vorhofflimmern und Arteriosklerose verursachen jeweils etwa 20 Prozent aller Schlaganfälle. Doch es gibt Möglichkeiten, vorzubeugen“, weiß Prof. Dr. Joachim Röther, Chefarzt der Neurologie der Asklepios Klinik Altona in Hamburg und Vorstandsmitglied der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft. Er und sein Team haben schon viele Schlaganfall-Patienten behandelt.

Vorboten ernst nehmen

Typischer Vorbote eines Schlaganfalls ist die „transitorische ischämische Attacke“ (TIA). Wie beim „richtigen“ Schlaganfall kommt es zu einer vorübergehenden Durchblutungsstörung im Gehirn. Auch die Anzeichen sind die gleichen. Der Unterschied ist, dass die Symptome innerhalb von 24 Stunden wieder vollständig verschwinden.

Eine TIA sollten Betroffene niemals auf die leichte Schulter nehmen. Oft folgt innerhalb ▶

Alles im Griff

Bei einer Halbseitenlähmung ist oft auch die Beweglichkeit Ihrer Hände beeinträchtigt. Diese Übungen können Ihnen helfen, Ihre Finger wieder mobil zu machen. Sprechen Sie mit Ihrem Physiotherapeuten oder Ihrem Arzt.



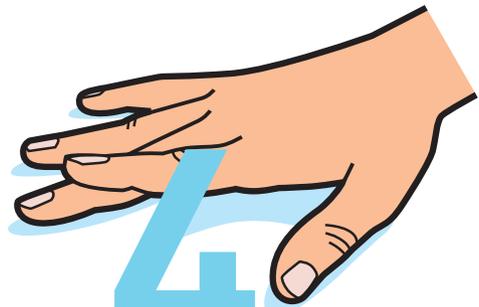
1 Rollen Sie aus Knete mit Ihrer erkrankten Hand oder mit beiden Händen eine Wurst und wickeln Sie diese zur Schnecke auf. Dabei können Sie die Bewegung aus Ihrem Handgelenk, aus Ihrem Unterarm oder aus Ihren Fingern ausführen.



2 Stellen Sie Ihren Ellenbogen auf, bringen Sie Daumen und Zeigefingerspitze zusammen und formen Sie ein O. Finger wieder strecken. Das Gleiche wiederholen Sie nacheinander mit jedem Ihrer übrigen Finger plus Daumen.



3 Stellen Sie Ihren Ellenbogen auf und strecken Sie Ihre Hand, sodass Ihre Finger nach oben zeigen. Ballen Sie abwechselnd Ihre Finger zu einer Faust und spreizen Sie sie dann weit auseinander.



4 Drücken Sie Ihre Hände auf den Tisch und ziehen Sie einen Finger nach dem anderen hoch, ohne dabei die anderen Finger zu bewegen. Strecken Sie jeden Finger etwa sechs Sekunden nach oben und senken Sie ihn langsam wieder.

► eines halben Jahres ein Schlaganfall, der bleibende Schäden verursachen kann. Wer bei sich oder einem Angehörigen entsprechende Anzeichen feststellt, sollte „112“ anrufen, auch wenn die Symptome rasch wieder verschwinden.

Auch Prof. Röther betont, wie wichtig es ist, Hilfe zu suchen: „Selbst wenn die Beschwerden nur von kurzer Dauer oder leicht ausgeprägt sind, ist eine ärztliche Untersuchung unbedingt notwendig. Wir versuchen dann, die Ursache festzustellen und den Patienten vor einem Schlaganfall mit ernsthaften Folgen zu bewahren.“

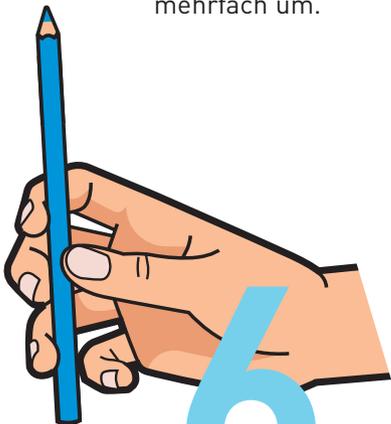
Auf der Stroke Unit – die Schlaganfallspezialstation

Wird der Notdienst alarmiert und es besteht Verdacht auf einen Schlaganfall, bringt er den Patienten in die Notaufnahme des nächstgelegenen geeigneten Krankenhauses. Das ist ein Zentrum mit einer Schlaganfallspezialstation, einer „Stroke Unit“ (Stroke, englisch = Schlaganfall). Auch die Asklepios Klinik Altona besitzt eine solche Stroke Unit. „Wir betreuen jedes Jahr über 1.400 Patienten mit akutem Schlaganfall“, berichtet Prof. Röther. „Die Behandlung erfordert spezielle Therapieverfahren, eine genaue Überwachung und Erfahrung auf dem Gebiet.“

Aktuell gibt es deutschlandweit 310 Stroke Units, die eine optimale Versorgung von Schlaganfällen gewährleisten. In manchen Regionen, wie besonders ländlichen Gegenden Süddeutschlands oder den Nordseeinseln, kann die nächstgelegene Stroke Unit weiter entfernt liegen. Hier nutzen Krankenhäuser die moderne telemedizinische Versorgung. „Gibt es beispielsweise einen Notfall auf Sylt, wo es keine Neurologie gibt, kann ich von Hamburg aus helfen“, erzählt Prof. Röther. „Die Ärzte rufen bei uns über den ‚Teledoc‘ – eine Videostation – an, wenn sie einen Schlaganfall-Patienten haben. Ich kann die Kollegen vor Ort bei der Untersuchung und



Drehen Sie verschiedenen große Münzen auf einer Tischplatte mehrfach um.



Lassen Sie einen Bleistift zwischen Ihren Fingern auf dem Tisch kreisen. Diese Bewegung können Sie auch in der Luft ausführen.

und erfolgt nur innerhalb weniger Stunden nach dem Auftreten der ersten Symptome. Ist ein besonders großes Gefäß verstopft, kann das Blutgerinnsel eventuell mit einem speziellen Mikrokatheter abgesaugt oder herausgezogen werden.

Bei einer Hirnblutung ist die wichtigste Maßnahme, den Blutdruck rasch in den Normalbereich zu bringen, um Nachblutungen und Komplikationen zu verhindern. Denn oft ist das betreffende Gefäß aufgrund des hohen Blutdrucks geplatzt.

Individuelle Therapie auf der Stroke Unit

Sind die Akutmaßnahmen durchgeführt, geht es für den Schlaganfall-Patienten von der Notaufnahme auf die Stroke Unit. Hier betreut ein speziell geschultes Team aus Ärzten, Pflegern sowie Logopäden (Sprachtherapeuten), Physio- und Ergotherapeuten den Patienten. „Je nachdem, wie schwer der Schlaganfall ist und welche Gehirnareale betroffen sind, erfolgt die weitere Behandlung ganz individuell“, erklärt Prof. Röther. „Es wird schnell mit der Rehabilitation begonnen, notwendige Medikamente verschrieben – und gegebenenfalls auch andere Erkrankungen wie Herzrhythmusstörungen oder Diabetes mitbehandelt.“

Die Dauer des Aufenthaltes auf der Stroke Unit kann variieren und hängt vom jeweiligen Krankheitsbild ab. Bei der Mehrzahl der Betroffenen beträgt sie zwischen 24 und 72 Stunden. Patienten, die eine TIA hatten, werden dann oft bereits wieder entlassen. Sind die Folgen hingegen schwerwiegend oder gestaltet sich die Blutdruckeinstellung als kompliziert, kann die Behandlung auch deutlich länger andauern.

Mit den Folgen umgehen

Auf den Krankenhausaufenthalt folgt die Rehabilitation. Die häufigsten Folgen eines Schlaganfalls sind – neben halbseitigen Lähmungen und Gefühlsstörungen der Arme und Beine – Sprach-, Schluck-, Seh- und Gleich-

Wir informieren Sie

Wenn Sie Fragen rund um das Thema „Schlaganfall“ haben, steht Ihnen unser kompetenter Partner – die almeda GmbH – telefonisch zur Seite.

Unser GESUNDHEITSTELEFON ist für Sie kostenfrei zu erreichen:

➔ 0800 72 32 553

SERVICEZEITEN:

Montag bis Donnerstag
von 7:30 bis 18:00 Uhr und
Freitag von 7:30 bis 16:00 Uhr

Mehr erfahren

Weitere wichtige Informationen und Fakten zum Schlaganfall erhalten Sie bei der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe.

TELEFON:

➔ 05241 97 70 0

TELEFAX:

➔ 05241 97 70 777

E-MAIL:

➔ info@schlaganfall-hilfe.de

INTERNET:

➔ www.schlaganfall-hilfe.de

gewichtsstörungen. Oft bessern sich diese Beschwerden im Laufe der Zeit, doch es kann auch vorkommen, dass sie von Dauer sind. Hier ist weiterhin die Unterstützung von Logopäden, Physio- und Ergotherapeuten, Psychologen und geschulten Pflegekräften gefragt: Diese Experten helfen den Patienten dabei, die körperlichen Folgen zu mindern und so selbstständig wie möglich den Alltag zu meistern.

Besonders Angehörige und Freunde können auf lange Sicht unterstützen und motivieren, damit Betroffene nach einem Schlaganfall Schritt für Schritt zurück ins Leben finden. Sei es dabei, regelmäßig Sport zu treiben, sich gesund zu ernähren oder einfach mal abzulenkeln – nicht nur die körperlichen, sondern auch die psychischen Folgen lassen sich so schneller überwinden. ■

Therapie unterstützen und beraten. Falls notwendig wird der Patient auf eine Stroke Unit verlegt.“

Notfallbehandlung im Krankenhaus

Nach Ankunft eines Patienten in der Notaufnahme wird in der Regel zunächst eine Computertomografie durchgeführt. Dabei wird geklärt, ob es sich um eine Durchblutungsstörung oder eine Hirnblutung handelt. Ist die Ursache ein Gefäßverschluss, wird unter Umständen eine sogenannte Thrombolyse eingesetzt, um das Gerinnsel aufzulösen. Diese Behandlung ist an ein enges Zeitfenster geknüpft

Wahlleistungen im Krankenhaus

Ob Erkrankung oder Unfall: Ein stationärer Aufenthalt im Krankenhaus ist immer belastend. Da ist es beruhigend, dass in öffentlichen Krankenhäusern deutschlandweit alle Leistungen in der Krankenhauspauschale enthalten sind. Darüber hinaus können Sie Wahlleistungen in Anspruch nehmen. Wie das funktioniert, erfahren Sie in dieser Übersicht.

SO LÄUFT DIE ERSTATTUNG AB



1. Entscheiden

Bei der Aufnahme in ein Krankenhaus entscheiden Sie, ob Sie Wahlleistungen – auch Wunschleistungen genannt – nutzen möchten. Dazu gehören beispielsweise eine bessere Unterkunft (etwa in einem Ein- oder Zweibettzimmer) oder die wahlärztliche Behandlung („Chefarztbehandlung“).

Wichtig: Beachten Sie Ihren individuellen Versicherungstarif, damit Sie nicht von einem hohen Selbstbehalt überrascht werden.



2. Vertrag abschließen

Wenn Sie solche Leistungen wünschen, schließen Sie mit dem Krankenhaus einen Vertrag ab. Dieser Vertrag heißt Wahlleistungsvereinbarung. Wahlleistungen müssen mit Ihnen immer vor der Behandlung vereinbart werden. Das Datum der Vereinbarung muss deshalb dem Beginn Ihres Krankenhausaufenthaltes entsprechen.

Wichtig: Die Wahlleistungsvereinbarung ist nur gültig, wenn Sie und ein Krankenhausvertreter unterschrieben haben.

Vorsicht, Selbstbehalt

Als A-Mitglied erhalten Sie bei wahlärztlicher Behandlung ausschließlich Beihilfe und keine Leistungen aus der Grundversicherung. Dies gilt bei der Wahlleistung Unterkunft für A- und B-Mitglieder. Unterzeichnen Sie eine Wahlleistungsvereinbarung, müssen Sie mit

erheblichen Selbstbehalten rechnen. Bei privaten Krankenhäusern vergleichen wir die Kosten mit denen öffentlicher Krankenhäuser. Nur diesen Teil der Kosten übernehmen wir – hohe Selbstbehalte sind wahrscheinlich. Durch unsere Krankenhaustagegeldstufe der Zusatz-



3. Rechnung prüfen

Nach Ihrem Klinikaufenthalt erhalten Sie für die persönlich ausgewählten Leistungen gesonderte Rechnungen. Falls Sie einmal eine solche Rechnung erhalten, obwohl Sie keine schriftliche Wahlleistungsvereinbarung abgeschlossen haben, schicken Sie die Rechnung an das Krankenhaus zurück.

Wichtig: Eine Wahlleistungsvereinbarung gilt immer nur für einen bestimmten Krankenhausaufenthalt – ersichtlich anhand des Datums und der Diagnose.



4. Einreichen

Reichen Sie die Krankenhausrechnungen bei uns ein – zusammen mit allen Wahlleistungsvereinbarungen, die Sie abgeschlossen haben. Haben Sie ein Einbettzimmer vereinbart, benötigen wir die Preise der verfügbaren Zimmer. Wenn diese nicht in der Wahlleistungsvereinbarung stehen, fügen Sie bitte zusätzlich das Preisverzeichnis für die Unterkunft bei (beispielsweise den Pflegekostentarif oder den Entgelttarif).

Wichtig: Eine Kostenübernahme ist nur möglich, wenn uns die entsprechende Wahlleistungsvereinbarung vorliegt.

versicherung können Sie mögliche finanzielle Risiken mindern. Wir beraten Sie gerne:

➔ 0711 346 529 96 oder
0180 2 346 529 96*

*6 Cent je Anruf aus dem Festnetz



Bild: wdv/M. Völler

Ruhestand – ein neuer Lebensabschnitt

Beim Eintritt in den Ruhestand muss beim Krankenversicherungsschutz an einiges gedacht werden. Befasst man sich jedoch frühzeitig mit dem Thema, können aufkommende Fragen schnell geklärt werden, und der Übergang in den Ruhestand verläuft ruhiger als gedacht. Welche Änderungen sich ergeben und was unverändert bleibt, zeigen wir Ihnen gerne auf.

Gut zu wissen

Treten Sie als Beamter in den Ruhestand ein, teilen Sie uns dies bitte mit. Denn bei Eintritt in den Ruhestand ändert sich der Beihilfebemessungssatz für Bundesbeamte von 50 Prozent auf 70 Prozent. Unverändert bleiben Ihre Beitragshöhe und Ihre Mitgliedergruppe bei der PBeaKK – denn der Beitrag für Ihre Mitgliedschaft ist bei uns grundsätzlich nicht von Ihrem Einkommen oder Ihrem Beihilfebemessungssatz abhängig, sondern von Alter und Anzahl eventuell mitversicherter Angehöriger und Kinder.

Üben Sie eine Nebentätigkeit aus, wirkt sich diese bei Ruhestandsbeamten grundsätzlich nicht auf die Grundversicherung aus.

Sie sind als Versorgungsempfänger mit eigenem Beihilfeanspruch generell versicherungsfrei, wenn durch die Nebentätigkeit keine Versicherungspflicht in der gesetzlichen Krankenversicherung eintritt. Bitte informieren Sie vor Beginn einer Nebentätigkeit Ihren Dienstherrn, da diese gegebenenfalls genehmigungspflichtig ist.

Besteht für Ihren Ehepartner eine eigene Beihilfeberechtigung aus einem Beamtenverhältnis, müssen Sie uns den Eintritt in den Ruhestand ebenfalls melden, da dieselben Änderungen für die Beihilfe eintreten wie für Sie als Mitglied.

So melden Sie uns Ihren Ruhestand

Füllen Sie das Änderungsformular auf unserer Internetseite [↗ www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) aus oder wenden Sie sich an unsere Kundenberatung.

Beitragszuschuss zur Krankenversicherung

Falls Sie neben Ihrer Beamtenversorgung einen Anspruch aus der gesetzlichen Rentenversicherung besitzen, wird bei Ihrem Renteneintritt die Versicherungspflicht in der Krankenversicherung der Rentner (KVdR) geprüft. In der Regel besteht eine solche Versicherungspflicht in der KVdR nicht. Sie haben dann Anspruch auf einen Beitragszuschuss zu Ihrer Krankenversicherung bei der PBeaKK. Der entsprechende Rentenversicherungsträger sendet

Ihnen in diesem Fall Formulare zu, die Sie an uns weiterleiten. Sie erhalten von uns dann eine Beitragsbescheinigung zur Vorlage bei Ihrem Rentenversicherungsträger, der nun über die Höhe des Beitragszuschusses entscheidet.

Mitversicherte Ehepartner oder eingetragene Lebenspartner erhalten keinen Zuschuss zur Krankenversicherung bei uns, da sie keinen eigenständigen Beitrag zur Krankenversicherung bei der PBeaKK entrichten.

Ruhende Mitversicherung

Eine ruhende beitragspflichtige Mitversicherung des Ehepartners ist nur dann sinnvoll, wenn zu erwarten ist, dass eine bestehende Pflichtversicherung in der gesetzlichen Krankenkasse endet und somit zu einem späteren Zeitpunkt eine aktive Grundversicherung bei der PBeaKK beantragt werden kann. Bleibt Ihr Ehepartner nach dem Renteneintritt in

der Krankenversicherung der Rentner (KVdR) pflichtversichert, ist aus unserer Sicht die weitere Zahlung des Ruhensbeitrags nicht empfehlenswert. Für individuelle Auskünfte zur KVdR und deren Befreiungsmöglichkeiten von der Versicherungspflicht wenden Sie sich bitte direkt an die gesetzliche Krankenkasse des Ehepartners.

Anzeige

Bewegung ist Leben

PRIVATE PAUSCHALKUR Ihr privater „alles inklusive“ Gesundheitsurlaub

Ärztliche Untersuchungen einschließlich aller verordneten Therapieanwendungen (wie z.B. Massagen, Bäder), Vollpension (inkl. Getränke), Nachmittagskaffee, Mineralwasser und Obst für das Zimmer.



Nutzen Sie unseren
FAHRDIENST
ab Ihrer Haustür!

Für genehmigte
Rehabilitationsmaßnahmen pauschalierte
Abrechnung mit der PBeaKK möglich.

Für beihilfeberechtigte Selbstzahler niedrigster
Tagessatz EZ oder DZ € 69,- p. P. / Tag inkl. Voll-
pension zzgl. Arzt- und Anwendungskosten.



Stilvolles Wohlfühlambiente mit persönlicher
Betreuung. Moderne, medizinische Fach-
kompetenz mit gezielter Therapie fördern Ihr
gesundheitliches Wohlbefinden.



Bleiben Sie gesund!

UIBELEISEN Sanatorium & Gesundheitszentrum
Prinzregentenstraße 15 · 97688 Bad Kissinger
Telefon 0971 - 918-0 · Fax 0971 - 918-100
www.uibelesen.com

Medizinische Behandlungen für Ihre Gesundheit

- Original Bad Kissinger Natursolebad
- Krankengymnastik (Einzel und Gruppe)
- Kneipp-Guss
- Heiße Moorpackung
- 2 Schwimmbäder (30° C) u.v.m.

Salzgrotte direkt im Haus

Entspannen Sie bei Meeresklima
in der Salzgrotte direkt in unserem Haus.



**ZUSATZ-
ANGEBOT**

Bei entsprechender Diagnose:

KRAMPFADER-BEHANDLUNG ohne OP und Narkose!

Fordern Sie Informationsmaterial an!

Aufschlüsselung nach GOÄ möglich.



Belastungs- grenze

Befreiung von Zuzahlungen und Eigenbehalten

Arzneimittel, Krankenhausbehandlungen und Fahrtkosten – für diese und andere Leistungen sieht der Gesetzgeber Zuzahlungen und Eigenbehalte der Patienten vor. Zum finanziellen Schutz der Patienten sind diese gedeckelt: Die gesetzlich festgelegte Höchstgrenze wird als Belastungsgrenze bezeichnet.



Sobald Sie die Belastungsgrenze im Lauf eines Kalenderjahres erreichen, sind Sie von Zuzahlungen und Eigenbehalten befreit. Alles was Sie tun müssen, ist einen Antrag auf Festsetzung der Belastungsgrenze/n zu stellen.

Ihre persönliche Belastungsgrenze

Die Belastungsgrenze ist individuell. Sie gibt den Betrag an, bis zu welchem Sie persönlich innerhalb eines Kalenderjahres Zuzahlungen und Eigenbehalte leisten müssen. Die Belastungsgrenze liegt bei zwei Prozent Ihres jährlichen Bruttoeinkommens. Dazu zählen beispielsweise Ihr Grundgehalt, Ihre Rente oder die Einnahmen Ihres mitversicherten Ehepartners. Den Antrag auf Festsetzung der Belastungsgrenze/n müssen

Sie in jedem Kalenderjahr stellen. Nach unserer Satzung ist für Sie einerseits eine Belastungsgrenze für Versicherungsleistungen vorgesehen. Andererseits hat die Bundesbeihilfeverordnung eine eigenständige Belastungsgrenze. Eine aktuelle Aufstellung der von Ihnen geleisteten Zuzahlungen und Eigenbehalte finden Sie am Ende jedes Erstattungsbescheides. Die Summen der jährlichen Zahlungen geben wir getrennt nach Versicherungsleistungen und Beihilfe an.

Belastungsgrenze für chronisch Erkrankte

Falls Sie von einer schweren chronischen Krankheit nach der Chroniker-Richtlinie betroffen sind, liegt Ihre persönliche Belastungsgrenze bei einem Prozent Ihres Bruttoeinkommens. Der Gemeinsame Bundesausschuss hat

definiert, dass als schwerwiegend chronisch krank gilt, wer sich nachweislich wegen derselben Krankheit seit wenigstens einem Jahr in ärztlicher Dauerbehandlung befindet und zusätzlich eines der folgenden Kriterien erfüllt:

1. Sie sind pflegebedürftig entsprechend des Pflegegrads 3, 4 oder 5.
2. Sie verfügen über einen Schwerbehindertenausweis mit einem Behinderungsgrad von mindestens 60 Prozent. Oder Sie sind aufgrund einer Krankheit mindestens zu 60 Prozent erwerbsgemindert.
3. Sie müssen kontinuierlich medizinisch versorgt werden, damit sich nach Ansicht Ihres Arztes Ihre Krankheit nicht lebensbedrohlich verschlimmert, Ihre Lebenserwartung nicht vermindert oder Ihre Lebensqualität nicht dauerhaft beeinträchtigt wird.

Die Berechnung der Belastungsgrenze

Grundlage für unsere Berechnung ist Ihr Bruttoeinkommen des Vorkalenderjahres. Für 2018 brauchen wir daher Ihre Nachweise aus 2017, für das Kalenderjahr 2017 benötigen wir Ihre Nachweise aus 2016.

Einkommensart	Nachweis (bitte in Kopie vorlegen)
Dienst- und Versorgungsbezüge	Bezügemitteilung vom Dezember des Vorjahres
Renten aus der gesetzlichen Rentenversicherung	Rentenanpassungsmitteilung vom Juli des Vorjahres
Zusätzliche Alters- und Hinterbliebenenversorgung des Mitglieds und des Ehe- beziehungsweise Lebenspartners	Mitteilung der Rentenkasse (beispielsweise Betriebsrenten)
Sonstige Einkünfte laut Einkommensteuergesetz des nicht gesetzlich versicherten Ehe- oder Lebenspartners	Einkommensteuerbescheid

Bei der Berechnung Ihrer Belastungsgrenze werden darüber hinaus Abschläge für Ihre Kinder und Ihren Ehepartner beziehungsweise eingetragenen Lebenspartner vom Vorjahreseinkommen abgezogen. Für 2018 gelten folgende Abschläge:

- Minderung Ihrer Belastungsgrenze um 3.678,00 Euro für jedes zu berücksichtigende Kind.
- Verdopplung dieses Kinderfreibetrags, wenn Sie gemeinsam mit Ihrem Ehepartner steuerlich veranlagt waren („Ehegattensplitting“).
- Minderung Ihres Jahreseinkommens um 15 Prozent, wenn Sie verheiratet sind.

Hinweis für A-Mitglieder

Die von Ihnen gezahlten Zuzahlungen übermitteln Ihre Leistungserbringer – beispielsweise Apotheke oder Transportunternehmen – direkt an uns. Daher brauchen Sie uns keine Zuzahlungsquittungen vorlegen. Bewahren Sie diese bei Ihren privaten Unterlagen auf.

Fügen Sie Ihrem jährlichen Antrag auf Befreiung von Zuzahlungen und Eigenbehalten einfach das Formular zum Nachweis einer chronischen Erkrankung bei. Wenn Sie im vorangegangenen Kalenderjahr bereits Ihre chronische Erkrankung nachgewiesen haben, ist kein erneuter Nachweis erforderlich.

Belastungsgrenze ist erreicht

Sobald Sie Ihre Belastungsgrenzen für Versicherungsleistungen oder für Beihilfe im beantragten Kalenderjahr erreichen, brauchen Sie für das restliche Jahr keine Zuzahlungen und Ei-

genbehalte mehr zu zahlen. Darüber hinaus erstatten wir Ihnen bei Erreichen Ihrer Belastungsgrenze ärztlich oder zahnärztlich verordnete, nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel, wenn diese Arzneimittel apothekenpflichtig sind. Wir erstatten den Kaufpreis der verordneten apothekenpflichtigen Arzneimittel, wenn er bei der Besoldungsgruppe bis A 8 über 8 Euro, bei A 9 bis A 12 über 12 Euro und ab A 13 über 16 Euro beträgt. Falls das Arzneimittel einem Festbetrag unterliegt, erstatten wir die Kosten in Höhe dieses Festbetrags.

Als A-Mitglied erhalten Sie bei Erreichen Ihrer Belastungsgrenze einen Befreiungsausweis. Diesen können Sie bei Ihren Leistungserbringern – beispielsweise in der Apotheke – vorlegen.

Antrag stellen

Wir empfehlen Ihnen, Ihren Befreiungsantrag möglichst frühzeitig zu stellen. Den Antrag auf Festsetzung der Belastungsgrenze/n erhalten Sie auf www.pbeakk.de im Bereich Service oder über unsere Kundenberatung. Einen PBeaKK-Ratgeber zum Thema „Belastungsgrenze“ finden Sie ebenfalls auf www.pbeakk.de. ■

Unbeschwert auf Reisen

Die Urlaubszeit ist die schönste Zeit des Jahres. Viele nutzen sie, um ins Ausland zu reisen – manche fahren ins Nachbarland, andere fliegen in die Ferne. Mit unserer Auslandsreisekrankenversicherung – der AKV-Stufe – sind Sie immer bestens abgesichert.

Die Flugtickets liegen bereit, die Hotelreservierung ist eingepackt und die Vorfreude steigt von Tag zu Tag. Eine gute Reisevorbereitung ist das A und O, um eine unbeschwerte Zeit genießen zu können. Viele Reiselustige haben deshalb Urlaubslisten und prüfen genau, ob sie nichts vergessen haben: Sonnencreme, Badesachen, Wanderschuhe, Moskitonetz und vieles mehr. Aber haben Sie

auch an den ergänzenden Krankenversicherungsschutz im Ausland gedacht?

Ohne eine Auslandsreisekrankenversicherung können erhebliche Selbstbehalte entstehen. Für einen medizinisch sinnvollen und vertretbaren Rücktransport erhalten Sie beispielsweise keine Leistungen aus unserer Grundversicherung oder der Beihilfe. Denken Sie daher bei Ihrer Urlaubsplanung auch an unsere AKV-Stufe.

*Wer eine
Auslandsreisekranken-
versicherung abgeschlossen
hat, kann den Urlaub
sorgenfrei genießen.*





Ihre Versicherung

Unser Serviceangebot

- Sie benötigen eine Versicherungsbestätigung für ein Visum? Gerne stellen wir Ihnen eine Bestätigung aus, in der alle wichtigen Informationen über Ihren Versicherungsschutz enthalten sind.
- Auf unserer Internetseite www.pbeakk.de erhalten Sie eine Auswahl an Sprachführern, welche Ihnen im Ausland als Verständigungshilfe beim Arzt oder im Krankenhaus dienen.
- Damit Sie uns im Notfall direkt und rund um die Uhr erreichen können, füllen Sie unsere Notrufkarte aus und fügen Sie diese zu Ihren Reiseunterlagen hinzu.

Das ist NEU:

Zum 1. Januar 2018 gab es einige Änderungen in unserer AKV-Stufe

- **Sie verreisen gerne spontan und haben bisher Ihren Versicherungsschutz durch eine Überweisung abgeschlossen?**
Künftig benötigen wir vor Antritt Ihrer Reise einen Aufnahmeantrag. Die bisherige Möglichkeit des Sofortabschlusses per Überweisung entfällt somit.
- **Sie planen einen Auslandsaufenthalt von mehr als acht Wochen am Stück?**
Eine separate Einzahlung ist seit dem 1. Januar 2018 nicht mehr notwendig. Denn die AKV-Stufe gilt für Auslandsaufenthalte von bis zu einem Jahr. Sie brauchen daher keinen zusätzlichen Beitrag bezahlen.

Bitte beachten Sie

Ihr Aufnahmeantrag muss vor Antritt Ihrer Reise bei uns eingehen. Ihr Versicherungsschutz beginnt ab Eingang Ihres Antrags bei uns.



Kundenbefragung 2017

Die Ergebnisse liegen vor



Unsere Auswertungen basieren auf unserer repräsentativen Kundenbefragung, die im Dezember 2017 an 1.000 Mitglieder und Bevollmächtigte gesendet wurde. Die Rücklaufquote lag bei erfreulichen 51 Prozent. Wir bedanken uns bei allen Teilnehmern.

- Mit einer Schulnote von 2,3 im Zufriedenheitsindex bestätigen wir unser gutes Ergebnis der Vorjahre punktgenau. Der Zufriedenheitsindex wird aus den Bewertungen von vier zentralen Bereichen gebildet. Hierzu zählen die Bearbeitungszeit der Leistungsanträge, die telefonische Erreichbarkeit, das Preis-Leistungs-Verhältnis und der Kundenservice allgemein.
- Unser allgemeiner Kundenservice ist erneut der beste Wert im Index und verbessert sich um weitere 0,07 auf 2,02 Notenpunkte.
- Die telefonische Erreichbarkeit wird von den Teilnehmern der Befragung um 0,06 Notenpunkte besser bewertet als im Vorjahr und erreicht die Note 2,52.
- Die Bewertung der Bearbeitungsdauer der Leistungsanträge sinkt um 0,15 auf 2,39 Notenpunkte.
- Mit 2,32 schneidet die Einschätzung unseres Preis-Leistungs-Verhältnisses ab.



8. Änderungsverordnung zur Bundesbeihilfeverordnung

Die Bundesbeihilfeverordnung (BBhV) wurde in der Vergangenheit mit Änderungsverordnungen nahezu jährlich angepasst. Auch in diesem Jahr soll die BBhV mit der 8. Änderungsverordnung modifiziert werden. Zu unserem Redaktionsschluss wurde diese Änderungsverordnung jedoch noch nicht wirksam. Sobald die Verordnung in Kraft tritt, informieren wir Sie hierzu ausführlich auf unserer Internetseite www.pbeakk.de und in unserer nächsten vitamin-Ausgabe.

Einkommensabfrage bei mitversicherten Ehepartnern

Ehepartner oder Partner in eingetragenen Lebenspartnerschaften können bei uns günstig mitversichert werden und auch Beihilfeansprüche geltend machen. Voraussetzung dafür ist, dass unter anderem das Einkommen des mitversicherten Partners bestimmte Grenzen nicht überschreitet. Diese Voraussetzung prüfen wir jährlich durch ein persönliches Anschreiben. Wenn Ihr Partner bereits mitversichert ist, erhalten Sie die jährliche Einkommensanfrage direkt per Post. Beachten Sie die Hinweise im Schreiben und senden Sie uns den beigefügten

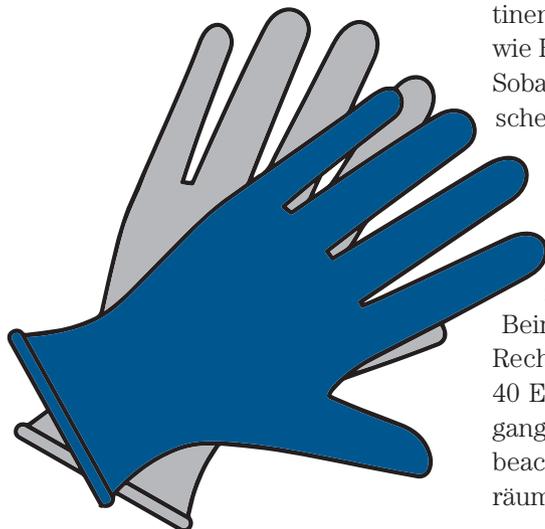
Erklärungsbogen bitte zeitnah nach Erhalt zurück.

Als Einkommensnachweis ist eine Kopie Ihres Steuerbescheids erforderlich: Aktuell benötigen wir den Steuerbescheid des Jahres 2016. Ausdrucke, die beispielsweise mithilfe von Steuerprogrammen erstellt wurden, berücksichtigen wir nicht.

Wichtig: Wenn Ihr Ehepartner Kapitalerträge erzielt hat, die bereits abgegolten und nicht im Steuerbescheid ausgewiesen sind, legen Sie bitte den zusätzlichen Nachweis zu diesen Kapitalerträgen vor.



Pflege: Pauschale für Verbrauchsmittel



Für bestimmte Pflegehilfsmittel, die zum Verbrauch – also zur einmaligen Verwendung – gedacht sind, erstatten wir aus der privaten Pflegeversicherung (PPV) bis zu 40 Euro je Kalendermonat. Davon können unter anderem Inkontinenzhosen, Desinfektionsmittel oder Schutzbekleidung wie Einmalhandschuhe bezahlt werden.

Sobald mindestens Pflegegrad 1 anerkannt und die pflegerische Notwendigkeit gutachterlich festgestellt wurde, können Sie sich zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel selbst kaufen. Die Rechnungen oder Kassenbons reichen Sie im Anschluss mit dem bekannten Leistungsantrag bei uns ein. Grundlage für die Versorgung ist das Pflege- und Hilfsmittelverzeichnis der PPV.

Beim Kauf größerer Packungen können Sie Geld sparen: Rechnungen, die über dem monatlichen Höchstbetrag von 40 Euro liegen, können wir auf mehrere bereits vergangene Monate ab dem Rechnungsdatum aufteilen. Bitte beachten Sie dabei, dass eine Erstattung für künftige Zeiträume im Voraus nicht möglich ist.



Der neue *Verwaltungsrat* *Seit Dezember für Sie aktiv*

Der Verwaltungsrat ist das wichtigste Organ der PBeaKK. Er bestimmt die Grundsätze der Kassenpolitik und trifft hierzu alle Entscheidungen, die für die PBeaKK von Bedeutung sind.

Das Selbstverwaltungsorgan der PBeaKK ist der paritätisch besetzte Verwaltungsrat. Er besteht aus 16 Mitgliedern. Acht Vertreter der Mitglieder werden aktuell von der Vereinten Dienstleistungsgewerkschaft ver.di, je drei Vertreter werden von der Deutschen Post AG und der Deutschen Telekom AG und je ein Vertreter von der Deutschen Postbank AG und der Bundesanstalt für Post und Telekommunikation Deutsche Bundespost (BAnt PT) benannt. Die Amtszeit der Verwaltungsratsmitglieder beträgt vier Jahre.

Der Verwaltungsrat der PBeaKK trat am 5. Dezember 2017 in Siegburg zu seiner konstituierenden und ersten Sitzung der VI. Amtsperiode zusammen. Nachdem die V. Amtsperiode des Verwaltungsrats nach vierjähriger Dauer am 30. November 2017 endete, wurden die Mitglieder des Verwaltungsrats durch die BAnt PT für die VI. Amtsperiode zum 1. Dezember 2017 neu bestellt.

Andreas Mauerer, der in der vergangenen V. Amtsperiode zuletzt amtierende und designierte stellvertretende Vorsitzende, zeigte sich in



Andreas Mauerer



seinen Eröffnungsworten sehr zufrieden mit den Ergebnissen der abgelaufenen Amtsperiode und sprach dem Verwaltungsratsgremium seinen Dank für die vertrauensvolle Zusammenarbeit aus.

Die Grußworte

Zur Eröffnung der konstituierenden Sitzung wurden von Andreas Hermes (Präsident der BAnst PT), Dietmar Welslau (Deutsche Telekom AG, Leiter Human Resources Management), Peter Wortmann (Deutsche Post AG, Zentralbereichsleiter Industrial Relations/Civil Servants) und von Katrin Willnecker (ver.di Bundesverwaltung) Grußworte gesprochen.

Andreas Hermes dankte in seinem Grußwort den ausgeschiedenen Verwaltungsratsmitgliedern und hob die vielfältigen Beratungs- und Serviceangebote der PBeaKK bei moderatem Beitragstrend hervor. Insgesamt sehe er die PBeaKK auf einem sehr guten Weg.

Dietmar Welslau sprach in seinem Grußwort den Beschäftigten der PBeaKK seinen Dank für deren Engagement aus und betonte die von der PBeaKK geleistete hohe Servicequalität und die gute telefonische Erreichbarkeit. Den neu bestellten Verwaltungsratsmitgliedern wünschte er für ihre neuen Aufgaben eine glückliche Hand.

Peter Wortmann dankte in seinem Grußwort den ausgeschiedenen und den neuen Verwaltungsratsmitgliedern für ihr ehrenamtliches Engagement. Er sehe die PBeaKK als starken Partner und modernes Dienstleistungsunternehmen, das seinen Versicherten mit Professionalität und ▶



► Leistungsstärke in zum Teil schwierigen Lebenssituationen zur Seite stehe.

Katrin Willnecker wünschte in ihrem Grußwort dem neuen Verwaltungsrat viel Erfolg und lobte die moderne Dienstleistung, die von der PBeaKK als Kasse mit geschlossenem Bestand geleistet werde. Die Selbstverwaltung sei ein Mittel zur Stärkung der sozialen Gerechtigkeit – ohne paritätische Selbstverwaltung wäre die PBeaKK nicht da, wo sie heute stehe.

Die Sitzung

Die alternierenden Vorsitzenden des Verwaltungsrats, Andreas Mauerer und Holger Eisenhardt, begrüßten die neuen Verwaltungsratsmitglieder und verabschiedeten die aus

dem Gremium ausgeschiedenen Mitglieder des Verwaltungsrats.

Sie bedankten sich im Namen aller Anwesenden herzlich bei den im Laufe der V. Amtsperiode ausgeschiedenen Verwaltungsratsmitgliedern Jennifer Starost, Michaela Jonen, Michael Hesse und Susanne Fischer sowie bei den zum Ende der V. Amtsperiode aus dem Verwaltungsrat ausgeschiedenen Mitgliedern Isabel Jäger, Ursula Leuschner und Annemarie Weber für deren großes Engagement in den Selbstverwaltungsorganen der PBeaKK in der V. Amtsperiode und überreichten ihnen hierfür eine Urkunde und ein kleines Präsent.

Der neu bestellte Verwaltungsrat hat in der konstituierenden

Sitzung durch interne Wahlen und Benennungen über die Ämterbesetzung des Verwaltungsrats für die VI. Amtsperiode entschieden. Die bisherigen alternierenden Vorsitzenden, Holger Eisenhardt (Gruppe Mitgliedervertreter) und Andreas Mauerer (Gruppe Unternehmen/Verwaltung), wurden erneut in dieses Amt gewählt.

In den Verwaltungsrat der VI. Amtsperiode neu eingetreten sind auf der Unternehmens-/Verwaltungsseite Christian von Hopffgarten (Deutsche Post AG) und auf der Mitgliederseite Sandra Anhorn (ver.di). Susanne Krey (ver.di) ist auf Mitgliederseite von der Stellvertreterposition in die Position als Verwaltungsratsmitglied aufgerückt. ■



Hintere Reihe von links nach rechts: Christian von Hopffgarten, Thomas Kruck-Paulussen, Martin Ostermann, Marcus Zendt, Klaus Victor, Frank Heßling, Thomas Held

Vordere Reihe von links nach rechts: Ursula Nitsche, Andreas Mauerer, Holger Eisenhardt, Angelika Scharnagl, Sandra Anhorn, Horst Glissmann, Susanne Krey, Ernst-August Rekaté; nicht auf dem Bild: Robert Feustel



Von links nach rechts: Mitglied des Vorstands Dr. Oliver Russ, die alternierenden Vorsitzenden des Verwaltungsrats Holger Eisenhardt (Gruppe Mitgliedervertreter) und Andreas Mauerer (Gruppe Unternehmen/Verwaltung), Vorsitzender des Vorstands Peter Reichelt

Welche Aufgaben

hat der Verwaltungsrat?

- Strategische Ausrichtung der PBeaKK
- Bestellung der Mitglieder des Vorstands
- Beratung und Überwachung des Vorstands
- Änderungen der Satzung und der Ausführungsbestimmungen
- Festsetzung der Höhe der Beiträge
- Feststellung des Wirtschaftsplanes und des Jahresabschlusses
- Wahl der Mitglieder der Widerspruchsausschüsse

Zusammensetzung des Verwaltungsrats für die VI. Amtsperiode

(1. Dezember 2017 bis 30. November 2021)

Mitgliedervertreter:

(Vorsitzender, dann in alphabetischer Reihenfolge)

Holger Eisenhardt (alternierender Vorsitzender)	ver.di
Sandra Anhorn	ver.di
Robert Feustel	ver.di
Horst Glissmann	ver.di
Thomas Held	ver.di
Susanne Krey	ver.di
Ernst-August Rekate	ver.di
Angelika Scharnagl	ver.di

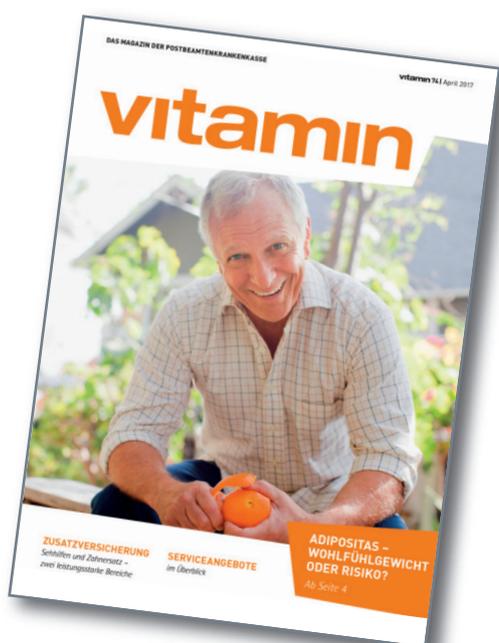
Unternehmens-/Verwaltungsvertreter:

(Vorsitzender, dann in alphabetischer Reihenfolge)

Andreas Mauerer (alternierender stellvertretender Vorsitzender)	Deutsche Telekom AG
Frank Heßling	Deutsche Post AG
Christian von Hopffgarten	Deutsche Post AG
Thomas Kruck-Paulussen	Deutsche Post AG
Ursula Nitsche	Deutsche Postbank AG
Martin Ostermann	Deutsche Telekom AG
Klaus Victor	BAnst PT
Marcus Zendt	Deutsche Telekom AG

vitamin – ein Jahr im *Überblick*

Damit Sie immer auf dem Laufenden sind, stellen wir Ihnen jährlich in unserer Aprilausgabe eine Themenübersicht zur Verfügung. Sie beinhaltet einen umfassenden Überblick über die vitamin-Themen der vergangenen zwölf Monate. Somit wissen Sie, welche Themen hinsichtlich Krankenkasse, Beihilfe, Pflegeversicherung und Zusatzversicherung wichtig waren. Gerne dürfen Sie die Übersicht zum Anlass nehmen, Artikel nochmals (nach) zu lesen.



April 2017

vitamin-Ausgabe 74

- Sehhilfen und Zahnersatz – zwei leistungsstarke Bereiche
- Vollmacht und Bevollmächtigung
- Im Krankenhaus: Wahlleistungen und Direktabrechnung
- kompakt: Mitgliedergruppe A, Erstattung an unterschiedliche Bankverbindungen, Zentraler Posteingang, Versicherungsschutz im Urlaub, Kundenbefragung
- Belastungsgrenze: Befreiung von Zuzahlungen und Eigenbehalten
- Entlastungsbetrag – welche Neuerungen bringt das neue Pflegestärkungsgesetz?
- Unsere Serviceangebote im Überblick
- Unsere Jahresthemen im Überblick
- Adipositas – Wohlfühlgewicht oder Risiko?



Juli 2017

vitamin-Ausgabe 75

- Änderungen Ihrer persönlichen Verhältnisse melden
- Neue Beihilferegelung: Vorlage der Wahlleistungsvereinbarung zur Kostenübernahme notwendig
- Integrierte Versorgung: Hand in Hand für Ihre Genesung
- kompakt: Erstattung von Brillengläsern, Kinderanfrage, GoGreen-Zertifikat
- AKEV – umfassend geschützt im Auslandsurlaub
- Leistungsausgaben 2016: wofür wir Ihre Beiträge verwenden
- Organspende: Chance zum Leben
- Krankenversicherung während Ausbildung und Studium
- Gesundheitsfaktor Sonne – Stimmungsmacher, innere Uhr und Krankheitsrisiko

Oktober 2017



vitamin-Ausgabe 76

- Leistungsverbesserung in Ihrer Zusatzversicherung
- Hilfsmittelversorgung im Krankheits- und Pflegefall
- kompakt: Immatrikulationsbescheinigung, Werbeanrufe, Tanztherapie, Behandlerqualifikation bei Heilmitteln, Leistungsantrag ausfüllen
- Wahlleistungsvereinbarung im Krankenhaus
- Top bewertet: Serviceangebot Patientenverfügung
- Gesundheitstelefon – persönliche Beratung durch Experten
- Schlafen Sie gut – Tipps zum konstruktiven Umgang mit Schlafstörungen

Januar 2018



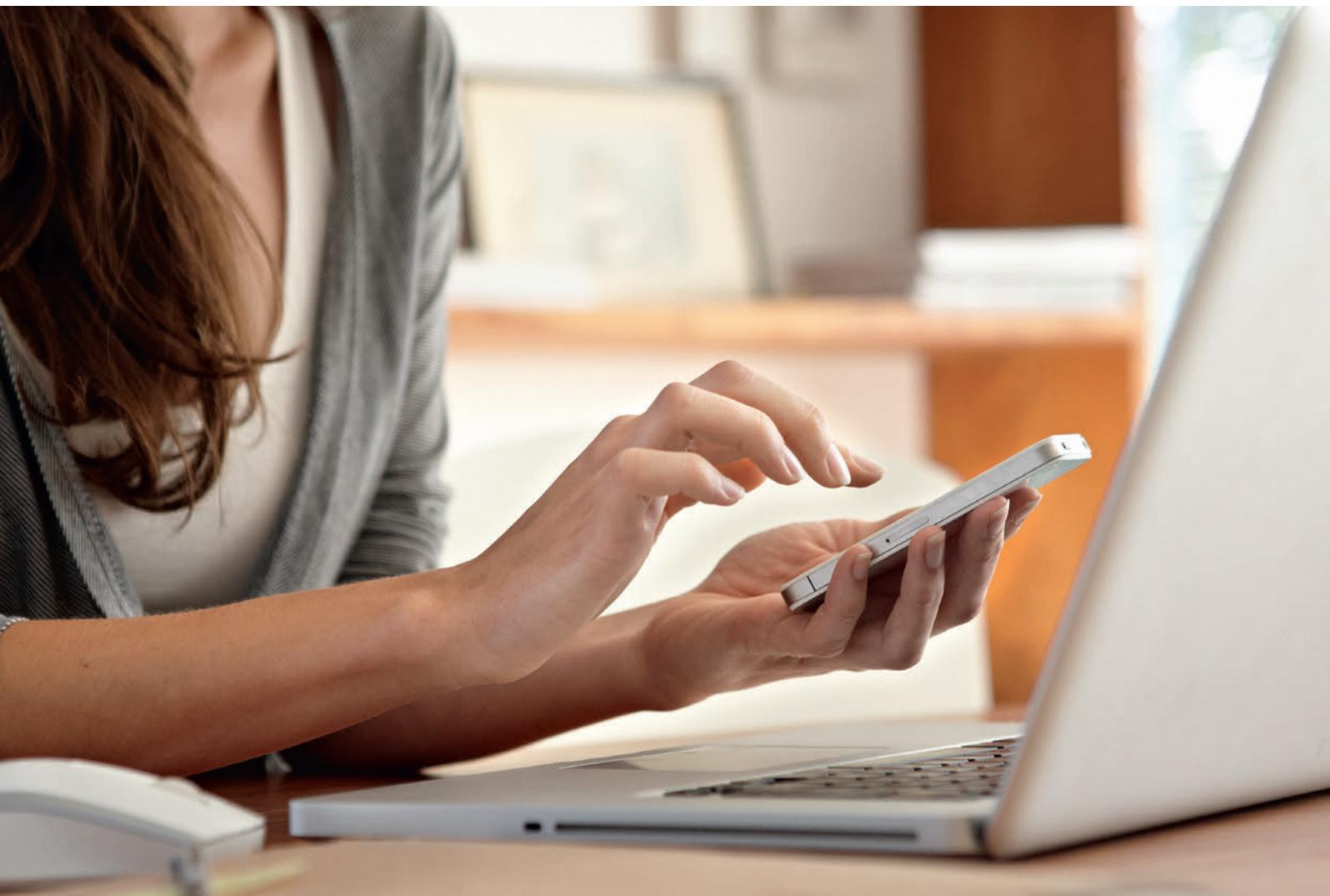
vitamin-Ausgabe 77

- Beiträge 2018: solide Finanzierung Ihres Versicherungsschutzes
- Beiträge 2018 in der privaten Pflegepflichtversicherung
- kompakt: Beitragsinformation, Wahlleistungsvereinbarung, Kundenbefragung, Bescheinigung über Vorsorgeaufwendungen
- Depressionen – wir unterstützen Sie mit zwei Serviceangeboten
- Zweitmeinung: Ihr Recht – unser Serviceangebot
- Leistungsausweitungen in Ihrer Zusatzversicherung
- Pflegestärkungsgesetz: Rentenversicherung für Pflegepersonen
- Unsere Serviceangebote für Ihre Gesundheit
- Oft unterschätzt: Lungenentzündung

Ab April 2018 im neuen Gewand

Mit der vitamin-Ausgabe 78 haben wir unser Kundenmagazin für Sie neu gestaltet. Was bleibt, sind die Inhalte: Wir informieren Sie in unseren neuen Rubriken „Ihre Versicherung“ und „Unser Service“ über alles Wissenswerte rund um die PBeaKK und ihre Leistungen. In „Ihre Gesundheit“ finden Sie auch weiterhin ein spannendes Gesundheitsthema und „Unser Plus für Sie“ bietet Gewinnchancen und leckere saisonale Rezepte.





Neues *Datenschutzrecht* auch bei der PBeaKK

Die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) wird – gemeinsam mit dem neuen Bundesdatenschutzgesetz – zum 25. Mai 2018 wirksam. Damit werden die bereits seit vielen Jahren geltende EU-Datenschutzrichtlinie 95/46/EG und das bisherige Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) mit dem Ziel abgelöst, das Datenschutzniveau innerhalb der Europäischen Union anzugleichen.

Nicht alles wird sich in Deutschland grundsätzlich ändern, denn das deutsche Datenschutzrecht war bislang bereits eines der wirksamsten der 28 Mitgliedstaaten. Es galt diesen als Vorbild. Viele der datenschutzrechtlichen Grundsätze des neuen Datenschutzrechts entspringen daher dem hierzulande seit vielen Jahren geltenden Bundesdatenschutzgesetz

Der Datenschutz bei der PBeaKK

Bereits seit vielen Jahren informieren wir Sie auf unserer Internetseite www.pbeakk.de über die wichtigsten Fragen zum Datenschutz. Diesen Service bauen wir aus, damit wir Ihnen in einer neuen, anschaulichen und verständlichen Form erläutern, zu welchen Zwecken wir welche Daten verarbeiten, welche Rechte Sie haben und an wen Sie sich mit Fragen wenden können.



Mehr erfahren

Weitere Informationen zum Thema Datenschutz erhalten Sie ab Ende Mai 2018 auch auf unserer Internetseite:

➔ www.pbeakk.de

PBeaKK-Beauftragter
für den Datenschutz:

➔ Stefan Eronen

Postbeamtenkrankenkasse

Maybachstraße 54/56

70469 Stuttgart

E-MAIL:

➔ datenschutz@pbeakk.de

Wozu benötigen wir Ihre Daten und was geschieht damit?

Unseren Versicherten gewähren wir Leistungen im Krankheits- und Geburtsfall. Wir berechnen und zahlen Beihilfen und führen aufgrund vertraglicher Vereinbarungen auch die private Pflegepflichtversicherung durch. Diese Aufgaben können wir nur durch eine umfangreiche Datenverarbeitung erfüllen. Sie ermöglicht uns „der richtigen Person zum richtigen Zeitpunkt die richtigen Leistungen“ zu bewilligen. Dafür verknüpfen wir Belege, Schriftwechsel und sonstige personenbestimmbare Dokumente mit Ihren sogenannten Stammdaten. Hierzu zählen beispielsweise:

- Bestimmung des Mitgliedschaftsstatus und des Mitversichertenstatus
- Ausstellung einer Krankenversicherungskarte (A-Mitglieder)
- Durchführung des Beitragseinzugs
- Gewährung von Leistungen
- Ermittlung der Belastungsgrenze
- Abrechnung mit den Leistungserbringern
- Erstattungen im Rahmen der Beihilfavorschriften
- Rückforderung zu Unrecht gewährter Leistungen
- Regressbearbeitung bei Haftpflichtunfällen
- Vorbereitung und Durchführung von strukturierten Behandlungsprogrammen (DMP)
- Durchführung der Zusatzversicherung
- Durchführung der Privaten Pflegepflichtversicherung

Erhebt die PBeaKK auch Daten über mich bei anderen Stellen?

Wir erheben Daten bei anderen Institutionen oder Stellen, wenn eine Rechtsvorschrift dies verlangt. Dies geschieht auch, wenn eine Erhebung der Daten beim Betroffenen nicht möglich ist oder unsere Versuche, Daten beim Betroffenen zu erheben, wiederholt fruchtlos blieben. Zu Klärung des Wohnorts – beispielsweise bei Unzustellbarkeit von Briefsendungen – erheben wir Anschriften-daten bei den Einwohnermeldeämtern oder der Europäischen Meldeauskunft Riser.



Meldung und Kontakt

Sind Sie der Ansicht, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden Daten gegen das neue Datenschutzrecht verstößt, können Sie sich jederzeit an die Aufsichtsbehörde wenden. Sie können dieses Recht bei einer Aufsichtsbehörde im Mitgliedstaat Ihres Aufenthaltsorts, Ihres Arbeitsplatzes oder des Orts des mutmaßlichen Verstoßes geltend machen.

Die zuständige Aufsichtsbehörde der Postbeamtenkrankenkasse ist die
→ **Bundesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit**
Husarenstraße 30
53117 Bonn

TELEFON:

➤ 0228 99 77 99 0

TELEFAX:

➤ 0228 99 77 99 550

E-MAIL:

➤ poststelle@bfdi.bund.de

Welche Rechte stehen mir zu?

Wie bisher auch haben Sie das Recht, von uns eine Bestätigung darüber zu verlangen, ob und zu welchem Zweck personenbezogene Daten verarbeitet werden. Und auch das bleibt: Sie können uns jederzeit mitteilen, wenn Sie der Meinung sind, dass Sie betreffende personenbezogene Daten unrichtig oder unvollständig sind. Wir nehmen diese Hinweise gerne entgegen und korrigieren gegebenenfalls Ihre Daten. Unter bestimmten und im neuen Datenschutzrecht beschriebenen Voraussetzungen, haben Sie auch das Recht auf Löschung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten. Dies ist beispielsweise dann der Fall, wenn Ihre Daten für unsere Verarbeitungszwecke nicht mehr benötigt werden oder sich herausstellt, dass Ihre Daten unrechtmäßig verarbeitet wurden. Auch das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung können Sie geltend machen, wenn Sie beispielsweise die Richtigkeit eines Datums bemängeln oder die Verarbeitung unrechtmäßig erfolgt.

Übermittelt die PBeaKK meine Daten an Dritte?

Eine Übermittlung Ihrer Daten an Dritte nehmen wir vor, wenn uns dies durch eine gesetzliche Übermittlungsgrundlage oder eine Übermittlungsgrundlage nach einer anderen Rechtsvorschrift gestattet ist. Anfragen anderer Stellen an uns prüfen wir sorgfältig. Wir übermitteln keine Daten an Drittstaaten, auch nicht an internationale Organisationen. Ferner verarbeiten wir keine personenbezogenen Daten zu Zwecken der Direktwerbung. Wir setzen zur Entscheidungsfindung automatisierte Verfahren ein, verarbeiten personenbezogene Daten jedoch nicht zu Zwecken der Bewertung persönlicher Aspekte einer Person: Wir führen also kein sogenanntes Profiling durch.

Ihr *Kontakt* zu uns

Telefonisch

Die Servicezeiten unserer telefonischen Kundenberatung:

Montag bis Donnerstag 7:30 bis 18:00 Uhr und Freitag 7:30 bis 16:00 Uhr

➔ 0711 346 529 96 oder ➔ 0180 2 346 529 96*

*Je Anruf 6 Cent aus dem Festnetz

Per Fax, per E-Mail oder per Internet

➔ 0711 346 529 98 oder ➔ service@pbeakk.de oder ➔ www.pbeakk.de

Per Post

Unser zentraler Posteingang:

Postbeamtenkrankenkasse, 70467 Stuttgart

Persönlich

Die Servicezeiten unserer persönlichen Kundenberatung:

Montag bis Donnerstag 8:00 bis 16:00 Uhr und Freitag 8:00 bis 15:00 Uhr

BERLIN
Spichernstr. 2-3
10777 Berlin

FRANKFURT
Trakehner Str. 5
60487 Frankfurt

KIEL
Eckernförder Str. 150
24116 Kiel

MÜNSTER
Roddestr. 12
48153 Münster

BREMEN
Kurfürstenallee 130
28211 Bremen

FREIBURG
Berliner Allee 3
79114 Freiburg

KOBLENZ
Am Wöllershof 12
56068 Koblenz

NÜRNBERG
Willy-Brandt-Platz 16
90402 Nürnberg

DORTMUND
Voßkuhle 38
44141 Dortmund

HAMBURG
Hammerbrookstr. 5
20097 Hamburg

KÖLN
Innere Kanalstr. 15
50823 Köln

REGENSBURG
Friedenstr. 28
93053 Regensburg

DÜSSELDORF
Grafenberger Allee 297
40237 Düsseldorf

HANNOVER
Großer Kolonnenweg 23
30163 Hannover

MÜNCHEN
Landsberger Str. 314
80687 München

SAARBRÜCKEN
St. Johanner Str. 49
66111 Saarbrücken

KARLSRUHE
Rüppurrer Str. 1 A
76137 Karlsruhe

STUTTGART
Maybachstr. 54
70469 Stuttgart

Impressum: vitamin – Das Magazin der Postbeamtenkrankenkasse (PBeaKK) erscheint viermal jährlich. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte oder Fotos übernehmen wir keine Gewähr. ©Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Einwilligung der PBeaKK. VERANTWORTLICH: Erika Végh (Leitung), Kirsten Hufeland (stellv. Leitung), Postbeamtenkrankenkasse, Maybachstraße 54/56, 70469 Stuttgart, uk@pbeakk.de; Mitarbeit: Sandra Rothmund, Stefan Eronen, Volker Gräber, Günther Haag, Helmut Ponzer. VERLAG: wdv Gesellschaft für Medien & Kommunikation mbH & Co. OHG, Siemensstraße 6, 61352 Bad Homburg, Tel.: 06172 670 0. KOORDINATION: Alexandra Müller; GESUNDHEITSTEXT „Tatort Gehirn“: Dr. rer. nat. Nadine Ogrissek; MEDIZINISCHES LEKTORAT: Dr. med. Detlef v. Meien-Vogeler; ART DIRECTION: Susanne Weser; BILDREDAKTION: Patrick Wilkenloh; ANZEIGENLEITUNG: Claudia Mecky, Tel.: 069 981 904 894; MEDIADATEN: www.wdv.de. DRUCK: Körner Druck GmbH & Co. KG, Gutenbergstraße 10, 71069 Sindelfingen. Mitteilung des Verlags aufgrund § 5 Abs. 2 Hess. Gesetz über Freiheit und Recht der Presse: Verlag ist die Firma wdv Gesellschaft für Medien & Kommunikation mbH & Co. OHG, Siemensstraße 6, 61352 Bad Homburg, HRA 3087 AG Bad Homburg. Gesellschafter: a) Zeitschriften VVG Verlags- und Verwaltungsgesellschaft mbH & Co. KG, HRA 3096 AG Bad Homburg, pHG: Adolf Hilger und VVG Gesellschaft zur Verlagsbeteiligung und Verwaltung mbH, und b) VVG Gesellschaft zur Verlagsbeteiligung und Verwaltung mbH, HRB 5544 AG Bad Homburg, vertreten durch die Geschäftsführer Thomas Kuhn, Michael Kaschel, Hermann Steinbrecher, jeweils Siemensstraße 6, 61352 Bad Homburg.

Frühlingsfrisch

Spargel sind gesund, lecker und haben Saison bis zum Johannistag.



Martin Kintrup:

1 Nudel – 50 Saucen.

Pastagluck für jeden Tag

Gräfe und Unzer, 8,99 Euro,

ISBN: 978-3-8338-3436-3

Foto: Gräfe und Unzer

Fotograf: Wolfgang Schardt

Penne mit Spargelsalsa

Für 4 Personen ▶ Zubereitung: 25 Minuten ▶ pro Portion etwa 465 kcal

Zutaten

- 3 Eier
- 400 g grüner Spargel
- 2 EL Zitronensaft
- 250 g Tomaten
- Bärlauchblätter (ca. 1 Handvoll)
- 3 Frühlingszwiebeln
- 120 g Parmesan (am Stück)
- 60 g grüne oder schwarze Oliven (ohne Stein)
- 3 EL Aceto balsamico bianco
- 2 TL Dijon-Senf
- 1 EL flüssiger Honig
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL helle Sesamsamen
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

- 1 Die Eier in reichlich Wasser in 7 bis 8 Minuten hart kochen. Abgießen und kalt abschrecken. Inzwischen den Spargel waschen, nur im unteren Drittel schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die Spargelscheiben mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz würzen, gut mischen und etwas ziehen lassen.
- 2 Die Tomaten waschen, halbieren und entkernen, dabei die Stielansätze entfernen. Die Tomatenhälften in schmale Spalten schneiden. Den Bärlauch waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Parmesan mit dem Sparschäler in grobe Späne hobeln. Die Oliven halbieren. Eier pellen und grob würfeln.
- 3 Alle vorbereiteten Zutaten in einer Schüssel mischen. Essig, Senf und Honig verrühren, das Öl unterschlagen und unter die Salsa mischen. Die Spargelsalsa mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Fett etwas anrösten und zur Salsa geben. Die Spargelsalsa mit frisch gekochten Nudeln (zum Beispiel Orecchiette oder Penne) mischen.

Tipp

Außerhalb der Spargel- und Bärlauchsaison kann der Spargel durch 4 Stangen Staudensellerie oder 2 kleine Fenchelknollen und der Bärlauch durch einen Bund Schnittlauch ersetzt werden. Das Gemüse putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden, den Fenchel vorher jeweils längs vierteln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Wer es deftiger mag, ergänzt noch 100 g gewürfelte Salami.



Preisrätsel

Mitmachen und mit etwas Glück gewinnen

Alle Antworten auf die gestellten Fragen finden Sie in den Artikeln dieser Ausgabe. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und gratulieren den Gewinnern schon jetzt recht herzlich.

Was ist eine Ursache für einen Schlaganfall?

				1							
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

Wer hilft Patienten bei Sprachstörungen?

2								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

Wann ändert sich der Beihilfebemessungssatz für Bundesbeamte auf 70 Prozent?

	3				4			
--	---	--	--	--	---	--	--	--

Welches Gesetz ist ab 25. Mai 2018 wirksam (Abkürzung)?

5				
---	--	--	--	--

Was müssen Sie zusammen mit der Wahlleistungsvereinbarung einreichen?

6					7		
---	--	--	--	--	---	--	--

Wie kann der Sprachfluss bei einem Schlaganfall sein?

			8	9			
--	--	--	---	---	--	--	--

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Zu **gewinnen**
gibt es:

1. Preis

Melitta Filterkaffeemaschine mit integriertem Mahlwerk

2. Preis

Princess XL Heißluftfritteuse mit digitalem Display

3. Preis

Mbuynow Mini-Bike
Heimtrainer
für Arme und Beine

Lösung senden an:

Postbeamtenkrankenkasse
Hauptverwaltung, 70460 Stuttgart
(diese Anschrift bitte nur für das
Preisausschreiben verwenden)
oder an ruk@pbeakk.de

Schicken Sie uns das Lösungswort und Ihre Adresse bis zum 15. Mai 2018 (Einsendeschluss).

Mitmachen können alle Mitglieder und mitversicherten Angehörigen der PBeaKK. Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir die Preise. Beschäftigte der PBeaKK und deren Angehörige dürfen leider nicht teilnehmen.

Die Lösung des Preisrätsels aus vitamin 77 lautet: „Winterzeit“.

Das sind die Gewinner:

1. Preis: A. Dammann
2. Preis: T. Anzt
3. Preis: M. Walter

Die Gewinne können nicht ausbezahlt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

April 2018 | vitamin 78

PBeaKK
Gesund versichert.



Der klimaneutrale Versand
mit der Deutschen Post

PBeaKK Hauptverwaltung Stuttgart: Postfach 3008 66, 70448 Stuttgart
Deutsche Post AG Postvertriebsstück 51377 Entgelt bezahlt

Jetzt am Ball bleiben!

Haben Sie schon Ihren Antrag auf Festsetzung der Belastungsgrenze gestellt? Sobald Sie diese Belastungsgrenze im Lauf eines Kalenderjahres erreichen, sind Sie von Zuzahlungen und Eigenbehalten befreit.

Den Antrag erhalten Sie auf unserer Internetseite www.pbeakk.de im Bereich Service oder telefonisch über unsere Kundenberatung:

0711 346 529 96 oder 0180 2 346 529 96*

*Je Anruf 6 Cent aus dem Festnetz

Bild: wdv/J. Lauer

