



Meine Vorteile.
Auf einen Blick

 **KNAPPSCHAFT**
für meine Gesundheit!

Ihre Highlights.
Räumen Sie mit
unserem AktivBonus
satte Belohnungen ab.



AktivBonus junior.
Vorsorge ist
kinderleicht

500 Euro
für die Teilnahme an Kinder-
und Jugenduntersuchungen.



AktivBonus.
Weil Sport
Spaß macht

140 Euro
für das Training im
Fitnessstudio und
im Sportverein.



**AktivBonus
junge Familie.**
Glücklich versichert

100 Euro
für kontinuierliche Vorsorge
in der Schwangerschaft und
danach.

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.*

Allgemeine Leistungen

✓ **Ambulante Tonsillotomie**
Ambulante Operationen ohne
Stress

Die KNAPPSCHAFT bietet ihren Mit-
gliedern diese Leistung als ambu-
lante Behandlungsalternative an.

✓ **Akupunktur**
Piekfein

Akupunktur lindert chronisches
Leiden. Die KNAPPSCHAFT übernimmt
bis zu 15 Akupunktursitzungen pro
Jahr bei Beschwerden im Knie und in
der Lendenwirbelsäule.

✓ **Erweitertes**
Neugeborenen-Screening

Kostenübernahme

Das Screening erkennt angeborene
Stoffwechseldefekte und Hormon-
störungen frühzeitig.

✓ **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 wer-

dende Vater bzw. der Partner/die
Partnerin der Mutter.

✓ **Gesundheits-Programm**
„gut DABEI“

Bestmögliche Versorgung bei
chronischen Erkrankungen

Sie erhalten die bestmögliche ärzt-
liche Versorgung und kontinuierliche
Betreuung.

✓ **Glattflächenversiegelung**
bei festen Zahnspangen

Zuschuss bis zum 18. Lebensjahr

Die KNAPPSCHAFT zahlt Kindern und
Jugendlichen einmalig 80 Euro.



Zusammen.

Gesund leben

✓ 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.

✓ Hautkrebsscreening Kostenfrei

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

✓ Homöopathie Alternative Medizin

Kostenübernahme bei über 1.400 Ärzten mit Homöopathie-Diplom.

✓ 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.

✓ 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-Empfehlung

Empfehlen Sie uns weiter – und sichern Sie sich 25 Euro.

✓ Psychotherapie, Psychosomatik

Kostenübernahme

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



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.

✓ 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.

✓ Kindervorsorge kostenfrei

Vorsorge plus drei

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



✓ 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 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“

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

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 „Gesund abnehmen“

Online Pfunde verlieren

Nutzen Sie das interaktive Gesundheitstraining „Gesund 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 einen Fitness-Coach. 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

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-Coach „ABJETZT/POWER“

Das Ganzkörpertraining für zu Hause

Der Online-Fitnesskurs besteht aus zehn Trainingseinheiten, die inhaltlich und in ihrer Intensität aufeinander aufbauen. Mit dem Funktionstraining gelangen Sie zu mehr Kraft und Ausdauer im Alltag.

✓ Online-Coach „ABJETZT/ YOGA“

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

Mit dem zehnwöchigen Online-Präventionskurs ABJETZT/YOGA lernen

Bestens vernetzt.

Für uns immer erreichbar

Sie Yoga-Techniken eigenständig anzuwenden.

✓ **Online-Coach**
„Gesund mit Darm“

Für eine gesunde Darmflora

Gesunde Ernährung ist die Basis für ein Gutes Wohlbefinden. Der Kurs bietet den Teilnehmern alles Wissenswerte für eine gesunde Darmflora und Gewichtsreduktion.

Service

✓ **Ärzte-Videochat**
Facharzt von MD Medikus

Sie haben eine dringende Frage zu Ihrer Gesundheit und möchten sich online von einem Arzt beraten lassen? Mit unserem Ärzte-Videochat kein Problem. Sie können die ganze Woche über Termine zwischen 6 Uhr morgens und 22 Uhr abends vereinbaren – auch am Wochenende.

✓ **Medizinischer Beratungsservice**

0800 1650 050

24 Stunden täglich, an sieben Tagen die Woche

Die KNAPPSCHAFT unterstützt Sie mit umfangreichen Auskünften zu

Erkrankungen aller Art, Diagnostik- und Therapieverfahren sowie Infos zu Ärzten und Krankenhäusern.

Zudem unterstützen wir Sie, wenn Sie sich eine unabhängige zweite Meinung einholen wollen. Zum Beispiel vor einer Operation, Bestrahlung oder Chemotherapie wegen einer Krebserkrankung.

Wir helfen Ihnen außerdem bei Fragen zu Zuzahlungen und Verordnungsmöglichkeiten von Arzneimitteln und informieren Sie über Rabattpartner.

Sie brauchen Hilfe bei der Suche nach einem Facharzt in Ihrer Nähe? Wir unterstützen Sie hierbei und helfen Ihnen bei der Terminvereinbarung.

✓ **Auslandsnotrufservice**
+49621 5490 1757

Kunden der KNAPPSCHAFT, die im Ausland erkranken oder einen Unfall haben, erhalten am Servicetelefon rund um die Uhr Hilfestellungen.

✓ **Elektronische Patientenquittung**
Übersicht der erbrachten Leistungen

Alle Abrechnungen der Kassenleistungen auf einen Blick.

✓ **Gebärdentelefon**
Unser Service für hörgeschädigte Menschen

Mit der KNAPPSCHAFT telefonieren hörgeschädigte Menschen ohne Barrieren. Sie erreichen uns von Montag bis Freitag zwischen 8.00 - 19:00 Uhr am Gebärdentelefon.

✓ **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.

✓ **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)

Private Vorsorge

✓ Private Kranken- Zusatzversicherung

Kooperation mit der Gothaer AG

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

✓ 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.

✓ 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.



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 das Hochladen von Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen, zu nutzen.

✓ 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 die beigefügte Kündigungs-Postkarte

2. Antrag ausfüllen

Einfach den beiliegenden Antrag ausfüllen, abtrennen 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:

© hobo 018/Getty Images
© Jivchik/fotolia
© gradyreese/istockphoto
© bernarbodo/fotolia
© geber86/istockphoto
© svetikd/istockphoto
© goler/istockphoto
© SolStock/istockphoto
© filadendron/istockphoto
© skynesher/istockphoto

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

Stand: September 2020