

Für mich

MEHR LEISTUNGEN. MEHR NÄHE. MEHR GESUNDHEIT.
DAS KUNDENMAGAZIN DER IKK SÜDWEST

04.2016



Neues in
der Pflege

→ Seite 12/13

Familie & Demografie

→ Seite 07

„Wir sind Selbsthilfe“

→ Seite 10/11

Fit für eine gesunde Zukunft!

→ Seite 14/15

Rundum sicher:
Wenn Pflege zum Alltag wird



Prof. Dr. Jörg Loth

Roland Engehausen

Editorial

Familie – ein einfaches Wort, das für uns alle eine große Bedeutung besitzt. „Familie“ beschreibt den Kreis der Menschen, die uns am nächsten sind, und hat daher großen Einfluss auf unser Leben.

In unserer heutigen Zeit bedeutet Familie aber auch, dass wir immer wieder vor Herausforderungen gestellt werden. Besonders groß sind diese Herausforderungen, wenn ein Familienmitglied schwer erkrankt oder pflegebedürftig wird. Nicht nur für den Erkrankten, sondern auch für die pflegenden Personen eine schwierige Situation, bei der beiden Seiten viel abverlangt wird. Oft sind Angehörige gezwungen, die

Doppelbelastung „Beruf und Pflege“ zu schultern und beides unter einen Hut zu bringen. Tipps dazu, wie sich diese Situation besser meistern lässt, finden Sie auf den Seiten 14 und 15. Zudem haben wir schon jetzt alle Neuerungen in der Pflege, die ab 2017 gelten, auf den Seiten 12 und 13 für Sie zusammengestellt.

Wir werfen außerdem noch einen Blick auf einige Programme der IKK Südwest, die sich an Schulkinder richten und für mehr Bewegung und eine bessere Ernährung sorgen. Auch das Thema „Selbsthilfe“ findet sich im Magazin, das vor allem für chronisch Kranke und ihre Angehörigen eine große Rolle spielt.

Wir hoffen, Sie finden bei der Lektüre unserer „Für mich“ nützliche Informationen, und wünschen Ihnen und Ihrer Familie eine schöne Herbstzeit.

Herzlichst,

Roland Engehausen

Prof. Dr. Jörg Loth

Vorstände der IKK Südwest

Inhaltsverzeichnis

04 IHRE SELBSTVERWALTUNG „Basis für mehr Leistungs- und Servicestärke“	05 IKK INTERN Weltweiter Versicherungsschutz durch gesetzliche Krankenkassen nicht mehr möglich	06 GASTKOMMENTAR „Junge Menschen brauchen ein starkes Rentensystem“	06 IKK INTERN Laufen für den guten Zweck
07 IKK INTERN „Wir sind Selbsthilfe“	08 IKK INTERN Von unseren Kunden empfohlen	10 GESUNDHEIT Fit für eine gesunde Zukunft!	12 PFLEGE Neues in der Pflege
14 PFLEGE Rundum sicher: Wenn Pflege zum Alltag wird	16 IKK INTERN Kein Ding der Unmöglichkeit: Arbeit und Familie	18 IKK INTERN Service zum Wohlfühlen: Unsere Geschäftsstelle in Trier	19 AUS DER REGION Die goldene Jahreszeit

Geschäftsstelle Saarlouis unter neuer Leitung

Jan Zwetsch (r.) ist der neue Leiter unseres Kundencenters in Saarlouis. Der 33-Jährige, der im Juni die Nachfolge des neuen IKK-Regionaldirektors im Saarland, Günter Eller (l.), angetreten hat, fühlt sich sehr wohl in seiner Heimatstadt: „Ich bin hier in Saarlouis geboren und aufgewachsen. Ich kenne die Region und die Menschen, die hier leben und arbeiten, und weiß, was ihnen wichtig ist. In meiner Funktion als Geschäftsstellenleiter werde ich mich für noch mehr Nähe zu unseren Versicherten einsetzen und so für die größtmögliche Kundenzufriedenheit Sorge tragen.“



Neue Geschäftsstellenleiterin für Frankfurt



Auch die IKK-Geschäftsstelle in Frankfurt steht unter neuer Leitung: Im Januar hat die 30-jährige Wahl-Frankfurterin Nicole Prockl die Stelle als Geschäftsstellenleiterin übernommen und freut sich auf die Herausforderung. „Mein Ziel ist es, die IKK Südwest in Frankfurt zu etablieren und unseren Versicherten gemeinsam mit meinem Team in jeder Lebenslage zur Seite zu stehen“, so die ausgebildete Sozialversicherungsfachangestellte.

Über 60 Jahre mit Kamm und Schere



v. l.: Kurt Matter, IKK-Regionaldirektor Daniel Volksheimer und Hans-Jörg Friese, Friseurmeister und Präsident der Handwerkskammer Rheinhessen

Als Kurt Matter am 1. September 1958 als frischgebackener Geselle im Alzeyer Friseurbetrieb Friese zu arbeiten begann, ahnte er wohl noch nicht, dass er die Stelle seines Lebens gefunden hatte. Doch das Arbeitsverhältnis, welches damals im Salon des Großvaters des heutigen Friseurmeisters und Präsidenten der Handwerkskammer Rheinhessen Hans-Jörg Friese begann, sollte ganze 58 Jahre lang halten. Bemerkenswerterweise war Kurt Matter in diesen 58 Jahren dank seines gesunden Lebensstils nicht mehr als 40 Tage krankgeschrieben. Der begeisterte Sportler hat schon zweimal mit dem Fahrrad die Alpen überquert und trainiert regelmäßig im Fitnesscenter.



Auch nach seinem Renteneintritt im Jahr 2003 folgte der heute 76-jährige IKK-Versicherte dem Wunsch seiner Kunden und schnitt an einem Tag in der Woche weiterhin deren Haare. Einer seiner letzten Kunden war IKK-Regionaldirektor Daniel Volksheimer, der den stattlichen Friseur anschließend ebenfalls in den wohlverdienten Ruhestand entließ.

Impressum

Für mich, Das Kundenmagazin der IKK Südwest

Herausgeber: IKK Südwest,
Berliner Promenade 1, 66111 Saarbrücken
Verantwortliche: Mike Dargel (Red.), Martin Reinicke (Red.), Torsten Nenno (Red.),
Berliner Promenade 1, 66111 Saarbrücken
Text und Gestaltung: FBO GmbH,
Heinrich-Barth-Straße 27, 66115 Saarbrücken
Redaktion: Martin Oberhauser, Sandra Sek,
Andrea Rheinwald
Grafik: Anita Stiglmayr, Cathy Kirn
Druck: apm alpha print medien AG,
Kleyerstraße 3, 64295 Darmstadt
Auflage: 461.600

Bildnachweis: Titel: Anna Moller Image Source
S. 2 Vorstände IKK Südwest: IKK Südwest; S. 3 IKK Südwest; S. 4 IKK Südwest; S. 5 ©istockphoto.com/franckreporter; S. 6 IKK Südwest; S. 7 IKK Südwest; S. 8-9 Peter Kerkrath; S. 12 Pflege: ©istockphoto.com/KatarzynaBialasiewicz, Vater und Sohn: ©istockphoto.com/monkeybusinessimages; S. 13 ©istockphoto.com/Martinbowra, S. 10-11 IKK Südwest; S.14 ©istockphoto.com/dolgachov; S. 15 Zimmer: ©istockphoto.com/Willowpix, Mutter mit Kind: ©istockphoto.com/Gina Neal; S. 16-17 Peter Kerkrath; S. 18 IKK Südwest; S. 19 Kasseler Dokfest, Buddha-Ausstellung, Federweißler: ©fotolia-kristina rütten

Hinweis: Trotz sorgfältiger Bearbeitung kann keine Gewähr übernommen werden. Das Magazin „Für mich“ wird zur gesundheitlichen Aufklärung und Beratung, zur Gesundheitserziehung sowie zur Aufklärung über die Inanspruchnahme von Maßnahmen zur Früherkennung von Krankheiten (§§ 13 ff. SGB I) herausgegeben. Den Mitgliedern der IKK Südwest wird die Zeitschrift ohne Erhebung einer besonderen Bezugsgebühr zugeschickt.

„Basis für mehr Leistungs- und Servicestärke“



Der Erledigungsausschuss „Grundsatzfragen und Gesundheitspolitik“ (v. l.): Francis Dran, Peter Gieraths, Bernhard Geitel (verstorben), Ingo Degner (Vorsitzender), Claus Weyers (Vorsitzender), Berthold Clemenz, Karin Rütters und Martin Weisgerber.

Persönlicher Service, kostenfreie Mitversicherung von Kindern und Ehepartnern, Gleichbehandlung aller Versicherten, egal ob jung oder alt, krank oder gesund – für die IKK Südwest als gesetzliche Krankenversicherung Selbstverständlichkeiten, die von unseren Versicherten auch so erwartet werden. Die Erwartungen von Versicherten gehen aber häufig noch weiter und stoßen dabei auch an rechtliche oder finanzielle Grenzen. Das führt immer wieder zu Herausforderungen, denen sich insbesondere der Ausschuss „Grundsatzfragen und Gesundheitspolitik“ des Verwaltungsrats stellt.

„Der Name des Erledigungsausschusses fasst seine Aufgaben bereits sehr gut zusammen“, erklärt Ingo Degner, Vorsitzender des Ausschusses auf Versichertenseite. „Er beschäftigt sich mit den großen gesetzgeberischen Neuigkeiten, deren Umsetzung und Auswirkungen auf unsere Versicherten.“ Dabei werden Fragen von grundsätzlicher Bedeutung beantwortet, die häufig in Satzungsänderungen münden – eine der Verantwortlichkeiten des Ausschusses. „Auf der einen Seite haben wir dabei immer die Gesundheit unserer Versicherten im Blick, auf der anderen Seite sind wir durch gesetzliche Vorgaben gebunden. Beides auf einen Nenner zu bringen und dabei das Beste für unsere Versicherten herauszuholen, ist ein Fokus des Ausschusses“, weiß Ingo Degner.

Dem Erledigungsausschuss gehören acht ordentliche Mitglieder an. Auf Arbeitgeberseite sind Bernhard Geitel (verstorben; wir berichteten in Ausgabe 02/2016), Peter Gieraths, Martin Weisgerber und Claus Weyers (Vorsitzender, 5. v. l.) im Ausschuss vertreten. Die Versicherten der IKK Südwest werden von Berthold Clemenz, Ingo Degner (Vorsitzender, 4. v. l.), Francis Dran und Karin Rütters repräsentiert. Auf beiden Seiten sind zudem zwei Stellvertreter benannt – auf Arbeitgeberseite Hildegard Ehl und der Verwaltungsratsvorsitzende der Arbeitgeberseite Rainer Lunk, auf Versichertenseite Beate Mertel und der Verwaltungsratsvorsitzende der Versichertenseite Ralf Reinstädler.

„Mit unserer Arbeit im Erledigungsausschuss legen wir in gewisser Weise den Grundstein für die Ausrichtung der IKK Südwest“, beschreibt Claus Weyers die Funktion des Ausschusses. „So schaffen wir auch die Basis für die Leistungs- und Servicestärke unserer Innungskrankenkasse, die in den letzten Jahren mehrfach durch unabhängige Medien bestätigt wurden, und behalten auch das finanziell Machbare im Blick.“ So wurde die IKK Südwest 2016 bereits zum zweiten Mal in Folge von TOP SERVICE Deutschland als eines der servicestärksten Unternehmen Deutschlands ausgezeichnet.

Und auch mit ihren starken Leistungen konnte die IKK Südwest punkten, denn Focus-Money verlieh ihr Anfang des Jahres das Siegel „Beste regionale Krankenkasse“. „Für uns ein klarer Hinweis, dass wir im Erledigungsausschuss ‚Grundsatzfragen und Gesundheitspolitik‘ sowie im Verwaltungsrat insgesamt den richtigen Weg eingeschlagen haben“, ergänzen die beiden Vorsitzenden des Verwaltungsrates, Rainer Lunk und Ralf Reinstädler, mit Blick auf die Zukunft.

→ Info

Mehr zum Verwaltungsrat, seinen Aufgaben und Mitgliedern finden Interessierte auf unserer Webseite www.ikk-suedwest.de unter dem Webcode 0667.

Bundessozialgericht: Weltweiter Versicherungsschutz durch gesetzliche Krankenkassen nicht mehr möglich

Das Bundessozialgericht hat am 31. Mai 2016 entschieden, dass gesetzliche Krankenkassen keinen weltweiten Auslands-Krankenversicherungsschutz anbieten dürfen. Das bedeutet, dass wir diese besondere Zusatzleistung nur noch bis Ende 2016 für unsere Versicherten anbieten können.



Die Urlaubszeit soll die schönste Zeit des Jahres sein. Doch was passiert, wenn man während des Aufenthalts im Ausland krank wird? Innerhalb Europas erhalten Sie mit der Europäischen Krankenversicherungskarte (EHIC) lediglich den Leistungsumfang des Gastlandes. Zudem kann es Ihnen passieren, dass Sie auf einem Teil der anfallenden Kosten im Ausland sitzen bleiben. Wenn Sie zum Beispiel eine Arztrechnung bar bezahlen, ist der Arzt nicht an die Vertragsätze gebunden. Die IKK Südwest darf jedoch – wie alle anderen gesetzlichen Krankenkassen auch – nur die vertraglich

vereinbarten Sätze erstatten. Außerhalb Europas und bei Kreuzfahrten gelten zudem noch einmal besondere Regeln, sodass hier im Zweifelsfall hohe Kosten für Sie entstehen können.

Auslandsreise-Krankenversicherung bietet Schutz

Daher empfiehlt es sich immer, bei Reisen ins Ausland zum Schutz des Versicherten und seiner Angehörigen eine Auslandsreise-Krankenversicherung abzuschließen. Seit dem 1. März 2015 hatte die IKK Südwest in Kooperation

mit der SIGNAL IDUNA für ihre Versicherten mit ständigem Wohnsitz in Deutschland einen automatischen kostenfreien Auslandsreise-Krankenschutz sichergestellt. Da das Bundessozialgericht in seinem Urteil vom 31. Mai 2016 klargestellt hat, dass die gesetzlichen Krankenkassen eine solche Leistung nicht erbringen dürfen, muss dieses Angebot bedauerlicherweise beendet werden.

05

Wann wird das Angebot eingestellt?

Wir stellen unser Angebot zum 31. Dezember 2016 ein. Wenn Sie Ihren Urlaub im Ausland verbringen, können Sie bis zu diesem Datum auch weiterhin auf den bisherigen Versicherungsschutz vertrauen. Für bis einschließlich zum 31. Dezember 2016 angetretene Urlaubsreisen gewährt die SIGNAL IDUNA auch über den 31. Dezember 2016 hinaus Versicherungsschutz, längstens für die ersten 42 Tage ab Reiseantritt.

Nach wie vor halten wir den Abschluss einer privaten Auslandsreise-Krankenversicherung jedoch für sehr wichtig und empfehlen Ihnen, sich in Ihrem eigenen Interesse privat abzusichern. Zudem prüfen wir derzeit entsprechende attraktive Alternativen und werden Sie in der nächsten Ausgabe der „Für mich“ informieren. Weitere aktuelle Informationen finden Sie auch auf unserer Internetseite www.ikk-suedwest.de unter dem Punkt „Leistungen“, dann „Schutz im Ausland“. Dort können Sie sich auch wie gewohnt bis zum 31. Dezember 2016 den Leistungsantrag der SIGNAL IDUNA zusammen mit den Allgemeinen Versicherungsbedingungen downloaden.

„Junge Menschen brauchen ein starkes Rentensystem“



Ralf Reinstädler, 1. Bevollmächtigter der IG Metall Homburg-Saarpfalz und Verwaltungsratsvorsitzender der IKK Südwest auf Versichertenseite.



Info

Das Konzept der IG Metall unter www.mehr-rente-mehr-zukunft.de.

Die gesetzliche Rente steht derzeit gut da: Die Rentenanpassungen waren zuletzt überdurchschnittlich, stabile Konjunktur und positive Arbeitsmarktdaten bescheren der Rentenkasse stabile Einnahmen und hohe Rücklagen. Doch damit dürfte bald Schluss sein, denn die rentenpolitischen Weichen sind falsch gestellt. Spätestens ab 2021 drohen massive Leistungseinschnitte – zulasten der Versorgungssituation im Alter für die heute noch Beschäftigten. Das zeigt ein Blick auf die sogenannte Standardrente nach 45 Jahren Durchschnittseinkommen (aktuell 3.022,25 Euro brutto im Monat): Hier liegt die Bruttorente beim Rentenniveau von aktuell 47,5 Prozent bei 1.370 Euro. Beim Rentenniveau von 43 Prozent wie es im Jahr 2030 droht, wären das in heutigen Werten nur noch 1.240 Euro.

Häufig wird behauptet, eine Stärkung der gesetzlichen Rente ginge zulasten der jüngeren Generationen. Dabei ist es genau umgekehrt: Es sind die Jüngeren, die von den beschlossenen Leistungskürzungen betroffen sind – ob beim Rentenniveau oder durch die steigende Regelaltersgrenze. Gleichzeitig scheitern viele

darin, die wachsende Lücke durch private Vorsorge zu stopfen. Denn die Kosten dafür müssen sie weitgehend allein schultern und die Renditeerwartungen sind dank Niedrigzinsphase im Keller.

Die IG Metall plädiert daher dafür, die Perspektiven der jüngeren Generationen auch in der Alterssicherung zu verbessern. Im Zentrum steht ein Drei-Phasen-Konzept: Zunächst sollte das Rentenniveau stabilisiert, anschließend die Rentenentwicklung wieder an die Lohnentwicklung gekoppelt werden. Dann sollte das Rentenniveau angemessen angehoben werden.

Keine Frage: Dafür wäre ein höherer Rentenbeitrag notwendig. Jedoch könnte der Beitragsanstieg begrenzt werden, etwa durch die Einbeziehung aller Erwerbstätigen in die Rentenversicherung. Eine Infratest-Umfrage im Auftrag der IG Metall hat gezeigt: Eine große Mehrheit wäre zu höheren Beiträgen bereit, wenn die gesetzliche Rente wieder den Lebensstandard im Alter weitgehend sichert.

IKK INTERN

Laufen für den guten Zweck



Sportlich zur Sache ging es Anfang September beim 4. Mainzer Firmenlauf: 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie 25 IKK-Versicherte aus der Region gingen für die IKK Südwest an den Start. Dabei waren wir nicht nur mit unserem

bekannten IKK-Teamzelt vor Ort, sondern machten in Zusammenarbeit mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. auch auf das Thema Organspende und den im November stattfindenden IKK Spendertag



in Mainz aufmerksam. Mit eigens gestalteten IKK-Laufshirts animierten wir die teilnehmenden Lauf-Teams, sich an unserem Stand fotografieren zu lassen.

„Wir sind Selbsthilfe“

Die Familie spielt im Leben eines jeden Menschen eine wichtige Rolle. Vor allem für chronisch Erkrankte und Menschen mit Behinderung stellen die Familienangehörigen die wichtigste Stütze im Leben dar. Umso wichtiger ist es, die Selbsthilfearbeit zu fördern und den Austausch zwischen Betroffenen und Angehörigen zu sichern. Die IKK Südwest unterstützt die Gemeinschaftsinitiative „Wir sind Selbsthilfe“ und war bei der Auftaktveranstaltung in Mainz mit dabei.

Am 20. Mai war es so weit: Zum ersten Mal trafen sich Vertreter der einzelnen Selbsthilfegruppen des Saarlandes und aus Rheinland-Pfalz gemeinsam zu einem Kongress in der Opel-Arena in Mainz, um dort bei inspirierenden Workshops die Zukunft der Selbsthilfe innerhalb der Region in Angriff zu nehmen. Zum Auftakt der Initiative „Wir sind Selbsthilfe“ hatten die Projektleiter Carsten Müller-Meine und Vera Apel-Jösch über 3.000 Selbsthilfegruppen aus Rheinland-Pfalz und dem Saarland zu dem gemeinsamen Kongress eingeladen. Carsten Müller-Meine selbst leitet die Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle in Trier, Vera Apel-Jösch obliegt die Leitung des Kompetenz-Zentrums „Leichte Sprache“ in Westerbург.

Neue Wege und Formen in der Selbsthilfe

Die Gesellschaft ist im Wandel und mit ihr die Selbsthilfe. Durch neue Arbeitsansätze und Ideen soll deren Zukunftsfähigkeit sichergestellt werden. So soll sich die Selbsthilfe zukünftig stärker interkulturell öffnen und dadurch den Generationenwechsel bewältigen. Bei der Auftaktveranstaltung wurde die Idee der Initiative vorgestellt und in verschiedenen Kreativwerkstätten konnten die Teilnehmer neue Formen und Wege für die Arbeit in der Selbsthilfe entdecken. So stellte Maren Böhle, Coach und Trainerin in Bad Homburg, den Teilnehmern Walt Disneys erfolgreiche Kreativtechnik vor und lud zu einer spannenden Gruppenarbeit ein, bei der Träumer, Kritiker und Realisten gemeinsam an einer Idee feilten. Hans-Josef Schmitt, Personaltrainer und Coach in Trier, präsentierte Interessierten sein World-Café: In seinem Workshop drehte sich alles um die Frage „Wo stehen wir und wohin wollen wir gehen?“ Beschreibbare Tischdecken und

interaktive Arbeitstische gehörten dabei zu Schmitts kreativer Moderationsmethode und beflügelten so die Fantasie der Mitwirkenden. Carmen Reths, Coach und Heilpraktikerin für Psychotherapie in Bad Vilbel, bot Interessierten die Möglichkeit, an einem sogenannten Achtsamkeitstraining teilzunehmen: Diese Methode erfreut sich zunehmender Popularität und gilt als bewährtes Mittel der Vorbeugung gegen Depressionen und Burn-out. In der Selbsthilfe arbeiten viele Ehrenamtliche, welche oft mehrfach belastet sind und so einen Spagat im Spannungsfeld von Beruf, Erkrankung, Familie und Ehrenamt leisten müssen. Der Workshop von Carmen Reths sollte dazu beitragen, die Gesundheit der Ehrenamtlichen in der Gruppenarbeit zu erhalten.

Das übergeordnete Ziel der Gemeinschaftsinitiative wurde im Laufe der Auftaktveranstaltung ganz klar umgesetzt: Ein Austausch auf Augenhöhe, der sich auch interkulturell öffnet, um die Akteure der Selbsthilfe noch enger miteinander zu vernetzen. Prof. Dr. Jörg Loth, Vorstand der IKK Südwest und Eröffnungsrédner der Veranstaltung in Mainz, zeigt sich zufrieden: „Als Krankenkasse, die sich stark für Prävention engagiert, liegt der IKK Südwest die Förderung regionaler Selbsthilfearbeit am Herzen. Vor allem die innovativen und kreativen Projekte sind es, die uns begeistern, da sie neue Maßstäbe in der Arbeit von Selbsthilfegruppen setzen und damit das wirkungsvolle Konzept der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe noch weiter stärken. Mit der Initiative ‚Wir sind Selbsthilfe‘ haben wir den Grundstein gelegt für eine durch und durch moderne und innovative Form der Selbsthilfearbeit in Rheinland-Pfalz und im Saarland.“



Prof. Dr. Jörg Loth bei der Auftaktveranstaltung zur Initiative „Wir sind Selbsthilfe“ in Mainz.

→ Selbsthilfe vor Ort

Im Saarland gibt es eine, in Rheinland-Pfalz vier Selbsthilfekontaktstellen. Diese bieten Informationen, Kontakte und Unterstützung auf örtlicher Ebene. Das Fachpersonal ist für Fragen zu Gruppengründungen sowie für Informationen zur Antragstellung zuständig und bietet Hilfestellung in schwierigen Situationen an. Informationen zum Thema Selbsthilfeförderung finden Sie auf unserer Webseite www.ikk-suedwest.de unter dem Webcode 0172.

KISS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland
www.selbsthilfe-saar.de

Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. (SEKIS)
www.sekis-trier.de

KISS Pfalz Selbsthilfetreff Pfalz e.V.
www.kiss-pfalz.de

KISS Mainz – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
 (Paritätischer Wohlfahrtsverband – Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland)
www.kiss-mainz.de

Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (WeKISS)
 (Paritätischer Wohlfahrtsverband – Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland)
www.wekiss.de



Kathrin Müller aus dem Kundencenter Saarbrücken, eine von über 250 persönlichen Kundenberatern in Ihrer Nähe.

Von unseren Kunden empfohlen

„Das kleine italienische Bistro am Markt? Das hat uns eine Freundin verraten, ein echter Geheimtipp!“ – Gerade im Alltagsleben legen wir großen Wert auf die Erfahrung und die Einschätzung unserer Freunde und Kollegen. Statt unsere Frühstücksbrötchen beim nächstgelegenen Bäcker einzukaufen, nehmen wir gerne einen Umweg in Kauf und besuchen lieber die empfohlene Bäckerei drei Straßen weiter. Wie die Ergebnisse einer Studie von ServiceValue im Auftrag von Focus-Money jetzt zeigen, spielen Empfehlungen auch bei der Wahl der Krankenkasse eine entscheidende Rolle. Ganz zur Freude der IKK Südwest: Unter allen gesetzlichen Krankenkassen erzielen wir die höchste Empfehlungsquote.

Was viele Marketing-Experten längst vermutet haben, konnten Marktforscher jetzt für die Versicherungsbranche nachweisen: Die beste Werbung für ein Unternehmen sind zufriedene Kunden. Hat ein Anbieter seine Kunden auf seiner Seite, empfehlen diese das Unternehmen auch gerne weiter – und das mit Erfolg!

So fand man schon in einer früheren Studie des Marktforschungsunternehmens Nielsen heraus, dass 83 Prozent der teilnehmenden Personen auf die Tipps aus dem persönlichen Umfeld vertrauen: Ob Arbeitskollegen, Familienmitglieder, Vereinskameraden, Nachbarn oder enge Freunde – die Empfehler genießen in den meisten Fällen eine ausgesprochen hohe Glaubwürdigkeit.

Studie zum Weiterempfehlungsverhalten

Doch welche Anbieter werden hierzulande am häufigsten weiterempfohlen und welche Unternehmen gelten als heißer Tipp? Mit diesen Fragen hat sich die Analyse- und Beratungsgesellschaft ServiceValue befasst und im Auftrag von Focus-Money (Ausgabe 28/2016) erstmals eine Studie zum Weiterempfehlungsverhalten der Kunden durchgeführt. Für die



Ergebnisse haben die Wissenschaftler Teilnehmer eines repräsentativen Online-Panels zu ihrer Mundpropaganda der letzten zwei Jahre befragt. Sie gaben zu 1.400 Unternehmen aus 129 Branchen ihre Antworten ab. Auf Basis dieser Studienergebnisse ermittelte man dann für jedes einzelne Unternehmen den sogenannten Empfehlungsscore. Das Prinzip: Je höher der Anteil der Kunden, die ein Unternehmen „immer wieder“ empfohlen haben, desto höher der Score. Die Einteilung in Branchen ermöglichte anschließend den Vergleich unter

Branchen mit der Auszeichnung „Höchste Weiterempfehlung“.

„Mehr als drei von vier neuen Kunden kommen durch eine persönliche Empfehlung zu uns. Dafür möchten wir Danke sagen.“

(Roland Engehausen, Vorstand IKK Südwest)

Warum uns dieses Ergebnis besonders stolz macht? Weil es uns zeigt, welches Vertrauen uns von einer großen Gemeinschaft von

den direkten Wettbewerbern mittels Ranglisten.

IKK Südwest belegt 1. Platz im Ranking

Aus Sicht der IKK Südwest kann sich das Ergebnis sehen lassen: Im Empfehlungs-Ranking der regionalen Krankenkassen belegen wir den 1. Platz und erzielen sogar unter allen gesetzlichen Krankenkassen die höchste Empfehlungsquote. Damit gehört die IKK Südwest zu den 129 von insgesamt 1.400 Unternehmen aus verschiedenen

zufriedenen Kunden entgegengebracht wird. Ihre Zufriedenheit ist unser täglicher Antrieb und Ihre Weiterempfehlungsbereitschaft bestätigt uns in unseren Ansprüchen, denen wir als Ihr regionaler Partner in Gesundheitsfragen gerecht werden wollen. Wir freuen uns über die positive Resonanz und darüber, dass Sie die Vorteile der IKK Südwest auch zukünftig Ihren Freunden, Bekannten und Verwandten weiterempfehlen und so mit ihnen teilen können.

Mitglieder werben Mitglieder

Auch Sie sind Teil einer großen Gemeinschaft von zufriedenen Kunden und möchten uns gerne weiterempfehlen? Tragen Sie dazu einfach in das Formular die notwendigen Angaben ein und schicken es an die IKK Südwest – um den Rest kümmern wir uns. Für jede erfolgreiche Werbung eines neuen Mitglieds bedanken wir uns bei Ihnen als kleine Geste mit 20 Euro.

→ Info

Persönliche Beratung ist uns wichtig. Auf unserer Webseite **www.ikk-suedwest.de** unter dem **Webcode 2383** finden Sie Ihren persönlichen Kundenberater, den Sie telefonisch oder per E-Mail erreichen können. Geben Sie dazu einfach Ihre Postleitzahl ein.

09

Einfach den Antwort-Coupon in einem Briefumschlag an
IKK Südwest
MS 3.1
Postfach
66098 Saarbrücken
schicken.

Das Porto übernehmen wir gerne für Sie – anstatt einer Briefmarke einfach „Gebühr zahlt Empfänger“ vermerken.

Sie können den Coupon auch abfotografieren und ihn per E-Mail an service@ikk-suedwest.de senden.

Oder senden Sie ein Fax an die Nummer
06 81/9 36 96-4014.

Mitglieder werben Mitglieder



Neues IKK-Mitglied

Name, Vorname

Straße, Nr. PLZ, Ort

Telefon

Arbeitgeber Bisherige Krankenkasse

Empfohlen von

Name, Vorname

Straße, Nr. PLZ, Ort

Telefon

Für jede Werbung eines neuen IKK-Mitglieds bedanken wir uns bei Ihnen als kleine Geste mit 20 Euro.

Deutsche Post **ANTWORT**

IKK Südwest
MS 3.1
Postfach
66098 Saarbrücken

Fit für eine gesunde Zukunft!

Kinder sollen gesund aufwachsen und sich bestmöglich entwickeln. Das wünschen sich nicht nur die Eltern, sondern alle, die junge Menschen auf ihrem Weg ins Erwachsenenleben begleiten. In vielen Bereichen, wie etwa der Ernährung, wird in der Kindheit der Grundstein für ein gesundes und langes Leben gelegt. Aus diesem Grund fördert die IKK Südwest bereits seit Jahren Projekte und Aktionen in der Kinder- und Jugendarbeit.

Das neue Präventionsgesetz aus dem Jahr 2015 stärkt die Gesundheitsförderung im direkten Lebensumfeld der Menschen. In der Kita, der Schule und am Arbeitsplatz soll das Bewusstsein für den eigenen Körper, dessen Bedürfnisse und die gesundheitlichen Aspekte geschärft werden. Dies ist auch Inhalt der Landesrahmenvereinbarung Prävention Rheinland-Pfalz, die im Juli unterzeichnet wurde. Als viertes Bundesland hat Rheinland-Pfalz damit die Grundlage für mehr und noch bessere Angebote zur Gesundheitsförderung geschaffen. Prof. Dr. Jörg Loth, der als Vorstand für die IKK Südwest unterzeichnete: „Wichtig ist, dass durch die trägerübergreifende Zusammenarbeit Effizienz und Nachhaltigkeit in der Gesundheitsförderung weiter erhöht werden. Wir möchten Familien in der Region unterstützen und geben im Rahmen unserer Projekte und Fortbildungsangebote, sei es unser Bewegungsprogramm Muuvit, der aid-Ernährungsführerschein oder KITA FIT, schon seit Jahren Hilfestellungen – und das auch über die Grenzen von Rheinland-Pfalz hinaus.“



Muuvit! Das Lern- & Bewegungsabenteuer

Bei Muuvit gehen Kinder der Klassen 1 bis 6 mit viel Bewegung auf eine virtuelle Lernreise. Das Programm wurde in Finnland entwickelt und verbindet Bewegungsförderung mit Lernen. Dort gehört es bereits seit über 15 Jahren zu den bewährten Unterrichtsmitteln. Dabei sammeln die Schüler durch körperliche Aktivitäten Punkte: Jede Art der Bewegung wird angerechnet, sodass auch weniger aktive Kinder mitgenommen werden. Mit den gesammelten Punkten gehen die Kinder gemeinsam als Klasse auf eine virtuelle Reise durch Europa und entdecken Spannendes rund um Sprache, Geografie, Gesundheit und Sachkunde. Wie zum Beispiel die Schüler der Klasse 2b der Grundschule „In den Bruchwiesen“ in Saarlouis-Beaumarais. Dirk Thies, Gesundheitsberater der IKK Südwest, überreichte jedem Kind als Anerkennung für die rege Teilnahme am Programm einen Turnbeutel sowie der Klassengemeinschaft ein Balanceboard. Zwei Schulklassen aus Frankfurt sicherten sich durch ihre erfolgreiche Teilnahme an Muuvit einen Besuch beim Fußball-Bundesligisten Eintracht Frankfurt und werden das Treffen mit ihren Stars sicherlich so schnell nicht vergessen. Eine Klasse aus Hargesheim traf zudem auf Profi-Spieler des Bundesligisten Mainz 05. All dies zeigt, dass Muuvit ein vielseitiges Projekt ist, mit dem Hauptziel, Kindern Spaß an der Bewegung und Freude am Lernen zu bereiten – die willkommenen Belohnungen werden dabei fast zur Nebensache.

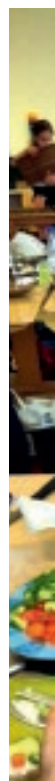


aid-Ernährungsführerschein

Der aid-Ernährungsführerschein ist ein fertig ausgearbeitetes Unterrichtskonzept für die 3. Klasse. Die Kinder lernen in sechs Einheiten zunächst den Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten wie Messer oder Reibe. Dabei entdecken sie spielerisch den Wert gesunder Lebensmittel und erhalten über die aid-Ernährungspyramide dauerhaft Tipps für eine gute Ernährung. Kater Cook, der clevere Küchenmeister, hilft den Kindern dabei, sich spielerisch an die wichtigen Botschaften zu erinnern. Im vergangenen Jahr hat die IKK Südwest gemeinsam mit den Landfrauen in Rheinland-Pfalz und Hessen mit der Aktion rund 1.580 Schüler fit für gesunde Ernährung gemacht. Die mehr als 126 Grundschulklassen hatten dabei jede Menge Spaß und durften in der letzten Einheit die Eltern bewirten und diese mit ihrem Können beeindrucken.

Prävention, die Spaß macht

Diesen Spaß hatten auch die Schüler der Klasse 3c der Burgschule Großen-Linden: Nach einer mehrwöchigen Schulungsphase zum Thema Ernährung besuchten Projektleiter Gesundheitsförderung Ike Schuster und Gesundheitsberaterin Franziska Schmandt von der IKK Südwest im Sommer die Klasse im hessischen Linden und überreichten diese anlässlich des Abschluss-Buffets den aid-Ernährungsführerschein. „Ich bin beeindruckt, wie konzentriert, kreativ und organisiert hier alle Kinder waren“, so Ike Schuster. „Einfach eine gelungene Veranstaltung und ein tolles Projekt.“





Ministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler (3. v. l.) und Prof. Dr. Jörg Loth (l.) bei der Unterzeichnung der Landesrahmenvereinbarung Prävention Rheinland-Pfalz.



KITA FIT: Fitte Erzieher für gesunde Kinder

Neben gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung spielt auch die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Kindertagesstätten eine wichtige Rolle. Sie bildet die Basis für eine gute pädagogische Arbeit und somit für die optimale Förderung der Kleinsten. Dabei sind gerade in frühkindlichen Bildungseinrichtungen die Anforderungen an das Fachpersonal besonders hoch: Stühle und Mobiliar sind für Erwachsene zu klein und haben somit ungünstige Körperhaltungen zur Folge, der Lärmpegel und der emotionale Stress belasten die Psyche. An diesem Punkt setzt die Teamfortbildung KITA FIT der IKK Südwest an: Ein Team aus qualifizierten Trainern der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG) und der IKK Südwest stärkt im Rahmen einer ganztägigen Veranstaltung die Ressourcen der Kita-Mitarbeiter und zeigt ihnen anhand praktischer Beispiele, wie sie den Arbeitsalltag für sich entspannter und gesünder gestalten können.

Dabei geht es auch um die Bedeutung von Bewegung für die gesunde Entwicklung sowie die Bildung der Kinder. Im Anschluss an die Teamfortbildung werden die Eltern im Rahmen eines Elternabends in das Projekt miteinbezogen.

Die Leitung des Katholischen Kinderhauses Clara Fey in Ottweiler hat für sich den Wert einer solchen Qualifizierung erkannt und so haben die 13 Erzieherinnen des Teams in diesem Jahr das KITA-FIT-Zertifikat erworben. Unter der Leitung von IKK-Gesundheitsberaterin Ricarda Jung und BAG-Beraterin Miriam Cote beschäftigten sich die Teilnehmerinnen der Fortbildung an diesem Tag mit der Sammlung von Belastungsfaktoren und der Erarbeitung von Lösungsansätzen. Neben Achtsamkeitsübungen wurden zudem verschiedene Bewegungs- und Entspannungseinheiten durchgeführt.



Neues in der Pflege

Wer pflegebedürftige Angehörige in der Familie hat, wird zukünftig auf grundlegende Änderungen stoßen. Ab dem 1. Januar 2017 wird der Pflegebegriff völlig neu definiert und soll so eine genaue, auf den jeweiligen Bedarf angepasste Pflege ermöglichen. „Für mich“ hat die Änderungen für Sie zusammengefasst.

Wenn ein Mensch aufgrund von körperlicher, geistiger oder psychischer Krankheit oder Behinderung in seiner Selbstständigkeit und in der Ausübung seiner Fähigkeiten eingeschränkt ist, sichert das Pflegeversicherungsgesetz dem Betroffenen und seinen Familienangehörigen den Anspruch auf Unterstützung in der Pflege. Mit dem Zweiten Pflegestärkungsgesetz (PSG II) findet ein grundlegender Systemwechsel in der Pflegeversicherung statt. Mit Beginn des kommenden Jahres orientiert sich die Pflegebedürftigkeit nicht mehr an einem in Minuten gemessenen Hilfebedarf, sondern ausschließlich daran, wie stark die Selbstständigkeit beziehungsweise die Fähigkeiten eines Menschen bei der Bewältigung des Alltags beeinträchtigt sind. Weshalb die Selbstständigkeit beeinträchtigt ist und welche Hilfeleistungen tatsächlich erbracht werden, spielt dabei keine Rolle. Es wird nur

noch bewertet, ob die Person die jeweilige Aktivität praktisch durchführen kann. Die drei bestehenden Pflegestufen werden durch fünf Pflegegrade ersetzt und die gesonderte Feststellung von eingeschränkter Alltagskompetenz entfällt komplett. Diese wird bei der Begutachtung zur Feststellung des Pflegegrades bereits berücksichtigt.

Einstufung durch neues Begutachtungssystem

Um den jeweiligen Pflegegrad festzustellen, wird in Zukunft mit einem neuen Begutachtungssystem ermittelt, welche Fähigkeiten noch ausgeübt werden können und welche Unterstützung beim Umgang mit der Krankheit vonnöten ist. So können Art und Umfang der Leistungen genauer auf den jeweiligen Bedarf abgestimmt werden. Kinder im Alter von bis



zu 18 Monaten werden bei gleicher Einschränkung generell einen Pflegegrad höher eingestuft als ältere Kinder und erwachsene Pflegebedürftige. In diesem Pflegegrad können sie ohne weitere Begutachtung bis zur Vollendung des 18. Lebensmonats verbleiben.

Der Übergang von Pflegestufen zu Pflegegraden

Versicherte, die am 31. Dezember 2016 bereits Leistungen aus der Pflegeversicherung beziehen, werden am 1. Januar 2017 ohne neue Antragstellung und ohne erneute Begutachtung aus den bisherigen Pflegestufen in die Pflegegrade übergeleitet. Dabei gilt der Grundsatz: Pflegebedürftige mit ausschließlich körperlichen Einschränkungen erhalten anstelle der bisherigen Pflegestufe den nächsthöheren Pflegegrad. Pflegebedürftige, bei denen



Empfehlung Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung wird festgehalten, wie man in dem Fall, dass man selbst nicht mehr entscheiden kann, medizinisch behandelt werden möchte. Besonders im Pflegefall ist das für Angehörige eine deutliche Erleichterung. Wie der Bundesgerichtshof kürzlich entschied, reicht es jedoch nicht aus, in der Verfügung allgemein gehaltene Formulierungen wie „keine lebenserhaltenden Maßnahmen“ zu verwenden. Bindend ist die Patientenverfügung nur, wenn darin konkrete Maßnahmen genannt werden oder Krankheiten und Behandlungssituationen klar beschrieben sind, die nicht angewandt werden sollen. Ein Beispiel einer solchen Patientenvereinbarung finden Sie über unsere Webseite www.ikk-suedwest.de, Webcode 0175.

Buchtipps

Im aktuellen Buch „Patient ohne Verfügung. Das Geschäft mit dem Lebensende“ von Dr. Matthias Thöns setzt sich der Palliativmediziner offen und kritisch damit auseinander, wie das Gesundheitssystem Menschen am Ende ihres Lebens behandelt, und beschreibt dies mit vielen Beispielen aus der Praxis. Er zeigt auch auf, wie eine Patientenverfügung hilft, um der „Apparatemedizin“ nicht hilflos ausgeliefert zu sein. Ebenso stellt er dar, was die heutige Palliativmedizin leisten kann.

Dr. Matthias Thöns; Patient ohne Verfügung. Das Geschäft mit dem Lebensende; ISBN 978-3-492-05776-9

zusätzlich eine eingeschränkte Alltagskompetenz festgestellt wurde, werden zwei Pflegegrade höher eingestuft. Insgesamt werden die Leistungsbeträge angehoben. Durch dieses Vorgehen wird sichergestellt, dass niemandem durch die Umstellung ein Nachteil entsteht.

Starker Grundsatz: „Rehabilitation vor Pflege“

Mit dem neuen Begutachtungsverfahren werden die Beeinträchtigungen pflegebedürftiger Menschen sowie die Möglichkeiten, deren Selbstständigkeit zu erhalten oder wiederzugewinnen, besser erfasst. Es wird erkennbarer, wo und wie Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen ansetzen müssen. Auf Wunsch kann die Empfehlung einer Rehabilitationsmaßnahme im Pflegegutachten auch unmittelbar zu einem Rehabilitationsantrag führen.

Viele Vorteile für Pflegebedürftige

Der grundlegende Systemwechsel in der Pflegeversicherung bringt viele Vorteile mit sich. Zum einen wird durch die Änderungen die Versorgung mit Hilfs- und Pflegehilfsmitteln erleichtert. Hier gilt zukünftig: Für Hilfs- und Pflegehilfsmittel, die für die Selbstständigkeit von Pflegebedürftigen besonders wichtig sind oder die Pflege erleichtern, müssen Pflegebedürftige keinen gesonderten Antrag mehr stellen. Der Gutachter empfiehlt im Rahmen der Pflegebedürftigkeitsprüfung die Hilfsmittel und soweit die pflegebedürftige Person mit der

Empfehlung einverstanden ist, wird eine ärztliche Verordnung überflüssig. Des Weiteren gestaltet sich die Inanspruchnahme von Pflegeleistungen um ein Vielfaches flexibler. Pflegebedürftige können aus den Angeboten zugelassener Pflegedienste frei wählen, und zwar unabhängig davon, ob diese Angebote körperbezogene Pflegemaßnahmen, pflegerische Betreuungsmaßnahmen oder Hilfen bei der Haushaltsführung umfassen. Von den Angeboten der Pflegeberatung profitieren natürlich auch pflegende Angehörige, zum Beispiel durch gezielte Information über Entlastungsangebote wie Pflegekurse oder Freistellungsmöglichkeiten nach dem Pflegezeit- und Familienpflegezeitgesetz. **Gerne beraten wir Sie hierzu unter unserer kostenfreien IKK Pflege-Hotline 0800/1 29 01 29. Sie erreichen uns an sieben Tagen die Woche rund um die Uhr.**

Einheitlicher Eigenanteil in vollstationärer Pflege

Für Pflegebedürftige in vollstationärer Pflege sind die von ihnen zu zahlenden einrichtungsindividuellen, pflegebedingten Eigenanteile in den Pflegegraden 2 bis 5 gleich hoch und erhöhen sich nicht mehr aufgrund steigender Pflegebedürftigkeit. Dadurch lassen sich auch bei zunehmender Pflegebedürftigkeit die langfristigen Kosten vor dem Umzug in ein Pflegeheim besser kalkulieren.

Für Pflegebedürftige, deren einrichtungseinheitlicher Eigenanteil im ersten Monat nach der

Umstellung auf die Pflegegrade höher als der jeweilige individuelle Eigenanteil im Vormonat ist, zahlt die Pflegekasse einen Zuschlag in Höhe der Differenz.

Verbesserung der sozialen Absicherung von Pflegepersonen

Für Pflegepersonen, die Angehörige beziehungsweise Pflegebedürftige im Pflegegrad 2 bis 5 mindestens zehn Stunden wöchentlich, verteilt auf regelmäßig zwei Tage in der Woche, zu Hause pflegen, zahlt die Pflegekasse die Beiträge zur Rentenversicherung. Zusätzlich genießen Pflegepersonen den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Dieser Schutz umfasst alle Bereiche, die für die Feststellung von Pflegebedürftigkeit berücksichtigt werden. Zudem sind die Hilfen bei der Haushaltsführung in den Unfallversicherungsschutz miteinbezogen. Hat die Pflegeperson ihre Beschäftigung wegen der Pflegetätigkeit unterbrochen oder auch ganz aufgegeben, zahlt die Pflegekasse für die Dauer der Pflege auch die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung.

→ Info

Die IKK Südwest bietet Pflegebedürftigen und ihren Familien ein maßgeschneidertes Leistungsprogramm mit vielfältigen Angeboten zur ambulanten und stationären Pflege. Ausführliche Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter www.ikk-suedwest.de/leistungen/pflege.

Rundum sicher: Wenn Pflege zum Alltag wird

Für Menschen mit pflegebedürftigen Angehörigen ist die Gestaltung des Alltags oft ein Balanceakt zwischen Pflege, Beruf und Familienleben. Doch gerade hier ist die Vereinbarkeit der einzelnen Aufgaben wichtig – für den Pflegebedürftigen und für die Angehörigen. Mit den Regelungen zum Pflegeunterstützungsgeld, der Pflegezeit und der Familienpflegezeit werden betroffene Familien bestmöglich unterstützt. Die IKK Südwest bietet ihren Versicherten in dieser schwierigen Lebenssituation optimale Hilfe: Alle IKK-Versicherten sind automatisch in der IKK-Pflegekasse versichert.

Pflegeunterstützungsgeld

Wer plötzlich eine akute Pflegesituation in seiner Familie hat, kann in dieser Krisensituation finanzielle Unterstützung erhalten. Das hat die Bundesregierung mit dem Gesetz zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf bereits seit 1. Januar 2015 so festgelegt. Beschäftigte, die kurzfristig die Pflege eines nahen Angehörigen organisieren müssen, haben nicht nur das Recht auf eine Auszeit von bis zu zehn Arbeitstagen, sondern auch – sofern sie keinen sonstigen vergleichbaren Anspruch auf eine Entgeltfortzahlung haben – Anspruch auf Pflegeunterstützungsgeld. Das Pflegeunterstützungsgeld wird in einem vereinfachten Verfahren durch die Pflegekasse oder das private Pflegeversicherungsunternehmen der pflegebedürftigen Person gewährt. Hierzu wird ein Antrag gestellt, der vom Beschäftigten unter Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung unverzüglich bei der zuständigen Pflegekasse oder dem Versicherungsunternehmen der pflegebedürftigen Person eingereicht werden muss. Die Höhe des Pflegeunterstützungsgeldes richtet sich nach den gleichen Vorschriften wie bei der Berechnung des Kinderkrankengeldes. Die Basis dafür bildet das während der Freistellung ausgefallene Nettogehalt, welches aus dem ausgefallenen beitragspflichtigen Arbeits-

entgelt ermittelt wurde. Als Brutto-Leistung werden 90 Prozent – bei Bezug von beitragspflichtigen Einmalzahlungen in den letzten zwölf Kalendermonaten vor der Freistellung 100 Prozent – des ausgefallenen Nettoarbeitsentgelts gezahlt. Nähere Informationen zu Höhe, Berechnung und Beitragspflicht des Pflegeunterstützungsgeldes erhalten Sie von Ihrem persönlichen Kundenberater der IKK-Pflegekasse.

Pflegezeit und Familienpflegezeit

Arbeitnehmer in Betrieben mit mehr als 15 Mitarbeitern können sich für die häusliche Pflege und die Begleitung eines zu pflegenden Angehörigen von der Arbeit freistellen lassen. Hier stehen den Betroffenen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung. Beschäftigte haben einen Rechtsanspruch auf eine bis zu sechsmonatige teilweise oder vollständige Freistellung, wenn sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in häuslicher Umgebung pflegen. Diese Freistellung bezeichnet man als Pflegezeit. Wie das Modell der Pflegezeit genau ausgestaltet wird, vereinbaren Arbeitnehmer und Arbeitgeber schriftlich miteinander. Dies sollte frühzeitig passieren, denn der Arbeitnehmer muss den Arbeitgeber zehn Arbeitstage vor Antritt der Pflegezeit schriftlich



darüber informieren. Seit 1. Januar 2015 gibt es zusätzlich noch die Familienpflegezeit: Dabei sind Beschäftigte bei einer Mindestarbeitszeit von 15 Wochenstunden für die Dauer von bis zu 24 Monaten teilweise freizustellen, wenn sie pflegebedürftige nahe Angehörige in häuslicher Umgebung pflegen. Bei der Pflege von minderjährigen pflegebedürftigen Angehörigen sowohl im eigenen Zuhause als auch außerhäuslich besteht für Beschäftigte die Möglichkeit der Freistellung – und zwar sowohl nach dem Pflegezeitgesetz (bis zu sechs Monate vollständige oder teilweise Freistellung) als auch nach dem Familienpflegezeitgesetz (teilweise Freistellung bis zu 24 Monate bei einer wöchentlichen Mindestarbeitszeit von 15 Stunden). Im Rahmen der angekündigten Freistellung zur Betreuung minderjähriger pflegebedürftiger Angehöriger ist ein Wechsel zwischen der häuslichen Pflege und der Betreuung in einer Einrichtung jederzeit möglich. Für die Begleitung eines nahen Angehörigen in der letzten Lebensphase gibt es die Möglichkeit einer bis zu drei Monate dauernden vollständigen oder teilweisen Freistellung nach dem Pflegezeitgesetz. In diesem Fall muss die Begleitung nicht in häuslicher Umgebung erfolgen, sie kann zum Beispiel in einem Hospiz stattfinden.



Sozialversicherung während der Pflegezeit

Während der offiziellen Pflegezeit zahlt die IKK-Pflegekasse für ihre Versicherten die Beiträge zur Rentenversicherung, wenn sie als Pflegeperson für mindestens 14 Stunden in der Woche die Pflege von Angehörigen übernehmen. Darüber hinaus bleiben sie weiterhin in der Arbeitslosenversicherung versichert. Die Beiträge zahlt ebenfalls die IKK-Pflegekasse. In der Kranken- und Pflegeversicherung besteht zumeist die Möglichkeit, den Versicherungsschutz im Rahmen der Familienversicherung – etwa über den Ehepartner – beitragsfrei aufrechtzuerhalten. Ist dies nicht möglich, kann man die Versicherung gegebenenfalls freiwillig fortsetzen. In diesem Fall zahlt die IKK-Pflegekasse Zuschüsse zu den Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträgen. Außerdem sind Pflegepersonen während der Pflege automatisch gesetzlich unfallversichert. Dies ist nicht von einer Mindestpflegezeit abhängig. Während der Familienpflegezeit bleiben pflegende Angehörige weiterhin versicherungspflichtig. Ihre Beiträge werden dann aus dem reduzierten Gehalt in der Pflegephase inklusive des Wertguthabens berechnet. Wer versicherungsfrei ist und aufgrund des reduzierten Gehalts unter die Versicherungspflichtgrenze fällt, kann sich von der Versicherungspflicht befreien lassen.



Unterstützung und Tipps

Ihr persönlicher Kundenberater der IKK-Pflegekasse hilft Ihnen gerne bei allen Fragen rund um das Thema Pflege weiter und berät Sie beispielsweise zu Pflegehilfsmitteln oder zu möglichen Maßnahmen zur Wohnumfeldverbesserung. Des Weiteren informieren wir Sie über spezielle Pflegekurse, in denen Sie erfahren, wie sich der Pflegealltag leichter bewerkstelligen und Grenzsituationen sicher bewältigen lassen.

TIPP: Um pflegenden Angehörigen kurze Verschnaufpausen oder das Wahrnehmen eigener Termine zu ermöglichen, kann auf die tageweise oder auch stundenweise Verhinderungspflege zurückgegriffen werden. Für den kurzfristigen Einsatz einer Pflegeersatzkraft stehen Ihnen nämlich jährlich bis zu 2.418 Euro zur Verfügung. **Ihr persönlicher Kundenberater informiert Sie gerne.** Oder rufen Sie einfach unsere **kostenfreie IKK Service-Hotline 0800/0 119 119** an.



Roland Engehausen (l.) im Gespräch mit dem Geschäftsführer der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e. V. Walter-Rudolf Lehmann und Franz Müntefering (r.).

Die Position der IKK Südwest

Die IKK Südwest setzt sich für eine bessere Nutzung der Entlastungsangebote für pflegende Angehörige ein. Anlässlich des Welt-Alzheimertages stellte Roland Engehausen, Vorstand der IKK Südwest, am 17. September auf der zentralen Veranstaltung für Rheinland-Pfalz in Ludwigshafen die Ergebnisse eines Praxistestes der Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige vor.

Fazit: Es gibt viele Leistungsmöglichkeiten, aber die Nutzung ist noch zu niedrig.

Hauptgrund dafür ist, dass die Inhalte und Qualität der Angebote teilweise unklar sind und die Inanspruchnahme oft zu kompliziert ist. In einem Positionspapier für die Bundestagswahl 2017 werden die Innungskrankenkassen daher auf Initiative der IKK Südwest mehr Qualität und einen einfacheren Zugang der Unterstützungsleistungen einfordern. Haben Sie Anmerkungen oder Fragen dazu? Dann schreiben Sie Roland Engehausen direkt: **Roland.Engehausen@ikk-sw.de**.

Kein Ding der Unmöglichkeit: Arbeit und Familie



Kundenberaterin Diana Omerovic mit ihrem Sohn Leon im Familienbüro in Saarbrücken

Ein ständiges Hin und Her zwischen Frühstückstisch und Mittagspause, Krabbelgruppe und Mitarbeiterbesprechung, Kindergarten und Arbeitsplatz – so sieht der Alltag vieler berufstätiger Eltern aus. Während es für die einen nicht infrage kommt, den Beruf zwecks Kinderbetreuung langfristig an den Nagel zu hängen, wollen die anderen einfach nur Zeit mit ihren Kindern verbringen. So gehört der Spagat zwischen Familie und Karriere mittlerweile zu den gängigen Herausforderungen des Alltags. Die IKK Südwest unterstützt als Arbeitgeber ihre Mitarbeiter durch zahlreiche familienfreundliche Angebote und leistet so einen wichtigen Beitrag zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Die IKK Südwest bietet nicht nur ihren Versicherten Topleistungen, sondern erweitert auch immer wieder das Angebot für ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Für dieses besondere,

schon lange andauernde Engagement wurde der die IKK bereits im Jahr 2014 von der saar.is das Siegel „Familienfreundliches Unternehmen“ verliehen. Punkten konnte die IKK Südwest damals wie auch heute vor allem mit ihren Eltern-Kind-Büros (jetzt: Familienbüros) und ihrem flexiblen Arbeitszeitmodell. Auch Mitarbeiter in Elternteilzeit bleiben bei der IKK Südwest nicht auf der Strecke.

Familienbüros: Immer alles im Blick

An mittlerweile vier Standorten – Frankfurt, Koblenz, Mainz und Saarbrücken – gibt es die sogenannten Familienbüros. Während die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der IKK Südwest arbeiten, kann sich der Nachwuchs mit zahlreichen vorhandenen Spielsachen beschäftigen. So können Angestellte in Notsituationen, zum Beispiel beim Ausfall der Tagesmutter oder der Schließung des Kindergartens, die



Mark Schmid
Kundenberater Standort Saarbrücken

Zwei kleine Kinder, zwei Eltern, die Vollzeit arbeiten – das ist nicht immer ganz einfach, weil ein hohes Maß an Absprache und Organisation dahintersteckt. Mark Schmid aus dem Bereich Freiwillige Mitgliedschaft und seine Frau Kathrin, Teamleiterin im Firmenkundenservice, wohnen in Bexbach und fahren jeden Tag mit dem Zug nach Saarbrücken zur Arbeit, während Amelie, 5 1/2 Jahre, und Jonas, 14 Monate, von Opa in die Kindertagesstätte gebracht werden. Grund für die gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei den Schmidts sind die flexiblen Arbeitszeiten der IKK Südwest, die einen zeitversetzten Arbeitsbeginn ermöglichen. Ein Partner verlässt bereits morgens um 5.15 Uhr das Haus, der andere, nachdem die Kinder fertig für den Kindergarten sind, folgt um 6.45 Uhr – so ist auch immer ein Elternteil rechtzeitig zu Hause, um die Kinder abzuholen.



Caroline Roggenfelder
Kundenberaterin Standort Trier

Zwei Jahre lang fuhr die Volljuristin Caroline Roggenfelder von Trier aus nach Saarbrücken, um im Team Forderungsmanagement zu arbeiten – täglich mit dem Zug eine Stunde hin und eine Stunde zurück. Als ihre Tochter Isabell 2014 geboren wurde, konnte sie sich nicht vorstellen, weiterhin an einem Ort zu arbeiten, der 100 Kilometer von der Kindertagesstätte ihrer Kleinen entfernt ist. Daher ist Caroline Roggenfelder dankbar dafür, dass die Personalabteilung mit der Umsetzung in die Trierer Geschäftsstelle, Team Ausland, eine gute Lösung für die Familie gefunden hat: Die junge Mutter arbeitet 20 Stunden in der Woche von montags bis freitags, die Kita ist nur 15 Autominuten von der Trierer Geschäftsstelle entfernt – eine optimale Lösung.

Sven Brixius
Referent Standort Saarbrücken

Sowohl bei Tochter Malin, 3 Jahre, als auch bei Sohn Bjarne, 4 Monate, nahm Sven Brixius jeweils zwei Monate Elternzeit. Er arbeitet in der Marketing-Abteilung in Saarbrücken und wollte wissen, ob die beworbene Familienfreundlichkeit seines Arbeitgebers praktisch hält, was sie theoretisch verspricht. Für Sven Brixius war es wichtig, seiner Frau Stefanie in der besonders anstrengenden Zeit nach der Geburt zur Seite zu stehen, genauso wie bei der Eingewöhnungszeit der Kinder in der Kita nach einem knappen Jahr. Das Fazit lautet: Die IKK Südwest ist nicht nur auf dem Papier familienfreundlich!



17

Möglichkeit nutzen, ihre Kinder mit zur Arbeit zu bringen. Aber nicht nur Kinder finden hier einen Platz: Auch erkrankte Angehörige, bei denen es zu Engpässen in der Pflegeversorgung kommt, können in die Familienbüros mitgebracht werden. Tanja Zielonka und Ulrike Rosch-Stoppelbein, die Frauenbeauftragten der IKK Südwest, sehen im Angebot der Familienbüros große Vorteile: „Flexibilität wird in Familien mit Kindern immer wichtiger. Mit den Familienbüros bieten wir Eltern immer dann eine Lösung, wenn es kurzfristig bei der Betreuung ihrer Kinder zu Engpässen kommt. Die Familienbüros werden rege genutzt und haben aktuell eine hohe Auslastung.“

Flexible Arbeitszeiten: So individuell wie die Familie

Einen weiteren Kernaspekt des familienfreundlichen Angebots bildet das flexible Arbeitszeitmodell der IKK Südwest. So können alle

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihre Arbeitszeiten individuell zwischen 6.00 und 19.30 Uhr sowie in den Hochsommermonaten zwischen 5.00 und 19.30 Uhr einteilen – je nach Absprache innerhalb des eigenen Teams. Diese Regelung gewährleistet eine Anpassung der Arbeitszeit an die jeweilige Lebenssituation der Beschäftigten. Auch die Aufteilung einer Stelle im Rahmen des Jobsharing wird bei der IKK bereits praktiziert; hier teilen sich zwei Mitarbeiter beispielsweise einen Schalterbereich oder ein Aufgabengebiet und die Wochenarbeitstage.

Beim Thema Teilzeit bietet die IKK Südwest ebenfalls familienfreundliche Lösungen: Jeder Mitarbeiter hat das Recht, seine Teilzeit auf einen bestimmten Zeitrahmen zu befristen. Geht ein Mitarbeiter beispielsweise aus familiären Gründen für ein Jahr befristet in Teilzeit, hat er nach Ablauf des Jahres wieder einen

rechtlichen Anspruch auf die ursprünglich vereinbarte Arbeitszeit.

Elternzeit: Auch zu Hause immer auf dem aktuellen Stand

Besonders erfreulich und mittlerweile auch schon ein Stück Normalität: Immer mehr IKK-Väter nehmen Elternzeit – und zwar nicht nur für die klassischen zwei Monate, sondern auch mal ein ganzes Jahr oder länger. Um den Abstand zwischen Arbeitsplatz und Zuhause in dieser Zeit nicht zu groß werden zu lassen, hält die IKK Südwest ihre Mitarbeiter stets auf dem Laufenden. Sie erhalten alle wichtigen Mitteilungen, wie zum Beispiel interne Stellenausschreibungen, auf die sie sich dann aus der Elternzeit heraus bewerben können.

Service zum Wohlfühlen: Unsere Geschäftsstelle in Trier

4.700 Quadratkilometer Fläche und aktuell über 44.000 Versicherte – in diesen Größenordnungen bewegt sich die Arbeit des Regionalen Kundenservice der IKK-Geschäftsstelle in Trier. Die älteste Stadt Deutschlands ist nicht nur durch ihre lange Geschichte und die vielen historischen Bauwerke ein Anziehungspunkt im Westen von Rheinland-Pfalz, sondern bildet auch für unsere Versicherten einen wichtigen Dreh- und Angelpunkt: Tag für Tag steht ihnen das engagierte Team rund um Geschäftsstellenleiter Andreas Stegmeyer zur Seite und hilft bei Fragen und Anliegen kompetent weiter.

Von der nördlichen Grenze zu Nordrhein-Westfalen bis zum südlich angrenzenden Saarland, von den westlich liegenden Landesgrenzen zu Luxemburg und Belgien bis in den Hunsrück – so weit erstreckt sich das Einzugsgebiet des Regionalen Kundenservice unserer IKK-Geschäftsstelle in Trier. Bei über 44.000 zu betreuenden Versicherten wird dem Team rund um Geschäftsstellenleiter Andreas Stegmeyer nie langweilig. Zu vielfältig und abwechslungsreich sind die Aufgabengebiete der unterschiedlichen Abteilungen im Haus. „Allein das im Außendienst tätige Bezirksleiter-Team von Georg Becker betreut neben unseren Versicherten über 6.000 Arbeitgeber in der Region“, erklärt Stegmeyer.

Beratung von über 12.000 Grenzgängern

Durch die unmittelbare Nähe zum Dreiländereck Deutschland, Frankreich und Luxemburg sowie die geringe Entfernung zum Nachbarland Belgien bildet die Betreuung von Grenzgängern einen wichtigen Schwerpunkt im täglichen Geschäft des Trierer Teams. Insgesamt 12.100 Grenzgänger werden von Annette Weber und ihrem Team Ausland in der Geschäftsstelle betreut. Dabei handelt es sich zum einen um Versicherte, die in Luxemburg arbeiten, aber ihren festen Wohnsitz in Deutschland haben. Zum anderen betreut die IKK Südwest vor Ort aber auch viele Versicherte, deren Wohnort im

Ausland liegt: Ungefähr 7.000 Grenzgänger arbeiten zwar in Deutschland und sind auch hier versichert, haben ihren Wohnsitz jedoch beispielsweise im benachbarten Frankreich.

Immer ein offenes Ohr

Zurzeit kümmern sich in der Geschäftsstelle Trier insgesamt 53 Mitarbeiter um die Belange der Versicherten. Davon stehen allein 18 Mitarbeiter für den Regionalen Kundenservice und 17 für das Team Ausland bereit. Das Team Marktservice besteht aus sechs Mitarbeitern, weitere acht Mitarbeiter sind in verschiedenen zentralen Abteilungen tätig. Auch im Bereich Nachwuchsförderung und Ausbildung übernimmt die IKK Südwest in Trier eine wichtige Rolle: „Momentan freuen wir uns, in unserer Geschäftsstelle drei Auszubildende und eine Jahrespraktikantin der Fachoberschule beschäftigen zu können. Diese Aufgabe liegt uns besonders am Herzen – schließlich ist die Förderung qualifizierter Nachwuchskräfte eine wichtige Basis für die Qualität des Kundenservice“, so Regionaldirektor Martin Müller.

Geschäftsstelle zum Wohlfühlen

Dass sich die Versicherten der IKK Südwest in der Trierer Thebäerstraße 20 besonders wohlfühlen, liegt neben den engagierten und kompetenten Mitarbeitern sicherlich auch an



Übergabe des renovierten Gebäudes an Regionaldirektor Martin Müller und Geschäftsstellenleiter Andreas Stegmeyer sowie die engagierten Mitarbeiter durch IKK-Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth.



Haupteingang der IKK-Geschäftsstelle in Trier.

dem Geschäftsstellengebäude selbst. Das im Jahr 1994 gebaute und ein Jahr später bezogene Haus macht auf seine Besucher einen einladenden Eindruck. Das Gebäude gehört zum Eigentum der IKK Südwest und wurde erst kürzlich im Zuge von Renovierungsarbeiten auf den neuesten Stand gebracht. So bietet die barrierefreie Geschäftsstelle den Versicherten nicht nur einen vielfältigen Service in direkter Nähe, sondern ist gleichzeitig auch ein Ort, an dem man sich als Besucher richtig wohlfühlt.

→ Info

IKK Südwest
Thebäerstraße 20
54292 Trier
Tel.: 06 51/94 83-0
Fax: 06 51/94 83-150

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr



Die goldene Jahreszeit

Gemütliche Weinfeste, faszinierende Ausstellungen, eine gelungene Mischung aus Kunst und Kultur – der Herbst steht vor der Tür und hat in diesem Jahr einige Highlights zu bieten. „Für mich“ hat sich in der Region umgeschaut und die schönsten Veranstaltungen für Sie zusammengetragen.

Hessen

33. Kasseler Dokfest

Das 1982 gegründete Kasseler Dokumentarfilm- und Videofest findet in diesem Jahr vom 15. bis 20. November statt. Der Fokus des Festivals liegt auf aktuellen Dokumentarfilmen sowie experimentell-künstlerischen Filmen. Insgesamt werden rund 300 Arbeiten von internationalen Künstler/-innen, aber auch Produktionen von regionalen Filmemacher/-innen aus Nordhessen präsentiert. Darüber hinaus finden zahlreiche begleitende Veranstaltungen statt, zum Beispiel die Ausstellung „Monitoring“ mit aktuellen Video- und Medienkunstinstallationen, die „Workshop-Tagung interfiction“ im medienwissenschaftlichen Diskurs, das „DokfestForum“ als Schnittstelle zwischen Kunst und Film, das filmpädagogische Begleitprogramm „junges dokfest – Dokumentarfilm sehen und verstehen“, „DokfestGeneration“ mit einer Auswahl von Langfilmen und vieles mehr.

Mehr Infos:
www.kasselerdokfest.de/de/aktuelles

Rheinland-Pfalz

Fest des Federweißen in Landau

Das Fest des Federweißen im pfälzischen Landau findet in diesem Jahr bereits zum 64. Mal statt. Es zählt zu den ältesten Federweißen-Festen entlang der Weinstraße. Vom 13. bis 16. Oktober schenken hier die Wirte in uriger Atmosphäre ausschließlich Weine von Landauer Winzerbetrieben aus, darunter natürlich auch den Federweißen. Ein Wein- und Sektpavillon mit Spitzenerzeugnissen Landauer Winzer komplettiert das „flüssige“ Angebot. Das zugehörige musikalische Bühnenprogramm findet an allen vier Tagen statt und ist fester Bestandteil dieses besonderen Weinfestes. Die Einzelhändler der Stadt tragen ebenfalls ihren Teil zu den Feierlichkeiten bei und laden parallel zu einem verkaufsoffenen Sonntag ein.

Mehr Infos:
www.landau-tourismus.de/markt



19

Saarland

Buddha – Sammler öffnen ihre Schatzkammern

Die Großausstellung „Buddha“ versammelt 232 hochkarätige Exponate aus zwei Jahrtausenden und lässt die Welt des Buddhas lebendig werden. Meisterwerke buddhistischer Kunst aus der antiken Region Gandhara, aus Indien, China, Korea, Japan, Kambodscha, Thailand und vom „Dach der Welt“ Nepal/Tibet entwerfen das Bild einer der ältesten Weltreligionen. Für die Ausstellung öffnen die bedeutendsten Sammler rund um den Globus ihre Schatzkammern und präsentieren ihre Werke gemeinsam unter der Schirmherrschaft des XIV. Dalai Lama im Weltkulturerbe Völklinger Hütte.

Mehr Infos:
www.voelklinger-huette.org/buddha/buddha



Wir zeigen Ihnen, wie Sie in Zukunft beim Thema Zahnarzt **„Oh!“ statt „Aaaah!“** sagen.

Schützen Sie Ihre Familie und sich vor hohen Zusatzkosten beim Zahnarzt – mit einer Zahnzusatzversicherung von SIGNAL IDUNA. Egal, ob Ihr Kind eine Zahnspange braucht oder ein Familienmitglied hochwertigen Zahnersatz oder eine professionelle Zahnreinigung benötigt: Mit SIGNAL IDUNA können Sie immer mit der besten Versorgung rechnen – und mit bis zu 90 % Kostenerstattung! Informieren Sie sich jetzt!

SIGNAL IDUNA Gruppe, Hauptverwaltung Dortmund, Joseph-Scherer-Straße 3, 44139 Dortmund,
Telefon 0231 135-7991, info@signal-iduna.de, www.signal-iduna.de/kv-zusatz



**SEHR GUT
(1,1)**

SIGNAL Kranken-
versicherung a. G.
ZahnTOP

Im Test:
189 Zahnzusatzversi-
cherungen
Ausgabe 08/2014
www.test.de

14KW65

SIGNAL IDUNA 
gut zu wissen