

# BIGmag

01|11

RUND UM DEN URLAUB  
AUSSPANNEN  
OHNE RISIKO :: 2

NEUE RUBRIK  
SERVICE- UND  
LEISTUNGSPUS :: 3

BIGMEDCOACH  
ARZNEIMITTEL-  
BERATUNG :: 4

Garantiert  
kein  
Zusatzbeitrag  
2011

Die BundesInnungskrankenkasse!  
[www.big-direkt.de](http://www.big-direkt.de)

  
direkt gesund



## RUND UM DEN URLAUB

# AUSSPANNEN OHNE RISIKO

**U**rlaub – endlich kann man wieder Reisepläne schmieden. Egal, ob Sie in der Nähe entspannen wollen oder eine Fernreise vorhaben – BIG direkt gesund bietet Ihnen viele Leistungen rund um den Urlaub.

### REISEIMPFUNGEN

Zu den Reisevorbereitungen zählt ein sinnvoller Impfschutz. Und das nicht nur bei Fernreisen: Eine Zeckenschutzimpfung ist zum Beispiel auch beim Urlaub in Bayern ratsam. Infos über Ihr Urlaubsland finden Sie auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes oder Sie lassen sich bei Ihrem Hausarzt beraten. Die BIG zahlt übrigens diese Reiseimpfungen: Cholera, FSME (Zeckenschutzimpfung), Gelbfieber, Hepatitis A, Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Meningokokken-Infektionen (Gruppe A, C, W135, Y), Tollwut, Typhus. Bedingung: Die Impfung muss für das Urlaubsland von der Ständigen Impfkommission und vom Auswärtigen Amt empfohlen werden.

### VERSICHERUNGSSCHUTZ EUROPaweIT

Wenn im Urlaub ein Arztbesuch nötig ist, sind Sie im europäischen Ausland und in einigen weiteren Urlaubsländern wie der Schweiz über Ihre BIG-Versichertenkarte abgesichert. Auf der Rückseite Ihrer Karte finden Sie die European Health Insurance Card (EHIC), mit der Sie im Notfall auch im Ausland beim Arzt behandelt werden. Für die Staaten Serbien-Montenegro, Bosnien-Herzegowina, Tunesien und Türkei erhalten Sie einen Auslandskrankenschein von uns per Post oder Fax. Es kann allerdings sein, dass Sie trotz EHIC die Kosten vor Ort erst selbst bezahlen müssen und sich die Rechnung von der BIG erstatten lassen. Dabei fällt erfahrungsgemäß ein Eigenanteil an, da wir nur die Kosten erstatten dürfen, die auch in Deutschland für die Behandlung anfallen würden, und gerade Ärzte in Urlaubsregionen gerne privat – und damit teurer – abrechnen. Wir empfehlen eine private Reisekrankenversicherung, die die Restkosten übernimmt, die die BIG nicht erstatten darf.

### ZUSÄTZLICHE SICHERHEIT ÜBER CONCORDIA

Unser Kooperationspartner Concordia versichert Singles für 8 Euro im Jahr, Familien zahlen 20 Euro für den Auslandsschutz. Dann sind Sie auch abgesichert, wenn Sie wegen einer Krankheit nach Hause transportiert werden müssen.

### UNSERE NUMMER AUS DEM AUSLAND

Wenn Sie Fragen zu Ihrem Versicherungsschutz haben, erreichen Sie uns aus Spanien, Italien, Frankreich, Österreich, Niederlande und der Türkei vom Festnetz aus kostenlos unter 00800.54565455.

### REISEAPOTHEKE

Füllen Sie Ihre Reiseapotheke am besten schon zu Hause – mit Verbandmitteln, Wunddesinfektionsmitteln für kleine Verletzungen und Pflastern für den Notfall. An Medikamenten empfehlen sich auf jeden Fall Mittel gegen Durchfallerkrankungen, Schmerzmittel und Sonnenschutz. Weitere Tipps haben wir Ihnen unter [www.big-direkt.de/reise-apotheke](http://www.big-direkt.de/reise-apotheke) zusammengestellt.

### LINKTIPP

:: [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)



### IST DAS MEIN KOFFER?

So geht nichts verloren und Sie erkennen Ihren Koffer auf dem Kofferband schnell wieder: Drucken Sie sich unseren BIG-Kofferanhänger im Internet aus, so oft Sie mögen. Dann nur noch ausfüllen und ausschneiden! Einfach reinklicken unter [www.big-direkt.de/urlaub](http://www.big-direkt.de/urlaub).

## NEUES MODELLPROJEKT

**B**essere Versorgung für Patienten durch mehr Raum in der Therapiegestaltung: Unter dieser Fragestellung erprobt BIG direkt gesund gemeinsam mit dem Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten – IFK e.V. in 2011 eine neue Versorgungsform, in der Physiotherapeuten mehr Handlungsspielraum erhalten.

PHYSIOTHERAPEUTEN KÖNNEN  
THERAPEUTISCHE MASSNAHMEN  
SELBST BESTIMMEN

Das Modell sieht vor, dass Physiotherapeuten zwar weiterhin aufgrund einer vertragsärztlichen Verordnung behandeln, jedoch die Auswahl der therapeutischen Maßnahme selbst bestimmen können. Ziel ist dabei festzustellen, ob mehr Autonomie der Physiotherapeuten Vorteile für die Versorgungsqualität und Kostenentwicklung bringen.

In rund 40 Modellpraxen in den Regionen Berlin und Westfalen-Lippe werden ab Juni 2011 Therapeuten selbst über

Umfang und Art der Behandlung entscheiden. Bislang wird dies im Rahmen der ärztlichen Verordnung festgelegt.



Teilnehmen können Sie als BIG-Versicherte, wenn Sie über 18 Jahre sind und eine Muskel- und Skeletterkrankung im Bereich Rücken, Becken oder Beine haben. Für die Behandlung werden 40 IFK-Praxen nach festen Qualitätskriterien in den Modellregionen Berlin und Westfalen-Lippe ausgewählt.

Starten wird das Projekt im Juni 2011.  
Sie finden dann ausführliche Informationen zur Teilnahme und eine Liste aller Modellpraxen auf unserer Website unter [www.big-direkt.de/physiotherapie](http://www.big-direkt.de/physiotherapie).

HÖREN SIE MAL REIN:

## UNSER PODCAST-AUDIOMAGAZIN

**K**ennen Sie schon unseren Podcast? Das ist ein MP3-Magazin zum Anhören direkt im Internet oder über Ihren MP3-Player. Viele spannende Interviewpartner kommen zu ganz unterschiedlichen Themen zu Wort. Es geht zum Beispiel um die Patientenverfügung oder

um Zahnaktionen im Internet, um neue Angebote bei der BIG oder um Reisen. Jeden Monat gibt es eine neue Ausgabe.

Die Magazine können Sie sich unter [www.big-direkt.de/podcast anhören](http://www.big-direkt.de/podcast anhören).

### AUF EINEN BLICK



- :: Schneller Service jeden Tag, rund um die Uhr – egal wo man ist
- :: Kostenfrei erreichbar – 0800.54 56 54 56
- :: BIG-App – Ihre Filiale für unterwegs
- :: Beratungs-Chat – direkt online verbunden
- :: Arzt-, Apotheker- und Krankenhaussuche – alles auf einen Klick
- :: Wir denken mit – Erinnerungsservice per Mail in „meineBIG“
- :: Sicher online kommunizieren – [info@big-direkt.epost.de](mailto:info@big-direkt.epost.de)

### BIG LEISTUNGSPPLUS



- :: Bonus-Programm „BIGtionär“: gesundheitsbewusst und aktiv? Wir belohnen Sie.
- :: Bei Gesundheit Geld zurück: mit ausgezeichneten Wahlтарifen bis zu 900 Euro sparen.
- :: Mehr Schutz von klein auf:
  - Hörscreening für Neugeborene
  - Frühgeburtenprävention
  - Impfung gegen Rotaviren
- :: Reiseschutzimpfungen
- :: Programm gegen chronische Erschöpfung: Burnout vorbeugen
- :: Exklusives Online-Gesundheitsprogramm: BIGprohealth
  - Gesundheitstagebücher
  - Sport- und Ernährungsprogramm für Kinder
  - Fitness-Trainer
  - Gesundheits-Check
- :: BIGmedcoach: Arzneimittelberatung für Chroniker



NEUES PROGRAMM BIGMEDCOACH GESTARTET

## ARZNEIMITTELBERATUNG FÜR CHRONISCH KRANKE

**W**er chronisch krank ist, nimmt meist verschiedene Medikamente ein. Wie gut die Arzneimittel wirken, hängt von zahlreichen Faktoren ab: Welches Medikament soll wann genommen werden? Wie nehme ich es am besten ein? Welche Wechselwirkungen gibt es? Häufig fallen einem solche Fragen nach dem Arztbesuch erst zu Hause ein. An dieser Stelle unterstützt BIG direkt gesunde Versicherte mit bestimmten Krankheiten mit dem Arzneimittel-Beratungsprogramm „BIGmedcoach“. Es ist als Unterstützung und Ergänzung zu bisherigen Therapien gedacht.

### KOMPETENTE BERATUNG FÜR EINE VERBESSERTE VERSORGUNG

Wer sich entscheidet, an dem Programm teilzunehmen, wird zukünftig von Apothekern und hochqualifiziertem pharmazeutischen Fachpersonal unseres Kooperationspartners Medco Celesio rund um die Einnahme von Medikamenten beraten. Ziel ist es, die Arzneimitteltherapie so zu

optimieren, dass die gesamte Therapie wirksamer ist und es den Patienten besser geht. Die Versorgung durch den Arzt und Apotheker wird so zusätzlich unterstützt.

### OPTIMIERTE ARZNEIMITTERTHERAPIE

„Wir wissen, dass nach einer Diagnosestellung die Therapieempfehlung des Arztes für zirka ein Jahr eingehalten wird. Danach fällt es den meisten Menschen schwer, die Arzneimitteltherapie konsequent weiterzuführen“, erklärt Stephanie Paal, Projektleiterin bei der BIG. Der behandelnde Arzt wisse leider auch nicht immer, ob der Patient noch von einem anderen Arzt etwas verordnet bekommen hatte. „Wir haben den Vorteil, dass bei uns die Arzneimitteldaten zusammenfließen. Das heißt, wir sehen alle Arzneimittel auf einen Blick und können so auch Wechselwirkungen und Versorgungslücken erkennen“.

### BIGMEDCOACH: SO FUNKTIONIERT'S

Das Angebot richtet sich an BIG-Versicherte mit folgenden Erkrankungen: Diabetes, Herz-/Kreislauf- oder Lungenkrankungen. Auch Kinder mit diesen Diagnosen können teilnehmen. Bei diesen chronischen Erkrankungen ist es besonders wichtig, dass die Medikamente richtig eingenommen werden. Die Spezialisten von Medco Celesio analysieren daher Ihre Arzneimittelversorgung. Sollten sie Verbesserungspotenziale oder Versorgungslücken feststellen, melden sie sich bei Ihnen und beraten Sie. Gemeinsam können Sie so ärztliche Verordnungen besser einhalten und eventuelle Versorgungslücken schließen.

Registrieren können Sie sich unter:  
[www.big-direkt.de/medcoach](http://www.big-direkt.de/medcoach)

### 3000 FANS SAGEN „GEFÄLLT MIR!“ BIG AUF FACEBOOK

**I**m Frühjahr letzten Jahres startete die BIG ins Social Web und kann sich heute über mehr als 3000 Fans freuen, die ihre Fragen stellen, unsere Posts lesen und bei Aktionen mitmachen. Vielen Dank an die BIG-Community – macht weiter so! Aktuell widmen wir uns ganz dem Laufsport. Keine Chance für Frühjahrsmüdigkeit, sondern Fitness, Bewegung und frische Luft sind angesagt. Hilfreiche Tools wie BMI-Rechner, Trainingstagebuch und Lauf-ABC stehen euch hilfreich zur Seite. Und jetzt am besten sofort die Laufschuhe rausholen! Oder direkt mal bei [www.facebook.com/big](http://www.facebook.com/big) vorbeiflitzen.

facebook

## LAUFEN SIE MIT!

**L**aufen ist der ideale Sport für alle, die wenig Zeit haben und trotzdem etwas für sich tun wollen: einfach Schuhe schnüren und los. Die BIG fördert diesen Gesundheitssport – virtuell und im „echten“ Leben. Unser Online-Gesundheitstrainer soll Sie fit machen für längere Laufstrecken. Verschiedene Laufveranstaltungen bringen Spaß mit Gleichgesinnten und auf unserer Facebook-Fanseite finden Sie viele Tipps.

**BIG-VERSICHERTE  
BEKOMMEN STARTRABATT!**

Umsetzen können Sie diese direkt am 8. Mai beim BIG 25 Berlin: Laufen Sie gemeinsam mit 10.000 anderen Läufern Strecken zwischen 5 und 25 km, vorbei an Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt, mit Zieleinlauf ins Olympiastadion. BIG-Versicherte bekommen übrigens Startrabatt!



Alles rund ums Laufen bei der BIG:  
[www.big-direkt.de/laufen](http://www.big-direkt.de/laufen)  
und [www.facebook.com/big](http://www.facebook.com/big)

## KOSTENFREIE PATIENTENBERATUNG FÜR ALLE

**D**ie Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) bietet seit Anfang des Jahres wieder ihre Beratungsleistung an und das kostenfrei und für jeden.

**FRAGEN RUND UM DIE BEREICHE  
KRANKHEITEN UND THERAPIEN**

Alle Fragen rund um die Bereiche Krankheiten und Therapien werden von den Medizinerinnen, Juristen und Psychologinnen der UPD beantwortet. Auch bei Streitigkeiten mit Ärzten, Kliniken und Krankenkassen helfen sie weiter. Künftig soll auch eine muttersprachliche Beratung für Menschen mit Migrationshintergrund angeboten werden. Geplant sind zudem Regionalstellen.

### BIG INFORMIERT

## VORSTANDSGEHALT

**J**edes Jahr legt die BIG die Gehälter des Vorstands offen. Über die Gehälter der Kassenvorstände entscheiden die Verwaltungsräte der Kassen, in denen Vertreter von Arbeitnehmern und Arbeitgebern sitzen.

Der Vorstand der BIG bestand von Januar bis November 2010 aus einer Person und wurde erst zum Jahresende um einen stellvertretenden Vorstand verstärkt. Die jährliche Vergütung betrug für den Vorstandsvorsitzenden 130.000 Euro. Das zweite Vorstandsmitglied erhielt für das Jahr 2010 anteilig 9.166 Euro.



Mehr dazu auch im aktuellen Podcast unter [www.big-direkt.de/podcast](http://www.big-direkt.de/podcast).

**Kostenfreie Hotline**  
0800/0117722,  
Montag – Freitag, 10 – 18 Uhr  
[www.upd-online.de](http://www.upd-online.de)

Zusätzliche Leistungen wie variable Bestandteile, Dienstwagen, Versicherungszuschüsse sowie Versorgungsregelungen für die Pension oder nach Ausscheiden werden bei der BIG nicht gezahlt.

Insgesamt versichert die BIG 393.500 Menschen und betreut 105.000 Firmenkunden. Die BIG beschäftigt 520 Mitarbeiter an ihrem Firmensitz in Dortmund. Der Vorstand verantwortet das gesamte Haushaltsvolumen der BIG von rund 669 Mio Euro.



## CONCORDIA KRANKEN-ZUSATZVERSICHERUNGEN

# LEISTUNGEN DER BIG OPTIMAL ERGÄNZEN

Sie wollen sich beste Leistungen für Ihre Gesundheit sichern und sich gleichzeitig vor hohen Zuzahlungen schützen? Dann ist die Kranken-Zusatzversicherung unseres Kooperationspartners Concordia eine optimale Ergänzung. Sie bietet Ihnen und Ihrer Familie die Möglichkeit, die gesetzlichen Leistungen passgenau zu ergänzen. Sie können den Versicherungsschutz für jedes Familienmitglied individuell auswählen. Und: Als BIG-Versicherter erhalten Sie 3% Rabatt auf den Monatsbeitrag. Übrigens: Die Concordia-Tarife zeichnen sich durch höchste Beitragsstabilität aus.

**BIG-VERSICHERTE  
ERHALTEN 3% RABATT AUF  
DEN MONATSBEITRAG**

Das unabhängige Rating-Unternehmen Assekurata bewertet die Concordia Krankenversicherungs-AG mit „sehr gut“ (A+).

### TARIF AZ

#### BRILLEN/KONTAKTLINSEN

80% der verbleibenden Kosten, höchstens 130 Euro pro Kalenderjahr. Voraussetzung: Veränderung der Sehstärke um 0,5 Dioptrien.

#### HILFSMITTEL

50% der Kassenleistung für Bruchbänder, Bandagen, Hörgeräte, Rollstühle etc., zusammen mit der BIG bis zu 80% der Gesamtkosten.

#### SCHUTZ IM AUSLAND

Kostenübernahme für ambulante und stationäre Behandlung, für schmerzstillende zahnmedizinische Versorgung und für den medizinisch notwendigen Rücktransport, auch im Flugzeug.

#### KRANKENHAUSBEHANDLUNG

Die Concordia übernimmt Ihre Zuzahlung von täglich 10 Euro (bis zu 28 Tagen).

#### ZAHNERSATZ

Bis zu 30% der Kosten der Regelversorgung, zu denen Vorleistungen der BIG erbracht wurden.

### TARIF AZ PLUS

(in Verbindung mit Tarif AZ)

#### HEILPRAKTIKER

80% der Kosten einer medizinisch notwendigen Behandlung durch Heilpraktiker einschließlich der dazugehörigen Medikamente bis zu einer Höchstgrenze von 500 Euro je Versicherungsjahr.

#### INLAYS

Bis zu 100% der Kosten, zu denen Vorleistungen der BIG erbracht wurden – bis zu 500 Euro je Versicherungsjahr.

#### HEILMITTELANWENDUNGEN

Übernahme der Zuzahlung z.B. Massagen, Bäder, Krankengymnastik, Rettungsfahrten und Transporte ins Krankenhaus; Erstattung der Verordnungsgebühr von 10 Euro pro Rezept; Übernahme eines Krankenhaustagegeldes von 25 Euro für die Unterbringung einer Begleitperson bei stationärer Behandlung eines versicherten Kindes bis zum 14. Lebensjahr.

Alle Infos zu den Tarifen und die zugrundeliegenden Tarifbedingungen finden Sie im Internet unter [www.big-direkt.de/concordia](http://www.big-direkt.de/concordia).

## IHRE MEINUNG IST GEFRAGT

Wenn in den nächsten Wochen das Telefon bei Ihnen klingelt und Sie nach Ihrer Meinung zur BIG befragt werden, hat das einen guten Grund: Wir möchten wissen, wie zufrieden Sie mit uns sind. Ein Meinungsforschungsinstitut befragt dafür in unserem Auftrag 800 zufällig ausgewählte Versicherte nach ihren Erfahrungen mit unseren Leistungen und unserem Service. Machen Sie mit – Ihre Meinung ist uns wichtig!

# KRANKENKASSE FÜR UNTERWEGS

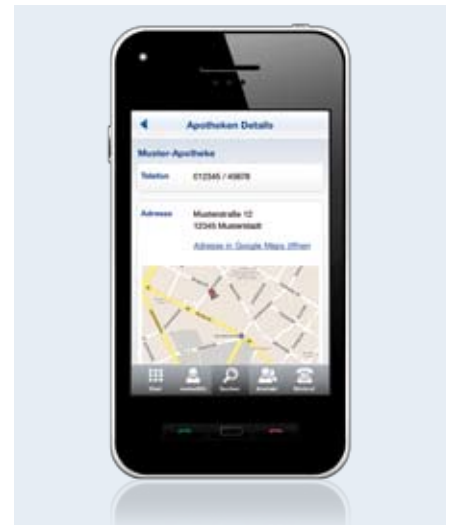
**M**it der BIG-App gibt es die BIG jetzt auch für unterwegs als mobile Geschäftsstelle. So sind wir mit unseren Diensten immer in Ihrer Nähe und passen garantiert in jede Tasche.

Als erste Direktkrankenkasse bauen wir unseren Service konsequent auch für Smartphones, iPad und iPod touch aus und starten die kostenlose BIG-App mit einem Paket aus Infos, Ratgebern und Services. Dabei soll es nicht bleiben: Die BIG-App wird kontinuierlich mit weiteren Services ergänzt.

## GESCHÜTZTE DATENÜBERTRAGUNG

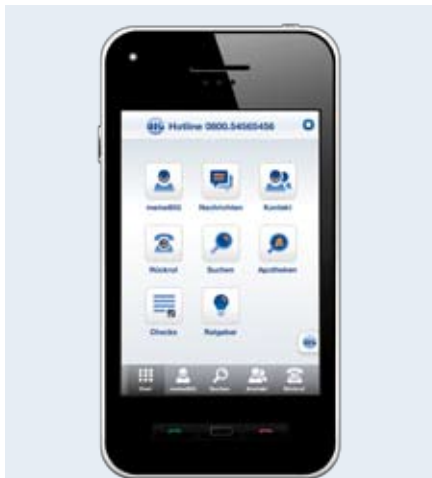
Auch den geschützten Servicebereich meineBIG, den Sie von unserer Website kennen, können Sie über die BIG-App nutzen. Ihre vertraulichen Informationen sind dabei genauso sicher wie auf der Website, da Sie sich auch bei der App mit Ihrer Krankenversicherungsnummer und Ihrem persönlichen Passwort anmelden.

Die BIG-App können Sie sich ganz einfach kostenlos über den iTunes Store, Android Market und [www.big-direkt.de](http://www.big-direkt.de) herunterladen.



## SUCHEN UND FINDEN AUCH UNTERWEGS

Über die BIG-App können Sie ganz bequem von unterwegs nach Apotheken oder Ärzten in Ihrer Nähe suchen.



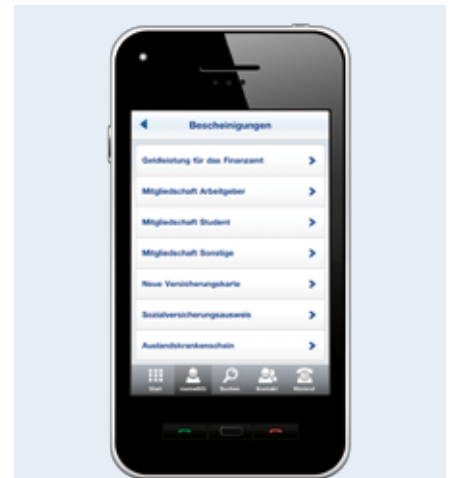
## DAS KANN DIE BIG-APP

- :: Für Mitglieder: geschützter Servicebereich meineBIG
- :: Nachrichten
- :: Direkter und sicherer Kontakt zur BIG: Rückrufservice
- :: Einfach nach Ärzten und Apotheken in Ihrer Nähe suchen
- :: Vorsorge-/Impfcheck
- :: Immer gut informiert über die Ratgeber-Themen



## meineBIG IN DER BIG-APP – AUCH UNTERWEGS ALLES IM GRIFF

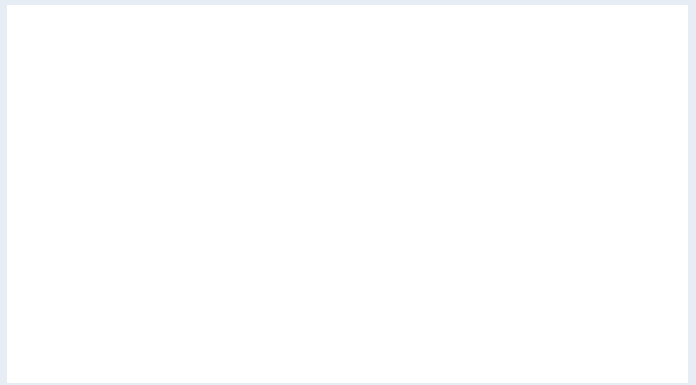
- Verwalten Sie Ihre persönlichen Daten und Anträge jetzt auch unterwegs. Zum Beispiel die Bankverbindung ändern, Ihr Passwort ändern – ganz bequem vom Smartphone aus:
- :: Persönliche Einstellung verwalten
  - :: Leistungsliste einsehen
  - :: Anträge checken
  - :: Bescheinigungen anfordern



## FORMULARE – DATEN VON UNTERWEGS AN DIE BIG ÜBERMITTELN

Sie können auch Bescheinigungen und den Bearbeitungsstatus Ihrer Anträge sehen – Ihre Geschäftsstelle der BIG hat immer geöffnet.

Die Daten werden direkt über verschlüsselte Datenwege an die BIG übertragen. Und in meineBIG auf der Website können Sie die Aktion unmittelbar nachvollziehen.



## BIG EMPFEHLEN UND PRÄMIE SICHERN!

Sind Sie zufrieden bei der BIG versichert und haben Freunde, Nachbarn oder Bekannte, die auch zufriedene BIG-Mitglieder werden möchten? Dann empfehlen Sie die BIG einfach weiter und sichern sich 20 Euro Prämie. Die Prämie wird automatisch ausgezahlt, sobald die Mitgliedschaft zustande gekommen ist. Alle Infos dazu: [www.big-direkt.de/kundenwerben](http://www.big-direkt.de/kundenwerben)

Sie können uns ab sofort auch über Facebook und Twitter kontaktieren.  
Besuchen Sie uns doch mal.

**facebook**

[www.facebook.com/big](http://www.facebook.com/big)

**twitter**

[www.twitter.com/big](http://www.twitter.com/big)

Kostenloser 24h-Direktservice  
0800.54565456

### IMPRESSUM

Herausgeber: **BIG direkt gesund**  
Postfach 100642  
44006 Dortmund  
Fon: 0231.5557-0  
Fax: 0231.5557-199

V.i.S.d.P.: Frank Neumann  
Redaktion: Sabine Pezely,  
Constanze Becker,  
Simone Urban  
Fotos: Shotshop



**direkt gesund**