

M E I N E
DAS MAGAZIN FÜR MITGLIEDER

SDK



MIT DEN AKTUELLEN
MITTEILUNGEN
JULI 2016

90 Jahre SDK

Von der Bauernkasse zum
Gesundheitsspezialisten

Doppelt hält besser!

Mehr Sicherheit durch
Zweitmeinungsservice

**Liebe Mitglieder der SDK,
verehrte Leserinnen und Leser,**

2016 ist für unsere SDK ein Jubiläumsjahr, denn die SDK feiert dieses Jahr ihren 90. Geburtstag. Seit neunzig Jahren kümmern wir uns um Ihre Gesundheit. Privat krankenversichert zu sein, bedeutet vor allem in der Vollversicherung zumeist eine lebenslange Partnerschaft. Solche Partner sucht man sich gut aus. Soviel vorweg: Sie haben mit der SDK sogar sehr gut gewählt.

Vor 90 Jahren startete die heutige SDK als freiwillige Krankenkasse für die Landwirtschaft in Württemberg und Hohenzollern. Damals kaum vorstellbar, entwickelte sie sich durch die Partnerschaft mit den genossenschaftlichen Banken in Süddeutschland zu einem der wichtigsten privaten Anbieter. Auf ihrem erfolgreichen Weg bis ins Jahr 2016 hat sich die SDK trotz eines permanenten Modernisierungsprozesses im Laufe der Jahre wichtige Tugenden stets bewahrt: die explizite Mitgliederorientierung, den sehr guten Service bei größtmöglicher Beitragsstabilität und die unternehmerische Unabhängigkeit bei gleichzeitiger partnerschaftlicher Einbindung in die genossenschaftliche FinanzGruppe.

Diesen Weg hat die SDK auch im zurückliegenden Jahr konsequent weiterbeschritten. Wir konnten eine Vielzahl an prozessualen Veränderungen im Innendienst auf den Weg bringen und haben uns auch in der Vertriebsorganisation mit unseren Außendienstpartnern neu aufgestellt. Bis Ende Juli werden Ihnen zehn neue Regionaldirektionen in Baden-Württemberg und Bayern die SDK noch ein Stück näherbringen. Alle gewohnten Wege der Kontaktaufnahme bleiben Ihnen natürlich trotzdem erhalten: Ihre Betreuer, Ihre genossenschaftliche Bank, unsere Landesdirektionen oder unsere Hauptverwaltung: persönlich, per Post, Telefon, Fax oder E-Mail.

Als Unternehmen richten wir unseren Blick in eine selbstständige Zukunft und werden unser Profil als Gesundheitsspezialist weiter schärfen. Es lohnt sich mehr



denn je, sich privat bei der SDK zu versichern. Nur mit einer privaten Krankenversicherung erhalten Sie vertraglich garantierte Leistungen, ob als Voll- oder Zusatzversicherung, für ambulante und stationäre Versorgung auf hohem Niveau, für Zahnbehandlung und Zahnersatz, für die ergänzende Absicherung des Pflegerisikos und vieles mehr. Damit das auch später bezahlbar bleibt, werden von Ihren Beiträgen Alterungsrückstellungen gebildet. Darüber hinaus bietet die SDK mehr und mehr Gesundheitsdienstleistungen, die Sie dabei unterstützen, Ihre eigene Gesundheitskompetenz zu stärken – ob als Privat- oder als Firmenkunde.

2015 war in wirtschaftlicher Hinsicht eines der besten Geschäftsjahre unserer Unternehmensgeschichte. Die SDK wurde wie in den Vorjahren als fairste private Krankenversicherung ausgezeichnet und bleibt deshalb auch in Zukunft genau der richtige Partner für Sie. Mehr auch zu diesem Thema lesen Sie in unserer neuen Ausgabe „Meine SDK“.

Ihr

Dr. Ralf Kantak



TITELTHEMA

- 04 **90 Jahre SDK**
Von der Bauernkasse zum Gesundheitsspezialisten

SERVICE

- 12 **Die Pflegestärkungsgesetze**
Endlich: Pflege wird individueller
- 14 **Doppelt hält besser**
Gut beraten mit Gesundheits-Dienstleistungen der SDK
- 16 **Noch mehr Kundennähe**
SDK vor Ort mit zehn Regionaldirektoren

GESUNDHEIT

- 18 **Wassermelone als Sommersnack**
Gesund und farbenfroh
- 20 **Ab in den Urlaub**
Ich packe meinen Koffer und nehme mit ...
- 22 **Aktiv im und auf dem Wasser**
Die erfrischende Alternative

UNTERNEHMEN

- 24 **Dankeschön**
Wahl zum fairsten privaten Krankenversicherer
- 26 **Betriebliche Krankenversicherung**
Mitarbeiter gewinnen und binden
- 28 **Erneut ein erfolgreiches Geschäftsjahr**
Finanzierung und Strategie
- 30 **Schwerkranke Kinder begleiten**
Die SDK-Stiftung hilft
- 32 **Eins ist sicher: Ihre Daten bei der SDK**
Kommunikation
- 33 **Rechtliche Informationen**

PDF statt Papier?

Sie möchten zukünftige Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift „Meine SDK“ auf digitalem Weg erhalten? Kein Problem! Nutzen Sie einfach folgende URL: sdk.de/pdf-statt-papier und geben Sie im Formular Ihre Daten ein.

Impressum

Die Ratschläge und Empfehlungen in dieser Zeitschrift wurden vom Herausgeber und den Autoren sorgfältig erwogen und geprüft. Dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung des Herausgebers oder der Autoren für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Auf die Inhalte einiger verlinkter Webseiten haben wir keinen Einfluss. Für die Richtigkeit der Inhalte ist immer der jeweilige Anbieter oder Betreiber verantwortlich, weshalb wir diesbezüglich keinerlei Gewähr übernehmen.

Herausgeber

Süddeutsche Krankenversicherung a.G.
Raiffeisenplatz 5, 70736 Fellbach
Telefon 0711 7372-7777
sdk@sdk.de
www.sdk.de
Vorstand: Dr. Ralf Kantak (Vorsitzender),
Timo Holland
Aufsichtsratsvorsitzender:
Prof. Dr. Urban Bacher

Redaktion

SDK, Fellbach
Zentrale Vertriebsunterstützung
Wohlgemuth & Company, Stuttgart

Gestaltung, Satz

Wohlgemuth & Company, Stuttgart

Bildnachweise

AdobeStock: S. 18, 22; Fotolia: S. 21;
iStockphoto: S. 4, 5, 10, 12, 27, 32/33;
Panthermedia: S. 8; shutterstock: S. 23;
Thinkstock: S. 4, 6, 9, 10, 14;
SDK: S. 2., 5, 7, 8, 9, 10, 16, 19, 29,
30, 31;

Von der Bauernkasse zum Gesundheitsspezialisten

90 Jahre SDK

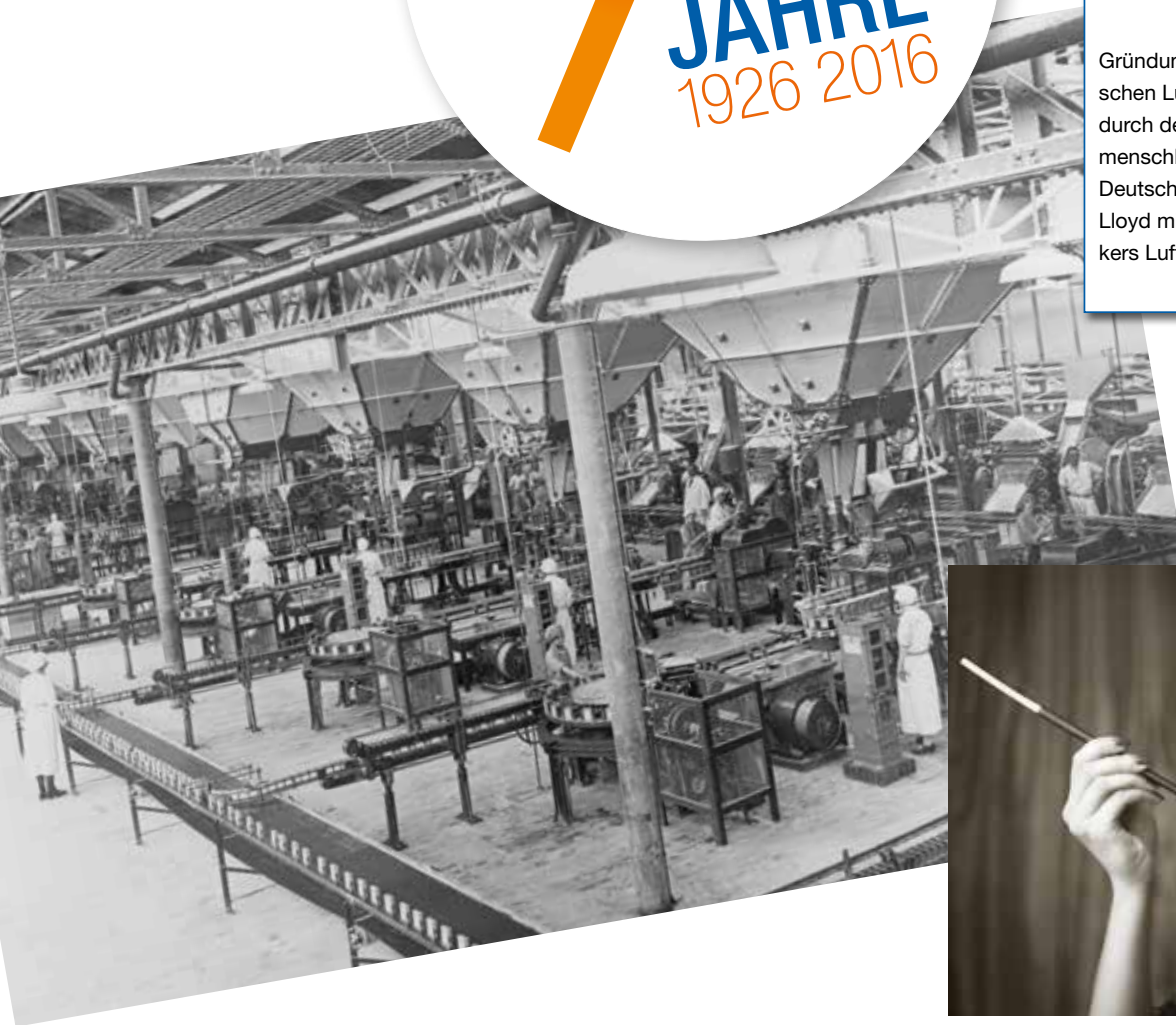
Lassen Sie uns eine Zeitreise unternehmen. Zurück in die Zwanziger Jahre. Die Aufbruchsstimmung in Deutschland ist allgegenwärtig. Die Währung hat sich stabilisiert, die Wirtschaft boomt. Man spricht von den „Goldenen Zwanzigern“. Der Alltag wird durch neue Technik zueh-

mend komfortabler. In der Industrie etablieren sich Automatisierung und das Fließband, in den Haushalten Elektrogeräte, von der Türklingel bis zum Radio. Auch Wissenschaft und Technik erleben eine Hochphase und machen ungeahnte Fortschritte. Es gibt internationale Anerkennung für die deutsche Wissenschaft.

90
JAHRE
1926 2016

4. Januar 1926

Gründung der Deutschen Lufthansa AG durch den Zusammenschluss des Deutschen Aero Lloyd mit der Junkers Luftverkehr AG



Im Jahr 1936 wird aus der Freiwilligen Krankenkasse des Landwirtschaftlichen Hauptverbandes Württemberg und Hohenzollern e. V. die Schwäbische Bauern-Krankenkasse, kurz SBK.

21. April 1926

Die amtierende Königin von England, Queen Elizabeth II., wird in Mayfair, City of Westminster, London, geboren.



Genau in diese Boom-Phase fällt das Gründungsdatum der Süddeutschen Krankenversicherung: Am 15. Januar 1926 gründet der Diplom-Landwirt Johannes Hummel die „Freiwillige Krankenkasse des Landwirtschaftlichen Hauptverbandes Württemberg und Hohenzollern e.V.“, die Vorgängerin der heutigen SDK.

1926: Die Geburtsstunde der heutigen SDK

Doch was war das Motiv von Johannes Hummel, der damals der Generalsekretär des Landwirtschaftlichen Hauptverbandes Württemberg und Hohenzollern war? Er wollte einen Weg finden, um auch die überwiegend arme Landbevölkerung am medizinischen Fortschritt teilhaben zu lassen. Sein Ziel: die finanzielle Absicherung im Krankheitsfall durch eine auf die Landbevölkerung zugeschnittene und preiswerte Versicherung.

Denn die Landwirte waren in den 20er Jahren des vergangenen Jahrhunderts von den sozialen Sicherungssystemen ausgeschlossen. Nach der Inflation hatten sie kaum Geld für die immer teurer und besser werdenden medizinischen Behandlungen. Gleichzeitig war der Erhalt der Arbeitskraft für sie enorm wichtig.

Und so gründete Johannes Hummel eine Versicherung, obwohl er fast keine Erfahrung in diesem Geschäftsfeld

hatte. Als ein „recht mutiges Wagnis“ wird dieses Vorgehen in einem Rückblick anlässlich des 25-jährigen Jubiläums 1951 beschrieben. Die SDK war zunächst nur eine Abteilung im Berufsverband der Landwirte. Erst zehn Jahre später löste sie sich vom Verband und trat als „Schwäbische Bauernkrankenkasse“ selbstständig auf.

Geschäftsbericht für das Jahr 1937

der



**Schwäbischen
Bauern-Krankenkasse** v. v. a. G.
Stuttgart N, Jägerstraße 37

8. Mai 1926

Die Große Ausstellung Düsseldorf 1926 für Gesundheitspflege, soziale Fürsorge und Leibesübungen (GeSoLei) – war mit 7,5 Millionen Besuchern und 400.000 m² die größte Messe der Weimarer Republik.



Im Gegensatz zu der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg stand damals aber nicht die Heilung von Krankheiten im Fokus, sondern vielmehr deren Vermeidung. Also genau der Gedanke des „Gesundbleibens“, der auch heute wieder stark im Fokus der der SDK steht. Mit Hilfe der so genannten „öffentlichen Gesundheitspflege“ hatte sich z.B. die Hygiene stark verbessert, wodurch sich die Verbreitung von Infektionskrankheiten verringerte. Die bahnbrechende Entdeckung des Penicillins durch Alexander Flemming folgte im Jahr 1928. So wie es heute einen Trend zu mehr Bewegung und der körperlichen Ertüchtigung gibt, förderte der Staat damals die sogenannte Volksgesundheit. Ein Begriff, der später von den Nationalsozialisten missbraucht wurde.

Herausforderungen und Veränderungen in der Gründerzeit

Die Landwirte standen der neuen Versicherung jedoch skeptisch gegenüber und nahmen das Angebot nur sehr zögernd an. Es hatte deshalb zuerst den Anschein, als ob das Unternehmen von Johannes Hummel früh scheitern würde. Aber die Gründungsväter waren überzeugt von ihrer Idee und standen die schwierige Startphase

durch. Bis 1930 traten durch intensive Beratungsarbeit 30.000 Mitglieder in die Freiwillige Krankenkasse ein. Und das, obwohl mit der 1929 beginnenden Weltwirtschaftskrise die wirtschaftliche Situation wieder einmal schwierig war. 1936 löste sich die „Freiwillige Krankenkasse“ vom Hauptverband und firmierte von da an als „Schwäbische Bauernkrankenkasse V.V.a.G“, kurz SBK.

Doppelter Neustart bei Null: Die Kriegsjahre und die Einführung der Pflichtversicherung für Landwirte

Eine schwierige „Stunde Null“ musste die SBK im Zweiten Weltkrieg durchleben. Als 1944 Bomben auf Stuttgart fallen, bleibt auch das Gebäude in der Urbanstraße nicht verschont. Sämtliche Akten und Versicherungsunterlagen verbrennen. Für kurze Zeit wurde der Firmensitz nach Göppingen verlegt, wo Gottlob Muschler 1946 mit dem Wiederaufbau begann. Mit Erfolg: Ende 1947 sind bereits wieder 37 Angestellte für die SBK tätig. Nach einer Übergangszeit in einer Baracke in der Urbanstraße werden die neuen Räume in der Hölderlinstraße bezogen.



9. Mai 1926

Zwei amerikanische Piloten überfliegen mit einer dreimotorigen Fokker als erste den Nordpol. Dem norwegischen Forscher Roald Amundsen (1872-1928) und dem italienischen General Umberto Nobile (1885-1978) gelingt drei Tage später der Überflug im Luftschiff „Norge“.





Im Jahr 1982 befinden sich die Geschäftsräume der SBK in der Werastraße 21 und 23 in Stuttgart und bieten Platz für 161 Mitarbeiter.

Die nächste große Herausforderung ist 1972 die Pflichtversicherung der Landwirte. Die SDK verliert auf einen Schlag drei Viertel ihrer Vollversicherten. Trotzdem überlebt sie als einzige Versicherung mit großem bäuerlichen Bestand selbstständig. Vor allem dank neuer Strategien zur Vertriebspartnerschaft mit den württembergischen Volks- und Raiffeisenbanken und der schon vorab erfolgten Öffnung für alle Berufsgruppen.

1977 wird die Kooperation mit den Volksbanken weiter verstärkt und die Kooperation mit der R+V Versicherungsgruppe beschlossen. Deren Mitarbeiter vermitteln Krankenversicherungen der SBK in Württemberg, Baden, Pfalz und Bayern. Und sie können sich schon kurze Zeit später über einen echten Verkaufsschlager freuen. 1980 werden der Mut und die Innovationskraft der SBK



Ein Bild aus den Kriegsjahren: Nur durch die tatkräftige Unterstützung ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen kann der drohende Zusammenbruch vermieden werden. Denn Kriegsdienstleistende sind von der Beitragspflicht befreit. Gleichzeitig steigen jedoch die Behandlungskosten durch zurückkehrende Kriegsversehrte.

Für Ihre Auslandsreise brauchen Sie mehr...

Eine Krankenversicherung für nur 5,- läßt Sie sorglos reisen.

Dieser Zusatz-Tarif, den wir im Mai 1980 auf den Markt gebracht haben, hatte eine außergewöhnlich große Nachfrage: 40 000 Personen reisten bereits in den Sommermonaten 1980 mit diesem 5-Mark-Schutz in das Ausland.

belohnt: Die neue Auslandsreisekrankenversicherung trifft exakt die Bedürfnisse der reiselustigen Deutschen. Das Ergebnis: Über 40.000 Abschlüsse bereits in den ersten Monaten. Das Jahr entwickelt sich zu einem der erfolgreichsten der Unternehmensgeschichte: Selbst ohne die Auslandsreisekrankenversicherung verbucht die SBK 50% mehr Neukundengeschäft als im Vorjahr!



Die große Attraktion auf dem Cannstatter Wasen 1965: Die Kleinbahn der SBK.

13. Juni 1926

Mit einem 4:1-Sieg über Hertha BSC Berlin wird die SpVgg Fürth Deutscher Fußballmeister.



Der spätere Vorstandsvorsitzende Kurt Traub vor dem Messestand der SBK auf dem Landwirtschaftlichen Hauptfest 1963.

Ins Jahr 1982 geht die SBK mit neuem Namen. Aus der Schwäbischen Bauernkrankenkasse wird die „Süddeutsche Krankenversicherung a. G.“ – Ihre SDK.

90er Jahre: Boomjahre für private Krankenversicherungen

Die Gesundheitsreform zur Entlastung der gesetzlichen Krankenkassen im Jahr 1989 bedeutet für gesetzlich Versicherte eine höhere Eigenbeteiligung und weniger Leistungen. Viele Menschen wechseln deshalb zu den „Privaten“. Auch die SDK kann sich über hohe Zuwachszahlen freuen – und macht sich bereit für die Zukunft. Ende 1994 werden nach 27 Monaten Bauzeit die neuen Räume in Fellbach bezogen. Zudem wird der bisherige Slogan „Sicherheit bei Krankheit“ abgelöst von „Wir wünschen Gesundheit“. Doch das ist nicht alles. Es wird ein neues Werbekonzept entwickelt, das optisch näher an das Erscheinungsbild der Volksbanken Raiffeisenbanken rückt.

Mit Bestnoten ins neue Jahrtausend

In das neue Jahrtausend startet die SDK mit dem Rückenwind der hervorragenden Beurteilung der renommierten Kölner Rating-Agentur Assekurata: Als erste private Krankenversicherung überhaupt erhält sie das höchste Prädikat „exzellent“. Eine Leistung, die in den folgenden Jahren kontinuierlich bestätigt werden kann. Seit 1999 wurde die SDK von Assekurata ununterbrochen in die höchste Ratingkategorie eingestuft.

Doch nicht nur die Experten der Rating-Agenturen verteilen Bestnoten an die SDK. In diesem Jahr zeichnet Focus Money die SDK als fairste Private Krankenversicherung aus – zum fünften Mal in Folge. Laut dem Sender n-tv ist die Süddeutsche Krankenversicherung die fairste Private Krankenversicherung in Deutschland.

Nach der Aufnahme der Unfallversicherung und der Firmierung als „Süddeutsche Allgemeine Versicherung a.G.“ im Jahr 2004 erfolgt ein Jahr später nicht nur der einheitliche Auftritt aller drei Unternehmen als „SDK Kranken Leben Allgemeine“, sondern auch die Einführung des neuen Logos, das bis heute Bestand hat.

Zwei Jahre später wird die SDK-Stiftung gegründet. Sie kümmert sich um das, worauf es im Leben am meisten ankommt: Gesundheit. Egal ob Forschungs- oder soziale Projekte – die SDK-Stiftung möchte etwas bewegen. Sie unterstützt und fördert Projekte aus den Bereichen Wissenschaft, Umweltschutz und Gesundheitswesen, Kunst und Kultur sowie Bildung und Erziehung.



16. Juni 1926

Eine Volkszählung ergibt, dass rund 62 Millionen Einwohner in Deutschland leben, davon 32,2 Millionen Frauen und 30,2 Millionen Männer.



Ende der 90er Jahre schließen mehr als eine Million Menschen jährlich eine Auslandsreisekrankenversicherung der SDK ab. Seit 2001 auch als Familienpolice.

28. Juni 1926

Die Daimler-Motoren-
gesellschaft Stuttgart-
Berlin und die Benz
& Cie. Rheinische
Gasmotorenfabrik
Mannheim fusionieren
zur Daimler-Benz AG.



Das Gesundheits- und Vorsorge-Konzept für Unternehmen der SDK umfasst viele Bausteine. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement der gesundwerker ist ein wichtiger Teil davon. Das Tochterunternehmen der SDK wird 2013 gegründet.

Der jüngste Meilenstein in der Geschichte der SDK ist die Gründung der gesundwerker eG als eingetragene Genossenschaft im Jahr 2013. Ihr Spezialgebiet: "Betriebliches Gesundheitsmanagement", oder kurz: BGM. So sorgen wir dafür, dass alle Mitarbeiter eines Unternehmens fit und gesund bleiben. Denn gute Arbeit beginnt mit Gesundheit.

Unsere Vision – damals und heute

Wir von der SDK verfolgen eine Vision. Daran hat sich seit 1926 nichts geändert. Unser Ziel für die Zukunft ist klar: Wir möchten bis 2020 der führende Gesundheitsspezialist im privaten Krankenversicherungsmarkt sein. Wir werden unseren Kunden einen noch größeren Mehrwert für die Gesundheit und die beste Gesundheitsabsicherung im Krankheitsfall bieten. Denn dadurch unterscheiden wir uns bereits jetzt von den Wettbewerbern.



1. Oktober 1926

In Berlin werden an mehreren Kreuzungen die ersten Verkehrsampeln in Betrieb genommen.



Von Anfang an hat die SDK die gesundheitliche Vorsorge als ihre Aufgabe verstanden. Dazu gehörten nicht nur Anleitungen für die Landwirte zum Verhalten bei Krankheit, sondern auch der langjährige Slogan „Wir wünschen Gesundheit“. Er zeigt, wofür die SDK seit 90 Jahren steht. Der Weg zum Gesundheitsspezialisten wurde bereits damals vorgezeichnet. Wir konzentrieren uns natürlich auch in Zukunft weiterhin auf unsere Kernkompetenz: Sehr guter Versicherungsschutz zu stabilen Beiträgen.

Gesund bleiben und gesund werden

Aber die Prävention, die es in Deutschland schon in den 20er Jahren gab, wird stärker in den Fokus rücken. „Gesund bleiben und gesund werden“, das ist unser Leitmotiv. Wir werden mehr für unsere Mitglieder tun als entstandene Arztrechnungen zu begleichen. Nicht nur mit smarten Versicherungslösungen, sondern auch mit Dienstleistungen, wie z.B. den Zweitmeinungsverfahren oder dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement der gesundwerker eG.

Stabile Beiträge, eine große Versichertengemeinschaft, nachhaltige Annahmepolitik, flexible Tarife für alle Lebensphasen und unkomplizierte Tarifwechsel: Wir haben schon immer Wert auf lückenlosen Versicherungsschutz gelegt. Unsere Mission ist es, die Gesundheit unserer Mitglieder in allen Lebenssituationen abzusichern. Das bedeutet auch, Lücken zu schließen, die der Staat beispielsweise bei Krankentagegeld, Berufsunfähigkeit und Pflege entstehen lässt.

Bereits die Gründung der SDK erfolgte mit der Vorgabe „Hilfe zur Selbsthilfe“. Denn Subsidiarität ist das Wesensmerkmal der privaten Krankenversicherungen. Auch mit unseren Gesundheitsdienstleistungen möchten wir Hilfe zur Selbsthilfe leisten und unsere Mitglieder darin stärken, sich als selbstbestimmte Patienten in der Gesundheitswelt zurecht zu finden. Das ist Teil unserer Vision der SDK als Gesundheitsspezialist. ■

Geschichte des Markenauftritts der SDK



Mit der Loslösung vom Landwirtschaftlichen Hauptverband Württemberg und Hohenzollern erhält die „Schwäbische Bauernkrankenkasse V.V.a.G.“ ihr erstes Logo.



Ende der 70er Jahre erfolgt eine neutrale Überarbeitung des Logos: Die Frakturschrift verschwindet, Bögen ersetzen den zwischenzeitlich verwendeten Ährenschnuck.



1982 wird aus der SBK die SDK. Das Logo erfährt deshalb die nötige Auffrischung und wird zukünftig im Blauton der Volksbanken Raiffeisenbanken eingesetzt.



Nach der stetigen Evolution des Logos in den vergangenen Jahrzehnten ist das Markenzeichen, das im Jahr 2002 vorgestellt wird, eine Revolution. Die „Waben“ weichen zugunsten der „Kreisbogenelemente“ und erstmals findet die Farbe Orange Berücksichtigung, um die Nähe zu den Volksbanken Raiffeisenbanken auch optisch zu unterstreichen.

Die Pflegestärkungsgesetze

Endlich: Pflege wird individueller



Mit den Pflegestärkungsgesetzen (PSG I und II) packt der Gesetzgeber die größte Reform der Pflegeversicherung seit ihrer Einführung vor mehr als 20 Jahren an! Was ändert sich in der Pflege?

Seit der Einführung des Pflegestärkungsgesetzes I im Januar 2015 wurden die Leistungen für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen spürbar ausgeweitet. Die zweite Stufe der Reform mit einem neuen Begutachtungsverfahren und der Umstellung von Pflegestufen auf Pflegegrade wird zum 1. Januar 2017 wirksam. Worum geht es konkret?

Eine neue Definition von Pflegebedürftigkeit

Mit Wirksamwerden des PSG II wird der Begriff der Pflegebedürftigkeit grundsätzlich neu definiert. War die zentrale Frage bisher: „Was wird an Pflege benötigt?“ so lautet sie nun: „Wie selbstständig ist die pflegebedürftige Person?“ Die Leistungen werden dadurch individueller und flexibler.

Dieser Schritt ist auch dringend notwendig, denn bislang bezog sich die Pflegebedürftigkeit vor allem auf körperliche Beeinträchtigungen. Pflegebedürftige Menschen mit kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen wurden benachteiligt. Doch die Zahl der Demenzkranken steigt rapide. Bereits jetzt sind 1,5 Millionen Menschen in Deutschland an Demenz erkrankt. 2050 sollen es doppelt so viele sein. Die Betroffenen sind häufig zwar körperlich nur minimal eingeschränkt, sind im Alltag aber dennoch auf Hilfe angewiesen. Durch die neue Definition des Pflegebegriffs können erstmals alle für das Leben eines Pflegebedürftigen relevanten Beeinträchtigungen berücksichtigt werden.

Viel besser, aber noch lange nicht gut

Die Pflegestärkungsgesetze sind ein wichtiger Schritt zur Unterstützung von Betroffenen und Angehörigen. Doch es gilt weiterhin: Im Pflegefall übernimmt die Pflegepflichtversicherung nur einen Teil der entstehenden Kosten. Der große Rest ist vom Pflegebedürftigen selbst zu zahlen. Die Lücke wird also weiterhin groß sein. Reicht die Rente nicht aus, kann das Vermögen zur Deckung der Kosten

herangezogen werden. Nicht selten müssen Ehepartner oder Kinder für einen Teil der Kosten aufkommen. Eine Pflegezusatzversicherung ist deshalb nach wie vor sehr wichtig.

SDK-Versicherte können der Pflegereform gelassen entgegen sehen

Die SDK wird die Versicherungsbedingungen für ihre Pflegeergänzungstarife den neuen Gegebenheiten anpassen. Wer bereits Leistungen für den Pflegefall von der SDK bezieht, für den gelten einfache Übergangsregeln. Für alle Versicherten gilt: Wir stellen den vorhandenen Vertrag auf die neuen gesetzlichen Regelungen um und werden jeden Kunden rechtzeitig informieren, was das ganz konkret für den jeweiligen persönlichen Versicherungsschutz bedeutet.

Grundsätzlich gilt: Durch die Umstellung drohen unseren Kunden keinerlei Nachteile. Niemand wird schlechter gestellt. Es ist keine erneute Begutachtung und keine neue Beantragung von Leistungen notwendig, wenn bereits Leistungen aus der Pflegeversicherung bezogen werden.

Warten lohnt sich nicht

Falls Sie noch keine Pflegezusatzversicherung abgeschlossen haben, sollten Sie nicht warten, bis die zweite Stufe der Pflegereform wirksam wird. Sonst verzichten Sie auf wichtige Vorteile:

- Niedrigeres Eintrittsalter und damit günstigere Beiträge bei garantierten Leistungen
- Sofortiger Versicherungsschutz und Sicherheit. Niemand kann wissen, was bis 2017 mit ihm gesundheitlich passiert
- Umstellungsgarantie auf Anpassung an neue gesetzliche Bestimmungen, ohne erneute Gesundheitsprüfung. ■

Was Sie wissen sollten

1. Alle SDK-Pflegetarife werden zum 01.01.2017 an die gesetzlichen Regelungen angepasst.
2. Wir informieren Sie im November, was das konkret für den eigenen Versicherungsschutz bedeutet und wie der persönliche Vertrag umgestellt wird.
3. Wenn Sie bereits Leistungen aus der Pflegeversicherung von der SDK erhalten, werden Sie automatisch per Gesetz umgestellt und erhalten die Leistungen mindestens im gleichen Umfang – die allermeisten erhalten sogar mehr. Niemand muss einen neuen Antrag auf Begutachtung stellen oder eine neue Begutachtung durchführen lassen. So wird unnötiger zusätzlicher Aufwand vermieden.
4. Wer glaubt, er müsse jetzt möglicherweise mit dem Abschluss oder einer Erhöhung des Versicherungsschutzes warten, bis die Bedingungen umgestellt sind, der verschenkt viele Vorteile. Warten lohnt sich also nicht.



Haben Sie Fragen?

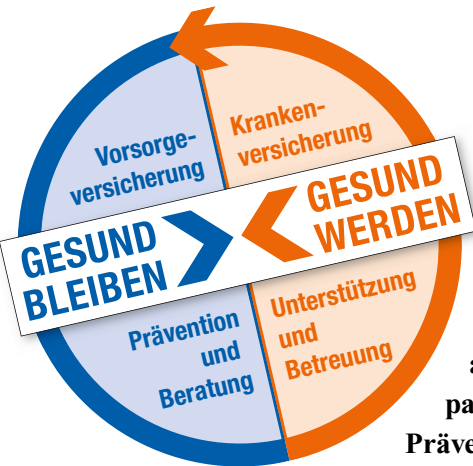
... zu Ihrem Vertrag: Tel. 0711 7372-7111

... zu den Leistungen Ihrer Pflegeversicherung:
Tel. 0711 7372-7144

... oder möchten Sie wissen, wie Sie jetzt dafür sorgen können, dass Sie Ihr Leben im Alter entspannt genießen können: Tel. 0711 7372-7140.

Gut beraten mit den Gesundheits-Dienstleistungen der SDK

Doppelt hält besser



Wir möchten Ihr Gesundheitspezialist werden und bieten Ihnen deshalb nicht nur individuelle Versicherungslösungen an. Unser Gesundheitspaket umfasst mehr: Mit Prävention und Vorsorgeleistungen helfen wir Ihnen dabei,

gesund zu bleiben sowie mit Beratung und Betreuung im Krankheitsfall wieder gesund zu werden. Als Mitglied der SDK sichern Sie sich somit neben einer hochwertigen Absicherung auch Gesundheitsdienstleistungen – für Ihr Wohlbefinden und mehr Lebensqualität!

Mehr Sicherheit durch Zweitmeinungsservice

Wir unterstützen Sie mit Zweitmeinungen für unterschiedlichste Diagnosen und Bedürfnisse. Angefangen bei der allgemeinen medizinischen Auskunft und der allgemeinen ärztlichen Zweitmeinung durch das **SDK-Gesundheitstelefon** (Tel. 0711-99522-007 für unsere Krankenvoll- und AKTIV55plus-Versicherten) erstreckt sich unser Leistungsspektrum bis hin zur Beratung durch ausgewiesene ärztliche Fachexperten bei geplanten Operationen.

Viele Patienten in Deutschland wollen vor einer geplanten Operation wissen, ob diese wirklich notwendig ist. Das zeigt eine aktuelle Forsa-Umfrage im Ärzteblatt*. Generell wird zu schnell zum Messer gegriffen, obwohl es viele Krankheitsbilder gibt, bei denen ein operativer Eingriff nicht unbedingt erforderlich ist.

Unser Ziel ist es, dass Patienten in diesem komplexen, sich rasch weiterentwickelnden Gebiet der Medizin eine klare Behandlungsstrategie vorgeschlagen wird.



Gute Gründe für den Zweitmeinungsservice

- **Sicherheit durch Expertenrat:** Die Zweitmeinung eines weiteren Experten ermöglicht Ihnen eine für Sie optimale Behandlung auf neuestem Stand der Wissenschaft.
- **Optimale Therapie:** Dank des Zweitmeinungsverfahrens entfallen langwierige Suchprozesse unter Einbeziehung mehrerer Ärzte, um eine angemessene Therapie zu finden. Eine Fehlversorgung ist damit ausgeschlossen.

Zweitmeinungsgutachten für folgende Fachgebiete:

Orthopädie:

Knie
Hüfte
Schulter
Hand
Fuß

Frauenheilkunde & Geburtshilfe:

Erkrankungen der Brust
Erkrankungen des weiblichen Genitaltrakts
Urogynäkologie

Allgemein- und Viszeralchirurgie

Augenheilkunde

Endokrinologie (Hormon- und Stoffwechselerkrankungen)

HNO

Kinderchirurgie

Onkologie

Dermatologie

Herz-Kreislauf-System (Kardiologie)

Urologie:

Prostata
Blase
Niere
Gastroenterologie

Wer kann die Gesundheits-Dienstleistung in Anspruch nehmen?

Diese Gesundheits-Dienstleistungen können alle bei der SDK versicherten Beihilfempfänger (Beamte) und Krankenvollversicherte (FLEXOprivat) in Anspruch nehmen.

NEU: Wir haben diesen Service auch auf alle Krankenhauszusatzversicherten (KLINIKprivat, SG-Tarife) ausgeweitet!

Diese Gesundheits-Dienstleistungen können alle bei der SDK versicherten Beihilfempfänger (Beamte) und Krankenvollversicherte (FLEXOprivat) in Anspruch nehmen.

Persönlicher Zweitmeinungsservice bei anstehender Wirbelsäulen-Operation

Mit dem Zweitmeinungsverfahren können unnötige Operationen an der Wirbelsäule vermieden werden. In 80 Prozent der Fälle kann z.B. ein direkter Umstieg in eine nicht-operative spezialisierte Rückentherapie erfolgen. Mit unserem Zweitmeinungs-

service erhalten Sie auch kurzfristig einen Termin bei einem Rückenspezialisten vor Ort. Allen Mitgliedern der SDK mit einer Vollversicherung oder einer Krankenhaus-Zusatzversicherung (KLINIKprivat, SG-Tarife) werden die Leistungen erstattet.

Eine Zweitmeinung ist grundsätzlich für alle Patienten ratsam, die sich unsicher über die Notwendigkeit eines operativen Eingriffes sind. Besonders Patienten, die alle Behandlungsmöglichkeiten in Betracht ziehen wollen und großen Wert auf die Einschätzung besonders renommierter sowie unabhängiger Experten legen, sollten davon Gebrauch machen.

Aber auch nach einem Krankenhausaufenthalt lassen wir Sie nicht alleine: So unterstützen wir zum Beispiel bereits seit 2015 über 150 SDK-Mitglieder erfolgreich mit unserem **Betreuungsprogramm Cardigil bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen.** ■

Diese und viele weitere Informationen zu unseren Gesundheits-Dienstleistungen finden Sie auch auf sdk.de/gesundheitsdienstleistungen
Oder rufen Sie uns an: 0711 7372-4543.

SDK vor Ort mit zehn neuen Regionaldirektionen

Noch mehr Kundennähe



Die neue Führungsstruktur und -mannschaft auf einen Blick: Andreas Henger, Tino Krahrmer, Erich Philipp, Aldo Borie, Susanne Bielmeier, Ralf Haller (Leiter Ausschließkeitsvertrieb/Organisationsdirektor), Dieter Warth, Andreas Löffler, Jens Mühling, Karl Hirsche, Lukas Dragowski (von links).

Die Eröffnung von zehn neu gegründeten Regionaldirektionen (RD) schließt einen Prozess ab, mit dem die SDK ihrem Vertrieb über eigene Außendienstpartner und damit auch ihrem Kundenservice vor Ort eine neue Struktur gibt. Bis Ende Juli werden unsere neuen Regionaldirektionen in Süddeutschland an den Standorten Stuttgart, Heilbronn, Ehingen, Balingen, Karlsruhe, Freiburg, Augsburg, Coburg, Plattling und Bad Aibling eröffnet sein.

Die SDK kommt in Ihre Region

In Süddeutschland bieten wir Ihnen künftig über zehn Standorte verteilt mit unseren Regionaldirektionen neue Anlaufstellen in Ihrer Region. Damit stärken wir unsere anerkannt hohe Servicequalität und bringen noch deutlicher zum Ausdruck, wie wichtig uns als Gesundheitspezialist das Thema Kundenorientierung ist. Mit dieser modernen, zukunftsorientierten Vertriebs-

struktur reagiert die SDK zielgerichtet auf die regionalen und überregionalen Bedürfnisse des Unternehmens selbst und ihrer Mitglieder vor Ort. Ziel ist es, mit der neuen Struktur vor allem den Anforderungen an umfassende und faire Kundenberatung sowie Kundennähe noch stärker als bisher gerecht zu werden.

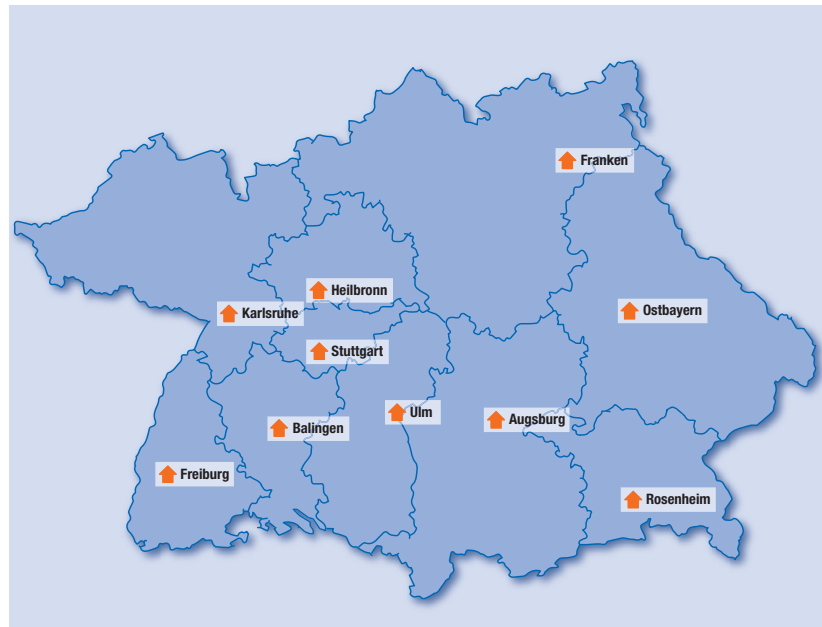
Regionaldirektionen als zusätzliches Angebot

Bei der Auswahl der Standorte waren regionale, aber auch wirtschaftliche Kriterien maßgebend zu berücksichtigen. Alle neuen Regionaldirektionen sind gut erreichbar und erfüllen unsere Anforderungen.

Jeder der zehn Standorte wird von einem Regionaldirektor/einer Regionaldirektorin mit jahrelanger Erfahrung im Bereich der Gesundheitsvorsorge geleitet. Für die Administration der Standorte wurden neue Arbeitsplätze geschaffen.

Die neuen Räumlichkeiten sind Anlaufstelle und neues Arbeitsumfeld für unsere Außendienstpartner und bieten genügend Raum für Schulungsveranstaltungen und den Gedanken- und Erfahrungsaustausch untereinander sowie auch für Beratungsgespräche. Am Ende sollen Sie, unsere Mitglieder, von der Struktur und dem neuen Arbeitsumfeld für unsere Außendienstpartner profitieren.

Selbstverständlich steht Ihnen unser Service unverändert auch in Zukunft direkt über unsere Außendienstpartner, über unsere Hauptverwaltung in Fellbach bzw. unsere Landesdirektionen in Augsburg und Freiburg oder über viele Volksbanken Raiffeisenbanken in Süddeutschland zur Verfügung. ■



Die 10 Regionaldirektionen im Überblick

1. Regionaldirektion Stuttgart

Leiter der Direktion: Herr Erich Philipp
Raiffeisenplatz 4, 70736 Fellbach

2. Regionaldirektion Augsburg

Leiter der Direktion: Herr Andreas Henger
Benzstraße 16, 86356 Neusäß

3. Regionaldirektion Ulm

Leiter der Direktion: Herr Karl Hirschle
Talstraße 14, 89584 Ehingen

4. Regionaldirektion Heilbronn

Leiter der Direktion: Herr Jens Mühling
Edisonstraße 3, 74076 Heilbronn

5. Regionaldirektion Ostbayern

Leiterin der Direktion: Frau Susanne Bielmeier
Preysingplatz 12, 94447 Plattling

6. Regionaldirektion Balingen

Leiter der Direktion: Herr Andreas Löffler
Friedrichstraße 4 (1.OG), 72336 Balingen

7. Regionaldirektion Franken

Leiter der Direktion: Herr Tino Krahmer
Mohrenstraße 7 A, 96450 Coburg

8. Regionaldirektion Freiburg

Leiter der Direktion: Herr Dieter Warth
Rehlingstraße 13, 79100 Freiburg

9. Regionaldirektion Karlsruhe

Leiter der Direktion: Herr Aldo Borie
Striederstraße 25, 76131 Karlsruhe

10. Regionaldirektion Rosenheim

Leiter der Direktion: Herr Lukas Dragowski
Friedrich-Wilhelm-Raiffeisenstraße 1
83043 Bad Aibling

Gesund und farbenfroh:

Wassermelone als Sommersnack



Der Sommer ist da und wenn man nicht gerade im Urlaub ist, kann einem die Hitze schon zu schaffen machen. Gerade im Arbeitsalltag ist es wichtig, in dieser Zeit ausreichend Wasser zu trinken. Am besten, Sie stellen sich eine Flasche Wasser direkt auf Ihren Schreibtisch, damit Sie es nicht vergessen. Wem nur Wasser auf die Dauer zu fad wird, kann auch zu ungesüßtem Tee greifen. Einfach am Tag vorher kochen, über Nacht in den Kühlschrank stellen und am nächsten Morgen mitnehmen. Das Essen sollten Sie natürlich auch bei wenig Appetit nicht ausfallen lassen, denn Sie brauchen diese Energie für Ihren Arbeitsalltag. Fettreiche Speisen sollten Sie jedoch meiden. Nehmen Sie lieber leichte Gerichte zu sich, die Ihren Körper nicht unnötig belasten. Frisches Obst eignet sich hervorragend als kleiner Zwischensnack – besonders Wassermelonen. Denn Melonen haben im Sommer nicht nur Saison, sie sind auch noch gesund und lecker.

Warum die rote, süße, saftige und leckere Frucht so gesund ist

Wassermelonen sind ein süßer Genuss – und dennoch gesund. Sie schmecken zwar lecker wie ein Bonbon, enthalten aber nur wenig Zucker. So sind sie ein idealer, leichter Snack und Durstlöcher im Sommer. Darauf weist auch der Verbraucherinformationsdienst aid hin. 100 Gramm reife Wassermelonen liefern lediglich 40 Kilokalorien – was vor allem am hohen Wassergehalt des Fruchtgemüses liegt. Außerdem steckt in dem roten und sehr saftigen Fruchtfleisch reichlich Kalium, was einen leicht entwässernden Effekt hat. Ebenfalls enthalten: Beta-Carotin, ein Stoff, der gut für Haut und Augen ist.

Wassermelone wird in der Sonne gekühlt

Melonen gehören zur Familie der Kürbisgewächse und sind mit Gurken und Zucchini verwandt. Das Frucht-



fleisch der Wassermelone hat einen mildsüßlichen Geschmack und ist von zahlreichen essbaren Kernen durchsetzt. Legt man die aufgeschnittene Wassermelone in die Sonne, passiert erstaunliches: Die Frucht wird nach dem Prinzip der Verdunstungskälte angenehm und schnell gekühlt.

Reife Melonen erkennt man am Klang

Mit einem weiteren Trick lässt sich beim Einkauf der Reifegrad feststellen: Eine reife Wassermelone klingt tief und dumpf, wenn man mit dem Fingerknöchel gegen die Schale klopft. Bei unreifen Exemplaren ist der Ton hohl und leise. Melonen sollten nicht zu lange im Kühlschrank lagern, da sie sonst an Geschmack verlieren und die Aromen anderer Lebensmittel annehmen. Zum Schutz vor Infektionen sollten vor allem vorgeschchnittene Melonen rasch verzehrt oder gekühlt werden. ■

Quelle: Gesundheitsportal Onmeda.de

Ernährungs-Tipp von den gesundwerkern

Das Tochterunternehmen der SDK für betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) hat zwei Empfehlungen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung:

1. Beachten Sie die tägliche Verteilung der Nährstoffe Eiweiß, Kohlenhydrate und Fett. In einem prozentualen Verhältnis von 20:50:30 liefern Ihnen die Nährstoffe die Energie, die Sie im Berufsalltag benötigen.
2. Achten Sie darauf, zu welcher Tageszeit Sie welche Nährstoffe zu sich nehmen. Abgestimmt auf Ihren Biorhythmus sollten Ihnen tagsüber v.a. Kohlenhydrate die Energie liefern, die Sie für Ihre Konzentrations- und Leistungsfähigkeit benötigen. Am Abend sollten Eiweiß und Fett im Vordergrund Ihrer Mahlzeiten stehen, um den Stoffwechsel für die nächtliche Ruhe- und Regenerationsphase optimal zu gestalten.

Ein Rezept für ein gesundes Mittagessen finden Sie auf der rechten Seite. Weitere Informationen zum betrieblichen Gesundheitsmanagement auf gesundwerker.de.

Rezept mit Wassermelone:

Dieser Sommersalat eignet sich toll für den Büroalltag. Einfach am Tag zuvor zubereiten und kühlstellen.

Gazpacho-Salat

Für 4 Personen

- 2 große Fleischtomaten (ca. 600g)
- 1 Salatgurke
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- 1 Stück Wassermelone (ca. 300g)
- 1 rote Paprikaschote
- 1 gelbe Paprikaschote
- 3-4 Frühlingszwiebeln
- 1 EL Tomatenmark
- 2-3 EL ELGemüsebrühe
- ½ - 1 TL Harissa (scharfe Gewürzpaste)
- 1 ½ EL Sherryessig
- 2 EL Olivenöl

Die Tomaten in knapp 1cm große Würfel schneiden.

Die Gurke halbieren, entkernen und in ½ cm große Würfel schneiden – beides salzen und pfeffern. Die Wassermelone entkernen und klein würfeln, Paprika ebenfalls würfeln und die Frühlingszwiebel in dünne Ringe schneiden – das gesamte Gemüse gut durchmischen.

Tomatenmark mit Brühe, Harissa und Essig verrühren, das Öl unterschlagen, salzen und pfeffern und über das Gemüse gießen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. gut durchziehen lassen, ab und zu umrühren.

Knoblauch – Croutons

Für 4 Personen

- 2 Knoblauchzehen
- 100g Vollkornbaguette
- 2 EL Olivenöl
- Salz

Das Brot in 1cm dicke Scheiben schneiden und in der trockenen Pfanne anrösten, anschließend mit den geschälten, halbierten Knoblauchzehen einreiben und in 1cm große Würfel schneiden und im Öl goldbraun knusprig braten und leicht salzen, noch heiß über den Salat geben oder fürs Büro separat einpacken.

Pro Portion Knoblauch-Croutons ca. 108 kcal	Pro Portion Gazpacho-Salat ca. 122 kcal
11g Kohlenhydrate	13g Kohlenhydrate
2g Protein	4g Protein
6g Fett	6g Fett
2g Ballaststoffe	0g Ballaststoffe

Rezept: Katja Lippold, Dipl.-Trophologin

Ab in den Urlaub

Ich packe meinen Koffer und nehme mit ...

Endlich geht es los: Der Urlaub steht kurz bevor! Wer verreisen will, überlegt am besten nicht nur, welche Kleider er einpackt, sondern denkt auch rechtzeitig an die Reiseapotheke. Worauf sollte man beim Zusammenstellen achten?

Eine lange Anreise, ungewohntes Essen, Insekten oder eine andere Klimazone – all das kann dem Körper ganz schön zu schaffen machen. Die Reiseapotheke sollte deshalb in Ihrem Reisegepäck nicht fehlen.

Die wichtigsten Medikamente noch vor Reisebeginn zu besorgen, kann viel Stress im Urlaub ersparen. Apotheken sind in fernen Ländern oft nicht einfach zu finden, Medikamente tragen im Ausland häufig andere Namen oder sind gar nicht erhältlich.

Ist die Reiseapotheke einmal zusammengestellt, erspart man sich zudem für die Zukunft einige Mühe: Denn beim nächsten Urlaub müssen Sie nur überprüfen, ob die Medikamente und das Verbandsmaterial in der Reiseapotheke noch haltbar sind. Die genaue Zusammenstellung der Reiseapotheke hängt zwar vom jeweiligen Urlaubsziel und von der Art des geplanten Urlaubs ab. Dennoch gibt es grundlegende Dinge, die in keiner Reiseapotheke fehlen sollten: ein Schmerzmittel, Mittel gegen Magen-Darm-Beschwerden sowie Erste-Hilfe-Material, um kleinere Verletzungen behandeln zu können.

Für viele Länder werden Schutzimpfungen empfohlen. Erkundigen Sie sich am besten mindestens drei Monate vor Antritt der Reise bei Ihrem Arzt oder einem Tropeninstitut, welche Schutzimpfungen in Ihrem Fall notwendig sind. Der Impfpass sollte zum Nachweis des Impfschutzes unbedingt mit auf die Reise genommen werden – in vielen Ländern ist er bei der Einreise vorzulegen.

Quelle: Gesundheitsportal Onmeda.de

C H E C K L I S T E

In einer Reiseapotheke sollten folgende Dinge nicht fehlen:

- Desinfektionsmittel für kleinere Wunden
- Brand- und Wundheilsalbe bei Schnittwunden oder Splittern
- Schmerzmittel
- Creme zur Behandlung von Insektenstichen und Sonnenbrand
- Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen
- Mittel gegen Magenbeschwerden
- Mittel gegen Durchfall
- Mittel gegen Reisekrankheit (am besten etwa eine halbe Stunde vor Fahrtantritt einnehmen, damit die Erkrankung erst gar nicht entsteht)
- Hustenlöser
- Nasenspray
- Verbandsmaterial, Pflaster und eine Schere
- Pinzette
- Insektenabwehrlotionen oder -spray
- Sonnenschutz
- Persönliche regelmäßig einzunehmende Medikamente

Quelle: Gesundheitsportal Onmeda.de

Diese und weitere Informationen sowie eine ausführliche Checkliste für eine Reiseapotheke erhalten Sie unter:
onmeda.fit/reiseapotheke



Jetzt online abschließen

Informieren Sie sich über Ihren Versicherungsschutz im Urlaub und schließen Sie bei Bedarf eine Auslandsreise-Krankenversicherung ganz einfach online ab:

[sdk.de/reiseplus](https://www.sdk.de/reiseplus)

Woran Sie außerdem denken sollten

Was vielen vor ihrer Reise nicht klar ist: Die gesetzliche Krankenversicherung leistet nur im Inland und in Ländern mit Sozialversicherungsabkommen. Leider trägt sie nur die Kosten, für die sie auch in Deutschland aufgekomen wäre. Im Klartext heißt das, es bleiben Restkosten, nicht selten deutlich über der persönlichen Schmerzgrenze.

Unsere Auslandsreise-Krankenversicherung REISEplus kommt nicht nur für die entstehenden Kosten auf,

sondern ist mit dem 24-Stunden-Notruf-Service ein unersetzlicher Helfer im Ausland. REISEplus bietet ab 11,50 Euro pro Jahr weltweiten Krankenversicherungsschutz für Reisen bis zu 45 Tagen – egal wie oft Sie im Jahr verreisen. Familien sind ab 30,00 Euro rundum abgesichert. Wenn Sie nicht jedes Jahr aufs Neue über eine Absicherung nachdenken möchten, schließen Sie einfach eine sogenannte Dauerpolice ab. Dann verlängert sich der Reiseschutz jedes Jahr automatisch und Sie sparen auch noch Geld dabei. ■

Die erfrischende Alternative

Aktiv im und auf dem Wasser

Hat man im Frühjahr noch gute Vorsätze und freut sich darüber, sich bei jedem Sonnenstrahl zu bewegen, fällt es mitten im Sommer bei Hitze und Schwüle manchmal schwer, sich zu motivieren. Dabei gibt es viele erfrischende Alternativen zum stickigen Fitness-Studio und schweißtreibenden Jogging. Wie wäre es mit einem Ausflug an einen See? Haben Sie schon einmal Stand Up Paddling ausprobiert? Oder waren Sie schon einmal Kitesurfen? Viele regionale Seen haben ansässige Anbieter für diese oder ähnliche Wassersportarten.

Wakeboarding

Wie macht man aus angesagten Wassersportarten eine noch spektakulärere? Ganz einfach: Man kombiniert Wasserski und Wellenreiten und nennt es Wakeboarding. Auf einem kurzen Surfbrett lässt man sich dabei von einem Motorboot über das Wasser ziehen – mit Geschwindigkeiten von bis zu 40 Stundenkilometern! Die Heckwelle des Bootes dient als Sprungschanze. Wenn man sie mit hoher Geschwindigkeit kreuzt, sind hohe Sprünge und zahlreiche Tricks in der Luft möglich. Natürlich geht das ganze auch ohne Boot. Die günstigere Methode besteht darin, sich von einem Seilzug über das Wasser ziehen zu lassen.

Egal, für welche Variante Sie sich entscheiden: Starten Sie vorsichtig! Wakeboarding ist nichts für Ungeübte. Aufgrund der hohen Geschwindigkeit sind Kraftaufwand und Verletzungsrisiko nicht zu unterschätzen.

Kitesurfen

Das Kitesurfen ist ein Nachfolger des Windsurfens. Doch statt eines fest auf dem Board montierten Segels nutzt man einen Lenkdrachen (englisch: Kite) zur Fortbewegung. Da die bis zu 17 Quadratmeter großen Drachen nicht nur Vor-, sondern auch jede Menge Auftrieb erzeugen,



Weitere Informationen rund um Wassersport und Seen in Deutschland finden Sie auf www.seen.de

sind meterhohe Luftsprünge keine Seltenheit. Wenn man nicht gerade fliegt, dann gleitet man mit Höchstgeschwindigkeit über das Wasser. Doch Achtung: Was für Zuschauer oft spielerisch und einfach aussieht, muss mühsam erlernt werden. Das gleiche gilt auch für einige Sicherheitsregeln für diese anspruchsvolle Sportart.

Stand up Paddling

Stand Up Paddling oder kurz „SUP“ wird immer beliebter. Ein Stechpaddel und ein Surfbrett – mehr braucht man dazu nicht. Kein Wunder, dass das „im Stehen paddeln“ sich zu einer echten Trendsportart entwickelt hat. Da man sich selbst um den Antrieb kümmert, kann man sich unabhängig von Wind und Wellen fortbewegen. Etwas Balance sollte man für das Stand Up Paddling mitbringen und natürlich schwimmen können. Für die richtige Technik empfiehlt es sich, am Anfang der Paddlerkarriere auf einen Trainer zu vertrauen. Anschließend entscheiden Sie selbst, ob Sie sportlich durchs Wasser pflügen oder ganz gemütlich über den See oder das Meer gleiten. Ob langsam oder schnell: Stand Up Paddling ist ein Workout für den ganzen Körper und verhilft zu mehr Gleichgewicht und Körperbeherrschung.



Schwimmen

Falls ein Badesee vielleicht doch zu weit ist oder Sie nur abends ein paar Stunden Zeit haben, gibt es auch noch den Klassiker unter den Wassersportarten: Schwimmen. Schwimmen macht nicht nur Spaß und hält fit, es

schont auch unsere Gelenke. Daher ist diese Sportart für Jedermann geeignet. Zum Schwimmen müssen Sie auch nicht extra an einen See fahren. Freibäder sind oftmals schneller und einfacher zu erreichen. ■

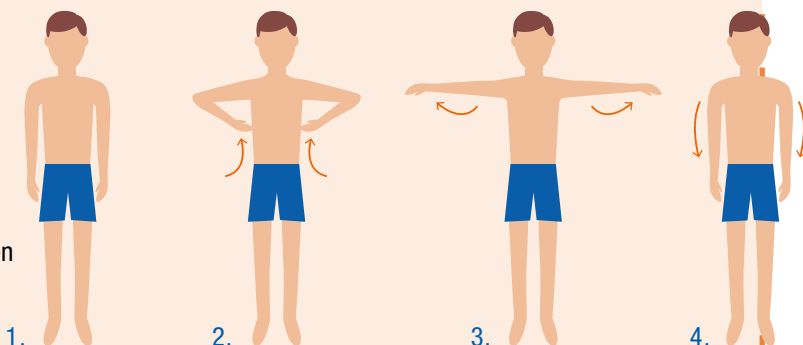
Schwimmen für einen gesunden Rücken

Beim Schwimmen ist die richtige Technik entscheidend: Das gesundheitsfreundliche Rückenschwimmen besteht aus einem Kraulbeinschlag und einer Armbewegung, die aus drei Phasen besteht. Wichtig ist, dass die Finger immer ausgestreckt sind und locker nebeneinander liegen, sodass noch etwas Wasser hindurchströmen kann. Der Kopf wird in Verlängerung der Wirbelsäule gehalten, der Blick ist zur Decke gerichtet.

1. Ausgangsposition

Legen Sie sich flach auf den Rücken ins Wasser. Vermeiden Sie, dass der Po durchhängt. Gesäß anspannen. Optimal ist, wenn der Körper von Kopf bis Fuß eine Linie bildet.

Die Arme liegen seitlich gestreckt am Körper an, sodass sich die Handinnenflächen an den Außenseiten der Oberschenkel befinden.



2. Hände hoch!

Nun die Hände gleichzeitig seitlich vom Körper bis zur Achselhöhle hochführen. Bleiben Sie dabei möglichst nah mit den Händen am Körper – als ob Sie die seitliche Badeanzugnaht mit den Händen bis zum Armausschnitt verfolgen wollten.

3. Arme strecken!

Nun die Unterarme ausstrecken, sodass zwischen Armen und Oberkörper ein rechter Winkel entsteht.

4. Arme runter!

Drücken Sie nun die gestreckten Arme kräftig hinunter zu den Oberschenkeln, bis Sie die Ausgangsposition wieder erreicht haben. Ein neuer Armzug beginnt!

Beinschlag

Der Impuls für den Beinschlag kommt aus dem Hüftgelenk und den Oberschenkeln. Die Beine werden gegengleich auf und ab bewegt. Bei der Aufwärtsbewegung führt der Oberschenkel die Bewegung an. Der Unterschenkel wird zunächst noch etwas nachgezogen. Auf etwa halbem Weg zur Wasseroberfläche muss das Bein jedoch durch eine kräftige Aufwärtsbewegung gestreckt werden. Die Füße sind dabei leicht nach innen gedreht. Aus der Hüfte und dem Oberschenkel heraus wird die Abwärtsbewegung eingeleitet. Das Bein wird gestreckt nach unten geführt, wobei das Fußgelenk locker der Bewegung folgt.

Kundenorientierung

„Dankeschön“: Sie haben uns zum fairsten privaten Krankenversicherer gewählt!

Sie haben es so bestimmt. Zumindest ein repräsentativer Teil von Ihnen. Ihre Meinung über Ihre SDK hat uns den „Deutschen Fairness-Preis 2015“ des Nachrichtensenders n-tv eingebracht. Bestätigt wird diese Auszeichnung von einer Kundenbefragung der Service-Value-GmbH. Deren Ergebnisse berechtigen die SDK, das Prädikat „Fairste PKV“ zu führen. Unabhängige Institute haben Ihrer SDK in den vergangenen Monaten erneut hervorragende Zeugnisse ausgestellt. Der Map-Report, ein wegen seiner fachlichen Expertise in der Branche geschätzter Informationsdienst, führt die SDK aktuell mit dem Best-rating „mmm“.

Deutscher Fairness-Preis 2015 vom Nachrichtensender n-tv

Die SDK ist wie schon 2014 die fairste private Krankenversicherung in Deutschland. Das Deutsche Institut für Servicequalität (DISQ) hat im Auftrag des Nachrichtensenders n-tv den fairsten privaten Krankenversicherer 2015 ermittelt. Die SDK konnte sich im Bewerberfeld durchsetzen und wurde mit dem Deutschen Fairness-Preis ausgezeichnet. Untersucht wurden unter anderem folgende Kriterien:

- Preis- /Leistungsverhältnis: Stehen Preise und Leistungen der Unternehmen in einem fairen Verhältnis?
- Zuverlässigkeit: Können sich die Verbraucher auf die Aussagen der Anbieter verlassen?
- Transparenz: Wird transparent über Preisbestandteile und Vertragsbedingungen informiert?

FOCUS Money: SDK ist zum fünften Mal „Fairster privater Krankenversicherer“

Einmal mehr – jetzt schon zum fünften Mal – konnte die SDK bei der repräsentativen Online-Befragung der

Service Value GmbH im Auftrag des Wirtschaftsmagazins FocusMoney glänzen. Die SDK ist ein fester Bestandteil im Kreis der fairsten Versicherer, wenn es um Fairness gegenüber den Kunden in den Bereichen Kommunikation, Preis-/Leistungsverhältnis, Beratung, Leistungsabwicklung oder Produktangebot geht. Das sagen Sie – unsere Kunden. Ihre Antworten im Rahmen einer Befragung waren so überzeugend, dass sie der SDK diese Spitzenstellung beschert haben. Herzlichen Dank!

Datengrundlage für die Umfrage war eine Online-Befragung im Januar 2016 bei insgesamt 2.100 privat versicherten Kunden von 24 getesteten Unternehmen. In der Studie wurden die Probanden nach 25 verschiedenen Service- und Leistungsmerkmalen befragt.

Map-Report: SDK bietet langjährig hervorragende Leistungen

Der Map-Report ist ein in der Branche geschätzter und anerkannter Informationsdienst, der in regelmäßigen Abständen die Versicherer in den unterschiedlichen Sparten analysiert. Beim aktuellen Map-Report (Nr. 881) erhielt die SDK Kranken zuletzt die Bestwertung „mmm“ für langjährig hervorragende Leistungen und steht damit deutlich besser als einige große Wettbewerber.

Im Gegensatz zu den Wirtschaftspublikationen, die direkt auf die Kundeninteressen abzielen, geht der Map-Report seine Analyse fachlicher und detaillierter an. In drei Blöcken - Bilanz, Service und Beiträge – hinterfragt der Map-Report auch Themen wie die Kapitalan-

Keschön!



lage, Rückstellungen, Kosten, Beschwerden und die Beitragsentwicklung für unterschiedliche Kundengruppen. Ein gutes Ergebnis beim Check durch den Map-Report – im Fall der SDK sogar ein hervorragendes Ergebnis – ist die beste Grundlage für hohe Akzeptanz bei Ihnen, unseren Mitgliedern. Dass dies der Fall ist, zeigt nicht nur dieses Ergebnis.

Testsieger telefonische Beratung und Service

Das Deutsche Institut für Service-Qualität (DISQ) analysierte im ersten Quartal 2016 die Beratungsqualität der 20 größten privaten Krankenversicherer. Die SDK zeichnete sich durch ausgewogene Teilergebnisse ohne Schwächen aus und war in der Einzelwertung „Telefonische Beratung“ alleiniger Testsieger. Verdeckte Anrufer ließen sich beim „Mystery Shopping“ durch besonders kurze Reaktionszeiten sowie kompetente und vollständige Antworten überzeugen.

Kompetente Beratung per Telefon und E-Mail waren auch ausschlaggebend für einen weiteren Testsieg der SDK. In einer neuen Studie der Deutschen Gesellschaft für Verbraucherstudien (DtGV) belegte die SDK den ersten Platz. Kundenservice, Transparenz und das gebotene Preis-/Leistungsverhältnis überzeugten die Tester.

Wir sind dann zufrieden, wenn Sie zufrieden sind!

Gute Ratingergebnisse, die durch positive Rückmeldung von Mitgliedern begründet sind, sind eine tolle Bestätigung für die SDK. Sie bieten darüber hinaus aber allen Mitgliedern die Gewissheit, bei der SDK gut aufgehoben zu sein. Wir tun das Unsere dazu und setzen auf einen fairen Umgang mit Ihnen. ■

Neue Herausforderung für Arbeitgeber

Betriebliche Krankenversicherung: Mitarbeiter gewinnen und binden

Der Erfolg eines Unternehmens hängt von zahlreichen verschiedenen Faktoren ab. Volks- und betriebswirtschaftliche Entwicklungen sind dabei ebenso wichtig wie die Einflüsse des demografischen Wandels. Die Tatsache, dass die Bevölkerung immer älter wird, hat einen großen Einfluss auf die Arbeitswelt. Denn der Bevölkerungsanteil im erwerbsfähigen Alter nimmt stetig ab. Bereits 2030 werden es 7,5 Millionen Menschen (15 %) weniger sein. Somit stehen den Unternehmen künftig weniger und deutlich ältere Mitarbeiter zur Verfügung – zum erheblichen Teil aus der Altersgruppe 50 plus.

Parallel entwickelt sich auch die Medizin ständig weiter. Bessere Behandlungsmethoden kosten aber auch wesentlich mehr. Die gesetzlichen Krankenkassen haben deshalb in den vergangenen Jahren etliche Leistungseinschränkungen vorgenommen. Dadurch haben die Versicherten immer mehr Eigenleistungen zu tragen und müssen auf bestimmte Behandlungen sogar vollständig verzichten. Obwohl die durchschnittliche Anzahl der Krankheitstage in den letzten Jahren konstant geblieben ist, nehmen die Ausfallzeiten aufgrund von Muskel-Skelett-Erkrankungen sowie psychischen Erkrankungen massiv zu (ca. 1/3 aller Diagnosen). Allein die psychischen Erkrankungen, wie z. B. Burn-out und Depressionen, haben sich in den letzten 10 Jahren verdoppelt – Tendenz steigend!

Fachkräfte sind teuer!

Schon jetzt haben Unternehmen große Schwierigkeiten bei der Rekrutierung von Fachkräften. Qualifizierte Mitarbeiter sind so begehrt, dass mittlerweile ein regelrechter „War for talents“ zwischen den Arbeitgebern tobt. Dieses Problem zeigt sich auch bei der Suche nach Auszubildenden: Bereits 2012 konnten nur 50 Prozent der Lehrstellen besetzt werden!



Arbeitgeber in Deutschland müssen jetzt die Weichen stellen, wenn sie im Wettlauf um die bestqualifizierten Arbeitskräfte bestehen und den Fortbestand ihres Unternehmens auf hohem Niveau sichern wollen. Der Faktor Gehalt ist natürlich nach wie vor wichtig, aber bei weitem nicht entscheidend. Darüber hinaus erwarten Angestellte bereits jetzt eine anspruchsvolle Aufgabe, die sie fordert, flexible Arbeitsbedingungen, die ein angenehmes Arbeitsumfeld schaffen und freiwillige soziale Leistungen des Arbeitgebers. Zusatzleistungen wie Urlaubs- und Weihnachtsgeld, eine betriebliche Altersversorgung (BAV) und Gewinnbeteiligung bei Führungskräften sind längst zu festen Bestandteilen einer modernen Personalpolitik geworden.

Gute Mitarbeiter ans Unternehmen binden

Eine neue Variante gewinnt dabei zunehmend an Bedeutung: Arbeitgeber bieten ihren Mitarbeitern im Rahmen einer betrieblichen Gruppenkrankensversicherung (BKV) zusätzliche Vorsorge für den Krankheitsfall. Eine



Die Vorteile der BKV

Unsere BKV ist attraktiv für Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Zudem bietet sie privaten Krankenversicherungsschutz zu unschlagbar günstigen Beiträgen – egal, wer die Beiträge bezahlt:

- Stationär: bessere Unterbringung und privatärztliche Behandlung im Krankenhaus
- Ambulant: Mehr Leistung z. B. für Sehhilfen, Heil- und Hilfsmittel, Naturheilverfahren und alternative Behandlungsmethoden
- Zahnbehandlung/Zahnersatz: qualitativ bessere Versorgung und Reduzierung des Eigenanteils
- Familienangehörige können günstig mitversichert werden
- In vielen Fällen entfällt die sonst übliche Gesundheitsprüfung
- Unsere BKV ist schon für kleinste Unternehmen ab zwei Mitarbeitern abschließbar

klassische Win-Win-Situation: Angestellte können die Lücken der gesetzlichen Krankenversicherung schließen und von einer optimalen ärztlichen Versorgung und Vorsorge profitieren. Unternehmen haben durch den Imagegewinn bessere Chancen im Werben um junge Talente und können gleichzeitig bewährte Mitarbeiter binden und krankheitsbedingte Fehlzeiten reduzieren. Der entscheidende Vorteil dieser „neuen“ BKV gegenüber der oftmals üblichen und bereits bekannten BAV liegt in ihrer sofortigen Erlebbarkeit. Der Arbeitnehmer „erlebt“ durch die Inanspruchnahme von Leistungen im Krankheitsfall die Fürsorge seines Arbeitgebers immer wieder neu während seines gesamten aktiven Erwerbslebens – und nicht erst im Ruhestand. ■

Sie sind Arbeitnehmer?

Fragen Sie Ihren Arbeitgeber nach einem Angebot für betriebliche Gesundheitsvorsorge. Oder fragen Sie uns unter 0711 7372-7140, und wir übernehmen das für Sie.

Finanzierung und Strategie

Wieder ein erfolgreiches Geschäftsjahr dank langfristiger Planung

Trotz der Herausforderungen im wirtschaftlichen Umfeld, wie beispielsweise der anhaltenden Niedrigzinsphase, hat Ihre SDK im Geschäftsjahr 2015 das zweitbeste Ergebnis der 90-jährigen Firmengeschichte erzielt. Für die Zukunft ist die SDK gerüstet, sowohl in Bezug auf die Finanzen, als auch auf die strategische Ausrichtung.

Die SDK-Gruppe kann auf ein erfolgreiches Geschäftsjahr 2015 und einen ebenso erfreulichen Start in das Jubiläumsjahr 2016 zurückblicken. „Neben der hohen Kundenzufriedenheit können wir vor allem auf die guten Bilanzzahlen stolz sein“, stellt der Vorstandsvorsitzende, Dr. Ralf Kantak, fest. Mit einem Marktanteil von rund zwei Prozent zählt Ihre Süddeutsche Krankenversicherung a.G. zu den 15 größten privaten Krankenversicherern in Deutschland. Im Geschäftsjahr 2015 verzeichnete die SDK-Kranken einen Bruttoüberschuss von 117,4 Mio. EUR (Vorjahr: 105,0 Mio. EUR) vor Steuereffekten.

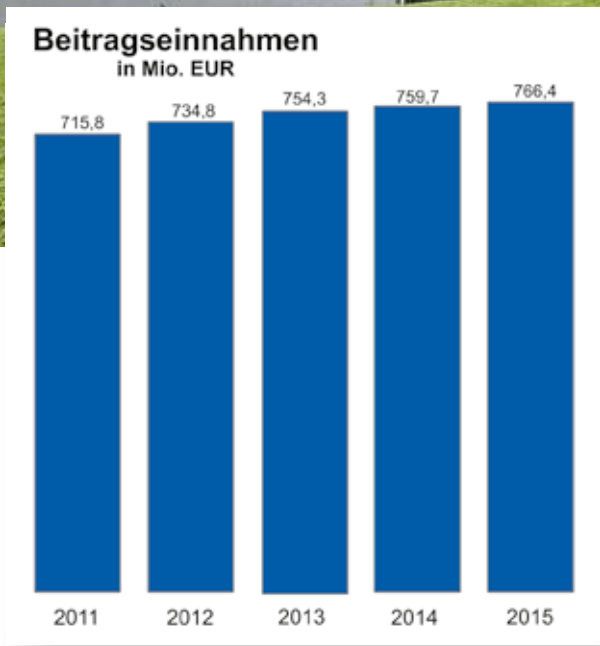
Die Zahl der versicherten Personen stieg auf rund 655.000. Insgesamt ist Ihre SDK also trotz sehr geringer Beitragsanpassungen weiter gewachsen. Um die demografische Entwicklung aufzufangen, wurden rund 379 Mio. EUR für die Versicherungsnehmer zurückgelegt und mit 49,6 Prozent liegt die Vorsorgequote über 10 Prozentpunkte über dem Branchendurchschnitt.

Auch im Hinblick auf zukünftige Risiken ist Ihre SDK bestens gerüstet: Der Kapitalanlagenbestand nahm um 7,5 Prozent auf 5,3 Mrd. EUR (Vorjahr: 5,0 Mrd. EUR) ebenfalls zu und die wiederum solide Einstellung in die Verlustrücklage verbesserte die Solvabilitätsquote I auf 367,0 Prozent. Die Zuführung zu den Alterungsrückstellungen wurde auf über 340 Mio. EUR erhöht (Vorjahr: rund 294 Mio. EUR), so dass eine Bilanzsumme in Höhe von knapp 5,5 Mrd. EUR (Vorjahr: rund 5,1 Mrd. EUR) erreicht wurde.

Um in Folge der Niedrigzinsphase die Auszahlungen auslaufender Verträge auch für die Zukunft zu garantieren, also die Zinszusatzreserve weiterhin bedienen zu können, wurde bei der SDK-Leben das Neugeschäft (insbesondere Einmalbeiträge) bewusst reduziert und die Bewertungsreserven geschont. Aus diesem Grund wurde ein Rückgang des Bruttoüberschusses von 9,7 Mio. EUR auf 1,2 Mio. EUR verzeichnet. Die Solvabilitätsquote der SDK-Leben bleibt mit 135 Prozent nahezu stabil.

Die SDK-Allgemeine konnte hingegen im Geschäftsjahr 2015 ein Rekordergebnis erzielen. Der Jahresüberschuss stieg auf 194 TEUR (Vorjahr: 151 TEUR). Die Verbesserung des Ergebnisses ist im Wesentlichen auf höhere Beitragseinnahmen und deutlich niedrigere Aufwendungen für Versicherungsfälle zurückzuführen. Die langfristige Strategie Ihrer SDK-Gruppe beinhaltet eine auf Sicherheit und Rentabilität ausgerichtete Anlagepolitik. Somit können die Auswirkungen der aufgrund des niedrigen Zinsniveaus angespannten Lage an den Kapitalmärkten begrenzt werden. „Wenn man die Zahlen betrachtet, können wir trotz aller Widrigkeiten sehr optimistisch in die Zukunft blicken“, so Kantak. „Immerhin sind wir weiter gewachsen, unsere Rentabilität kann sich sehen lassen und auch unsere Solvabilitätsquoten machen deutlich, dass wir rechtzeitig die Weichen gestellt haben, um auch langfristig erfolgreich für unsere Mitglieder zu wirtschaften.“

Zu dieser Weichenstellung gehört jedoch nicht ausschließlich eine gute Bilanz: Auch was das Erkennen strategisch wichtiger Themen angeht, ist Ihre SDK gut gerüstet. Proaktiv geht Ihre SDK das Thema Gesundheitskompetenz an. Denn angesichts der heutzutage allgegenwärtigen Informationsflut wird es für die Menschen immer schwieriger, den Überblick zu behalten und (dies gilt im Besonderen in Bezug auf



die Gesundheit) herauszufiltern, was nicht nur wichtig, sondern eben auch richtig ist. Ihre SDK will Sie daher unterstützen, solches Gesundheitswissen auf- und auszubauen. Im Zuge der Ausrichtung als Gesundheitspezialist will sie der Prävention Priorität einräumen. „Wir sehen uns in der Verantwortung, unsere Versicherten bei der Erhaltung ihrer Gesundheit zu unterstützen und entsprechende Maßnahmen anzubieten“,

so Kantak. „Dass unser Vorsorgetarif „Vorsorge privat“ sehr gut angenommen wird, bestätigt uns in dieser Strategie.“ Zumal es letztlich im Sinne nicht nur des Einzelnen, sondern der gesamten Versicherungsgemeinschaft sei, drohende Krankheiten, wie beispielsweise chronische Rückenleiden, zu vermeiden und somit die Leistungsausgaben stabil zu halten und gleichzeitig die Lebensqualität langfristig zu erhöhen. ■

Die SDK-Stiftung hilft

Schwerkranke Kinder begleiten

Das deutsche Gesundheitssystem ist eines der besten der Welt. Doch auch hierzulande stößt die Versorgung regelmäßig an ihre Grenzen. Das ist auch bei schwerkranken Kindern der Fall. Sogenannte Nachsorgevereine arbeiten daran, den Versorgungsbruch zwischen der Hochleistungsmedizin im Krankenhaus und der häuslichen Versorgung abzumildern. Sie helfen den Familien, mit der Ausnahmesituation eines schwerkranken Kindes im Alltag zurecht zu kommen. Die SDK-Stiftung hat bei ihrem diesjährigen Symposium diese und andere Grenzen medizinischer Versorgung beleuchtet. Auch in der Praxis macht sich die SDK-Stiftung für die Nachsorge schwerstkranker Kinder stark. Sie unterstützt die Tour Ginkgo, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Nachsorge zu verbessern.

Beim Symposium der SDK-Stiftung Anfang Januar erläuterten Prof. Dr. Stefan Bielack und Dr. Claudia Blattmann vom Klinikum Stuttgart die Nöte chronisch oder lebensbedrohlich erkrankter Kinder und deren Familien. Zu den Krankheitsbildern zählen Diabetes,

Prof. Dr. Stefan Bielack und Dr. Claudia Blattmann
bei ihrem Vortrag für das Symposium der SDK-Stiftung am 21.01.2016



Krebs, Epilepsie, HIV, Herzfehler oder angeborene Fehlbildungen. Nicht bei jeder Erkrankung können die Ärzte Heilungserfolge erzielen. Manchmal ist es die Aufgabe, mit palliativer Versorgung ein menschenwürdiges Leben bis zum Tod zu ermöglichen.

Für die Kinder ist es wichtig, im bekannten familiären Umfeld zu leben. Ziel der Nachsorge ist deshalb auch, Krankenhausaufenthalte zu verkürzen oder zu vermeiden. Häufig ist der Krankheitsverlauf ein Auf und Ab über viele Jahre hinweg. Neben der schweren Krankheit treten Entwicklungsstörungen, die Kinder bleiben hinter Gleichaltrigen zurück. Geschwisterkinder führen unter Umständen mehrere Jahre lang ein Schattendasein, weil die Sorge um das erkrankte Kind die Bedürfnisse der anderen Familienmitglieder überlagert. Paarkonflikte bei den Eltern, Überlastung und Schuldgefühle machen die Krankheitsbewälti-



Tourstopp bei der SDK: 2012 besuchte die Tour Ginkgo ihren Paten, die SDK-Stiftung, in Fellbach




TOUR GINKGO

ROLLT FÜR KRANKE KINDER

Eine Initiative der
Christiane Eichenhofer-Stiftung

SDK Stiftung
IBAN DE78 5006 0400 0001 0269 30
BIC GENODEFFXXX
Verwendungszweck: Tour Ginkgo

gung zur Aufgabe für die ganze Familie, nicht nur im medizinischen Bereich. Alleine ist das nicht zu schaffen. Hier sind Nachsorgeeinrichtungen gefragt, die ihrerseits wiederum vielfach auf Spenden angewiesen sind. Sie helfen dabei, die Kinder daheim zu versorgen, unterstützen beim Aufbau des ärztlichen und pflegerischen Netzwerkes vor Ort, beraten und helfen in Krisensituationen.

Von 30. Juni bis 2. Juli 2016 ist die Tour Ginkgo unterwegs

Die Tour Ginkgo der Christiane Eichenhofer-Stiftung ist seit 1992 alljährlich unterwegs, um die Nachsorge für schwerkranke Kinder und deren Familien im süddeutschen Raum zu verbessern. In ihrem bisher erfolgreichsten Jahr sammelten die Radfahrer im gelben Trikot 450.000 Euro an Spenden und sicherten damit die Startfinanzierung für „Olgäle sorgt nach“ am Klinikum Stuttgart. Die SDK-Stiftung ist einer von fünf Paten der Tour Ginkgo, die sich mit persönlichen Kon-

takten, eigenen Spendenaktionen und personeller Unterstützung für den jährlich wechselnden Begünstigten einsetzen.

2016 startet die Tour Ginkgo für die Familien-Rehabilitationsklinik „Katharinenhöhe“ im Schwarzwald. Die Einrichtung benötigt dringend Drittmittel für den Bau sechs neuer, barrierefreier Familienwohnungen. Schwer belastete Familien sollen dort Heimat auf Zeit finden. Seit über 30 Jahren ist es Aufgabe der Katharinenhöhe, nach einer schweren Krebs- oder Herzkrankheit eines Kindes nicht nur den betroffenen Patienten Hilfe zu bieten, sondern der gesamten Familie den Umgang mit den Folgen der lebensbedrohlichen Krankheit zu erleichtern.

Auch für 2017 steht der Begünstigte schon fest. Die Tour Ginkgo kommt nach fünf Jahren zurück in den Großraum Stuttgart, um „Olgäle sorgt nach“ erneut zu unterstützen. Für die SDK-Stiftung ist es Ehrensache, der Tour Ginkgo auch dann mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. ■

Kommunikation

Eines ist sicher: Ihre Daten bei der SDK

Datenschutz ist heute eines der zentralen Themen in unserem Leben – beruflich und privat. Die Vielzahl an Möglichkeiten, Daten zu erheben und sie auf elektronischem Weg zwischen Sender und Empfänger auszutauschen, wirft automatisch die Frage auf: Wie sicher sind diese Wege und wer bekommt Zugriff auf die ermittelten Daten? Gerade Unternehmen wie private Krankenversicherer, die mit vertraulichen Daten von Menschen zu tun haben, verwenden viel Zeit und auch Geld zu deren Schutz.

Wer von uns kennt das nicht: Wir erhalten plötzlich Nachrichten auf dem Smartphone, in denen wir – ganz zufällig? – Dinge angeboten bekommen, die wir tatsächlich ganz gut gebrauchen könnten. Und wir erinnern uns, dass wir vor kurzem zum Beispiel auf einem Hotel- oder Flugportal nach passenden und preiswerten Urlaubszielen bzw. -domizilen gesucht haben. Die Reaktion schwankt zwischen Begeisterung für den gebotenen Service und das technische Machbare bis zu Besorgnis: Woher wissen die das denn? Und spätestens dann fangen wir an zu überlegen, wo wir uns einmal eingeloggt haben und ohne lange nachzudenken irgendeiner Aktion zur Verbesserung der Services zugestimmt haben.

SDK sieht als Krankenversicherer besondere Verantwortung

Wer die Vorteile einer schnellen Kommunikation und entsprechend kürzeren Bearbeitungszeiten nutzen will, der muss bereit

sein, dafür notwendige Angaben zu machen (z.B. bei der Anforderung einer Bescheinigung über www.sdk.de). Diese erhobenen Daten erfordern aber einen besonderen Schutz. Erst recht bei einem Krankenversicherer wie der SDK, die nicht nur Personalien speichert, sondern auch mit sensiblen, persönlichen Daten umgeht, die zumindest Rückschlüsse auf den Gesundheitszustand ermöglichen.

Deshalb vertrauen Sie als Mitglied der SDK zurecht darauf, dass wir mit Ihren Daten vertrauensvoll umgehen, sie diskret behandeln und vor unbefugtem Zugriff schützen. Wir sichern Ihnen deshalb zu, dass eine auch nur teilweise Weitergabe schutzwürdiger Daten unsererseits nicht ohne Ihre Zustimmung erfolgt.

Externe Kommunikation auf dem Prüfstand

Innerhalb unseres Unternehmens erfolgt der Datenaustausch über eine gesicherte Kommunikation. Aber auch in der Kommunikation mit Ihnen ist es uns ein wichtiges Anliegen, durch technische und organisatorische Maßnahmen ein Höchstmaß an Sicherheit zu gewährleisten. Aus diesem Grund erörtern wir regelmäßig unter Einbeziehung unseres Datenschutzbeauftragten die Möglichkeiten eines einfachen und verständlichen Verfahrens zur sicheren Kommunikation.

Auch hier sind wir ganz der Gesundheitspezialist, wie Sie ihn kennen: Wir wollen für Ihre Sicherheit nichts dem Zufall überlassen. ■





Rechtliche Informationen

Wahlen der Aufsichtsräte und Mitgliedervertretung

**Veränderungen in den Aufsichtsräten der
Süddeutschen Krankenversicherung a.G., der
Süddeutschen Lebensversicherung a.G. und der
Süddeutschen Allgemeinen Versicherung a.G.**

Der Aufsichtsrat der Süddeutsche Krankenversicherung a.G. besteht nach Satzungsänderung durch Beschluss der Hauptversammlung vom 20.06.2016 aus 12 Personen, von denen 8 Personen durch die Hauptversammlung und 4 Personen von den Arbeitnehmern zu wählen sind. Die Amtszeit der Aufsichtsratsmitglieder endete mit dem Ablauf der diesjährigen Hauptversammlung am 20.06.2016. Von der Hauptversammlung sind folgende Personen für die nächsten fünf Jahre in den Aufsichtsrat gewählt worden:

Prof. Dr. jur. Urban Bacher

Professor an der Hochschule Pforzheim, 92442 Wackersdorf

Michael Hennrich

Mitglied des Bundestags, 72336 Balingen

Rolf Barreuther

Geschäftsführender Gesellschafter, 71540 Murrhardt

Prof. Dr. rer. pol. Hans Jürgen Ott

Partner der CoCoN PartGmbH, 89231 Neu-Ulm

Dipl.-Math. Markus Feichtenbeiner

Wirtschaftsprüfer, Steuerberater, 70602 Stuttgart

Roland Schäfer

Bankdirektor, 75015 Bretten

Kerstin Heinritz

Geschäftsführende Gesellschafterin, 47506 Neukirchen-Vluyn

Dr. Wolfgang Seel

Bankdirektor, 88416 Ochsenhausen

Durch die Arbeitnehmer sind folgende Personen für die nächsten fünf Jahre in den Aufsichtsrat gewählt worden:

Hans Ulrich Jekel, 70378 Stuttgart

Wolfgang Maile, 73547 Lorch

Steve Kossinas, 71384 Weinstadt

Christine Scheibl, 71522 Backnang

Die Mitglieder des Aufsichtsrates wählten Prof. Dr. jur. Urban Bacher zum Vorsitzenden und Rolf Barreuther zum stellvertretenden Vorsitzenden.

Der Aufsichtsrat der Süddeutsche Lebensversicherung a.G. besteht nach Satzungsänderung durch Beschluss der Hauptversammlung vom 20.06.2016 aus 6 Personen. Die Amtszeit der Aufsichtsratsmitglieder endete mit dem Ablauf der diesjährigen Hauptversammlung am 20.06.2016. Von der Hauptversammlung sind folgende Personen für die nächsten fünf Jahre in den Aufsichtsrat gewählt worden:

Prof. Dr. jur. Urban Bacher

Professor an der Hochschule Pforzheim, 92442 Wackersdorf

Kerstin Heinritz

Geschäftsführende Gesellschafterin, 47506 Neukirchen-Vluyn

Rolf Barreuther

Geschäftsführender Gesellschafter, 71540 Murrhardt

Michael Henrich

Mitglied des Bundestags, 72336 Balingen

Dipl.-Math. Markus Feichtenbeiner

Wirtschaftsprüfer, Steuerberater, 70602 Stuttgart

Prof. Dr. rer. pol. Hans Jürgen Ott

Partner der CoCoN PartGmbH, 89231 Neu-Ulm

Die Mitglieder des Aufsichtsrates wählten Prof. Dr. jur. Urban Bacher zum Vorsitzenden und Rolf Barreuther zum stellvertretenden Vorsitzenden.

Der Aufsichtsrat der Süddeutsche Allgemeine Versicherung a.G. besteht gemäß § 5 der Satzung aus 6 Personen, die von der Hauptversammlung auf fünf Jahre gewählt werden. Mit Ablauf der Hauptversammlung am 20.06.2016 legte Frau Dr. Andrea Althanns, Rechtsanwältin, Genossenschaftsverband Bayern e. V., München ihr Amt als Mitglied des Aufsichtsrats nieder. Von der Hauptversammlung wurde folgende Person für die restliche Amtszeit des Aufsichtsrats bis zum Ende der Hauptversammlung 2019 in den Aufsichtsrat gewählt:

Prof. Dr. jur. Urban Bacher

Professor an der Hochschule Pforzheim, 92442 Wackersdorf

Mit Ablauf der Hauptversammlung am 20.06.2016 legte der bisherige Vorsitzende, Alfred Meßmer, sein Amt als Aufsichtsratsvorsitzender nieder. Aus diesem Grund ist für die SDK-Allgemeine der Aufsichtsratsvorsitzende für die Dauer der laufenden Amtsperiode neu zu wählen. Die Mitglieder des Aufsichtsrates wählten Prof. Dr. jur. Urban Bacher zum neuen Vorsitzenden.

Wahl der Mitgliedervertretung für die Süddeutsche Krankenversicherung a.G. und die Süddeutsche Lebensversicherung a.G.

In diesem Jahr läuft die 6-jährige Amtszeit von 9 der 21 Mitgliedervertreter und deren Ersatz-Mitgliedervertreter der Süddeutsche Krankenversicherung a.G. ab. Ebenso läuft die 5-jährige Amtszeit der 12 Mitgliedervertreter und deren Ersatz-Mitgliedervertreter der Süddeutsche Lebensversicherung a.G. ab.

Die Mitgliedervertretung ist das oberste Organ des Vereins. Sie fasst ihre Beschlüsse in der Hauptversammlung, die einmal im Jahr einberufen wird. Die Hauptversammlung ist unter anderem zuständig für die Entgegennahme des Lageberichts mit dem Jahresabschluss, die Änderung der Satzung, die Wahl der Aufsichtsratsmitglieder und die Entlastung von Vorstand und Aufsichtsrat.

Die Nominierung der Kandidaten als Mitgliedervertreter bzw. Ersatz-Mitgliedervertreter erfolgt durch einen Wahlausschuss. Dieser besteht aus zwei Mitgliedern des Aufsichtsrats, einem Mitglied des Vorstands sowie drei Mitgliedern (Versicherungsnehmer) bei der Süddeutsche Krankenversicherung a.G. und fünf Mitgliedern (Versicherungsnehmer) bei der Süddeutsche Lebensversicherung a.G., die weder dem Aufsichtsrat, noch der Hauptversammlung angehören dürfen.

Mitglieder (Versicherungsnehmer), die an einer Kandidatur als Mitgliedervertreter oder Ersatz-Mitgliedervertreter Interesse haben, können sich gerne an den Vorstand wenden. ■

WENN KUNDEN FÜR SIE NUR NUMMERN SIND DANN BEWERBEN SIE SICH WOANDERS

sdk.de/jobs

Unsere Außendienstpartner sind kunden- statt zahlenorientiert. Emphatisch statt fanatisch. Und mehr Berater als Verkäufer. Unsere Außendienstpartner wissen, dass Vertrauen die härteste Währung und ein zufriedener Kunde die beste Verkaufsförderung ist.

Wenn Sie jeden dieser Gedanken mit bestem Gewissen unterschreiben würden, dann sollten Sie nicht länger zögern und sich schnellstens bei uns bewerben.

Weitere Informationen sowie unsere aktuellen Stellenangebote unter [sdk.de/jobs](https://www.sdk.de/jobs)





Weitersagen lohnt sich: Wählen Sie einen Einkaufsgutschein von BestChoice oder Sennheiser CX 685 In-Ear-Kopfhörer.

Anstoß für ein gesünderes Leben

Viele Menschen benötigen nicht mehr als einen kleinen Anstoß, um über ihre Gesundheit nachzudenken. Wir hoffen, Sie sind zufrieden mit den Leistungen und dem Service der Süddeutschen Krankenversicherung und möchten diesen Anstoß einem für Sie wichtigen Menschen geben.

Wir belohnen jede Empfehlung, die zu einem erfolgreichen Vertragsabschluss führt (ausgenommen REISEplus). Und so geht's:

1. Berichten Sie Ihrer Familie und Freunden von Ihren Erfahrungen mit der SDK
2. Teilen Sie uns über unser Onlineformular mit, wem Sie die SDK weiterempfehlen möchten: sdk.de/weiterempfehlen
3. Wählen Sie eine der Prämien aus: BestChoice-Gutschein oder Kopfhörer