



# Mehr als gut versichert

Mit starken Leistungen  
und persönlichem Service

[www.heimat-krankenkasse.de](http://www.heimat-krankenkasse.de)



*Klemens Kläser –  
Vorstand der Heimat Krankenkasse*

## Ich freue mich über Ihr Interesse!

Bei der Heimat Krankenkasse ist uns eines besonders wichtig: dass unsere Versicherten sich bestens aufgehoben fühlen. Deshalb legen wir viel Wert darauf, dass Sie in jeder Situation die Unterstützung bekommen, die Sie brauchen. Nicht erst, wenn Sie erkrankt sind oder einen Unfall hatten, sondern auch, wenn es allgemein um Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit geht.

Aus diesem Grund stehen Ihnen für alle Fragen unsere kompetenten Kundenberaterinnen und Kundenberater persönlich zur Verfügung. Oder Sie nutzen unsere zahlreichen digitalen Angebote: Reichen Sie Ihre Dokumente z. B. einfach per App ein oder lassen Sie sich von Ärzten und Ärztinnen online beraten. Bequem vom Sofa aus.

Erfahren Sie jetzt mehr über unsere Top-Leistungen und überzeugen Sie sich selbst von unseren Services.

Ich wünsche Ihnen alles Gute für Ihre Gesundheit!

Ihr

A handwritten signature in blue ink that reads "K. Kläser". The signature is fluid and cursive.

Klemens Kläser

PS: Besuchen Sie auch unsere Website:

Unter **[www.heimat-krankenkasse.de](http://www.heimat-krankenkasse.de)** finden Sie unser komplettes Leistungs- und Serviceangebot sowie wertvolle Tipps für Ihre Gesundheit!



## Unsere Top-Leistungen für Sie

Bei der Heimat Krankenkasse stehen die Gesundheit und **das Wohlbefinden unserer Versicherten** jederzeit im Fokus. Wir unterstützen Sie mit individuellem Service, persönlicher Beratung und einem großen Angebot an vielfältigen Zusatzleistungen – sowohl für die körperliche als auch für die mentale Gesundheit. **Die Heimat Krankenkasse steht zuverlässig an Ihrer Seite!** Überzeugen Sie sich selbst von unseren Top-Leistungen:



### Schutz- und Reiseimpfungen

Für alle Schutzimpfungen, die nicht über die Gesundheitskarte abrechenbar sind, stellen wir unseren Versicherten ein jährliches Impfbudget von 300 Euro zur Verfügung.



### Gesundheitsprogramme und -kurse

Mehr bewegen, gesünder ernähren, mit dem Rauchen aufhören – mit unserem Präventionsbudget von bis zu 200 Euro pro Jahr können Sie aus einer Vielzahl an Kursen und Programmen wählen.



### Professionelle Zahnreinigung

Einmal im Jahr erhalten unsere Versicherten für eine professionelle Zahnreinigung den deutschlandweit außergewöhnlich hohen Zuschuss von bis zu 80 Euro.



### TeleClinic

Gehen Sie bei Beschwerden, z. B. Magen-Darm-Problemen, bequem online zur (Fach-) Ärztin oder zum (Fach-) Arzt! Versicherte der Heimat Krankenkasse können die Videosprechstunde sogar rund um die Uhr nutzen – auch an Feiertagen!

## Bestnote für die Heimat Krankenkasse

Mit diesem Ergebnis bewerten unsere Mitglieder ihre Gesamtzufriedenheit mit der Heimat Krankenkasse.



# 95 %

unserer Mitglieder fühlen sich bei der Heimat Krankenkasse rundum wohl.

# 92 %

unserer Mitglieder finden uns als Krankenkasse ausgesprochen sympathisch.

# 94 %

unserer Mitglieder möchten auch weiterhin bei uns versichert bleiben.



# Vorsorge und Prävention

Vorsorge ist die beste Medizin. Denn wer auf sich und seinen Körper achtet, bleibt länger fit und gesund. Regelmäßige Bewegung, das Wahrnehmen von Vorsorgeuntersuchungen und ein ausgewogener Lebensstil unterstützen Sie auf Ihrem Weg zum persönlichen Wohlbefinden. Auch bei der Heimat Krankenkasse finden Sie zahlreiche Angebote, mit denen Sie gesund und vital bleiben.

## Individuelle Vorsorgeleistungen

Früh genug erkannt, sind viele Erkrankungen gut behandelbar. Deshalb stellen wir Ihnen ein jährliches Budget für Privatleistungen zur Verfügung, das Sie für eine Vielzahl an zusätzlichen Vorsorgeuntersuchungen einsetzen können. Und das deutlich über den gesetzlichen Leistungskatalog hinaus. Sie entscheiden selbst, welche Angebote Ihnen wichtig sind.

## Schutz- und Reiseimpfungen

Impfungen bieten besten Schutz vor Krankheiten. Zuhause und auf Reisen. Die Heimat Krankenkasse übernimmt deshalb nicht nur 100 Prozent der Kosten für alle empfohlenen Standardimpfungen, sondern im Rahmen des Impfbudgets auch die Impfkosten und das ärztliche Honorar für ärztlich empfohlene Reise-schutzimpfungen. So können Sie Ihren Urlaub unbeschwert genießen.

## Präventionsangebote

Tun Sie sich selbst etwas Gutes: Egal, ob Sie körperlich fit werden, mit dem Rauchen aufhören oder eine Auszeit nehmen möchten – wir haben das passende Angebot für Sie. Bundesweit bieten wir Ihnen eine große Auswahl an Gesundheitskursen zu verschiedenen Themen – natürlich auch online. Auch mehrtägige Präventionsreisen im Rahmen unserer Gesundheitsprogramme Auszeit und Aktivwoche unterstützen wir gern. Erholen Sie sich in ausgewählten Kurorten in ganz Deutschland und nehmen Sie sich Zeit für sich.





## Bestens versorgt im Krankheitsfall

Als Ihr persönlicher Gesundheitspartner stehen wir an Ihrer Seite – auch wenn es Ihnen mal nicht so gut geht. Dabei ist es egal, ob Sie akut erkrankt sind oder mit einer chronischen Krankheit leben. Mit besonderen Programmen und Angeboten unterstützen wir Sie beim bestmöglichen Umgang mit Ihrer Erkrankung.

### TeleClinic

Volle Wartezimmer und monatelange Wartezeiten für (Fach-)Arzttermine? Nutzen Sie bei leichten Erkrankungen, wie Magen-Darm-Problemen oder Erkältungsbeschwerden, einfach die ärztliche Videosprechstunde der TeleClinic. Versicherte der Heimat Krankenkasse profitieren von besonders kurzer Wartezeit und können rund um die Uhr Termine bei einer (Fach-)Ärztin oder einem (Fach-)Arzt buchen. Auch an Feiertagen.

### BKK MedPlus

Auch bei chronischen Erkrankungen können Sie sich auf die Heimat Krankenkasse verlassen. Unser strukturiertes Behandlungsprogramm BKK MedPlus hat zum Ziel, Ihre Gesundheit und Lebensqualität langfristig zu erhalten und zu verbessern. Es umfasst spezielle Untersuchungen, Therapiemaßnahmen und Patientenschulungen auf der Grundlage neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse.

### Online-Hautcheck

Die Haut spielt verrückt, aber Ihr Hautarzt oder Ihre Hautärztin hat kurzfristig keinen Termin frei? Bei allergischen Reaktionen, Ausschlägen und anderen Hauterkrankungen kann der Online-Hautcheck helfen. Unabhängig von Ort und Zeit erhalten Sie innerhalb von 48 Stunden eine fachärztliche Einschätzung und Therapieempfehlung.

### Kuren für jeden Bedarf

Viele Menschen kommen irgendwann im Laufe ihres Lebens an einen Punkt, an dem gesundheitliche Belastungen und Beschwerden überhandnehmen. Dann kann eine Kur hilfreich sein. Die Heimat Krankenkasse unterstützt Mutter-/Vater-Kind-Kuren, Aktivkuren in Europa, aber auch Vorsorgeprogramme. Eine Kur hilft Ihnen, neue Kraft zu tanken und das Risiko für langfristige Erkrankungen zu verringern.



# Schwangerschaft und Geburt

Eine Schwangerschaft ist eine ganz besondere Zeit. Sie ist der Beginn einer ganz neuen Lebensphase und stellt jede Frau vor neue Herausforderungen – sowohl körperlich als auch emotional. Es gibt immer wieder freudige Momente, aber auch Unsicherheiten und Ängste. Damit Sie als werdende Eltern die Schwangerschaft entspannt genießen können und sich gut auf die Geburt vorbereitet fühlen, sind wir mit zahlreichen Zusatzleistungen an Ihrer Seite.

## Digitale Hebammenberatung Kinderheldin.de

Immer da, wenn Sie Fragen haben: Durch die digitale Hebammenberatung können Schwangere und Mütter bei akuten Fragen bequem mit einer Hebamme chatten oder telefonieren. Versicherte der Heimat Krankenkasse können das gesamte Angebot von Kinderheldin.de für die Dauer von sechs Monaten kostenfrei in Anspruch nehmen. Empfohlen wird eine Teilnahme ab dem 7. Schwangerschaftsmonat.

## Babyglück – Ihre persönliche Schwangerenberatung

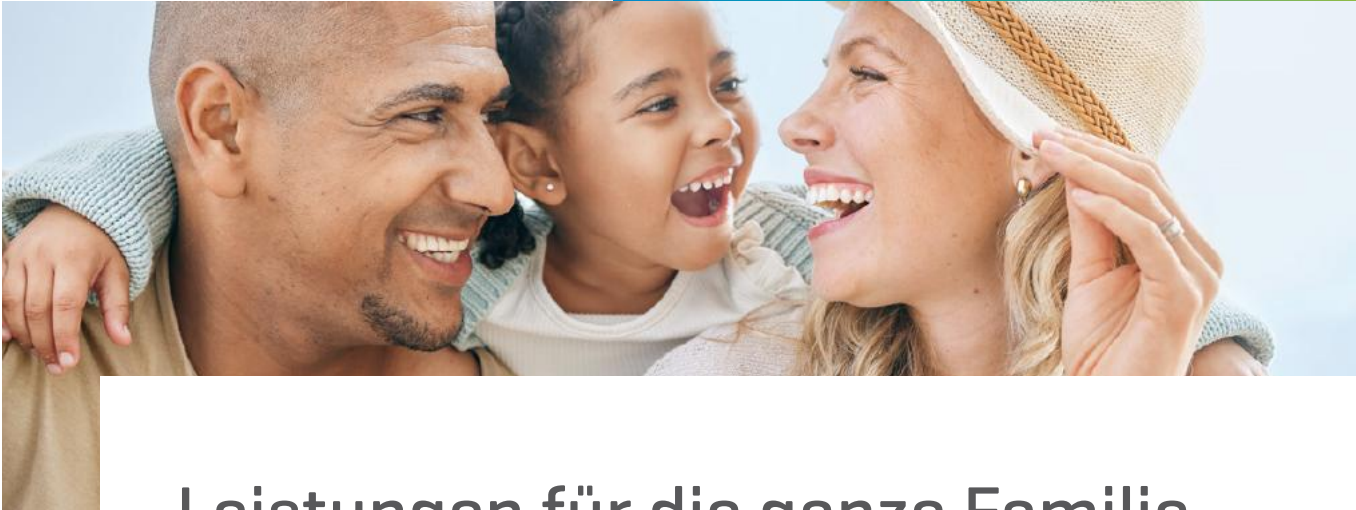
Eine Schwangerschaft verändert das ganze Leben – und plötzlich ergeben sich viele Fragen. Unsere speziell geschulten Beraterinnen unterstützen Sie unter anderem bei der Suche nach einer Hebamme, informieren über den Anspruch auf Mutterschaftsgeld und über mögliche Zusatzleistungen sowie finanzielle Unterstützung.

## Geburtsvorbereitungskurs

Im Geburtsvorbereitungskurs erfahren Sie, was Sie bei der Geburt erwartet, erhalten Antworten auf Ihre Fragen und bekommen wertvolle Tipps. Damit sich beide Elternteile gut auf die Geburt vorbereiten können, übernimmt die Heimat Krankenkasse die Teilnahmekosten auch für eine Begleitperson Ihrer Wahl (z. B. für den werdenden Vater).

## Babybonusprogramm

Die Zeit nach der Geburt eines Kindes ist sicherlich eine der spannendsten im Leben. Auch wir möchten Ihren Nachwuchs gebührend begrüßen und Sie zugleich daran erinnern, wie wichtig die richtige Gesundheitsvorsorge von Beginn an ist. Deshalb belohnen wir die umfassende Vorsorge und Früherkennung mit einer attraktiven Geldprämie.



## Leistungen für die ganze Familie

Eine glückliche und gesunde Kindheit ist der optimale Start in ein langes Leben. Bei der Heimat Krankenkasse ist jedes Familienmitglied bestens aufgehoben, denn wir haben ein umfassendes Angebot von Leistungen, das speziell auf die Bedürfnisse von Kindern, aber auch von Ihnen als Eltern abgestimmt ist. Und natürlich sind Ihre Kinder über Sie kostenfrei mitversichert!

### Bonusprogramm und Kinderbonusprogramm

Die Heimat Krankenkasse belohnt Bewegung und Vorsorge mit attraktiven Geldprämien – für Sie und Ihre Kinder. Neben einer Vielzahl von Vorsorgeuntersuchungen belohnen wir auch sportliche und gesundheitsfördernde Aktivitäten. Je mehr Maßnahmen Sie wahrnehmen, desto höher fällt Ihr Bonus aus.

### Professionelle Zahnreinigung

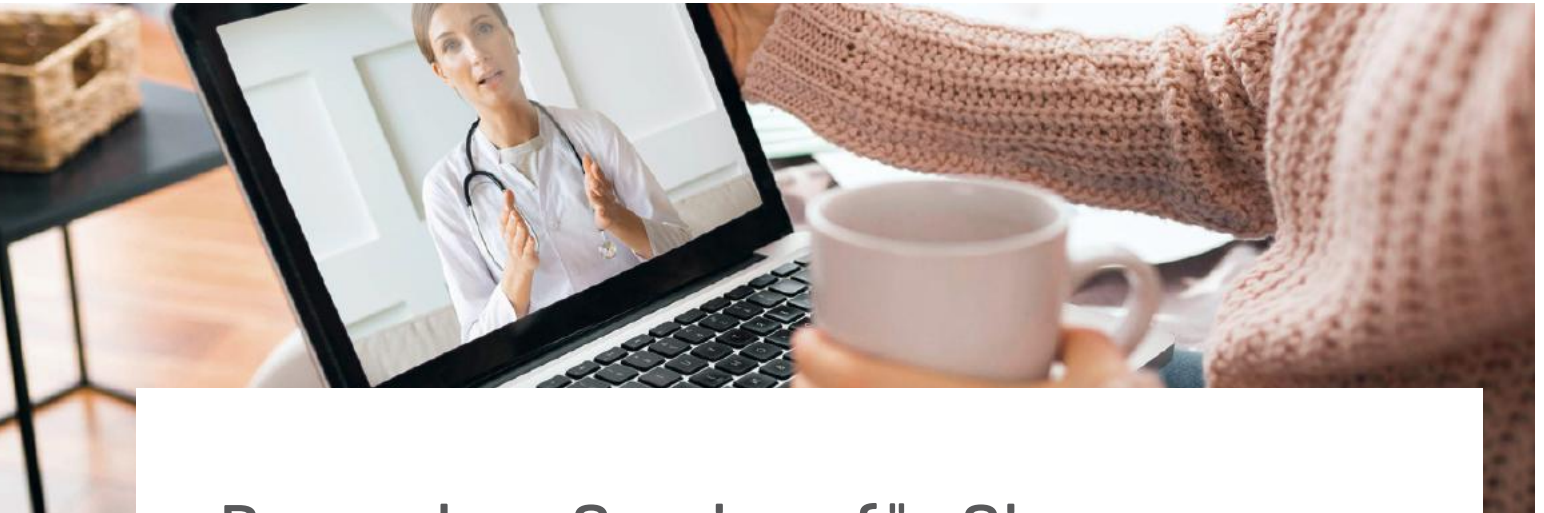
Gesunde Zähne und ein strahlendes Lächeln tragen zum Wohlbefinden bei. Die ideale Ergänzung der persönlichen Mundpflege ist die professionelle Zahnreinigung (PZR), die wir einmal jährlich bei einem Zahnarzt oder einer Zahnärztin Ihrer Wahl bezuschussen.

### Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche

Haben jüngere Familienmitglieder gesundheitliche Beschwerden, bevorzugen viele Eltern zunächst die sanften und natürlichen Formen der Medizin. Die Heimat Krankenkasse bezuschusst daher nicht verschreibungspflichtige, apothekenpflichtige Arzneimittel der Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren.

### Osteopathie

Die Osteopathie ist eine besonders sanfte Art, Beschwerden zu lindern, und daher sogar schon für kleinere Kinder geeignet. Manchmal ist es ausreichend, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren. Deshalb fördert die Heimat Krankenkasse den Einsatz von Osteopathie bei Mutter, Vater und Kind.



## Besondere Services für Sie

Mehrfach ausgezeichneter Service, individuelle Beratung, vorbildliche Erreichbarkeit und großes persönliches Engagement – wir tun alles, damit sich unsere Versicherten bei uns gut aufgehoben und betreut fühlen. Sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen zu den Themen „Gesundheit“ und „Krankheit“ haben, denn nur über den Dialog mit unseren Kundinnen und Kunden lassen sich immer wieder neue Lösungen, Ideen und Leistungen entwickeln, die wirklich ankommen. Viele unserer Angebote stehen Ihnen rund um die Uhr zur Verfügung.

### Ärzte-Telefon

Das unabhängige Ärzte-Telefon der Heimat Krankenkasse ist an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr für Sie erreichbar. Die medizinische Beratung erfolgt überwiegend telefonisch und bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit allen gesundheitlichen und medizinischen Fragen direkt an eine Ärztin oder einen Arzt zu wenden.

### Arztterminservice

Einen Termin bei einem Facharzt oder einer Fachärztin zu vereinbaren, kann eine Herausforderung sein. Wer ist auf mein Beschwerdebild spezialisiert? Wie soll ich während meiner eigenen Arbeitszeit anrufen? Der Arztterminservice der Heimat Krankenkasse nimmt Ihnen die Terminvereinbarung ab – in der Regel innerhalb von 48 Stunden.

### Arzneimittelberatung

Gesetzliche Regelungen und Verordnungen zu Rezepten und Zuzahlungen können kompliziert sein. Wir nehmen uns Zeit für Sie und beraten Sie ganz individuell – und natürlich kostenlos.

### Pflegeberatung

Die Pflege eines hilfebedürftigen Angehörigen ist eine Aufgabe, die viele Fragen aufwirft. Ob es um Informationen zu Leistungen und Finanzierungsmöglichkeiten geht oder um Ihre persönliche Situation zuhause – die Pflegeberatung der Heimat Krankenkasse findet eine Lösung.



# Leistungen mit finanziellem Vorteil

Ihre Gesundheit ist unser höchstes Anliegen, deshalb erhalten Sie bei uns viele Leistungen mit finanziellen Vorteilen.

- ✓ **Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche**  
Kostenerstattung von **bis zu 80 Euro**
- ✓ **Babybonus**  
Willkommensprämie von **bis zu 200 Euro** für alle absolvierten Vorsorgemaßnahmen im ersten Lebensjahr
- ✓ **Bonusprogramm**  
Je mehr Maßnahmen, desto höher die Geldprämie:  
z. B. **145 Euro** für vier Bewegungs- und sechs Vorsorgemaßnahmen
- ✓ **Erweiterte zahnärztliche Leistungen**  
Kostenbeteiligung von **bis zu 40 Euro**
- ✓ **Geburtsvorbereitungskurs für eine Begleitperson**  
Zuschuss von rund **110 Euro**
- ✓ **Gesundheitskurse/Gesundheitsprogramme (Auszeit/Aktivwoche)**  
Präventionsbudget von **200 Euro** für bis zu zwei Präventionsmaßnahmen
- ✓ **Hebammenrufbereitschaft**  
Zuschuss von **bis zu 250 Euro**
- ✓ **Individuelle Vorsorgeuntersuchungen**  
Kostenerstattung von **bis zu 50 Euro**
- ✓ **Kinderbonusprogramm**  
Volles Sparschwein: z. B. **60 Euro** für zwei Bewegungs- und vier Vorsorgemaßnahmen
- ✓ **Osteopathie**  
Kostenbeteiligung von **bis zu 120 Euro**  
(max. drei Sitzungen à 40 Euro)
- ✓ **Professionelle Zahnreinigung**  
Zuschuss von **80 Euro**
- ✓ **Schutz- und Reiseschutzimpfungen**  
Zuschuss von **300 Euro**
- ✓ **Zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft**  
Kostenerstattung von **bis zu 100 Euro**



## Erfahren Sie mehr!

Weitere Informationen und alle Details zu den Leistungen der Heimat Krankenkasse finden Sie auf unserer Website unter [www.heimat-krankenkasse.de](http://www.heimat-krankenkasse.de)



Einfach QR-Code scannen



# So einfach wechseln Sie zur Heimat Krankenkasse

Sie möchten von unseren umfangreichen Top-Leistungen profitieren? Dann wechseln Sie am besten noch heute zur Heimat Krankenkasse:

- ✓ Füllen Sie einfach online den Mitgliedschaftsantrag aus und lehnen Sie sich zurück – um alles Weitere kümmern wir uns für Sie!
- ✓ Den Mitgliedschaftsantrag finden Sie unter **[www.heimat-krankenkasse.de/mitglied-werden](http://www.heimat-krankenkasse.de/mitglied-werden)**.
- ✓ Noch schneller geht es mit dem Smartphone: **QR-Code scannen und Mitgliedschaftsantrag ausfüllen!**

## Ihr Wechsel zu uns ist jederzeit möglich:

- ✓ Sie sind bereits zwölf Monate bei Ihrer aktuellen Kasse versichert und wechseln mit einer Frist von zwei Monaten zum Monatsende zu uns.
- ✓ Sie wechseln Ihren Arbeitgeber und kommen mit der neuen Beschäftigungsaufnahme sofort zu uns.
- ✓ Sie haben ein Sonderkündigungsrecht, weil Ihre aktuelle Krankenkasse den Beitrag erhöht. In dem Fall wechseln Sie in dem Monat, in dem Ihre bisherige Krankenkasse den erhöhten Beitrag erstmals erhebt, mit einer Frist von zwei Monaten zu uns.

## Unsere Beitragssätze:

### Allgemeiner Beitragssatz:

Für Mitglieder mit Anspruch auf Krankengeld.

**16,44 %**

### Ermäßigter Beitragssatz:

Für Mitglieder ohne Anspruch auf Krankengeld.

**15,84 %**

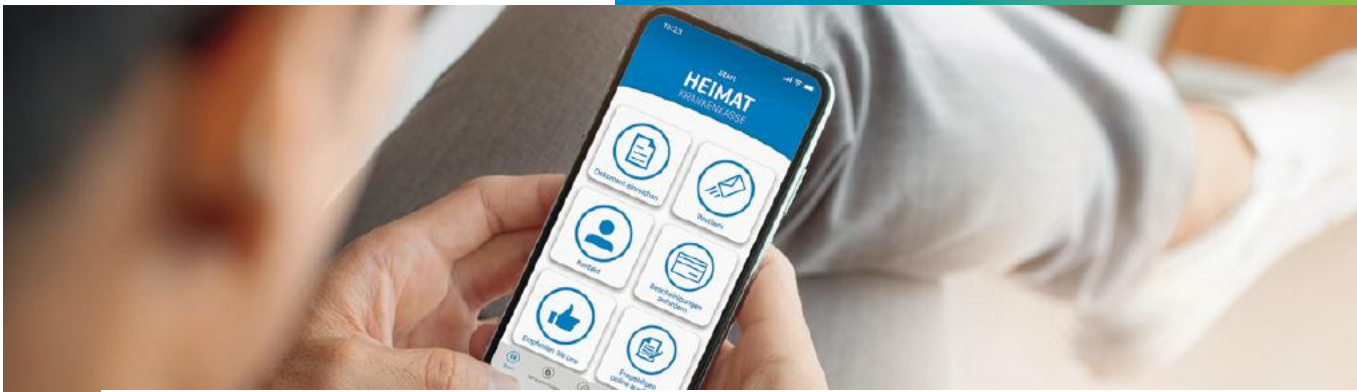


## Einfach Mitglied werden

Weitere Informationen sowie den Mitgliedschaftsantrag zum Ausfüllen finden Sie unter **[www.heimat-krankenkasse.de/mitglied-werden](http://www.heimat-krankenkasse.de/mitglied-werden)**



QR-Code  
scannen und  
Mitglied werden.



## Unsere ServiceApp

Rechnungen einreichen, Bankdaten ändern, Bescheinigungen anfordern – mit der ServiceApp der Heimat Krankenkasse können Sie viele Ihrer Anliegen schnell und bequem per Smartphone oder Tablet erledigen. Insbesondere der Austausch von Dokumenten mit uns wird für Sie deutlich schneller und komfortabler.

Ihre persönlichen Informationen sind dabei natürlich jederzeit bestens geschützt. Alle Daten innerhalb der ServiceApp werden über eine verschlüsselte Verbindung (SSL) übertragen und ausschließlich auf zertifizierten deutschen Servern gespeichert. Die Nutzung der App ist für Sie kostenlos und absolut freiwillig.

### Schnell, bequem und einfach:

- ✓ Rechnung einreichen: z. B. für Osteopathie oder professionelle Zahnreinigung
- ✓ Anträge auf Leistungen papierlos stellen: z. B. auf Haushaltshilfe oder Zuzahlungsbefreiung
- ✓ Dokumente übermitteln: z. B. Steuerbescheid oder Studienbescheinigung
- ✓ Änderung Ihrer persönlichen Daten: z. B. Adresse, Bankverbindung oder Nachname nach Heirat
- ✓ Direkter Draht zur Heimat Krankenkasse: Rückrufservice, Kontaktformular und Service-Nummern
- ✓ Dokumente empfangen: Versicherungs- und Mitgliedsbescheinigungen, Bescheide, Infos und Dokumente der Heimat Krankenkasse erhalten Sie in Ihr digitales Postfach

### Empfehlen Sie uns weiter – wir sagen Danke mit 25 Euro!

Empfehlen Sie das vielfältige Service- und Leistungsangebot der Heimat Krankenkasse auch Ihren Freundinnen und Freunden, Verwandten und Bekannten. Teilen Sie hierfür einfach Ihren persönlichen Empfehlungslink. Für jede neue Mitgliedschaft, die wir Ihnen zuordnen können, erhalten Sie von uns automatisch eine Prämie von 25 Euro. Einfach online unter: [www.heimat-krankenkasse.de/empfehlen](http://www.heimat-krankenkasse.de/empfehlen) oder über unsere ServiceApp.

# Wir sind für Sie da

**Service-Telefon:**  
0800 1060100 [kostenfrei]

Mo – Fr: 7.00 – 20.00 Uhr      Wir sind telefonisch für  
Sa: 9.00 – 14.00 Uhr          Sie erreichbar.

**Kontaktformular:**  
[www.heimat-krankenkasse.de/kontakt](http://www.heimat-krankenkasse.de/kontakt)

**Zentrale Postanschrift:**  
Herforder Straße 23, 33602 Bielefeld

Entdecken Sie unser Fitmacher-Magazin mit  
spannenden Themen rund um Ihre Gesundheit

[www.fitmacher.de](http://www.fitmacher.de)



**Bielefeld**  
Herforder Straße 23, 33602 Bielefeld  
T. 0521 92395-0

**Wittenburg**  
Südring 5, 19243 Wittenburg  
T. 038852 383600

**Budenheim**  
Rheinstraße 27, 55257 Budenheim  
T. 06139 7374600

**Wittlich**  
Zum Rachtiger Wald 3, 54516 Wittlich  
T. 06571 9073600