

EINBLICK

Kundenmagazin

April 2006

INHALT

- 2 **Gesund essen – die neue Nährwerttabelle**
- 3 **Prophylaxe – das beste »Heilmittel« Kundenumfrage**
- 4 **Organspendeausweis schafft Klarheit
Naturheilkunde und Alternativmedizin**
- 5 **Fit im Job
Gesundheitsportal: Newsletter für Kunden**
- 6 **Auslandsschutz für GKV-Versicherte
Im Alter reichlich trinken**
- 7 **Mitglieder empfehlen und gewinnen**
- 8 **PKV – aktiv gegen Aids**

Mit Erfahrung und Kompetenz das Gesundheitssystem weiterentwickeln

Liebe Leserinnen und Leser,

— bestimmt verfolgen auch Sie mit großem Interesse die Entwicklungen im Gesundheitswesen. Neben den politischen Entscheidungsträgern melden sich immer öfter auch Betroffene zu Wort. Bereits kurz nach Jahresbeginn sorgte zum Beispiel die Ärzteschaft mit zahlreichen Protestaktionen für großes Aufsehen.

— In öffentlichen Kundgebungen machte sie darauf aufmerksam, dass Entscheidungen in der Gesundheitspolitik jeden betreffen. So werden beispielsweise die Grundzüge der Vergütung ärztlicher Leistungen gesetzlich festgeschrieben, jedoch sind diese nach Meinung der Ärzte vor allem bei den gesetzlich versicherten Kassenpatienten längst nicht mehr ausreichend. Ohne ihre Privatpatienten wären viele Praxen von der Schließung bedroht. Auch die Anschaffung neuer Geräte ist häufig nur möglich, weil Arztleistungen bei Privatpatienten angemessen vergütet werden. Auf diese Weise unterstützen die privat Versicherten solidarisch das deutsche Gesundheitswesen.

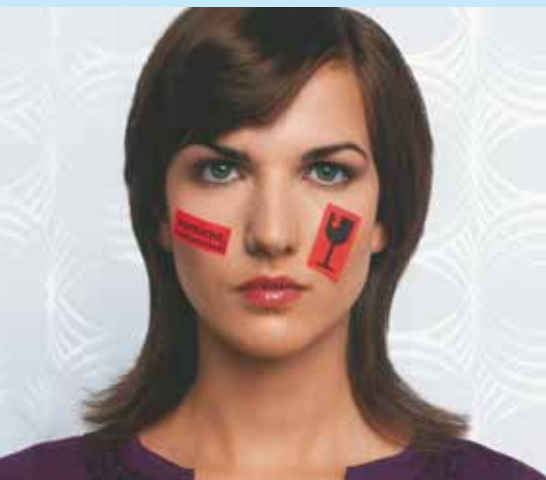
— Vertreten durch den Verband der privaten Krankenversicherer (PKV) setzt sich die HALLESCHE unter anderem für eine Stärkung des Wettbewerbs im Gesundheitswesen ein. Denn mit ihrer Erfahrung

und Kompetenz kann die PKV viel zu einer zukunftsweisenden Weiterentwicklung des bestehenden Gesundheitssystems beitragen. Sichtbar wird das Engagement des Verbands beispielsweise in der neuen Medienkampagne. Unter www.fuer-eine-gesunde-zukunft.de finden Sie nähere Informationen hierzu. Machen Sie sich einfach selbst ein Bild.

— Ihre HALLESCHE ist für die Zukunft bestens gerüstet. Im Geschäftsjahr 2005 konnten wir die Verwaltungskosten senken. Zudem zeichnete uns die unabhängige Ratingagentur ASSEKURATA erneut mit dem Urteil »Sehr gut« (A+) aus. Als erster deutscher Krankenversicherer erhält die HALLESCHE diese Bewertung bereits zum achten Mal in Folge. Darüber freuen wir uns sehr. Denn das fundierte Urteil von ASSEKURATA zeigt, dass die HALLESCHE gut aufgestellt ist und zuverlässig nach vorne blicken kann.

Ihre HALLESCHE Krankenversicherung auf Gegenseitigkeit

Der Vorstand



Die »Kleine Nährwerttabelle« – damit gesundes Essen leichter wird!

Berichte über Diäten oder Ernährungsempfehlungen finden sich fast täglich in den Medien. Gesunde Ernährung ist für viele Menschen ein wichtiges Thema. Die Folgen von Fehlernährung wie Übergewicht, Diabetes, Arteriosklerose oder andere Stoffwechselerkrankungen sind bekannt. Doch oft fehlen sichere Informationen, wie eine Ernährungsumstellung erreicht werden kann.

— Eine gesunde ausgewogene Ernährung ist dem individuellen Energiebedarf angepasst, denn sowohl Übergewicht als auch Untergewicht können auf Dauer schädlich sein. Die bedarfsgerechte Zufuhr lässt sich dabei am einfachsten durch regelmäßige, z. B. wöchentliche, Gewichtskontrollen überprüfen. Der Energiegehalt der Nahrung wird in Kilojoule (kJ) bzw. Kilokalorien (kcal) ausgewiesen. Die Energie liefernden Hauptbestandteile sind Protein (Eiweiß) und Kohlenhydrate mit jeweils 17 kJ/g bzw. 4 kcal/g, Fett mit 37 kJ/g (9 kcal/g) und Alkohol mit 29 kJ/g (7 kcal/g).

— Wer Gewicht reduzieren möchte, sollte auf Alkohol verzichten und die Fettaufnahme reduzieren. Wenn Getreideprodukte, Gemüse und Obst den Hauptanteil der Ernährung bilden und mit frischen Lebensmitteln, fettarmen Milchprodukten sowie fettarmen Käse- oder Wurstsorten ergänzt werden, ist »gesund und schmackhaft« leicht zu realisieren. Auch die gelegentliche Verwendung von Butter oder der Genuss einer (!) Praline ist dann kein Problem.



Neue Gesundheitsbroschüre

— Mit der neuen Broschüre »Die kleine Nährwerttabelle der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.« stellt die HALLESCH ihren Versicherten ein zuverlässiges Nachschlagewerk zu den Inhaltsstoffen der wichtigsten Lebensmittel zur Verfügung. Die Tabellen zeigen übersichtlich den Gehalt an Energie, Fett, Eiweiß, Kohlenhydraten, Ballaststoffen, Mineralstoffen, Vitaminen und Cholesterin in ca. 400 Lebensmitteln. Die Angaben beziehen sich jeweils auf 100 g essbaren Anteil des genannten Lebensmittels, sodass die Daten praxistgerecht vorliegen und leicht handhabbar sind.

Hilfestellung für alle, die auf ihre Ernährung achten wollen – oder müssen

— Die »Kleine Nährwerttabelle« gibt exakte Antworten und lädt ein zu Entdeckungen: so liefert Schweinehals mit 197 kcal/100 g ungefähr doppelt soviel Energie wie Kalbsfilet mit 95 kcal/100 g. Die alte Streitfrage »Butter oder Margarine?« geht, wenn man nur den Energiegehalt betrachtet, mit 751 kcal/100 g zu 722 kcal/100 g ziemlich unentschieden aus. Dafür bietet die Milch wieder viel Einsparpotenzial: wer statt Kondensmilch dieselbe Menge fettarme Milch in den Kaffee rührt, spart 84 kcal/100 g.



Mehr Informationen

— Die »Kleine Nährwerttabelle« können Sie kostenlos mit der beiliegenden Antwortkarte bei uns anfordern. Viele nützliche Informationen zum Thema »Ernährung« finden Sie natürlich auch in unserem Gesundheitsportal im Internet unter www.hallesche-gesundheitsportal.de

Prophylaxe bleibt die beste Methode

Warum Heilmittel wirken, aber nicht heilen können

— Zu den Heilmitteln gehören definitionsgemäß Maßnahmen der physikalischen Therapie, der Stimm-, Sprech- und Sprachtherapie, sowie der Ergotherapie. Physikalische Therapie wird hauptsächlich von Physiotherapeuten und Masseurinnen vorgenommen, Stimm-, Sprech- und Sprachtherapie durch Logopäden und Sprachheilpädagogen, während Ergotherapie durch entsprechend ausgebildete Ergotherapeuten erfolgt.

— Sprachlich ist der Begriff des »Heilmittels« hingegen nicht ganz richtig. Denn kaum eines der so genannten Heilmittel heilt. Sie eignen sich aber zur Linderung von Symptomen und Schmerzen. Besonders gerne und intensiv werden Heilmittel bei der Behandlung von Rücken- und Gelenkbeschwerden eingesetzt, wobei Rückenleiden verschiedenster Art und Ursache der mit Abstand häufigste Grund für die Verordnung von Heilmitteln sind. Dass Heilmittel insgesamt gesehen hohe Gesundheitskosten verursachen, verwundert kaum: Etwa jeder dritte Deutsche leidet laut Gesundheitsstatistik aktuell an Rückenschmerzen.



Aktive Maßnahmen bei Rückenbeschwerden

— Physikalische Therapien können dieses Beschwerdebild lindern. Hierzu zählen Massage und Bewegungstherapie (Krankengymnastik) sowie die Traktionsbehandlung, Elektro-, Inhalations- und Thermotherapie. Man unterscheidet dabei aktive von passiven Maßnahmen. Massagen sind dementsprechend passive Maßnahmen. Doch die aktiven Maßnahmen – insbesondere die Krankengymnastik – sind in aller Regel wirksamer. Wichtig ist dabei, dass sie nicht nur in der Praxis des Physiotherapeuten durchgeführt werden, sondern gut eingeübt und am besten täglich zu Hause wiederholt werden. Nur dann ist auch eine nachhaltige Wirksamkeit zu erwarten.

Vorbeugen – die beste Medizin

— Der Grund für Rückenbeschwerden liegt aber woanders; nämlich darin, dass wir uns zu wenig bewegen, und wenn wir uns bewegen, den Rücken häufig falsch oder einseitig belasten. Doch dies können wir durch leichte sportliche Betätigung, Gewichtsnormalisierung und Rückenschule ändern. Denn ganz besonders gilt auch hier: Prophylaxe ist viel wichtiger und wirksamer als die Therapie bereits eingetretener Beschwerden.

Unser Tipp

— Wie Sie sich im Büro-Alltag ganz gezielt Rückenschmerzen vom Leib halten, lesen Sie in dieser EINBLICK-Ausgabe auf Seite 5.

Mitglieder-Meinungen 2005

Hohe Zufriedenheit mit der HALLESCHER

— Um zu erfahren, wie gut es uns bisher gelungen ist die Erwartungen unserer Kunden zu erfüllen, haben wir im Herbst 2005 wieder gemeinsam mit dem unabhängigen Marktforschungsinstitut psychonomics AG eine repräsentative Auswahl unserer Versicherten schriftlich befragt. Das Interesse war groß: Mehr als 5.000 Mitglieder haben uns anhand eines umfangreichen Fragebogens ihre Meinung über die HALLESCHER mitgeteilt. Dafür ganz herzlichen Dank!

— Besonders gefreut hat uns die hohe Kundenzufriedenheit. Mit insgesamt 95 % zufriedenen Versicherten erreichen wir im Marktvergleich einen ganz hervorragenden Wert. Wir konnten aber auch wichtige Hinweise darüber gewinnen, an welchen Stellen wir uns noch verbessern können. Denn unser Ziel für die Zukunft ist es, dass Sie sich auch weiterhin bei der HALLESCHER gut aufgehoben fühlen.

— Grund zur Freude hatte auch Herr Uwe Bommersheim aus Fernwald über den Gewinn des Hotelgutscheins im Wert von 500 €, der unter allen Teilnehmern ausgelost wurde. Herzlichen Glückwunsch!



Organspende

Eine Aufgabe von allen für alle!

Wenn die Organe versagen, kann eine Transplantation lebenswichtig sein. Doch die Warteliste ist größer als die Zahl der Spenderorgane.

— Nur rund zwölf Prozent der Bevölkerung haben einen Organspendeausweis ausgefüllt, obwohl mehr als 70 % der Bundesbürger bereit wären, nach ihrem Tod Organe zu spenden. Diese Kluft zwischen der positiven Einstellung und der tatsächlichen Dokumentation des Willens hängt sicherlich auch damit zusammen, dass dieses Thema in den persönlichsten Bereich des Menschen eingreift. So besteht einerseits der Wunsch zu helfen und Leben retten zu können. Auf der anderen Seite steht der eigene Tod, der von vielen verdrängt wird.

Der Ausweis schafft Klarheit

— Falls kein Organspendeausweis vorhanden ist, müssen die Angehörigen nach

dem mutmaßlichen Willen des Verstorbenen gefragt werden. Gerade in der Trauer ist dies für die Familie eine enorme Belastung. Die Angehörigen müssen sich sehr schnell entscheiden, denn Atmungs-, Herz- und Kreislauffunktionen können nach dem Tod nur kurzfristig aufrechterhalten werden. Dass die Organe noch funktionieren, ist Voraussetzung für die Spende.

— Deshalb ist es wichtig, Verantwortung zu übernehmen und die persönliche Entscheidung zu dokumentieren. Auf dem Organspendeausweis können Sie der Spende von Organen uneingeschränkt zustimmen oder diese auf bestimmte Organe beschränken. Sie kann aber auch ausgeschlossen werden.



Anfordern

— Den Organspendeausweis können Sie mit der beigefügten Antwortkarte kostenlos bei uns anfordern. Weitere Informationen sowie den Ausweis zum Download finden Sie auch in unserem Gesundheitsportal unter www.hallesche-gesundheitsportal.de in der Rubrik »Themen«.



Grundlegende Unterschiede

Naturheilkunde und Alternativmedizin

Naturheilkundliche Behandlung erfreut sich in Deutschland und anderen zentral-europäischen Staaten großer Beliebtheit. Bereits in einer 1994 veröffentlichten FORSA-Studie wurde festgestellt, dass über 80 % unserer Bevölkerung gegenüber Naturheilkunde positiv eingestellt sind und eine große Zufriedenheit mit naturheilkundlicher Behandlung besteht. Naturheilkunde gilt als »sanfte« nebenwirkungsarme Medizin.

— Obwohl Naturheilkunde und Alternativmedizin zwei grundlegend unterschiedliche Therapierichtungen darstellen, profitieren auch die alternativmedizinischen Behandlungsverfahren vom guten Ruf der Naturheilkunde. Naturheilkundliche Verfahren tragen diese Bezeichnung nur dann zu Recht, wenn sie sich bevorzugt in der Natur vorkommender Mittel und Erscheinungen bedienen, um den Menschen diagnostisch und therapeutisch in seiner Gesamtheit zu erfassen. Zu diesen klassischen Naturheilverfahren gehören die Behandlung mit Wasser und Bädern, Wärme und Kälte, die Lichttherapie und

Bewegungstherapie, ebenso wie die Behandlung mit pflanzlichen Präparaten und die so genannte Ordnungstherapie.

— Alternativmedizinische Behandlung hingegen hat mit Naturheilkunde in aller Regel nichts zu tun. Unter diesem Begriff wird eine sehr große Zahl von völlig unterschiedlichen Methoden zusammengefasst, wobei die meisten weder auf ihre Anwendungssicherheit, das heißt Nebenwirkungen und Komplikationen, noch auf ihre Wirksamkeit wissenschaftlich untersucht sind. Beispiele von alternativen Behandlungsmethoden sind die Mega-

Vitamintherapie, Behandlung mit Nahrungsergänzungsmitteln, Bachblütentherapie, Bioresonanztherapie, Colon-Hydrotherapie, Elektroakupunktur nach Voll, Eigenbluttherapie, Hämatogene Oxidationstherapie und die Therapie mit Nosoden und Organopreparaten.

Mehr Informationen

— Mehr zu Naturheilkunde und Alternativmedizin erfahren Sie in unserer gleichnamigen Broschüre, die Sie mit der beiliegenden Antwortkarte kostenlos anfordern können.

Der Rücken sagt Danke!

— Verspannter Nacken, schwere Schultern, müder Rücken – wer viel Arbeit am Schreibtisch verbringt, kennt diese Beschwerden nur all zu gut. Rund 80 % aller Deutschen haben im Lauf ihres Berufslebens mit Rückenschmerzen zu tun. Die häufigste Ursache ist zu wenig Bewegung und falsches Sitzen am Arbeitsplatz. Dabei ist richtiges Sitzen relativ einfach zu erlernen und durch die Beachtung einiger Regeln können Fehlbelastungen vermieden werden. Schon ein individuell eingestellter Arbeitsstuhl und PC-Bildschirm ersparen Ihnen eine übermäßige Belastung der Wirbelsäule.

Richtiges Sitzen leicht gemacht

— Lassen Sie die Oberarme locker herabhängen, sie sollen einen Winkel von 90° oder mehr zu den Unterarmen bilden. Die Unterarme wiederum bilden eine waagerechte Linie zur Tastatur. Auch der optimale Winkel zwischen Ober- und Unterschenkel beträgt mindestens

90°, wobei die Füße ganzflächig auf dem Boden stehen.

- Nutzen Sie schwingbare Rückenlehnen. Je höher das Körpergewicht ist, desto härter sollte die Gasdruckfeder der Lehne eingestellt sein.
- Der optimale Sehabstand zwischen Augen und Bildschirm liegt zwischen 50 und 60 cm, ab 17 Zoll großen Bildschirmen wird ein Abstand von 60 – 80 cm empfohlen.
- Arbeitsmittel, die oft benutzt werden, sollten direkt vor Ihnen oder im Greifraum liegen, damit der Körper nicht verdreht werden muss.
- Stehen Sie beim Telefonieren öfters einmal auf. Sie haben dann nicht nur mehr Standfestigkeit, sondern auch eine sicherere und kräftigere Stimme und entlasten Ihren Rücken. Ändern Sie häufig Ihre Sitzhaltung – dynamisches Sitzen entlastet Ihre Wirbelsäule ebenfalls.

— Und ganz wichtig: Sorgen Sie möglichst oft für frische Luft.

Fitness-Übung am Schreibtisch

— Setzen Sie sich gerade hin und strecken Sie die Arme nach vorne aus. Dann tief einatmen, die Arme senkrecht in die Höhe heben und weit nach hinten strecken. Machen Sie dabei 3 tiefe Atemzüge. Lassen Sie danach die Arme seitlich hängen, beugen Sie sich nach vorne bis der Oberkörper auf den Oberschenkeln ruht. Lassen Sie den Kopf zwischen den Knien hängen und entspannen Sie ca. 20 Sekunden. Falten Sie dann aus dieser Position heraus die Hände hinter Ihrem Rücken und atmen Sie tief ein und aus. Wiederholen Sie dann die Übung noch einmal.

— So können Sie sich innerhalb von 2 Minuten entspannen und frische Kraft schöpfen.

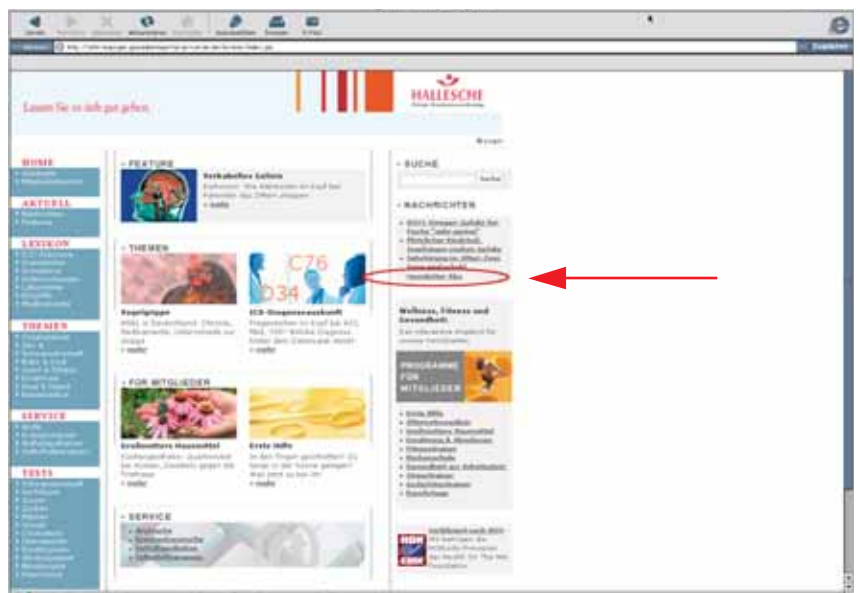
Kostenloser Online-Service

Der Gesundheits-Newsletter für Kunden

— Sie interessieren sich für aktuelle Gesundheitsthemen, praktische Gesundheits-Tipps oder neue Erkenntnisse aus der Medizin? Dann ist unser elektronischer Newsletter genau das Richtige. Melden Sie sich bei uns im Gesundheitsportal mit Ihrer E-Mail-Adresse an und schon erhalten Sie wöchentlich die HALLESCHER Gesundheits-News mit den neuesten Informationen.

So einfach geht's

— Die Internetadresse www.hallesche-gesundheitsportal.de eingeben, auf **Newsletter Abo** klicken, dann im Anmeldeformular die **E-Mail-Adresse** eingeben und abschicken.



Sommerzeit – Reisezeit

Auslandsschutz für gesetzlich Krankenversicherte

— Die Hälfte aller reisewilligen Bundesbürger beabsichtigt in 2006 ihren Urlaub im europäischen Ausland zu verbringen – so das Ergebnis der 22. Deutschen Tourismusanalyse. Nach wie vor sind Spanien und Italien die beliebtesten Reiseziele der Deutschen. Jeder Zehnte entscheidet sich sogar für ein außereuropäisches Urlaubsland. Doch wer übernimmt die Kosten, wenn im Ausland ein Arzt benötigt oder ein Krankenhausaufenthalt erforderlich wird?

— Für Mitglieder einer gesetzlichen Krankenversicherung leistet die Krankenkasse auch für die im europäischen Ausland entstehenden Kosten – im Allgemeinen aber nur für einen Teil. Am einfachsten ist es, wenn Sie die EHC (European-Health-Insurance Card) oder die entsprechende Ersatzbescheinigung besitzen und damit im Ausland Ärzte und

Krankenhäuser aufsuchen. Diese Karte erhalten Sie bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse. Sie gilt in allen 25 EU-Staaten sowie in Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz. Eine zusätzliche »private« Auslandsreise-Krankenversicherung ist auch im europäischen Ausland empfehlenswert. Besteht diese bei der HALLESCHEN, werden die Restkosten von uns im tariflichen Umfang abgedeckt.

Unser Auslandsservice

— Im Fall der Fälle können sich unsere Auslandsreise-Versicherten rund um die Uhr unter +49 (0) 7 11/66 03-39 30 an das HALLESCHEN_Auslands-Notruftelefon wenden – insbesondere für Krankenrücktransporte aus dem Ausland und die weltweite Betreuung bei stationären Krankenhausaufenthalten.



Tipp

— Die Auslandsreise-Krankenversicherung (Tarif URJE) können Sie direkt bei uns im Internet unter www.hallesche.de abschließen. Oder wenden Sie sich an Ihren Ansprechpartner im Außendienst.

Gesunder Durst

Wer im Alter viel trinkt, unterstützt das Gedächtnis



— Die Deutschen werden immer älter. In den letzten 125 Jahren hat sich die durchschnittliche Lebenserwartung mehr als verdoppelt. Gründe hierfür sind bessere Lebensbedingungen und eine angemessenere medizinische Versorgung. Doch mit den Jahren kommen auch Probleme

auf uns zu: Ab einem gewissen Alter lässt die Durchblutung des Gehirns und damit auch die geistige Leistungsfähigkeit verstärkt nach. Viel Trinken, eine ausgewogene Ernährung, Gedächtnistraining und körperliche Bewegung sind wichtige Faktoren, um dem mentalen Alterungsprozess entgegenzuwirken.

— Ein wesentlicher Grund für die abnehmende geistige Mobilität bei Senioren ist die nicht ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Gerade alte Menschen haben ein reduziertes Durstempfinden und vergessen, regelmäßig zu trinken. Dadurch dickt das Blut ein und das Gehirn wird nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Auch die Gefahr eines Schlaganfalls erhöht sich. Zudem lässt im Alter auch die Nierenfunktion nach, was aber durch eine vermehrte Flüssigkeitszufuhr ausgeglichen werden

kann. Deshalb gilt: Reichlich trinken – am besten Mineralwasser, ungesüßte Früchte- und Kräutertees oder Fruchtsaftschorle.

Trink-Tipps für Senioren:

- Schon morgens eine ausreichende Trinkmenge für den Tag bereitstellen – möglichst in Reichweite
- Zu den Mahlzeiten immer ein Glas Mineralwasser oder Kräuter- bzw. Früchtetee trinken
- In Ruhepausen ans Trinken denken
- Abends eine kleine Kontrolle: Wie viel haben Sie tatsächlich getrunken?

Mitglieder empfehlen Mitglieder

Zusatzversicherung: auch als gesetzlich Krankenversicherter immer bestens geschützt!

Vor Gesundheitsreformen schützt man sich als Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse am besten mit einer privaten Zusatzversicherung. Denn so können alte wie neue Lücken optimal geschlossen werden und sinnvolle Extraleistungen den bestehenden Kassenschutz deutlich aufwerten.

— Bei der HALLESCHER privat Zusatz-versichert zu sein, bietet gesetzlich Krankenversicherten vielfältige Vorteile, zum Beispiel:

- Ein individueller und starker Versicherungsschutz mit lebenslang garantierten Leistungen und einem attraktiven Preis-Leistungs-Verhältnis
- Privatpatient im 1- oder 2-Bettzimmer mit Chefarztbehandlung und freier Krankenhauswahl
- Extra-Bargeld für jeden Tag im Krankenhaus
- Weniger Eigenanteile bei Zahnersatz, Brille & Kontaktlinsen, Auslandsreisen, Hilfsmittel, Heilpraktikerbehandlung oder Zahninlays
- Verdienstausschlagsschutz bei längerer Krankheit oder
- Finanzielle Sicherheit im Pflegefall

— 300.000 Menschen haben Ihren persönlichen Zusatzversicherungsschutz der HALLESCHER anvertraut. Und jeden Tag kommen weitere Versicherte hinzu – davon jeder fünfte Neukunde auf Empfehlung eines bereits bei uns versicherten Mitglieds.

Schenken Sie Freunden eine gute Erfahrung

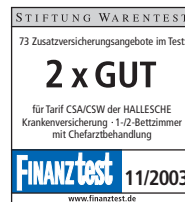
— Sind auch Sie mit der HALLESCHER zufrieden? Dann empfehlen Sie uns doch einfach einmal weiter – z.B. Ihren Verwandten, Freunden oder Kollegen. Denn seit Jahren erzielen wir hervorragende Ergebnisse in den unabhängigen Tests und Vergleichen der Wirtschaftspresse. Die

HALLESCHER ist also ganz sicher ein sehr guter Tipp und immer eine Empfehlung wert.



2006

zum 8. Mal in Folge »SEHR GUT«



www.finanztast.de



— Für jedes neue Mitglied in einem unserer Zusatzversicherungstarife für gesetzlich Krankenversicherte oder natürlich auch in der privaten Krankenvollversicherung bedanken wir uns bei Ihnen mit einer attraktiven Prämie*.



Dankeschön sichern und Traumpreis gewinnen

— Unter allen erfolgreichen Empfehlungen verlosen wir zusätzlich 3 Erlebnis-Preise*:

- 1. Preis: Wohlfühl-Wochenende im Wert von 500,- € in einem Steigenberger Hotel Ihrer Wahl
- 2. Preis: Traum-Wochenende mit dem BMW Z4 Cabrio – inklusive 1.500 Freikilometer und Versicherungsschutz
- 3. Preis: Ein Ticketgutschein für 2 Personen für ein Stage Holding Musical nach Wahl



So einfach geht's

— Anruf unter **07 11/66 03-30 00**, Unterlagen anfordern oder uns gleich Ihre Interessenten und Prämienwünsche mitteilen, oder

— Direkt im Internet unter **www.hallesche.de/mitgliederempfehlung** das Online-Formular ausfüllen, Wunschprämie ankreuzen und absenden.

*Teilnahmebedingungen:

Dieses Angebot gilt nur bis zum 31.01.2007. Bitte beachten Sie, dass Mitversicherungen ab Geburt und Auslandsreise-Krankenversicherungen von dieser Aktion ausgeschlossen sind. Mitarbeiter und Geschäftspartner der HALLESCHER sowie deren Angehörige sind nicht teilnahmeberechtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gemeinsam gegen Aids

Die PKV engagiert sich in der HIV-Prävention der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Seit Mitte des Jahres 2005 unterstützt die private Krankenversicherung die HIV-/Aids-Präventionsarbeit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Ein Ausbau der Aidsprävention ist wichtig, weil die Zahl der Neuinfektionen wieder zunimmt. Die Kooperation trägt dazu bei, die bisherigen Erfolge in der Aids-Prävention in Deutschland zu sichern und den neuen Herausforderungen wirksam zu begegnen.

Jeder Erfolg aus mehr als 20 Jahren Aids-Prävention ist eine gute Nachricht. Jede neue HIV-Infektion ist eine schlechte!

In den letzten 20 Jahren konnten in Deutschland mindestens 30.000 HIV-Infektionen vermieden werden. Mindestens 30.000 Menschen blieben so Leid, Krankheit und vorzeitiger Tod erspart – und dem Gesundheitssystem jährlich 450 Millionen Euro. Dieser Erfolg ist vielen engagierten Partnern in der Aids-Prävention zu verdanken. Aber der Kampf gegen HIV und Aids ist nicht gewonnen. Gerade die steigende Zahl der Neuinfektionen in Deutschland macht gezielte Präventionsarbeit wichtiger denn je. Helfen auch Sie uns dabei, den Kampf gegen HIV und Aids zu gewinnen!

GIB AIDS KEINE CHANCE

Du sollst vergessen: Nur ein Kondom, das man benutzt, schützt!

Die Anzeige der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, unterstützt vom Verband der privaten Krankenversicherung e.V.
Weitere Informationen: www.gib-aids-keine-chance.de und Telefonberatung: 01805-333-444 (12 Ct./Min., nur beim Festnetz)

PKV
BZgA

— Mit der Zusammenarbeit beginnt auch für die bundesweite Kampagne »Gib Aids keine Chance« der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ein neuer Abschnitt. Es wird eine intensivere Ansprache der Bevölkerung möglich, die so in den letzten Jahren nicht mehr finanzierbar war. Ziel der Aids-Aufklärung ist es, die Menschen zu motivieren, sich vor einer Ansteckung mit dieser immer noch nicht heilbaren Krankheit zu schützen. Sie richtet sich besonders auch an Jugendliche und junge Erwachsene, die aus Altersgründen den Aids-Schock der 80er Jahre nicht mehr erlebt haben.

Verantwortung wahrnehmen

— Die Maßnahmen kommen dem gesamten Gesundheitswesen in Deutschland – den gesetzlich wie den privat Versicherten und der Gesellschaft insgesamt – zugute. Die private Krankenversicherung

übernimmt damit ihre gesundheitspolitische Verantwortung auch im Bereich der Primärprävention, die eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe ist.

— Mit der Aids-Prävention wird ein Aufgabenfeld mit nachgewiesener Wirksamkeit und günstiger Kosten-Nutzen-Relation gefördert: Durch die bisherigen Präventionsmaßnahmen konnten seit dem Start im Jahr 1987 mindestens 30.000 HIV-Infektionen vermieden werden. Das bedeutet auch mehr als 450 Millionen Euro ersparte Gesundheitskosten jährlich.

Link-Tipp

— Mehr Informationen zur Aids-Prävention der BZgA finden Sie auch unter www.gib-aids-keine-chance.de

IMPRESSUM

- **Herausgeber**
HALLESCHKE Krankenversicherung
auf Gegenseitigkeit, 70166 Stuttgart

- Verbund ALTE LEIPZIGER - HALLESCHKE
- **Internet**
www.hallesche.de
- **E-Mail**
service@hallesche.de
- **Service-Telefon**
0 18 01/42 55 37, Mo. – Fr. 8 – 20 Uhr
(9 – 18 Uhr: 4,6 Ct./Min.; 8 – 9 Uhr und
18 – 20 Uhr: 2,5 Ct./Min.)
- **Verantwortlich**
Zentralbereich Markenmanagement
- **Redaktionsleitung**
Markus Schölkopf
- **Redaktionsmitglieder**
Dr. Jacqueline Böhme, Simone Fischer,
Udo Gröger, Marten Gubernath, Dr. Rainer
Hakimi, Sonja Hebisch, Katja Kruszynski,
Ulrich Seidel, Kerstin Sigle, Susanne Traub
- **Realisation**
types GmbH, Stuttgart
- **Druck**
Georg Kohl GmbH, Brackenheim