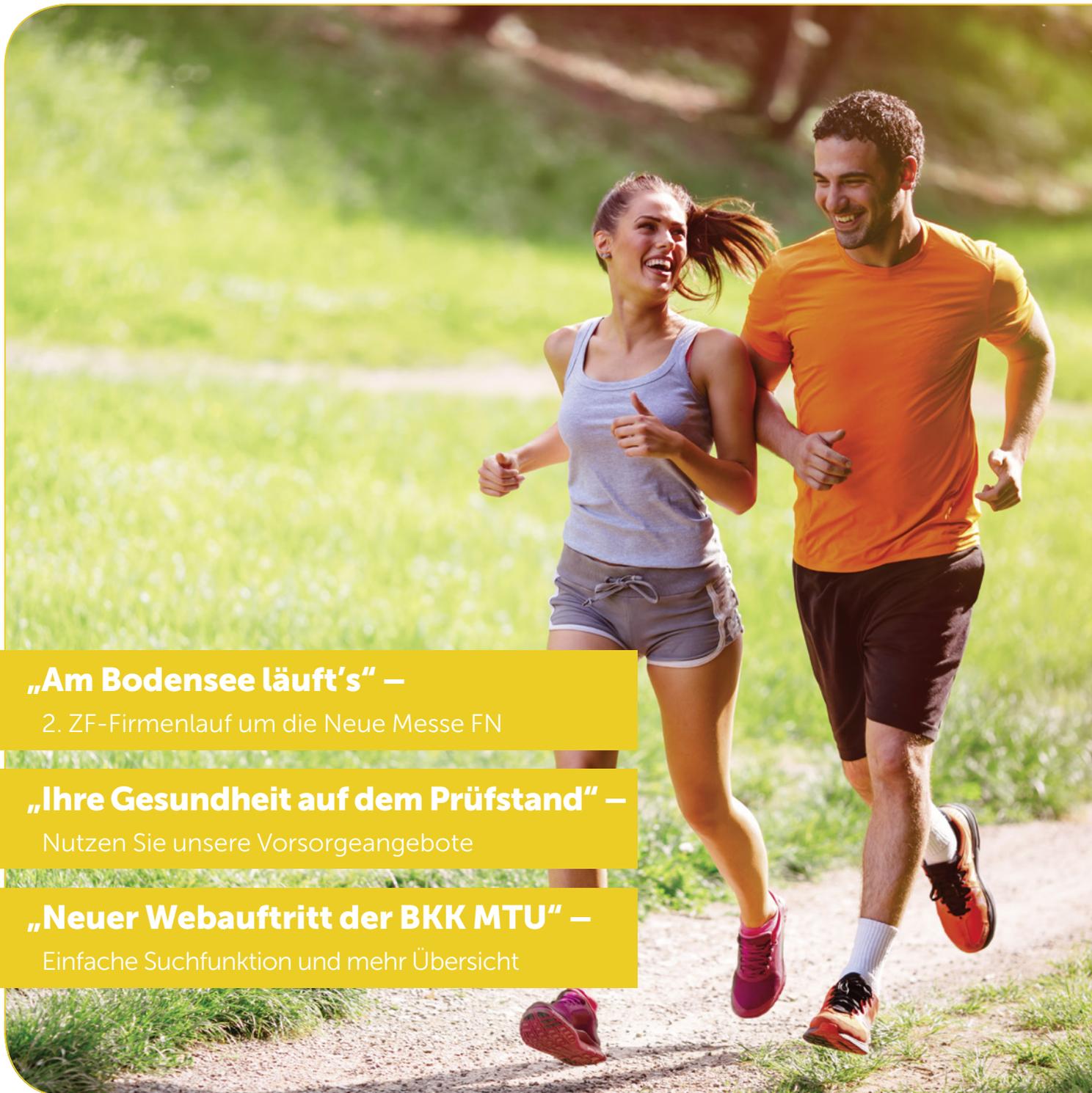


# GESUNDHEIT

Das Magazin der **BKK MTU** 



## „Am Bodensee läuft's“ –

2. ZF-Firmenlauf um die Neue Messe FN

## „Ihre Gesundheit auf dem Prüfstand“ –

Nutzen Sie unsere Vorsorgeangebote

## „Neuer Webauftritt der BKK MTU“ –

Einfache Suchfunktion und mehr Übersicht





## Liebe Leser der Gesundheit,



dass unser Darm mit 32 m<sup>2</sup> Gesamtoberfläche unser größtes Organ ist wussten Sie sicherlich bereits. Aber wussten Sie auch, dass im Darm über 70 % der Abwehrzellen unseres Immunsystems sitzen? Erreger oder Gifte gelangen vorwiegend über die Nahrungsaufnahme in unseren Körper, weshalb ein gesunder Darm immens wichtig für unsere Gesundheit ist.

Im Rahmen unserer diesjährigen Gesundheitskampagne „Ich hab's gecheckt“ bieten wir aus diesem Grund allen unseren Versicherten eine umfassende Darmvorsorge an. Darmkrebs lässt sich durch frühzeitige Vorsorge fast immer verhindern. Hierbei kann man entsprechende Veränderungen bereits erkennen und reagieren, auch wenn noch keine Symptome vorhanden sind. Deshalb hoffe ich, dass wir möglichst viele Mitglieder dazu bewegen können, Verantwortung für ihren Körper zu übernehmen.

Kommen Sie zu uns und informieren Sie sich, z. B. am 19. Juli beim zweiten ZF Firmenlauf Friedrichshafen. Dort sind wir nicht nur mit einem Stand vertreten, wir stellen auch ein Team und ich lehne mich jetzt mal ganz weit aus dem Fenster und behaupte: Wir werden die schnellste Krankenkasse Deutschlands sein! Und das, obwohl dieses Jahr über 2.500 Firmenläufer erwartet werden. Wir haben hochkarätige Leute bei uns, die hochmotiviert für uns an den Start gehen.

Für alle, die nicht ganz so ambitionierte Sportler sind oder noch einen kleinen Schubs benötigen, freue ich mich über die Eröffnung des Riedlewald-Parcours im Rahmen des Projektes „Platzwechsel“. Der Riedlewald-Parcours wurde in Zusammenarbeit mit uns, zwei weiteren BKKs und der Stadt Friedrichshafen entwickelt. Damit wollten wir gemeinsam eine Möglichkeit für Jedermann schaffen, sich sportlich an der frischen Luft zu betätigen ohne sich erst um teure Ausrüstung kümmern zu müssen oder Anmeldehürden zu meistern, die bei Kursen auftreten.

Zu guter Letzt noch etwas, was mich persönlich sehr freut: Der Verwaltungsrat hat sich erneut entschieden, seine Sitzungsgelder an den Kinderhospizdienst „Amalie“ zu spenden, deren ehrenamtliche Mitarbeiter Großes leisten. Diese Menschen fangen Leid ab und lindern es, so gut es geht.

Zu allen von mir angesprochenen Themen lesen Sie mehr dazu in dieser Sommerausgabe der „Gesundheit“.

Ihnen allen einen tollen Sommer,

Herzlichst Ihr  
Roland Dietz

## Inhaltsverzeichnis



### Gesund werden

Gesundheitscheck: Zur Inspektion bitte! – Gesundes Leben und Darmkrebsvorsorge	4
Erster Diversity Day in Friedrichshafen! – Es lebe der Unterschied	6
Unsere neue Homepage ist online – Schnell zur gesuchten Information	7
ZF Firmenlauf Friedrichshafen – Sport, Spaß und Party	8

### Gesund bleiben

Platzwechsel: vom Sofa in den Riedlewald! – Der neue Sport-Parcours für Jedermann	9
Datensicherheit bei der BKK MTU – Die EU-Datenschutzgrundverordnung	10

### Mitglied sein

Sorgenfrei in den Urlaub – Auslandskrankenversicherung	11
Pures Leben unter der Zugspitze – Der Staudacherhof	12
BKK MTU-Spende an Kinderhospiz Amalie	14
Kinderseite	15
So erreichen Sie uns	16

**Impressum** • GESUNDHEIT erscheint viermal im Jahr im Rahmen der gesetzlichen Verpflichtung der BKK zur Aufklärung über Rechte und Pflichten aus der Sozialversicherung • Herausgeber, Verlag und Redaktion: KAOS Werbeagentur, Poststraße 11, 88239 Wangen, Tel. 07522-795040, in Zusammenarbeit mit der BKK MTU Friedrichshafen • Verantwortlich: BKK MTU, Roland Dietz • Redaktion der BKK MTU: Philipp Maier • Artdirection: Martin Hassenstein • Layout: Martin Neumann • Herstellung: Joachim Obert • Druck: Carbus Produktionsagentur GmbH, 88239 Wangen • BKK-Versicherte erhalten das Magazin im Rahmen ihrer Beiträge durch ihre BKK. Abonnementbestellungen bei KAOS Werbeagentur, Wangen. Eine Kündigung des Abonnements ist

zum 31. Dezember eines Jahres mit halbjährlicher Kündigungsfrist möglich. Ist die KAOS Werbeagentur durch höhere Gewalt, Streik und dgl. an ihrer Leistung verhindert, so besteht keine Ersatzpflicht. **Bildnachweis** • Titel: Shutterstock@nd3000; Impressum: Shutterstock@Maridav; Gesundheitscheck: BKK MTU & Felix Burda Stiftung; Diversity Day: shutterstock@Rawpixel.com; Homepage@Rafael Fernandez; Firmenlauf Friedrichshafen: shutterstock@Pavel1964; Platzwechsel@BKK MTU; DSGVO: shutterstock@PureSolution; Auslandskrankenversicherung: shutterstock @ Sunnystudio; Staudacherhof@Privat & Sophia Lohse; Kinderhospiz: BKK MTU; Kinderseite: shutterstock@Lanaart & Lyudmyla Kharlamova



## Gesundheitscheck – Zur Inspektion bitte!

Im Rahmen unserer diesjährigen Gesundheitskampagne „Ich hab's gecheckt“ möchten wir Sie inspirieren und motivieren bewusster auf Ihre Lebensweise zu achten, frühzeitig warnende Signale des Körpers wahrzunehmen und drauf zu reagieren. Im Lauf des Jahres haben Sie in verschiedenen Bereichen Gelegenheit, Ihre Gesundheit auf den Prüfstand zu stellen.

Ein Ölwechsel in der Küche, ein bisschen mehr Bewegung oder ein wenig mehr Zeit für sich selbst. Bereits kleine Veränderungen des Lebensstils können das Wohlbefinden spürbar steigern und sind von größter Bedeutung für einen gesundheitsfördernden Lebensstil.

Warum nicht mal ein neues Öl ausprobieren und Veränderung in Ihre Ernährung bringen? Bei unserer Verteilaktion im Werk 1 und 2 der MTU/RRPS FN haben wir gemeinsam mit dem Team von LIFE insgesamt 4.500 Fläschchen Öl (Leinöl, Kokosöl und Olivenöl) verteilt und dabei auf unsere Aktion „Ich hab's gecheckt“ aufmerksam gemacht. Jeder Beschäftigte hatte dabei die Möglichkeit sich über die Kampagne und Vorsorgetermine zu informieren. Im Zentrum der Kampagne stehen Gesundheits-Checks – von der Früherkennung von Haut- oder Darmkrebserkrankungen bis zur Analyse wichtiger Stoffwechselfparameter.

### Darmkrebsvorsorge – aus Lust am Leben

Was für viele andere Erkrankungen zutrifft gilt für Darmkrebs ganz besonders: er lässt sich durch frühzeitige Vorsorge fast immer verhindern! Von den ersten Anzeichen bis zum Ausbruch der bösartigen Erkrankung können 10 Jahre vergehen. Entsprechende Veränderungen erkennt man jedoch meist nur im Rahmen der



Vorsorge, denn die Erkrankung selbst verläuft über einen langen Zeitraum symptomlos. Unerkannt und unbehandelt kann Darmkrebs innerhalb von 12 Monaten zum Tod führen.

Ein gesunder Lebensstil ist auf jeden Fall in vielfacher Hinsicht erstrebenswert, garantiert aber leider keinen 100-prozentigen Schutz vor einer Darmkrebserkrankung. Bei deren Entstehung spielen zahlreiche weitere Faktoren eine Rolle. Gerade wenn die erbliche Komponente zutrifft, also wenn in der Familie Darmkrebs vorkommt, besteht ein deutlich erhöhtes Erkrankungsrisiko; und das auch durchaus schon in jüngeren Jahren.

Eine Abklärung des individuellen Risikos und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen sind also immens wichtig, um nicht selbst irgendwann von der inzwischen dritthäufigsten Krebserkrankung in Deutschland betroffen zu sein. Die Aktion „Darmkrebsvorsorge – machen Sie mit!“ beginnt am 25. Juni 2018.

### Und so läuft die Darmkrebsvorsorge ab:

Los geht es mit dem Ausfüllen eines Online-Fragebogens unseres Dienstleisters **KME** unter [www.kern-medical.com/rrps](http://www.kern-medical.com/rrps) oder telefonisch unter **07071-1388990**.

Ein Ärzteteam ermittelt daraufhin Ihr persönliches Risiko. Unauffällige Ergebnisse werden schriftlich mitgeteilt, bei auffälligen Ergebnissen tritt ein Arzt mit Ihnen in Kontakt und informiert Sie über weitere Schritte.

Es gibt beispielsweise folgende Möglichkeiten: Wer jünger ist als 45 Jahre und keine weiteren Risiken aufweist erhält allgemeine Informationen und – sofern gewünscht – einen Test auf verborgenes Blut im Stuhl. Teilnehmer ab 45 Jahren oder solche, die ein erhöhtes Risiko aufweisen, erhalten automatisch einen Darmkrebstest. Wer älter als 55 ist und bislang keine Darmspiegelung in Anspruch genommen hat oder wessen Test ein deutlich erhöhtes Risiko aufzeigt, erhält ebenfalls einen Test und zudem das Angebot für ein telefonisches ärztliches Beratungsgespräch.

Für die Teilnahme an der Darmkrebsvorsorge gibt es bei der BKK MTU einen Stempel in das Feld Basisbonus (Vortrag). Bitte bringen Sie Ihr Bonusheft zur Vorsorgeuntersuchung mit.

In diesem Zusammenhang möchten wir auf unseren nächsten Termin aufmerksam machen. Für die Teilnahme erhalten Sie ebenfalls einen Stempel. Thema:

### Der Darm – Zentrum des Wohlfühlens

Zum Vortrag der Referentin Dr. Heike Niemeier (Dipl. Ökotrophologin) sind alle herzlich eingeladen. Er ist für alle MTU Mitarbeiter/-innen sowie Partner/-innen kostenfrei.

Montag, 2. Juli 2018, 17–18 Uhr in der KMH-Kantine, Maybachstraße 16.

Ebenso sollten Sie sich die einmalige Gelegenheit nicht entgehen lassen und das Darmmodell der Felix-Burda-Stiftung besuchen. Vom 26. bis 28. Juni 2018 macht das überdimensionale, begehbare Modell bei uns Station. Dort können Sie sich

auf höchst anschauliche Weise über die Darmkrebsvorsorge informieren.

Weitere Informationen zu allen Veranstaltungen und Vorsorgeuntersuchung finden Sie auf unserer neuen Homepage unter [www.bkk-mtu.de](http://www.bkk-mtu.de) oder der offiziellen Homepage zur Gesundheitskampagne 2018 unter <http://bkk-kampagne-2018.de>. Informationen zum Darmmodell der Felix-Burda-Stiftung und viele weitere Infos rund um den Darm finden Sie unter:

[www.felix-burda-stiftung.de](http://www.felix-burda-stiftung.de)

Sparen Sie Geld mit Ihrer Gesundheit! Sammeln Sie Stempel, dokumentieren Sie damit Ihre Maßnahmen und senden Sie uns bis spätestens zum 31. Dezember 2018 Ihr ausgefülltes Bonusheft zurück an: BKK MTU, Hochstraße 40, 88045 Friedrichshafen



Das überdimensionale, begehbare Darmmodell der Felix-Burda-Stiftung macht vom 26. bis 28. Juni bei uns Station. Foto: © Felix Burda Stiftung.



## Erster Diversity Day in Friedrichshafen!

Welche Unternehmenskultur leben wir heute, welche brauchen wir morgen? Leben wir Wertschätzung und erkennen wir die Chancen von Vielfalt? Sind unsere Teams bunt? Diese und andere Fragen wurden am 5. Juni 2018 auf dem ersten Diversity Day in Friedrichshafen diskutiert.

Impulse hierzu kamen unter anderem von Marcus A. Wassenberg und Prof. Meike Tilebein, vorrangig zum Thema, wie man im Unternehmen gemeinsame Vielfalt erleben und gestalten kann. Außerdem bekamen die Besucher weitere Einblicke in die Themen durch die Podiumsdiskussion mit dem Arbeitsdirektor, dem Betriebsrat und weiteren interessanten Gästen. Deutschlandweit findet der Diversity-Day in diesem Jahr bereits zum 6. Mal unter dem Motto „Flagge zeigen für Vielfalt“ statt.

Gerade in unserer Region, wo dringend Fachkräfte benötigt werden, ist es für Unternehmen wichtig, sich als attraktiver Arbeitgeber zu präsentieren und sich für Vielfalt zu öffnen. Genau dafür soll der Diversity Day die Belegschaft und die Gesellschaft sensibilisieren. Ihre BKK MTU war an diesem Tag mit vertreten, denn dieses Thema betrifft uns genauso.

Diversity umfasst sowohl sichtbare als auch unsichtbare Merkmale. Mit den sichtbaren Merkmalen meint man: Geschlecht, Alter, sexuelle Orientierung und Identität, ethnische Herkunft und Nationalität, Behinderung, Religion und Weltanschauung. Die nicht zwingend sichtbaren Merk-

male können solche sein, wie die individuellen Sichtweisen, Perspektiven und Einstellungen, die das Handeln von Menschen bedingen.

So werden z. B. Menschen mit körperlicher oder psychischer Beeinträchtigung im Arbeitsprozess oft mit verminderter Produktivität gleichgesetzt. Gegen diese Sichtweise anzukämpfen ist vorrangig die Aufgabe für uns als Ihre Krankenkasse. Diversity-Maßnahmen können dabei helfen, den Blick generell auf Talente und nicht auf Defizite von Beschäftigten zu richten. Es geht darum, die Arbeitsprozesse in Organisationen zu optimieren, beispielsweise durch barrierefreie Arbeitsplätze. Auch der Leistungswandel in unterschiedlichen Lebensphasen und die damit verbundene Anpassung von Arbeitsplätzen an die jeweiligen Fähigkeiten spielen eine Rolle.

Die volle Bandbreite von „Diversity“ in ein Unternehmen zu integrieren ist sicherlich eine große Aufgabe, aber sich darauf einzustellen die vielfältigen, unterschiedlichsten Persönlichkeiten einzubeziehen und gleichwertig zu behandeln rechnet sich für Organisationen.



## Unsere neue Homepage ist online!

Ihre Meinung ist uns wichtig! Die Kundenzufriedenheitsanalyse hat uns gezeigt: unsere Homepage könnte einfacher gestaltet werden und verfügt über ungenutztes Entwicklungspotential. Wir nehmen Ihre Wünsche und Anregungen auf und freuen uns, Ihnen seit Mitte Mai unsere neue Homepage präsentieren zu dürfen.



Das neue Design unseres Internetauftritts ist nun übersichtlicher gegliedert und bietet allen Versicherten und Interessierten umfangreiche Informationen.

Im Fokus dabei stehen unsere kassenspezifischen Leistungen, sowie eine einfache Suchfunktion, durch die Sie schnell und unkompliziert einen Einblick in unser umfassendes Leistungsspektrum erhalten können. Mit den Hauptmenüpunkten: Aktuelles, Gesundheit, Leistungen, Pflegeleistungen, Mitgliedschaft und Arbeitgeber wollen wir Ihnen, je nach Anliegen, den Einstieg in das jeweilige Thema erleichtern.

Für eine ausführliche Beratung stehen wir Ihnen natürlich persönlich am Telefon oder bei uns im Hause zur Verfügung. Die Homepage soll Ihnen lediglich als Überblick für allgemeine Fragen die-

nen bzw. als Portal, in dem Sie sich über unser Angebot generell informieren können. Die Praxis hat uns gezeigt, dass jeder Versicherte seine ganz persönlichen Fragen und Bedürfnisse hat; auf diese möchten wir gerne genauso persönlich in einem Gespräch eingehen. Zusätzlich bieten wir Ihnen auf unserer neuen Homepage einen Rückrufservice an, der es Ihnen ermöglicht, Datum und Uhrzeit des gewünschten Rückrufes selber zu bestimmen. Ziel ist es, Ihnen den größtmöglichen Nutzen zu bieten und flexibel und individuell auf Ihre Anliegen eingehen zu können.

Gerne möchten wir Sie einladen, einmal durch die Seiten zu klicken und unser gesamtes Angebot zu entdecken. Wir hoffen sehr, Ihnen auf der Website Anregungen zu liefern, wie zum Beispiel unter der Rubrik: „Zeit für mich“. Hier finden Sie all unsere Angebote für einen gesunden Körper und eine gesunde Seele. Dies beinhaltet das Thema Kuren und Rehabilitation oder die BKK-Aktivwoche (AKON) – der von uns bezuschusste Urlaub für Körper und Geist. Ebenso bieten wir in dieser Rubrik eine Übersicht über die vielen von uns qualitätsgeprüften und geförderten Präventionskurse. Wenn Sie aktiv werden wollen für Ihre Gesundheit, übernehmen wir hier bis zu 240 Euro. Also, gleich reinschauen und den passenden Kurs finden!

[www.bkk-mtu.de](http://www.bkk-mtu.de)

Wir wünschen Ihnen viel Spaß auf unserer neuen Homepage!



## Firmenlauf Friedrichshafen – In die Turnschuhe!

Nach dem Motto gemeinsam laufen und feiern – Sport, Spaß und Party findet am Donnerstag, dem 19. Juli 2018 der Startschuss zum zweiten ZF-Firmenlauf Friedrichshafen auf dem Gelände der Neuen Messe statt.

Wir als Ihre Krankenkasse wollen stets mit gutem Beispiel vorangehen; deshalb sind wir beim Firmenlauf-Friedrichshafen nicht nur mit einem Stand vertreten sondern stellen auch ein Team. Außerdem lehnen wir uns jetzt mal ganz weit aus dem Fenster und behaupten: Wir werden die schnellste Krankenkasse Deutschlands sein! Da haben wir vollstes Vertrauen, denn wir haben hochkarätige Leute bei uns, die hochmotiviert für uns an den Start gehen. Dabei werden dieses Jahr am 19. Juli über 2.500 Firmenläufer aus 160 Unternehmen zum großen Breitensportspektakel rund um die Neue Messe erwartet.

### Am Bodensee läuft's!

Um 18.00 Uhr, wenn der Startschuss zum 2. ZF-Firmenlauf Friedrichshafen fällt, die Maschinen abgestellt und die Computer heruntergefahren sind, die Blaumänner und Anzüge gegen Sportklamotten getauscht und anstelle der Pumps die Laufschuhe mit zur Arbeit genommen werden – dann heißt es wieder: „Friedrichshafen läuft und feiert!“ Die Veranstaltung in Friedrichshafen motiviert tausend Mitarbeiter/innen aus den verschiedensten Unternehmen und Institutionen aus der Bodensee-Region, sich gemeinsam auf die 5-km-Strecke zu begeben. Für alle, die nach den 5 Kilometern

noch genug Kraft und Kondition in den Beinen haben, gibt es bei der großen After-Run-Party die Möglichkeit, zu Live-Musik zu tanzen und mit den Kollegen den Feierabend bei einem kühlen Getränk ausklingen zu lassen.

### Wer kann mitmachen und wie wird gewertet?

Mitmachen können 3er-Teams und Einzelstarter aus Unternehmen, Institutionen, Behörden, Verbänden und Schulen aus der gesamten Bodensee-Region. Das Mindestalter beträgt 15 Jahre. Gewertet werden nur Teams und zwar in folgender Zusammensetzung: Drei Läufer/innen pro Team in drei Wertungsklassen: Team Frauen, Team Männer, Team Mixed (mind. eine Starterin bzw. Starter). Einzelmeldungen sind möglich, jedoch gibt es keine Wertung und Siegerehrung für Einzelstarter/innen. Es gibt keine Altersklassen. Zusätzlich wird noch gewertet, wer das größte Team gestellt und welches Unternehmen die meisten Azubis an den Start gebracht hat. Außerdem gibt es eine Kostümwertung für das kreativste Team. Anmeldungen sind noch bis zum 2. Juli möglich. Also los geht's!

Weitere Infos gibt es unter [www.firmenlauf-fn.de](http://www.firmenlauf-fn.de) mit Tipps zu Lauftreffs, Rahmenprogramm usw.

## Platzwechsel – Vom Sofa in den Riedlewald!

Für alle nicht ganz so ambitionierten Sportler oder diejenigen, die noch einen kleinen Schubs vom Sofa benötigen, gibt es nun den Riedlewald-Parcours. Passend zur Kampagne „Platzwechsel – Bewege dein Leben“ bietet der neu eröffnete Parcours ein abwechslungsreiches, dauerhaftes und kostenloses Bewegungsangebot in Friedrichshafen.

# PLATZ WECHSEL

BEWEGE DEIN LEBEN

Der Riedlewald-Parcours wurde in Zusammenarbeit mit der BKK MTU, der BKK Gildemeister-Seidensticker, der BKK ZF & Partner und der Stadt Friedrichshafen anlässlich des Projekts „Platzwechsel“ entwickelt. Damit sorgen wir mit unseren Partnern nicht nur für mehr Bewegung, sondern schaffen als Abschluss des Projekts Platzwechsel auch nachhaltige Strukturen. Mit dem Bewegungsparcours wollten wir gemeinsam eine Möglichkeit für Jedermann schaffen, sich sportlich an der frischen Luft zu betätigen ohne sich erst um teure Ausrüstung kümmern zu müssen oder Anmeldehürden zu meistern, die bei Kursen auftreten. Schlichtweg alle, die Lust auf Bewegung an der frischen Luft haben und eine Alternative zum Fitnessstudio suchen, können dem nun im neuen Riedlewald-Parcours aktiv „nachgehen“.

Auf einer Laufstrecke von ca. 1,5 km befinden sich insgesamt sieben Trainingsstationen mit abwechslungsreichen Übungen für den ganzen Körper und jedes Fitnesslevel. Die Übungen werden dabei an vorhandenen Gegenständen, wie Bänken, Steinen oder einer Schaukel ausgeführt. An jeder Station befindet sich ein Schild mit der Übungsbeschreibung. Einsteigern wird empfohlen bei Station 1 zu starten und den Parcours bis

Station 7 zu durchlaufen. Eine Streckenübersicht befindet sich am Eingang Ecke Colmsmanstraße/Leutholdstraße.

Wer sich sein eigenes Workout zusammenstellen und den Parcours individuell nutzen möchte, findet auch eine online-basierte Version. Hier stehen die Streckenkarte und die Übungsanleitungen zum Download bereit.

In der Anfangszeit nach der symbolischen Eröffnung am 15. Mai 2018 durch Bürgermeister Andreas Köster gibt es die Möglichkeit, den Parcours mit der professionellen Trainerin Tanja Anger zu durchlaufen. Hierbei werden die einzelnen Übungen erklärt und bei Bedarf Hilfestellungen gegeben. Termine zu den Schnuppertrainings sowie weitere Informationen und die Möglichkeit zur kostenlosen Anmeldung gibt es unter:

[www.platzwechsel.jetzt/Friedrichshafen](http://www.platzwechsel.jetzt/Friedrichshafen).

Also: Turnschuhe an und los geht's!

Kontakt Daten: Tanja Anger: 0176 201 449 45, Treffpunkt: Am Riedlewald, Ecke Colmsmanstraße/Leutholdstraße, Friedrichshafen



Bürgermeister Andreas Köster testet den neuen Bewegungsparcours. Hier im Bild mit dem Profi-Trainer Christian Roß.

## EU-Datenschutz-Grundverordnung

### Ihre Daten sind bei der BKK MTU sicher!

Seit 25. Mai 2018 gilt europaweit die neue Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO). In Deutschland löst die DSGVO das bisherige Bundesdatenschutzgesetz ab. Strengere Auflagen veranlassen alle Unternehmen, die personenbezogene Daten verarbeiten, Anpassungen vorzunehmen und weitere Schutzmechanismen in Form von technischen und organisatorischen Maßnahmen umzusetzen.

Der Datenschutz spielt schon immer eine große Rolle in der BKK MTU. Es ist unsere Verpflichtung, uns anvertraute Daten zu schützen und damit auch die Menschen, denen die Daten zuzuordnen sind. Vom Zeitpunkt, an dem Sie uns Ihre Daten übermitteln bis zum Zeitpunkt, an dem wir Ihre Daten löschen – sofern diese nicht mehr benötigt werden oder die vorgeschriebenen Aufbewahrungsfristen abgelaufen sind – legen wir ein besonderes Augenmerk darauf, Ihre Daten vor Unbefugten zu schützen.

Natürlich ist seit der Einführung der DSGVO nicht alles neu, insbesondere da der strenge deutsche Datenschutz bei der neuen DSGVO Bestand hat. Neu ist die stark erweiterte Dokumentations- und Nachweispflicht, Risikobewertungen und Risikofolgeabschätzungen, eine erweiterte Melde- und Benachrichtigungspflicht bei Datenschutzverstößen, striktere Löschpflichten, eine datenschutzkonforme Dokumentation aller Verfahren, strengere Anforderungen bei Auftragsdatenverarbeitung, eine Stärkung der Betroffenenrechte und die Hinweispflicht bei freiwilligen Angaben wie Telefonnummern, Einwilligungen, E-Mail-Adressen und damit verbunden auch die Möglichkeit, diese zu widerrufen.

Sie als Versicherte unserer BKK MTU können sicher sein, dass Ihre Daten bei uns mit größter Sorgfalt behandelt wurden und werden. Die BKK MTU hat ein eigenes EDV-System, welches nicht mit dem der MTU Friedrichshafen/RRPS verbunden ist. Gegenseitige Einsichtnahmen sind daher nicht möglich. Alle unsere Mitarbeiter sind auf den Da-

tenschutz verpflichtet und haben entsprechende Schulungen erhalten. Zugriffe auf Ihre Daten sind nur passwortgeschützt möglich, die vorgeschriebenen Löschungen in Papierform und digital wird von unseren Datenschutzbeauftragten überwacht. Zusätzliche technische und organisatorische Maßnahmen, die nur einen gezielten Zugriff auf die Daten ermöglichen, sind implementiert.

Mit diesem Artikel wollen wir auch um Verständnis werben, dass es in bestimmten Bereichen strengere Auflagen gibt und gleichzeitig unserer Informationspflicht aufgrund der neuen Datenschutzgrundverordnung nachkommen. So können Adressänderungen sowie Änderungen der BIC und IBAN nur noch persönlich und nicht mehr telefonisch oder über Dritte veranlasst werden. Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage unter der Suche nach Datenschutzhinweise. Hier werden viele Fragen beantwortet wie z. B. welche Daten gespeichert werden oder wer mögliche Empfänger der Daten sind etc.

Haben Sie darüber hinaus noch weitere Fragen so können Sie sich auch gerne an unseren Datenschutzbeauftragten Herrn Ralph Baumann, Telefon 07541 90-2325 oder [datenschutz@bkk-mtu.de](mailto:datenschutz@bkk-mtu.de) wenden.

Wir respektieren und schützen Ihre Privatsphäre. Deshalb werden wir Sie in den kommenden Wochen persönlich anschreiben um Sie über weitere Schritte zum Thema Datenschutz zu informieren.



## Sorgenfrei in den Urlaub starten

Endlich ist es soweit: Sie ziehen die Tür hinter sich zu und ab geht es in den ersehnten Urlaub. Leider muss man vor Urlaubsantritt noch vieles erledigen, was nicht liegenbleiben kann und es gibt einiges zu klären.

So schön die Urlaubsauswahl ist, so belastend sind die Vorbereitungen manchmal. In einem Punkt allerdings können Sie völlig entspannt in den Urlaub starten – in puncto Auslandskrankenversicherung! Seit dem 1. Januar 2017 besteht für alle Mitarbeiter der Rolls-Royce Power Systems AG/MTU für private Auslandsreisen bis zu 6 Wochen am Stück automatisch Versicherungsschutz. Es handelt sich hierbei um eine zusätzliche Auslandskrankenversicherung der Barmenia und gilt, sofern Sie einen ständigen Wohnsitz in Deutschland haben.

Wenn Sie nicht alleine reisen, so denken Sie daran, für Ihre Familienangehörigen eine entsprechende Versicherung abzuschließen. Wir haben hierzu günstige Angebote, unsere Kollegen von Marsh beraten Sie gerne.

### Was ist zu beachten, wenn man im Urlaub Hilfe benötigt:

Bei einem Notfall wenden Sie sich bitte umgehend an die Hotline +49-202-438 44888, ebenso wenn Sie einen Dolmetscher benötigen. Bei größeren Rechnungen oder Krankenhausbehandlungen rechnet das Krankenhaus direkt mit

der Versicherung ab. Bei ambulanter Behandlung oder bei verordneten Medikamenten bezahlen Sie die Leistungen vor Ort zunächst selbst und kommen mit der Rechnung zu uns, sobald Sie wieder zurück sind. Wir helfen Ihnen beim Ausfüllen des Leistungsantrages und kümmern uns darum, dass Ihnen die entstandenen Kosten schnellstmöglich erstattet werden.

Ihre **BKK MTU** bestätigt Ihnen Ihre Firmenzugehörigkeit und Ihren Versicherungsschutz, und unterstützt Sie selbstverständlich auch bei der Leistungsabwicklung.

### Sie erreichen die Versicherungsspezialisten von Marsh unter:

#### Marsh GmbH

Versicherungsservice für Mitarbeiter der Rolls-Royce Power Systems AG  
Geschäftsbereich Consumer  
Lyoner Straße 36  
60528 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 905 592 225  
Fax: 069 905 592 95 225  
[rrps-mitarbeiterversicherungen@marsh.com](mailto:rrps-mitarbeiterversicherungen@marsh.com)



Quelle: Zugspitzland / Fotografin: Sophia Lohse

## Pures Leben unter der Zugspitze

Belebend aktiv. Wohltuend entspannend. Köstlich auf der Zunge zergehend. Sich wirklich lebendig fühlen – das hat viele Facetten. Der Staudacherhof in Garmisch-Partenkirchen verbindet Sie zu einem bereichernden Ganzen.

### Die bayerischen Alpen von ihrer schönsten Seite

Natur, die imposanter kaum sein könnte, majestätische Berge und eindrucksvolle Panoramen. Lebendige Geschichte, historische Bauten und nicht zuletzt die offene Herzlichkeit der Menschen. All das verspricht Garmisch-Partenkirchen. Wer das Glück hat, hier zu leben, der weiß um die vielen Reize der einzigartigen Zugspitz-Region. Wer seinen Urlaub hier verbringt, der darf sich darauf freuen, den Süden Bayerns von seiner schönsten Seite kennenzulernen.

Nur wenige Schritte vom Zentrum entfernt und doch idyllisch, sonnig und herrlich ruhig gelegen erwartet Sie das 4-Sterne-Superior-Hotel Staudacherhof, die Zugspitze immer im Blick. Familiäre Herzlichkeit und Gastfreundschaft haben hier nicht nur Tradition, sondern liegen sozusagen im Blut. Ruhesuchende erwartet der ideale Ort um einfach einmal die Seele baumeln zu lassen, sich ganz bewusst zu erholen.

In den 49 stilvollen Zimmern und Suiten des Hauptgebäudes und Bauernhauses wurden mit viel Liebe zum Detail und hochwertigen Naturmaterialien in edlem Design Wohlfühlorte mit ganz eigenem Charakter erschaffen.

Wer es lieber etwas geräumiger hat, der entscheidet sich für die großzügigen Appartements des Landhauses Staudacher.

### Natur und Wellness in Balance

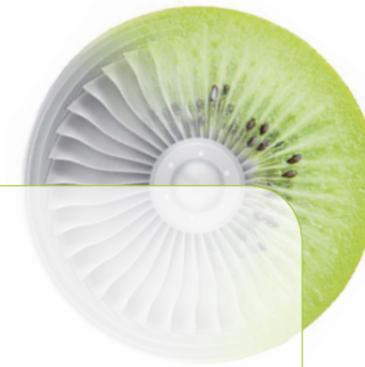
Der Sommer ist die perfekte Zeit, mit den Bergen auf Tuchfühlung zu gehen. Erobern Sie eindrucksvolle Gipfel oder erkunden Sie stille Wälder, blühende Almwiesen, rauschende Bäche und tiefblaue Badeseen beim Wandern oder Bergsteigen. Mit Wetterstein und Karwendel liegt dafür eine der reizvollsten Landschaften in den Bayerischen Alpen praktisch vor der Haustür. Vom Hotel aus werden Sie bei wöchentlichen geführten Wanderungen auf die schönsten Strecken mitgenommen. Golfer werden besonders von den zwei Golfplätzen mit Blick auf die Zugspitze in direkter Nähe begeistert sein. 21 weitere erreichen Sie in nur einer Stunde.

Anschließend steht Entspannung pur auf dem Programm. Der Staudacherhof Garten ist eine echte Wellnessoase. Ein großes Freibad, eine Panoramasauna und ein Whirlpool machen es ganz einfach, den Alltag zu vergessen und auf der grünen Wiese laden nicht nur bequeme Liegen zum Sonnen ein, hier werden auch Power Swing und Yoga praktiziert. Drinnen im Spa geht es wohltuend weiter: Es locken ein 50 m<sup>2</sup> großes Hallenbad, ein Tepidarium, ein Laconium, die Schwitzstube, ein Hamam und ein Dampfbad. Pflgende und belebende Beautyanwendungen, Ayurveda und die Stoffwechselkur komplettieren das Wellnessangebot.



## STAUDACHERHOF

BAVARIAN HISTORY & LIFESTYLE HOTEL



Das Sahnehäubchen auf Ihrem Genussurlaub ist die hervorragende Kulinarik – klassisch, inspiriert von der Heimat aber stets innovativ interpretiert. Regionale Schmankerl treffen auf frische, gesunde Spezialitäten und raffinierte Gourmetgerichte aus dem „Kulinarischen Kalender“.

**Tipp:** Cityräder, Trekkingräder, Mountainbikes und Nordic-Walking-Stöcke für Ihre Ausflüge leiht Ihnen das Hotel kostenlos. Gegen eine kleine Gebühr stehen auch E-Bikes zur Verfügung.

### Leserangebot – „BAYURVIDA“ in Garmisch-Partenkirchen

Ayurveda und bayerisch – zwei Dinge die man hervorragend miteinander kombinieren kann. BAYURVIDA ist ein ganzheitliches Konzept, das Zusammenspiel von gutem Essen für alle Tageszeiten, Yoga und Ayurveda in einem rundum gesunden Umfeld. Im Staudacherhof wird eine Atmosphäre geschaffen, die bewegt und berührt. Und zum Loslassen animiert.

- 2 Übernachtungen
- Begrüßungscocktail & Leckereien im Zimmer
- BAYURVIDA-Frühstücksbuffet
- 5-Gänge-Verwöhnmenü inkl. Mittagsbuffet
- Staudachers Spa auf 1.400 m<sup>2</sup>
- Leihbademantel & Wellness-Slipper
- Parkplatz, WLAN und Minibar
- Ayurvedamassage (Abhyanga) oder Thai-Yoga

**ab 280,- €** pro Person

### Info & Buchung

STAUDACHERHOF GMBH & CO. KG  
Höllentalstraße 48  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Telefon: 0 88 21 / 929-0  
info@staudacherhof.de  
www.staudacherhof.de

### Mitmachen und gewinnen

Zusammen mit dem 4-Sterne Superior-Hotel Staudacherhof verlost die BKK MTU 5 Übernachtungen für 2 Personen im Doppelzimmer inklusive Halbpension.

### Beantworten Sie einfach folgende Gewinnfrage:

Wie viele Zimmer und Suiten haben das Hauptgebäude und das Bauernhaus des Staudacherhofs?

a) 49   b) 94   c) 32

Senden Sie eine E-Mail oder Postkarte mit der Lösung und dem Stichwort „Staudacherhof“ bis zum 7. 9. 2018 an [gewinnspiel@bkk-mtu.de](mailto:gewinnspiel@bkk-mtu.de) bzw. BKK MTU, 88040 Friedrichshafen. Name und Adresse nicht vergessen. Viel Glück!



### Unsere letzte Gewinnerin

Sybille Janicke aus Oberteuringen hat die Frage des Gewinnspiels „Feldberger Hof“ in der Januar-Ausgabe der BKK-GESUNDHEIT korrekt beantwortet.

Wir gratulieren herzlich und wünschen einen erholsamen Aufenthalt im Hochschwarzwald.



## BKK MTU spendet erneut an Kinderhospiz Amalie

Vertreter der BKK MTU haben Anfang März einen Spendenscheck in Höhe von 1.620 Euro an den ambulanten Kinderhospizdienst „Amalie“ mit Sitz in Friedrichshafen überreicht. Wie schon im Vorjahr hat der sechsköpfige Verwaltungsrat der Betriebskrankenkasse gemeinschaftlich auf seine Sitzungsgelder verzichtet und diese stattdessen gespendet.

„Amalie“ begleitet mit Hilfe von ehrenamtlichen Helfern Familien, in denen Kinder oder deren Angehörige schwersterkrankt sind. „Mit unserer Spende möchten wir einen Beitrag dazu leisten, dass Familien in solch einer schweren Zeit Unterstützung und Halt bekommen“, erklärt Marcus Wassenberg, Finanz- und Personalvorstand der Rolls-Royce Power Systems AG und Mitglied des Verwaltungsrates der BKK MTU.

Mit dem Geld finanziert die Organisation Fortbildungen für die ehrenamtlichen Helfer und deckt deren Fahrtkosten zu den betroffenen Familien. „Als ehrenamtlicher Betrieb sind wir auf finanzielle Unterstützung angewiesen, um betroffenen Familien in dieser schweren Zeit beistehen zu können“, betont Sybille Wölfle, ehrenamtliche Koordinatorin bei „Amalie“, und ergänzt: „Wir bedanken uns deshalb auch im Namen der Familien und Kinder für die großzügige Spende.“

Der Vorstand der BKK MTU, Herr Roland Dietz, freut sich, dass die Spendensumme zum Vorjahr erhöht werden konnte und betont: „Mir ist es wichtig, ein so hoch zu schätzendes Ehrenamt zu unterstützen. Wo unsere Grenzen bei der Krankenkasse sind, fängt die Arbeit der Amalie an“.

Seit seiner Gründung im Jahr 2010 hilft der ambulante Hospizdienst kostenlos Kindern und Jugendlichen, mit einer schweren Krankheit oder dem Verlust eines Angehörigen umzugehen. Insgesamt 57 Paten sind dafür im Bodenseekreis und dem Landkreis Ravensburg ehrenamtlich im Ein-

satz. Sie bieten Heimbefuche an, planen Ausflüge und schaffen einen Austausch zwischen gleichaltrigen Kindern mit einem ähnlichen Schicksal.

Der Hospizdienst Amalie ist auf Spenden angewiesen, denn lediglich 30 bis 40 Prozent der Kosten laufen über einen Förderbeitrag der Krankenkassen. Sie möchten auch helfen?

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.kinderhospizdienst-bodensee.de](http://www.kinderhospizdienst-bodensee.de)



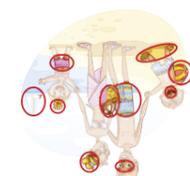
Der Verwaltungsrat der BKK MTU übergibt Frau Sybille Wölfle, Koordinatorin des Kinderhospizdienstes Amalie in Friedrichshafen, den Spendenscheck.

Von links nach rechts:  
Hans Peter Engelskirchen, Mitglied des Verwaltungsrats;  
Marcus A. Wassenberg, Personal- und Finanzvorstand der Rolls-Royce Power Systems AG;  
Thomas Bittelmeyer, Betriebsratsvorsitzender und Franz Benz, Mitglied im Betriebsrat; stellvertretend für den gesamten Verwaltungsrat.

### Piraten-Kreuzwörter

Trage die gesuchten Begriffe in die waagerechten und senkrechten Spalten ein und übertrage die Buchstaben in den nummerierten Kästchen in die Reihe mit dem Lösungswort. Als Hilfe haben wir schon einige Buchstaben eingetragen. Noch ein Tipp: Das gesuchte Lösungswort ist ein Ding, das auf jedes Piratenschiff gehört, hier aber nirgends zu sehen ist.

**Lösungswort** 1 2 3 4 5 6



**Lösungen**  
Kreuzwörter – senkrecht: Schatzkiste, Piratenschiff, Schatzinsel, Seeräuber, waagrecht: Augenklappe, Holzbein.  
Lösung: Kanone.  
Finde 10 Unterschiede!

### Finde 10 Unterschiede!

Matteo hat sich wirklich Mühe gegeben und im unteren Bild 10 Unterschiede versteckt. Schau genau hin und vergleiche ...



### Sammeln und basteln am Strand

Fast der gesamte Bodenseestrand ist voller Kieselsteine. Sucht nach schön geformten Steinen und bemalt diese zu Hause. Grün mit dunklen Streifen und Punkten: Kakteen! Diese könnt ihr dann in einen, mit Sand befüllten, Blumentopf „einpflanzen“. Noch pflegeleichter als echte Kakteen und ein toller Schmuck für eure Fensterbank. Oder einige Steine rot mit hellen Punkten bemalen, und ihr bekommt eine Schale voller Erdbeeren. Lasst eurer Fantasie freien Lauf! Am besten gründet ihr die Steine zuerst mit Deckweiß, lasst es trocknen und malt dann bunt mit euren Filzstiften, Fingerfarbe oder Wasserfarbe darauf.

# So erreichen Sie uns

## Wir sind für Sie da:

Montag – Freitag: 08.00 – 16.00 Uhr

### Hausanschrift:

BKK MTU  
Hochstraße 40  
88045 Friedrichshafen

### Postanschrift:

BKK MTU  
88040 Friedrichshafen

### Ihre Ansprechpartner:

Empfang

**Telefon**

07541 90-7100

**Fax**

7130

### Vorstand

• Roland Dietz	Vorstand	7102	7133
• Ralf Hirmke	stv. Vorstand	7106	7133
• Maria Asprion	Assistenz	7103	7133

### Vertrieb/Marketing

• Philipp Maier	Leitung Vertrieb, Marketing, Leistungen	7101	7133
• Jessica Scheidt	Vertrieb und Marketing	7124	7130

### Fachbereich Leistungen

• Susanne Müller	Fachbereichskoordination	7118	7130
------------------	--------------------------	------	------

**leistungen@bkk-mtu.de**

Hier erhalten Sie Informationen zu unserem Bonusprogramm, unserem Gesundheitskonto und zum Thema Prävention:

• Carola Fremdt	A – Hn	7109	7130
• Martina Stöckl	Ho – N	7117	7130
• Armin Schmidle	O – Z	7125	7130

Ihre persönlichen Ansprechpartner rund um die Themen Leistungen:

• Karl-Otto Dingler	A – D	7107	7130
• Alexander Weber	E – H	7105	7130
• Natascha Wagner	I – L	7104	7130
• Jeannine Hoschäger	M – O	7121	7130
• Bianca Seyfried	P – Sd	7113	7130
• Eva Bottling	Se – Z	7120	7130
• Caroline Müller		7116	7130

### Fachbereich Versicherung & Beiträge

• Andreas Rundel	Fachbereichskoordination	7123	7132
------------------	--------------------------	------	------

**versicherung@bkk-mtu.de**

Fragen rund um Ihren Versicherungsschutz beantworten Ihnen gerne:

• Daniela Felber	Mitgliedschaft/ Beiträge	7119	7132
• Andrea Geister	Mitgliedschaft/ Beiträge	7114	7132
• Bernd Haugk	Mitgliedschaft/ Beiträge	7134	7132
• Elena Martinez-Rist	Familienversicherung	7108	7132
• Claudia Walaschek	Familienversicherung	7152	7132

So setzen Sie sich mit uns per E-Mail direkt in Verbindung:

Die Adresse setzt sich aus „vorname.nachname@bkk-mtu.de“ zusammen.

Zusätzlich bieten wir Ihnen auf unserer neuen Homepage einen Rückrufservice an, der es Ihnen ermöglicht, Datum und Uhrzeit des gewünschten Rückrufes selber zu bestimmen.

