

*Erst wenn auch die Qualität  
stimmt, ist es ein Angebot nach  
meinem Geschmack.*

# Meine Wahl.

**Besondere Services und Leistungen  
der mhplus kompakt auf einen Blick.**

**mhplus**  
Krankenkasse.



*Die schönsten Veränderungen sind die,  
die man selbst in der Hand hat.*

# Hallo.

*Offen für was Neues?*

Es gibt mit Sicherheit einfachere Dinge, als seine Krankenkasse zu finden. Also die, die am besten zu einem selbst und den eigenen Bedürfnissen passt. Auch wir wissen das. Immerhin hat ein gesetzlich Versicherter in Deutschland mehr als 100 Kassen zur Auswahl. Und damit auch mehr als 100 unterschiedliche Leistungs- und Serviceangebote. Wir bei der mhplus verstehen uns als persönlicher Begleiter

in allen Gesundheitsfragen. Ein Partner, auf den Sie sich im Ernstfall genauso verlassen können wie davor und danach. Mit Angeboten und einem Verständnis von Service, die den hohen gesetzlichen Standard noch übertreffen. All das möchten wir Ihnen auf den folgenden Seiten vorstellen. Dazu legen wir alle Karten auf den Tisch. Auch das gehört für uns dazu, wenn wir sagen, wir sind:

# Offen fürs Leben.

*Aber was heißt das eigentlich?*

*„Offen fürs Leben“ bedeutet, dass wir verstehen, wie Menschen denken, handeln, fühlen. Wir sind ja schließlich selbst welche. Wir wissen auch, dass kein Mensch dem anderen gleicht. Jeder hat andere Bedürfnisse, andere Wünsche und vielleicht auch Ängste. Deswegen halten wir nichts von Vorurteilen. Wir sind lieber neugierig, aufgeschlossen und verständnisvoll. Offen fürs Leben eben.*

# Vorausgedacht.

*So kümmern wir uns darum, dass Sie gesund bleiben – oder noch gesünder werden.*

## Fitcash-Gesundheitsbonus

- Gesundheitsbewusstes Verhalten belohnen wir mit einem Bonus von bis zu 100 Euro pro Jahr bzw. 1.000 Bonuspunkten.
- Wählen Sie bis zu zehn Maßnahmen aus unserem Programm, z. B. unterschiedliche sportliche Aktivitäten oder Vorsorgeuntersuchungen.
- Teilnehmen dürfen alle mhplus-Versicherten ab 15 Jahren.

## Baby-Bonus

- Frischgebackene Eltern können einen Bonus von 100 Euro erhalten.
- Nur ein Elternteil muss bei der mhplus versichert sein und erfolgreich am Fitcash-Gesundheitsbonus teilnehmen.
- Das mhplus-versicherte Baby muss an den ersten vier U-Untersuchungen teilgenommen haben.

## Potzblitz – Das Bonusprogramm für Kinder

- Kinder haben ein eigenes, perfekt auf sie zugeschnittenes Bonusprogramm, mit dem sie fleißig Punkte sammeln können.
- Jährlich können bis zu fünf Maßnahmen belohnt werden, die helfen, gesund und munter zu bleiben.
- Teilnehmen können alle mhplus-versicherten Kinder bis zur Vollendung des 15. Lebensjahres.

## Hautkrebsvorsorge

- Ab dem 35. Lebensjahr können Sie sich alle zwei Jahre kostenfrei auf Hautkrebs untersuchen lassen.
- Die umfangreiche Untersuchung umfasst die Anamnese, die visuelle Untersuchung des ganzen Körpers inklusive ausführlicher Dokumentation und Beratung.
- Auch unter 35 Jahren in vielen Bundesländern möglich: [www.mhplus.de](http://www.mhplus.de) (Suchbegriff: Hautkrebsvorsorge)

## Gesundheitskurse

- Ihre mhplus bietet eigene Kompaktkurse an, die am Wochenende stattfinden. Die Kurskosten übernimmt Ihre mhplus. Für Sie fällt lediglich ein Eigenanteil für Übernachtung und Verpflegung an.
- Sie können natürlich auch an anderen Gesundheitskursen teilnehmen – zweimal im Jahr zahlen wir 80% der Kosten, bis zu 70 Euro je Kurs.
- Kurse von Fremdanbietern finden Sie in der Präventionskursdatenbank „Zentrale Prüfstelle Prävention“.

## Online-Coaches

Die mhplus Online-Coaches begleiten und motivieren Sie zu den Themen Laufen, Ernährung, Herzgesundheit und Kindergesundheit. Die Teilnahme ist für mhplus-Versicherte komplett kostenlos (unabhängig davon, an wie vielen Präventionsmaßnahmen Sie im gleichen Jahr schon teilgenommen haben). Ihren persönlichen Coach finden Sie auf [www.mhplus.de](http://www.mhplus.de) (Suchbegriff: Online-Coaches).

## Gesundheitsreisen

- Entdecken Sie Ihren Weg zu mehr Gesundheit und Lebensfreude und entscheiden Sie sich für eine mehrtägige Gesundheitsreise mit Präventionskursen zu unterschiedlichen Themen:
  - Bewegung (z. B. Nordic Walking, Rückenschule),
  - Ernährung (z. B. Vermeidung von Fehlernährung) und
  - Entspannung (z. B. autogenes Training, Yoga, Tai-Chi).
- Ihre mhplus bezuschusst die Teilnahme an einer Gesundheitsreise mit insgesamt bis zu 140 Euro im Jahr.

## Hebammenrufbereitschaft

Ihre Hebamme ist 24 Stunden am Tag für Sie als werdende Mutter erreichbar und steht zur Verfügung, wenn sich die Geburt Ihres Kindes ankündigt. Ihre mhplus unterstützt Sie mit bis zu 250 Euro je Schwangerschaft.

## Professionelle Zahnreinigung

Ab einem Alter von 18 Jahren übernehmen wir pro Kalenderjahr bis zu 40 Euro für eine professionelle Zahnreinigung bei einem Zahnarzt Ihrer Wahl.

## Fissurenversiegelung

Wir übernehmen die Fissurenversiegelung der vorderen Backenzähne für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 17 Jahren mit bis zu 60 Euro im Kalenderjahr.

## Versiegelung von Glattflächen

Wir übernehmen beim Einsatz einer festen Zahnspange für Jugendliche im Alter von 10 bis 17 Jahren die Versiegelung der Glattflächen mit bis zu 60 Euro im Kalenderjahr.

### Impfschutz

- Alle durch die STIKO (Ständige Impfkommission) empfohlenen Impfungen werden von uns übernommen.
- Für Mädchen zwischen 9 und 14 Jahren übernehmen wir die Kosten der Impfung gegen humane Papillomviren (HPV), die Gebärmutterhalskrebs verursachen können.
- Wir übernehmen auch die Kosten für Reiseschutzimpfungen, wie z. B. gegen Hepatitis A und B.
- Sie erhalten von uns einen Reisegesundheitsbrief.

### Schwangerschaft – 3D-/4D-Ultraschalluntersuchung

Während Ihrer Schwangerschaft beteiligen wir uns an einer 3D-/4D-Ultraschalluntersuchung zur Beobachtung der gesundheitlichen Entwicklung des Kindes im Mutterleib mit bis zu 60 Euro im Kalenderjahr.

### Sportmedizinische Untersuchung

Wir beteiligen uns einmal im Kalenderjahr mit bis zu 60 Euro an einer sportmedizinischen Untersuchung, wenn sie dazu dient, Erkrankungen zu verhindern oder eine Verschlimmerung zu vermeiden.



*Gesundheit ist nicht alles,  
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.*

# Gute Besserung.

*So kümmern wir uns um Sie, wenn es Ihnen  
mal nicht so gut geht.*

## **Akupunktur**

Ihre mhplus übernimmt Akupunkturbehandlungen mit einer Dauer von mind. 30 Minuten. Die Abrechnung erfolgt ganz einfach durch die Vorlage der Versichertenkarte. Die Voraussetzungen finden Sie auf **www.mhplus.de** (Suchbegriff: Akupunktur).

## **Alternative Heilmethoden**

- Wir unterstützen alternative Heilmethoden (z. B. Homöopathie) bei ausgewählten Vertragsärzten.
- Wir übernehmen die Kosten von der Erstanamnese über die Analyse bis hin zur individuellen Beratung.
- Einfache Abrechnung durch die Vorlage der Versichertenkarte.

## **Alternative Arzneimittel**

Wir erstatten die Kosten für nicht verschreibungspflichtige apothekenpflichtige Arzneimittel bis zu einem Gesamtwert von 30 Euro pro Kalenderjahr. Dazu gehören die Bereiche Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie.

## **Osteopathie**

Wir erstatten die Kosten für insgesamt zwei osteopathische Behandlungen im Kalenderjahr zu 80% – je Sitzung bis zu einem Betrag von 60 Euro.

## **Haushaltshilfe**

- Wir übernehmen die Kosten für eine notwendige Haushaltshilfe – auch wenn ein Kind bis 14 Jahren im Haushalt lebt.

- Bei medizinischer Notwendigkeit einer ambulanten Behandlung übernehmen wir die Kosten für bis zu 14 Tage je Kalenderjahr.
- Während eines Krankenhausaufenthalts aufgrund einer Schwangerschaft oder Entbindung entfällt Ihr Eigenanteil an den Kosten für die Haushaltshilfe.
- Voraussetzungen für die Kostenübernahme für eine Haushaltshilfe finden Sie auf **www.mhplus.de** (Suchbegriff: Haushaltshilfe).

## **Zahnersatz**

- Bei Zahnersatz können mhplus-Versicherte bei Vertragspartnern bis zu 100% des Eigenanteils sparen.
- Der Zuschuss gilt für eine ausreichende und zweckmäßige Versorgung mit Zahnersatz (Regelversorgung), wenn ein lückenloses Bonusheft der letzten 10 Jahre vorliegt.
- Auf einen neu angefertigten Zahnersatz gibt es hier bis zu fünf Jahre Garantie.
- Wir kooperieren mit Zahnärzten aus ganz Deutschland.

## **Zweitmeinung Plus**

Im Fall einer OP-Empfehlung an Rücken, Schulter oder Knie können Sie sich die Kosten für ein zweites Gutachten bei ausgewiesenen Spezialisten von Ihrer mhplus erstatten lassen. Auch im Fall einer Krebserkrankung unterstützen wir Sie bei einem Zweitmeinungsgutachten. Die Voraussetzungen finden Sie auf **www.mhplus.de** (Suchbegriff: Zweitmeinung Plus).



*Die schönsten Dinge sind häufig die, mit denen man nicht rechnet.*

# Mensch.

*Wir sind da. Für Sie und Ihre Gesundheit – und geben dabei mehr, als Sie erwarten.*

## **Zusatzversicherungen**

- Über unsere Kooperationspartner bieten wir Ihnen eine große Auswahl an Zusatzversicherungen.
- Ausgezeichnetes Preis-Leistungs-Verhältnis für mhplus-Versicherte.

## **mhplus-App**

Mit der mhplus-App haben Sie nützliche Informationen und Services rund um Ihre Gesundheit auf dem Smartphone oder Tablet (Apple iOS und Android) immer und überall zur Hand:

- Umkreissuche nach Ärzten, Apotheken und der nächsten mhplus-Geschäftsstelle,
- Pollenflugvorhersage,
- Mitgliedermagazine unterwegs lesen und
- einfaches Hochladen eines Fotos für Ihre elektronische Gesundheitskarte.

## **Videoberatung**

- Nutzen Sie die Möglichkeit, Ihre Anliegen von zu Hause aus mit unseren Kundenberatern zu besprechen – ganz einfach per Videoberatung.
- Unser Team ist von Montag bis Freitag von 8–17 Uhr für Sie da. Informieren Sie sich unter: [www.mhplus.de](http://www.mhplus.de)

## **Arzneimitteltelefon**

Unter der kostenfreien Hotline 0800 25574276 erreichen Sie Apothekerinnen und Apotheker des Zentrums für Sozialpolitik der Universität Bremen, die Sie zu Arzneimitteln sowie deren Nebenwirkungen und Wechselwirkungen beraten.

## **medicall**

- Mediziner, Ärzte und Fachärzte beraten Sie 24 Stunden am Tag zu Ihren Gesundheitsfragen – und das jeden Tag.
- Eltern erhalten spezielle fachkundige Beratung bei allen Fragen zu Säuglings- und Kinderkrankheiten.

# Dabei.

*mhplus-Mitglied werden ist wirklich einfach.  
Wir zeigen Ihnen, wie es geht.*

## 1. Die Kündigung

Damit wir Sie als Versicherte(n) aufnehmen können, müssen Sie bei Ihrer aktuellen Krankenkasse erst einmal schriftlich kündigen. Innerhalb von 14 Tagen erhalten Sie eine Bestätigung. Die ist wichtig, also bitte aufheben.

## 2. Der Antrag

Den beigefügten Mitgliedschaftsantrag müssen Sie einfach nur ausfüllen und zusammen mit Ihrer Kündigungsbestätigung bei uns einreichen. Wenn Sie möchten, melden Sie sich bei Ihrem persönlichen Ansprechpartner.

## 3. Die Mitgliedschaft

So schnell geht's: Sie sind Mitglied bei der mhplus. Um alles, was jetzt noch ansteht, z. B. die Anmeldung beim Arbeitgeber, kümmern wir uns.

## 4. Ihre elektronische Gesundheitskarte

Für Ihre elektronische Gesundheitskarte benötigen wir ein Bild von Ihnen. Dazu bekommen Sie ein separates Schreiben von uns. Sie können Ihr Bild auch einfach über die mhplus-App hochladen sobald Ihnen Ihre Mitgliedschaftsbestätigung vorliegt.

## **Manches sollte man lieber nicht für sich behalten.**

Ihnen gefallen unsere Leistungen? Dann gefallen sie vielleicht auch Ihren Freunden, Verwandten und Bekannten. Erwähnen Sie uns doch einfach mal positiv – für einen guten Tipp ist schließlich jeder dankbar.

# Wir sind: Offen fürs Leben – bei allem was wir tun.

*Denn nur so können wir uns verlässlich um Ihre Gesundheit kümmern.*

## **Schleswig-Holstein/Hamburg/Mecklenburg-Vorpommern/Niedersachsen:**

mhplus Betriebskrankenkasse  
Zur Sägemühle 1  
23558 Lübeck  
Fon +49 451 8109-0  
Fax +49 451 8109-199  
E-Mail: info-luebeck@mhplus.de

## **Baden-Württemberg/ Rheinland-Pfalz:**

mhplus Betriebskrankenkasse  
Franckstraße 8  
71636 Ludwigsburg  
Fon +49 7141 9790-0  
Fax +49 7141 9790-113  
E-Mail: info-ludwigsburg@mhplus.de

mhplus Betriebskrankenkasse  
Karlstraße 3  
79618 Rheinfelden  
Fon +49 7623 7234-0  
Fax +49 7623 70689-000  
E-Mail: info-rheinfelden@mhplus.de

## **Thüringen/Hessen/Sachsen/ Sachsen-Anhalt:**

mhplus Betriebskrankenkasse  
Harjesstraße 12  
99867 Gotha  
Fon +49 3621 7362-0  
Fax +49 3621 7362-804  
E-Mail: info-gotha@mhplus.de

## **Nordrhein-Westfalen:**

mhplus Betriebskrankenkasse  
Hochstadenring 50  
53119 Bonn  
Fon +49 228 971448-0  
Fax +49 228 971448-8578  
E-Mail: info-bonn@mhplus.de

mhplus Betriebskrankenkasse  
Jakordenstraße 18–20  
50668 Köln  
Fon +49 221 91641-0  
Fax +49 221 91641-189  
E-Mail: info-koeln@mhplus.de

## **Bayern:**

mhplus Betriebskrankenkasse  
Bahnhofstraße 6–8  
84163 Marklkofen  
Fon +49 8732 9399-0  
Fax +49 8732 9399-516  
E-Mail: info-marklkofen@mhplus.de

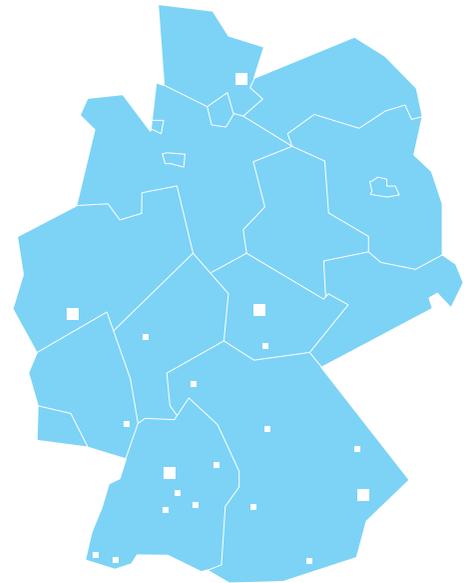
mhplus Betriebskrankenkasse  
Auf dem Bichl 3  
83064 Raubling  
Fon +49 8035 9098-0  
Fax +49 8035 9098-99  
E-Mail: info-raubling@mhplus.de

mhplus Betriebskrankenkasse  
Nordostpark 14  
90411 Nürnberg  
Fon +49 911 98329-0  
Fax +49 911 98329-6655  
E-Mail: info-nuernberg@mhplus.de

mhplus Betriebskrankenkasse  
Bahnhofstraße 2  
63811 Stockstadt  
Fon +49 6027 4172-0  
Fax +49 6027 4172-8  
E-Mail: info-stockstadt@mhplus.de

## **Die mhplus Betriebskrankenkasse ist in folgenden Orten mit weiteren Geschäftsstellen vertreten:**

Aalen-Unterkochen, Albstadt, Augsburg, Backnang, Metzingen, München, Passau, Sonneberg, Speyer und Straubing



Sie haben Fragen? Wir kümmern uns darum: jeden Tag, rund um die Uhr. **07141 9790-0**



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

Bereits  
**550.000**  
Versicherte  
vertrauen der  
mhplus.

# mhplus

## Krankenkasse.