



Selbständig Gesund: Halbierung des Selbstbehaltes

5. März 2015

Text

Thema dieses Videos ist die Halbierung des Selbstbehalts

Wenn Sie zu einem Arzt gehen, zahlen Sie im Normalfall einen Selbstbehalt von 20% der Rechnung. Seit 2012 haben Sie die Möglichkeit, diesen Anteil auf 10% zu halbieren.

Machen Sie dazu beim Gesundheitsprogramm „Selbständig Gesund“ mit.

Das Ganze funktioniert in 3 Schritten:

1. Schritt: Sie gehen zu Ihrem Hausarzt und vereinbaren gemeinsam fünf individuelle Gesundheitsziele in den Bereichen Gewicht, Blutdruck, Alkohol, Tabak und Bewegung. Also z.B. dass Sie mit dem Rauchen aufhören, nur wenig Alkohol trinken und sich ausreichend bewegen. Wenn Sie bereits einen sehr gesunden Lebensstil führen, dann ist Ihr Ziel, dass sie diesen beibehalten.

Ihr Arzt trägt dann Ihre aktuellen Werte für die fünf Bereiche in die erste Spalte des Antragsformulars ein. Zusätzlich trägt er die Ziele, die sie erreichen sollen, in die zweite Spalte ein.

2. Schritt: Nach sechs Monaten gehen sie noch einmal zu Ihrem Hausarzt. Dieser schaut dann, ob Sie Ihre Ziele erreicht haben und trägt die Ergebnisse in die dritte Spalte des Antragsformulars ein. Dann kreuzt er hier daneben an, ob das jeweilige Ziel erreicht wurde oder nicht.

3. Schritt: Wenn Sie alle fünf Ziele erreicht haben, können Sie den ausgefüllten Antrag bei uns in der SVA einreichen. Sie zahlen dann, wenn Sie zu einem Arzt gehen, nur mehr 10% Selbstbehalt. Wenn Sie unter 40 Jahre alt sind, gilt die Reduzierung drei Jahre lang. Sind Sie 40 Jahre oder älter, dann für zwei Jahre.