

Der FairnessPlan e.V. bietet umfangreiche Möglichkeiten, die Gesundheit zu pflegen. Dafür stehen die Gesundheitswochen in den Bädern Malente, Driburg und Dürreheim mit einem breiten Programm ein. Wer Kraft lieber von zu Hause aus schöpft, kann mit Fördermitteln der Krankenkassen und Zuschüssen vom FairnessPlan e.V. sein Wohlbefinden und seine Gesundheit vor Ort gezielt stärken.



Auch nicht gesetzlich Krankenversicherte (KVB-Versicherte) können den Zuschuss erhalten, müssen allerdings weitere Unterlagen einreichen. Wenn der Kurs von der zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert ist und die Teilnahme zu mindestens 80 % nachgewiesen wird, erkennen wir dies ebenfalls an und zahlen auch dafür einen Zuschuss.

Kraft haben, um Verantwortung zu tragen. Im Auf und Ab von Beruf und Berufung helfen wir stemmen.



## Schwung schlägt Schongang

Mit dem Gesundheitszuschuss unterstützt dich der FairnessPlan e.V. dabei, regelmäßig etwas für deine Gesundheit zu tun. Die Kurse müssen von der zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert sein und durch deine Krankenkasse bezuschusst werden. Geeignete Kurse in deiner Nähe findest du über die Internetseiten der Krankenkassen.

**FairnessPlan e.V.**  
Baumweg 45, 60316 Frankfurt am Main  
Telefon 069 264 868 95-0, Telefax 069 264 868 95-9  
E-Mail [info@fairnessplan.org](mailto:info@fairnessplan.org), [www.fairnessplan.org](http://www.fairnessplan.org)

 **FairnessPlan**

**Gesundheitszuschuss**  
zur Teilnahme an ambulanten  
Gesundheitskursen



Stand 2018

 **FairnessPlan**



**Claus Weselsky**  
1. Vorsitzender FairnessPlan e.V.

## Motivation zum Mitmachen

Wer im und am Zug seinen Dienst leistet, ist im ständigen Hin und Her des Schichtdienstes physisch und psychisch enorm gefordert. Dem hat der FairnessPlan e.V. Rechnung getragen und Gesundheitswochen ins Leben gerufen, die darauf ausgerichtet sind, deine Form und deine Fitness zu festigen.

Weil jedoch nachhaltige Kondition und stetige Stärke ein konstantes Training erfordern, gewähren wir dir einen Zuschuss für Maßnahmen in deiner Nähe.

Wir unterstützen dich dabei, mit deinem persönlichen Programm große Sprünge in die richtige Richtung zu machen, und wollen dich animieren, durch regelmäßige Teilnahme an zertifizierten Kursen die körperliche und mentale Kraft zu gewinnen und zu erhalten, die dich voranbringt. Steig drauf ein!

Euer

Claus Weselsky

Wenn du keine längere Auszeit nehmen kannst, kostbaren Urlaub oder angesparte Überstunden für die angebotenen Gesundheitswochen nicht einsetzen willst, bleibt dir die gute Gelegenheit, mit Unterstützung vom FairnessPlan e.V. an deinem Wohnort Kurse und Trainings zu durchlaufen. Voraussetzung für unseren Zuschuss ist, dass diese ambulanten Kurse zertifiziert sind und von der gesetzlichen Krankenkasse gefördert werden.

Gut bewegen, gesund essen und tiefenentspannt und nikotinfrei Vitalität neu erleben. Wir machen den Weg frei, der deinen Vorsätzen und Ambitionen freien Lauf lässt. Der Gesundheitszuschuss begrenzt sich auf die Höhe des verbleibenden Selbstkostenanteils nach Abzug des Krankenkassenzuschusses für bis zu zwei Kurse pro Jahr.

## Ein Herz für den Kreislauf

Für zertifizierte Maßnahmen wie z.B.

- **Bewegung** (Rücken- oder Aquakurse)
- **Ernährung** (spezielle Kochkurse, Diätprogramme)
- **Stressbewältigung/Entspannung** (Burnout-Prävention, Yoga etc.)
- **Suchtmittelkonsum** (Rauchentwöhnungskurse/-seminare) gewähren wir einen Zuschuss in Höhe von maximal
- **500 € pro Jahr.**

Das Antragsformular mit Merkblatt für den Gesundheitszuschuss findest du auf der Website. Zusätzlich benötigen wir bei gesetzlich Krankenversicherten folgende Unterlagen:

- Bescheinigung der Krankenkasse
- Zahlungsnachweis (Quittung/Kopie Kontoauszug)

Für alle nicht gesetzlich Krankenversicherten (KVB) sind folgende Unterlagen einzureichen:

- Teilnahmebescheinigung an der Maßnahme (Kopie)
- Rechnung (Kopie) für die Maßnahme
- Zertifikat der zentralen Prüfstelle Prävention (Kopie)
- Zahlungsnachweis (Quittung/Kopie Kontoauszug)



In aller Form Richtung Fitness.  
Eine gute Figur machen und fühlen, was dein Körper alles kann. Du hast uns an deiner Seite.

Leistungsberechtigt sind alle GDL-Mitglieder, die in einem Unternehmen des DB-Konzerns beschäftigt sind oder ausgebildet werden. Darunter fallen auch GDL-Mitglieder bei Unternehmen, an denen der DB-Konzern mehrheitlich beteiligt ist.



Wenn du interessiert bist, kannst du dir das komplette Angebot unter [www.fairnessplan.org/leistungen](http://www.fairnessplan.org/leistungen) anschauen und dir dort auch gleich den Antrag für den Gesundheitszuschuss herunterladen. Dort findest du auch alle weiteren Erläuterungen. Bitte fülle den Antrag vollständig aus und schicke ihn uns zusammen mit den erforderlichen Unterlagen per Post.

Bei Fragen zu Leistung, Antragstellung und Abwicklung sind deine regionalen Ansprechpartner oder deine Ortsgruppe bzw. deine Bezirksgeschäftsstelle sowie der FairnessPlan e.V. direkte Ansprechpartner.

**FairnessPlan e.V.**

Baumweg 45, 60316 Frankfurt am Main  
Telefon 069 264 868 95-0, Telefax 069 264 868 95-9  
E-Mail [info@fairnessplan.org](mailto:info@fairnessplan.org), [www.fairnessplan.org](http://www.fairnessplan.org)

 **FairnessPlan**