

DIMENZIÓK

Biztosító Egyesület • Magánnyugdíjpénztár • Egészségpénztár

1. évfolyam 2. szám, 2005.

Biztosítási tudnivalókról dióhéjban

A biztosítóknál dolgozó munkatársak tapasztalatai szerint az ügyfelek gyakran tájékozatlanok a biztosítási ügyekben. A teljesség igénye nélkül, rövid ismertetővel szeretnénk hozzájárulni a biztosítási ismeretek bővüléséhez.

Szent Imre Kórház Kiemelt Hotelszolgálat

A DIMENZIÓ folyamatosan anyagilag támogatja és támogatja a kórházat és az ellátásban részt vevő dolgozókat és dominálónan finanszírozta a Kiemelt Hotelszolgálati rész kialakítását a kórház épületében.

Új generációs Életmódosító Program^{3D} Életmódváltás szakemberek segítségével

Életmódosító Program^{3D} – rugalmas, gyakorlatias, választható, egymásra építhető segítség. „Életmód távoktató rendszer”, valójában, konkrét életvezetési tanácsadás szakértők segítségével.

Magánnyugdíjpénztári befektetések

A DIMENZIÓ Magánnyugdíjpénztár hozama 2000. és 2004. között 7,86 százalék volt. A Pénztár az öt éves átlagos teljesítményével a hatodik helyet szerezte meg a nyugdíjpénztárak között.

Egészségkártya – Egészségügyi adatkezelés

Az egészségügyi adatkezelést végző szolgáltatókkal folyamatosan kötjük a szerződéseket. A szolgáltatóhelyekkel egységes áron állapodunk meg a sürgősségi és egészségügyi adatok felviteléről, figyelembe véve, hogy az adatok mennyisége eltérő lehet.

A szakmai és adminisztratív szempontok figyelembevételével az Egészségkártyára a rögzítést 200 Ft/adat összegben határozta meg az Egészségpénztár, a többi felmerülő költséget az Egészségpénztár vállalta át.

Hírek

- Adóváltozások 2006-ban
- Többletbefizetési lehetőség
- Szolgáltató módosítás



E

EGÉSZSÉG

- Egészségmegőrzést célzó szűrőprogram2
- Egészségkártya2
- Szent Imre Kórház4
- Életmódosító Program6

B

BIZTOSÍTÁS

- Biztosítási tudnivalók10

B

BEFEKTETÉS

- Magánnyugdíjpénztári befektetések11
- Kedvezményes telekvásárlás.....11

H

HÍREK

- Adóváltozások 2006-ban12
- Többletbefizetési lehetőség12
- Szolgáltató módosítás12

Egészségmegőrzést célzó szűrőprogram az önszegélyező ágazatban

A szűrővizsgálatokat 2004. július 1-től a DIMENZIÓ Biztosító Egyesület önszegélyező ágazata biztosítja a DIMENZIÓ Egészségpénztár által kidolgozott szakmai protokoll szerint.

A szűréseket az önszegélyező ágazat tagjai vehetik igénybe (függetlenül attól, hogy egészségpénztári tagsággal rendelkeznek-e), amennyiben a munkáltatójuk külön megállapodás keretében megvásárolta ezt a programot.

Nagy öröm számunkra, hogy az önszegélyező ágazat rendszerén keresztül nyújtott szűrővizsgálati program másfél éves időszak adatai azt igazolják, hogy tagjaink körében ez a szolgáltatás továbbra is népszerű. Az elmúlt szűrési periódusban a részvétel közel 80%-os volt.

Fontos, hogy a szűrővizsgálatok – behívásos rendszerben történő – zökkenőmentes lebonyolítása érdekében tagjaink aktuális elérhetősége rendelkezésünkre álljon.

Ezúton felhívjuk figyelmét, hogy a személyes adataiban bekövetkezett változást, annak bekövetkezését követő öt munkanapon belül szíveskedjen írásban közölni.

Az adatmódosításhoz a www.dimenziocsoport.hu honlapon található Adatmódosító lapot kell eljuttatni a DIMENZIÓ Biztosító Egyesület központi ügyfélszolgálatára, melynek címe:

1013 Budapest, Krisztina krt. 32.

Egészségkártya – gyakran feltett kérdések

Kártyaigénylés:

A belépési nyilatkozaton lehetőség van igényelni az Egészségkártyát. A kártya legyártására 2 havi tagdíj beérkezése után kerül sor a következő hó 5-én és a hónap végén kerül a kapcsolattartóhoz.

Fontos: a kártyára max. 24 karakterből álló nevet tudunk megjeleníteni, melybe beletartozik a szóköz is.

Amennyiben nem igényel kártyát CSAK készpénzfizetési számlával vásárolhat az egyéni számlájáról.

Kártya átvétele:

A kártya igényeket mindig az adott hónap 5-én küldjük gyártásra, mely a hónap végére készül el. A legyártott kártyákat a kapcsolattartóhoz juttatjuk el. Fontos a személyes átvétel, hogy a név, illetve a személyes adatok ellenőrzése megtörténjen.

Kártya aktiválása és vásárlás:

Átvételtől számított 7. naptól a kártya aktív válik és fizetőeszközként használhatja a kártyaelfogadó helyeken az egyéni számláján rendelkezésre álló összeg erejéig.

Társkártya igénylés:

A tag kártyájához van hozzákapcsolva, melyet a kártyaigénylő lapon lehet kérni.

A társkártya ára 3000 Ft, melyet előre be kell fizetni az alábbiak szerint:

- átutalással a 10200971-21524930 bankszámlaszámra feltüntetve a név, tagkód és a „társkártya” hivatkozás. Miután az utalás megtörtént, kérjük, jelezze a dek@dimenziocsoport.hu e-mailen.

„A” típusú Kártya elfogadóhely:

Az Egészségkártya bevezetésével megszűnt a régi „A” típusú szolgáltató (DIMENZIÓ ügyfélszolgálaton zárolással, készpénzfizetés nélküli vásárlás).

Kártya elfogadóhely típusok:

- kártya elfogadás (amennyiben nem működik a POS terminál, lehetőség van telefonos kártya elfogadásra is.),
- telefonos kártya elfogadás (Medismart kártya ügyfélszolgálat 236-0357),
- chipkártya író/olvasó – kártya elfogadó hely.

Bármelyik elfogadóhelyen lehetőség van készpénzfizetéses vásárlásra, ha az egyéni számlán nincs fedezet.

Szolgáltató helyek listája:

„A” típusú Kártya elfogadóhely:

- Interneten a szolgáltató kereső oldalon.

Új! Szolgáltatói kiemelt megjelenések tevékenység, illetve megye szerint.

- Szolgáltatói kiadvány, mely átvehető a kapcsolattartónál.

„B” típusú szolgáltató

- Interneten a szolgáltató kereső oldalon.

Elveszett kártya újra igénylése:

Ígénylőlap kitöltése szükséges és csak akkor kerül gyártásra, amennyiben befizette a tag a 3000 Ft-ot.

Fizetés módja: átutalással a 10200971-21524930 bankszámlaszámra, feltüntetve a név, tagkód és a „kártyadíj” hivatkozás.

Miután az utalás megtörtént, kérjük, hogy e-mailen vagy telefonon jelezze.

(Amennyiben hónap végéig beérkezik az összeg, a következő hónapban kerül legyártásra.)

Hibás kártya újra igénylése:

Amennyiben gyártási hibás a kártya természetesen nem kell fizetni az új kártyáért.

Ígyérlés menete megegyezik az elveszett kártya igénylésével.

Mit kell tenni, ha nem működik a POS terminál:

Kérjük jelezze a szolgáltatónak, hogy lehetősége van a kártyaközpontot telefonon hívni és a vásárlást érvényesíteni. Kártyaközpont száma megtalálható az Egészségkártyán.

Orvosi javaslat:

Amennyiben az alábbi szolgáltatást/terméket veszi igénybe, szükséges, hogy érvényes orvosi javaslattal rendelkezzen legkésőbb a vásárlás napjától.

Csak orvosi javaslattal lehet igénybe venni:

- gyógyászati segédeszközök (szemüveg is),
- rekreációs- és gyógyüdülés,
- sportbérlet és sporteszköz vásárlás.

Orvosi javaslat hiánya esetén a kártyás szolgáltatónál igénybe vett szolgáltatás adóköteles jövedelemmé válik, ezért fontos, hogy a vásárlás napján rendelkezni kell érvényes orvosi javaslattal, melyet az egészségpénztárhoz kell eljuttatni.

Adóköteles jövedelem:

Adóköteles jövedelem keletkezik, amennyiben kártyás szolgáltatónál a jogszabály szerint el nem számolható tétel kerül megvásárlásra. Lehetőség van a keletkezett adóköteles jövedelem befizetésére, átutalással (10201006-50047297) az egyéni számlájára.

FONTOS! feltétlenül kerüljön rá hivatkozásként a tagazonosító szám, illetve adóköteles jövedelem szövegezés, amennyiben nem jelzi, többlet befizetésként könyvelik!

Új! az interneten is látható az egyenlegekérdezőben, ha hiányzik az orvosi javaslata, vagy adóköteles jövedelme keletkezett.



Egészségkártya

A DIMENZIÓ Egészségkártya rendszer 1200 kártya-elfogadóhellyel áll szerződésben (folyamatosan bővül), ahol készpénz nélküli vásárlással és több helyen jelentős kedvezménnyel vehetik igénybe az egészségpénztári egyéni számlát. Az egészségügyi adatok tárolásának célja, hogy a kártyabirtokos és a kezelő orvos tájékoztatást kapjon a korábban végzett vizsgálatokról, orvosi beavatkozásokról és diagnózisokról. Megelőzhetőek a feleslegesen ismételt vizsgálatok. Az egészségkártyán nem kerülnek tárolásra korábbi vizsgálatok részletes eredményei, mert a rendszer egy on-line elérésű egészségügyi adatbázissal áll kapcsolatban.

Egészségügyi adatkezelés

A kártya adatlapon nyilatkozhat az egészségügyi adatainak használatáról. Az Egészségkártyával lehetősége van tárolni részben adminisztratív adatokat, illetve a sürgősségi és egyéb egészségügyi adatokat.

Adminisztratív adatok:

A Kártyaigénylő adatlapon lehetősége van kitölteni a személyes adatokon túl az alábbiakat, melyet a DIMENZIÓ Egészségpénztár **térítésmentesen** rögzít a rendszerben:

- értesítendő személyek,
- kezelőorvos adatai,
- szervdonációs nyilatkozat,
- egészségügyi állapot döntési rendelkezés.

Szűrési eredmények:

Amennyiben kéri az egészségügyi adatkezelést a DIMENZIÓ Biztosító Csoport szervezete a szűrési eredményeit **térítésmentesen** adja át az adatbázisba.

Sürgősségi és egészségügyi adatok:

- vércsoport adatok,
- szedett gyógyszerek,
- kezelési helyek, intézmények, kórházak,
- kórállapotok, betegségek,
- szemüveg adatok,
- terhességi adatok.

Az egészségügyi adatkezelést végző szolgáltatókkal folyamatosan kötjük a szerződéseket és 2005. december 31-ig minden megyében minimum 2, Budapesten a DIMENZIÓ Egészségközpont (Vécsey u. 3., Krisztina krt. 55.), szerződött kórházaink, mellett minimum 4 szolgáltatóhelyet biztosítunk.

A szolgáltatóhelyekkel egységes áron állapodunk meg a sürgősségi és egészségügyi adatok felviteléről, figyelembe véve, hogy az adatok mennyisége eltérő lehet.

A szakmai és adminisztratív szempontok figyelembevételével az Egészségkártyára a rögzítést 200 Ft/adat összegben határozta meg az Egészségpénztár, és a többi felmerülő költséget az Egészségpénztár vállalta át.

Public Private Partnership: Szent Imre Kórház Kiemelt Hotelszolgálat

A 3P bővös gyógyírnek ígérkezett a forráshiánnyal és finanszírozási nehézségekkel küzdő egészségügyben.

Jelentése: lakossági-társadalmi magánéres beruházások az egészségügyben nonprofit vállalkozások keretében.

Mindmáig azonban csak elenyésző számú példa van a kölcsönös előnyökön alapuló ilyen megoldásokra – ezek egyik szép példája a DIMENZIÓ Egészségpénztár és a Szent Imre Kórház együttműködése.

Az ország első regionális sürgősségi kórháza angolszász betegellátási filozófiát épített ki az előző négy évben: nem a beteget rendeli a bebetonozott ellátó rendszerbe (mint a franko-germán ellátó rendszerekben, így hazánkban is), hanem a beteghez rendeli az ellátást – a strukturális rendszer helyett a funkcionális megközelítést alkalmazza. Ennek keretében a sürgősségi ellátás megszervezésén kívül megtörtént a gyógyító és ápolási tevékenység szétválasztása (osztályok helyett szakmai profilkok és ápolási egységek), a rugalmas mátrix struktúrák kialakítása.

A kórház szlogenje az európai és amerikai látogatók szerint is helytálló: „Egy kórház, amelyben Európa otthon van”.

A rendszer kialakítása az első pillanattól kezdve minőségbiztosítási alapokon, a total quality management szellemében történt. A rekonstruált, új betegellátási filozófiát és minőségirányítást alkalmazó kórház vonzó partnernek látszott a különböző szerveződő egészségbiztosítások, egészségpénztárak számára. A kórház azonban nem tömegekben, hanem egyetlen jól megválasztott partnerben gondolkodott – a korábbi együttműködés rendkívül pozitív tapasztalatai, vezetői prog-



MSZ EN ISO 9001:2001
Nyilvántartási szám: 503/0910

resszív és konstruktív gondolkodásmódja alapján a kiválasztott partner a DIMENZIÓ Egészségpénztár lett.

A DIMENZIÓ folyamatosan anyagilag támogatja és támogatja a kórházat és az ellátásban részt vevő dolgozókat és dominálónan finanszírozta a Kiemelt Hotelszolgálati rész kialakítását a kórház épületében. A Kiemelt Hotelszolgálat (korábbi nevén: VIP) 14 ágyas „hotel-részleg”, önálló ápolási egység, az átlagosnál nagyobb dolgozói létszámmal (üzemeltetési költségek!) és gyakorlatilag négycsillagos szállodának megfelelő elhelyezési körülményekkel. Kihaszználása közös – a DIMENZIÓ Egészségpénztár tagjai elsőbbséget élveznek, de a szabad kapacitásokat a kórház folyamatosan értékesíti. Az egység ágyainak kihasználtsága az eltelt időszakban meghaladta a 85%-ot – üresen többnyire csak az apartmanok egyike, másika áll, a többi kórterem csak elvétve üres – az előjegyzési idő mára megközelítette a 8-14 napot.

A Kiemelt Hotelszolgálatra nem sürgős esetben orvosi beutalóval, előjegyzés alapján lehet felvételt kérni: az előjegyzést a Félix Medical Kft. – DIMENZIÓ Egészségpénztár együttműködés keretében külön diszpécser végzi (Kiss Lengyel Edina, telefonszáma: 06 30/229 1578). Gyakorlatilag ugyanez vonatkozik ambuláns vizsgálatokra is, mivel a kórház dominálónan fekvőbeteg ellátást végez, járóbeteg vizsgálatok megszervezése orvosi kérésre történik (elsősorban a DIMENZIÓ Vécsey utcai rendelőjének orvosai kérhetik, de kivételesen háziorvosi kérésre is megszervezzük).

Mind tervezett, mind sürgősségi esetekben szükséges a TAJ-kártya, a személyi igazolvány és a DIMENZIÓ Egészségkártya, illetve azonosító szám is.

A DIMENZIÓ Egészségpénztári tagok nemcsak (a kártyájuknak megfelelő szintű és kiterjesztésű) Kiemelt Hotelszolgálati ellátásra jogosultak, hanem sürgős panaszaikkal bármikor (a hét 168 órájában) fordulhatnak a Sürgősségi Egységhez. Ilyen esetben mindig jelezzék (szóban, az egészségkártya vagy tagazonosító felmutatásával), hogy a DIMENZIÓ Egészségpénztár tagjai.

Fontos, hogy a sürgősségi ellátás NEM sürgős (azonnali) ellátást, hanem a Sürgősségi Orvostan szabályainak megfelelő, a beteg állapotához rendelt időfaktorú és dependencia-szintű ellátást jelent. Ez azt jelenti, hogy nincs, nem lehet az a protekciós beteg, aki az ellátásban előresorolódna egy kritikus állapotú beteghez képest! Minden beteget igyekszünk a lehető legrövidebb időn belül maximális szakmai korrektséggel ellátni – ennek alapja azonban a kanadai triázs beosztás (Canadian Triage and Acuity Scale) következetes al-

kalmazása. Ezt az 1. táblázat az el-
látási szinthez rendelt időfaktorok-
kal együtt mutatja.

Amennyiben bármilyen (valódi)
problémájuk van az ellátással kap-
csolatban, forduljanak a műszak-
vezető szakorvoshoz! Abban a
meg nem engedett, de ritkán még-
is előforduló esetben, ha még ez
követően is gondjuk van az ellátás-
sal, forduljanak Dr. Mezőfi Miklós
orvosigazgató, intézetvezető fő-
orvoshoz (06 30/555 2732), távol-
létében Dr. Radó Júlia profilve-
zető főorvoshoz (06 30/555 2733).

A Sürgősségi Egység a
06 80/204 054 zöld számon éjjel-
nappal elérhető és egészségügyi
problémáikkal kapcsolatban irány-
mutató tanácsadást tud nyújtani.

A sürgősséggel bekerülő DI-
MENZIÓ tagok Kiemelt Hotelszol-
gálaton történő ellátása két
tényező függvénye:

1. állapotuk szakmailag (pl. ha
intenzív terápiás ellátás szükséges,
akkor az Intenzív Terápiás Egysé-
gen kell elhelyezni) vagy ellátás-
filozófiailag (pl. ha a beteg zavart,
elmáskál, kiabál, stb., akkor az
egység többi betegének ellátását
súlyosan veszélyeztetheti) alkalm-
mas-e a Kiemelt Hotelszolgálaton
történő elhelyezésre,

2. van-e aktuálisan szabad ágy,
illetve a beteg kórházi ápolásának
ideje alatt felszabadul-e ágy. Ha
igen, akkor a beteg az ágy felsza-
badulásakor átkerülhet a Kiemelt
Hotelszolgálatra.

3. és még egy fontos, figyelem-
be veendő tény: a Kiemelt Hotel-
szolgálat elsősorban kórház, nem
hotel. A tartózkodási időt és az el-
végzendő vizsgálatokat/beavatkozás-
sokat nem lehet „megrendelni”, az a
beteg egészségi állapotának függvé-
nye és a kezelőorvos, a profilvezető
főorvos vagy maga az intézetvezető
főorvos határozza meg.

– Aktív kivizsgáló ellátó részleg,
azaz nem elfekvő és nem szociális
problémák megoldására hivatott.
Betartandó átlag ápolási idő 8 nap!
Ebbe természetesen szükség ese-

Kedves Betegünk! Tisztelt Hozzátartozó!

Az alábbi táblázaton tájékoztatni kívánjuk egyrészt a kapott színes lapok jelentéséről,
illetve a vizsgálat/ellátás megkezdésének és befejezésének várható időpontjáról, más-
részt a korrekt diagnózishoz és ellátáshoz szükséges vizsgálatok várható időigényéről
(a beosztás és az időnormák megfelelnek az amerikai normatíváknak).

	Piros: újraélesztés szükséges. Orvosi/ápolói ellátás megkezdése: azonnal/azonnal. Várható ellátási idő: 30-180 perc
	Ciklámen: kritikus (életveszélyes állapot) Orvosi/ápolói ellátás megkezdése: 15 perc/azonnal. Várható ellátási idő: 30-180 perc.
	Narancs: sürgős (de nem életveszélyes) ellátási szükséglet Orvosi/ápolói ellátás megkezdése: 30 perc/30 perc. Várható ellátási idő: 60-240 perc.
	Zöld: nem sürgős ellátási szükséglet Orvosi/ápolói ellátás várható megkezdése: 60 perc/60 perc. Várható ellátási idő: 90-240 perc.
	Kék: halasztható ellátási szükséglet Orvosi/ápolói ellátás várható megkezdése: 120 perc/120 perc. Várható ellátási idő: 120-180 perc.

**A különböző diagnosztikai vizsgálatok elvégzésének várható ideje
(a beteg állapota és az aktuális esetszám függvényében)**

Konzíliumok:	60 percen belül		
Laboratóriumi vizsgálatok:	60 percen belül		
	Elkészítés		Leletezés
Hagyományos rtg:	30	+	60 percen belül
Ultrahang:	60	+	15 percen belül
CT:	30	+	60 percen belül

Felkészültség

EMBERSÉG

Fáradhatatlanság

tén 10-20 nap is beleférhet, de a
krónikus problémák megoldása
nem az egység feladata.

Magam jártam már a világ szá-
mos kórházában. El kell mondjam
Önöknek, hogy a Kiemelt Hotel-
szolgálat bárhol megállná a helyét.
Ugyanakkor azt is tudniuk kell,
hogy mivel maga az üzemeltetés –
magyar állampolgárokról lévén szó
– a szokásos OEP keretekben zaj-
lik, az alulfinanszírozottság ezen a
területen is érezteti hatását. Az
egység, mint neve is jelzi,
elsősorban a szokásosnál lényege-
sen jobb elhelyezési körülménye-
ket jelent – ezen túlmenően az
egység minden orvosa és teljes
személyzete igyekszik az Önök
komfortját kórházi körülmények
között is biztosítani, az adott finan-
szírozási lehetőségek biztosította
kereteken belül. Egy állampolgárra

évente 6400 USD jut az USA-ban,
4800 Németországban, 3200 Ausz-
triában és 600 Magyarországon.
Biztosíthatom Önöket (és ez nem
utolsó sorban az egészségügyben
dolgozók áldozatos munkájának
érdeme), hogy eredményességben,
hatékonyságban nincs számottevő
különbség hazánk és ezen orszá-
gok között. A körülményekben
természetesen van – és van az el-
látók terhelésében és frusztrációjá-
ban is. Mindannyiunk nyugodtabb
(és hosszabb) életéért is kérem,
hogy partnerként, barátként mű-
ködjünk együtt, kellő toleranciával
még abban a nehéz helyzetben is,
amit egy betegség vagy maga a
kórház, mint stressz okozó
tényező jelent.

Dr. Mezőfi Miklós
Orvosigazgató

Új generációs Életmódosító Program^{3D}

Életmódváltás szakemberek segítségével



Egészségesnek lenni önmagában is jó dolog, az egészség megtartása pedig lehet egy kellemes, vidám életforma is (mozgás, minőségi táplálkozás, jó testi-lelki közérzet, társas kapcsolatok stb.).

Szeretné megtudni, hogy melyek az egészségi állapotával szembeni igazi kihívások?

Az egészség dinamikus állapot, ezért az egészséges emberek számára is fontos, hogy aktívan figyeljenek egészségükre, időnként vegyenek részt szűrővizsgálatokon. Legyenek nyitottak új lehetőségekre. A legfontosabb, hogy ismerjük egészségi kockázatainkat.

Tudja melyek a leghatékonyabb módszerek a kockázatok csökkentésére?

Jó tudni, hogy az egyes kockázatok nem csupán összeadódnak, hanem hatványozódnak. Már két rizikófaktor (pl. vérnyomás, dohányzás) módosításával is jelentősen csökken a kockázat mértéke.

Már akkor kíván tenni egészségéért mielőtt az veszélybe kerül?

Nehéz kiválasztani a sokféle ajánlatból (újság, tv, rádió), hogy milyen programra van szükségünk. Ilyenkor szükséges a szakszerű segítség, amely átsegít az életmódváltoztatás kezdeti nehézségein. Ne féljünk segítséget kérni, mert közösen könnyebb.

**A DIMENZIÓ FIGYEL ÖNRE,
ÖN IS FIGYEL MAGÁRA?**

Életmódosító Program^{3D} – rugalmas, gyakorlatias, választható, egymásra építhető segítség.

Az egészséggel kapcsolatos ismeretek megszerzése mellett személyre szabott programot biztosít az egészséges életvitelhez, és segíti a szükséges mértékű életmódváltást is. Támogatja az egészségtudatos, megelőzés-centrikus magatartást, amely a saját életminőségének tudatos életstratégiájának kialakítása mellett hatással van a családra, környezetre direkt és indirekt módon egyaránt.

Hogyan működik az életmódosító program?

„Életmód távoktató rendszer”, valójában, konkrét életvezetési tanácsadás szakértők segítségével.

12 hónapos folyamatos, egyéni életvezetési tanácsadás.

Egyedülálló szolgáltatás, mely figyelembe veszi az egyéni adottságokat, a lehetőségeket és a saját elképzeléseket is. A célunk egy olyan szemlélet kialakítása, amelyben saját maga fogja igényelni a változtatást az életmódjában és képes lesz azokat végrehajtani is.

A modulokból egyéni szempontok szerint összeállítható, választható komplex tervet készí-

tünk. A választott modulok alapján a résztvevők elsősorban e-mailben, levélben vagy telefonon kapnak tanácsot. Igény esetén személyes tanácsadás is lehetséges.

Nem csupán elméleti segítséget, de konkrét gyakorlati útmutatót adunk *12 hónapra érvényes, egyénre szabott életvezetési tanácsadás formájában.*

Melynek része:

- Hónapokra lebontott egészségterv
- A kommunikáció döntően elektronikus, vagy hagyományos levelezés útján történik. A terveket szakértő team-tagok alakítják ki az érintettekkel való egyeztetés folyamán.
- 3 havonta ellenőrzési pontokon vetik össze az elért eredményeket a tervekkel, és szükség szerint módosítanak a programon.

A szakértő team tagjai:

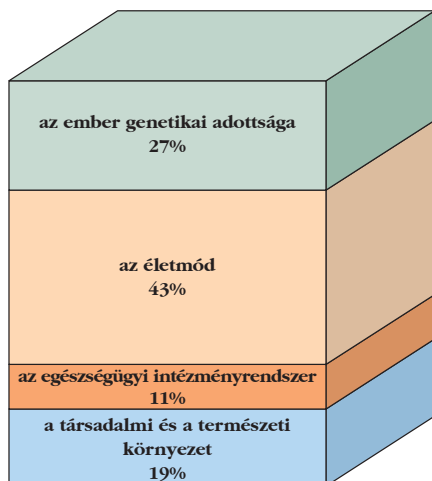
- belgyógyász,
- dietetikus,
- mozgásterapeuta,
- pszichológus/pszichiáter.

Információ:

eletmod@dimenziocsoport.hu
www.dimenziocsoport.hu
06 80 201 417, 418, 419

Az „életmódosítás” öröme

Az egészséget befolyásoló tényezők



Mindenki számára mást jelent az egészség. Legtöbbször úgy gondolják, hogy ha nem beteg, az egyet jelent az egészséggel. Az egészséget több külső tényező befolyásolja (genetikai adottságok, nemek, vallás, kultúra, jövedelem, társadalmi osztály, faj, életkor, munkakörülmények, egészségügyi szolgáltatások, önbizalom, lakáskörülmények, oktatás, propaganda stb.).

Egy újszerű program bevezetésekor mindig felmerülnek kérdések:

szabad-e, és milyen mértékben szabad beavatkozni az emberek hétköznapijaiba? Mire van felhatalmazásunk, amikor üzeneteket küldünk, a szűkebb-tágabb közösségünk tagjainak?

Egyáltalán: milyen üzeneteket küldhetünk?

Csak a tényleges egészségkárosító következményekről tájékoztasson az orvos vagy pl. a sportolás kockázataira is hívja fel a figyelmet? Milyen mélységig lehet beavatkozni egy ember életébe, szokásaiba, életmódjába?

A másik kérdés az előzőből következik: hogyan módosíthatók, változtathatók meg a súlyosan egészségromboló életformák úgy, hogy közben ne avatkozzunk be senki életébe, ne csorbítsuk az egyének saját életükkel, döntéseikkel kapcsolatos autonómiáját, ne tegyük őket függővé az egészségügyi (vagy bármilyen más) ellátástól, szolgáltatástól.

Hagyni kell-e az embereket, hogy felmerülő szükségleteiknek, tudásuknak, saját léptéküknek, lehetőségeiknek megfelelően változtassanak az életmódjukon, magatartásukon?

A különböző, általunk jónak ítélt módszerekkel kívülről siettetni

kell a változást, meghatározva azt, hogy mi a korszerű, merre van az előre? Vagyis az „emberek érdekében” mennyire érvényesíthetjük küldetéstudatunkat, próbálhatjuk ki rajtuk tudományunk és jóakaratumk minden lehetséges formáját?

Figyelembe tudjuk venni a program egésze alatt, hogy milyen következményei lettek és az általunk kitűzött cél teljesült-e?

Ami elengedhetetlen

Állandó kapcsolattartást és visszacsatolást igényel az egészségfejlesztés, ahol a legfontosabb célpont a partnerként kezelt ember. Állandóan meg kell fogalmaznunk a program egésze alatt a „mit, mikor, kiknek, milyen tartalommal és milyen következménnyel” kérdéseket.

Az eddigi tapasztalataink szerint be kell mutatni, akár újfajta, eddig még nem ismert programokat is, mert az új lehetőségek, vagyis igénykeltés is egyfajta segítségnyújtás. A DIMENZIÓ Egészségpénztár valódi egészségmegőrző programjai bizonyították, hogy fontosak a célok, és csak célok kitűzésével lehet jó eredményeket elérni.

Interjú a DIMENZIÓ Életmódosító^{3D} program szakértőivel

Az életmódváltás sokszor nem könnyű, mert olyan dolgokat is meg kell változtatni, amihez nagyon kötődünk.

– Mely területeken ad segítséget az Életmódosító^{3D} program?

– Három nagy területen teszünk javaslatokat a programba belépő Életmódosítók számára: a táplálkozás, a mozgás, és az önismeret, mely magában foglalja az életmód-fejlesztéshez tartozó modulokat, valamint a kommunikáció-fejlesztést is.

– Milyen konkrét segítséget tud adni a program életmód átalakításában, hiszen a változásokat mindenkinek magának kell meghoznia?

– A változásokat mindenkinek magának kell meghoznia, de nem mindegy, hogy ezt hogyan teszi. Az életmódváltás lehet kínkeserves, lehet ennél zökkenőmentesebb, és lehet kifejezetten pozitív is, új örömforrások felfedezésével. A személyre szabott tanácsadás azt jelenti, hogy a munkacsoport tagjai az életmódosítóval közösen kidolgoz-

zák az életmódváltás legörömtelibb útját. Erre nincs általános recept, mert mindenki más, és másképp reagál a változásokra is – ezért igazán hatékony a személyre szabott tanácsadás.

– Mindenki személyre szabott ajánlást kap?

– Igen, melyhez a szükséges információkat az állapot felmérés részét képező kérdőívek alapján kapjuk, kiegészítve szükség esetén a legfrissebb vizsgálati eredményekkel, melyeket szintén segítünk beszerezni (hol és hogyan tudja elvégezni a szükséges laborvizsgálatokat, esetleg szűréseket).

– *Mindenki általános tájékoztatást kap az említett területekről?*

– Természetesen nem, hiszen mindenki más élethelyzetben van, mások a fizikális adottságai és eltér a tápláltsági állapotuk is.

– *A kérdőívek értékelését követően mi történik? Tesznek egy ajánlást vagy ez egy interaktív kapcsolat kezdete?*

– A beérkezett és kitöltött kérdőíveket a leletekkel együtt a szakértő team rövid idő alatt elemzi és készít egy rizikófaktorokat tartalmazó és az Életmódosító számára legoptimálisabb modulokból álló ajánlást.

– *Az ajánlásban szereplő modulok elfogadása kötelező vagy választható más is?*

– Az általunk tett ajánlás egy javaslat, mely a rizikófaktorokra tekintettel a legoptimálisabb a szakmai szempontok szerint, de nem kötelező! Minden életmódosító megkapja a javaslatot és egy interaktív kapcsolat keretében, vele együtt állítjuk össze a számára legfontosabbnak ítélt területekről a célokat és közösen alakítjuk ki az utat is, amely a célok felé vezet!

– *Ez a kapcsolat egyszeri vagy folyamatos a program egésze alatt?*

– A kapcsolat folyamatos és kétirányú a programban való részvétel teljes időtartama alatt. Ez azt jelenti, hogy az életmódosító csapat tagjai is felhívják bizonyos időnként a résztvevőt, de neki is lehetősége van hente 2x2 órában telefonon keresni a szakértői team tagjai. Valamint igény és előzetes egyeztetést követően személyesen is találkozhat az életmódosító csapat tagjaival.

– *Vannak a programban olyan szakaszok ahol a résztvevő számára nyilvánvalóvá válik, hogy a kitűzött célok elérésében éppen hol tart?*

– Igen vannak, mégpedig negyedévente. Ez nagyon fontos része az életmódosításnak, hiszen mindenkinek eltérő az az ütem, mellyel

egy valódi változást tud kialakítani az életében a mindennapjaiban.

– *Milyen hosszú egy program?*

– Minimum egy év. Ennél rövidebb idő alatt tartós és maradandó változásokat nem lehet elérni, hiszen itt berögzült szokásokat kell módosítani, átalakítani. Szeretnénk azonban, ha a résztvevők nem csak egy évben gondolkodnának, hanem a segítségünkkel elért célok, változások egy életre szólnának, és így egy jelentős életminőség javulást eredményezve tennék teljesebbé az életmódosító és családja mindennapjait.

– *Ha valakinek orvosi kezelésre van szüksége, helyettesítheti-e ezt az életmódosító program?*

– A program az orvosi kezelést nem helyettesítheti, de segít abban, hogyan egészíthetjük ki az életmódunkban való változtatásokkal a kezelést, és segíthet abban is, hogy az orvosi kezelést maximálisan ki tudjuk használni.

– *Hogyan lehet stresszkezelést e-mailes és telefonos tanácsadáson keresztül elsajátítani?*

– A hatékony stresszkezelés elemeinek többsége olyan viselkedés, amit tanulunk, tehát nem attól függ, milyen embernek születtünk (bár vannak emberek, akik temperamentumuknál fogva kevésbé stresszesek), hanem attól, milyen viselkedéseket sajátítottunk el eddig. Éppen ezért a stresszkezelési készségek jelentős részét éppen úgy meg lehet tanulni, mint a biciklizést, vagy a nyelveket. A tanuláshoz nem feltétlenül kell személyesen jelen levő „tanár”, az életben a legtöbb viselkedésmintát egyébként is teljesen egyedül sajátítjuk el.

– *Ha én zárkóztam vagyok, és nem szívesen beszélek a problémáimról (főleg telefonon) akkor hogyan működik a stresszkezelési tanácsadás?*

– A tanuláson alapuló stresszkezelési tanácsadáshoz sok esetben nem kell a helyzet konkrét, mély is-

merete, nem kell hozzá „feltárulkozni”. Elég azt ismertetni, milyen típusú problémában kérne segítséget.

– *Milyen lehetőségem van, ha kevésnek érzem a telefonos vagy e-mailes kapcsolattartást?*

– A programban igény esetén személyes konzultációra is van lehetőség.

– *Milyen stresszkezelési készségek tanulhatóak meg személyes kapcsolat nélkül?*

– A programban részletezett készségek megtanulásához általában nem kell személyes találkozás. Más készségeket természetesen csak személyes konzultációval lehet elsajátítani.

– *Mi történik akkor, ha nem sikerül megvalósítanom az ajánlásban szereplő javaslatokat, vagy valami megváltozik az élethelyzetemben?*

– Az ajánlások menet közben is módosíthatóak, ezért is van lehetőség folyamatos telefonos vagy e-mailes kapcsolattartásra.

– *Akkor is tud segíteni a program, ha nekem valami nagy, drasztikus életmódváltozásra van szükségem?*

– Igen. A nagy drasztikusnak tűnő változások elérhetőek sok kicsi, könnyen megvalósítható dolog fokozatos megvalósításával. A programban a sok kicsi, könnyebben megvalósítható változást részesítjük előnyben, még akkor is, ha ez lassúbb. A lassúbb változásokhoz könnyebb hozzászokni, és kevesebb a visszaesés is. Ezért tervezzük az életmódosítás idejét ilyen hosszúra.

– *Van-e értelme a programnak, ha olyan az élethelyzetem, hogy semmilyen életmódváltozást nem tudok kivitelezni?*

– Igen, hiszen lehet, hogy közösen fel tudjuk fedezni azokat az apró, de nagyon fontos dolgokat, amelyek pozitívan változtathatók meg.

Mennyire fontos Önnek az egészsége?

Rózsadomb Medical Center: gyengéd orvoslással sikeres úton az Ön egészségéért!

A hagyományos „nyugati” szakosodott orvoslás többnyire a tünetek megszüntetésére törekszik. A gyors hatás eléréséhez egyre több gyógyszert és beavatkozást alkalmaz, melynek mellékhatásai a szervezet egészére még nem ismertek teljes körűen.

Rendelőnk célja a GYENGÉD ORVOSLÁS lehetőségeivel a betegség valós okának feltárása és fájdalommentes kezelése. Az EMBER egészét, az összefüggéseket vesszük figyelembe. A gyógyításhoz természetes alapanyagú készítményeket, „soft” technológiát alkalmazunk, ezért ezek mentesek a mellékhatásoktól.

A gyógyuláshoz a betegség okainak feltárásán át vezet az út. Miként fedik fel a betegségek okait?

Idestova 5000 éve a kínaiak felfedezték, hogy minden betegség forrása az emberi szervezet megzavart energiaháztartására vezethető vissza, amelynek állapota a meridiánokon, a szervezet energiapályáin mérhető.

A meridiánok kapcsolatban állnak a szervezet valamennyi területével (pl.: gerinc, csigolyák, csontok, fogak, szervek, hormonális-, immun- és idegrendszer, anyagcsere stb.), ezért a nyerhető információk a test egészéről nyújtanak teljes körű képet. Amíg az energiaháztartás egyensúlyban van, az ember egészséges. Az egyensúly kibillenése, különösen, ha hosszú ideig áll fenn, szervi és pszichés egészségkárosodáshoz, betegséghez vezethet.

Szakorvosaink tudását rendelőkben olyan csúcstechnológia támogatja, amelyet eddig csak az űrrepülésnél alkalmaztak azzal a céllal, hogy az asztronauták és földi irányítók fizikai, pszichikai, azaz egészségi állapotában fellépő elváltozásokat idejekorán felismerjék, és kezelni tudják, mielőtt ezek a zavarok olyan erősek lennének, hogy betegséghez vezessenek.

A gyakorlatban ez annyit jelent, hogy mielőtt a páciens tüneteket észlelné, vagy megmagyarázhatatlan panaszai lennének, amelyeket eredetét a laboranalízisek egyértelműen nem tudják tisztázni, itt már idejekorán hatékonyan be lehet avatkozni. Olyan stádiumokat is kimutatunk, amikor változások már jelen vannak, de tünetek, panaszok még nem jelentkeztek. Ez a megelőzésben kiemelten fontos!



www.r-medical.hu • Telefon: 06 30 616 1037
Rózsadomb Center bevásárlóközpont
(1022 Budapest, Törökvész u. 87-91.) V. emelet

Kedvezmény!!!
Egészségpénztári tagoknak 10%
Életmódosítóknak 20%

STAMIELLÁNÁL

*Fiatalító és regeneráló wellness-napok és
Arsad gyógymasszázs*

Egészségpénztári tagoknak 10% kedvezmény

Ősrégi terápiát, mint a masszázst ötvöztük egy másik régi újdonsággal, az ARSAD-dal. Arsad egy 500 éves újdonság. „Az élet vize”. Ez a gyógyító víz 75 féle elsőrendű aromatikusan és gyógynövény kivonatot tartalmaz, melyek legtöbbször a svájci Alpokban terem.

Az Arsad masszázst hatékonyan segít többek között az ülőmunka végzéséből adódó hát és vállizmok feszültségének oldásába, illetve megszüntetésében. A nyugtató zene mellett, az Arsad hatására aktivizálódik a szervezet önregeneráló képessége.

Javul a vérkeringés és a mozgásszervi problémák is javulnak, enyhülnek.



*Nincs több derék fájás,
és végre gerince újra rugalmassá válik.*

Információ: www.stamiella.hu
1072 Budapest, Dembinszky u. 7. I/8.
stamiella@stamiella.hu stamiella@arsad.hu

999 HELYEN JELENTŐS KEDVEZMÉNY!

Szolgáltatás/termék	kedvezmény	partner
Szállodák, éttermek:	20-30%	300
Sport-szabadidős tevékenységek	15-20%	150
Sportboltok	10-20%	250
Ruházati üzletek	10-20%	200
Könyvesboltok	10%	50
Virág-, ajándékboltok	15%	50

A megtakarítás mértéke a vásárlási szokások alapján:
50-300 ezer Ft.

Sportplussz kártya nettó fogyasztói ára: **8000 Ft/év/db**
Plasztik kártya névre szóló, sorszámozott, 12 hónapig érvényes

Plusz a Sportplussznál:

- Országos adatbázis (www.sportplussz.hu),
- folyamatosan bővülő és ellenőrzött adatbázis,
- garancia a kedvezménynyújtásra,
- partnereknél kihelyezett matricák a kedvezmény mértékével,
- mobiltelefonon is elérhető (wap.sportplussz.hu),
- katalógus, megyei partnerlistával.

Információ:

Telefon: 1/460-6933,
iroda@sportplussz.hu
www.sportplussz.hu

Kedvezmények!!!
Egészségpénztári tagoknak 20%
Életmódosítóknak 30%



Biztosítási tudnivalókról dióhéjban

A biztosítóknál dolgozó munkatársak tapasztalatai szerint az ügyfelek gyakran tájékozatlanok a biztosítási ügyekben. A teljesség igénye nélkül az alábbi rövid ismertetővel szeretnénk hozzájárulni a biztosítási ismeretek bővüléséhez.

Biztosítási törvény (Bit.): A biztosítókról és a biztosítási tevékenységről szóló 2003. LX. törvény

Pénztártörvény (Öpt.): Az önkéntes kölcsönös biztosítópénztárakról szóló 1993. évi XCVI. törvény

Pénzügyi Szervezetek Állami Felügyelete (PSZÁF): A pénzügyi piac szereplőinek felügyeleti szerve, amely engedélyezési, ellenőrzési jogkörrel rendelkezik.

Biztosítási rendszer alapintézményei:

- biztosító részvénytársaság,
- biztosító szövetkezet,
- biztosító egyesület

(mint a DIMENZIÓ Biztosító és Önszegélyező Egyesület),

- más államban székhellyel rendelkező biztosító magyarországi fióktelepe.

A biztosítási rendszer egyéb résztvevői közé tartoznak az ügynökök, biztosítási szaktanácsadók (brókerek, alkuszok stb.).

Biztosítási ág: A biztosítási kockázatok alapján a biztosításokat a Bit. két nagy csoportba sorolja:

- az életbiztosítási ágba tartozó kockázatok (haláleseti, eléricsi, halálesetre és eléricsre szóló vegyes biztosítások, járadékbiztosítások, nyugdíjbiztosítások stb.),
- a nem életágba tartozó kockázatok (vagyonbiztosítások, betegségi és baleseti biztosítások, felelősségbiztosítások, utasbiztosítások stb.).

Biztosítási feltételek: Tartalmazza az adott biztosításra vonatkozó valamennyi feltételt. (A biztosítás időtartamát, a biztosítási eseményt, a kockázatviselés időtartamát, a biztosítási szolgáltatások értékét, a díjfizetés esedékességét és annak választható módjait, a kizárás és a mentesülés eseteit stb.). A biztosítás megvásárlásakor célszerű a biztosítási feltételek alapos áttanulmányozása.

A DIMENZIÓ Biztosító és Önszegélyező Egyesület valamennyi biztosításának feltétele a www.dimenziocsoport.hu honlapon megtalálható.

Biztosítási esemény: Az adott biztosítás biztosítási feltételeiben meghatározott kockázat, aminek bekövetkezésekor a biztosító köteles a szolgáltatásra.

Életbiztosítások szereplői:

- szerződő, aki a biztosítást megkötö (általában egyben a díjfizető is),
- biztosított, akire a biztosítást megvásárolják (egybeeshet a szerződővel),
- kedvezményezett (az, akinek a biztosító a szolgáltatást teljesíti).

Közlési kötelezettség: A szerződő/biztosított a feltételekben meghatározottak szerint köteles a biztosítás megkötésekor (pl. az egészségügyi nyilatkozaton) a feltett kérdésekre válaszolni, a jogviszony tartama alatt az adatváltozásokat (pl. a lakcímváltozást), vagy a szolgáltatáskor a biztosítási eseményt bejelenteni és a kárrendezéshez szükséges valamennyi okiratot a Biztosítóhoz beújítani.

Egészségesen a biztonságos nyugdíjig!

A DIMENZIÓ Biztosító és Önszegélyező Egyesület életbiztosítási ágba tartozó termékeket terjeszthet.

Tagjaink jelenleg az alábbi biztosításokkal rendelkezhetnek a Biztosító Egyesületnél:

- **„Élet- és balesetbiztosítás”** (kockázati biztosítás baleseti és betegségi biztosítással kiegészítve)
- + **„Kiegészítő kockázati és baleseti rokkantsági biztosítás”**
- **„Halasztott kezdetű nyugdíj-kiegészítő biztosítás”** (elérési biztosítás, amelyre az Öpt. 46-49. §-ai is vonatkoznak, adó- és járulékszabályai megegyeznek az önkéntes nyugdíjpénztárakra vonatkozó előírásokkal)
- + **„Halasztott kezdetű nyugdíjkiegészítő biztosítás”** kiegészítő biztosítás
- **„EGZISZTENCIA életbiztosítás”**
- **„TÁVLAT egységenként vásárolható, egyszeri díjfizetésű kiegészítő járadékbiztosítás”** vagy
- „TÁVLAT II egységenként vásárolható, egyszeri díjfizetésű kiegészítő nyugdíjbiztosítás”**
- **„EGYENSÚLY kockázati életbiztosítás”**
- **„KOMPLEX eléricsi és kockázati életbiztosítás”**

Magánnyugdíjpénztári befektetések

A Pénzügyi Szervezetek Állami Felügyelete a Felügyeleti Tanács 1/2005. számú ajánlásában javaslatot tett a pénztárak hozamadatainak nyilvánosságra hozatalára vonatkozóan. Az ajánlás szerint a különböző helyeken és formában nyilvánosságra hozott különböző pénztári hozam adatok mellett az összehasonlíthatóság biztosítása érdekében a pénztáraknak minden

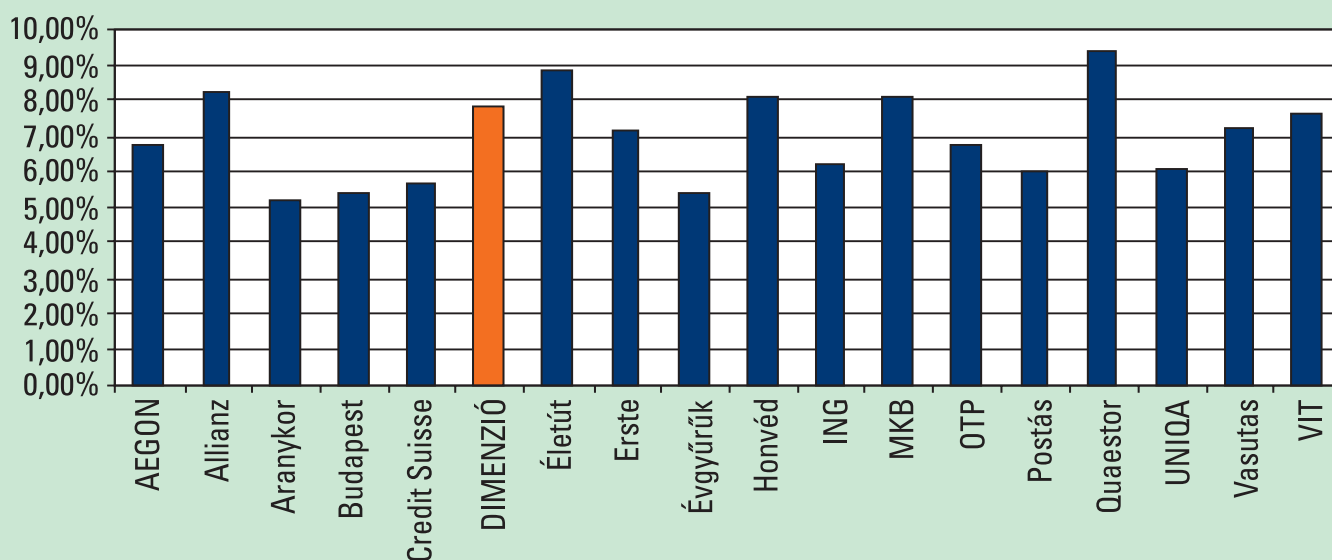
nyilvánosságra hozatal során meg kell jeleníteniük az elmúlt 5 naptári év pénztári szintű nettó éves hozamrátáinak mértani átlagát is. Az ajánlás a pénztárak teljesítményének minél következetesebb, átláthatóbb és számonkérhetőbb bemutatását szolgálja a pénztártagok minél teljesebb tájékoztatása érdekében.

A DIMENZIÓ Magánnyugdíjpénztár fenti módszertan szerint

számolt hozama 2000. és 2004. között 7,86 százalék volt. A Pénztár az öt éves átlagos teljesítményével a hatodik helyet szerezte meg a nyugdíjpénztárak között.

A PSZÁF ajánlása megtalálható a DIMENZIÓ Magánnyugdíjpénztár www.dimenziocsoport.hu honlapján, illetve a Felügyelet Fókuszban a nyugdíjpénztárak c. összeállításában (www.pszaf.hu/nyugdijpenztar/index.html), ahol az ajánlás mellett további hasznos információk is találhatóak.

Magánnyugdíjpénztárak pénztári szintű nettó hozamrátáinak öt éves átlaga 2000-2004



Forrás: Pénzügyi Közlöny

Kedvezményes telekvásárlási akció!

A „DIMENZIÓ Ingatlan” Ingatlanfejlesztő Kft. akciója keretében óriási kedvezményekkel adja összközműves építési telkeit:

Budapest, XVII. kerület Strázsahegyen a kedvezmény 400 000 Ft + Áfa/telek. A DIMENZIÓ tagjai ré-

szére egy éves tagságot követően minden egyes megvásárolni kívánt telek árából további 200 000 Ft + Áfa kedvezményt adunk!

Herceghalmon a kedvezmény 10%, 8 800 Ft/nm-es ár helyett 8 000 Ft/nm + Áfa.

Pátyi összközműves építési telkek akciós ára 8 000 Ft/nm + Áfa.

A telkekről bővebb tájékoztatást a www.dimenzioingatlan.hu honlapon és az (1) 457 4646-os telefonszámon kaphatnak az érdeklődők.



Adóváltozások 2006-ban

Az önkéntes kölcsönös biztosító-pénztári befizetések utáni adókedvezmény helyett az egyéni számlán jóváírandó támogatás illeti meg az adózót. A pénztár magánszemély tagja az adóbevallásában rendelkezhet a pénztári befizetések után őt megillető összeg átutalásáról. A nyilatkozatban csak egy számla jelölhető meg.

A nyilatkozatban feltüntetett összeget az adóhatóság utalja át a pénztárnak.

A jóváírás az önkéntes kölcsönös nyugdíjpénztárba, illetve önkéntes kölcsönös egészség- és önszegélyező pénztárakba tagi jogviszony címén befizetett összeg 30%-a, de legfeljebb 100 ezer forint, többes tagság esetén maximum 120 ezer forint (az öregségi nyugdíjkorhatárt 2020. január 1-je előtt betöltők esetében 130 ezer forint, illetve 150 ezer forint).

A munkáltató által adható egyes béren kívüli juttatások együttes értékhatára munkavállalónként évi 400 ezer forintig adómentes. Az adómentes keretbe tartozó juttatások körébe tartozik többek között az egészségpénztári munkáltatói hozzájárulásból az a rész, amelyet a jövedelem kiszámításakor nem kell figyelembe venni.

Az önkéntes nyugdíjpénztárba fizetett támogatásra (így a halasztott kezdetű nyugdíjkiegészítő biztosításra) a korlát nem vonatkozik.

Többletbefizetési lehetőség

Tagjaink többletbefizetést teljesíthetnek Egészségpénztári és Halasztott kezdetű nyugdíjkiegészítő biztosítási számlájukra, mely után 2005. évi befizetésnél 30%-os adókedvezmény vehető igénybe.

A befizetést 2005. december 15-ig célszerű teljesíteni, így garantált, hogy a 2005. évi adóelszámolással érvényesíthetővé válik az adókedvezmény. Befizetéskor a közlemény/megjegyzés rovatba tagazonosítót, valamint a többletbefizetés címszót fel kell tüntetni.

A DIMENZIÓ Egészségpénztár számlaszáma: **10201006-50047297**

A Halasztott kezdetű nyugdíjkiegészítő biztosítás számlaszáma: **10201006-50013052**



A Balatonkenesei Konferencia Központ zenei fesztiválja, a „Hangok hullámain” című sorozat záró produkciója Presser Gábor előadói estje volt. A magyar zenei élet kiemelkedő egyénisége egy zongora kíséretében szólaltatta meg saját dalait. A nagy sikert aratott teltházas koncert támogatója a DIMENZIÓ Biztosító Csoport volt.

DIMENZIÓ Zöldnap

A rendezvény Budapest, Bük, Pécs, Szeged, Debrecen, Miskolc helyszíneken került megrendezésre.

A Zöldnap már kialakult a jól bevált szerkezetét egy-egy új program, szolgáltatás tette változatossá. Idén sok helyszínen voltak jelen az egészségpénztári szolgáltatók is.

Az eddigi hagyományoknak megfelelően idén is sor került kitüntetések átadására is, az elmúlt időszakban végzett támogató munkájának elismeréseként nyegyvenhárom tagunknak adtuk át Oklevelet és Zsolnay tárgyjutalmat.



A miskolci DIMENZIÓ Zöldnap nyereleménysorsolásának nyertese Csomány Lajosné lett Salgótarjánból, aki férjével utazhatott, a horvátországi üdülőparadicsomba. „Valami hihetetlenül gyönyörű nyolc napot tölthettünk el a DIMENZIÓ jóvoltából Rovinjban! Nagyon, örülök, hogy a szerencse nekünk kedvezett és, hogy ezt gondolták ki nyereleménynek!”

Szolgáltató módosítás

Tájékoztatjuk az egészségmegőrzést célzó szűrővizsgálatokra jogosult tagjainkat, hogy a DIMENZIÓ Biztosító Egyesület önszegélyező ágazata rendszerén keresztül igénybe vehető szűrővizsgálatokat végző szolgáltatók módosításának időpontja megváltozott.

Kérjük azokat, akik a 2006. évre vonatkozóan élni szeretnének a szolgáltató módosítás lehetőségével szíveskedjenek azt megtenni a 2005. november 15. – 2005. december 15. közötti időszakban. Az igényérvényesítéshez szolgáltató módosító lapot kell kitölteni, és azt a DIMENZIÓ Biztosító Egyesület önszegélyező ágazata részére, 1013 Budapest, Krisztina krt. 32. címre kell megküldeni.

Kiadja: DIMENZIÓ Biztosító és
Önszegélyező Egyesület
1013 Budapest, Krisztina krt. 32.

időszakos kiadvány

Kiadásért felelős:
Tölgyesiné dr. Nagy Olga

Felelős szerkesztő:
Dr. Kricsfalvi Péter

Szerkesztő:
Bíró Andrea

Nyomdai előkészítés, kivitelezés:
Innovaprint Kft.
1027 Budapest, Fő u. 68.

terjesztés: ingyenes