

# RESILIENT

Geschäftsbericht 2023  
der Techniker Krankenkasse

# Resilienz

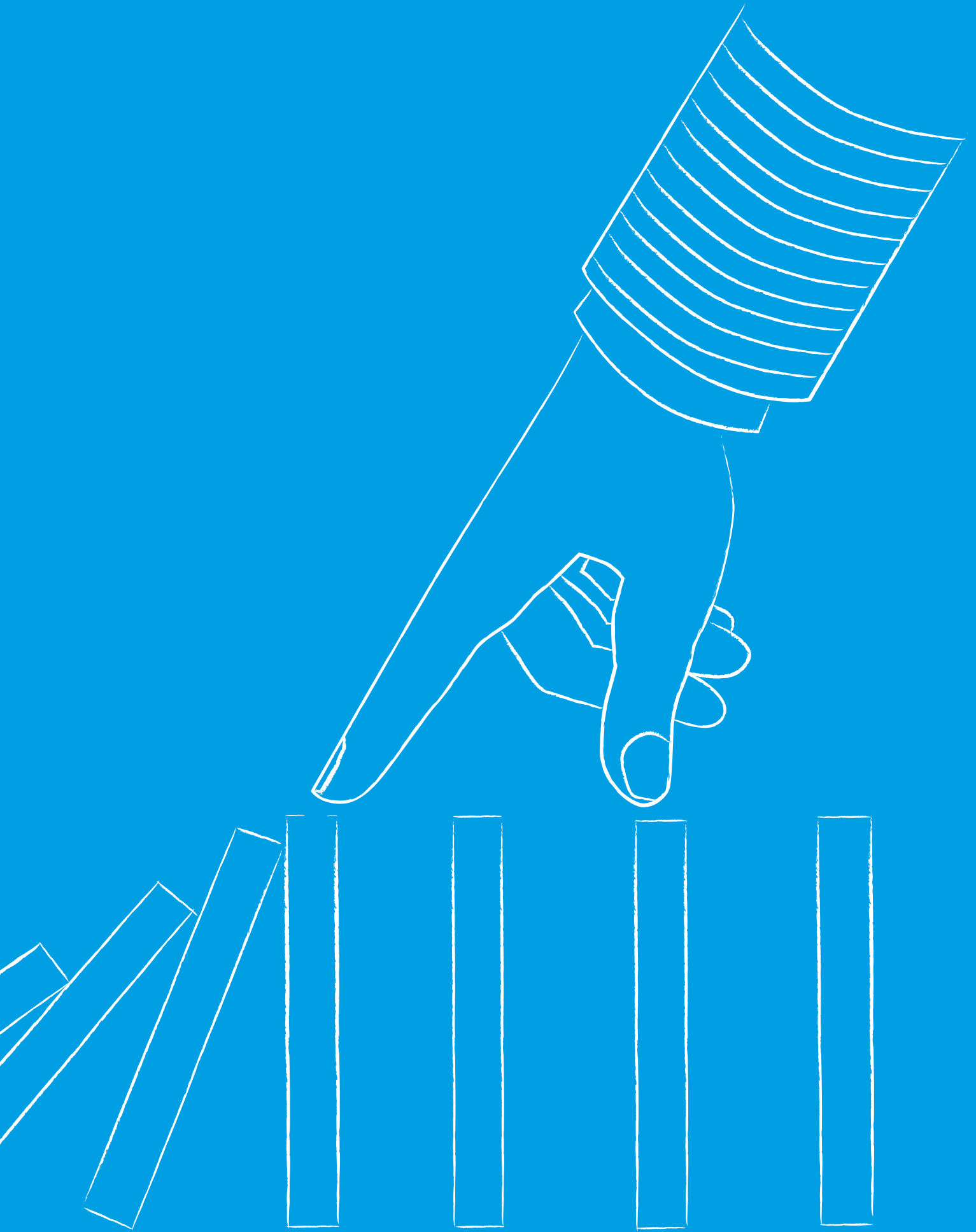
## Substantiv, feminin [die] Re|si|li|enz

Resilient sein! Was bedeutet das? So häufig der Begriff Resilienz mittlerweile verwendet wird, so vielfältig ist er auch und wird in verschiedenen Wissenschaften und Kontexten genutzt. In der Materialkunde, wo der Begriff ursprünglich herkommt, sind resiliente Stoffe solche, die auch nach extremer Verformung wieder in ihren Ursprungszustand zurückkehren, wie ein Schwamm oder etwas aus Gummi. Das Wort stammt vom lateinischen „resilire“, was „zurückspringen“ bedeutet.

Der Duden übersetzt Resilienz mit Stabilität oder Widerstandsfähigkeit. In auftauchenden Krisen widerstandsfähig zu sein und sich schnell wieder zu erholen, beschreibt im Kern resiliente Menschen, Gruppen, Organisationen oder Systeme. Fallen in einer Krise die sorgsam in einer Reihe aufgestellten Dominosteine um, lösen diese eine Kettenreaktion aus, die alle nachfolgenden Steine erfasst. In einem resilienten System gibt es Barrieren, die verhindern, dass ein Stein alle anderen umstößt und alles zusammenfällt. Resiliente Menschen und Organisationen besitzen die Fähigkeit, wieder aufzustehen oder sich so weit anzupassen, dass ihnen der Stoß nichts anhaben kann.

Die Widerstandsfähigkeit, die dabei hilft, die umstürzenden Dominosteine aufzuhalten, ist erlernbar. Als Krankenkasse unterstützt die TK dabei, die persönliche Resilienz zu trainieren. Gleichzeitig möchte sie zu einem resilienteren Gesundheitssystem beitragen, das gegen Krisen gewappnet ist. Als Arbeitgeber ist für die TK eine Unternehmenskultur wichtig, die Mitarbeitende dazu befähigt, Veränderungen aktiv mitzugestalten, ihnen mit Mut zu begegnen und gestärkt aus Herausforderungen hervorzugehen. ■





### Liebe Leserinnen und Leser!

Als größte gesetzliche Krankenkasse und Unternehmen mit mehr als 15.000 Mitarbeitenden blicken wir aus unterschiedlichen Perspektiven auf das Thema Resilienz: Wir setzen uns für ein resilienteres Gesundheitswesen als Ganzes ein, arbeiten an der besten Versorgung und den besten (auch digitalen) Angeboten für unsere mittlerweile mehr als 11,5 Millionen Versicherten und stellen uns als Unternehmen krisenfest und damit zukunftsfähig auf. Das Gesundheitssystem insgesamt hat sich in den vergangenen Jahren nur als bedingt resilient gegen Veränderungen und Krisen erwiesen. Die Pandemie hat den enormen Nachholbedarf bei der Digitalisierung und der Nutzung von Gesundheitsdaten aufgezeigt. Dass wir nun mit zwei neuen Gesetzen auf dem richtigen Weg sind, reicht noch lange nicht aus. Die Digitalisierung muss nutzerfreundlich sein und im Alltag der Menschen ankommen.

Ein digitalisiertes Gesundheitswesen verbessert dabei nicht nur die Versorgung an sich – dazu empfehle ich das Interview mit Prof. Walcher, Unfallchirurg am Universitätsklinikum Magdeburg und DIVI-Präsident, in diesem Bericht. Darüber hinaus müssen wir alle Möglichkeiten, auch die der Digitalisierung, nutzen, um der riesigen Herausforderung des Fachkräftemangels im Gesundheitswesen zu begegnen – nicht, um Menschen zu ersetzen, sondern um sie an den entscheidenden Stellen zu entlasten.

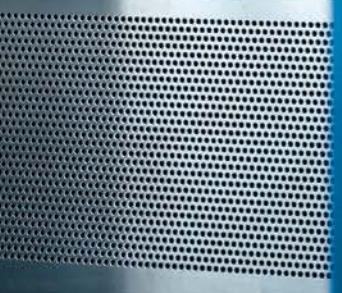
Dieser Bericht erzählt außerdem davon, wie jeder und jede Einzelne die eigene Resilienz stärken kann, welche TK-Angebote dabei unterstützen und wie wir als Unternehmen unsere Resilienz stärken. Zum Beispiel im Bereich IT, in dem jeden Tag Hunderte Mitarbeitende an der Widerstandsfähigkeit unserer digitalen Infrastruktur arbeiten und diese weiterentwickeln. Ein Unternehmen insgesamt kann dabei nur so resilient sein wie jeder und jede einzelne Mitarbeitende, deshalb hat das Thema Gesundheit bei der TK schon in der Ausbildung einen festen Platz. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre!

**Ihr Dr. Jens Baas**  
Vorsitzender des Vorstands der TK



The image features a large, white, stylized logo consisting of the letters 'T' and 'K' on a vibrant blue background. The 'T' is composed of three main rectangular blocks, and the 'K' is formed by two diagonal strokes meeting at a central point. The overall style is modern and geometric.

Die  
Techniker



# Inhalt

## Besser digital

- 8 **Datennutzung: „Ein Meilenstein für die Patientenversorgung“**  
Im Interview berichtet Unfallchirurg und DIVI-Präsident Prof. Dr. Felix Walcher, wie die elektronische Patientenakte bei der Behandlung unterstützt.
- 11 **Das digitale Dilemma durchbrechen**  
Eine Kolumne von Dr. Jens Baas, Vorstandsvorsitzender der TK.

## Die eigene Resilienz stärken

- 12 **Krisenhilfe per Chat**  
„krisenchat“ berät junge Menschen zu psychosozialen Fragen.
- 14 **Mentale Abwehrkräfte**  
Die TK bietet eine Vielzahl von Präventionsangeboten zur Stärkung der mentalen Gesundheit.
- 15 **„Man muss seine Kraftquellen kennen und sie pflegen“**  
Warum die psychische Widerstandsfähigkeit so wichtig ist. Antworten von Dr. David Surges aus dem TK-Gesundheitsmanagement.
- 16 **Orientierungs-Bingo im Pflegeheim**  
Wie Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohner körperlich und geistig mobil bleiben.
- 20 **Gesunde Pflege**  
Wo Widerstandsfähigkeit in der Pflege gefragt ist und wie die TK diese fördert.
- 21 **Pflegende stärken!**  
Eine Kolumne von Thomas Ballast, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der TK.

## Soziale Selbstverwaltung

- 22 **TK-Verwaltungsrat: Wieso, weshalb, warum?**  
Im Gespräch mit neuen und erfahrenen Mitgliedern des Verwaltungsrats.
- 24 **„Die Verantwortlichkeiten müssen wieder ins Lot“**  
Im Gespräch mit den alternierenden Vorsitzenden des TK-Verwaltungsrats, Dieter F. Märtens und Dominik Kruchen.

## Resilientes Unternehmen

- 26 **Eine starke IT für die TK**  
Geschäftsbereichsleiterin Aude Vik spricht über die aktuellen Herausforderungen der IT.
- 28 **Gesund in der Ausbildung**  
In der Ausbildung bei der TK spielt auch die eigene Gesundheit eine wichtige Rolle.
- 30 **Führen im Doppelpack**  
Zwei Führungskräfte für ein Team: In der TK gibt es immer mehr Führungstandems.
- 33 **Wissen teilen!**  
Eine Kolumne von Karen Walkenhorst, Mitglied des Vorstands der TK.
- 34 **Schlüsselfaktor Nachhaltigkeit**  
Das Gesundheitswesen muss widerstands- und handlungsfähiger werden.

## Lieber digital lesen?



Unter [tk.de/geschaeftsbericht](https://tk.de/geschaeftsbericht) gibt es die digitale Ausgabe des TK-Geschäftsberichts 2023. Er steht dort auch als PDF zum Download zur Verfügung.



8



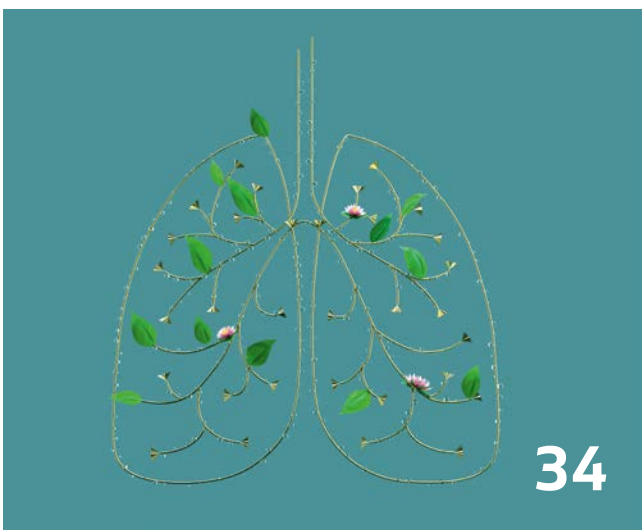
12



16



26



34

## 2023 in Zahlen, Daten und Fakten

Finanzen, die TK in Zahlen und weitere Meldungen des Jahres: So entwickelte sich das Unternehmen im Geschäftsjahr 2023.

- 37 Abnahmen
- 38 Die Finanzen der Krankenkasse
- 43 Die Finanzen der Pflegekasse
- 45 Mitglieder- und  
Versichertenentwicklung
- 46 Im Einsatz für die Versicherten
- 48 Kurz gemeldet
- 50 Die TK in Zahlen
- 51 Impressum

# Datennutzung

„Ein Meilenstein für  
die Patientenversorgung“





Der Unfallchirurg Prof. Dr. Felix Walcher ist überzeugt, dass eine bessere Datennutzung die Versorgung von Patientinnen und Patienten entscheidend verbessern kann. Im Interview erzählt er, wie die elektronische Patientenakte Ärztinnen und Ärzte bei der Behandlung unterstützt und warum die Digitalisierung so wichtig ist für ein resilientes Gesundheitssystem.

Interview Silvia Wirth

**Mit den Digitalgesetzen, die Anfang des Jahres beschlossen wurden, geht es bei der Digitalisierung des Gesundheitswesens entscheidende Schritte voran. Sie arbeiten unter anderem in der Notfallmedizin – wo ergeben sich hier konkret Verbesserungen für Patientinnen und Patienten?**

**Prof. Dr. Felix Walcher** Wenn ein Patient oder eine Patientin zu uns in die Notaufnahme kommt, dauert es aktuell zwei bis drei Tage, bis wir die vollständige Patientengeschichte, die Medikation oder etwa wichtige Ergebnisse von Voruntersuchungen erhalten. Mit einer vollständigen elektronischen Patientenakte hätten wir innerhalb kürzester Zeit Einblick in diese Daten. Ich hatte gerade erst einen Fall eines betagten und demenzenden Patienten, der in der Nacht eingeliefert wurde und Blutverdünner genommen hatte. Uns fehlte jedoch die entscheidende Information, warum er das Medikament nahm. Hatte er Vorhofflimmern, wurde eine Herzklappe implantiert oder hatte er gegebenenfalls eine Thrombose? Das musste zunächst abgeklärt werden, bevor wir den Patienten operieren konnten. Mit der Information in einer elektronischen Patientenakte wäre innerhalb von Minuten klar, wie wir den Patienten optimal versorgen.

**Ab 2025 sollen alle Versicherten in Deutschland eine elektronische Patientenakte (ePA) bekommen. Wer nicht möchte, kann widersprechen. Wie stehen Sie zur Opt-out-Regelung bei der ePA?**



**Prof. Dr. med. Felix Walcher** ist seit 2014 Direktor der Klinik für Unfallchirurgie des Universitätsklinikums Magdeburg. Er war als Gesamtleiter des AKTIN-Verbundprojekts des Bundesministeriums für Bildung und Forschung führend für den Aufbau eines nationalen Notaufnahmeregisters verantwortlich.

Prof. Walcher ist seit 2023 Präsident der Deutschen Interdisziplinären Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin (DIVI).

**Walcher** Ich halte die die Opt-out-Regelung für absolut richtig, weil wir ansonsten eine inkonsequente Nutzung der Akte in Deutschland hätten. Je stringenter die ePA genutzt wird, je mehr Patientinnen und Patienten ihre ePA aktiv führen, desto effektiver ist sie für die Medizin. Es ist ein wesentlicher Schritt zu einer besseren Patientenversorgung, dass ich mich als Mediziner darauf verlassen kann, dass der Großteil der Patienten eine gefüllte Akte hat. Das wird eine Mammutaufgabe werden und man muss sich im

Klaren darüber sein, dass die ePA ein lernendes System ist. Wir werden zum 15.1.2025 keine fertige Akte haben, sondern alle Akteure müssen gemeinsam darauf hinwirken, dass die ePA stetig nachgebessert wird.

**Obwohl die Akte in anderen Ländern bereits Standard ist und als selbstverständlicher Teil des Behandlungsprozesses angesehen wird, herrscht in Deutschland Skepsis gegenüber der elektronischen Patientenakte. Wie begegnen Sie Patientinnen und Patienten, die die Akte ablehnen?**

**Walcher** Entscheidend für den Erfolg der Akte ist die Aufklärung. Jeder und jede Einzelne muss den Mehrwert für seine und ihre eigene Gesundheit durch die Datennutzung verstehen. Gleichzeitig muss die ePA maximalen Datenschutz sicherstellen. Ich denke, dass nur wenige widersprechen, wenn sie den Nutzen der Akte für sich persönlich verstanden haben.

**Mit dem Gesundheitsdatennutzungsgesetz (GDNG) ändert sich für Sie als Notfallmediziner ein entscheidender Punkt. Sie dürfen Daten für die Wissenschaft nutzen – ohne explizite Einwilligung des Patienten oder der Patientin. Warum ist diese Änderung so wichtig?**

**Walcher** Bislang waren die Einwilligungsprozesse für die Datenverwendung in der Forschung sehr

komplex. Wir brauchten eine explizite Zustimmung des Patienten, um überhaupt Daten erheben zu dürfen und das dann auch nur für einen sehr eingegrenzten Forschungszweck. Das hat uns in der Wissenschaft sehr eingeschränkt, besonders in der Notfall- und Intensivmedizin.

In der Regel kommen Menschen mit starken Schmerzen zu uns oder sind sogar bewusstlos. Da steht die Behandlung an erster Stelle und wir können keine umfangreiche Einwilligungserklärung zur Datennutzung einholen. Ein zweiter wichtiger Punkt ist, dass wir durch das GDNG endlich bundesweit einheitliche Regelungen zur gemeinsamen Nutzung und Verarbeitung von Daten

haben. Vorher hatten wir einen föderalen Flickenteppich, jedes Bundesland hat andere Datenschutzverordnungen.

**Was bedeutet das für die Patientinnen und Patienten?**

**Walcher** Wir dürfen nun die Behandlungsdaten von Patientinnen und Patienten anonymisiert für die Forschung nutzen. Dadurch bekommen wir bessere Daten über Symptome und Krankheitsverläufe und können daraus Schlüsse für Diagnostik und Behandlung ziehen. Wir lernen anhand dieser Daten, wie wir Patientinnen und Patienten noch besser behandeln können. Hier helfen die Daten jedes und jeder Einzelnen weiter. Es braucht eine sehr große Anzahl von Datensätzen – wir reden hier von Millionen – um mithilfe der Daten forschen zu können. Das ist eine Investition in die Zukunft und ein Meilenstein für die Versorgungsforschung, die letztlich jedem einzelnen Patienten zugutekommt.

**Dann fehlten Ihnen jedoch bislang Daten. Was bedeutet das aktuell für die Forschung in der Notfallmedizin?**

**Walcher** Wir haben jetzt zwar das Gesetz, aber wir haben bislang noch viel zu wenig Daten für die Forschung in Deutschland. Dieses

Versäumnis müssen wir jetzt nachholen. Wir brauchen Klinikinformationssysteme, die standardisierte Daten erheben. Das muss jetzt vom Gesetzgeber endlich reguliert werden. Die Forschung krankt jetzt an den Fehlern der Gesundheitspolitik in den letzten Dekaden, als versäumt wurde, Standards für die Dokumentation von Daten zu setzen.

**Sie sprechen die sogenannte Interoperabilität von Daten an.**

**Walcher** Richtig, die Interoperabilität ist ein entscheidender Faktor für den Erfolg der Digitalisierung. Das bedeutet, dass alle Daten nach einheitlichen Standards erfasst werden. Egal ob in der Hausarztpraxis, im Rettungswagen oder im Krankenhaus: der Blutdruck als ein banaler Wert muss beispielsweise immer gleich dokumentiert werden, damit die Werte vergleichbar sind. Das mag zunächst simpel erscheinen, es gibt jedoch enorm viele unterschiedliche Möglichkeiten, den Blutdruck zu dokumentieren. Wenn wir eine einheitliche Datenerfassung von der Alarmierung über das Rettungswesen und Aufnahme sowie im weiteren Verlauf der Behandlung in der Klinik haben, also eine digitale Rettungskette, hilft uns dies enorm. Wir haben im Notfall sofort alle wichtigen Behandlungsdaten abrufbereit, das spart Zeit und kann Leben retten, wenn es um Minuten geht. ■

# #epafüralle

Ab 2025 bekommen alle gesetzlich Krankenversicherten in Deutschland eine elektronische Patientenakte (ePA). Wer die Akte nicht möchte, kann widersprechen. Diese sogenannte Opt-out-Regelung soll den Zugang zur Akte vereinfachen. In einigen europäischen Nachbarländern findet die Opt-out-Regelung bereits Anwendung und hat zu einer hohen Verbreitung der ePA in der Bevölkerung geführt.



Hier gibt es alle Informationen zu TK-Safe, der elektronischen Patientenakte der TK. ■



**Alles an einem Ort:**  
Über die TK-App können Versicherte auf TK-Safe zugreifen.

# Das digitale Dilemma durchbrechen

Deutschland hinkt bei der Digitalisierung des Gesundheitswesens im europäischen Vergleich weit hinterher. Für ein krisenfestes und innovatives Gesundheitswesen ist aber gerade die Digitalisierung ein kritischer Faktor. Corona hat gezeigt, dass die Resilienz des Gesundheitssystems in einer Pandemie stark abhängig ist von funktionierenden digitalen Prozessen und einer Datenverfügbarkeit in Echtzeit. Mit den zwei großen Gesetzen – Digitalgesetz und Gesundheitsdatennutzungsgesetz – wurde Anfang des Jahres für das deutsche Gesundheitssystem die wichtige und längst überfällige gesetzliche Basis geschaffen, damit endlich auch in Deutschland digitale Tools wie elektronische Patientenakte (ePA) und E-Rezept im Alltag der Menschen ankommen.

**„Ärztinnen und Ärzte müssen ePA und E-Rezept komfortabel nutzen können.“**

Dr. Jens Baas

Woran es jetzt noch hapert, ist die praktische Umsetzung. Nur weil mit der Opt-out-Regelung ab 2025 für alle Versicherten eine ePA angelegt wird, bedeutet das noch nicht, dass die Befüllung der Akte künftig selbstverständlich zu jedem Arztbesuch dazugehört. Das ist aber wichtig, denn nur so durchbrechen wir die derzeitige Dilemmasituation, dass Versicherte

kaum Ärztinnen und Ärzte finden, die die Akte befüllen. Damit sich die Akte etabliert und zum festen Bestandteil der Behandlungsroutine wird, muss sie einfach zu nutzen sein und einen Mehrwert bieten. Für alle.

Nutzerfreundlichkeit in der Arztpraxis bedeutet, dass das Ablegen der Daten in der ePA nicht zum bürokratischen Zeitfresser werden darf. Ich bin der festen Überzeugung, dass Ärztinnen und Ärzte die Akte nutzen werden, wenn sie erfahren, dass sie sie bei der Behandlung unterstützt. Das funktioniert nur, wenn die Akte nahtlos in die Praxissoftware der Arztpraxen integriert ist. Ärztinnen und Ärzte müssen ePA und E-Rezept komfortabel nutzen können und im Zweifelsfall die Möglichkeit haben, ihren Softwareanbieter ohne großen Aufwand zu wechseln.

Was die Nutzerfreundlichkeit der Akte angeht, sehe ich auch bei den Versicherten noch Luft nach oben. Weil Gesundheitsdaten als besonders sensibel eingestuft sind, ist die Anmeldung bei der ePA aufwendiger als die Eröffnung eines Bankkontos. Es ist umständlich, dass in Deutschland der Nachweis der eigenen Identität noch immer kartenbasiert erfolgen muss.

Noch ärgerlicher ist, dass die PIN, die man für die elektronische Personalausweisnutzung braucht, nicht mehr per Brief zurückgesetzt werden kann, sondern nur persönlich im Bürgerbüro. Das ist eine Rolle rückwärts, die uns bei der Digitalisierung in Deutschland unnötig zurückwirft. ■



Dr. Jens Baas ist Vorsitzender des Vorstands der TK. In dieser Funktion ist der promovierte Arzt für die Unternehmensbereiche Marke und Marketing, Finanzen und Controlling, Informationstechnologie, Unternehmensentwicklung, Politik und Kommunikation sowie Verwaltungsrat und Vorstand verantwortlich.



# Krisenhilfe per Chat

Interview Nicole Ramcke

Vom jungen Start-up zum größten psychosozialen digitalen Beratungsangebot für junge Menschen in Deutschland: krisenchat ist ein Online-Hilfsangebot für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 25 Jahre. Die Beratung erfolgt durch professionelle, vorwiegend ehrenamtliche Beraterinnen und Berater ausschließlich per Chat, rund um die Uhr, kostenlos und vertraulich.

Ein Gespräch mit Elias Jessen, dem Projektverantwortlichen von „krisenchat“, über die Kooperation mit der TK.

**„krisenchat“ ist noch ein sehr junges Unternehmen. Was war der Auslöser, dieses Beratungsangebot 2020 zu gründen?**

**Elias Jessen** Während des ersten Corona-Lockdowns hat sich schnell gezeigt, wie belastend die Situation für Kinder und Jugendliche war. Allerdings passten die Hilfsangebote, die es damals gab, nicht in die Lebenswelt der jungen Leute. Es gab eine echte Versorgungslücke. Das war damals der Anlass für unsere drei Gründer, ein möglichst niedrigschwelliges Beratungsangebot zu

entwickeln. Die drei hatten gerade ihr Abi gemacht und waren daher noch sehr nah an der Lebenswelt der Jugendlichen dran. So entstand die Idee, per Chat zu beraten. Das ist das Medium, das die meisten Jugendlichen nutzen. Die Nachfrage war enorm und hält bis heute an.

**Die Beraterinnen und Berater haben alle einen psychologischen oder sozialpädagogischen Hintergrund. Wie läuft eine Beratung bei „krisenchat“ in der Praxis ab?**

**Jessen** Wir beraten professionell und leitliniengerecht. Wichtig ist es, mit den Jugendlichen ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. Mehr als die Hälfte der Hilfesuchenden hatte bis dahin noch mit niemandem über ihr Problem gesprochen! Wir spiegeln ihnen, dass es sehr mutig ist, sich Hilfe zu holen. Gemeinsam versuchen wir dann,

einen Weg zu finden, wie sie in der realen Welt Unterstützung erhalten. Die Bandbreite der Beratungsthemen ist groß: Es geht um Ängste, suizidale Gedanken, Gewalt in der Familie, Depressionen und auch Themen wie Cybermobbing oder sexualisierte Gewalt. Unsere Beraterinnen und Berater werden dabei intensiv von uns begleitet und nehmen regelmäßig an Supervisionen mit ausgebildeten Psychologinnen und Psychologen teil.

### Wo liegt der Schwerpunkt in der Zusammenarbeit mit der TK?

**Jessen** Generell ist es so, dass immer noch eher Frauen als Männer Hilfs- und Gesundheitsangebote nutzen. Das zeigen auch unsere Zahlen: Nur 16 Prozent der Hilfesuchenden bei „krisenchat“ sind männlich. Das heißt nicht, dass männliche Personen weniger Bedarf hätten. Es zeigt vielmehr, dass sich in der Gesellschaft immer noch hartnäckig das Vorurteil vom „starken Mann“ hält, der mit seinen Problemen allein klarkommt.

Genau hier setzt unsere Kooperation mit der TK an: Wir wollen gemeinsam über mentale Gesundheit aufklären und psychische Probleme entstigmatisieren.

### Welche Maßnahmen ergreifen Sie, um junge Männer für das Thema psychische Gesundheit zu sensibilisieren? Und wie kommt das bei der Zielgruppe an?

**Jessen** Die Kernidee ist, männliche Jugendliche dort abzuholen, wo sie sich am meisten aufhalten – in der digitalen Lebenswelt. Auf Social Media gibt es viele „männliche Ballungsräume“ wie zum Beispiel Twitch, Reddit und Discord. Dort klären wir über mentale Gesundheit auf, ganz spielerisch im Umfeld von eher männlich geprägten Themen wie Gaming, Rap

# 70.000

Hilfesuchende gab es seit der Gründung 2020.

# 4.500

beträgt die Anzahl der Hilfesuchenden pro Monat.

# 80 %

der Hilfesuchenden sind weiblich, 16 Prozent männlich, 4 Prozent divers.

# 14

Jahre ist die Altersgruppe, die am häufigsten Hilfe bei „krisenchat“ sucht.

# 7

betrug das Alter des jüngsten Hilfesuchenden.

oder Sport. Wir haben zum Beispiel einen eigenen Kanal auf Twitch. Dort versuchen wir nicht, von außen die Welt zu erklären, sondern sind Teil der Community, zocken gemeinsam und sprechen ganz nebenbei auch über mentale Gesundheit. Die Resonanz ist sehr positiv. Pro Stream auf Twitch erreichen wir mittlerweile regelmäßig 200 bis 300 Menschen. Auf Reddit haben wir 1,5 Millionen Ansichten.

### Was sind die nächsten Pläne?

**Jessen** Der Bedarf an psychosozialer Beratung für Kinder und Jugendliche ist ungebrochen hoch. Wir müssen immer noch knapp 30 Prozent aller Hilfesuchenden vertrösten. Daher ist es wichtig, unser Beratungsangebot noch weiter auszubauen. Auch wollen wir uns stärker politisch einbringen. Kinder haben bis dato keine Lobby. „krisenchat“ versteht sich als Sprachrohr der Kinder und Jugendlichen. Es gibt kaum eine andere Organisation in Deutschland, die einen so großen Einblick in die Sorgen und Nöte der Jugendlichen hat wie wir. Dieses Wissen und unsere Ideen wollen wir politisch nutzen, um eine langfristige Verbesserung der mentalen Gesundheitsversorgung in Deutschland zu erreichen. ■



**„Nur 16 Prozent der Hilfesuchenden sind männlich.“**

Elias Jessen, Projektverantwortlicher bei „krisenchat“



Text Nicole Knabe

### Seminar gegen Stress

In sieben Terminen lernen Studierende im Seminar „TK-Mental-Strategien“ verschiedene Strategien, um mit Stresssituationen im Unialltag gelassener, sicherer und gesünder umzugehen. Mehr Infos auf [tk.de](https://tk.de) unter der Suchnummer 2010268. ■

### Hilfe bei Cybermobbing

Die kostenlose und ehrenamtlich organisierte Online-Beratung **Juuuport** hilft Jugendlichen bei Problemen im Netz – egal ob sie Datenklau erlebt haben, online gemobbt werden oder Fragen zu Fake News haben. Die TK unterstützt **juuuport.de** insbesondere bei der Durchführung der Online-Seminare in Schulen. ■

Die TK bietet eine Vielzahl von Präventionsangeboten zur Stärkung der mentalen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Studierenden.

### Plattform „Gemeinsam Klasse sein“

Das Projekt „Gemeinsam Klasse sein“ ist speziell für die Klassenstufen fünf bis sieben konzipiert worden, um dort die Mobbingprävention zu stärken. Kernelement ist die Online-Plattform **gemeinsam-klasse-sein.de**, wo für geschulte Pädagoginnen und Pädagogen Leitfäden, Filme, Tutorials, Arbeitsblätter und Übungen für die Gestaltung einer Projektwoche verfügbar sind. Mehr Details auf [tk.de](https://tk.de) unter der Suchnummer 2033564. ■

### Achtsamkeits-App für Kinder

Mit kindgerechten Audios richtet sich die **Aumio-App** vor allem an Familien mit Kindern zwischen sechs und zwölf Jahren und vermittelt ihnen Meditations- und Entspannungsübungen für mehr Ruhe, Gelassenheit und ein schnelleres Einschlafen. Mehr zur App auf [tk.de](https://tk.de) unter der Suchnummer 2138400. ■

### Suchtprävention mit „IPSY“

Informierte und mental starke Jugendliche trinken weniger Alkohol und greifen seltener zu Rauschmitteln. Jugendliche geraten meist in die Abhängigkeit, weil sie sich erhoffen, mit Rauschmitteln unter Freunden Anerkennung und sozialen Status zu erlangen. Hier setzt das Programm „IPSY“ (Information plus psychosoziale Kompetenz gleich Schutz) an. Mehr dazu auf [tk.de](https://tk.de) mit der Suchnummer 2138188. ■



# „Man muss seine Kraftquellen kennen und sie pflegen“

Dr. David Surges aus dem Gesundheitsmanagement der TK über Widerstandsfähigkeit und darüber, wie wir im Alltag resilienter werden.

Interview Nicole Knabe

## Warum ist Resilienz, also psychische Widerstandsfähigkeit, für unsere Gesundheit so wichtig?

**Dr. David Surges** Unsere Welt ist gerade heute von stetiger Veränderung und aktuell von verschiedenen Krisen geprägt. Das birgt Potenzial für Unsicherheiten und führt zu Ängsten. Resilienz kann als Anpassungsfähigkeit verstanden werden. Wenn ich beispielsweise das Gefühl habe, ich kann mit Veränderungen gut umgehen, kann mich ihnen anpassen, dann bin ich resilient und erlebe diese Veränderungen nicht als eine Belastung. Vielmehr stelle ich mich schwierigen Situationen aktiv und bewältige sie.

## Wie beeinflusst Resilienz die mentale und körperliche Gesundheit?

**Surges** Es gibt verschiedene Resilienzfaktoren, die wir in uns tragen, die aber auch in der Umwelt zu finden sind. Diese Ressourcen helfen uns dabei, mit Krisen und Herausforderungen umzugehen. Je mehr Ressourcen uns zur Verfügung stehen, desto besser können wir Veränderungen meistern – sind also resilienter und verfügen gleichzeitig über mehr Wohlbefinden. Aus Studien ist zum Beispiel bekannt, dass Menschen mit einer höheren mentalen Widerstandskraft weniger stark unter Stress leiden und seltener an mit Stress verbundenen Krankheiten. Zu den Resilienzfaktoren zählen unter anderem Selbstfürsorge und soziale Unterstützung sowie Selbstwirksamkeit oder positive Emotionen. In jedem Fall gilt, die Mischung aus mehreren macht's.

## Können wir Resilienz denn wie einen Muskel trainieren?

**Surges** Jeder und jede bringt eine Basis an Ressourcen mit, wobei die einzelnen Faktoren individuell unterschiedlich stark ausgeprägt sind. Aus der Forschung wissen wir, dass wir diese Faktoren trainieren können. Bei solchen Resilienztrainings geht es darum, Resilienz-faktoren individuell aufzubauen, damit wir darauf zurückgreifen können, wenn wir vor einer Herausforderung stehen.

## Haben Sie drei Tipps, mit denen man seine psychische Widerstandsfähigkeit stärken kann?

**Surges** Wir sollten uns bewusst machen, welche Dinge uns persönlich Energie und Kraft geben. Das kann ein Hobby sein, Sport oder die Familie. Kennt man seine Kraftquellen, ist es wichtig, sich Zeit dafür zu nehmen und sie zu pflegen, um schwierigen Situationen gestärkt entgegenzutreten zu können. Darüber hinaus sollte jede und jeder generell auf die eigenen Grundbedürfnisse achten – also essen, schlafen, bewegen. Wenn ich diese Basis vernachlässige, fällt es mir natürlich schwer, mich einer Krisensituation zu stellen. Als Drittes sind die Sozialkontakte zu nennen. Das kann zum Beispiel ein Gespräch über eine schwierige Situation sein, wo mir mein Gegenüber neue Perspektiven aufzeigt oder mich an meine Stärken erinnert. Wir sind nicht allein und stoßen zumeist auf Unterstützung, wenn wir danach fragen. ■



**PROfit** –  
Bewegung fördern,  
Austausch  
unterstützen.





# Orientierungs-Bingo im Pflegeheim

Das Projekt PROfit will Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohnern helfen, körperlich und geistig mobil zu bleiben. Ein Besuch in einer der teilnehmenden Einrichtungen.

Text Laura Hassinger

Montagmorgen in Berlin-Neukölln. Im Mehrzweckraum des Seniorenheims „Haus Rixdorf“ füllt sich der Stuhlkreis mit elf mehr oder weniger mobilen Bewohnerinnen und Bewohnern. Einige von ihnen tragen Sportschuhe, auf den Plätzen liegen bunte Igelbälle und Thera-Bänder für sie bereit. Der Wochenplan vor der Tür verrät, dass hier regelmäßig Gymnastik, Musizieren oder Sturzprävention auf dem Programm stehen – und ein Kurs namens „PROfit“.

## PROfit steht für Prävention, Orientierung und Training

„Viele Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohner sind körperlich wenig aktiv. Verbringen sie ihren Alltag größtenteils im eigenen Zimmer und bewegen sich höchstens zur Cafeteria, verschlechtert das ihre Gesundheit und Lebensqualität“, berichtet PROfit-Projektmitarbeiterin



Das Projekt PROfit wurde von 2019 bis 2023 in insgesamt 18 Pflegeeinrichtungen im Raum Heidelberg, Duisburg-Essen und Berlin durchgeführt. In dieser Zeit nahmen insgesamt 453 interessierte Bewohnende am Programm teil und absolvierten jeweils zweimal pro Woche über zwölf Wochen ihre Trainingseinheiten.

Madeleine Fricke von der Technischen Universität Berlin. „Um dem vorzubeugen, haben die TU Berlin und die Universitäten Duisburg-Essen und Heidelberg zusammen mit der Techniker Krankenkasse das Projekt PROfit ins Leben gerufen.“ In und mit derzeit 18 stationären Pflegeeinrichtungen werden Trainingspläne umgesetzt und evaluiert, um die Seniorinnen und Senioren zu mobilisieren und ihre räumliche Orientierung zu verbessern.

Im „Haus Rixdorf“ gibt es an diesem Tag eine Extrastunde PROfit. Sportwissenschaftler und Übungsleiter Thomas begrüßt die Runde herzlich. Los geht es mit kleinen Bewegungen zum Aufwärmen. Die Teilnehmenden tippeln mit den Füßen auf der Stelle und klopfen dabei mit den Händen locker auf ihre Oberschenkel. Dann nehmen alle ihre Thera-Bänder zur Hand. Thomas fädelt die bunten Gummibänder durch



Orientierungsübung  
mit Thera-Bändern  
und Ball.



**„Vorhandene Potenziale der Bewohnerinnen und Bewohner zu fördern, verbessert nicht nur deren Lebensqualität, sondern erleichtert auch die Arbeit der Pflegenden.“**

Beate Mende, TK-Gesundheitsmanagement

einen Gymnastikring in der Mitte des Sitzkreises und reicht den Teilnehmenden ihre Enden. Jetzt heißt es: Gut festhalten! Wenn alle gleichzeitig ziehen, können sie den Ring gemeinsam zum Schweben bringen.

### Armtraining mit integriertem Denksport

Es gilt, den Ring in die Richtung bestimmter Orientierungspunkte im Haus zu bewegen. Wo befindet sich der nächstgelegene Fahrstuhl? Die Teilnehmenden beraten kurz, dann zieht eine Hälfte von ihnen vorsichtig an den Bändern, ihre Gegenüber wiederum lockern den Griff. Der Ring wandert nach links. Und wo geht es zur Küche? Sie ziehen den Ring in die entgegengesetzte Richtung. Nun wird es schwieriger. In welcher Etage liegt das stillgelegte Schwimmbad? Schmunzeln bei denen, die schon länger hier wohnen. Mit den Bändern in der Hand heißt es, vorsichtig bücken. Der Ring wandert tiefer, denn das alte Schwimmbad befindet sich im Keller des Gebäudes.

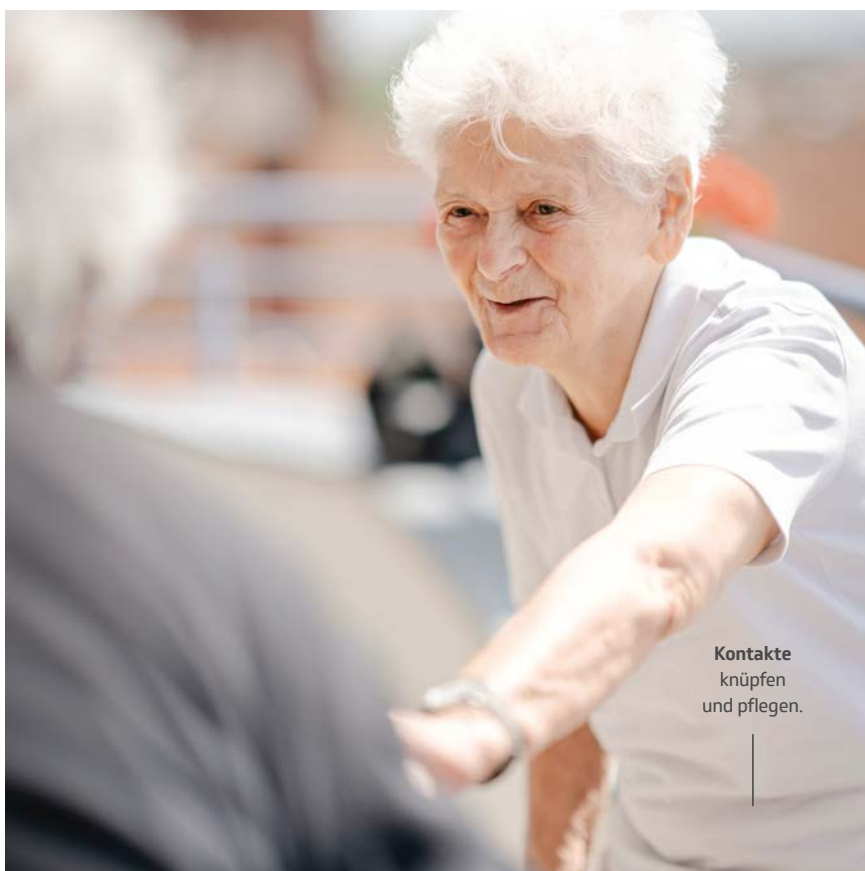
Im nächsten Trainingselement soll das theoretische Wissen praktisch angewendet werden. Die Teilnehmenden müssen sich bei einem Rundgang durch Haus und Garten zurechtfinden. Über den Hinterhof und die Cafeteria wollen sie auf die große Terrasse gehen. Zwei Damen sind noch recht flott zu Fuß und kennen den Weg, sie schnappen sich eine Mitbewohnerin im Rollstuhl, die anderen folgen mit ihren Rollatoren. Unterwegs baut Thomas immer mal wieder kleine Bewegungsübungen ein – und viele Verschnaufpausen.

Die therapeutischen Mitarbeiterinnen Doreen und Katharina begleiten die Gruppe. Katharina berichtet, dass es manchmal knifflig ist, neue Kurse wie diesen in den Pflegealltag einzubauen. Die wenigen Gruppenräume sind zudem heiß begehrt. Da trifft es sich gut, dass PROfit von Ortswechseln lebt und auch Flure, Gartenwege und eben Sitzecken in den Kurs eingebunden werden können.

## Neue Wege bringen neue Kontakte

Es wird schnell klar, dass neben der Aktivierung und Abwechslung im Wochenalltag vor allem der soziale Aspekt eine wichtige Rolle spielt. Hier treffen sich Leute aus verschiedenen Wohnbereichen, die sonst eher selten zusammenkommen. Das Programm macht ihnen Mut, sich auch eigenständig in andere Bereiche des Hauses zu begeben, um beispielsweise Bekannte auf anderen Etagen zu besuchen oder sich selbst etwas aus der Cafeteria zu holen.

Um den Orientierungssinn weiter zu schärfen, stoppt die Gruppe ihren Rundgang für eine Partie Grundriss-Bingo. Thomas hält eine Karte hoch. Schnell erkennen die Ersten: Das ist ein Plan vom „Haus Rixdorf“. Aber was befindet sich wo? Der Multifunktionsraum ist schnell gefunden, bei der Zahnarztpraxis dauert es etwas länger. Aber beim Friseur macht niemand den Bewohnerinnen und Bewohnern etwas vor. BINGO! ■



Kontakte  
knüpfen  
und pflegen.



## Unterstützung für Pflegeeinrichtungen

Die TK unterstützt stationäre, teilstationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen sowie Krankenhäuser dabei, gesundheitsfördernde Strukturen nachhaltig im Pflegealltag zu etablieren. Vorbeugende Maßnahmen stärken dabei die Gesundheit der Mitarbeitenden und fördern Eigenständigkeit und Wohlbefinden der Pflegebedürftigen. Interessierte Pflegeeinrichtungen unterstützt die TK finanziell und fachlich dabei, auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Projekte zum Gesundheitsmanagement zu etablieren. Die Grundlage dafür bildet der Förderantrag „Starke Pflege“. Dieser ist gleichzeitig ein Leitfaden, mit dem Einrichtungen ihre Vorhaben zur Gesundheitsförderung in der Pflege planen können. Rund 300 Einrichtungen haben dieses Angebot im Jahr 2023 genutzt.

Neben bestehenden Angeboten für pflegende und pflegebedürftige Menschen entwickelt die TK gemeinsam mit Universitäten und Hochschulen neue Konzepte, die gesundheitsfördernd und präventiv im Bereich der Pflege eingesetzt werden können – so zum Beispiel im Projekt PROFIT. ■

Es ist eine Binsenweisheit, die im Alltag oft untergeht: Nur wer sich selbst pflegt, kann auch andere pflegen. Das gilt für professionelle Pflegekräfte ebenso wie für Angehörige von pflegebedürftigen Menschen.

Wo Widerstandsfähigkeit in der Pflege gefragt ist und wie die TK diese fördert.

# Gesunde Pflege

Text Laura Hassinger



**Thomas Heilmann,**  
Leiter Fachbereich Pflege

„Wenn ein Pflegefall eintritt, werden Angehörige oft mit mehr Fragen und Themen konfrontiert, als sie in dieser emotional belastenden Situation verarbeiten können. Hier möchten wir als TK unterstützen und ihnen mit zeit- und ortsunabhängigen digitalen Angeboten zur Seite stehen.“

Wir wollen Pflegenden nicht nur die wichtigsten Infos zum richtigen Zeitpunkt bieten, sondern auch Ängste nehmen und zeigen: Es ist gar nicht so kompliziert wie gedacht.“

**Online-Pflegekurs** Der TK-PflegeCoach ist ein kostenfreies Online-Angebot der TK für Pflegenden und Interessierte. In vier Modulen werden Themen der häuslichen Pflege behandelt, unter anderem auch Selbstschutz für Pflegenden. Hier lernen Teilnehmende Maßnahmen, um die eigene Resilienz in der Pflegesituation zu stärken.

**Psychologische Beratung für Angehörige** Die TK bietet pflegenden Angehörigen an, sich kostenfrei von geschulten Psychologinnen und Psychologen beraten zu lassen – auf Wunsch auch per Videochat. Auf pflegen-und-leben.de können Pflegenden anonym schreiben, was sie belastet. Über ein geschütztes Internet-Postfach erhalten sie innerhalb weniger Tage eine persönliche Antwort. ■



**Dr. Sabine Voermans,**  
Leiterin TK-Gesundheitsmanagement

„Neben unserem Einsatz für pflegebedürftige und ihre Angehörigen denken wir auch an die Beschäftigten im Pflegebereich. Sie dabei zu unterstützen, langfristig gesund, resilient und motiviert ihrer Tätigkeit nachzukommen, ist ein großer Ansporn für uns. Einrichtungen können sich beim nachhaltigen Aufbau gesundheitsförderlicher Strukturen von der TK beraten und fördern lassen.“



Hier finden pflegebedürftige und ihre Angehörigen alles Wichtige zum Thema Pflege.

# Pflegende stärken!

Der demografische Wandel in Deutschland ist längst kein abstraktes Zukunftsbild mehr. Mit zunehmendem Altersdurchschnitt sind immer mehr Menschen in Deutschland auf Pflege angewiesen. Etwa vier von fünf Pflegebedürftigen werden hierzulande zu Hause versorgt, meist von Familienmitgliedern oder Freundinnen und Freunden. Diese privaten Pflegepersonen bilden eine zentrale Säule des Pflegesystems, das aufgrund der steigenden Zahl an Pflegebedürftigen mit Fach- und Hilfskräften allein nicht aufrechterhalten werden könnte. Als Kranken- und Pflegekasse können wir sie tatkräftig dabei unterstützen, die Pflege der ihnen nahestehenden Personen möglichst gut und gesund zu gestalten.

Eine Pflegesituation fordert die Betroffenen jedoch nicht nur organisatorisch heraus. Oftmals leisten sie die Pflege zusätzlich zu ihren beruflichen und sonstigen privaten Pflichten – aus der Not heraus, aber auch, weil es ihnen ein persönliches Anliegen ist. Viele von ihnen kümmern sich hingebungsvoll um andere und stellen dabei ihre eigene Gesundheit zurück. Dabei stärkt, wer sich ausreichend bewegt, gesund ernährt und regelmäßig bewusst entspannt, nicht nur das eigene körperliche und mentale Befinden. Mit dem Wissen und gesundheitsbewussten Handeln steigert jede und jeder auch unmittelbar die Qualität der ausgeübten Pflege. Umgekehrt wirken sich Zeitmangel und Stress, die übrigens oft als Ursachen genannt werden, warum Selbstfürsorge nicht stattfindet, negativ auf die Pflege aus.



*„Resilienz ist in einer Pflegesituation elementar wichtig.“*

Thomas Ballast

Thomas Ballast ist stellvertretender Vorsitzender des Vorstands der TK.

Der Diplom-Volkswirt ist für die Unternehmensbereiche Service und Kanäle, Service und Business Management, Innovation und Ambulante Versorgung sowie Versorgungssteuerung verantwortlich.

Tagtäglich beraten Mitarbeitende der TK Pflegende und Gepflegte im ganzen Land. Sie entwickeln darüber hinaus digitale Angebote und bringen Vorschläge für politische Rahmenbedingungen ein, die die Pflege erleichtern sollen. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der Entbürokratisierung und Digitalisierung. Ich bin überzeugt davon, dass in den technischen Möglichkeiten von heute noch viel Potenzial steckt, zeitaufwendige und unübersichtliche Prozesse in der Pflege einfacher und praktischer aufzusetzen.

Umso wichtiger ist es für Pflegende, einen Ausgleich zu finden, um mit der herausfordernden Pflegesituation besser umgehen zu können und aktiv etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun.

Die TK unterstützt Angehörige, die die Pflege in den eigenen vier Wänden übernehmen, mit individuellen Angeboten dabei, sich im Pflegealltag zurechtzufinden und zu organisieren, ohne dabei die eigene Gesundheit aus dem Blick zu verlieren. ■

# TK-Verwaltungsrat

# Wieso, weshalb, warum?

Text Laura Hassinger

Sie vertreten die Versicherten und Arbeitgeber im höchsten Gremium der TK und werden alle sechs Jahre neu gewählt. Wer sind die Menschen hinter dem TK-Verwaltungsrat? Was war ihre Motivation, sich für dieses Ehrenamt aufstellen zu lassen? Welche Themen wollen sie in ihrer Amtszeit vorantreiben? Und was bedeutet Selbstverwaltung im Gesundheitswesen für sie persönlich?

Im Gespräch mit neuen und erfahrenen Mitgliedern des TK-Verwaltungsrats. ■



*„Meine Motivation, mich für den Verwaltungsrat aufstellen zu lassen, war, Patientinnen und Patienten eine Stimme zu geben in unserem Gesundheitswesen – vor allem Menschen, die vielleicht nur eine leise Stimme haben und nicht selbstbewusst für ihre Belange eintreten können.“*

Annette Hempfen, Versichertenvertreterin

*„Selbstverwaltung bedeutet für mich, dass die Entscheidung und die Verantwortung in den Händen derer liegen, die auch die Beiträge zahlen, und dort gehören diese Kompetenzen auch hin.“*

Helmut Fitzke, Arbeitgebervertreter





*„Ich halte ehrenamtliches Engagement für sehr wichtig und richtig und möchte durch meine Aufstellung im Verwaltungsrat auch andere junge Menschen motivieren, sich für ein Ehrenamt zu engagieren.“*

Nadine Lingstädt, Arbeitgebervertreterin

*„Ich bringe mich gern in demokratische Prozesse ein und am liebsten mit persönlicher Expertise. Die bringe ich durch meine 30-jährige Selbstständigkeit als Zahntechnikermeister mit.“*

Thomas Breitenbach, Arbeitgebervertreter



*„Ärztliche Versorgung, Heil- und Hilfsmittelversorgung sowie Arzneimittelversorgung sind immens wichtig, und wir können uns in der Selbstverwaltung sehr gut dafür einsetzen, dass diese stets angepasst und verbessert werden.“*

Annette Stensitzky, Versichertenvertreterin



## „Die Verantwortlichkeiten müssen wieder ins Lot“

Interview Kerstin Griebmeier

**Die gesetzliche Krankenversicherung ist selbstverwaltet. Das bedeutet auch, dass zentrale Finanzentscheidungen von den ehrenamtlichen Verwaltungsräten getroffen werden. Was heißt es für Sie als alternierende Vorsitzende des TK-Verwaltungsrats, die Finanzen resilient zu gestalten?**

**Dieter F. Märten** Resilient kann man als „anpassungsfähig“ übersetzen oder auch als „widerstandsfähig“. Sprich: Es gilt, die Finanzplanung so aufzustellen, dass wir als Krankenkasse für die Zukunft gerüstet sind. Dazu gehören zum Beispiel auch ausreichende Reserven – zumindest in der Theorie.

**Warum nicht in der Praxis?**

**Dominik Kruchen** Weil die Selbstverwaltung in der Praxis von der Politik in Finanzfragen immer weiter in ihrer Autonomie eingeschränkt wird. Die Reserven sind ein gutes Beispiel. Wir haben nun schon zweimal einen politischen Griff in die Reserven erlebt. Insgesamt 2,1 Milliarden Euro musste die TK abgeben, allein 2023 waren es

700 Millionen Euro. Auch die Entscheidung über den Zusatzbeitragsatz ist inzwischen von sehr engen gesetzlichen Vorgaben eingeschränkt – dabei ist auch das ein wichtiger Hebel für eine vorausschauende Finanzplanung.

**Müsste die Lage sich nicht langsam entspannen? Immerhin stellt der Koalitionsvertrag eine stabile und verlässliche Finanzierung der GKV in Aussicht.**

**Kruchen** In diesem Bereich ist so gut wie gar nichts passiert, zum Beispiel die im Vertrag festgeschriebene Erhöhung der Beiträge für Bürgergeldempfängerinnen und -empfänger. Stattdessen stehen Gesetzesvorhaben auf der Agenda, die zusätzliche Ausgaben erwarten





**Dominik Kruchen** ist alternierender Vorsitzender des TK-Verwaltungsrats und Arbeitgebervertreter. Der Zahn-technikermeister ist zudem in weiteren Ehrenämtern engagiert, unter anderem als Landesinnungsmeister Nordrhein-Westfalen. Der Düsseldorfer ist bereits seit 2009 Mitglied des Verwaltungsrats der TK.



**Dieter F. Märtens** ist alternierender Vorsitzender des TK-Verwaltungsrats und Versichertenvertreter. Darüber hinaus engagiert sich der Träger des Bundesverdienstkreuzes ehrenamtlich in zahlreichen weiteren Gremien in der Sozialversicherung. In der Selbstverwaltung der Krankenkassen ist er seit 1974 tätig.

lassen. Man kann fast schon sagen, wer vorausschauend wirtschaftet, wird bestraft, denn wer Rücklagen bildet, riskiert, diese zu verlieren. Angesichts dieser herausfordernden Bedingungen sind wir sehr froh, dass die TK für 2024 den Zusatzbeitrag für Mitglieder und Arbeitgeber stabil hält. Das liegt auch an schlanken und effizienten Prozessen und damit deutlich niedrigeren Verwaltungskosten als der Durchschnitt der GKV.

### Was muss sich ändern?

**Märtens** Die Verantwortlichkeiten müssen wieder ins Lot: Zum einen braucht es mehr politische Verantwortung, wenn es darum geht, gesamtgesellschaftliche Aufgaben zu bezahlen – die dürfen nicht immer wieder den Beitragszahlerinnen und -zahlern und ihren Arbeitgebern in Rechnung gestellt werden. Gleichzeitig muss die Politik denjenigen, die für Finanzentscheidungen in der GKV zuständig sind, diese Verantwortung auch lassen, anstatt uns Selbstverwalterinnen und Selbstverwalter in unseren Handlungsmöglichkeiten einzuschränken. ■

## Der TK-Verwaltungsrat

Der Verwaltungsrat der Techniker Krankenkasse setzt sich paritätisch aus Vertreterinnen und Vertretern von Versicherten und Arbeitgebern zusammen. Er fungiert als höchstes Entscheidungsgremium der TK.

### Arbeitgebervertreterinnen und -vertreter

Thomas Breitenbach  
Christiane Debler  
Joachim Feldmann  
Helmut Fitzke  
Mirko Knappe  
Dominik Kruchen, alternierender Vorsitzender  
Nadine Lingstädt  
Dr. Volker Müller  
Heiko Schäfer\*  
Lene Schindeler  
Karen-Julia Suter  
Dr. Anne Thomas  
Doris Unger  
Bernd Wegner  
Walter Winkler

### Versichertenvertreterinnen und -vertreter

Friedrich Gosewinkel (TKG)  
Claudia Goymann (TKG)  
Annette Hempen (BfA DRV-Gemeinschaft)  
Uwe Klemens (ver.di)  
Heike Lange (TKG)  
Dieter F. Märtens (TKG), alternierender Vorsitzender  
Dr. Anja Marzuillo (TKG)  
Franz Neubrand (TKG)  
Petra Rahmann (ver.di)  
Dr. Ingrid Schlipf (TKG)  
Norbert Schneider (BfA DRV-Gemeinschaft)  
Katrin Schöb (TKG)  
Christoph Seelmann (IG Metall)  
Annette Stensitzky (TKG)  
Gerard Wolny (TKG)

\*Bis zum 13. Juli 2024 war Kim Nikolaj Japing Mitglied im Verwaltungsrat der TK. Zum 14. Juli 2024 übernimmt Heiko Schäfer den Sitz als Arbeitgebervertreter.



Mehr Informationen zum TK-Verwaltungsrat gibt es im Internet: [www.tk.de/verwaltungsrat](http://www.tk.de/verwaltungsrat)



## *Eine starke IT für die TK*

Seit Januar 2024 leitet Aude Vik bei der Techniker Krankenkasse den Geschäftsbereich der Informationstechnologie. Im Interview spricht sie über die aktuellen Herausforderungen der IT.

Interview Nicole Knabe

### Warum ist für eine Krankenkasse wie die TK eine starke IT so wichtig?

**Aude Vik** Wir wollen als TK die beste Krankenkasse im digitalen Zeitalter sein, das braucht beste Informationstechnologien. Deshalb ist es so wichtig, über eine starke IT zu verfügen, die technologische Trends, die der Techniker und unseren Kundinnen und Kunden einen Nutzen bringen, schnell erkennt und in Kollaboration umsetzt. So erweitern wir zum Beispiel unsere vorhandenen Cloud-Fähigkeiten oder rüsten unsere Daten- und Analyseplattformen für eine umfassendere Nutzung auf.

### Vor welchen Herausforderungen steht die IT der TK aktuell?

**Vik** Im deutschen Gesundheitswesen herrschen strenge Regularien, die die Umsetzung technologischer Innovationen teilweise erschweren. Ein Beispiel hierfür ist die Cloud-Technologie. Wollen wir diese als Krankenkasse nutzen, müssen wir besondere Vorsichtsmaßnahmen treffen, um sensible Daten vor unbefugtem Zugriff zu schützen. Das macht Strukturen und Prozesse – sowie unsere Arbeit – komplexer.

In einer Zeit, in der Cyber-Angriffe stetig zunehmen, ist außerdem der weitere Ausbau von Cyber-Resilienz eine unserer wichtigsten Aufgaben. Einerseits geht es darum, den Schutz unserer Daten sicherzustellen und gleichzeitig auch dafür zu sorgen, dass wir unsere Prozesse, Strukturen und Anwendungen immer weiterentwickeln. Darüber hinaus stehen wir vor der Aufgabe, auch künftig die besten Talente zu finden und für die TK zu gewinnen. Denn der grundsätzliche Mangel an Fachkräften beschäftigt natürlich auch uns.

### Wie sorgt die TK als Unternehmen für widerstandsfähige IT-Strukturen?

**Vik** Bei der Vielfalt der Themen ist es vor allem notwendig, dass wir die wichtigen Aspekte im Fokus behalten.



Aude Vik leitet seit Januar 2024 den Geschäftsbereich IT bei der Techniker Krankenkasse. Zuvor war sie ab Mai 2023 als Fachbereichsleiterin für die Kernapplikationen zuständig. Vor ihrem Einstieg bei der TK arbeitete sie vier Jahre bei Marquard & Bahls als Head of IT Applications. Zu Marquard & Bahls kam Aude Vik von der Société Générale. Dort war sie 13 Jahre zuerst als IT-Application-Managerin, dann als Head of Department IT Car Renting bei der ALD Automotive tätig.

Unsere Top-Priorität ist es, den Betrieb unserer IT-Strukturen und -Systeme sicher und nachhaltig zu gestalten. Dafür bauen wir intern stetig Know-how auf und setzen gleichzeitig auf strategisch wichtige Partnerschaften mit Dienstleistern.

Dank klarer Abläufe und Verantwortlichkeiten – definiert in der sogenannten IT-Governance – können wir die Risiken für die IT minimieren. Es gibt zum Beispiel Regeln und Kontrollen, die greifen, bevor neue Prozesse oder Technologien in der TK zum Einsatz kommen. So stellen wir sicher, dass IT-Maßnahmen die Prozesse in der TK optimieren und bestmöglich dazu beitragen, unsere Unternehmensziele zu erreichen. Schließlich geht es darum, dass die TK ihren Kundinnen und Kunden als beste Krankenkasse zur Seite steht.

### Das klingt nach einer Mammutaufgabe für die Kolleginnen und Kollegen.

**Vik** Die Aufgabe ist groß, ja. Aber wir können auch richtig etwas bewegen für

unsere Kundinnen und Kunden! Und wir haben viele tolle Kolleginnen und Kollegen in der IT, die über umfangreiches Know-how und einen großen Erfahrungsschatz verfügen. Ob IT-Sicherheit, Infrastruktur-Management, Data Engineering, KI, Software-Entwicklung oder Prozess- und Projektmanagement – die Aufgaben und Themen, die wir bearbeiten, sind vielfältig und lassen jeden Tag anders aussehen. Und die große Vielfalt gibt uns die Chance, allen Mitarbeitenden die Möglichkeit zu bieten, sich weiterzuentwickeln – sowohl fachlich als auch persönlich.

### Viele glauben, die Arbeit in der IT einer Krankenkasse sei langweilig. Sie haben selbst Informatik studiert. Was sagen Sie?

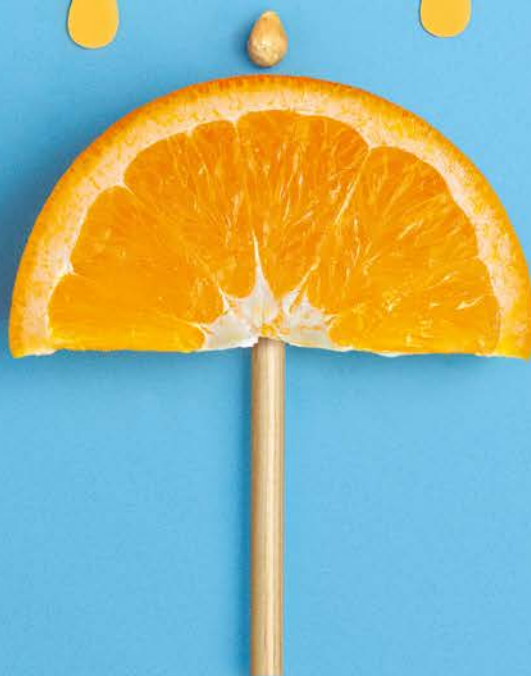
**Vik** Die IT bei uns in der TK ist super spannend – vor allem auch, weil sie so breit aufgestellt ist und sich die Technologien und die Anforderungen immer weiterentwickeln. Zudem nimmt sie bei uns im Unternehmen einen bedeutenden Stellenwert ein und strahlt in jeden Arbeits- und Geschäftsbereich aus. Sie fungiert quasi als ihr Rückgrat und sorgt dafür, dass wir alle jeden Tag unser Bestes für unsere Kundinnen und Kunden leisten können und gleichzeitig das Gesundheitswesen voranbringen.

### Lassen Sie uns in die nähere Zukunft schauen: Mit welchen IT-Themen werden wir uns künftig beschäftigen?

**Vik** Wir werden auch in den nächsten Jahren weiter daran arbeiten, das Gesundheitswesen stärker zu vernetzen und die Servicequalität für die Kundinnen und Kunden weiter zu verbessern – etwa indem wir die Weiterentwicklung der ePA konsequent verfolgen, vermehrt auf KI-Lösungen setzen oder die Automatisierung von Geschäftsprozessen vorantreiben. Dabei wird gutes Partnermanagement zunehmend wichtiger werden, denn das Kerngeschäft der TK bleibt immer das einer Krankenkasse. ■

*„Das Thema Gesundheit  
ist immer auch ein großes  
Stück Eigenverantwortung.  
Dazu wollen wir bereits die  
Azubis befähigen.“*

Stefanie Jeschok,  
Gesundheitsmanagerin bei der TK



# Gesund in der Ausbildung

Als Krankenkasse unterstützt die TK Unternehmen dabei, die Arbeit für ihre Mitarbeitenden gesundheitsförderlich zu gestalten. Genauso wichtig ist das sogenannte Betriebliche Gesundheitsmanagement für die TK als Unternehmen und somit für ihre eigenen Mitarbeitenden. Und das bereits ab der Ausbildung.

Text Anne Wunsch

**M**ehr als 600 junge Menschen machen gerade ihre Ausbildung bei der TK oder absolvieren ein duales Studium. Je nach Schwerpunkt lernen die Auszubildenden zum Beispiel, versicherungs- und leistungsrechtliche Fragen zu beantworten sowie persönlich und telefonisch Kundinnen und Kunden zu beraten und zu gewinnen. Zu ihrer Ausbildungszeit gehört auch ein Thema, das für alle Mitarbeitenden relevant ist: die eigene Gesundheit. „Gesund in der Ausbildung“ ist ein Teil des innerbetrieblichen Gesundheitsmanagements, das auch Bereiche wie Gesunde Führung oder das Bilden von Gesundheitsnetzwerken an den verschiedenen TK-Standorten umfasst.

Dabei gehört zu einem ganzheitlichen Gesundheitsmanagement viel mehr als eine rückenfreundliche Arbeitshaltung oder ein Stressseminar – das gilt auch für „Gesund in der Ausbildung“. „Wir möchten unsere Auszubildenden präventiv an das Thema Gesundheit heranzuführen und ihnen eine Art Werkzeugkoffer an die Hand geben, der ihnen im Umgang mit späteren Situationen helfen kann“, sagt Meike Braun, die sich als Ausbilderin in einem Fachzentrum in Kiel, das für die Themen Mitgliedschaft und Beiträge zuständig ist, um die Auszubildenden vor Ort kümmert.

### Gesundheit als relevanter Bestandteil der Arbeitswelt

Im Jahr 2023 wurde das Angebot vom Innerbetrieblichen Gesundheitsmanagement (IGM) neu konzipiert. Die neuen digitalen Trainingssessions „Body & Mind“ bestehen aus einem Basismodul, das alle Auszubildenden und dual Studierende besuchen, und fünf Wahlmodulen. „Im Basismodul geben wir einen Einstieg in das Thema Gesundheit“, erzählt Ole Kreutz, Gesundheitscoach für die TK in Kiel, der mit anderen Gesundheitscoaches und dem Innerbetrieblichen Gesundheitsmanagement das Basismodul gestaltet hat. „Es geht darum, ein Verständnis aufzubauen, weshalb Gesundheit ein relevanter Bestandteil einer leistungsfähigen und erfolgreichen Arbeitswelt ist. Es gibt ausreichend Raum für Austausch, erste Übungen und Tipps von Kolleginnen und Kollegen.“ Aus Sicht von Kreutz ist es wichtig, sich bereits in der

Ausbildung oder dem dualen Studium damit zu beschäftigen: „Auszubildende erleben auch einen großen Change – die meisten kommen aus der Schule neu in die Arbeitswelt. Das ist eine große Veränderung, die häufig auch mit Druck- und Stresssituationen, beispielsweise in Prüfungsphasen oder den Standortwechseln zwischen Berufsschule und den Dienststellen, verbunden ist.“

## Ausbildung bei der TK

Die TK bildet Kaufleute im Gesundheitswesen bundesweit an unterschiedlichen Standorten sowie Fachinformatikerinnen und Fachinformatiker in der Unternehmenszentrale in Hamburg aus. Außerdem bietet die TK verschiedene duale Studiengänge an: Angewandte Informatik, Technische Informatik/IT-Engineering, Wirtschaftsinformatik, IT-Security und BWL mit verschiedenen Schwerpunkten.



Mehr Informationen gibt es unter [tk.de/karriere](https://tk.de/karriere). ■

Nach dem Basismodul können die jungen TK-Mitarbeitenden aus fünf Trainingssessions wählen: Positive Psychologie, Die Macht der Worte, Kraft der Resilienz, Stark im rasanten Alltag und Effektive Regeneration. Auch die Ausbilderinnen und Ausbilder erhalten ein Trainingsangebot, in dem sie erfahren, wie sie die psychologische Sicherheit von Auszubildenden und dual Studierenden fördern können. „Es ist wichtig, dass junge Mitarbeitende lernen, herausfordernde Situationen selbstständig zu lösen oder sich Unterstützung zu suchen“, sagt Stefanie Jeschok, betriebliche Gesundheitsmanagerin bei der TK. „Es braucht dafür ein Klima der psychologischen Sicherheit und auch ein großes Stück Eigenverantwortung. Dazu wollen wir die Auszubildenden und dual Studierenden befähigen.“ ■



# Führen im Doppelpack

Zwei Führungskräfte für ein Team: In der TK gibt es immer mehr Führungstandems. Bei dem Modell übernehmen die Führungskräfte die Verantwortung und die Aufgaben einer Teamleitung gemeinsam.

Text Anne Wunsch

Über 38 Jahre TK-Erfahrung bringen Klaus-Dieter Nowas und Anja Dohmen zusammen mit. Die beiden führen seit einigen Monaten gemeinsam das Team Führungskräfteberatung, das die rund 800 TK-Führungskräfte in Führungs- und Entwicklungsfragen unterstützt. Nowas ist seit mehr als 30 Jahren bei der TK, 20 Jahre davon in einer Führungsposition. Im Herbst beginnt er über das sogenannte Lebensarbeitszeitkonto der TK eine bezahlte Freistellung und geht dann in Rente. Dohmen hat Anfang des Jahres ganz frisch die Führungsaufgabe übernommen. Die beiden sind also ein Senior-Junior-Tandem. „Ich habe bei meinem Einstieg als junge Führungskraft mit Klaus-Dieter jemanden mit viel Erfahrung an meiner Seite. Einen besseren Start kann ich mir gar nicht vorstellen“, sagt Dohmen. In ihre erste Stelle als Führungskraft startet Dohmen in Teilzeit. Die Mutter von zwei kleinen Kindern sieht in Führungstandems auch eine Antwort auf den demografischen Wandel, der

ebenso die Suche nach Führungskräften erschwert: „Mit der Möglichkeit, in Teilzeit zu führen, wird das Thema für viel mehr Mitarbeitende interessant.“

## Offenheit und etwas Geduld

Zuvor hat Nowas das Team allein geführt. Die Tandemlösung ermöglicht nun einen guten Übergang, wenn er im Herbst die TK in Richtung Rente verlässt – und er kann das jahrzehntelang angesammelte Wissen weitergeben. Auch der erfahrene Teamleiter blickt positiv auf das Führen im Tandem: „Für mich ist es ein tolles Gefühl, zu zweit zu sein – vor allem bei wichtigen Entscheidungen oder unangenehmeren Situationen. Aus meiner Sicht ist es wichtig, dass das Tandem ein stabiles gemeinsames Wertesystem hat. Ansonsten ist aber unglaublich bereichernd, wenn man sehr unterschiedlich ist, wie wir beide.“ Die Frage, ob das Führen im Doppelpack einen

**Führungsstandem:**  
Anja Dohmen und  
Klaus-Dieter Nowas  
teilen sich die  
Führungsaufgaben im Team  
Führungskräfteberatung.



**Doppelspitze:**  
Dirck Witt und Annika  
Wilksch führen ein Team  
von knapp 30 Mitarbei-  
tenden gemeinsam.

**„Alle Beteiligten müssen  
Offenheit und etwas Geduld  
mitbringen, auch das Team.“**

Klaus-Dieter Nowas

Tandems: „Mit der Tandemlösung in unserem Führungs-  
team sammeln wir nun direkte Erfahrungen, die wir in  
der Beratung weitergeben können. Zukünftige Tandems  
können wir so zielgerichtet unterstützen.“

### **Tandems entscheiden über ihr Modell**

Derzeit gibt es mehr als 25 Führungsstandems in der TK –  
und es sollen deutlich mehr werden. Dabei sind verschie-  
dene Arbeitszeitkonstellationen denkbar. Dirck Witt und  
Annika Wilksch leiten etwa ein Team, das für das Thema  
Insolvenzen zuständig ist. Es betreut beispielsweise den  
Prozess, wenn Arbeitgeber Insolvenz anmelden. Witt und  
Wilksch arbeiten beide in Vollzeit. Mit knapp 30 Mitarbei-  
tenden wurde das Team 2022 zu groß für eine einzelne  
Teamleitung. Es zu teilen, war aber weder inhaltlich sinn-  
voll noch vom Team gewollt. So kam Wilksch als zweite  
Teamleitung dazu. „Ein Coaching hat uns durch die An-  
fangsphase begleitet“, berichtet Witt, der das Team zu-  
vor allein geführt hat. „Wir waren völlig frei, wie wir un-  
ser Tandemmodell gestalten. Unser Modell sieht so aus,  
dass unsere Mitarbeitenden jeweils Annika oder mir

erhöhten Abstimmungsbedarf mit sich bringt, bejahen  
die beiden Führungskräfte. Gerade zu Beginn müsse man  
mehr Zeit investieren. „Alle Beteiligten müssen Offenheit  
und etwas Geduld mitbringen, auch das Team“, sagt  
Nowas.

### **Zwei Führungskräfte, zwei Perspektiven**

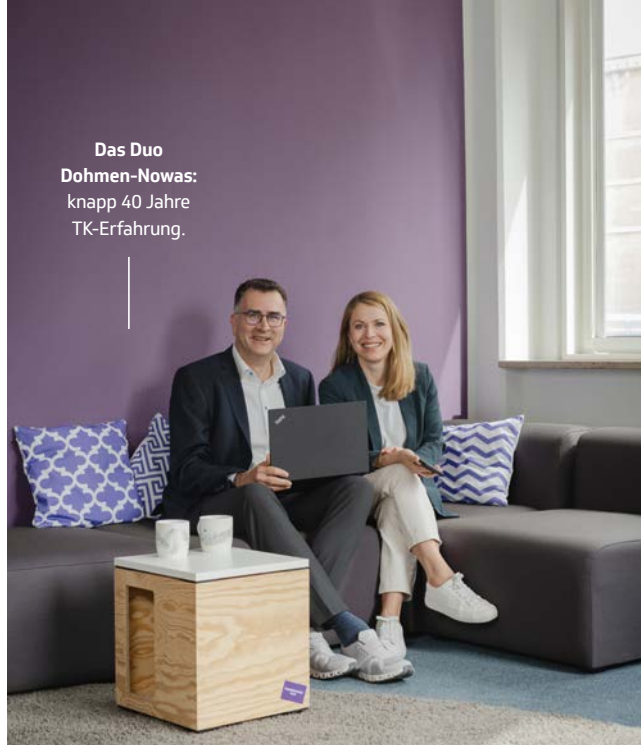
Doch das zahle sich dann auch für alle aus. Zwei Füh-  
rungskräfte bedeuten schließlich für alle Teammitglieder  
zwei Perspektiven und zwei mögliche Ansprechpartner.  
Für Anja Dohmen ist das Tandem die perfekte Lösung –  
sie wird nach dem Weggang ihres jetzigen Tandempart-  
ners weiter zu zweit führen: „Ich wusste zunächst nicht,  
ob Führung etwas für mich ist. Ich habe es mir manchmal  
einsam vorgestellt – das ist im Tandem überhaupt nicht  
so.“ Der Fachbereichsleiter der Personalentwicklung, Dr.  
Mathias Fröck, unterstützt ausdrücklich Führung in

zugeteilt sind, wenn es beispielsweise um Entwicklungs-gespräche geht. Dazu haben wir uns nach bestimmten Schwerpunkten aufgeteilt: Ich betreue zum Beispiel das Controlling, Annika die Auszubildenden. Für Fragen im Arbeitsalltag stehen wir beide als Ansprechpartner zur Verfügung.“

### Enger Austausch und gute Kommunikation

Auch das Team war bei der Entwicklung von einer zu zwei Teamleitungen stark beteiligt. „Wir haben aufgrund der Rückmeldungen noch einiges angepasst. Jetzt ist das Feedback von unseren Mitarbeitenden sehr positiv“, erzählt Wilksch. „Sie schätzen vor allem, dass sie immer einen Ansprechpartner haben. Auch für uns als Teamleitung ist es schön, dass Vertretungen so unkompliziert sind.“

Ähnlich wie das Senior-Junior-Tandem Klaus-Dieter Nowas und Anja Dohmen berichten die beiden zu Beginn von einem hohen Abstimmungsbedarf, der jedoch mit der Zeit abnehme – auch, weil sich beide inzwischen sehr gut kennen. „Eine gute Kommunikation ist unglaublich wichtig“, sagt Witt. „Das gilt für den Austausch zwischen uns beiden und dafür, das Modell für andere transparent zu machen. Für mich ist es in Runden mit



Das Duo  
Dohmen-Nowas:  
knapp 40 Jahre  
TK-Erfahrung.

anderen Teamleitungen jetzt beispielsweise völlig normal, dass ich bei wichtigen Entscheidungen erst Annika per Chat hinzuziehe.“ Neben dem Austausch verbindet eine weitere Gemeinsamkeit die beiden TK-Tandems: Auch Witt und Wilksch beschreiben sich als sehr unterschiedlich. „Das heißt, wir ergänzen uns perfekt“, sagt Wilksch. „Und wir verstehen uns super. Das ist eine wesentliche Voraussetzung, da wir viel Zeit zusammen verbringen.“ ■

## Wir führen!

Mit einer sich wandelnden Arbeitswelt verändern sich auch die Anforderungen an Führung. Deshalb haben die Führungskräfte der TK seit dem vergangenen Jahr mit „WeLead“ (auf Deutsch „Wir führen“) ein neues Programm an ihrer Seite, das sie bei den aktuellen Herausforderungen in einem hybriden Führungsalltag begleitet und unterstützt. Zielgruppe dieses Formats sind alle Führungskräfte aller Ebenen. Der Gedanke dahinter: Bei vielen Mitarbeitenden liegen die Entwicklungsprogramme zu Beginn der Führungstätigkeit schon länger zurück.

Mithilfe des WeLead-Programms können sie nun auf eine individuelle Lernreise zu aktuellen Führungsthemen gehen und sich gemeinsam weiterentwickeln. Ein Fokus liegt dabei auch auf Selbstreflexion, Austausch und Vernetzung: In hierarchie- und bereichsübergreifenden Gruppen reflektieren die Teilnehmenden ihr Führungsverhalten gemeinsam. Dazu gibt es Workshops und weitere Lernangebote zu unterschiedlichen Führungsthemen. ■



# Wissen teilen!

**R**esilient zu sein, bedeutet widerstandsfähig zu sein. Resiliente Unternehmen können Krisen gut bewältigen, weil sie Risiken genau wie Chancen frühzeitig erkennen. Sie verfügen über die Flexibilität, sich auf Veränderungen einzustellen. Und Veränderungen gibt es derzeit viele: die demografische Entwicklung, die digitale Transformation sowie politische und ökologische Krisen fordern von uns allen großen Einsatz.

In der TK arbeiten wir an dem Zusammenspiel einer Unternehmens-, Führungs- und Netzwerkkultur, die einen offenen Wissensaustausch und informelles Voneinander-Lernen fördert – und damit die Resilienz des Unternehmens stärkt. Dabei gilt die Devise: Unsere ambitionierten Ziele erreichen wir am besten gemeinsam.

gemeinsamen Willen zu einer übergreifenden Zusammenarbeit. Und diese fördert nicht nur Innovationen, sie trägt auch maßgeblich zu der Unternehmenskultur bei, die uns als TK ausmacht.

Zu dieser Unternehmenskultur gehört, kontinuierliches Lernen als fest verankerten Wert zu sehen, für den es ausreichend Raum gibt. Das Ziel ist eine Lernkultur, die es den Mitarbeitenden ermöglicht, sich weiterzuentwickeln und sich nicht nur an verändernde Umstände anzupassen, sondern diese aktiv mitzugestalten. Damit dieses „kontinuierliche Lernen“ keine leere Worthülse bleibt, ist es wichtig, die vielen Lernangebote zu bündeln, die mittlerweile auch vielfach von den Mitarbeitenden selbst kommen.

**„Es gilt, Wissen zu teilen, um es zu verbinden und gemeinsam wachsen zu lassen.“**

Karen Walkenhorst

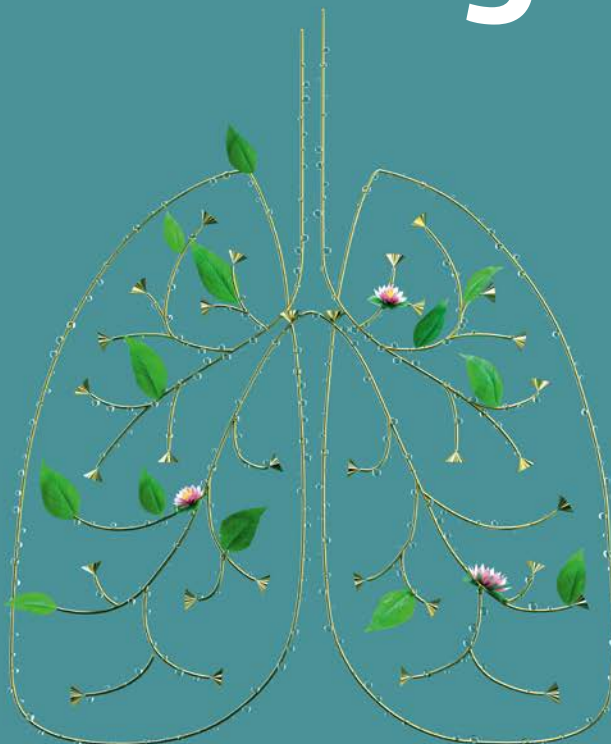
Ein wichtiger Baustein ist die geschäftsbereichsübergreifende Zusammenarbeit innerhalb der TK. Selbstverständlich braucht es in großen Unternehmen ein hohes Maß an Spezialisierung, um in den verschiedenen Bereichen effizient zu arbeiten. Gleichzeitig haben wir intensiv daran gearbeitet, die daraus entstehenden Säulen bewusst aufzubrechen, gemeinsam auf die großen Fragestellungen zu schauen, die uns bewegen, und uns insgesamt stärker an den Prozessen auszurichten, wie unsere Kundinnen und Kunden sie erleben. Das geht nur mit einer großen Offenheit und einem

Das beweist nicht zuletzt das von TK-Mitarbeitenden organisierte Workfestival, auf dem der unternehmensweite Wissensaustausch im Fokus steht. Oder die virtuellen „Coffee-Talks“ und Barcamps, auf denen sich Führungskräfte vernetzen und gegenseitig von ihren Erfahrungen profitieren. Dieser Austausch wird mit Blick auf die großen Herausforderungen, die der demografische Wandel für die Unternehmen mit sich bringt, umso wichtiger. Es gilt, Wissen zu teilen, um es zu verbinden und gemeinsam wachsen zu lassen – und uns so bestmöglich für die kommenden Herausforderungen zu wappnen. ■



Karen Walkenhorst ist Mitglied des Vorstands der TK. Die Diplom-Sozialwissenschaftlerin ist bei der TK für die Unternehmensbereiche Mitgliedschaft und Beiträge, Markt und Kunde sowie Personal verantwortlich.

# Schlüsselfaktor Nachhaltigkeit



Text Anne Kraemer

Der Klimawandel verändert unsere Umwelt – und das hat bereits jetzt spürbare Auswirkungen auf die Gesundheit:

Immer häufigere Hitzetage belasten den Kreislauf, Pollenallergien beginnen früher, ökologische und soziale Krisen lösen Sorgen aus.

TK-Nachhaltigkeitsmanagerin Dr. Sarah Windolph-Lübben weiß: „Angesichts des Klimawandels muss das Gesundheitswesen widerstands- und handlungsfähiger werden. Das heißt für die TK, Klimaschutz und Klimaanpassung sowohl selbst voranzutreiben als auch entsprechende Impulse für die Versorgung zu setzen.“

**N**achhaltigkeit im Gesundheitswesen ist mehr als Ökostrom, es gehören ökologische, soziale und wirtschaftliche Aspekte dazu, wie der Abbau von Über- und Fehlversorgung, faire Arbeitsbedingungen für Pflegekräfte, verantwortungsvolle Digitalisierung oder ein umweltfreundlicher Umgang mit Arzneimitteln. „Nachhaltigkeit ist ein Schlüssel zu einem resilienten Gesundheitssystem. Wenn Ressourcen schonend, effizient und sinnvoll eingesetzt werden, kommt das nicht nur der Umwelt, sondern auch den Menschen zugute“, so die TK-Nachhaltigkeitsmanagerin. Doch aktuell trägt das Gesundheitssystem eher dazu bei, Umweltbelastungen zu verstärken: Mit einem Anteil von rund sechs Prozent stößt es mehr CO<sub>2</sub> aus als die deutsche Flugindustrie. Windolph-Lübben: „Das ist Verantwortung, Herausforderung und Chance zugleich. Im Gesundheitssystem gibt es viele Stellschrauben für mehr Nachhaltigkeit.“

### Nachhaltigkeit im TK-Kerngeschäft und darüber hinaus

Die TK hat sich in ihrer Nachhaltigkeitsstrategie konkrete Ziele in vier Handlungsfeldern gesetzt: „Darin haben wir von umweltfreundlichen Putzmitteln bis hin zu nachhaltigen Lieferketten verschiedenste kleine wie große Maßnahmen



**Dr. Sarah Elena Windolph-Lübben** ist seit April 2022 als Nachhaltigkeitsmanagerin der TK tätig. Die Diplom-Ökonomin hat an der Leuphana Universität Lüneburg zum betrieblichen Nachhaltigkeitsmanagement promoviert und danach in mehreren Stationen in privatwirtschaftlichen Unternehmen die Strategie und Berichterstattung zur Nachhaltigkeit (weiter-)entwickelt.

im Blick.“ All dies zählt auf die Nachhaltigkeitsvision der TK ein, einen Beitrag zu einer gesunden, nachhaltigen Lebenswelt zu leisten. Windolph-Lübben und ihr Team priorisieren und koordinieren die nächsten Schritte zusammen mit allen Geschäftsbereichen, um die Nachhaltigkeitsziele der TK schnell und effektiv zu erreichen.

Außerdem ist die TK Partner in der Versorgung, Ansprechpartner für Versicherte und Stakeholder in der Politik und schlägt so zahlreiche Brücken im Gesundheitswesen. Das nutzt die TK, um zu ökologischer, ökonomischer und sozialer Veränderung zu motivieren, etwa in Selektivverträgen, also Einzelverträgen mit Leistungserbringern.

### Stolperstein für ein nachhaltiges Gesundheitssystem: Rahmenbedingungen

Windolph-Lübben: „Doch leider ist der Rechtsrahmen, in dem sich die TK als Körperschaft des öffentlichen Rechts bewegt, zu oft noch ein Stolperstein, der das Vorankommen verzögert.“ Die TK setzt sich daher für mehr Anreize und Sicherheit zugunsten nachhaltigen Handelns im Gesundheitssystem ein. Für zentrale Fortschritte sind noch mehr Entscheidung und Mut seitens der Politik dringend nötig. ■

## TK-Nachhaltigkeitsmanagement: Ein Einblick

**Nachhaltigkeit in Gesundheitswesen und Gesellschaft** Von Papierverbrauch und Mülltrennung bis zu einem individuellen Nachhaltigkeitskonzept oder CO<sub>2</sub>-Bilanz: Um Arztpraxen bei Nachhaltigkeit zu unterstützen, hat die TK das Qualitätssiegel „Nachhaltige Praxis“ initiiert – eine Weiterbildung und Auszeichnung für nachhaltige Praxisabläufe.

**Klima- und Umweltschutz** Durch Ökostrom, nachhaltig zertifizierte Immobilien oder die klimafreundliche Reiserichtlinie rückt die TK dem Ziel der eigenen CO<sub>2</sub>-Neutralität bis 2030 näher. Digitale Prozesse reduzieren den Papierverbrauch deutlich: So wurden 2023 mehr als 23,5 Millionen Briefe in das Online-Postfach gestellt.

**Nachhaltige Beschaffung** Die TK setzt sich dafür ein, das Sozialgesetzbuch um Nachhaltigkeit zu ergänzen, sodass Krankenkassen den klaren Handlungsspielraum hätten, nicht nur wirtschaftlich, sondern auch umweltschonend und sozial zu handeln. Ein Leitfaden unterstützt TK-Mitarbeitende bereits jetzt dabei, Nachhaltigkeit beim Einkauf zu berücksichtigen.

**Verantwortungsvoller Arbeitgeber** Die TK bietet mehr als 15.000 Mitarbeitenden ein gesundes und faires Arbeitsumfeld – das unterstreichen auch Verpflichtungen wie die „Fair Company Initiative“ oder die „Charta der Vielfalt“.





# 2023 in Zahlen, Daten und Fakten

## Abnahmen

Der Verwaltungsrat hat die Jahresrechnung 2023 der Techniker Krankenkasse und die Jahresrechnung 2023 der Techniker Krankenkasse Pflegeversicherung abgenommen und dem Vorstand dafür Entlastung erteilt.

Juli 2024

**Dominik Kruchen**

Alternierender Vorsitzender des Verwaltungsrats  
der TK und der TK-Pflegeversicherung

**Dieter F. Märtens**

Alternierender Vorsitzender des Verwaltungsrats  
der TK und der TK-Pflegeversicherung

# Vermögensrechnung

Aktiva in Euro	2022	2023
<b>A. Langfristiges Vermögen</b>		
I. Verwaltungsvermögen	286.701.291,53	<b>299.068.511,33</b>
II. Mittel der Rückstellungen	2.045.575.738,18	<b>2.340.679.338,06</b>
III. Finanzanlagen	4.092.280.468,98	<b>4.510.275.142,40</b>
<b>B. Kurzfristiges Vermögen</b>		
I. Forderungen und sonstige Vermögensgegenstände	1.674.333.069,15	<b>1.687.443.537,74</b>
II. Kurzfristige Geldanlagen	2.342.488.819,99	<b>2.051.961.438,20</b>
III. Kassenbestand und Giroguthaben	21.882.534,47	<b>61.674.106,74</b>
<b>C. Rechnungsabgrenzungsposten</b>	44.122.451,81	<b>49.128.534,60</b>
<b>D. Sondervermögen</b>		
I. Sondervermögen nach dem AAG	315.552.284,72	<b>665.851.723,71</b>
II. Überschuss der Passiva nach dem AAG	185.803.739,60	-
	<b>11.008.740.398,43</b>	<b>11.666.082.332,78</b>
<b>Passiva in Euro</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
<b>A. Netto-Reinvermögen</b>	2.597.874.082,10	<b>1.795.472.945,36</b>
<b>B. Rückstellungen</b>	2.045.575.738,18	<b>2.340.679.338,06</b>
<b>C. Verpflichtungen</b>	5.840.004.032,11	<b>6.839.128.726,57</b>
<b>D. Rechnungsabgrenzungsposten</b>	23.930.521,72	<b>24.949.599,08</b>
<b>E. Sondervermögen</b>		
I. Sondervermögen nach dem AAG	284.735.333,22	<b>192.603.991,34</b>
II. Überschuss der Aktiva nach dem AAG	216.620.691,10	<b>473.247.732,37</b>
	<b>11.008.740.398,43</b>	<b>11.666.082.332,78</b>

# Vermögen

	2022	2023
<b>Netto-Reinvermögen in Euro</b>	2.597.874.082,10	<b>1.795.472.945,36</b>
je Versicherten in Euro	236,68	<b>159,95</b>
% zum Vorjahr je Versicherten	+ 16,5	- 32,4
<b>davon:</b>		
<b>Betriebsmittel</b>	1.665.043.920,57	<b>819.423.520,22</b>
je Versicherten in Euro	151,69	<b>73,00</b>
% zum Vorjahr je Versicherten	+ 33,4	- 51,9
<b>Rücklage</b>	610.100.000,00	<b>666.340.000,00</b>
je Versicherten in Euro	55,58	<b>59,36</b>
% zum Vorjahr je Versicherten	- 0,1	+ 6,8
<b>Verwaltungsvermögen inklusive Investitionsrücklage</b>	322.730.161,53	<b>309.709.425,14</b>
je Versicherten in Euro	29,40	<b>27,59</b>
% zum Vorjahr je Versicherten	- 13,1	- 6,2

# Erfolgsrechnung

in Euro	2022	2023
1. Zuweisungen aus dem Gesundheitsfonds	34.163.599.432,36	<b>35.851.897.978,54</b>
2. Einnahmen aus Zusatzbeitragssatz	2.799.786.706,78	<b>3.039.442.334,52</b>
3. Erstattungen	91.084.189,90	<b>106.107.351,66</b>
4. Einnahmen aus Ersatzansprüchen	64.692.525,13	<b>74.544.458,90</b>
5. Leistungsaufwand	34.900.082.961,21	<b>37.465.981.859,46</b>
6. Verwaltungskosten	1.612.799.432,92	<b>1.419.315.448,77</b>
7. Zinsergebnis	18.777.165,23	<b>120.046.239,02</b>
8. Sonstige Einnahmen	28.328.504,03	<b>11.696.803,51</b>
9. Sonstige Ausgaben	249.227.570,89	<b>1.120.838.994,66</b>
<b>10. Jahresüberschuss/-fehlbetrag (-)</b>	404.158.558,41	<b>- 802.401.136,74</b>

# Einnahmen und Ausgaben

Einnahmen im Detail		2022	2023
<b>Gesamtsumme</b>	absolut in Euro	37.174.302.330,16	<b>39.229.160.244,40</b>
	je Versicherten in Euro	3.386,73	<b>3.494,78</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 4,1	<b>+ 3,2</b>
<b>davon:</b>			
<b>Zuweisungen aus dem Gesundheitsfonds</b>	absolut in Euro	34.163.599.432,36	<b>35.851.897.978,54</b>
	je Versicherten in Euro	3.112,44	<b>3.193,91</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 4,2	<b>+ 2,6</b>
<b>Einnahmen aus Zusatzbeitragssatz</b>	absolut in Euro	2.799.786.706,78	<b>3.039.442.334,52</b>
	je Versicherten in Euro	255,07	<b>270,77</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 3,3	<b>+ 6,2</b>
<b>Sonstige Einnahmen</b>	absolut in Euro	210.916.191,02	<b>337.819.931,34</b>
	je Versicherten in Euro	19,22	<b>30,10</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 11,7	<b>+ 56,6</b>
<b>Ausgaben im Detail</b>		<b>2022</b>	<b>2023</b>
<b>Gesamtsumme</b>	absolut in Euro	36.770.143.771,75	<b>40.031.561.381,14</b>
	je Versicherten in Euro	3.349,90	<b>3.566,26</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 1,8	<b>+ 6,5</b>
<b>davon:</b>			
<b>Leistungsausgaben</b>	absolut in Euro	34.900.082.961,21	<b>37.465.981.859,46</b>
	je Versicherten in Euro	3.179,53	<b>3.337,71</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 4,8	<b>+ 5,0</b>
<b>davon:</b>			
<b>Ärztliche Behandlung</b>	absolut in Euro	6.775.312.487,22	<b>7.073.674.951,69</b>
	je Versicherten in Euro	617,26	<b>630,17</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 3,5	<b>+ 2,1</b>
<b>Zahnärztliche Behandlung ohne Zahnersatz</b>	absolut in Euro	2.002.599.254,08	<b>2.139.161.232,50</b>
	je Versicherten in Euro	182,44	<b>190,57</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 3,9	<b>+ 4,5</b>



<b>Ausgaben im Detail</b>		<b>2022</b>	<b>2023</b>
<b>Zahnersatz</b>	absolut in Euro	493.646.723,73	<b>519.898.218,24</b>
	je Versicherten in Euro	44,97	<b>46,32</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	- 0,5	<b>+ 3,0</b>
<b>Arzneimittel</b>	absolut in Euro	6.259.164.590,84	<b>6.590.794.030,47</b>
	je Versicherten in Euro	570,23	<b>587,15</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 6,0	<b>+ 3,0</b>
<b>Hilfsmittel</b>	absolut in Euro	1.297.419.279,01	<b>1.414.707.403,59</b>
	je Versicherten in Euro	118,20	<b>126,03</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 9,4	<b>+ 6,6</b>
<b>Heilmittel</b>	absolut in Euro	1.445.160.356,02	<b>1.620.397.382,18</b>
	je Versicherten in Euro	131,66	<b>144,36</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 3,7	<b>+ 9,6</b>
<b>Krankenhausbehandlung</b>	absolut in Euro	10.047.182.600,05	<b>10.990.682.610,89</b>
	je Versicherten in Euro	915,34	<b>979,12</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 3,7	<b>+ 7,0</b>
<b>Krankengeld</b>	absolut in Euro	2.493.497.871,55	<b>2.619.417.039,85</b>
	je Versicherten in Euro	227,17	<b>233,35</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 7,1	<b>+ 2,7</b>
<b>Fahrkosten</b>	absolut in Euro	806.407.406,07	<b>813.153.316,22</b>
	je Versicherten in Euro	73,47	<b>72,44</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 16,8	<b>- 1,4</b>
<b>Vorsorge- und Rehabilitationsleistungen</b>	absolut in Euro	467.666.211,31	<b>517.958.620,39</b>
	je Versicherten in Euro	42,61	<b>46,14</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 20,2	<b>+ 8,3</b>
<b>Schutzimpfungen</b>	absolut in Euro	366.880.794,32	<b>459.424.613,39</b>
	je Versicherten in Euro	33,42	<b>40,93</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 10,5	<b>+ 22,5</b>
<b>Früherkennungsmaßnahmen</b>	absolut in Euro	421.995.672,52	<b>477.711.863,51</b>
	je Versicherten in Euro	38,45	<b>42,56</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	- 6,3	<b>+ 10,7</b>

# Einnahmen und Ausgaben

Ausgaben im Detail		2022	2023
<b>Schwangerschaft und Mutterschaft ohne stationäre Entbindung</b>	absolut in Euro	314.185.223,91	<b>309.883.175,62</b>
	je Versicherten in Euro	28,62	<b>27,61</b>
	% zum Vorjahr je Versicherte	- 7,9	<b>- 3,6</b>
<b>Behandlungspflege und häusliche Krankenpflege</b>	absolut in Euro	771.690.595,00	<b>890.918.234,15</b>
	je Versicherten in Euro	70,30	<b>79,37</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 11,5	<b>+ 12,9</b>
<b>Dialyse</b>	absolut in Euro	194.504.350,31	<b>198.110.220,58</b>
	je Versicherten in Euro	17,72	<b>17,65</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 1,1	<b>- 0,4</b>
<b>Sonstige Leistungsausgaben</b>	absolut in Euro	742.769.545,27	<b>830.088.946,19</b>
	je Versicherten in Euro	67,67	<b>73,95</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	- 2,2	<b>+ 9,3</b>
<b>Prävention</b>	absolut in Euro	1.125.691.995,94	<b>1.303.058.510,64</b>
	je Versicherten in Euro	102,55	<b>116,08</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 5,3	<b>+ 13,2</b>
<b>Verwaltungsausgaben</b>	absolut in Euro	1.612.799.432,92	<b>1.419.315.448,77</b>
	je Versicherten in Euro	146,93	<b>126,44</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	+ 38,5	<b>- 13,9</b>
<b>Sonstige Ausgaben</b>	absolut in Euro	257.261.377,62	<b>1.146.264.072,91</b>
	je Versicherten in Euro	23,44	<b>102,12</b>
	% zum Vorjahr je Versicherten	- 84,4	<b>+ 335,7</b>

# Pflegeversicherung

<b>Vermögensrechnung</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
<b>Aktiva in Euro</b>		
<b>A. Langfristiges Vermögen</b>		
I. Finanzanlagen	61.191.351,00	<b>198.593.425,00</b>
<b>B. Kurzfristiges Vermögen</b>		
I. Forderungen und sonstige Vermögensgegenstände	246.579.314,93	<b>307.855.004,75</b>
II. Kurzfristige Geldanlagen	606.120.513,40	<b>597.015.616,43</b>
III. Kassenbestand und Giro Guthaben	311.999,07	<b>2.888.897,85</b>
<b>c. Rechnungsabgrenzungsposten</b>	85.132.284,27	<b>102.692.631,45</b>
	<b>999.335.462,67</b>	<b>1.209.045.575,48</b>
<b>Passiva in Euro</b>		
<b>A. Reinvermögen</b>	529.757.866,55	<b>629.875.929,03</b>
<b>B. Verpflichtungen</b>	469.577.596,12	<b>579.169.646,45</b>
	<b>999.335.462,67</b>	<b>1.209.045.575,48</b>
<b>Erfolgsrechnung</b>		
	<b>2022</b>	<b>2023</b>
<b>in Euro</b>		
1. Beiträge	7.979.084.722,13	<b>9.009.095.209,54</b>
2. Einnahmen aus Ersatzansprüchen	7.645.244,39	<b>6.660.978,63</b>
3. Leistungsaufwand der Pflegeversicherung	4.076.089.872,03	<b>4.135.318.767,07</b>
4. Zahlungen an den Ausgleichsfonds	3.579.709.335,57	<b>4.526.918.847,64</b>
5. Verwaltungskosten	243.833.938,19	<b>261.799.832,21</b>
6. Zinsergebnis	60.281,01	<b>14.704.084,87</b>
7. Sonstige Einnahmen	7.598,86	<b>15.778,26</b>
8. Sonstige Ausgaben	2.829.083,24	<b>6.320.541,90</b>
<b>9. Jahresüberschuss</b>	84.335.617,36	<b>100.118.062,48</b>

# Leistungsausgaben Pflegeversicherung

Leistungsausgaben in Euro	2022	2023
Pflegesachleistung	399.949.435,19	<b>445.591.882,53</b>
Pflegegeld	1.183.534.160,47	<b>1.344.249.566,86</b>
Leistungen für Pflegepersonen	257.296.090,10	<b>304.481.481,87</b>
Stationäre Leistungen	907.018.044,46	<b>1.042.653.526,13</b>
Pandemiebedingte Ausgaben	535.983.932,99	<b>34.634.490,88</b>
Übrige Leistungen	792.308.208,82	<b>963.707.818,80</b>
<b>Leistungsausgaben insgesamt</b>	<b>4.076.089.872,03</b>	<b>4.135.318.767,07</b>

# Mitglieder- und Versichertenentwicklung

	Stichtag		Jahresdurchschnitt	
	01.01.2023	01.01.2024	2022	2023
<b>Mitglieder</b>	<b>8.528.207</b>	<b>8.760.843</b>	<b>8.429.505</b>	<b>8.649.771</b>
<b>% zum Vorjahr</b>	<b>+ 2,6</b>	<b>+ 2,7</b>	<b>+ 2,0</b>	<b>+ 2,6</b>
Familienangehörige	2.554.532	2.572.567	2.546.970	2.575.296
<b>Versicherte insgesamt</b>	<b>11.082.739</b>	<b>11.333.410</b>	<b>10.976.475</b>	<b>11.225.067</b>
<b>% zum Vorjahr</b>	<b>+ 2,2</b>	<b>+ 2,3</b>	<b>+ 1,7</b>	<b>+ 2,3</b>

# Im Einsatz für die Versicherten

In bundesweit acht Servicezentren und 30 Fachzentren sind Tausende Mitarbeitende für die Anliegen der mehr als elf Millionen TK-Versicherten da. Die Mitarbeitenden in den Servicezentren sind 365 Tage im Jahr rund um die Uhr für die Kundinnen und Kunden telefonisch erreichbar. Sie beantworten außerdem Fragen per Post, E-Mail, Chat und Social Media

und stehen beratend zur Seite, wenn Versicherte Unterstützung bei der Nutzung der TK-App oder dem digitalen Angebot „Meine TK“ benötigen. In den TK-Fachzentren werden spezifischere Anliegen zu verschiedenen Bereichen wie etwa Arznei- und Hilfsmittel, Krankenhaus, Pflege oder Mitgliedschaftsfragen bearbeitet. Ein Überblick. ■



8,5

Millionen Kundengespräche haben die Mitarbeitenden in den acht **Servicezentren** 2023 geführt.

„Willkommen bei der TK ...“ Rund um die Uhr stehen die Mitarbeitenden Versicherten bei Fragen von A wie Ambulante Leistungen bis Z wie Zahnersatz zur Verfügung. Als „Eingangstor der TK“ helfen die Mitarbeitenden den Kundinnen und Kunden direkt weiter oder verbinden sie zu einem passenden Kollegen beziehungsweise einer passenden Kollegin im Fachzentrum – auf Deutsch, Englisch und weiteren Sprachen.

3,2

Millionen elektronische **Gesundheitskarten** hat die TK im Jahr 2023 ausgegeben, weil beispielsweise die Karte abgelaufen war oder die Versicherten sich neu für die TK als ihre Krankenkasse entschieden haben. Hier kommen die Mitarbeitenden aus dem **Bereich Mitgliedschaft und Beiträge** ins Spiel. Sie kümmern sich um alle, die sich bei der TK versichern möchten – zum Beispiel als Arbeitnehmerin, Selbstständiger, Saisonarbeiterin, Studierender, Rentnerin oder Familienangehörige – und begleiten sie darüber hinaus zu allen Mitgliedschafts- und Beitragsfragen.

1,3

Millionen **Anträge** haben die Mitarbeitenden im **Fachzentrum Hilfsmittel** in Duisburg im Jahr 2023 bearbeitet. Die Produkte reichen von Einlagen, Bandagen oder Kompressionshilfen bis zu Hörgeräten und Prothesen.

Für eine zielgerichtete Beratung unterstützen Spezialistinnen und Spezialisten aus unterschiedlichen Fachrichtungen wie Hörgeräteakustik, Reha-/Orthopädie- und Medizintechnik oder Augenoptik die Bearbeitungsprozesse.

1,1

**Millionen Heil- und Kostenpläne für Zahnbehandlungen** haben die TK 2023 erreicht. Diese Pläne senden die Zahnarztpraxen der Krankenkasse vor der Behandlung zu. Seit Sommer 2022 ist das Verfahren deutlich einfacher, denn die Pläne werden nun digital an die TK übermittelt und in den meisten Fällen erfolgt die Rückmeldung innerhalb eines Werktages. Darum kümmern sich die TK-Mitarbeitenden in den **Fachzentren für Ambulante Leistungen** – genau wie um viele weitere Themen wie beispielsweise Arzneimittel, Impfungen, Psychotherapie und Schwangerschaft.

11

**Milliarden Euro** hat die TK im vergangenen Jahr für **Krankenhausbehandlungen** überwiesen. Die Bezahlung und Prüfung von Abrechnungen für stationäre und ambulante Krankenhausfälle übernehmen die TK-Mitarbeitenden in den **Fachzentren Krankenhaus und Reha.**

Wie der Name teilweise schon verrät, werden hier außerdem Anträge auf Vorsorge- und Rehaleistungen bearbeitet.



1,2

**Millionen Telefonate** haben die Mitarbeitenden in den Pflegezentren 2023 mit den TK-Kundinnen und -Kunden geführt. Die **TK-Pflegezentren** kümmern sich dabei um alle Themen rund um die Pflegeversicherung und die Häusliche Krankenpflege – von der Bearbeitung von Pflegeanträgen über die Auszahlung von Pflegegeld bis hin zur Bewilligung von Pflegehilfsmitteln und Pflegekursen.

Gut zu wissen: Einen Erstantrag auf Pflegeleistungen können Versicherte oder Angehörige zeit- und papiersparend online stellen.

2,5

**Milliarden Euro Krankengeld** hat die TK im Jahr 2023 ausgezahlt. In den **Krankengeld-Fachzentren** werden die Ansprüche geprüft, die Höhe berechnet und schließlich das Krankengeld ausgezahlt. Dabei läuft vieles digital: Ärztinnen und Ärzte übersenden die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung elektronisch und die Versicherten haben die Möglichkeit, die Angaben für die Auszahlung online oder per App zu übermitteln.

Auf [tk.de](https://tk.de) finden Versicherte außerdem einen digitalen Krankengeldrechner.

# Kurz gemeldet

Was im zurückliegenden Jahr rund um die Techniker Krankenkasse außerdem passiert ist.

## Sozialwahl – erstmalig auch mit Online-Stimmabgabe

2023 fand sie wieder statt, die **Sozialwahl** – neben der Bundestags- und der Europawahl die drittgrößte Abstimmung in Deutschland. Bundesweit sind rund 52 Millionen Wahlberechtigte aufgerufen, die Selbstverwaltungsorgane der gesetzlichen Träger der Renten-, Kranken- und Unfallversicherung zu wählen.

Erstmals konnten die Mitglieder der Ersatzkassen TK, BARMER, DAK-Gesundheit, KKH und hkk über die Zusammensetzung der Verwaltungsräte auch online abstimmen. ■

Briefwahl

Online-Wahl

## JOMO statt FOMO auf dem OMR Festival

Das OMR Festival, eine Veranstaltung für digitales Marketing und Technologie, lockt seit Jahren Tausende Besucher in die Hamburger Messehallen. 2023 war die TK erstmals als offizieller Gesundheitspartner dabei.

Während TK-Vorstandsvorsitzender Dr. Jens Baas und Start-up-Gründerin und LinkedIn-Influencerin Céline Flores Willers auf der Bühne im CEO-Talk über moderne Führung sprachen, lud der TK-Stand zum Durchatmen und Relaxen ein.

Unter dem Motto „JOMO (Joy of Missing Out) statt FOMO (Fear of Missing Out)“ konnten die OMR-Besucherinnen und -Besucher in dem blau ausgeleuchteten „Relax Hack“-Cube Platz nehmen und bei sphärischen Klängen abschalten. ■



## Star Trek im Kanzleramt

2023 hat die TK als eines von sieben Unternehmen den bundesweiten Girls' Day im Kanzleramt eröffnet und den Schülerinnen die zwei Berufsbilder Softwareentwicklerin und Datenanalytistin vorgestellt – beides Jobs, die in der TK gefragt sind. Im „Preventiometer“ – einer futuristisch anmutenden begehbaren Kugel mit zahlreichen medizinischen Geräten – können die Besucherinnen einen Blick in die Zukunft der Medizin werfen, indem sie selbst Vitaldaten erheben und analysieren. ■

## Digitale Hilfe bei Endometriose

Endometriose ist eine der häufigsten Unterleibserkrankungen bei Frauen. Bei der Erkrankung siedelt sich Gewebe, das der Gebärmutter Schleimhaut ähnelt, außerhalb der Gebärmutter an und kann starke Schmerzen verursachen oder zu Unfruchtbarkeit führen. Die Therapie- und Aufklärungsplattform FEMNA unterstützt Betroffene dabei, Endometriose genauer zu verstehen und ihren Alltag mit der chronischen Krankheit besser zu meistern. Das sechsmonatige Online-Angebot ist für TK-Versicherte kostenlos und bietet Übungseinheiten zu Yin-Yoga und Entspannungstechniken sowie fundierte Informationen von führenden Expertinnen und Experten. Mehr dazu auf [tk.de](https://tk.de) unter der Suchnummer 2150254. ■

## Zahlen, Daten und Fakten über Ernährung und Arzneimittel

Die **TK-Ernährungsstudie 2023** untersucht die Fragen, was bei den Menschen in Deutschland auf den Tisch kommt und wie nachhaltig hierzulande gegessen wird. Die Forsa-Umfrage zeigt unter anderem, dass Fleischverzicht nach wie vor die Ausnahme ist. Mit 78 Prozent gibt die Mehrheit an, regelmäßig Fleisch zu essen (2017: 84 Prozent).

Der Anteil der Befragten, der sich überwiegend pflanzlich ernährt, steigt von 13 Prozent im Jahr 2017 auf 17 Prozent. Zwei Prozent ernähren sich komplett vegetarisch und nur ein Prozent lebt vegan.

Die Ausgaben der gesetzlichen Krankenversicherung für neue und damit patentgeschützte Arzneimittel haben sich binnen fünf Jahren fast verdoppelt. Das ist ein Ergebnis aus dem **TK-Report „Arzneimittel-Fokus – Pillen, Preise und Patente“**, der in Zusammenarbeit mit der aQua – Institut für angewandte Qualitätsförderung und Forschung im Gesundheitswesen GmbH entstanden ist. Lagen die Bruttoausgaben für patengeschützte Arzneimittel im Jahr 2018 noch bei rund 14,6 Milliarden Euro, gab die GKV 2022 rund 28 Milliarden Euro aus – das entspricht fast der Hälfte der Arzneimittelausgaben insgesamt. ■

# Die TK in Zahlen

## 83

Millionen Kilometer legten die Nutzerinnen und Nutzer im Jahr 2023 bei der **Schritt- und Radfahrchallenge** TK-Fit in der TK-App zurück.

Mehr als 11,5 Millionen Versicherte hat die TK insgesamt. Davon sind 8,9 Millionen Mitglieder.\*

\* Stand Mai 2024

## 97 %

der Befragten sind mit dem **Service** der TK insgesamt zufrieden.

(Ergebnis aus Versichertenbefragungen im Zeitraum November/Dezember 2023)

Mehr als **25 Millionen Anliegen** von TK-Versicherten wurden im Jahr 2023 **online bearbeitet**, über tk.de oder die TK-App.

## 30

Frauen und Männer engagieren sich ehrenamtlich im **TK-Verwaltungsrat**.

Rund 15.000 Mitarbeitende hat die TK – davon sind 581 **Auszubildende** und 31 **dual Studierende**.

## 1,15 Millionen

Mal wurde die TK-App allein im Jahr 2023 heruntergeladen, insgesamt liegt sie bei 6,15 Millionen Downloads.



Mehr als **36 Millionen Mal** erreichten die Social-Media-Beiträge von „Die Techniker“ 2023 die Nutzerinnen und Nutzer auf Instagram, Facebook, YouTube und Pinterest.

## 3.374

ehrenamtlich **Beratende** engagieren sich in Betrieben und Hochschulen.

**15 Landesvertretungen** repräsentieren die TK in den Bundesländern.

179 Kundenberatungen, in denen die Versicherten vor Ort beraten werden, betreibt die TK bundesweit.



Zum 18. Mal in Folge erreicht die TK im großen Krankenkassenvergleich von „Focus-Money“ den ersten Platz.

**Impressum** – Verantwortlich für den Inhalt: Techniker Krankenkasse, Bramfelder Straße 140, 22305 Hamburg, Telefon 040 - 69 09-17 83, Internet: [tk.de/presse](http://tk.de/presse); E-Mail: [pressestelle@tk.de](mailto:pressestelle@tk.de); X: @TK\_Presse

Verantwortlich: Inga Laboga; Redaktion: Nicole Knabe, Anne Wunsch; Texte: Kerstin Grießmeier, Laura Hassinger, Nicole Knabe, Anne Kraemer, Nicole Ramcke, Silvia Wirth, Anne Wunsch

Konzept und Gestaltung: Christina Bartheidel, Kerstin Grießmeier, Nicole Knabe, Anne Wunsch; Produktion: Andreas Volkmar; Litho: brandport GmbH, Hamburg; Druck: MEO MEDIA | Eine Marke der Meinders und Elstermann GmbH & Co. KG, 49191 Belm; gedruckt auf 100-prozentigem Recyclingpapier; Bilder: Getty Images, Axel Heimken, Nele Martensen

© Alle Rechte vorbehalten, Nachdruck und sonstige Formen der Vervielfältigung – auch auszugsweise – nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung.



Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

## Mehr Informationen gibt es online

Die digitale Ausgabe des TK-Geschäftsberichts finden Sie  
unter [tk.de/geschaeftsbericht](https://tk.de/geschaeftsbericht).

Folgen Sie der TK-Pressestelle  
auch in den sozialen Medien:

