

Das bietet Ihre AOK. Profitieren Sie von unseren besonderen Leistungen.



Prävention

■ AOK-RückenKonzept

Dank dieser besonderen Kombination von dynamischem Krafttraining, funktionsgymnastischen Übung, Stretching und ergonomischen Verhaltenstraining gehören Rückenschmerzen sehr bald der Vergangenheit an. Das Training erfolgt durch speziell geschulte AOK-Sportfachkräfte und umfasst 24 plus zwei Trainingseinheiten die jeweils 60 Minuten dauern. Dieses Angebot steht exklusiv nur AOK-Versicherten zur Verfügung. Die Kosten in Höhe von 600 Euro übernimmt die AOK für Sie.

■ Gesundheitsprogramm

Ihre Gesundheit ist uns wichtig. Deshalb unterstützen wir Sie unter anderem mit:

- Gesundheitskursen in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung
- Lebe Balance – unserem Achtsamkeitsprogramm
- Persönlicher Ernährungsberatung

Die Teilnahme an zwei Gesundheitskursen pro Jahr ist für AOK-Kunden kostenfrei.



Versorgung

■ AOK-Hausarzt- und -FacharztProgramm

Machen Sie Ihren Hausarzt zu Ihrem Lotsen im Gesundheitssystem: Mit dem Haus-/FacharztProgramm der AOK profitieren Sie im Krankheitsfall bei Ihren Ärzten von verkürzten Wartezeiten, mehr Beratungszeit sowie von einer raschen Terminvergabe bei der Überweisung zu Fachärzten. Außerdem stellt die engmaschige Vernetzung Ihrer behandelnden Ärzte sicher, dass Sie so umfassend wie möglich versorgt werden.

■ MedTelefon

Am AOK-MedTelefon beraten Sie erfahrene Ärzte, Krankenschwestern und weitere Experten rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr – kostenlos, umfassend und unabhängig.

Das bietet Ihre AOK. Profitieren Sie von unseren besonderen Leistungen.



Besondere Angebote

■ ProFit

Mit dem Prämienprogramm ProFit belohnen wir gesundheitsbewusstes Verhalten - und das ganz einfach. Unsere Versicherten erhalten für Vorsorgeuntersuchungen, die Teilnahme an AOK-Präventionskursen oder die regelmäßige sportliche Betätigung Punkte gutgeschrieben, die sie in tolle Prämien einlösen können. So erhalten Sie bereits für vier Maßnahmen einen 60-Euro-Prämiengutschein für persönliche Gesundheitsleistungen wie zum Beispiel die professionelle Zahnreinigung.

■ Das AOK-Gesundheitskonto

Mit dem AOK-Gesundheitskonto erhalten Sie interessante Leistungen, denn jede Lebensphase bringt besondere gesundheitliche Bedürfnisse mit sich. Ob Osteopathie, Reiseschutzmaßnahmen, alternative Arzneimittel oder erweiterte Schwangerenvorsorge: Die AOK Baden-Württemberg beteiligt sich an den Kosten. Für welche Zusatzleistungen Sie es verwenden möchten, entscheiden Sie selbst.



Services

■ Umfangreicher Service

Wir sind für Sie da, mit Top-Servicequalität in Ihrer Nähe. Ob in einem von unseren 220 AOK-KundenCentern vor Ort oder ganz bequem von zuhause mit dem Online-KundenCenter „Meine AOK“. Von früh bis spät sind wir für Sie da – GESUNDNAH.

■ Meine AOK

Mit dem Online-KundenCenter „Meine AOK“ haben Sie die Möglichkeit, sämtliche Anliegen zeitlich flexibel und ortsunabhängig abzuwickeln. In Ihrem persönlichen Bereich können Sie zum Beispiel Dokumente hochladen, Anträge und Bescheinigungen abrufen sowie über ein Postfach sicher mit der AOK kommunizieren. Einfach „Meine AOK“ als App downloaden oder unter meine.aok.de registrieren.