



**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

**Gemacht für mein Leben!**

Unsere Leistungen und Services auf  
einen Blick

AOK Rheinland/Hamburg

[aok.de/rh](https://aok.de/rh)



## Die AOK – stark für Ihre Gesundheit!

Entscheiden Sie sich für Nähe und Erreichbarkeit von Menschen, die sich für Ihre Gesundheit starkmachen. Mit modernster Technik bieten wir Ihnen Leistungen und Services, die zu Ihrem Leben passen.



### **AOK Rheinland/Hamburg – ein Anruf und ich weiß Bescheid**

**Der heiße Draht zur AOK – 24 Stunden täglich, 7 Tage die Woche!**

Fragen zu Leistungen, Beiträgen und AOK-Produkten werden von AOK-Fachberatern beantwortet: **0211 819-50000**



### **AOK-Clarimedis: medizinische Informationen am Telefon und NEU per Videosprechstunde**

Fragen rund um Medizin und Gesundheit werden von Fachärzten und medizinischem Fachpersonal beantwortet.

Mit den Videosprechstunden Orthopädie sowie Schwangerschaft und Geburt geben Orthopäden und Hebammen Antworten auf medizinische Fragen. Unter [clarimedis.de/rh](https://clarimedis.de/rh) erhalten Sie weitere Informationen oder können per E-Mail eine Anfrage an unser Ärzteteam schicken.

**AOK-Clarimedis erreichen Sie unter 0800 1 265 265\*.**



### **In Ihrer Nähe überall für Sie da!**

**In vielen Geschäftsstellen sind wir für Sie da! Sie können gern online einen Termin vereinbaren.**

So finden Sie die Geschäftsstelle in Ihrer Nähe: Geben Sie unter [aok.de/rh/kontakt](https://aok.de/rh/kontakt) einfach Ihre Postleitzahl ein. Online-Terminvereinbarung unter [aok.de/rh/termin](https://aok.de/rh/termin)

\*Diese Servicenummer ist kostenfrei.



## Ihre AOK – empfehlen Sie uns weiter!

Sie fühlen sich rundum gut beraten und bestens versorgt? Dann empfehlen Sie die AOK gern weiter. Für jedes neu geworbene Mitglied, das Sie uns vermitteln, bedanken wir uns bei Ihnen mit einem Bonus: [aok.de/rh/werben](https://aok.de/rh/werben)

Jetzt  
empfehlen und  
profitieren



## Die AOK-Online-Geschäftsstelle: Schneller geht's online!

[rh.meine.aok.de](https://rh.meine.aok.de) – mit der App jederzeit verfügbar!

Über Ihr persönliches Postfach können Sie alles schnell und einfach regeln: z. B. Formulare und Anträge, Dokumente und Nachweise einfach hochladen.



## Alles auf [aok.de](https://aok.de)

Hier geht's direkt zu unseren zahlreichen Programmen und Aktivitäten oder anderen besonderen Social-Media-Angeboten.

Sie finden hier auch alle Informationen zu unseren Leistungen, zu gesundem Leben allgemein und zu vielen weiteren Themen. Herzlich willkommen auf [aok.de](https://aok.de)



## Facebook/YouTube/Instagram

Neben Gesundheitstipps, Do-it-yourself-Videos und Sporttipps finden Sie hier auch Tutorials, Themenserien u. v. m.

▶ [facebook.com/aokrh](https://facebook.com/aokrh)

▶ [youtube.com/aokrh](https://youtube.com/aokrh)

▶ [instagram.com/aok.rheinland.hamburg](https://instagram.com/aok.rheinland.hamburg)



## Gesundheit einfach erleben – mit dem Online-Magazin der AOK

Das AOK-Gesundheitsmagazin, das Online-Magazin der AOK, bietet fundiert recherchierte und leicht verständliche Inhalte rund um die Gesundheit: [aok.de/pk/magazin](https://aok.de/pk/magazin)



## Die AOK mit Sinn fürs Ganze

Wir leben Gesundheit! Mit innovativen Ideen und Konzepten, durchdachtem Service und hervorragenden Leistungen überzeugen wir in Sachen Gesundheit.

- **AOK-Arztterminspace**

Wir organisieren für Sie auf Wunsch innerhalb von 48 Stunden zeitnahe Termine für notwendige ärztliche Behandlungen und auch Vorsorgeuntersuchungen. Dieser Service ist für Kunden der AOK Rheinland/Hamburg kostenlos. Weitere Infos erhalten Sie unter [aok.de/rh/arzttermin](https://aok.de/rh/arzttermin) oder unter der kostenlosen Service-Nummer **0800 1 265 265\***.

- **Zweitmeinungsservice**

Besonders bei schwerwiegenden Erkrankungen ist es gut, eine zweite Meinung zu erhalten. Wir arbeiten mit ausgewiesenen Experten der unterschiedlichsten Fachrichtungen sowie mit Krankenhäusern zusammen. Den Zweitmeinungsservice erreichen Sie online unter [aok.de/rh/zweitmeinung](https://aok.de/rh/zweitmeinung). Sie können uns auch gebührenfrei unter **0800 1 006 599\*** anrufen.

- **Online-Programme und Präventionskurse**

Wir haben zahlreiche Angebote für alle, die fit werden, abnehmen oder stressfreier leben möchten. Unter [fit-mit-der-aok.de](https://fit-mit-der-aok.de) finden Sie entsprechende Kurse in Ihrer Region. Wir beteiligen uns auch an den Kosten für individuelle Präventionsangebote. Erkundigen Sie sich bitte vorher bei Ihrem AOK-Kundenberater.

- **Reiseschutzimpfung**

Für viele Länder empfiehlt die STIKO ganz bestimmte Impfungen. Verreisen Sie privat, tragen wir die entstehenden Impfkosten bis zu 100 Prozent.

- **Betriebliche Gesundheitsförderung**

Unternehmen brauchen kreative und gesunde Mitarbeiter. Mit unseren Angeboten zur betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützen wir Unternehmen dabei, dieses Ziel zu erreichen: [bfg-institut.de](https://bfg-institut.de)

\*Diese Servicenummer ist kostenfrei.



## Die AOK – ein starker Partner!

Wir sind für Sie da, wenn es darauf ankommt. Weil das Leben so vielfältig und immer wieder anders ist!

- **Unsere besonderen Programme**

Erkranken Sie selbst oder einer Ihrer mitversicherten Familienangehörigen, sind wir als Gesundheitskasse für Sie da.

Niedergelassene Ärzte kümmern sich um Sie. In Kliniken und Reha-Einrichtungen sind Sie in besten Händen. Der gesamte Versicherungsschutz gilt auch für andere Länder. Auf uns können Sie sich verlassen.

- **Vorsorgeuntersuchungen**

Informationen zu allen gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen sowie über unser umfangreiches Leistungsangebot finden Sie unter [aok.de/rh/vorsorge](https://aok.de/rh/vorsorge). Gern beraten wir Sie persönlich.

- **Pflegeberatung**

Wird der Partner, ein Elternteil oder das eigene Kind zum Pflegefall, ist das für Angehörige eine große Herausforderung. Die AOK informiert Sie darüber, was jetzt wichtig ist – von der Feststellung des Pflegebedarfs über die Beantragung von Leistungen bis hin zur Wahl zwischen häuslicher und stationärer Pflege. Über die Pflegehotline der AOK Rheinland/Hamburg unter der kostenfreien Telefonnummer **0800 329 0 329\*** nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

- **Entlastende Pflegekurse**

Für pflegende Angehörige: Fachkräfte vermitteln Ihnen Grundwissen und Techniken zur Erleichterung Ihres Pflegealltags. Die Pflegeexperten kommen auch zu Ihnen nach Hause und führen individuelle Kurse durch. Mit dem Online-Pflegekurs können Pflegende unabhängig von Zeit und Ort alles Nützliche rund um die häusliche Pflege lernen. Außerdem hilft das E-Learning bei organisatorischen Fragen. Wer am Kurs teilnehmen will, wendet sich an die Pflegehotline der AOK Rheinland/Hamburg unter der kostenfreien Telefonnummer **0800 329 0 329\***.

- **Unsere Leistungen von A bis Z**

Alle Leistungen finden Sie auf [aok.de/rh](https://aok.de/rh)



## Stark für Familien

Viele Familien vertrauen auf die Leistungen der AOK. Die kostenfreie Familienversicherung bietet umfassende Leistungen und besten Service in allen Phasen des Familienlebens. Entdecken Sie die Vorteile unter [aok.de/rh/familie](https://aok.de/rh/familie)

- **Schwangerschaft und Geburt**

Ist Nachwuchs unterwegs, sind wir mit vielen Angeboten an Ihrer Seite. Wir übernehmen z. B. die Kosten für Geburtsvorbereitungskurse, auch für den AOK-versicherten Partner. Darüber hinaus bieten wir spezielle Erste-Hilfe-Seminare für Eltern an und begleiten sie mit hilfreichen Apps durch diese besondere Zeit. Neu ist auch unsere Videosprechstunde für Schwangerschaft und Geburt. Mehr Informationen dazu gibt es auf [clarimedis.de/rh](https://clarimedis.de/rh)

- **Künstliche Befruchtung**

Unsere Versicherten erhalten von uns einen weiteren Zuschuss zu den Leistungen der künstlichen Befruchtung der Vertragsärzte.

- **AOK-Baby-Telefon**

Unsere Fachärzte und medizinischen Fachkräfte geben Ihnen bei AOK-Clarimedis telefonische Auskünfte, egal, ob Sie Fragen zu Kinderkrankheiten haben, beim Kinder- und Jugendarzt etwas unklar geblieben ist oder Sie unseren Hebammen Fragen stellen möchten – AOK-Clarimedis ist 365 Tage im Jahr rund um die Uhr erreichbar: **0800 1 265 265\***.

- **Hebammenrufbereitschaft**

Die AOK Rheinland/Hamburg übernimmt die Kosten der Hebammenrufbereitschaft bis 250 Euro.

- **Erinnerungen an U-Untersuchungen**

Früherkennungsuntersuchungen sichern die gesunde, altersgemäße Entwicklung Ihres Kindes. Und damit Sie die Termine nicht versäumen, erinnert die AOK Sie rechtzeitig daran.

\*Diese Servicenummer ist kostenfrei.



## Ein starker Partner

Unsere Vorreiterrolle in Sachen Gesundheit und Erreichbarkeit auf allen Kontaktebenen macht uns zu einer der erfolgreichsten Krankenkassen Deutschlands. Seit Jahrzehnten gestalten wir mit unserer Erfahrung und unserem Wissen das Gesundheitswesen mit.

- **Haushaltshilfe**

Wenn Sie krank werden, greift Ihnen im Notfall die AOK mit einer Haushaltshilfe unter die Arme.

- **Familienseminare**

Im kostenfreien Partnerseminar „Baby-Kind-Erste-Hilfe“ lernen junge Eltern den Umgang mit Notfallsituationen.

- **Besondere Versorgungsangebote**

Auch für Kinder und Jugendliche hält die AOK besondere Versorgungsangebote bereit, z. B. bei Neurodermitis oder ADHS.

- **AOK-Familienbegleitung**

Ist Ihr Kind schwer oder chronisch erkrankt, nimmt sich ein Spezialist vor Ort Zeit für Sie, koordiniert Leistungen und kümmert sich um vieles mehr.

- **AOK-Engagement**

Die AOK Rheinland/Hamburg unterstützt nicht nur Eltern, sondern engagiert sich ebenfalls in Kitas, Schulen und Vereinen.

- **AOK-Bonusprogramme**

Mit unseren attraktiven Bonusprogrammen belohnen wir Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten. Sprechen Sie uns an!



# Mehrfach ausgezeichnet:

