

*Wir bevorzugen den persönlichen Kontakt.  
Deshalb wird bei uns Service großgeschrieben.  
Welche Fragen Sie auch haben – rufen Sie uns  
einfach an.*

- Unter der Telefonnummer **0 18 02 / 26 53 33\*** sind wir montags bis freitags in der Zeit von 8:00 bis 20:00 Uhr persönlich für Sie da.

AOK – Die Gesundheitskasse  
für Niedersachsen  
Hildesheimer Straße 273  
30519 Hannover

Material-Nr.:  
Stand: Februar 2011

[www.aok-niedersachsen.de](http://www.aok-niedersachsen.de)

\* 6 Cent/Anruf aus dem deutschen Festnetz, bis zu 42 Cent/Minute vom Handy.

[B]CREATIVE



# GESUNDHEIT IN BESTEN HÄNDEN

Die Gesundheitskasse im Überblick:  
Gesundheit, Fitness und Familie.  
Jetzt zur AOK wechseln.

AOK Niedersachsen

2011

**Kein  
Zusatzbeitrag**

*Gemeinsam sind wir stark.*

*Danke AOK!*



## Ein starker Partner

*Das Beste ist für Sie gerade gut genug,  
vor allem wenn es um Ihre Gesundheit geht.  
Viele Argumente sprechen für die AOK  
als Gesundheitspartner:*

- **Regional – genial:** Eines von 89 Servicezentren befindet sich garantiert auch in Ihrer Nähe. Wir sind gern persönlich für Sie da!
- **Eine starke Gemeinschaft:** Fast jeder dritte Niedersachse ist bei der AOK versichert. 2,4 Millionen Menschen vertrauen uns ihr wichtigstes Gut an: ihre Gesundheit.
- **Preiswert:** Sie erhalten nicht nur guten Service und ein umfassendes Leistungspaket. Bei der AOK zahlen Sie auch 2011 keinen Zusatzbeitrag!
- **Für Ihre Gesundheit:** Wir unterstützen Sie mit vielfältigen Angeboten, um gesund und fit zu bleiben.

Sie wollen einen starken Partner für Ihre Gesundheit? Willkommen bei der AOK.

<i>Ein starker Partner</i>	Seite 02
<i>Gesundheits-Plus</i>	Seite 04
<i>Familien in besten Händen</i>	Seite 06
<i>Wahltarife</i>	Seite 08
<i>Rund um die Uhr</i>	Seite 10



03

Ein starker Partner

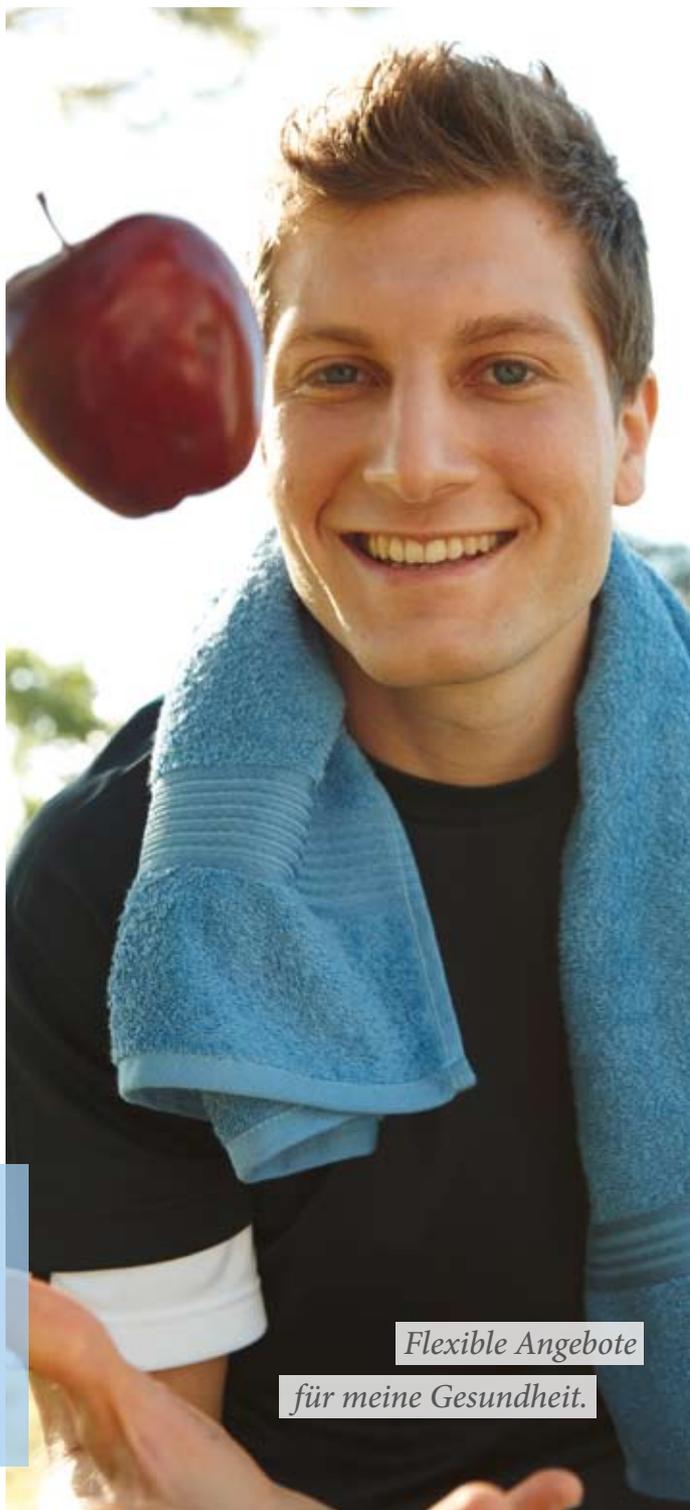
# Gesundheits-Plus

*Neben guten Basisleistungen bietet die AOK Ihnen viele Extras in Form zusätzlicher Gesundheitsangebote oder attraktiver Sparvorteile:*

- Nutzen Sie unser *kostenloses Gesundheitsprogramm* mit Kursen und Vorträgen zu den Themen Stressbewältigung, Ernährung und Bewegung.
- *Qualitätsgeprüfte Kurse* bei anderen Anbietern bezuschusst die AOK mit bis zu 150 Euro im Jahr.
- Mit *AOKplus* sparen AOK-Kunden bei unseren Kooperationspartnern bares Geld. Ob in Hallen- und Freibädern, Fitnessstudios, Erholungs- und Freizeitparks oder Wellnesshotels: Wenn Sie etwas für Ihre Gesundheit tun, sparen Sie gleichzeitig.
- *AOK-Doppelplus* belohnt Ihr gesundheitliches Engagement. Sie sammeln Punkte für Ihre Aktivitäten wie Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen, Gesundheitskurse oder Aktivitäten im Sportverein. Jeder Punkt ist einen Euro wert.
- Mit *AOK-Privat* haben Sie die Möglichkeit, Ihren Versicherungsschutz individuell zu erweitern. Nutzen Sie dazu die Angebote unseres Kooperationspartners Alte Oldenburger Krankenversicherung AG. Mehr Informationen unter [www.aok-privat.de](http://www.aok-privat.de).

*Flexible Angebote*

*für meine Gesundheit.*



AOK –  
ein gutes Gefühl.

# Familien in besten Händen

*Als Familie sind Sie bei uns bestens aufgehoben. Von der Schwangerschaft bis zur Pubertät Ihres Kindes begleiten wir Sie mit umfassenden Leistungen:*

- Kostenfreie Geburtsvorbereitungskurse
- Mutterschaftsgeld
- Kostenfreie Familienversicherung
- Beratungsservice durch das AOK-Babytelefon
- Übernahme der wichtigen Vorsorgeuntersuchungen
- Kinderkrankengeld
- Haushaltshilfe im Krankheitsfall und vieles mehr



*Kinder sind unsere Zukunft*

Wir leisten einen wichtigen Beitrag zur gesunden Entwicklung Ihres Kindes. Mit der Initiative „Gesunde Kinder – gesunde Zukunft“ haben wir vielfältige Programme für Kinder ins Leben gerufen.

Mit AOK-Junior bieten wir Ihrem Kind die bestmögliche ärztliche Versorgung und Beratung. Außerdem veranstaltet die AOK vielfältige Familienaktionen vor Ort. Weitere Infos zum AOK-Familienpaket finden Sie unter [www.aok-niedersachsen.de/familie](http://www.aok-niedersachsen.de/familie).

# Wahltarife

*Mit den AOK-Wahltarifen können Sie bis zu 600 Euro im Jahr sparen. Flexible Tarife bieten Ihnen vielfältige Möglichkeiten:*

- **Selbstbehalt-Wahltarife:** Das Prinzip ist ganz einfach. Wenn Sie bestimmte Leistungen der AOK während eines Kalenderjahres nicht in Anspruch nehmen, bekommen Sie einen Bonus ausgezahlt. Dieser kann bis zu 600 Euro im Jahr betragen. Ihr Bonus verringert sich nur, sobald Sie Leistungen in Anspruch nehmen. Leistungen für mitversicherte Familienangehörige werden nicht angerechnet.
- **Wahltarif Gesundheit:** Wer gesund lebt, kann mit diesem Tarif jährlich bis zu 170 Euro erhalten. Schon die Akzeptanz eines Selbstbehaltes sichert Ihnen einen Grundbonus. Zusätzlich haben Sie in jedem Jahr sechs Möglichkeiten, mit Gesundheitsaktivitäten den Bonus zu erhöhen.

**Wollen auch Sie von den Wahltarifen der AOK profitieren? Informationen zu diesen und weiteren Wahltarifen geben wir Ihnen gern persönlich. Ein Anruf genügt.**

*Klar und individuell...*

*so wie ich es liebe.*



# Rund um die Uhr

*Bei der AOK haben Sie viele Möglichkeiten, sich umfassend zu informieren. Neben dem persönlichen Kontakt vor Ort bieten wir Ihnen verschiedene Kanäle:*

- **aok.de:** Auf unserem Gesundheitsportal finden Sie ausführliche Informationen. Nutzen Sie diese bequeme Möglichkeit als Ergänzung zu unserem Service vor Ort.
- Anschauliche Erläuterungen zu Zusatzangeboten
- Informationen zu den Themen Gesundheit, Medizin und Recht
- Expertenforen
- Familienprogramm und Baby-Manager
- Krankenhaus-Navigator und Kursfinder
- Newsletter  
und vieles mehr
- **aok24.de:** In unserem geschützten Online-Servicezentrum können Sie von zu Hause aus Ihre Kundendaten aktualisieren oder Anfragen stellen. Einfacher geht es nicht.
- **Medizinische Beratung:** Das Ärzteteam der AOK Niedersachsen steht Ihnen rund um die Uhr telefonisch zur Verfügung. Auch Anfragen per E-Mail sind möglich. Natürlich für AOK-Kunden kostenlos.

Immer  
gut informiert.