



# Heim vorteil

AOK Bremen/Bremerhaven  
Die Gesundheitskasse.

**FOCUS MONEY**

**TOP  
PRODUKT-  
ANGEBOT**

---

**AOK BREMEN/BREMERHAVEN**

---

Umfrage zur  
Kundenzufriedenheit

---

Ausgabe 48/2025

# Fairer Preis. Bester Service. Starke Leistungen.

Bei der AOK Bremen/Bremerhaven profitierst du von einem fairen Beitragssatz. Zusätzlich kannst du Ermäßigungen durch Spar- und Bonuspakete in Anspruch nehmen. Du bekommst eine Krankenkasse, die sich kümmert, und zwar hier vor Ort. Wir sind mit neun Geschäftsstellen im Land vertreten und unser Online-Service ist 24/7 für dich erreichbar. Auch unsere starken „**Mehr für dich**“-Leistungen werden dich überzeugen, deiner Gesundheit guttun und deinen Geldbeutel schonen.

Wir sind die Gesundheitskasse für Bremen und Bremerhaven – immer in deiner Nähe, immer für dich da.

## Welchen HEIMVORTEIL wir sonst noch bieten - frag uns.

Menschen aus Bremen und Bremerhaven erzählen davon, wie sie uns, unsere Leistungen und unser Engagement erleben.

## Unsere Geschäftsstellen



Als in Bremen und Bremerhaven tief verwurzelter Versorger sind wir da, wo du bist. In deinem Stadtteil, an den Universitäten und Hochschulen.

Aber wir sind auch 24/7 online für dich da: Unter **bremen.meine.aok.de** oder in unserer **App „Meine AOK“** begrüßen wir dich – wann du willst, wo du willst. Im Rahmen eines ständig wachsenden Angebots kannst du schon jetzt Stammdaten pflegen, Anträge herunterladen, Gesundheitskurse beantragen und abrechnen. Das spart nicht nur Zeit, sondern auch Druckpapier und hilft damit unserer Umwelt. Jetzt registrieren!

# #MehrFürDich

Mit unseren „**Mehr für dich**“-Leistungen bieten wir ein erstklassiges Angebot an Gesundheitsleistungen, die über den gesetzlichen Rahmen hinausgehen, für Bremen, Bremerhaven und umzu. Bei uns gibt es keine weiten Wege oder komplizierten Erstattungsprozesse. Unsere Mehrleistungen tun dir und deinem Geldbeutel einfach gut.

Auf den folgenden Seiten findest du einen Überblick über das Leistungsportfolio der „**Mehr für dich**“-Leistungen – informiere dich jetzt!



## Unsere Top-Leistungen

Die Rechnung für deine Gesundheitsleistung kannst du ganz unkompliziert über unsere App „**Meine AOK**“ oder über unser Onlineportal per Web hochladen – innerhalb von drei Tagen ist die Rückerstattung auf deinem Konto.

### 100 % Kostenübernahme

- Schutzimpfungen\*\*, die von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlen werden
- Reiseschutzimpfungen, die vom Auswärtigen Amt empfohlen werden



### 80 % Kostenzuschuss

- Zahnschutzschienen
- Sportmedizinische Untersuchung (1/Jahr)
- Homöopathische Behandlungen
- Osteopathische Behandlungen (3/Jahr)
- Schwimmschutz

### Anteilige Bezuschussung

- Professionelle Zahnreinigung zwei Mal pro Jahr mit jeweils maximal 60 Euro
- Erweiterte Vorsorgeleistung alle zwei Jahre ab 18 Jahren, wenn Risikofaktoren vorliegen, mit maximal 40 Euro
- Jährliches Hautkrebscreening\* bereits ab dem 15. Geburtstag mit maximal 35 Euro

\*Bei einem Vertragsarzt.

\*\*Sofern sie nicht berufsbedingt sind.

# Junge Familie und Schwangerschaft

Viele Vorteile und Ersparnisse, die über die gesetzlichen Leistungen vor und nach der Geburt hinausgehen – auch hier erfolgt die Rückerstattung nach drei Tagen auf dein Konto.

## 80 % Kostenzuschuss

- Streptokokken-Test, Toxoplasmose-Test, Cytomegalovirus-Test, Parvovirus-Test, Triple-Test (1/Schwangerschaft)
- Geburtsvorbereitung für eine Begleitperson\* (max. 110 Euro pro Kurs)
- Unterbringung einer Begleitperson\* im Elternzimmer
- Bewegungs- und Entspannungskurse (max. 110 Euro pro Kurs)
- PEKiP®, DELFI® (max. 80 Euro pro Kurs)
- Babyschwimmen, Babymassage (max. 80 Euro pro Kurs)
- Diabetes-Typ-1-Früherkennungsuntersuchung für Kinder von 2 bis 6 Jahren (1/Jahr)

## Anteilige Bezuschussung

- Hebammen-Rufbereitschaft (max. 250 Euro)
- Haushaltshilfe für bis zu 52 Wochen während Krankheit, Schwangerschaft oder Entbindung
- Trageberatung für Eltern mit Baby (max. 80 Euro je Elternteil)
- Seepferdchen-Kurs für Kinder (einmalig max. 82 Euro)
- Zusätzliche kinderorthopädische Leistungen – Kopforthesen

\*Sofern diese AOK-versichert ist.

# Besondere medizinische Leistungen

Wenn deine Gesundheit ins Wanken gerät, sind wir vorbereitet. Unser regionales Netzwerk aus Kliniken, Ärztinnen und Ärzten sowie Therapeuten fängt dich auf. Mit unserer Zusammenarbeit sorgen wir für optimale Vorsorge, einen schnellen Weg der Diagnostik sowie modernste medizinische Behandlung und Therapie.

Jede Gesundheit ist individuell, daher gibt es eine Vielzahl von besonderen medizinischen Gesundheitsleistungen, dazu gehören u. a.:

- **Schmerztherapie** – bessere Versorgung und Betreuung
- **Harnwegsinfektion** - Netzwerk um Antibiotika-Resistenz vorzubeugen
- **Mentale Gesundheit** – schnelle Hilfe bei psychischen Problemen
- **Skinuvita** – Lichttherapie für Zuhause bei chronischen Hauterkrankungen



# Der AOK- Gesundheits- gutschein

Yoga · Functional Training · Outdoor-Fitness ·  
Rückenfit · Pilates · Gesunde Ernährung und  
vieles mehr

Du möchtest für deine Gesundheit aktiv werden?  
Hervorragend! Der **AOK-Gesundheitsgutschein**  
unterstützt dich dabei. Zweimal pro Jahr kannst  
du aus einem großen Angebot der AOK-Gesund-  
heitspartnerschaften in Bremen und Bremerhaven  
einen Kurs auswählen und kostenfrei daran teil-  
nehmen. Hunderte Kurse – auch in deiner Nähe.

## So funktioniert's:

### 1. AOK-Gesundheitsgutschein anfordern

- **Persönlich:** Du erhältst den **AOK-Gesundheitsgutschein** in unseren Geschäftsstellen oder unter: **Tel. 0421 1761-0**
- **Online:** Einfach den Link öffnen, das Kontaktformular ausfüllen und schon liegt der Gutschein wenige Tage später in deinem Briefkasten!

### 2. Kursangebot aussuchen

Such dir einen Kurs aus und melde dich direkt bei einer unserer Gesundheitspartnerschaften an.

### 3. Kostenfreie Teilnahme

Deinen **AOK-Gesundheitsgutschein** gibst du zu Beginn des Kurses bei der Gesundheitspartnerschaft ab. Wichtig: Der Kurs ist für dich kostenfrei, sobald du an mindestens 80 % der Kurseinheiten teilnimmst. Anderenfalls liegt die Berechtigung vor, dir die Kosten in Rechnung zu stellen.

### Gesundheitskurse von anderen Anbietenden

Findest du bei unseren Gesundheitspartnerschaften kein passendes Kursangebot in deiner Nähe, kannst du aus weiteren qualitätsgeprüften Gesundheitskursen von anderen Anbietenden wählen. Wir erstatten dir zweimal pro Kalenderjahr 80 % der Kosten bis zu einer Höhe von maximal 110 Euro pro Kurs. Bitte ruf uns vor Kursbeginn an, um eine mögliche Kostenerstattung abzuklären.

# AOK-Clarimedis: 24/7 telefonische Beratung

AOK-Clarimedis ist ein exklusiver Service für AOK-Versicherte und bietet klare, verständliche Erläuterungen bei medizinischen Anliegen:

- Medizinische Beratung durch ein Team aus Fachärztinnen und Fachärzten sowie medizinischen Expertinnen und Experten wie Geburtshelfende, Krankenpflegepersonal und Ernährungsberatende
- Keine anfallenden Beratungsgebühren
- An 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr erreichbar
- Kostenfreie Rufnummer

Wähle **0800 1 265 265** (deutschlandweit), halte deine Versicherungsnummer bereit und lass dich **kostenfrei** vom Fachärzteteam und den medizinischen Expertinnen und Experten beraten!



# AOK-Clarimedis: Videoberatung

Die Videoberatung bietet AOK-Versicherten noch mehr Service. Natürlich kostenfrei.

In den Fachrichtungen Dermatologie, Orthopädie, Onkologie sowie Schwangerschaft und Geburt wirst du per Videogespräch von Fachärztinnen und Fachärzten sowie medizinischem Fachpersonal zu deinen gesundheitlichen Themen beraten.

Eine Terminanfrage für ein Videogespräch kannst du ganz einfach online buchen!

**Wichtig für dich:** In der Videoberatung werden keine Diagnosen gestellt. Ebenso erhältst du hier keine Rezepte, Atteste oder Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen bzw. Krankschreibungen.



# AOK-Duo: die ärztliche Zweitmeinung

**AOK-Duo** bietet dir die Möglichkeit, bei lebensverändernden Diagnosen rasch eine Zweitmeinung von renommierten Mediziner/-innen einzuholen. Dies erleichtert dir, deine gesundheitliche Situation besser zu verstehen und fundierte Entscheidungen zu treffen. Unser Service ermöglicht dir den Zugang zu hoch qualifizierten Fachleuten, um verschiedene Perspektiven zu berücksichtigen und die bestmögliche Entscheidung für deine Gesundheit zu treffen.

Unkomplizierter Service und schnelle Bearbeitung – einfach Kontaktformular ausfüllen und wir rufen dich schnellstmöglich zurück.

# AOK-Wahltarif und Bonus- programm

Wir belohnen dich, wenn du dich gesundheitsbewusst verhältst und dich um deine Fitness kümmerst.

## **AOK-Selbstbehalttarif:**

- Bis zu 500 Euro Auszahlungsbetrag

## **AOK-Bonusprogramm:**

- Attraktive Geldprämien für gesundheitsbewusstes Verhalten



## TÜV-zertifizierte Service-Qualität

- Wir sind an 365 Tagen rund um die Uhr für dich da.
- Wir sind in deiner Nähe – mit vielen Geschäftsstellen und natürlich im Netz.
- Mehr Leistung, mehr Service: Du profitierst von vielfältigen Angeboten für deine Gesundheit und deinen Geldbeutel.
- Der **AOK-Gesundheitsnavigator** unterstützt dich bei der Suche nach Krankenhäusern, Ärztinnen und Ärzten sowie Geburtshelfenden.

## Mitglieder werben Mitglieder

Du bist mit den Leistungen der AOK Bremen/Bremerhaven zufrieden? Dann empfehl uns weiter! Entschieden sich jemand aufgrund deiner Empfehlung für uns, bedanken wir uns bei dir mit einer Prämie.



## Newsletter

Mehr Tipps und Inspirationen aus unserem **Gesundheitsmagazin** rund um die Themen Gesundheit und Lifestyle sowie alle Neuigkeiten aus der AOK-Welt gibt's einmal im Monat in unserem **Newsletter**. Bist du schon registriert?



## #HierFürDich

Wir sind da, wo du bist, und als Gesundheitskasse immer an deiner Seite.

- Persönlich und vor Ort in unseren Geschäftsstellen
- Auf regionalen Veranstaltungen
- Mit Programmen und Projekten rund um die Gesundheit
- In Zusammenarbeit mit vielen Kooperationspartnerschaften



Du möchtest zur AOK Bremen/Bremerhaven wechseln? Das geht ganz einfach:

Öffne den Link und fülle den Mitgliedsantrag aus.

Oder ruf uns an und wir vereinbaren einen persönlichen Termin mit dir:

**Tel. 0421 1761-01686**

**[aok.de/bremen](https://aok.de/bremen)**