

Audi BKK

Leistung, die sich auszahlt.

Bei uns ist mehr
für Sie drin.



Zuhören ist unsere
stärkste Leistung.





Inhalt

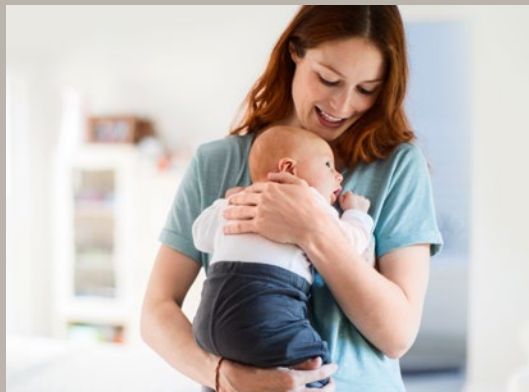
3
Mehr für
Ihre Gesundheit.



4
Vier gewinnt.



6
Bleiben Sie gesund.

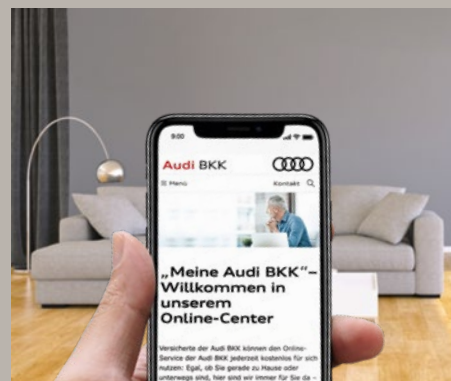


8
Für die Familie.

12
Werden Sie gesund.



17
Nur einen
Klick entfernt.



Mehr für Ihre Gesundheit.

Das Leben dreht sich stetig schneller und stellt uns täglich vor neue Aufgaben. Unsere Aufgabe ist ganz klar: Ihre Gesundheit in diesem fordernden Alltag mit starken Leistungen zu unterstützen. Dabei bieten wir Ihnen mehr als den gesetzlich festgeschriebenen Leistungskatalog: Gesundheits-, Fitness- und Vorsorgeangebote,

Programme für Mutter und Kind, eine breite Auswahl an digitalen Lösungen sowie einen individuellen Service. Und zudem noch einen Beitragssatz, der im sechsten Jahr in Folge unter dem bundesweiten Durchschnitt liegt. Auf den folgenden Seiten geben wir Ihnen einen ersten Überblick über die Vorteile, die Sie bei uns erwarten.



GesundheitExtra mit bis zu 200€ Vorteil

Unser Zuschuss zu wichtigen Behandlungen wie Osteopathie oder Zahnreinigung.



Reiseschutzimpfungen: Zuschuss von bis zu 200€

Wir unterstützen Ihre Schutzimpfungen – auch über den gesetzlichen Rahmen hinaus.



Bonusprogramm mit bis zu 60€ Vorteil

Check-up, Fitness-Studio, Hautkrebscreening: Ihre Vorsorge zahlt sich bei uns aus.



Bis zu 110€ Beitragsvorteil pro Jahr

Mit nur 15,3 % Gesamtbeitrag im Vergleich zum durchschnittlichen Beitragssatz aller Kassen von 15,7 %.

bis zu 570€



Sportmedizinische Untersuchung: Zuschuss von bis zu 120€

Sind Sie fit für Ihren Sport? Wir unterstützen Ihren Expertencheck.



Gesundheitskurse: Zuschuss von bis zu 180€

Bewegung, Entspannung, Ernährung oder Suchtprävention – Sie haben die Wahl.



Gesundheitswoche: Zuschuss 175€

Ihre gezielte Auszeit mit Nordic Walking, Yoga und vielem mehr.



Wahltarif Prämienzahlung – Geld zurück

Unser Bonus für Ihr Kostenbewusstsein.



Vorsorgepaket für die Familie

Starke Extras wie kostenlose Folsäureversorgung oder die spezielle Versorgung der Kinder über BKK Starke Kids.



Homöopathische Behandlung

Wir unterstützen Ihre Behandlung sowie die Auswahl an homöopathischen Mitteln.



Gesundheitstelefon inkl. Videoberatung

Schnelle und kompetente Beratung – und das rund um die Uhr.



Online-Center mit persönlicher Patientenquittung

Immer für Sie geöffnet: 24/7, 365 Tage im Jahr.



Wussten Sie schon, dass ...

... Sie ganz einfach online Mitglied werden können? Alle wichtigen Informationen sowie Ihr Beitrittsformular finden Sie auf unserer Website. **Jetzt schnell und einfach Mitglied werden:**

www.audibkk.de/mitglied-werden



Vier gewinnt.

Profitieren Sie doch am besten gleich doppelt – mit den starken Leistungen der Audi BKK. Bei uns tun Sie etwas für Ihre Gesundheit und bekommen dafür noch ein dickes Plus auf Ihr Konto. Denn unsere vier Top-Angebote zahlen nicht nur auf Ihre Gesundheit ein, sondern bringen Ihnen zusätzlich einen Vorteil von bis zu 570 Euro.

1. GesundheitExtra

Mit GesundheitExtra zahlen wir Ihnen für ausgewählte Leistungen pro Kalenderjahr **bis zu 200 Euro** zurück. Osteopathie, professionelle Zahnreinigung oder Nackenfaltenmessung – wichtige Behandlungen, die wir Ihnen gern bezuschussen. Das Programm steht Ihnen ab dem 1. Januar eines Kalenderjahres, frühestens jedoch zum Versicherungsbeginn, zur Verfügung.

www.audibkk.de/gesundheitsextra

Beispiel:	
GesundheitExtra	
Osteopathie	90 €
Professionelle Zahnreinigung	40 €
Hebammen-Rufbereitschaft	50 €
Arzneimittel Homöopathie	20 €
	200 €

2. Reiseschutzimpfung

Sicher reisen und dabei noch Geld sparen – mit unserem Reiseschutz. Wir übernehmen die Kosten Ihrer Reiseschutzimpfung inklusive ärztlicher Behandlung in einer Höhe von **bis zu 200 Euro** pro Kalenderjahr. Außerdem unterstützen wir Sie mit unserer kostenlosen reisemedizinischen Beratung. So gehen Sie sicher, dass Sie an alle Impfungen denken, die für Ihr Reiseziel erforderlich sind.

www.audibkk.de/reiseschutzimpfung

bis zu **200 €** pro Jahr

3. Bonusprogramm AktivFit

Wenn Sie Ihre Vorsorgeaktivitäten wie die Mitgliedschaft im Sportstudio, Zahnvorsorge oder Check-up in Ihrem Bonusheft bestätigen lassen, bekommen Sie und Ihre familienversicherten Angehörigen pro Kalenderjahr jeweils **bis zu 60 Euro** zurück. Fordern Sie Ihr Bonusheft gleich an und sammeln Sie los! Einfach downloaden unter

www.audibkk.de/bonusheft-anfordern

Beispiel:	
Bonusprogramm AktivFit	
(Erwachsene ab 35 Jahren)	
Zahnvorsorge	10 €
Check-up	10 €
Hautkrebsscreening	10 €
Kompletter Impfstatus	10 €
Mitgliedschaft im Fitness-Studio	10 €
Mitgliedschaft im Sportverein	10 €
	60 €

4. Beitragsvorteil

Mit einem Beitragssatz von 15,3 Prozent bieten wir Ihnen einen echten Preisvorteil. Zum Vergleich: Der durchschnittliche Beitragssatz aller Kassen liegt deutschlandweit aktuell bei 15,7 Prozent. Und: Unser Beitragssatz ist im sechsten Jahr in Folge stabil.

www.audibkk.de/beitragsvorteil

bis zu **110 €** pro Jahr



Auch diese beiden rechnen sich.

Wahltarif Prämienzahlung

Wenn Sie außer der Vorsorge grundsätzlich keine Leistungen in Anspruch genommen haben, ist eine Beitragsrückzahlung möglich. Die Höhe der Beitragsrückzahlung berechnet sich so: 1/24 des an uns im Kalenderjahr gezahlten Beitrages zur Krankenversicherung aus dem gesetzlichen Versicherungsbeitrag (aktuell 14,6 Prozent) sowie 1/12 des kassenindividuellen Zusatzbeitrages.

Entscheiden Sie sich für den Wahltarif, binden Sie sich mindestens ein Jahr an uns. Ohne Kündigung verlängert sich der Wahltarif automatisch um ein Jahr.

www.audibkk.de/prämienzahlung

Bitte beachten Sie: Nutzen Sie bereits unser Programm GesundheitExtra oder das AktivFit Bonusprogramm, können Sie keine zusätzliche Prämienzahlung über den Wahltarif erhalten.

Kostenerstattung

Mit dem Prinzip der Kostenerstattung können Sie sich von Ihrem Arzt wie ein Privatpatient behandeln lassen. Das bedeutet für Sie, dass Sie nicht mehr Ihre Versichertenkarte vorlegen. Wenn Sie sich für diesen Weg entscheiden und dies mit Ihrem Arzt besprechen möchten, geben Sie uns bitte Bescheid, bevor Sie diese Leistung in Anspruch nehmen. Sie können ganz individuell überlegen, ob Sie dieses Verfahren für alle oder nur für einzelne Leistungen anwenden möchten. Ihr ausgewählter Status gilt dann jeweils für ein Kalendervierteljahr. Gut zu wissen: Privatabrechnungen fallen im Allgemeinen höher aus. Wir dürfen Ihnen jedoch nur den Betrag erstatten, der bei Verwendung Ihrer Versichertenkarte angefallen wäre, abzüglich Verwaltungskosten und gesetzlicher Eigenanteile.

www.audibkk.de/kostenerstattung



Bleiben Sie gesund.

Gesundheit ist ein Geschenk. Um sie langfristig zu erhalten, müssen wir jedoch etwas tun. Doch das ist im Alltag manchmal gar nicht so leicht. Deshalb unterstützen wir Sie gern darin – mit unseren Angeboten zum Gesundbleiben.



Gesundheitskurse

Sich regelmäßig etwas Zeit für sich zu nehmen und auf das eigene Befinden zu achten: Mit einem Gesundheitskurs gelingt es oft leichter, diesem Wunsch tatsächlich nachzukommen. Wir bieten Ihnen daher aus den Bereichen Bewegung, Entspannung, Ernährung und Suchtprävention zahlreiche qualitätsgesicherte Kurse und Angebote in Sportvereinen, Volkshochschulen, Fitness-Studios und Gesundheitszentren. Wenn Sie regelmäßig teilnehmen (mind. an 80 Prozent der Kurstermine), erstatten wir Ihnen 95 Prozent der Kursgebühren (maximal 90 Euro pro Kurs) für bis zu zwei Kurse pro Kalenderjahr.

www.audibkk.de/gesundheitskurse

Gesundheitswoche

Wenn Ihr Alltag Sie stark fordert und Sie oft eingespannt sind, kann Ihnen eine gezielte Auszeit helfen. Sie unterstützt Sie dabei, verbrauchte Energiereserven wieder aufzufüllen und neue Kraft zu schöpfen. Die Audi BKK

Gesundheitswoche mit Rückenschule, Wirbelsäulen- oder Wassergymnastik, Nordic Walking oder Entspannungsübungen lässt Sie durchatmen und verbessert Ihr Wohlbefinden nachhaltig. Sie können unter bestimmten Voraussetzungen einmal im Jahr teilnehmen. Wir beteiligen uns an Ihrer Gesundheitswoche mit 175 Euro. Mehr Informationen dazu finden Sie unter

www.audibkk.de/gesundheitswoche

Übrigens: Sie können alternativ auch bis zu zwei Gesundheitskurse in Ihrer Nähe besuchen.

Sportmedizinische Untersuchung

Sport ist im Alltagstrubel ein wertvoller Ausgleich, körperlich wie seelisch. Doch ob Neuanfänger oder Wiedereinsteiger – Untrainierte sollten nicht einfach losstarten. Lassen Sie sich vorher sportmedizinisch untersuchen. So können Sie Ihre sportlichen Aktivitäten Ihrem individuellen Fitnesslevel anpassen. Wir unterstützen Ihren Sportcheck mit 60 Euro für die Basisuntersuchung und 120 Euro für die erweiterte Untersuchung.

www.audibkk.de/sportcheck

Hautkrebsvorsorge

Die Haut ist unser größtes Organ und reagiert empfindlich auf Umwelteinflüsse. Eine regelmäßige Untersuchung Ihrer Haut ist daher wichtig. Denn je früher man zum Beispiel Hautkrebs erkennt, desto höher sind die Heilungschancen. Alle zwei Jahre sollten Sie Ihre Haut von einem Hautarzt screenen lassen. Ab dem 35. Geburtstag übernehmen wir dafür gern die Kosten. Zudem haben wir regionale Verträge abgeschlossen und tragen die Kosten der Untersuchung oft schon vor dem 35. Geburtstag. Für weitere Informationen fragen Sie einfach in Ihrem Service-Center nach.

www.audibkk.de/krebsvorsorge

Gesundheitsberatung rund um die Uhr

Vieles muss heute schnell gehen im Gesundheitssystem. Für die Beantwortung Ihrer Fragen bleibt oft nur wenig Zeit – das ist bei uns anders. Wir hören

Ihnen zu: **Rufen Sie einfach unser Gesundheitstelefon an. Unter der gebührenfreien Nummer 0800 2834 255 erreichen Sie uns rund um die Uhr.**

Unser Expertenteam aus Ärzten und medizinischem Fachpersonal nimmt sich ausgiebig Zeit für Sie. Besprechen können Sie Themen wie Erkrankungen, Gesundheitsvorsorge und Ernährung – einschließlich Arzneimittel und alternativer Therapieverfahren. Sie erhalten aber auch Informationen zu stationären Behandlungen und reisemedizinischen Anliegen oder darüber, wie Sie sich gut auf Arztgespräche vorbereiten können. Vielleicht benötigen Sie aber auch Hilfe bei der Arztsuche oder bei der Wahl eines für Sie passenden Krankenhauses. Wir sind gern für Sie da. Sie können sich selbstverständlich auf unsere Vertraulichkeit, die ärztliche Schweigepflicht und den Datenschutz verlassen. Alternativ zum Gesundheitstelefon können Sie natürlich auch gern eine E-Mail schreiben an gesundheitstelefon@audibkk.de

Weitere Informationen finden Sie unter www.audibkk.de/gesundheitstelefon

Die Mitarbeiter vom Gesundheitstelefon der Audi BKK helfen Ihnen auch per **Videoberatung** weiter. So wird es noch persönlicher.

www.audibkk.de/videoberatung

Für die Familie.

BabyCare

Wie viel Schlaf brauche ich? Welche Lebensmittel tun mir besonders gut und welche sind absolut tabu? Mit dem BabyCare-Programm sorgen wir dafür, dass Sie Antworten erhalten und Ihre Schwangerschaft so gesund und sorglos wie möglich genießen können. Denn Sie erfahren nicht nur alles Wissenswerte über Schwangerschaftsrisiken, sondern profitieren auch von einer Analyse Ihrer persönlichen Lebensgewohnheiten, beispielsweise Ihrer Ernährung. So verringern wir gemeinsam rechtzeitig mögliche Risiken oder vermeiden sie im besten Fall ganz. Ihr BabyCare-Paket mit ausführlichem Handbuch können Sie bei einem Service-Center in Ihrer Nähe anfordern oder bequem per E-Mail bestellen: info@audibkk.de

Oder nutzen Sie einfach die BabyCare-App. So haben Sie Ihre Daten und Infos immer und überall dabei und profitieren zudem von vielen weiteren Tests. Sie können zum Beispiel jederzeit Ihre Medikamente, Vitamine und Mineralstoffe überprüfen. Außerdem stehen Ihnen Dokumentenfunktionen und Checklisten bereit.

Weitere Informationen zu BabyCare finden Sie unter www.audibkk.de/babycare

Hallo Baby

Frühgeburten zählen zu den besonderen Herausforderungen einer Schwangerschaft. Risikofaktoren, die zu einer Frühgeburt führen können, sind beispielsweise bakterielle Vaginose und die Infektion mit Toxoplasmose – sogenannte symptomlose Infektionen. Damit Ihr Baby sich ganz in Ruhe und ungestört entwickeln kann, unterstützen wir Sie und Ihr Kind mit Hallo Baby. Im Rahmen des Programms übernehmen wir die Kosten für Vorsorgeuntersuchungen zur Früherkennung symptomloser Infektionen, und dies über den gesetzlichen Standard hinaus. Mehr dazu erfahren Sie unter www.audibkk.de/hallobaby

Gut versorgt von Anfang an: kostenlose Folsäure

Sie haben erfahren, dass Sie schwanger sind? Bestellen Sie am besten gleich Ihr kostenloses Folsäurepaket unter info@audibkk.de oder direkt über das Online-Center. Dieses besondere Vitamin hilft Ihrem Körper dabei, Folsäuremangel und Neuralrohrdefekte zu vermeiden.



Kinderheldin

Eine gute Hebamme ist in einer Schwangerschaft Gold wert. Sie hat ein offenes Ohr für all Ihre Fragen und steht Ihnen mit Fachwissen, Ratschlägen und Tipps zur Seite. Mit Kinderheldin, unserer kostenlosen digitalen Hebammenberatung, unterstützen wir Sie während der Schwangerschaft, nach der Geburt sowie im ersten Lebensjahr Ihres Kindes. Ob per Chat, Telefon oder Videocall – Sie können sich immer dann mit einer Hebamme in Verbindung setzen, wenn es gerade erforderlich ist.

Alle Hebammen der Kinderheldin GmbH verfügen über eine staatlich anerkannte Ausbildung und Berufserfahrung. Außerdem verstärkt ein Beirat aus Ärzten und Psychologen das Team. Der persönliche Kontakt zu einer Geburtshelferin, einem Entbindungshelfer oder den Ärzten kann und soll durch Kinderheldin nicht ersetzt werden. Die digitale Beratung kann jedoch die bereits bestehende Versorgung ganz mühelos und einfach ergänzen. Fordern Sie einfach unter info@audibkk.de Ihren Gutscheincode bei uns an. Diesen geben Sie anschließend auf www.kinderheldin.de/bkk ein und los geht's.

Kinderwunsch

Die Audi BKK unterstützt Sie bei der Erfüllung Ihres Kinderwunsches. Die genauen Details erfragen Sie bitte in Ihrem Service-Center. www.audibkk.de/kontakt



Ihr besonderes Extra

Ihnen und uns ist es wichtig, dass Sie in Ihrer Schwangerschaft umfassend versorgt sind. Nutzen Sie daher GesundheitExtra – unser Angebot, über das Sie weitere Leistungen anteilig abrechnen können.

Dazu gehören beispielsweise:

- › Nackenfaltenmessung
- › Toxoplasmosestest
- › zusätzliche Ultraschalluntersuchungen
- › Hebammenrufbereitschaft

Mehr zu GesundheitExtra gibt es auf
www.audibkk.de/gesundheitextra



Amblyopie bei Kindern – Therapie gegen Sehschwäche

Das Auge ist das wichtigste Sinnesorgan. Gerade Kinder sind auf ihre „Fenster zur Welt“ angewiesen. Denn das Sehen ist die Basis zum Erlernen weiterer Fähigkeiten. Umso wichtiger ist es, die Augengesundheit der Kleinen im Blick zu behalten und Schwächen früh zu behandeln – wie die Amblyopie. Es handelt sich um eine funktionelle Sehschwäche, die entsteht, wenn die Augen dem Gehirn zwei ungleich scharfe Bilder liefern. Die Folge: Das Gehirn konzentriert sich auf das starke Auge und vernachlässigt das schwächere. Mit dem Therapieprogramm „Spielend besser sehen!“ unterstützen wir Sie und Ihr Kind darin, einer Amblyopie gezielt entgegenzuwirken. Auf spielerische Art trainiert Ihr Kind sein Sehzentrum und verbessert seine Sehfähigkeit – bequem zuhause am PC. Informationen dazu und eine Liste der teilnehmenden Ärzte erhalten Sie unter www.audibkk.de/spielendbessersehen

Für kurze Wege: Telemedizin

Spezialisierte Kinder- und Jugendfachärzte sind häufig nur in medizinischen Zentren und Großstädten zu finden. Ein Besuch ist oft mit erheblichen Wartezeiten und langen Anfahrtswegen verbunden. Daher bieten wir Ihnen und Ihrem Kind bei chronischen oder seltenen Erkrankungen das telemedizinische Expertennetzwerk „PädExpert®“ an. Mit diesem neuartigen bundesweiten Konsiliarsystem kann sich Ihr ambulant tätiger Kinder- oder Jugendarzt bei Fachärzten telemedizinisch Expertise zu verschiedenen Krankheitsbildern einholen. So findet die Behandlung weiter in Ihrer vertrauten Kinderarztpraxis statt und die aufwendige Anreise zum Spezialisten entfällt. Eine erste Einschätzung erfolgt meist innerhalb eines Tages, nach durchschnittlich acht Tagen liegt eine gesicherte Diagnose vor.

Zusätzlich zum Expertennetzwerk sind ein appbasiertes Langzeitmonitoring sowie eine Videosprechstunde mit dem behandelnden Arzt möglich. Per Smartphone lassen sich in Langzeit-Tagebüchern festgehaltene Gesundheitsdaten der kleinen Patienten analysieren. Per App ist es den Kinder- und Jugendärzten möglich, den Behandlungsverlauf zu verfolgen, und sie können gegebenenfalls notwendige weitere Schritte einleiten. Diese Angebote unterstützen gezielt die wohnortnahe, ambulante kinder- und jugendmedizinische Versorgung bei bestimmten Krankheiten wie Rheuma, Asthma, Kopf- und Bauchschmerzen sowie bei Schreikindern.

Weitere Informationen finden Sie unter www.audibkk.de/starkekids

Bausteine des Lebens: Stammzellen können heilen

Stammzellen aus dem Nabelschnurblut eröffnen Ihrem Kind neue Behandlungsmöglichkeiten und erhöhen seine Heilungschancen für viele Krankheiten. Daher unterstützen wir die Einlagerung der Stammzellen mit einem Preisvorteil von 200 Euro. Auf www.vita34.de finden Sie nähere Informationen.



Früh übt sich – BKK Starke Kids



Schritt für Schritt entwickelt sich Ihr Kind und entdeckt die Welt. Falls einmal etwas in seiner Entwicklung nicht stimmen sollte, helfen wir Ihnen weiter. Denn was früh erkannt wird, kann erfolgreicher therapiert werden. Gerade in den

Bereichen Sprache, Motorik und Sehen benötigt bis zu ein Drittel aller Kinder in Deutschland besondere Unterstützung. Das Programm BKK Starke Kids dient dabei als eine Art Frühwarnsystem: Wir bieten Ihnen darin spezialisierte Untersuchungen und Testverfahren, sodass mögliche Fehlentwicklungen frühzeitig erkannt werden können. Und wir hören und sehen genau hin: Ein weiterer wertvoller Baustein ist die Verbesserung der Kommunikation zwischen Erziehern, Arzt und Eltern. Denn ein enger Austausch zwischen allen ist für die sensible Beobachtung Ihres Kindes sehr wichtig.

www.audibkk.de/starkekids

Ihr Audi BKK Service

Weitere Informationen für angehende Eltern finden Sie in der Broschüre „Eltern werden – alles, was Sie wissen müssen!“, auf unserer Website unter

www.audibkk.de/schwangerschaft sowie in den Audi BKK Service-Centern. Bestellen Sie die Broschüre einfach kostenlos per E-Mail an info@audibkk.de oder laden Sie sie auf der Website herunter:

www.audibkk.de/broschüren

Werden Sie gesund.

Es gibt Zeiten, in denen laufen die Dinge nicht wie geplant. In denen kommt uns unser Körper dazwischen und zwingt uns, das Tempo zu drosseln. Damit Sie schnell wieder auf die Beine kommen, halten wir für Sie Angebote bereit, die Ihre Genesung auf breiter Ebene unterstützen.

Terminservicestellen zur bundesweiten Versorgung

Sie sollen bestmöglich versorgt sein – und dies rund um die Uhr. Dafür sorgen Terminservicestellen, die Termine bundesweit bei Haus-, Kinder- und Jugendärzten sowie bei Fachärzten in zumutbarer Entfernung innerhalb einer Woche koordinieren. Eine psychotherapeutische Akutbehandlung sichern die Servicestellen innerhalb von zwei Wochen. Außerdem vermitteln sie Termine für ein Erstgespräch (psychotherapeutische Sprechstunde) sowie Therapiesitzungen.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Der ärztliche Bereitschaftsdienst steht Ihnen zur Verfügung, wenn Ihr Arzt geschlossen hat. Der Notdienst ist außerhalb der Sprechzeiten von Montag bis Freitag, in der Nacht, an Wochenenden und Feiertagen in ganz Deutschland erreichbar.



Für all diese Anliegen brauchen Sie lediglich eine Telefonnummer: 116 117 (kostenlos).

Arzt-Preisvergleich

Wie teuer sind Zahnprothesen? Oder andere zuzahlungspflichtige Leistungen? Fragen, die viele Menschen ratlos machen. Aber dafür haben Sie ja uns: Unser Partnerportal www.medikompass.de bietet Ihnen einen realen Preis-Leistungs-Check und findet für Sie beispielsweise den Zahnarzt in Ihrer Nähe mit einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Im Bereich Zahnersatz können Sie zum Beispiel durchschnittlich bis zu 30 Prozent sparen. Falls Sie sich lieber privat behandeln lassen möchten: gar kein Problem. Das Portal findet für Sie bis zu fünf kostengünstige Anbieter.

Zweitmeinung bei Krebs

Die Diagnose Krebs ist für viele Menschen zunächst ein Schock. Eine zweite Arztmeinung ist bei Entscheidungen von großem Wert: Sie kann bestätigen oder auch neue Wege aufzeigen. Holen Sie sich bei einer gesicherten Krebsdiagnose die Meinung eines Expertengremiums ein. Über das Online-Portal www.krebszweitmeinung.de erhalten Sie schnell, unkompliziert und kostenfrei die fachlich fundierte Zweitmeinung von renommierten Spezialisten. Oder rufen Sie unseren Kooperationspartner an: Die Health Management Online AG berät Sie gern. **Tel. 089 231414747 (zum Ortstarif).**



Zweitmeinung Orthopädie **Ärzte- und Klinikfinder**

Auch bei schwerwiegenden Operationen geben Zweitmeinungsverfahren Sicherheit. Denn ob eine Operation wirklich notwendig ist oder es mögliche Alternativen gibt, kann man als Patient selbst meist nicht einschätzen. Wir bieten Ihnen für Rücken-, Schulter-, Knie- oder Hüftoperationen eine kostenlose Zweitmeinung durch renommierte Fachärzte an.

Diese können Sie sich online über www.audibkk.de/zweitmeinungorthopaedie oder auch schriftlich einholen. **Lassen Sie sich dazu gern telefonisch beraten: montags bis freitags zwischen 9 und 18 Uhr unter 030 3055570530 (zum Ortstarif).**

Ob es das passende Krankenhaus ist, der richtige Hausarzt oder ein geeigneter Pflegedienst: Bei schwierigen Entscheidungen sind wir für Sie da. Unser GesundheitsFinder hilft Ihnen bei der Suche und liefert Ihnen schnell und einfach mit wenigen Mausklicks die Unterstützung, die Sie brauchen. Er versorgt Sie mit Basisinformationen wie Anschriften der Krankenhäuser, Praxen und Pflegeeinrichtungen und liefert Ihnen zudem wichtige Details zu Spezialisierung oder Ausstattung.

www.audibkk.de/anbieter-suchen





Homöopathie

Immer mehr Menschen vertrauen der sanften Kraft der Naturheilkunde als alternative Behandlungsform. Die Homöopathie beispielsweise, die mit körpereigenen Selbstheilungskräften arbeitet, wird zunehmend als Ergänzung zur Schulmedizin oder auch als eigenständige Disziplin geschätzt. Wir bieten Ihnen diese natürliche Behandlungsmethode bei speziell ausgebildeten Ärzten an, die ein Diplom des Deutschen Zentralvereins homöopathischer Ärzte (DZVhÄ) erworben haben. Zur Versorgung zählen die Erst- und Folgeanamnese und homöopathische Analysen sowie die Auswahl von homöopathischen Mitteln. Sie haben außerdem die Möglichkeit, weitere Kosten über GesundheitExtra abzurechnen. Eine Liste der teilnehmenden Ärzte finden Sie auf www.audibkk.de/homoeopathie

Strukturierte Behandlungsprogramme (DMP)

Wenn Sie an einer der folgenden Krankheiten erkrankt sind, können Sie an den sogenannten strukturierten Behandlungsprogrammen BKK MedPlus teilnehmen: Diabetes mellitus Typ I und II, Brustkrebs, koronare Herzkrankheit, Asthma und chronisch obstruktive Lungenerkrankung. Die Programme zielen darauf ab, die Qualität der medizinischen Versorgung chronisch kranker Menschen zu verbessern.

Sie schaffen die Basis für das Zusammenspiel aller wichtigen Behandler. Die Patienten werden nach den neuesten medizinischen Erkenntnissen behandelt. Keine wichtige Untersuchung wird mehr versäumt und die Behandlung wird optimal und individuell auf jeden Einzelnen abgestimmt. Ein positiver Nebeneffekt: die Steigerung von Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit.

www.audibkk.de/DMP

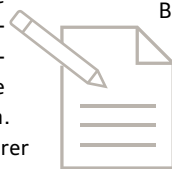
Hausarztvertrag

Eine vielseitige Versorgung bringt oft eine Reihe von unterschiedlichen Ansprechpartnern mit sich. Um Ihnen Stress zu ersparen und eine bestmögliche Behandlung zu sichern, gibt es bei uns die „hausarztzentrierte Versorgung“. Dies bedeutet, dass Ihr Hausarzt

Ihre erste Anlaufstelle ist und sämtliche Behandlungsschritte koordiniert. Durch diese Lotsenfunktion können Mehrfachuntersuchungen und -behandlungen, Wechselwirkungen von Arzneimitteln sowie unnötige Krankenhauseinweisungen vermieden werden.

Weitere Informationen erhalten Sie im Service-Center in Ihrer Nähe sowie auf unserer Website unter

www.audibkk.de/hausarztvertrag



Psychotherapie online

Beruf und Privatleben stellen uns immer wieder vor große Herausforderungen, die wir mitunter nicht mehr allein bewältigen können. Wenn Sie dann Hilfe für Ihre Psyche brauchen, sollte es schnell gehen. Mit dem Online-Therapieangebot MindDoc bieten wir Ihnen eine flexible und innovative Methode der Psychotherapie. Regelmäßig per Videochat von zu Hause aus oder von unterwegs. Die Vorteile: Keine Anfahrt, kein Wartezimmer und die übliche lange Wartezeit auf eine Therapie lässt sich ebenfalls deutlich verkürzen. Weitere Informationen sowie die Voraussetzungen zur Teilnahme finden Sie unter

www.audibkk.de/psychotherapieonline

Versorgungsverträge – für einen reibungslosen Ablauf

Unsere Versorgungsverträge ermöglichen es uns, flexibel auf besondere Erfordernisse einzelner Krankheiten einzugehen. Als Patient profitieren Sie daher von einer reibungslosen Abstimmung: Die Beratung, Diagnostik, Operation sowie stationäre oder ambulante Rehabilitation oder Nachsorge werden individuell auf Sie als Patient zugeschnitten. So ersparen wir Ihnen Doppeluntersuchungen wie zu häufiges Röntgen, aber auch zu lange Wartezeiten zwischen den einzelnen Behandlungen. Die Prozesse werden so abgestimmt, dass sich der Organisationsaufwand der Behandlungsschritte für Sie deutlich reduziert.

Gendiagnostik bei erblichem Brust- und Eierstockkrebs

Brustkrebs ist deutschlandweit die häufigste Krebserkrankung von Frauen. In manchen Fällen ist die Erkrankung genetisch, also erblich bedingt. Auch das Risiko, an Eierstockkrebs zu erkranken, kann über dieses Gen vererbt werden. Eine Genanalyse kann hier Licht ins Dunkel bringen: Sie kann klären, ob die Erkrankung genetisch bedingt ist, sowie Aufschluss über Ihr individuelles Erkrankungsrisiko geben. Ist in Ihrer Familie bereits Brust- und/oder Eierstockkrebs aufgetreten, bieten Ihnen die bundesweiten Diagnostikzentren Hilfe an zur Risikofeststellung und interdisziplinären Beratung, Gendiagnostik und zu Früherkennungsmaßnahmen.

Beispiele für regionale Versorgungsverträge:

- > patientenfreundliche Behandlung bei psychischen Erkrankungen
- > ambulante Operationen, um schneller wieder zu Hause in der gewohnten Umgebung zu sein
- > das Behandlungsprogramm CorBene zur Steigerung der Herzgesundheit

Gut zu wissen:

Unsere Versorgungspartner bieten örtlich unterschiedlich viele Angebote an. Daher kann die Art der Versorgungsverträge regional abweichen. Gern beraten unsere Kollegen Sie persönlich.

Weitere Informationen finden Sie unter

www.audibkk.de/versorgungsvertraege

MammaCare

Für die Entdeckung von Brustkrebs ist das selbstständige Abtasten der Brust von zentraler Bedeutung. Etwa 80 Prozent der Fälle werden durch eine solche Selbstuntersuchung erkannt. Die MammaCare-Methode ist eine von amerikanischen Verhaltensforschern entwickelte Anleitung zur Brustselbstuntersuchung. Mithilfe eines Silikonmodells lernen Sie, normale und krankhafte Veränderungen in der Brust zu ertasten und voneinander zu unterscheiden. Wir unterstützen Ihre Teilnahme an einem MammaCare-Kurs mit 35 Euro.

www.audibkk.de/mammacare

Haushaltshilfe

Wenn Sie Hilfe benötigen, sind wir da. Deshalb ermöglichen wir

Ihnen eine Haushaltshilfe dann, wenn Sie sie brauchen:

ab dem ersten Tag der medizinisch nachgewiesenen Notwendigkeit. Selbst wenn kein Kind unter 14 Jahren in Ihrem Haushalt lebt, können wir Ihnen im Einzelfall eine Haushaltshilfe anbieten.

www.audibkk.de/haushaltshilfe

Zusatzversicherungen

Es gibt Situationen im Leben, in denen Sie vielleicht Ihren umfassenden Versicherungsschutz ergänzen möchten – ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen. Die Audi BKK kooperiert im Bereich der privaten Zusatzversicherungen seit langem vertrauensvoll und erfolgreich mit der Audi Bank. Die Beratung und Vermittlung erfolgt hierbei durch die Audi Bank.

Welcher Zusatz darf's denn sein?

- › Auslandsreise-Krankenversicherung
- › Zahn-Zusatzversicherung
- › Zahn-Schutzbrief für Kinder
- › Krankenhaus-Zusatzversicherung
- › Brillen-Zusatzversicherung

Erfahren Sie mehr unter

www.audibkk.de/zusatzversicherungen



Nur **einen Klick** entfernt.

Unsere Leistungen und Services sollen in erster Linie Ihre Gesundheit fördern. Darüber hinaus ist uns wichtig, dass sie sich leicht in Ihr Leben integrieren lassen und Sie sie unkompliziert nutzen können. Deshalb erweitern wir stetig unsere digitalen Angebote. Diese stehen Ihnen mit einem Klick zur Verfügung und passen sich flexibel Ihrem Leben an.



Vivy-App – Ihre digitale Gesundheitsakte

Mit der Vivy-App haben Sie Ihre persönliche digitale Patientenakte immer zur Hand. Die App bündelt und verwaltet wichtige Dokumente und Daten wie Befunde, Blutwerte, Röntgenbilder oder Ihre Notfalldaten auf Ihrem Smartphone. So stehen sie nicht nur Ihnen zur Verfügung, sondern auch Ihren behandelnden Ärzten. Denn Sie können Ihre Daten beispielsweise mit Ärzten teilen.

Weitere Funktionen

- › **Digitaler Impfpass:** Auflistung aller erfolgten Impfungen und Erinnerungsfunktion für anstehende Impftermine.
- › **Persönlicher Medikationsplan:** Sie vergessen keine Einnahme und werden auf mögliche Wechselwirkungen aufmerksam gemacht.
- › **Integrierte Arztsuche:** schnell und einfach neue Ärzte finden oder Kontakt zu Ihrem eigenen Arzt aufnehmen
- › **Terminreminder:** Vivy erinnert Sie an Arzttermine und Vorsorgeuntersuchungen.



Mehr zur Vivy-App gibt es auf www.audibkk.de/vivy

Online-Center

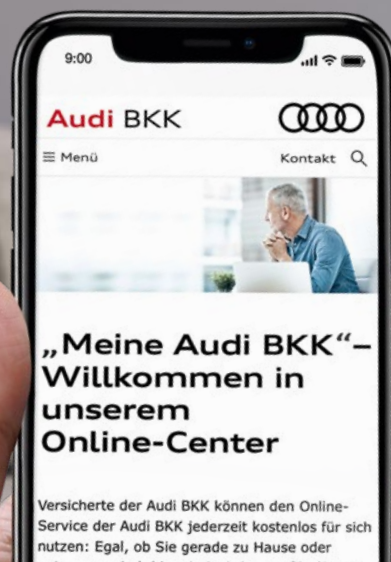
Der Alltag ist schon voller Termine, da sollten Sie nicht auch noch auf Öffnungszeiten achten müssen. Erledigen Sie Ihre To-dos, wann immer und wo immer Sie möchten. Ob Sie eine Krankmeldung einreichen, einen Auslandskrankenschein beantragen, Ihre persönlichen Daten ändern oder schnell ein paar Dokumente downloaden wollen: Unser Online-Center bietet Ihnen schnelle Services und Informationen – und das rund um die Uhr.

- › Mitgliedsbescheinigungen anfordern
- › Folsäure bestellen
- › Immatrikulationsbescheinigung online einreichen
- › Sozialversicherungsausweis anfordern
- › Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats
- › Bestellung einer neuen elektronischen Gesundheitskarte
- › Ausstellen von Auslandskrankenscheinen
- › Patientenquittung nach Identifikation und Freigabe von unserer Seite

Elektronische Patientenquittung – was war das noch mal?

- › Sie erhalten einen Überblick über alle Leistungen und Kosten, die von Ihren Ärzten abgerechnet wurden (Patientenquittung).
- › Ein Medizinforum bietet Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch.

Hier geht's zum Online-Center: www.audibkk.de/online-center



Ernährungscoach

Eine gesunde Ernährung besteht aus vielen Bausteinen. Der Ernährungscoach macht Ihnen den Weg zu einem gesunden Ernährungsalltag leicht und unterstützt Sie beim Erreichen Ihrer persönlichen Ziele – mit Ernährungsanalyse, Kaloriencheck, leckeren Rezepttipps, wertvollen Hintergrundinformationen und Newslettern rund um das Thema Ernährung. Erfahren Sie mehr unter www.audibkk.e-coaches.de/ernaehrung

Laufcoach



Auf welchem Level Sie auch laufen – der digitale Laufcoach begleitet Sie auf dem Weg zu Ihrem persönlichen Ziel. Mit wertvollen Einsteigertipps, Infos zur richtigen Ausrüstung, Ihrem individuellen Trainingsplan, Selbst-Check, Expertenrat oder Tipps zur gesunden Ernährung. Starten Sie jetzt:

www.audibkk.e-coaches.de/laufen

Online-Magazin

Immer als Erster informiert: Mit unserem umweltschonenden Online-Magazin erhalten Sie unter www.audibkk.de/gesundheits jeden Monat digitale Features und aktuelle News, Trends und Hintergrundinfos rund um die Themen Gesundheit, Fitness und Lifestyle. Melden Sie sich einfach an unter www.audibkk.de/ich-lese-online

Werden Sie Teil der Audi BKK Community

Folgen Sie uns auf Facebook, Instagram und Youtube und erfahren Sie mehr zu Bewegung, Ernährung und Gesundheit. Ganz einfach unter [@audibkk.de](https://www.facebook.com/audibkk.de)





Unsere Pflegeberatung.

Planvolle Vorsorge und Beratung

Natürlich sind wir in dieser schwierigen Zeit persönlich für Sie da. Sprechen Sie gern zunächst am Telefon mit qualifizierten Pflegeberatern. Sie informieren Sie zu Hilfsangeboten und Sozialleistungen, die speziell ausgerichtet sind auf Menschen mit Pflege-, Betreuungs- und Versorgungsbedarf. Der Pflegeberater erstellt Ihnen auch gern einen individuellen Versorgungsplan. Manchmal reicht jedoch eine telefonische Pflegeberatung nicht aus, um die persönliche Situation zu analysieren und effektiv zu helfen. Das verstehen wir gut. Daher bieten wir alternativ auch gern einen Hausbesuch an. Der Pflegeberater macht sich ein Bild und kann anschließend auch eine Anleitung für pflegende Angehörige erstellen. Zusätzlich zum persönlichen Gespräch geben Ihnen unsere Online-Angebote Rat und Orientierung.

Pflegeportal – konkrete Unterstützung durch Online-Kurse

Wir lassen Sie in Ihrer schwierigen Situation nicht allein. Denn auch Sie als Angehöriger oder Freund benötigen Hilfe bei dem großen Thema Pflege. Umfassende Informationen und Antworten auf viele Ihrer Fragen finden Sie daher auch auf unserem Pflegeportal. Dort erfahren Sie zudem, welche unterstützenden Angebote Ihnen zustehen und welche kostenlosen Online-Pflegekurse wir anbieten. www.audibkk-pflegeportal.de

Pflegefinder – Hilfe für Versicherte

Welches Pflegeangebot hilft mir persönlich weiter? Es ist gar nicht so leicht, sich bei der riesigen Auswahl einen Überblick zu verschaffen. Die bundesweite Pflegedatenbank kann Sie hier einen großen Schritt weiterbringen, denn Sie erhalten eine kompakte Übersicht über Ihre Möglichkeiten und können das für Sie passende Angebot finden. Pflegeheim, ambulanter Pflegedienst, spezielle Betreuungsangebote für Demenzkranke und Behinderte oder ein Hospiz – die Datenbank liefert Ihnen eine Übersicht über 35.000 Leistungsangebote.

www.audibkk.de/pflege



Ihr Audi BKK Service

Nähere Informationen zu Pflegeberatung und Pflegedatenbank erhalten Sie unter den Servicenummern 07132 9994-500 oder 089 15880-507 sowie im Internet unter www.audibkk.de/pflege. Oder bestellen Sie unsere Broschüre! Ganz einfach per Mail an info@audibkk.de

Ihr Service bei uns

Persönlich für Sie

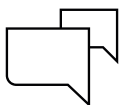
- › Persönliche oder telefonische Beratung an zahlreichen Standorten in Deutschland
- › Rückrufservice innerhalb von 60 Minuten
- › Persönliche Terminvereinbarungen sind auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.

Wir fragen nach

- › Unser Service wird in regelmäßigen Kundenbefragungen auf den Prüfstand gestellt.
- › Ihr Feedback ist uns wichtig: Teilen Sie uns Ihre Wünsche, Anregungen und Verbesserungsvorschläge unter LobundKritik@audibkk.de mit.

Gut zu wissen

- › Unser Kundenmagazin informiert Sie dreimal jährlich über spannende gesundheitsrelevante Themen, unser umweltschonendes Online-Magazin sogar jeden Monat. www.audibkk.de/gesundheit
- › Versicherten-Newsletter informieren über aktuelle politische Entwicklungen und Gesundheitsthemen. Einfach anmelden unter www.audibkk.de/newsletter-versicherte/anmeldung
- › Wir erinnern Sie automatisch postalisch an wichtige Vorsorgeuntersuchungen.



Sie haben noch weitere Fragen?

Sehr gern. Denn Zuhören ist unsere stärkste Leistung. Rufen Sie uns einfach an unter **0841 887-887** (Ortstarif). Oder schauen Sie direkt im Service-Center in Ihrer Nähe vorbei. www.audibkk.de/kontakt



Zentrale Postanschrift:

Audi BKK
Postfach 1001 60
85001 Ingolstadt
info@audibkk.de

Stand: Januar 2020

* Alle Ausführungen stellen Kurzfassungen dar. Rechtsverbindlich sind ausschließlich Gesetz und Satzung der Audi BKK (www.audibkk.de/ueber-uns/satzung). Diese Angaben gelten für den gesamten Inhalt der Broschüre.

Bildnachweis:

Titel: gettyimages.com/Westend61; Seite 4-5: istockphoto.com/shapecharge; Seite 6-7: istockphoto.com/alvarez; Seite 8-9: istockphoto.com/Stigur Már Karlsson/Heimsmyndir; Seite 10-11: istockphoto.com/mediaphotos; Seite 12-13: istockphoto.com/monkeybusinessimages; Seite 14: istockphoto.com/AJ_Watt; Seite 16: move elevator GmbH/Fotograf Mert Dürümoğlu; Seite 17: iPhone: <https://textycafe.com>, istockphoto.com/onurdongel; Seite 18: istockphoto.com/PeopleImages; Seite 19: move elevator GmbH/Fotograf Mert Dürümoğlu.