

# ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte

AOK  
Die Gesundheitskasse.

01/01/2012

Empfehlen  
Sie uns!

## News!

**PC-WELT hat die AOK-App Gehaltsrechner mit 1,0 bewertet.** Die sehr gute Note resultiert aus den Faktoren Benutzerfreundlichkeit, Sicherheit, Design und Funktionalität, die als hervorragend eingestuft wurden.

Hier geht's zum Ergebnis >>

■ **Guter Vorsatz für 2012:** Mehr Bewegung. Wie das klappt, weiß die AOK

auf Seite 3 >>

■ **Truck-Stop:** Holen Sie sich den 25-Meter-AOK-Truck in Ihren Betrieb

weiter auf Seite 4 >>

■ **Gewinnspiel** auf der letzten Seite >>

OHNE  
ZUSATZ-  
BEITRAG

# Neue Grenzwerte

Anfang 2012 ändern sich wieder die Grenzwerte. Wichtigster Punkt: Der Beitrag zur Rentenversicherung sinkt von 19,9 auf 19,6 Prozent. Dies entlastet den Durchschnittsverdiener um 60 Euro pro Jahr. >>

### Unterm Strich...

...gewinnen „Normalverdiener“ durch die Beitragssenkung in der Rentenversicherung rund 5 Euro pro Monat. Gutverdiener leisten hingegen einen zusätzlichen Solidaritäts-Beitrag: Die Bemessungsgrenzen für die Kranken-, Arbeitslosen- und Pflegeversicherung steigen (ebenso wie die für die Rentenversicherung). Wer also 5600 Euro und mehr im Monat verdient, zahlt 309 Euro mehr im Jahr. Anders bei den Beträgen der Zuzahlungen: Hier bleibt alles beim Alten.

Dennoch geht das Institut für Weltwirtschaft davon aus, dass zahlreiche Bürger in 2012 unterm Strich eher be- als entlastet werden: Die sogenannte „kalte Steuerprogression“ frisst von Einkommenserhöhungen überproportional viel weg. Dieses Problem will die Bundesregierung erst im Jahr 2013 durch Anhebung von Grundfreibeträgen lösen.

### Nebenstehend die wichtigsten Werte

Noch mehr unter >> <http://www.aok-business.de/tools-service/beitraege-und-rechengroessen/>

Beitragsbemessungsgrenze Kranken- und Pflegeversicherung	3.825,00 Euro	monatlich	↑
Versicherungspflichtgrenze Kranken- und Pflegeversicherung	50.850,00 Euro	jährlich	↑
Beitragsbemessungsgrenze Renten- und Arbeitslosenversicherung	5.600,00 Euro	monatl., alte Bundesl.	↑
	4.800,00 Euro	monatl., neue Bundesl.	→
<b>Bundeseinheitliche Beitragssätze</b>			
allgemeiner Beitragssatz gesetzliche Krankenversicherung	15,5%	davon 8,2% Versicherter	
		7,3% Arbeitgeber	→
Beitragssatz gesetzliche Pflegeversicherung	1,95%		→
Beitragssatz gesetzliche Pflegeversicherung Kinderlose (23–65 Jahre)	2,2%		→
Beitragssatz allgemeine Rentenversicherung	19,6%		↓
Beitragssatz Arbeitslosenversicherung	3,0%		→
Praxisgebühr für ärztliche/zahnärztliche Behandlung	10 Euro/Quartal (Ausnahme z. B. bei Überweisung)		→
Zuzahlung für Arzneimittel	10% pro Medikament, mind. 5, max. 10 Euro		→
Zuzahlung für Heilmittel (z. B. Ergotherapie oder Logopädie)	10% der Kosten plus 10 Euro je Verordnung		→
Zuzahlung für Hilfsmittel	10% vom Abgabepreis, mind. 5, max. 10 Euro		→
Zuzahlung für zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel (z. B. Windeln)	10% der Kosten, max. 10 Euro pro Monat		→
Zuzahlung für häusliche Krankenpflege	10% der Kosten plus 10 Euro je Verordnung		→
Zuzahlung zu genehmigten Fahrkosten	10% der Kosten, mind. 5, max. 10 Euro		→
Zuzahlung für Haushaltshilfe	10% der täglichen Kosten, mind. 5, max. 10 Euro		→
Zuzahlung für Krankenhausbehandlung und Anschlussrehabilitation	10 Euro pro Tag für max. 28 Tage		→
Medizinische Reha- und Vorsorgemaßnahmen	10 Euro pro Tag		→

# Nicht nur wollen - *machen!*

**Zum Jahresende haben gute Vorsätze Hochsaison. Für die erfolgreiche Umsetzung gibt es AOK-Programme.**

„Mehr Bewegung“ steht jedes Jahr ganz oben auf der Liste. 52 Prozent der Deutschen nahmen sich Ende 2010 vor, sich mehr zu bewegen. Ende 2009 waren es 50 Prozent. Ende 2008 hatten 54 Prozent der Bundesbürger diesen Vorsatz.

Dass jedes Jahr die gleichen guten Wün-

sche auftauchen heißt wohl, dass sie nicht umgesetzt werden — sonst wären sie nicht immer wieder nötig. Doch meist reicht die Halbwertszeit der sportlichen Vorsätze kaum bis in den Februar. Warum eigentlich? Wo doch jeder weiß, dass Bewegung guttut, weil sie Gesundheit und inneres Gleichgewicht stärkt.

### **Der Mensch ist ein Gewohnheitstier**

„Eine schlechte Angewohnheit kann man nicht aus dem Fenster werfen“, wusste Mark Twain bereits vor 150 Jahren. „Man muss sie Stufe für Stufe die Treppe hinuntertragen.“

Deswegen sollten Sie Ihr Vorhaben so rasch und so gründlich wie möglich in den Alltag einbinden. Es sollte so selbstverständlich werden wie das tägliche Zähneputzen. Denn es ist viel einfacher, jeden Morgen 20 Minuten Gymnastik zu machen, als sich jedes Mal neu zu fragen: „Tue ich's oder tue ich's nicht?“.

Formulieren Sie Ihren Vorsatz möglichst genau. „Ich will mich mehr bewegen“ ist

nicht konkret genug. Jeden Mittwoch und jeden Samstag 30 Minuten joggen, im Büro nur noch Treppe statt Fahrstuhl, jeden Freitag in den Sportverein — je präziser der Plan, desto höher die Erfolgchance.

### **Belohnen Sie sich**

Versäumen Sie auch nicht, sich zu belohnen, wenn Sie eine Weile durchgehalten haben — allerdings nicht durch Essen. Kaufen Sie sich lieber eine schöne CD, gehen Sie ins Kino oder gönnen Sie sich ein neues Kleidungsstück.

Wenn Sie das beherzigen, werden Sie über die 50 Prozent, die sich auch nächstes Jahr wieder „mehr Bewegung“ vornehmen, wohlwollend lächeln können. Sie werden nicht mehr dazugehören — weil Sie es schon tun.

### **Mehr Bewegung. Testen Sie „Laufend in Form“ auf der AOK-Homepage.**



## BAG

**Arbeitgeber müssen das Kündigungsschreiben an einen minderjährigen Auszubildenden auch an die Eltern** als dessen gesetzliche Vertreter schicken. Es reicht dabei aus, wenn die Kündigung rechtzeitig in den Hausbriefkasten eingeworfen worden ist, urteilte das Bundesarbeitsgericht am 8. Dezember 2011 in Erfurt. Im konkreten Fall hatte ein 17-jähriger eine Ausbildung als Fachkraft für Lagerlogistik begonnen. Der Ausbildungsvertrag wurde von seinen Eltern abgeschlossen. Am letzten Tag der dreimonatigen Probezeit wurde dem Azubi gekündigt. Das Kündigungsschreiben richtete sich an den Azubi und seine Eltern als gesetzliche Vertreter. Es wurde noch am selben Tag per Boten in den Hausbriefkasten der Eltern eingeworfen. Diese waren allerdings verreist und erfuhren erst einige Tage später von der Kündigung. Sie hielten die Kündigung für unwirksam, da diese sie erst nach Ende der Probezeit erreicht hat. Dem widersprach das Bundesarbeitsgericht.

Az.: 6 AZR 354/10

### TRUCK-STOP

Mit der AOK können Sie jetzt mehr **Gesundheit direkt in Ihren Betrieb holen**. Bewerben Sie sich, damit der AOK-Truck zu Ihnen kommt.

Der AOK-Truck ist eindrucksvolle 25 Meter lang und sieben Meter breit und enthält ein mobiles „Gesundheitsstudio“.

Die aktuellen Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung bewegen uns und sorgen für hohe Aufmerksamkeit – sowohl bei Ihren Mitarbeitern als auch bei Ihren Kunden. Zwei Tage, an denen aktives Mitmachen statt passive Informationsaufnahme das Motto ist. Eine Möglichkeit, das Ihr Image als gesundes Unternehmen stärkt.



Der Truck (Foto) kommt in der Zeit von April bis Oktober 2012 jeweils für zwei Tage an einen Standort. Nutzen Sie Ihre Chance 2012. Bewerben Sie sich bis spätestens 20. Januar 2012 für einen Truckstopp. Bis Mitte Februar 2012 wird der Tourplan zusammengestellt. Mit den teilnehmenden Unternehmen werden dann die weiteren Schritte vertieft.

» **Hier finden Sie die Voraussetzungen und das Anmeldeformular**



### INTERESSANTE LINKS

- Hier geht's ins Archiv von „Original“ [www.aok-original.de](http://www.aok-original.de)
- Gestresst? Machen Sie den Schnelltest: <http://www.aok.de/bundesweit/themen-spezial/machen-sie-den-aok-schnelltest-184410.php>

### GUTES NEUES!

Die AOK Bayern und die Redaktion von ORIGINAL wünschen allen Leserinnen und Lesern ein gutes, erfolgreiches und vor allem gesundes neues Jahr. Übrigens: Die AOK Bayern wird auch 2012 keinen Zusatzbeitrag erheben.



## FRAGE – ANTWORT

### Welcher Beitragssatz sinkt 2012? Und um wie viel?

Gewinnen\* Sie einen **50-Euro-Schein!**  
Zugestellt per Post.  
Einsendeschluss:

**20. Januar 2012**

Antwort (mit Adresse) an:

**[aok-original@kompart.de](mailto:aok-original@kompart.de)**

Gewinner des letzten Preisrätsels:  
Lorenz Mayerhofer, 84359 Simbach



**Newsletter abonnieren:**  
einfach hier klicken



**Newsletter abbestellen:**  
einfach hier klicken

\*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen

