

Guten Appetit



NEWS

■ **Der Krankenstand** der rund 2,3 Millionen AOK-versicherten Arbeitnehmer in Bayern ist das fünfte Jahr in Folge gleich geblieben. Auch 2012 gingen nur 4,2 Prozent aller Kalendertage für die Betriebe wegen Arbeitsunfähigkeit verloren. Im Vergleich zu anderen Bundesländern haben die Bayern laut AOK-Statistik mit Abstand den niedrigsten Krankenstand. Der Bundesdurchschnitt liegt bei 4,9 Prozent. Bayern liegt damit rund 14 Prozent unter dem Bundesdurchschnitt. Jeder AOK-versicherte Arbeitnehmer in Bayern meldete sich 2012 durchschnittlich für insgesamt 15,5 Tage arbeitsunfähig. Dieser Wert blieb nahezu konstant im Vergleich zu 2011 [15,4 Tage].

■ **AOK:**
Noch mehr Apps

SEITE 3

■ **Video:**
Gemüse mit Mälzer

SEITE 4

Das alles nehmen wir Ihnen App



AOK Vorsorgemanager - AOK-Saglik

Der zweisprachige AOK-Vorsorgemanager (Deutsch und Türkisch) für Android (iPhone und iPod Touch in Vorbereitung) gibt einen Überblick über die Themen Früherkennung, Zahnvorsorge, Impfungen, Schwangerschaftsvorsorge und U-Untersuchungen für Kinder. Die App informiert über kostenlose Vorsorgeuntersuchungen und ermöglicht es, mittels eines Familienprofils Arzttermine für Eltern, Großeltern oder Kinder zu koordinieren. Ein integriertes Wörterbuch hilft zudem, das Gespräch mit dem Arzt zu erleichtern.

AOK-Politik – die gesundheitspolitische App

Die AOK-Politik-App für iPad, iPhone, iPod Touch und Android (Blackberry in Vorbereitung) informiert Sie tagesaktuell über Themen und Termine in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV). Verfolgen Sie den aktuellen Stand der

Gesetzesvorhaben. Recherchieren Sie in der Reformdatenbank über die Auswirkungen der Gesundheitsreformen seit 1989. Schlagen Sie im Lexikon wichtige Begriffe aus dem Gesundheitswesen nach. Bringen Sie sich auf den aktuellen Stand der Zahlen und Fakten im Gesundheitswesen und in der AOK-Gemeinschaft – inklusive der Kontaktdaten aller AOKs und aller Pressestellen der Gesundheitskasse.

AOK Gehaltsrechner App

Der AOK-Gehaltsrechner für iPhone, iPod Touch und Android. Nutzen Sie jetzt den AOK-Gehaltsrechner, den bewährten Service auf aok-business.de, auch als kostenlose App.

AOK Bayern - Vorteilspartner

Mit der AOKvorteile App der AOK Bayern für iPhone, iPod Touch, iPad und Android haben Sie immer und überall Zugriff auf alle aktuellen Vorteilsangebote der AOK-Partner - entweder in der Nähe Ihres Standorts oder an einem Ort Ihrer Wahl

in Bayern. Mit einem Klick auf den angezeigten Partner können Sie ihn direkt anrufen, per Mail Kontakt aufnehmen oder direkt auf seine Website surfen. Eine Navigation sowie eine Übersicht Ihrer AOK Geschäftsstellen in Bayern ist ebenfalls enthalten.

Gesund-Genießen-App

Mit der neuen Gesund-Genießen-App für iPhone, iPod Touch und Android stehen Ihnen über 1.000 Rezepte online zum Kochen und Backen zur Auswahl. Die AOK-App verbindet gesunde Ernährung und leckeres Essen. Sie können die Gerichte

anhand der Zubereitungszeit oder nach Kategorien wie Geflügel, Pasta, Hauptspeise auswählen. Auch für den

Einkauf der Zutaten hat sich die AOK etwas Besonderes einfallen lassen: einen integrierten Einkaufszettel. Er erlaubt Ihnen Zutaten zu löschen, die Sie in Ihrer Küche haben. Auch eine Supermarktsuche ist in der App integriert. Als Küchenhilfe bietet die App eine digitale Eieruhr an. Ein Body-Mass-Index (BMI)-Rechner rundet sie ab.

Abnehmen mit Genuss: Fettfallenfinder-App

Testen Sie das Abnehmen-mit-Genuss-Prinzip! Satt essen, genießen und trotzdem abnehmen – das ist das Motto von „Abnehmen mit Genuss“. Mithilfe dieser iPhone-App können Sie das Erfolgsprinzip testen: Finden Sie zuerst heraus, wie fettreich

Sie essen. Die App zeigt Ihnen für jede „Fettbombe“ eine leckere und leichte Alternative an. Außerdem bekommen Sie mit dem Fettfallen-Tagebuch eine genaue Auswertung nach Mahlzeit, Tag und Woche. Weitere App-Funktionen wie zum Beispiel der Fitness-Manager sorgen gleichzeitig für mehr Bewegung im Alltag. Eine Android-Version ist in Vorbereitung.



SELBSTABHÖLER

Arbeitnehmer haben keinen Anspruch darauf, dass ihnen ihr Arbeitszeugnis mit der Post zugeschickt wird. Sie müssen es selbst von ihrem Arbeitgeber abholen, entschied das Landesarbeitsgericht (LAG) Berlin-Brandenburg. Im entschiedenen Rechtsstreit hatte ein 39-jähriger kaufmännischer Leiter seinen Job zum 31. Juli 2012 gekündigt. Wegen diverser Streitpunkte mit seinem Arbeitgeber hatte der Angestellte Klage beim Arbeitsgericht eingelegt, unter anderem auch auf Erteilung eines Arbeitszeugnisses. Beim gerichtlichen Güetermin erhielt er schließlich sein Zeugnis, so dass der Rechtsstreit zumindest in dieser Sache für erledigt erklärt wurde. Für diesen erledigten Teil wurden dem Kläger jedoch die Kosten auferlegt. Dagegen legte dieser Beschwerde beim LAG ein. Das LAG stellte nun klar, dass der Angestellte die Gebühren bezahlen muss. Eine Rechtspflicht, dass der Arbeitgeber das Zeugnis nachschickt, bestehe nicht.

Az.: 5 AZR 848/93

Hilf dir selbst

Mit einem Klick mittendrin! Der AOK-Selbsthilfenavigator ist komplett überarbeitet und mit neuen Funktionen ausgestattet worden.

Die AOK unterstützt das ehrenamtliche Engagement von Selbsthilfegruppen. Nicht nur die finanzielle Förderung ist der bayerischen Gesundheitskasse wichtig, sondern auch die unmittelbare Unterstützung. Dazu wurde der bestehende Selbsthilfenavigator komplett überarbeitet und mit vielen neuen Funktionen ausgestattet.

Der Navigator macht die ehrenamtliche und damit unbezahlbare Arbeit der Selbsthilfegruppen transparent. Wenn Sie die Arbeit der Gruppen und Einrichtungen

interessiert, so finden Sie hier detaillierte Informationen. Mit nur einem Klick können Sie nach verschiedenen Kriterien suchen. Der Navigator zeigt Ihnen 19 unterschiedliche Krankheitsgruppen.

Sie können aber auch Ihre eigene Selbsthilfegruppe anmelden – und damit schnell auch Kontakt zu anderen Selbsthilfegruppen finden.

GEMÜSE MIT MÄLZER



INTERESSANTE LINKS

- Mal wieder im Archiv nachsehen:
- Sind Sie arbeitssüchtig?



FRAGE – ANTWORT

Um wieviel Prozent liegt Bayerns Krankenstand unter dem Bundesdurchschnitt?

GEWINNEN* SIE EINEN 50-EURO-SCHEIN!

Zugestellt per Post.

Einsendeschluss:

12. April 2013

Gewinner des letzten Preisrätsels:

Hubert Becker, 95444 Bayreuth

* Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen