

www.krankenkasseninfo.de

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

Stand 03/2025

Im Test:
72 gesetzliche
Krankenkassen

Testnote
1,0
Sehr Gut

Selbstständigen Krankenkassentest

Im Test bei **Krankenkasseninfo.de**

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

Virchowstr. 30, 67304 Eisenberg

 Informationen
anfordern

 Online
Mitgliedsantrag

Geöffnet in:

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <input type="radio"/> Baden-Württemberg | <input type="radio"/> Bremen | <input type="radio"/> Niedersachsen | <input type="radio"/> Sachsen |
| <input type="radio"/> Bayern | <input type="radio"/> Hamburg | <input type="radio"/> Nordrhein Westfalen | <input type="radio"/> Sachsen-Anhalt |
| <input type="radio"/> Berlin | <input type="radio"/> Hessen | <input checked="" type="radio"/> Rheinland-Pfalz | <input type="radio"/> Schleswig-Holstein |
| <input type="radio"/> Brandenburg | <input type="radio"/> Mecklenburg-Vorpommern | <input checked="" type="radio"/> Saarland | <input type="radio"/> Thüringen |

Zusatzbeitrag

**Krankenkassenbeitrag
Selbstständige**

Der Beitragssatz der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland beträgt mit Krankengeld 17,07% (14,6% + 2,47%) und ohne Krankengeld 16,47% (14,0% + 2,47%).

★★★

Service

**Kennwortgeschützte
Online-Geschäftsstelle und
Krankenkassen-App**

Mit dem Online -Kundencenter „Meine AOK“ und der "Meine AOK"-App können Sie ganz bequem die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland erreichen. Die App „Meine AOK“ ist Ihr direkter Kontakt zur AOK über das Onlineportal - und das rund um die Uhr. Als AOK-Kunde können Sie Krankmeldungen, Mitgliedsbescheinigungen und andere Dokumente fotografieren und sicher an uns übermitteln.

★★★

**eigener Facharzt-Terminservice
(Vermittlung von Arztterminen)**

Auf Wunsch ist die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland bei der Vermittlung von Arztterminen behilflich.

★★★

Krankenpflege / Haushaltshilfe

**erweiterter Anspruch auf
Haushaltshilfe wegen schwerer
Krankheit oder akuter
Verschlimmerung einer Krankheit
(mit Kind im Haushalt)**

Versicherte der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland erhalten Haushaltshilfe, wenn nach ärztlicher Bescheinigung die Weiterführung des Haushaltes wegen schwerer Krankheit oder wegen akuter Verschlimmerung einer Krankheit oder wegen einer aus medizinischen Gründen erforderlichen Abwesenheit als Begleitperson eines versicherten Angehörigen nicht möglich ist und im Haushalt ein Kind lebt, dass bei Beginn der Haushaltshilfe das 14. Lebensjahr noch nicht vollendet hat oder das behindert und auf Hilfe angewiesen ist, längstens jedoch für die Dauer von 52 Wochen, soweit eine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt nicht weiterführen kann.

★★★

Zahnvorsorge

<p>professionelle Zahnreinigung</p>	<p>Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland unterstützt Versicherte ab 18 Jahren einmal pro Jahr mit einem Zuschuss von bis zu 40 Euro für eine professionelle Zahnreinigung. Für Schwangere werden im Rahmen des Schwangerschaftskontos (max. 300 EUR) auch bis zu 100% erstattet.</p> <p>Im Rahmen des AOK Bonusprogramms, können Sie für die professionelle Zahnreinigung im Rahmen der Zahnvorsorge jeweils 500 Bonuspunkte erhalten. Familienversicherte Angehörige unter 15 Jahren können sogar mit punkten.</p> <p>Im Rahmen der Gothaer-Zahnzusatzversicherung speziell für Versicherte der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland erhalten Versicherte jährlich einen Zuschuss von 50 EUR für die Professionelle Zahnreinigung (PZR).</p>	<p>★★★☆☆</p>
<p>Vorsorge</p>		
<p>Hautscreening über den gesetzlichen Rahmen hinaus ab 18 Jahre</p>	<p>Bei den über 35-Jährigen beteiligt sich die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland jährlich mit bis zu 40 Euro an den Behandlungskosten (inklusive Auflichtmikroskopie).</p> <p>Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland beteiligt sich jährlich auch bei unter 35-Jährigen mit bis zu 40 Euro an den Behandlungskosten (inklusive Auflichtmikroskopie).</p>	<p>★★★☆☆</p>
<p>Impfungen</p>		
<p>Reiseimpfungen (Privatreisen)</p>	<p>Bei Reisen in bestimmte Länder werden vom Auswärtigen Amt und der Ständigen Impfkommision zusätzliche Schutzimpfungen empfohlen. Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland übernimmt die Kosten für diese Impfungen und die der Malaria-Prophylaxe. Erstattet werden 100% des Rechnungsbetrages.</p> <p>Darüber hinaus erstattet die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland für alle Mitglieder die vollständigen Kosten für Schutzimpfungen gegen Grippe, Masern, HPV (auch über 18 Jahren) und FSME.</p>	<p>★★★★</p>
<p>Gripeschutzimpfung für alle Versicherten</p>	<p>Über das gesetzliche Maß hinaus erstattet die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland die vollständigen Kosten für die Schutzimpfung gegen Grippe.</p>	<p>★★★★</p>
<p>Spezielle Leistungen</p>		
<p>Online-Fitness-Kurse</p>	<p>Die Versicherten der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland können sich auf weniger Stress, bessere Laune und mehr Bewegung mit zahlreichen Online-Seminaren und Gesundheitskursen im Netz freuen. Ist kein passendes Angebot dabei, übernimmt die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland für ihre Versicherten die Kosten bis max. 400 Euro von bis zu zwei zertifizierten Kursen von Drittanbietern pro Jahr.</p>	<p>★★★★</p>
<p>Prävention</p>		
<p>eigene Präventionskurse vor Ort</p>	<p>Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland bietet kostenfreie Premiumkurse rund um Bewegung, Ernährung, Entspannung und vieles mehr in Rheinland-Pfalz und dem Saarland. Alle Angebote sind exklusiv und kostenfrei für AOK-Kundinnen und -Kunden. Die Premiumkurse sind qualitätsgeprüft und werden von qualifizierten Fachkräften geleitet.</p>	<p>★★★★</p>

Präventionskurse von Fremdanbietern	<p>Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland beteiligt sich an den Kosten von Kurs-Angeboten Dritter, wenn diese die notwendigen Qualitätsstandards erfüllen. Erstattet werden 100 % der Kursgebühren bis zu 400 Euro pro Kalenderjahr für zwei Gesundheitskurse.</p> <p style="text-align: right;">★★★★</p>
Gesundheitskonto	<p>Konto für digitale Gesundheitsanwendungen: Erstattet werden je Versicherten bis zu 400 EUR im Kalenderjahr. Die Gesundheits-Apps sind nach Bedarf frei auswählbar und kombinierbar unter folgenden Apps: Breathment (COPD), Caterna (Amblyopie), eCoverly (physiotherapeutischen Behandlung), memodio (Demenzprävention), Neolexon (Artikulations-App), Nia (Neurodermitis), OvulaRing (Zyklustracking und Familienplanung)</p> <p style="text-align: right;">☆☆☆</p>
Bonusmodelle	
Bonusprogramm-(Bonus-Geldprämie) für selbst Versicherte	<p>Beim Bonusprogramm der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland können Versicherte 250 Euro als jährlich wiederholbare Barprämie erhalten.</p> <p style="text-align: right;">★★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> - 50 Euro Mitgliedschaft im Sportverein/Fitnessstudio - 10 Euro Sportabzeichen/Fitnessnachweis - 10 Euro Sportveranstaltung - 120 Euro Sportliche Aktivität über Fitnesstracker - 5 Euro Schwimmkurs - 5 Euro BMI im Normalbereich - 5 Euro Nichtraucherachweis - 5 Euro 1. Präventionskurs - 5 Euro 2. Präventionskurs - 5 Euro Blutdruck normal - 5 Euro Blutzucker normal - 5 Euro Cholesterin normal - 5 Euro Zahnvorsorge normal - 5 Euro PZR - 5 Euro Schutzimpfung - 5 Euro Blut oder Plasmaspende
Bonusmodell (Erläuterungen)	<p>Am Bonusprogramm der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland können alle AOK-Versicherten ab 15 Jahren teilnehmen. Familienversicherte Angehörige unter 15 Jahren können indirekt teilnehmen, indem sie für das Bonuskonto des in der Meine AOK-App teilnehmenden Stammversicherten mitsammeln können. Dazu einfach Aktivitäten durchführen, mit der „Meine AOK“-App unkompliziert via Smartphone hochladen, Bonuspunkte sammeln und über 350 EUR Cashback sichern. Zu Beginn gibt es einen Starterbonus von 15 EUR (bei Online-Einschreibung). In der Meine AOK-App oder im Online-Kundencenter können Sie sich Ihre Prämie ab Erreichen von mind. 500 Bonuspunkten (5 Euro) auf Ihr Konto auszahlen lassen.</p> <p style="text-align: right;">☆☆☆</p>
Wahltarife	

Wahltarif Selbstbehalt	<p>Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland bietet den AOK-Bonus-Wahltarif EXTRA an. ★★★★</p> <p>Mit dem AOK-Bonus-Wahltarif EXTRA erhalten Versicherte bis zu 400 EUR im Jahr für einen gesundheitsbewussten Lebensstil. Dazu erhalten sie zu Beginn des Tarifs einen Grundbonus. Für jeden Arztbesuch mit Rezept und für jeden Krankenhausaufenthalt wird davon ein Selbstbehalt abgezogen, für ein gesundes Leben erhalten Versicherte zusätzliche Boni. Am Ende des Abrechnungsjahres wird alles aufgerechnet und die Prämie im Folgejahr ausgezahlt.</p>
Wahltarif Beitragsrückerstattung	<p>Tarifteilnehmende erhalten einen Bonus in Höhe von bis zu 200 Euro, für die Nichtinanspruchnahme von Leistungen zu Lasten der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland. ★★★★</p> <p>Es können weiterhin problemlos Vorsorgeuntersuchungen, Leistungen bei Schwangerschaft und Geburt, Zahnvorsorge, Bonuszahlungen für gesundheitsbewusstes Verhalten und viele weitere Leistungen in Anspruch genommen werden.</p>
Kombination von Selbstbehalt und Rückerstattung möglich	<p style="text-align: right;">★★★</p>
Wahltarif Krankengeld für Selbstständige	<p>Mit dem AOK-Krankengeld-Wahltarif stehen viele Versicherte im Krankheitsfall finanziell besser da, verglichen mit dem gesetzlichen Anspruch auf Krankengeld. Als individuelle Ergänzung zum gesetzlichen Krankengeld schließen Sie eine finanzielle Lücke, bis das gesetzliche Krankengeld gezahlt wird. Mit dem Krankengeld-Wahltarif können Versicherte der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland bis zu 70 Prozent Ihres Einkommens im Falle einer Arbeitsunfähigkeit absichern. ☆☆☆</p>

Hinweise zum Testsetting und Haftungsausschluss

Für den Krankenkassentest für Selbstständige wurden die Angebote an Zusatzleistungen und besondere Serviceangebote aller bundesweit und regional geöffneten gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland speziell für Selbstständige ausgewertet. Weiterhin fließen Geldvorteile (z.B. Bonusmodelle und KV-Beiträge) für das Ergebnis mit ein.

Ermittlung der Testnoten

Insgesamt 18 Kategorien gibt es im Krankenkassentest für Selbstständige. Davon fließen 16 Kategorien in die Bewertung ein. Für jede einzelne Kategorie wurden maximal drei Wertungssterne vergeben. Die Summe dieser Wertungssterne ergibt für jede Krankenkasse das Testergebnis in Punkten bzw. die Testnote. Alle Kategorien bis auf "Krankenkassenbeitrag Selbstständige", "professionelle Zahnreinigung" und "Bonusprogramm" wurden einfach gewichtet.

Die Kategorie "Krankenkassenbeitrag Selbstständige" wurde dreifach und die Kategorien "professionelle Zahnreinigung" und "Bonusprogramm" wurden doppelt gewichtet.

Ab 38 Punkte = sehr gut (1,0 - 1,5)
18 - 37 Punkte = gut (1,6 - 2,5)
unter 18 Punkte = befriedigend (2,6 - 3,5)

Die Noten "genügend" und "ungenügend" wurden nicht vergeben, da alle gesetzlichen Krankenkassen sämtliche im GKV-Katalog aufgeführten Pflichtleistungen wie vorgeschrieben übernehmen.

Disclaimer / Haftungsausschluss

Das entstandene Ranking stellt keine allgemeingültige Aussage dar. Vielmehr soll der Test die Versicherten dabei unterstützen, bei der Vielzahl an Krankenkassen diejenigen herauszufiltern zu können, die individuell jeweils die meisten Vorteile für den einzelnen Versicherten und seine Familie bieten. Der Inhalt dieses Tests dient ausschließlich informativen Zwecken. Er stellt keinen Ersatz für die gesetzliche Verpflichtung der Krankenkassen zur Aufklärung, Beratung und Auskunftserteilung dar. Trotz größter Sorgfalt bei der Aufbereitung der Informationen sind alle Angaben ohne Gewähr. Es wird keine Haftung oder Garantie für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der in dem Test bereitgestellten Informationen übernommen.

Impressum
krankenkassennetz.de GmbH
Waisenhausring 6, 06108 Halle

© 2025
krankenkassennetz.de GmbH
Tel: 0345 – 6 82 66 00
Fax: 0345 – 6 82 66 29
Mail: info@krankenkasseninfo.de

Bitte beachten Sie vor der telefonischen Kontaktaufnahme, dass wir keine Krankenkasse sind. Die Telefonnummern der gesetzlichen Krankenkassen finden Sie hier: <https://www.krankenkasseninfo.de/impressum/>