

9 aktivmed Best-Schlaf-Matrattzenauflage – der Gesundheitstrend!

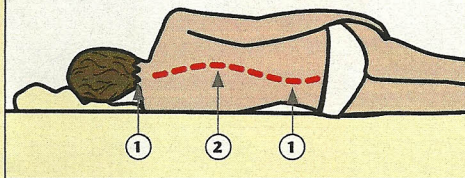
So herrlich bequem & rückenfreundlich schlafen Sie nur auf viskoelastischem Mineralschaum!

Einfach auf die Matratze Ihres Bettes legen und Sie schlafen auf dem High-Tech Material der modernen Schlafforschung. Das Besondere: Nur Visko wird durch die Körperwärme weicher und passt sich deshalb exakt Ihrer Lage und Körperform an – mit jeder Lageveränderung neu.

Viele Kunden berichten: **Verspannungen, Rückenprobleme, Schlafstörungen sowie Kopfschmerzen und viele weitere Beschwerden können vermieden werden**

Zufriedene Kunden berichten: Die druckentlastenden Eigenschaften des viskoelastischen Schaumstoffs können Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen vorbeugen und viele Beschwerden lindern (siehe Kundenrezensionen unter www.aktivshop.de).

Falsch: Unnatürliche Schlafposition

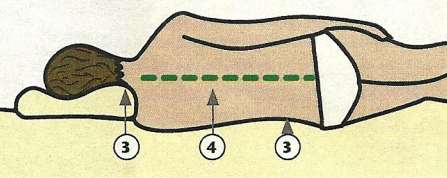


Diese Schlafposition erzeugt Druck (z.B. im Schulterbereich) oder bildet Hohlräume (z.B. an Nacken und Taille). Diese ist häufig Ursache für Verspannungen, Rückenprobleme, Kopfschmerzen und schlechten Schlaf.

1 = Gefährliche Hohlräume

2 = Unnatürlich verbogene Wirbelsäule

Richtig: Natürliche, körperangepasste Schlafposition



Unser Kissen- und Matratzensystem gegen Rückenbeschwerden und für einen erholsamen Schlaf. Im Schulter- und Hüftbereich gut nachgebend! Muskeln, Haut und Nerven werden so am geringsten belastet.

3 = Kein gefährlicher Hohlraum im Nacken & an der Taille

4 = Wirbelsäule in anatomisch guter Lage

Entwickelt in der Weltraumforschung!

Im Coupon finden Sie auch die Sondergrößen 190 x 80 cm und 190 x 90 cm für Schlafsofas, Caravan und Boot. In allen Breiten erhältlich! (siehe Coupon) Länge 200 cm, 4 cm dick, 100% Visko. In dieser Qualität mit Aloe-Vera Bezug (40% Polypropylen, 60% Polyester).

UVP € 198,-

nur bei uns ab **€ 99,95**



Auflage 4 cm dick

Machen Sie aus »alt« schnell »neu«: Die Auflage einfach auf Ihre Matratze legen und Sie genießen einen herrlich gesunden Schlaf!

10 Gästematratze

So dick wie eine normale Matratze!

Die praktische Matratze kann als Gästebett, Sitzblock oder Tisch fungieren und lässt sich anschließend leicht und schnell wieder zusammenklappen. Auch als Bandscheibenwürfel einsetzbar!

- Hoher Schlafkomfort durch Schaumstoffkern.
- Material: Bezug: 100% Baumwolle, Kern: Polyurethan-Schaumstoff.

Maße:
Matratze: Ca. B 75 x H 15 x L 195 cm;
Hocker: Ca. B 75 x H 45 x T 65 cm



Hoher Schlafkomfort durch 15 cm Schaumstoffkern

Best.-Nr. LZ 20737

nur **€ 59,95**

11 Fußwärmer mit Massage

Gegen kalte Füße für Ihr Wohlbefinden!

- Wärme- u. Massage per Kabelfernbedienung getrennt einsetzbar
- Passend für alle Fußgrößen
- Waschbares Teddy-Futter
- 220 V Netzbetrieb / 16 W

Maße: L 31 x B 31 x H 23 cm

Bestell-Nr. LZ 920109

nur **€ 24,95**



Bestellen Sie jetzt: ☎ **0180 - 5 26 26 49****

Mo. - Fr. 8.00 bis 22.00 Uhr, Sa. bis So. 10.00 bis 18.00 Uhr

Internetshop: **www.aktivshop.de**

**0,14 €/Min. aus dem dt. Festnetz, max. 0,42 €/Min. aus den Mobilfunknetzen

Hiermit bestelle ich ohne Risiko mit **14 Tagen Rückgaberecht**!:

Menge	Artikel	Best.-Nr.	Preise ²⁾ :
1	Ergometer »Aktiv Pro 4.0«	LZ 10828	199,00 €
2	Design-Tageslicht Standl. »Helio«	LZ 21241	129,95 €
3	Schuhspikes Damen Gr. 37-40	LZ 90637	9,95 €
	Schuhspikes Herren Gr. 41-44	LZ 90638	9,95 €
4	Sessel »Komfort« Schwarz ³⁾	LZ 21000	999,00 €
	Sessel »Komfort« Creme-Weiß ³⁾	LZ 21002	999,00 €
	Sessel »Komfort« Bordeaux-Rot ³⁾	LZ 21001	999,00 €
5	Laufband »Magnetic-Nordic« ⁴⁾	LZ 10396	199,00 €
6	Drehkissen	LZ 90508	19,95 €
7	Heimtrainer X-Bike Silber	LZ 10631	99,95 €
	Heimtrainer X-Bike Rot-Schwarz	LZ 10715	99,95 €
8	Hörverstärker Ear Zoom	LZ 30983	29,95 €
9	Auflage 80 cm breit	LZ 21303	89,95 €
	Auflage 90 cm breit	LZ 21304	99,95 €
	Auflage 100 cm breit	LZ 21305	99,95 €
	Auflage 120 cm breit	LZ 21306	129,95 €
	Auflage 140 cm breit	LZ 21307	149,95 €
	Auflage 80 cm breit x 190 cm	LZ 21301	79,95 €
	Auflage 90 cm breit x 190 cm	LZ 21302	89,95 €
	2er-Set: Auflagen 80 cm breit	LZ 21366	149,00 €
	2er-Set: Auflagen 90 cm breit	LZ 21367	169,00 €
	2er-Set: Auflagen 100 cm breit	LZ 21368	169,00 €
	2er-Set: Auflagen 120 cm breit	LZ 21369	229,00 €
	2er-Set: Auflagen 140 cm breit	LZ 21370	269,00 €
	2er-Set: 80 cm breit x 190 cm	LZ 21364	129,00 €
	2er-Set: 90 cm breit x 190 cm	LZ 21365	149,00 €
1	Best-Schlaf-Kissen »Premium«	LZ 20453	Gratis*
10	Gästematratze	LZ 20737	59,95 €
11	Fußwärmer mit Massage	LZ 920109	24,95 €

* Unser Best-Schlaf-Kissen »Premium« erhalten Sie gratis, wenn Sie mindestens eine Matratzenauflage aus dieser Anzeige bestellen. Nur solange der Vorrat reicht!

Gratis für Sie!*

Das Best-Schlaf-Kissen Premium im Wert von 49,95 €, wenn Sie mindestens eine Matratzenauflage aus dieser Anzeige bestellen.*

Unser beliebtestes Kissen!

- Durch herausnehmbare Mittelschicht exakt auf Nacken- und Schultergröße einstellbar.
- Passt sich viskoelastisch, wöhllich weich an.
- Mit Sommer- & Winterseite – inkl. Bezug

Lieferung inkl. Bezug (Abb. ohne)



Geschenk im Wert von **€ 49,95**

Best.-Nr. LZ 20453

Maße: B 60 x L 35 x H 8-13 cm

Das sagen begeisterte Kunden:

»Seit ich auf Visko liege, schlafe ich viel entspannter und ruhiger. Die Rückenprobleme sind verschwunden.«

Karola S., Dortmund

»Die Auflage ist wie eine neue Matratze – herrlich bequem! Und ich schlafe viel ruhiger.« Jürgen V., Münster

Im Set nochmals 30 € sparen!

Für diese Spitzenqualität zahlen Sie woanders oft ein Vielfaches. Denn wir verzichten auf teure Ladenlokale und geben unsere Großabnehmer rabatte direkt an Sie weiter. Bestellen Sie gleich die Auflagen im 2er-Set und sparen Sie nochmals über 30 € (siehe Coupon).

Unser großes Sortiment finden Sie unter: **www.aktivshop.de**

Aloe Vera Bezug – entspannend, antibakteriell und hautfreundlich

Gleich gratis anfordern!

Der aktuelle Katalog mit dem großen aktivshop-Angebot für Gesundheit und Fitness!



Katalog gratis – Bitte ankreuzen!

Post an: **aktivshop GmbH**
Oldenburger Str. 17
48429 Rheine

Fax: **0180 - 5 26 26 50****

aktivshop®

Das Beste für Gesundheit & Fitness

Vorname _____ Name _____

Straße/Hausnummer _____ Geburtsdatum _____

PLZ/Ort _____ Telefon _____

- 1) Wenn Sie die Ware behalten möchten: Zahlung binnen 14 Tagen nach Erhalt der Rechnung und der Ware ohne Abzug nach den AGB.
- 2) Preise inklusive MwSt. zzgl. 5,95 € Versandkosten insgesamt.
- 3) Art. Nr. 4 zzgl. 34,00 € Speditionskosten
- 4) Art. Nr. 5 zzgl. 14,00 € Speditionskosten

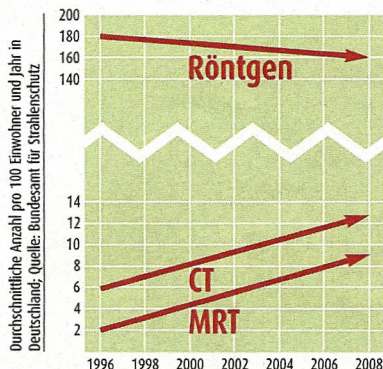
MEDIZIN & VERSORGUNG

ProFit
200 Punkte

Foto: wdv/M. Voller

Stress macht Schnupfen. Was lange vermutet wurde, hat ein dänisch-amerikanisches Forscherteam in einer Auswertung unterschiedlicher Studien bestätigt. Zwar beruhen Infektionen der oberen Atemwege wie Schnupfen, Husten und Halsweh auf Kontakt mit Keimen. Doch wer viel Stress hat – egal, ob im Beruf oder im Familienalltag – bekommt schneller eine Erkältung als entspannte Zeitgenossen. Die AOK bietet Stressgeplagten Hilfe mit dem kostenlosen Programm „Stress im Griff“.

Einfach anmelden unter
www.aok.de/stress-im-griff



So oft wird durchleuchtet

Laut Zahlen des Bundesamtes für Strahlenschutz wird jeder Deutsche durchschnittlich 1,65-mal im Jahr geröntgt. Am häufigsten werden Zähne und Skelett optisch untersucht. Auffällig ist der Anstieg der Zahl der Computertomographien (CT) und Magnetresonanztomographien (MRT). Zwischen 1996 und 2008 hat sich die Zahl der MRT vervierfacht, die der CT verdoppelt.

→ Infos zu CT und MRT gibt's im Lexikon Diagnostik:
www.aok-bw.de/lexika

Schneller Weg zur Pflegeberatung

Braucht ein Mensch Pflege, kommen auf ihn und seine Angehörigen viele Fragen und oft auch Probleme zu. Damit sie schnell Hilfe finden, sind ab sofort alle 48 Pflegestützpunkte in Baden-Württemberg über das Internet zu erreichen. Unter www.bw-pflegestuetzpunkt.de finden Rat- und Hilfesuchende schnell und unkompliziert die für sie nächste Beratungsstelle. Dort informiert sie dann das Fachpersonal individuell zum Beispiel zu Hilfs- und Pflegeangeboten nahe am Wohnort. Ein Klick auf den jeweiligen Landkreis im Land Baden-Württemberg führt zur Adresse des passenden Pflegestützpunktes mit Ansprechpartnern vor Ort, Telefonnummern und E-Mail-Adressen.



Foto: wdv/A. Schwander

> > > Aktuell > > > > Aktuell > > > > Aktuell > > > > Aktuell > > > > Aktuell > > > >

Ausgezeichnet

In den drei AOK-Kliniken in Baden-Württemberg kommen Patienten mit professioneller Hilfe wieder auf die Beine. Die Einrichtungen wurden eine Woche lang von unabhängigen Prüfern untersucht und mit dem Prädikat „Exzellente Qualität in der Rehabilitation“ ausgezeichnet. Einrichtungen wie die AOK-Kliniken sind gesetzlich verpflichtet, ein Qualitätsmanagement aufzubauen und dieses zertifizieren zu lassen.

Informationen zu Demenz

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat ein Serviceportal zum Thema Demenz eingerichtet. Unter www.wegweiser-demenz.de gibt es Informationen und kurze Filme, in denen Betroffene und Angehörige berichten, wie sie mit der Krankheit umgehen. Ergänzend dazu ist ein „Demenzportal Baden-Württemberg“ als landesweite Plattform in Planung.

Patienten sind die Gewinner

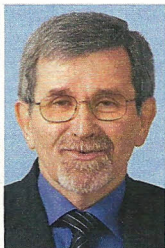
LEISTUNG | Das exklusive AOK-FacharztProgramm verzahnt die Behandlung beim Haus- und Facharzt. Patienten genießen so eine umfassende und hochwertige medizinische Betreuung mit vielen Vorteilen.

Als bundesweit erste Krankenkasse bietet die AOK Baden-Württemberg Versicherten, die bereits am erfolgreichen AOK-HausarztProgramm teilnehmen, seit dem vergangenen Jahr zusätzlich das AOK-FacharztProgramm an. Dies gilt in den Fachgebieten Kardiologie für Herz-/Kreislaufkrankungen und Gastroenterologie für Magen-/Darmerkrankungen. In Kürze folgt das dritte Fachgebiet für neurologische und psychische Erkrankungen.

Das Programm hat die AOK zusammen mit dem Hausärzterverband, Facharztverbänden und der MEDI Baden-Württemberg ins Leben gerufen, einer Organisation von Haus- und Fachärzten sowie Psychotherapeuten. Patienten werden dadurch optimal und in enger Absprache zwischen den beteiligten Ärzten behandelt und erhalten schneller Termine. Außerdem profitieren sie von kürzeren Wartezeiten und Abendsprechstunden bis 20 Uhr. Mehr als 3.500 Ärzte nehmen bislang landesweit teil. Sie erhalten neben einer besseren Vergütung mehr Planungssicherheit für ihre Praxen.

„Unseren Patienten empfehlen wir, sich in das AOK-FacharztProgramm einzuschreiben, um in den Genuss vieler weiterer Vorteile zu kommen“, sagt Dr. Werner Baumgärtner, Vorsitzender von MEDI Baden-Württemberg. „So wurden beispielsweise früher viele Patienten mit Herzkrankheiten am Wochenende oft ins Krankenhaus eingewiesen. Dies war für sie belastend und brachte keine medizinische Verbesserung.“ Jetzt sorgt die strukturierte Zusammenarbeit zwischen Haus- und Fachärzten dafür, dass vieles ambulant geregelt werden kann. Baumgärtner betont: „Das entlastet unsere Patienten und spart zudem eine Menge Geld, das wir für weitere innovative Projekte im Gesundheitswesen benötigen.“

Teilnehmer am AOK-HausarztProgramm können sich bei ihrem Hausarzt und bei den teilnehmenden Fachärzten für mindestens zwölf Monate in das AOK-FacharztProgramm einschreiben. stef



„Das enge Zusammenspiel von Haus- und Facharzt sorgt für eine bessere Behandlung der AOK-Versicherten.“

GÜNTER GÜNER, ALTERNIERENDER VORSITZENDER DES VERWALTUNGSRATES DER AOK BADEN-WÜRTTEMBERG



Mit den AOK-FacharztProgrammen und dem AOK-HausarztProgramm bietet die Gesundheitskasse ihren Versicherten spezielle Angebote für eine noch bessere Behandlung. Teilnehmer genießen zahlreiche Vorteile, zum Beispiel:

Schnelle Termine, maximal 30 Minuten Wartezeit

Mehr Zeit für den Patienten durch geringeren Verwaltungsaufwand der Ärzte

Keine Zuzahlung bei vielen rabattierten Arzneimitteln

Welche Vorteile die Programme Ihnen noch bieten, erfahren Sie in Ihrem AOK-KundenCenter oder im Internet unter www.aok-bw.de/facharztprogramm

Jetzt anmelden und Vorteile sichern!