

# MEINBONUS VORSORGE LOHNT SICH



## Ihre Gesundheit ist es wert

Sie kümmern sich aktiv um Ihre Gesundheit und tun etwas für Ihr Wohlbefinden? Das lohnt sich doppelt: Mit unserem Programm meinBonus unterstützen wir Sie bei vielen Aktivitäten Ihrer Gesundheitsvorsorge und zahlen Ihnen bares Geld.

## Ihr VorsorgeBonus: Bis zu 100 Euro

Mit dem VorsorgeBonus können Sie bis zu 100 Euro pro Jahr für Ihre Vorsorge von uns erhalten.

Wir belohnen Sie schon ab der ersten Aktivität: **Für jeden Stempel** auf dem Bonusblatt erhalten Sie **5 Euro**.

Sie haben **alle** für Ihr Alter und Geschlecht **empfohlenen Vorsorgeangebote** wahrgenommen? Dann erhalten Sie pro Kalenderjahr sogar **70 Euro**.



Welche Vorsorgeangebote für Sie wichtig sind, haben wir Ihnen auf der Rückseite zusammengestellt - oder Sie prüfen in unserem digitalen Vorsorgekalender direkt online, welche Angebote für Sie empfohlen werden.



## Unser Plus für Ihre Gesundheit

Haben Sie alle für Sie empfohlenen Vorsorgeangebote wahrgenommen **und** setzen Ihren Bonus für Ihre Gesundheit ein, erhalten Sie **bis zu 100 Euro im Jahr**: Wir erstatten Ihnen Ihre Rechnungen für individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL), private Zusatzversicherungen (Krankenzusatzversicherung sowie Altersvorsorge) und für Ihre Online-Patientenverfügung. Reichen Sie uns hierfür einfach die entsprechenden Rechnungen und das ausgefüllte Bonusblatt ein.



## Zusatzbonus für Impfungen (je 5 Euro)

Für jede von der Ständigen Impfkommission (STIKO) oder dem Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) empfohlene Schutzimpfung, die Ihre Ärztin oder Ihr Arzt über Ihre elektronische Gesundheitskarte (eGK) abgerechnet hat, erhalten Sie einen **Zusatzbonus von 5 Euro pro Impfung**. Ausgenommen hiervon sind lediglich Reiseschutzimpfungen.

## DigiBonus: Bis zu 210 Euro

Dieses Extra ist interessant für Sie, falls Sie digitale Helfer wie Smart Watches oder Fitnessarmbänder kaufen möchten. Haben Sie alle für Sie empfohlenen Angebote zur Vorsorge in den vergangenen **drei Jahren** in Anspruch genommen, erstatten wir Ihnen **bis zu 210 Euro für digitale Gesundheitsprodukte**. Hierfür reichen Sie uns einfach die entsprechenden Rechnungen und die ausgefüllten Bonusblätter für drei Jahre ein.

## Zusatzbonus für Prävention (10 Euro)

Sie nehmen Ihre Gesundheit gerne selbst in die Hand? Wir belohnen dies mit weiteren **10 Euro pro Jahr**, wenn Sie einen Gesundheitskurs erfolgreich abgeschlossen (Teilnahme an 80% der Kurstermine) oder an mindestens zwei Gesundheitsaktionen teilgenommen haben:

- Zertifizierte Gesundheitskurse nach §20 SGB V, wie beispielsweise Kurse zur Rückengesundheit, Raucherentwöhnung oder gesunden Ernährung
- Maßnahmen zur Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz nach §20k SGB V
- Gesundheitsaktionen Ihrer BKK·VBU, wie beispielsweise Waldbaden oder Kochkurse
- Gesundheitsaktionen von Arbeitgeber, Schule oder Universität, wie Screenings oder Gesundheitstage (ausgenommen Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung)

meine-krankenkasse.de

## So nehmen Sie teil

- Bestellen Sie **Ihr persönliches Bonusblatt** bei uns (online, per Telefon oder in Ihrem ServiceCenter vor Ort) und es kann losgehen.
- Der **Bonuszeitraum**, während dem Sie Ihre Aktivitäten durchführen können, ist ein Kalenderjahr. Entscheiden Sie sich für den DigiBonus, beträgt er drei Kalenderjahre.
- Lassen Sie sich die Teilnahme an den verschiedenen Aktivitäten auf Ihrem Bonusblatt bestätigen und reichen Sie uns das ausgefüllte Bonusblatt (sowie für die Erstattung Ihrer Gesundheitsausgaben und den DigiBonus zusätzlich Ihre Rechnungen oder Nachweise) **bis zum 30. April** des Folgejahres ein.

Die Bonusblätter einzelner Familienangehöriger können übrigens unabhängig voneinander angefordert und eingelöst werden. Nach jeder Einlösung erhalten Sie automatisch ein vorausgefülltes Blatt zurück, damit Sie direkt wieder etwas für Ihre Gesundheit und Ihren Geldbeutel tun können.

## meinBonus ist für alle da!

Ob beitragszahlendes Mitglied oder familienversicherte Angehörige, ob erwachsen, Baby oder Kind - gesund leben zahlt sich für alle aus. Die Teilnahme an meinBonus ist jedes Jahr und unabhängig voneinander für alle möglich und wird mit barem Geld belohnt. Im ersten Lebensjahr Ihres Babys können Sie alternativ den Babybonus nutzen und 190 Euro erhalten.

**Wir sind für Sie da.**



24-h-Servicetelefon  
0800 1656616\*



facebook.com/bkk.vbu



Servicefax  
0800 1656617\*



meine-krankenkasse.de  
info@bkk-vbu.de

\*kostenfrei innerhalb Deutschlands

## Für Sie empfohlene Vorsorgeangebote

ALTER	KINDER UND JUGENDLICHE	TURNUS
2 Jahre*	U7	einmalig
3 Jahre	U7a	
4 Jahre	U8	
5 Jahre	U9	
ab 6 Jahre	Zahnvorsorge	halbjährlich
ab 12	J1	einmalig

\*für Kinder im Alter von 0 bis Vollendung des 1. Lebensjahres empfehlen wir unseren Babybonus in Höhe von 190 Euro

ALTER	FRAUEN	MÄNNER	TURNUS
ab 18 Jahre	CheckUp (18–35 Jahre): Früherkennung u.a. von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes		einmalig bis zum 35. Lebensjahr
	Zahnvorsorge		jährlich
ab 20 Jahre	Früherkennung Gebärmutterhalskrebs und Krebserkennung des Genitals		jährlich
30–69 Jahre	zusätzlich Früherkennung Brustkrebs		jährlich
zusätzlich ab 35 Jahre	CheckUp 35: Früherkennung u.a. Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes		alle 3 Jahre
	Screening Hepatitis B und C		einmalig
	Früherkennung Hautkrebs		alle 2 Jahre
zusätzlich ab 45 Jahre		Früherkennung Krebserkrankungen der Prostata und des äußeren Genitals	jährlich
zusätzlich von 50–69 Jahre	Früherkennung Brustkrebs-Mammographie Screening		alle 2 Jahre
50–54 Jahre	Früherkennung Darmkrebs (Test auf okkultes Blut im Stuhl, alternativ für Männer Koloskopie*)		jährlich
ab 55 Jahre	Früherkennung Darmkrebs (Test auf okkultes Blut im Stuhl, alternativ Koloskopie*)		alle 2 Jahre
zusätzlich ab 65 Jahre		Früherkennung Bauchortenaneurysmen	einmalig

\*alle 10 Jahre