

# BONUSPROGRAMM - GESUND LEBEN ZAHLT SICH AUS



## Eine gesunde Lebensweise lohnt sich

Sie leben gesund, sind sportlich aktiv oder tun regelmäßig etwas für Ihre Fitness? Dafür werden Sie von der BKK·VBU belohnt. Wir zahlen Ihnen einen Geldbonus aus, denn Sie wissen am besten, wie Sie ihn für Ihre Gesundheit einsetzen können.

**Das BKK·VBU Bonusprogramm ist klar und einfach strukturiert. Es besteht aus drei Bausteinen:**

- › Vorsorge = 70 Euro
- › Zusatzbonus = 30 Euro
- › Aktivitäten = 30 Euro



## Wie hoch fällt der Bonus aus?

Sie können den Bonus einmal im Zeitraum von zwölf Monaten erhalten. Pro Person sind das bis zu 130 Euro, pro Mitglied mit familienversicherten Angehörigen bis zu 280 Euro. Die Bonusblätter einzelner Familienangehöriger können unabhängig voneinander eingelöst werden. Nach jeder Einlösung erhalten Sie automatisch ein vorausgefülltes Blatt zurück, u. a. mit Angaben zum nächstmöglichen Einlösedatum.

Das besondere an unserem Bonusprogramm: familienversicherte Kinder können von Geburt an mitmachen und ihren Bonus einlösen. Im ersten Lebensjahr können sie alternativ auch unseren Babybonus nutzen und 190 Euro erhalten.

## Voraussetzungen für das Bonusprogramm:

### 1. Vorsorge (70 Euro)

**Nehmen Sie alle für Ihr Alter empfohlenen gesetzlichen Untersuchungen und Maßnahmen zur Vorsorge wahr:**

- › Vollständiger Impfschutz (laufend für jede Altersgruppe)
- › Zahnvorsorge (einmal jährlich ab 18 Jahren, zweimal jährlich für Kinder und Jugendliche)
- › Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen U und J (nach Altersempfehlung bis zum 18. Lebensjahr)
- › Gesundheits-Check-up (alle zwei Jahre ab dem Alter von 35 Jahren)
- › Krebsfrüherkennung (ab dem Alter von 20 Jahren für Frauen und 45 Jahren für Männer)

Alle genannten Maßnahmen können Sie mit der Gesundheitskarte der BKK·VBU kostenlos nutzen.

### 2. Zusatzbonus (30 Euro)

**Sie sichern sich zusätzlich ab oder investieren in Ihre Gesundheit? Dann unterstützen wir Sie mit 30 Euro, wenn Sie:**

- › eine **private Krankenzusatz, Pflege- bzw. Unfallversicherung** abgeschlossen haben. Berücksichtigung finden alle privaten Zusatzversicherungen, mit denen Sie sich zusätzlich absichern, zum Beispiel Zahnzusatzversicherung, Krankentagegeldversicherung Zusatzversicherung bei Naturheilverfahren. Auslandsreisekrankenversicherungen sind ausgeschlossen, wenn sie nicht mit den anderen Krankenzusatzversicherungen kombiniert sind.

oder

- › eine **sportmedizinische Untersuchung** wahrgenommen haben. Die Einlösung ist alle zwei Jahre möglich.

oder

- › das Angebot **meine Patientenverfügung** der BKK·VBU nutzen. Die Einlösung ist einmalig möglich.

*meine-krankenkasse.de*

### 3. Aktivitäten (30 Euro)

Sie nehmen Ihre Gesundheit selbst in die Hand, treiben Sport, besuchen Gesundheitskurse oder leben einfach gesund?

**Wir belohnen dies mit weiteren 30 Euro pro Jahr, wenn Sie drei der folgenden Aktivitäten nachweisen:**

- › aktives Mitglied in einem Sportverein
- › aktives Mitglied in einem zertifizierten Fitnessclub
- › Teilnahme an einem zertifizierten Gesundheitskurs
- › Teilnahme an einer unserer Gesundheitsreisen, zum Beispiel der Aktivwoche
- › Ablegen des Sport- oder Wanderabzeichens (Deutsches Sportabzeichen von einem Sportverein, Wanderabzeichen vom Deutschen Wanderverein e.V. oder die Schwimmabzeichen in Bronze, Silber und Gold des Deutschen Schwimmverbandes)
- › Wahrnehmen der Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft
- › BodyMassIndex im Normbereich
- › Nichtraucher seit mindestens sechs Monaten (kann einmalig im Rahmen des Bonusprogramms berücksichtigt werden)

### Wie erhalte ich mein Bonusblatt?

Ihr persönliches Bonusblatt können Sie einfach bei uns telefonisch, per Post oder E-Mail anfordern. Oder besuchen Sie uns in einem unserer mehr als 40 ServiceCenter bundesweit.



#### Wir sind für Sie da.

 24-h-Servicetelefon  
0800 165 66 16\*

 [facebook.com/bkk.vbu](https://facebook.com/bkk.vbu)

 Servicefax  
0800 165 66 17\*

 [meine-krankenkasse.de](http://meine-krankenkasse.de)  
[info@bkk-vbu.de](mailto:info@bkk-vbu.de)

\*kostenfrei innerhalb  
Deutschlands