

9. Der/Die Versicherte hat das Deutsche Sportabzeichen nach den Richtlinien des Deutschen Sportbundes oder das Deutsche Wanderabzeichen nach den Richtlinien des Deutschen Wanderverbandes abgelegt (Nachweis durch Vorlage/Kopie der Urkunde bzw. des Wander-Fitness-Passes).  
→ **BONUS: 20,00 €**
10. Der/Die Versicherte besucht regelmäßig und aktiv ein Fitness-Studio, welches den Qualitätsanforderungen entspricht (Stempel des Fitness-Studios erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**
11. Der/Die Versicherte ist aktives Mitglied in einem Sportverein im Bereich Bewegungssport (Stempel des Sportvereins erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**
12. Der/Die Versicherte lässt auf eigene Kosten eine professionelle Zahnreinigung durchführen (Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 20,00 €**
13. Der/Die Versicherte nimmt ab dem 40. Lebensjahr auf eigene Kosten eine Untersuchung zur Früherkennung des Glaukoms in Anspruch (Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 10,00 €**
14. Der/Die Versicherte lässt auf eigene Kosten ein Hautkrebs-Screening außerhalb gesetzlicher und vertraglicher Regelungen durchführen (Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 20,00 €**
15. Der/Die Versicherte nimmt abweichend von Nr. 2 und von Nr. 14 auf eigene Kosten eine erweiterte Krebsvorsorgemaßnahme in Anspruch (z.B. Mammographie, Sonographie, Bestimmung des PSA, Ultraschall; Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 10,00 €**
16. Der/Die Versicherte lässt bei Verdacht auf Osteoporose eine Knochendichtemessung durchführen (Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 10,00 €**

17. Die Versicherte lässt in der Schwangerschaft eine Zusatzdiagnostik durchführen (z.B. Triple-Test, Toxoplasmose-Test, Nackentransparenz-Messung; Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 10,00 €**
18. Die Versicherte nimmt am Vorsorgeprogramm „Hallo Baby“ oder „Baby Care“ teil (Praxisstempel oder Rechnung erforderlich).  
→ **BONUS: 10,00 €**

## Wahlaktivitäten mitversicherter Kinder

19. Teilnahme am Vorsorgeprogramm STARKE Kids (Praxisstempel erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**
20. Inanspruchnahme der Jugenduntersuchung J1 im Alter von 12-14 Jahren (Praxisstempel erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**
21. Teilnahme an qualifizierten Präventionsmaßnahmen oder Gesundheitsaktionen (z.B. Rückenschule, Kinder-Yoga, Ernährungsberatung; Stempel des Anbieters erforderlich).  
→ **BONUS: 10,00 €**
22. Das mitversicherte Kind lässt auf eigene Kosten ein Hautkrebs-Screening außerhalb gesetzlicher und vertraglicher Regelungen durchführen (Nachweis durch Vorlage der Rechnung/Quittung).  
→ **BONUS: 20,00 €**
23. Erfolgreiche Teilnahme am „Seepferdchen“-Schwimmkurs oder Teilnahme am Babyschwimmen (Stempel des Anbieters erforderlich).  
→ **BONUS: 10,00 €**
24. Aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein im Bereich Bewegungssport (Stempel des Sportvereins erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**



**Teilnahmebedingungen  
für das Bonusmodell FitPlus**

# SKD BKK für Ihre Gesundheit

## Teilnahmeberechtigter Personenkreis

Teilnehmen können alle Mitglieder und Versicherten der SKD BKK ab 18 Jahren. Familienversicherte Kinder unter 18 Jahren können den Kinderbonus im Bonusheft der Eltern nachweisen.

## Bonus

Versicherte, die sich gesundheitsbewusst verhalten, haben Anspruch auf einen Bonus, wenn sie, soweit sie zur Inanspruchnahme berechtigt sind, die Punkte 1 – 3 (Basis-Aktivitäten) vollständig und aus den Punkten 4 – 24 (Wahl-Aktivitäten) mindestens 2 Punkte innerhalb eines Kalenderjahres nachweisen.

Als Bonus werden dem Versicherten die unter den Punkten 1 – 24 genannten Geldprämien gewährt. Dabei soll insbesondere die Inanspruchnahme zusätzlicher Vorsorgeuntersuchungen bzw. -behandlungen, die nicht im Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung enthalten sind, berücksichtigt werden. Mit der Bonusregelung soll zugleich das gesundheitsbewusste aktive Verhalten von Kindern gefördert werden.

Die Teilnahme ist freiwillig. Alle Aktivitäten bzw. Maßnahmen müssen entsprechend der Teilnahmebedingungen bzw. der Vermerke in den einzelnen Bonusfeldern im Bonusheft nachgewiesen werden.



Kosten, die dem/der Versicherten für das Führen des Bonusheftes entstehen, können nicht erstattet werden.

Der Anspruch auf die Prämien für die unter den einzelnen Punkten jeweils aufgeführten Aktivitäten/Maßnahmen kann nur einmal im Kalenderjahr geltend gemacht werden.

Aktivitäten/Maßnahmen aus Vorjahren oder außerhalb einer Versicherungszeit bei der SKD BKK können bei der Ermittlung der Prämiensumme nicht berücksichtigt werden.

## Bonusauszahlung

Auszahlungsvoraussetzung für den Bonus ist ein ungekündigtes Versicherungsverhältnis zum Zeitpunkt der Antragstellung. Der Bonus bzw. die Geldprämie wird spätestens nach Ablauf eines Kalenderjahres gezahlt, wenn die Erfüllung der Voraussetzungen durch die Vorlage des FitPlus-Bonusheftes vollständig nachgewiesen wurde. Die Bonushefte sollten spätestens bis Ende Februar des Folgejahres eingereicht werden.

Bitte beachten Sie, dass wir seit Inkrafttreten des Bürgerentlastungsgesetzes verpflichtet sind, alle Bonuszahlungen im Rahmen der elektronischen Datenübermittlung dem Finanzamt zu melden. Zu diesem Zweck benötigen wir Ihre steuerliche Identifikationsnummer (IdNr.). Bitte geben Sie diese auf dem Bonusheft mit an.

## Basis-Aktivitäten

1. **Gesundheits-Check:** Der/Die Versicherte nimmt ab dem vollendeten 35. Lebensjahr in jedem 2. Jahr an einer ärztlichen Gesundheitsuntersuchung gem. § 25 SGB V teil (Praxisstempel erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**
2. **Krebs-Früherkennung:** Der/Die Versicherte nimmt jährlich (Frauen ab dem 20., Männer ab dem 45. Lebensjahr) an einer Krebsfrüherkennungsuntersuchung gem. § 25 Abs. 2 SGB V teil (Praxisstempel erforderlich).  
→ **BONUS: 20,00 €**

3. **Kinderuntersuchungen:** Mitversicherte Kinder nehmen die nach § 26 Abs. 1 SGB V für den Zeitraum des jeweiligen Kalenderjahres vorgesehenen Kinderuntersuchungen (U1-U9) vollständig in Anspruch (Praxisstempel erforderlich).

→ **BONUS: 20,00 €**

## Wahl-Aktivitäten für Erwachsene

4. Der/Die Versicherte nimmt an einem vom Arbeitgeber angebotenen Gesundheits-Check oder einer betrieblichen Screening-Maßnahme/Vorsorgeaktion teil (z.B. Darmkrebsvorsorge).  
→ **BONUS: 10,00 €**
5. Der/Die Versicherte nimmt eine qualitätsgesicherte Leistung der Primärprävention gem. § 20 oder § 20a SGB V in Anspruch (Stempel des Anbieters erforderlich).  
→ **BONUS: 10,00 €**
6. Der Body-Mass-Index (BMI) des/der Versicherten liegt zwischen 18 und 27 kg/m<sup>2</sup> (Nachweis durch Arztpraxis, Sportverein o.ä.).  
→ **BONUS: 10,00 €**
7. Der/Die Versicherte ist seit mindestens 6 Monaten Nichtraucher (Bestätigung durch Versichertenunterschrift oder Praxisstempel).  
→ **BONUS: 10,00 €**
8. Der/Die Versicherte hat zur Vervollständigung seines/ihres Impfschutzes im Bonusjahr eine von der BKK nach § 20 d SGB V gewährte Schutzimpfung in Anspruch genommen (Praxisstempel erforderlich).  
→ **BONUS: 10,00 €**

für Ihre Gesundheit