

# Gesund leben – Bonus sichern

Die IKK classic belohnt Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten mit einer attraktiven Prämie von bis zu 300 Euro pro Jahr. Das trifft für alle Versicherten ab 15 Jahren zu.

## Sichern Sie sich Ihren Bonus – so einfach geht es:

- Jedes Familienmitglied führt ein eigenes Bonusheft. Die Bonushefte erhalten Sie in Ihrem IKK-Kundencenter oder unter [www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de).
- Lassen Sie sich jede Bonus-Aktivität auf den folgenden Seiten bestätigen. Für andere, nicht genannte Aktivitäten, zahlen wir keinen Bonus. Bereits ab vier Maßnahmen können Sie sich über eine attraktive Geldprämie freuen.
- Voraussetzung für die Auszahlung ist eine ungekündigte Mitgliedschaft bzw. Familienversicherung bei der IKK classic. Versicherte, deren Leistungsansprüche wegen Beitragsrückständen ruhen, erhalten keinen Bonus.
- Sie bekommen den IKK Bonus jeweils für ein Kalenderjahr. Reichen Sie dazu das Bonusheft 2010 bis zum 31. Januar 2011 bei Ihrer IKK classic ein. Wir überweisen Ihnen den Bonus ab Jahresbeginn 2011. Es ist nicht möglich, Aktivitäten oder Boni ins nächste Jahr oder auf andere Personen zu übertragen.
- Bitte beachten Sie die Hinweise, wie oft und wofür Sie den Bonus erhalten und welche Belege wir alternativ als Nachweis anerkennen. Eventuell erheben Ärzte oder andere Leistungserbringer Gebühren für den Nachweis. Diese können wir nicht übernehmen.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de)

# Dafür gibt es den IKK Bonus

Gesetzliche Vorsorge	Ihr Bonus
<b>Gesundheits-Check-up</b> Kontrolle des allgemeinen Gesundheitszustandes ab 35 Jahren (alle 2 Jahre)	10 €
<b>Krebsfrüherkennung</b> Untersuchung zur Früherkennung von Gebärmutterhals- und Brustkrebs für Frauen ab 20 Jahren bzw. Prostatakrebs für Männer ab 45 Jahren (jährlich)	10 €
<b>Haut-Check</b> Früherkennung von Hautkrebs ab 35 Jahren (alle 2 Jahre)	10 €
<b>Darmkrebsvorsorge</b> Untersuchung entsprechend der Krebsfrüherkennungs-Richtlinien ab 50 Jahren	10 €
<b>Mammographie-Screening</b> Vorsorge von Brustkrebs für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren (alle 2 Jahre)	10 €
<b>Mutterschaftsvorsorge</b> alle gesetzlich vorgegebenen Untersuchungen für Schwangere (einmal jährlich bzw. je Schwangerschaft)	10 €

Private Vorsorge	Ihr Bonus
<b>Glaukomuntersuchung</b> Früherkennung Grüner Star ab 45 Jahren (alle 3 Jahre)	20 €
<b>PSA-Test</b> Früherkennung Prostata-Karzinom Männer ab 45 Jahren (alle 3 Jahre)	20 €
<b>Knochendichtemessung</b> Osteodensitometrie zur Früherkennung von Osteoporose ab 45 Jahren (alle 3 Jahre)	20 €
<b>Haut-Check</b> Früherkennung von Hautkrebs sofern keine gesetzliche Vorsorge (jährlich)	20 €
<b>Jugendgesundheitsuntersuchung J2</b> zusätzliche Vorsorgeuntersuchung zwischen 15 und 17 Jahren (einmalig, im Jahr der Untersuchung)	20 €

Prävention	Ihr Bonus
<b>Gesundheitskurs</b> ein Kurs bei einem durch die IKK classic geprüften Anbieter (jährlich)	10 €
<b>MammaCare</b> Kurs zum Erlernen der Selbstuntersuchung der Brust für Frauen ab 18 Jahren (einmalig im Jahr der Teilnahme)	10 €
<b>Geburtsvorbereitungskurs</b> für Schwangere bzw. werdende Väter einmal pro Schwangerschaft bzw. pro Jahr	♀ 10 € ♂ 30 €
<b>Rückbildungsgymnastik</b> gesetzliche Hebammenleistung für Frauen einmal pro Geburt	10 €
<b>Professionelle Zahnreinigung</b> zusätzliche Zahnvorsorge (jährlich)	30 €
<b>Zahnvorsorge</b> Kontrolluntersuchung (jährlich), bis zum 17. Lebensjahr halbjährlich	je 10 €

Sportliche Aktivitäten	Ihr Bonus
<b>Fitnessstudio</b> aktive Mitgliedschaft mit mindestens 20 Trainingseinheiten (jährlich)	30 €
<b>Sportverein</b> aktive Mitgliedschaft, bei der eine körperliche Ausdauerleistung im Mittelunkt steht; z. B. Laufen, Schwimmen oder Radfahren (jährlich)	30 €
<b>Teilnahme an einer öffentlichen Sportveranstaltung</b> in einer Ausdauersportart, die durch einen Sportverein begleitet wird; z. B. Volks- oder Stadtlauf (jährlich)	30 €
<b>Deutsches Schwimmbadzeichen</b> nach den Bedingungen des Deutschen Schwimmverbandes/DSV (einmalig, im Jahr des Erwerbs)	30 €
<b>Deutsches Sportabzeichen</b> nach den Bedingungen des Deutschen Olympischen Sportbundes/DOSB (einmalig, im Jahr des Erwerbs)	30 €
<b>Betriebs- oder Hochschulsport</b> regelmäßige Teilnahme am Training einer Betriebs- oder Hochschulsportgruppe (jährlich)	10 €
<b>Gesundes Körpergewicht</b> mit altersgerechtem Body-Mass-Index (BMI) (jährlich) Zu Ihrer Orientierung: 15–24 J. → BMI = 19–24      45–54 J. → BMI = 19–27 25–34 J. → BMI = 19–25      55–64 J. → BMI = 19–28 35–44 J. → BMI = 19–26      ab 65 J. → BMI = 19–29	30 €

# Persönliche Daten

Vor- und Nachname

Geburtsdatum

Versichertennummer

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Bitte überweisen Sie den IKK Bonus auf das folgende Konto:

Vor- und Nachname des Kontoinhabers

Kontonummer

Bankleitzahl

Bankinstitut

Datum

Unterschrift

## Datenschutzhinweis:

Die Erhebung der Daten ist zur Bearbeitung Ihres Antrages erforderlich und beruht auf § 65a i. V. m. § 284 SGB V und auf § 67a SGB X. Ohne Ihre Angaben ist eine Bonuszahlung nicht möglich. Eine Weiterleitung Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht.

Bitte vollständig und gut lesbar ausfüllen.

# Nachweise – Gesetzliche Vorsorge

## Gesundheits-Check-up

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes

## Krebsfrüherkennung

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes

## Haut-Check

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes

## Darmkrebsvorsorge

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes

## Mammographie-Screening

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes oder der Mammographie-Screening Stelle

## Mutterschaftsvorsorge

Stempel

Datum, Unterschrift des Arztes

# Nachweise – Private Vorsorge

## Glaukomuntersuchung

Stempel

Ich lege als Nachweis die Rechnungskopie bei.

Datum, Unterschrift des Arztes

## PSA-Test

Stempel

Ich lege als Nachweis die Rechnungskopie bei.

Datum, Unterschrift des Arztes

## Knochendichtemessung

Stempel

Ich lege als Nachweis die Rechnungskopie bei.

Datum, Unterschrift des Arztes

## Haut-Check

Stempel

Ich lege als Nachweis die Rechnungskopie bei.

Datum, Unterschrift des Arztes

## Jugendgesundheitsuntersuchung J2

Stempel

Ich lege als Nachweis die Rechnungskopie bei.

Datum, Unterschrift des Arztes

## IKK Bonus für Kinder bis 15 Jahre

Für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes können Sie eine Menge tun. Nehmen Sie zum Beispiel unbedingt die Vorsorgeuntersuchungen wahr. Auch andere Aktivitäten belohnen wir mit dem IKK Bonus – insgesamt bis zu 150 Euro im Jahr. Fordern Sie einfach das Bonusheft für Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre an.



