

Infoblatt IKK Bonus 2023 – ausführliche Web-Version mit Erläuterungen

Geldbonus oder Zuschuss sichern – so einfach geht's

(Neuerungen gegenüber dem Vorjahr sind blau markiert)

- Nachweise für selbst im Bonusjahr genutzte bonus- bzw. zuschussfähige Maßnahmen sammeln. Schon ab einer Maßnahme ist ein Bonus möglich, wenn diese aus dem Bereich „Gesetzliche Vorsorge und Impfungen“ stammt.
- Auf dem Bonusantrag entweder den Geldbonus oder den Zuschuss wählen.
- Bei Wahl des Zuschusses: Den Beleg für die zuschussfähige Leistung aus dem Jahr der Bonusteilnahme mit dem Antrag einreichen und einen **Zuschuss in dreifacher Höhe des Geldbonus** erhalten (maximal in Höhe der tatsächlichen Ausgaben).

Bonusfähige Maßnahmen

GESETZLICHE VORSORGE UND IMPFUNGEN (ab der 1. Maßnahme bonusfähig)			
Nr.	Bonusfähige Maßnahme	Erläuterung	Geldbonus
01	Schutzimpfung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ jede von der IKK classic übernommene Schutzimpfung ▪ Sind zum Erreichen der Immunität mehrere Impfungen notwendig (z. B. gegen Corona, FSME), zählt erst die abschließende Impfung als Bonusmaßnahme. ▪ Eine Kombinationsimpfung gegen mehrere Krankheiten gleichzeitig (z. B. gegen Masern, Mumps und Röteln) wird ebenfalls als eine einzige Bonusmaßnahme gewertet. 	je 5 €
02	Gesundheitsuntersuchung	Kontrolle des allgemeinen Gesundheitszustands – ab 18 J. einmalig, ab 35 J. alle 3 J. möglich	10 €
03	Krebsfrüherkennung (Frau)	jährliche Untersuchung zur Früherkennung von Gebärmutterhals- und Brustkrebs – ab 20 J.	10 €
04	Krebsfrüherkennung (Mann)	jährliche Untersuchung zur Früherkennung von Prostatakrebs – ab 45 J.	10 €
05	Darmkrebsvorsorge	<ul style="list-style-type: none"> ▪ bis 49 J.: alle 2 J. immunologischer Stuhltest, wenn aus ärztlicher Sicht bereits bestehende Risikofaktoren auf eine Schwächung der Gesundheit oder eine drohende Erkrankung hinweisen ▪ zwischen 50 und 54 J.: jährlicher Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl ▪ Männer ab 50 J., Frauen ab 55 J.: insgesamt 2 Darmspiegelungen (Koloskopien) im Abstand von 10 J. ▪ ab 55 J., sofern noch keine Koloskopie genutzt wurde: alle 2 J. Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl 	10 €
06	Hautkrebsvorsorge	<ul style="list-style-type: none"> ▪ bis 34 J.: alle 2 J. möglich, wenn bereits bestehende Risikofaktoren auf eine Schwächung der Gesundheit oder drohende Erkrankung hinweisen ▪ ab 35 J.: alle 2 Jahre möglich 	10 €
07	Mammographie-Screening (Frau)	Brustkrebsvorsorge – zwischen 50 und 69 J. alle 2 J. möglich	10 €
08	Ultraschall-Screening Bauchaortenaneurysma (Mann)	zur Früherkennung einer Bauchschlagader-Erweiterung, ab 65 J. einmalig möglich	10 €
09	Mutterschaftsvorsorge	jede gesetzlich vorgesehene Untersuchung für Schwangere	je 10 €

GESETZLICHE VORSORGE UND IMPFUNGEN (ab der 1. Maßnahme bonusfähig)			
Nr.	Bonusfähige Maßnahme	Erläuterung	Geldbonus
10	Zahnvorsorge 1	1. Kontrolluntersuchung im Kalenderjahr – ab 6 J.	5 €
11	Zahnvorsorge 2	2. Kontrolluntersuchung im Kalenderjahr – ab 6 J.	5 €
12	U1 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: direkt nach der Geburt	10 €
13	U2 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 3. – 14. Lebenstag	10 €
14	U3 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 3. – 8. Lebenswoche	10 €
15	U4 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 2. – 4,5. Lebensmonat	10 €
16	U5 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 5. – 8. Lebensmonat	10 €
17	U6 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 9. – 14. Lebensmonat	10 €
18	U7 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 20. – 27. Lebensmonat	10 €
19	U7a für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 33. – 38. Lebensmonat	10 €
20	U8 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 43. – 50. Lebensmonat	10 €
21	U9 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 58. – 66. Lebensmonat	10 €
22	U10 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 7 – 8 J.	10 €
23	U11 für Kinder	Vorsorgeuntersuchung: 9 – 10 J.	10 €
24	J1 für Jugendliche	Jugendgesundheitsuntersuchung: 12 – 14 J.	10 €
25	J2 für Jugendliche	Jugendgesundheitsuntersuchung: 16 – 17 J.	10 €
26	FU1 – FU2 für Kinder	insgesamt 6 zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen zwischen dem 6. und 72. Lebensmonat	je 5 €
GESUNDHEITSBEWUSSTES VERHALTEN			
(ab 2 Maßnahmen aus Nr. 40 – 53 bonusfähig, jede Maßnahme nur einmal im Kalenderjahr; Statuswerte (b) aus Nr. 50 – 53 erst zusammen mit mindestens einer regelmäßigen Aktivität (a) aus Nr. 40 – 44 bonusfähig)			
a) Regelmäßige Aktivitäten			
40	Gesundheitskurs	erfolgreiche Teilnahme an einem durch uns geprüften Kursangebot, ab 6 J.	25 €
41	Fitness- oder Sportstudio	aktive Mitgliedschaft oder mindestens 20 Trainingseinheiten im Kalenderjahr in einem qualitätsgesicherten Studio	25 €
42	Sportverein oder Betriebs- bzw. Hochschulsport	Teilnahme an Bewegungsangeboten im Sportverein oder an einer Betriebs-/Hochschulsportgruppe	25 €
43	Gemeinschaftssport im Freien unter qualifizierter Anleitung	z. B. Lauftreffs, Radtouren des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC), Wanderungen des Deutschen Wanderverbandes (DWV), Kletter- oder Mountainbike-Kurse mit entsprechender Vorbereitung	25 €
44	Rückbildungsgymnastik (Frau)	Kursteilnahme nach der Geburt eines Kindes	25 €

b) Statuswerte			
50	Deutsches Sportabzeichen	nach den Bedingungen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)	25 €
51	Leistungsabzeichen eines deutschen Sportverbandes	bewegungsorientiertes Sportabzeichen, z. B. Schwimmbadabzeichen, Triathlonabzeichen	25 €
52	Body-Mass-Index (BMI)	gesundes Verhältnis von Größe und Gewicht innerhalb der von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Grenzen	25 €
53	Blutdruckwert	im medizinischen Normbereich	25 €

Zuschussfähige Leistungen für die Auszahlung als Zuschuss

Folgende Leistungen sind zuschussfähig, wenn sie im Teilnahmejahr von der Bonusteilnehmerin oder dem Bonusteilnehmer selbst in Anspruch genommen wurden:

60	Gerät zum Messen und Erfassen des eigenen Fitness- und Gesundheitsstatus (Kaufbeleg)
61	Sportveranstaltungen (Start- und Teilnahmegebühren)
62	Geburtsvorbereitungskurs für Partner(innen) von Schwangeren (Teilnahmegebühr)
63	Private Zusatzversicherungen, hierzu gehören: Krankenzusatz-, Auslandsreisekranken-, Pflegezusatz-, Berufsunfähigkeits- und Unfallversicherungen (Beitrag)
64	Erste-Hilfe-Kurs (Teilnahmegebühr)
65	Baby- und Kinderschwimmen (Teilnahmegebühr)
66	Eltern-Baby-Kurse (Teilnahmegebühr)
67	Zyklus-App und deren Zubehör zur Kinderwunscherfüllung (Kaufbeleg)