

## Infoblatt IKK Bonus 2022 – ausführliche Web-Version mit Erläuterungen

### Geldbonus oder Zuschuss sichern – so einfach gehts

- 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 doppelter 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"> <li>▪ jede von der IKK classic übernommene Schutzimpfung</li> <li>▪ Sind zum Erreichen der Immunität mehrere Impfungen notwendig (z. B. gegen Corona, FSME), zählt erst die abschließende Impfung als Bonusmaßnahme.</li> <li>▪ Eine Kombinationsimpfung gegen mehrere Krankheiten gleichzeitig (z. B. gegen Masern, Mumps und Röteln) wird ebenfalls als eine einzige Bonusmaßnahme gewertet.</li> </ul> | 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"> <li>▪ <b>zwischen 50 und 54 J.:</b> jährlicher Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl</li> <li>▪ <b>Männer ab 50 J., Frauen ab 55 J.:</b> insgesamt 2 Darmspiegelungen (Koloskopien) im Abstand von 10 J.</li> <li>▪ <b>ab 55 J., sofern noch keine Koloskopie genutzt wurde:</b> alle 2 J. Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl</li> </ul>                                                       | 10 €      |
| 06                                                                 | Hautkrebsvorsorge                                 | zur Früherkennung von Hautkrebs – ab 35 J. alle 2 J. 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 Bauchaortaerweiterung, ab 65 J. einmalig möglich                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 10 €      |
| 09                                                                 | Mutterschaftsvorsorge                             | jede gesetzlich vorgesehene Untersuchung für Schwangere                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | je 10 €   |
| 10                                                                 | Zahnvorsorge 1                                    | 1. Kontrolluntersuchung im Kalenderjahr – ab 6 J.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5 €       |
| 11                                                                 | Zahnvorsorge 2                                    | 2. Kontrolluntersuchung im Kalenderjahr – ab 6 J.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5 €       |

| <b>GESETZLICHE VORSORGE UND IMPFUNGEN</b> (ab der 1. Maßnahme bonusfähig)                                                                                                                                                                          |                                                             |                                                                                                                                                                                              |                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Nr.</b>                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Bonusfähige Maßnahme</b>                                 | <b>Erläuterung</b>                                                                                                                                                                           | <b>Geld-bonus</b> |
| 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 €            |
| <b>GESUNDHEITSBEWUSSTES VERHALTEN</b>                                                                                                                                                                                                              |                                                             |                                                                                                                                                                                              |                   |
| (ab 2 Maßnahmen aus Nr. 40 – 53 bonusfähig, jede Maßnahme nur <b>einmal</b> im Kalenderjahr; Statuswerte (b) aus Nr. 50 – 53 <b>erst</b> zusammen <b>mit</b> mindestens <b>einer</b> regelmäßigen Aktivität (a) <b>aus</b> Nr. 40 – 44 bonusfähig) |                                                             |                                                                                                                                                                                              |                   |
| <b>a) Regelmäßige Aktivitäten</b>                                                                                                                                                                                                                  |                                                             |                                                                                                                                                                                              |                   |
| 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>b) Statuswerte</b>                                                                                                                                                                                                                              |                                                             |                                                                                                                                                                                              |                   |
| 50                                                                                                                                                                                                                                                 | Deutsches Sportabzeichen                                    | nach den Bedingungen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)                                                                                                                            | 25 €              |
| 51                                                                                                                                                                                                                                                 | Leistungsabzeichen eines deutschen Sportverbandes           | bewegungsorientiertes Sportabzeichen, z. B. Schwimtabzeichen, 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 | <b>Gerät zum Messen und Erfassen des eigenen Fitness- und Gesundheitsstatus</b> (Kaufbeleg)                                                                            |
| 61 | <b>Sportveranstaltungen</b> (Start- und Teilnahmegebühren)                                                                                                             |
| 62 | <b>Geburtsvorbereitungskurs für Partner(innen) von Schwangeren</b> (Teilnahmegebühr)                                                                                   |
| 63 | <b>NEU: Private Zusatzversicherungen, hierzu gehören: Krankenzusatz-, Auslandsreisekranken-, Pflegezusatz-, Berufsunfähigkeits- und Unfallversicherungen</b> (Beitrag) |
| 64 | <b>Erste-Hilfe-Kurs</b> (Teilnahmegebühr)                                                                                                                              |
| 65 | <b>Baby- und Kinderschwimmen</b> (Teilnahmegebühr)                                                                                                                     |
| 66 | <b>NEU: Eltern-Baby-Kurse</b> (Teilnahmegebühr)                                                                                                                        |
| 67 | <b>NEU: Zyklus-App und deren Zubehör zur Kinderwunscherfüllung</b> (Kaufbeleg)                                                                                         |