

## Aktivbonus – Das Bonusprogramm für Mitglieder

Wer sich für eine Mitgliedschaft bei der IKK Südwest entschieden hat, auf den warten neben einem umfassenden Leistungsangebot noch viele weitere Vorteile – wie etwa der IKK Aktivbonus, der gesundheitsbewusstes Verhalten mit 60 Euro honoriert.

Als Dank für Ihr entgegengebrachtes Vertrauen gewährt Ihnen die IKK Südwest einmalig einen Aktivbonus in Höhe von 60 Euro. Was Sie dafür tun müssen? Ganz einfach: Weisen Sie uns nach, dass Sie an zwei der nachfolgenden Gesundheitsmaßnahmen erfolgreich teilgenommen haben. Sind Sie aktives Mitglied in einem Fitnessstudio? Oder Nichtraucher? Gehen Sie regelmäßig zur zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung? Oder haben Sie kürzlich einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert? Schon mit zwei der umseitig angeführten Maßnahmen können Sie sich jetzt Ihren Aktivbonus sichern.

### So einfach funktioniert es:



### Zu den gesetzlichen Maßnahmen gehören:

- Gesundheits Check-up, ab 35 Jahren
- Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchungen
- Darmkrebsfrüherkennung, ab 50 Jahren
- Brustkrebsfrüherkennung durch Mammografie-Screening, ab 50 und bis 69 Jahre
- Hautkrebs-Screening, ab 19 Jahren
- Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung, ab 18 Jahren/Individualprophylaxe, ab 6 Jahren
- Vollständiger Impfschutz nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO)
- Qualifizierte Gesundheitskurse, ab 6 Jahren
- Krebsfrüherkennung, für Frauen ab 20 Jahren, für Männer ab 45 Jahren
- Mutterschaftsvorsorge z. B. Vorsorgeuntersuchungen, Geburtsvorbereitungskurse, Rückbildungsgymnastik.

*Sportverein  
+ Zahnvorsorge  
= 60 Euro*

### Ihre Fragen zum IKK Aktivbonus beantworten wir gern.

In unserem Kundencenter vor Ort ist Ihr persönlicher Kundenberater für Sie da. Oder rufen Sie uns an – kostenfrei unter 0800 0 119 119.



Nachträglich kann es z. B. durch Gesetzesänderungen zu abweichenden Regelungen kommen. Aktuelle Auskünfte erhalten Sie online, von Ihrem persönlichen Kundenberater oder in einem Kundencenter der IKK Südwest. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Beratung vertrauen.

## Folgende private Maßnahmen fließen in den Aktivbonus mit ein:

- Aktive Mitgliedschaft in einem Fitnessstudio mit mindestens 24 Trainingseinheiten in einem Kalenderjahr, ab 16 Jahren
- Erwerb Deutsches Feuerwehr Fitnessabzeichen
- Erwerb Schwimmabzeichen nach den Bedingungen des Deutschen Schwimmverbandes
- Erwerb Sportabzeichen nach den Bedingungen des Deutschen Olympischen Sportbundes
- Body-Mass-Index (BMI) im Normalbereich, gemäß der Weltgesundheitsorganisation
- Nichtraucher nachweis, ab 18 Jahren
- Erwerb Wanderabzeichen vom Verband Deutscher Gebirgs- und Wandervereine
- Teilnahme an einer Sportveranstaltung in einer Ausdauersportart, die durch einen eingetragenen Sportverein begleitet wird oder sportliche Aktivitäten im Rahmen einer Mitgliedschaft in einem eingetragenen Sportverein
- Teilnahme am Training einer Betriebs- und Hochschulsportgruppe
- Teilnahme an IKK-Gesundheitsveranstaltungen
- Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs

## Auch diese gesundheitsbewussten Maßnahmen können mitgebracht werden:

- Führung eines Organspendeausweises, ab 16 Jahren oder eines Knochenmarkspenderausweises, ab 18 Jahren
- Blutspende, ab 18 Jahren



## IKK Südwest Info

Reichen Sie einfach den Aktivbonus-Antrag bis spätestens 30. April des auf die Teilnahme folgenden Kalenderjahres bei uns ein. Wir werden Ihnen Ihren Aktivbonus in Höhe von 60 Euro anschließend auf Ihr Konto überweisen. Da der IKK Aktivbonus als Beitragsrückerstattung angesehen wird, mindert er die steuerlich abziehbaren Krankenversicherungsbeiträge in dem Jahr, in dem die Erstattung zufließt.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter **[www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de)**. Dort können Sie sich auch den Aktivbonus-Antrag downloaden. Geben Sie hierzu einfach in der Suchmaske den **Webcode 0921** ein.

### Ihre Fragen zum IKK Aktivbonus beantworten wir gern.

In unserem Kundencenter vor Ort ist Ihr persönlicher Kundenberater für Sie da. Oder rufen Sie uns an – kostenfrei unter 0800 0 119 119.



Nachträglich kann es z.B. durch Gesetzesänderungen zu abweichenden Regelungen kommen. Aktuelle Auskünfte erhalten Sie online, von Ihrem persönlichen Kundenberater oder in einem Kundencenter der IKK Südwest. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Beratung vertrauen.