

IKK 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 einmalige IKK Aktivbonus, der gesundheitsbewusstes Verhalten mit bis zu 60 Euro honoriert.

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

So einfach funktioniert es:



Gesetzliche Maßnahmen:

- Gesundheits-Check-up (einmalig im Alter von 18 bis 34 Jahren, ab 35 Jahren alle drei Jahre)
- Jugendgesundheitsuntersuchung J2 (einmalig)
- Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchungen nach § 26 SGB V (einmal je Untersuchung)
- Darmkrebsfrüherkennung, ab 50 Jahren (einmal je Untersuchung)
- Nichtrauchernachweis
- Brustkrebsfrüherkennung durch Mammografie-Screening, ab 50 und bis 75 Jahre (alle zwei Jahre)
- Krebsfrüherkennung, für Frauen ab 20 Jahren, für Männer ab 45 Jahren (einmal je Untersuchung)
- Mutterschaftsvorsorge, z. B. Vorsorgeuntersuchungen, Geburtsvorbereitungskurse, Rückbildungsgymnastik (einmal je Schwangerschaft)

*Sportverein
+ Zahnvorsorge
= 60 Euro*

- Früherkennung von Bauchortenaneurysmen (Ultraschall-Screening), einmalig für Männer ab 65 Jahren
- Hautkrebs-Screening, ab 19 Jahren
- Verhütung von Zahnerkrankungen nach den §§ 21 – 22a SGB V
- Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen nach § 55 SGB V
- Schutzimpfungen nach § 20i SGB V (einmal je vollständig durchgeführter Impfung)
- Zertifizierte Gesundheitskurse, ab 6 Jahren

Private gesundheitsbewusste Maßnahmen:

- Aktive Mitgliedschaft in einem Fitnessstudio mit mindestens 24 Trainingseinheiten in einem Kalenderjahr, ab 16 Jahren
- Body-Mass-Index (BMI) im Normalbereich, gemäß der Weltgesundheitsorganisation – nur in Kombination mit einer weiteren Maßnahme (ausgenommen „Organ-/Knochenmarkspenderausweis“) bonifizierbar
- Blutspende, ab 18 Jahren
- Erwerb Deutsches Feuerwehr-Fitness-Abzeichen
- Erwerb Schwimmabzeichen nach den Bedingungen des Deutschen Schwimmverbandes
- Erwerb Sportabzeichen nach den Bedingungen des Deutschen Olympischen Sportbundes
- Erwerb Wanderabzeichen vom Verband Deutscher Gebirgs- und Wandervereine
- Führung eines Organspendenausweises, ab 16 Jahren, oder eines Knochenmarkspenderausweises, ab 18 Jahren (einmalig je Versicherter und Mitgliedschaft) – nur in Kombination mit einer weiteren Maßnahme (ausgenommen „Body-Mass-Index“) bonifizierbar
- Teilnahme am Disease-Management-Programm (einmal im Kalenderjahr)
- Teilnahme an einem nach § 20h SGB V geförderten Selbsthilfekurs oder Teilnahme an einer Selbsthilfe-Sportgruppe, die durch einen qualifizierten Trainingsleiter geführt wird
- 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- bzw. Hochschulsportgruppe
- Teilnahme an IKK-Gesundheitsveranstaltungen

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 bis zu 60 Euro anschließend auf Ihr Konto überweisen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter **www.ikk-suedwest.de**. Geben Sie hierzu einfach in der Suchmaske den **Webcode 921** ein.

IKK Aktivbonus

Sie bekommen den Aktivbonus einmalig für Ihre Mitgliedschaft. Bitte beachten Sie, dass eine gleichzeitige Teilnahme am IKK Aktivbonus und IKK Gesundheitsbonus im selben Kalenderjahr nicht möglich ist.

Persönliche Angaben des Mitglieds:

Name, Vorname

Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Versichertennummer

Telefonnummer (freiwillige Angabe)

IKK Aktivbonus:

Ich bitte um Erstattung meines IKK Aktivbonus in Höhe von 60 Euro. Bitte überweisen Sie meinen Bonus auf folgendes Konto:

Kontoinhaber

Geldinstitut

IBAN

BIC

Unterschrift des Mitglieds:

Hiermit bestätige ich die Richtigkeit meiner beidseitigen Angaben.

Ort, Datum


Unterschrift Mitglied

Datenschutzhinweis:

Die Daten werden zur Erfüllung unserer Aufgaben nach § 284 Abs. 1 Satz 1 Nr. 4 SGB V i. V. m. § 99 SGB X (Auskunftspflicht) zum Zwecke der Gewährung eines Bonus für gesundheitsbewusstes Verhalten nach § 65a SGB V erhoben und verarbeitet. Ihr Mitwirken ist nach § 60 SGB I erforderlich. Fehlende Mitwirkung kann zu Nachteilen bei den Ansprüchen auf Leistungen führen. Weitere Informationen zur Datenverarbeitung und zu Ihren Rechten finden Sie unter www.ikk-suedwest.de/datenschutzhinweise.

Sie erhalten den Aktivbonus in Höhe von bis zu 60 Euro, wenn Sie nachweisen können, dass Sie bis zu zwei der auf der Rückseite aufgeführten Gesundheitsmaßnahmen umgesetzt haben.

Reichen Sie uns einfach den Aktivbonus-Antrag bis spätestens 30. April des Folgejahres ein.



Sie erhalten den Aktivbonus für bis zu zwei aufgeführte Maßnahmen.

Name, Vorname

Geburtsdatum

<p>Zahnvorsorge, ab 6 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Gesundheits Check-up</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Blutspende, ab 18 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Schutzimpfung</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>												
<p>Krebsfrüherkennung Ab 20 Jahren (Frauen) Ab 45 Jahren (Männer)</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Darmkrebsfrüherkennung, ab 50 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Mammografie-Screening, ab 50 bis 75 Jahre</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Hautkrebsvorsorge, ab 19 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>												
<p>Teilnahme DMP</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Nichtrauchernachweis, ab 18 Jahren</p> <p><input type="checkbox"/> Hiermit erkläre ich, dass ich Nichtraucher bin.</p> <p>Datum, Unterschrift Versicherter</p>	<p>Mutterschaftsvorsorge Z.B. Vorsorgeuntersuchung, Geburtsvorbereitungskurs oder Rückbildungsgymnastik</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt oder Hebamme</p>	<p>Bauchaortenaneurysma-Screening, ab 65 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>												
<p>Kinder- oder Jugendgesundheitsuntersuchung</p> <p>Bezeichnung Untersuchung</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Arzt</p>	<p>Organ- bzw. Knochenmarkspenderausweis Nur in Kombination mit einer weiteren Maßnahme (ausgenommen „Body-Mass-Index“) bonifizierbar.</p> <p><input type="checkbox"/> Ich bestätige, dass ich einen Organ- bzw. Knochenmarkspenderausweis besitze.</p> <p>Datum, Unterschrift Versicherter</p>	<p>Fitnessstudio, ab 16 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Fitnessstudio</p>	<p>Sportveranstaltung/Sportverein</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Veranstalter/Verein</p>												
<p>Zertifizierter Gesundheitskurs, ab 6 Jahren</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Kursleiter</p>	<p>IKK-Gesundheitsveranstaltung</p> <p>Bezeichnung Veranstaltung</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift IKK</p>	<p>Betriebs-/Hochschulsport</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Kursleiter</p>	<p>Deutsches Sportabzeichen</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Prüfer</p>												
<p>Deutsches Feuerwehr-Fitness-Abzeichen</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Prüfer</p>	<p>Deutsches Wanderabzeichen</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Prüfer</p>	<p>Deutsches Schwimmabzeichen</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Prüfer</p>	<p>Body-Mass-Index im Normalbereich Nur in Kombination mit einer weiteren Maßnahme (ausgenommen „Organ-/Knochenmarkspenderausweis“) bonifizierbar.</p> <p><input type="checkbox"/> Ich bestätige, dass mein Body-Mass-Index im Normalbereich liegt.</p> <p>Datum, Unterschrift Versicherter</p>												
<p>Selbsthilfekurs/Selbsthilfe-Sportgruppe</p> <p>Datum, Stempel, Unterschrift Kurs-/Trainingsleiter</p>	<p>Berechnung Body-Mass-Index:</p> $\text{Body-Mass-Index} = \frac{\text{Körpergewicht in kg}}{\text{Körpergröße}^2 \text{ (Angabe in Metern)}}$ <p>oder berechnen unter: www.ikk-zusatzleistungen.de</p> <p>Altersgerechter Body-Mass-Index im Normalbereich:</p> <table border="0"> <tr><td>0 – 24 Jahre</td><td>BMI = 18 – 24</td></tr> <tr><td>25 – 34 Jahre</td><td>BMI = 19 – 25</td></tr> <tr><td>35 – 44 Jahre</td><td>BMI = 19 – 26</td></tr> <tr><td>45 – 54 Jahre</td><td>BMI = 19 – 27</td></tr> <tr><td>55 – 64 Jahre</td><td>BMI = 19 – 28</td></tr> <tr><td>ab 65 Jahren</td><td>BMI = 19 – 29</td></tr> </table>			0 – 24 Jahre	BMI = 18 – 24	25 – 34 Jahre	BMI = 19 – 25	35 – 44 Jahre	BMI = 19 – 26	45 – 54 Jahre	BMI = 19 – 27	55 – 64 Jahre	BMI = 19 – 28	ab 65 Jahren	BMI = 19 – 29
0 – 24 Jahre	BMI = 18 – 24														
25 – 34 Jahre	BMI = 19 – 25														
35 – 44 Jahre	BMI = 19 – 26														
45 – 54 Jahre	BMI = 19 – 27														
55 – 64 Jahre	BMI = 19 – 28														
ab 65 Jahren	BMI = 19 – 29														

Wichtige Informationen zum Aktivbonus sowie die Voraussetzungen für die einzelnen Maßnahmen finden Sie auf unserer Webseite unter www.ikk-suedwest.de. Geben Sie einfach in der Suchmaske den **Webcode 0921** ein.

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.

Die gewählte männliche Form bezieht sich immer zugleich auf weibliche, männliche und diverse Personen. Auf eine Mehrfachbezeichnung wurde zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.

