



Lohnt sich.
Unser Bonusprogramm



KNAPPSCHAFT

für meine Gesundheit!

Das Bonusprogramm der KNAPPSCHAFT

Vorsorge und Gesundheits-Bewusstsein sind für Sie selbstverständlich? Dann ist unser Bonusprogramm genau das Richtige für Sie. Wir belohnen Sie mit dem AktivBonus für Ihre Gesundheits-Vorsorge und wenn Sie sich fit halten.

Mit dem AktivBonus erhalten Sie einen attraktiven Geldbetrag für Ihre Vorsorge und Ihre sportlichen Aktivitäten. Und der lohnt sich gleich doppelt: Für Ihre Gesundheit und für Ihr Portemonnaie.

Teilnahmebedingungen:

Alle Versicherten der KNAPPSCHAFT können mitmachen. So kommt bei einer ganzen Familie für Bonusmaßnahmen schnell ein dreistelliger Betrag zusammen.

Was ist zu tun?

Nutzen Sie den Nachweisbogen vom AktivBonus. Diesen finden Sie unter anderem auf der Homepage der KNAPPSCHAFT. Dann die Maßnahmen mit Datum, Stempel und Unterschrift bestätigen lassen. Dies macht bei der Vorsorge entweder der Arzt oder der Zahnarzt; bei sportlichen Aktivitäten bestätigen dies die jeweiligen Trainer.

Bonusjahr und Einreichfrist beachten

Gesammelt wird je Bonusjahr; dieses entspricht einfach das komplette Kalenderjahr. Das heißt, es wird jeweils vom 1. Januar bis zum 31. Dezember gesammelt.

Bitte beachten:

Der Bonus kann nur einmal pro Bonusjahr beantragt werden. Anschließend wird Ihr individueller Bonus errechnet und das Bonusjahr ist abgeschlossen.



4 Lohnen sich.

Damit es zum Jahresende nicht allzu stressig wird, können Sie Ihre Maßnahmen eines jeden Bonusjahres noch bis zum 31. März des Folgejahres einreichen. Alles, was danach eingeht, kann die KNAPPSCHAFT nicht mehr berücksichtigen.

Nutzerinnen und Nutzer der elektronischen Patientenakte aufgepasst:

Sie können Nachweise von den Kinderuntersuchungen, vom zahnärztlichen Bonusheft und vom Impfheft als PDF erstellen, herunterladen und Ihrem Nachweisbogen beifügen. Wir erkennen es dann für das aktuell abzurechnende Bonusjahr an.

„Vorsorgeuntersuchungen sind für mich ein Muss. Dass diese nicht nur kostenfrei sind, sondern auch noch mit einem Bonus belohnt werden, finde ich einfach klasse. So habe ich noch einen Grund mehr, keinen Termin auszulassen.“

Anika (36), Hotelfachfrau, aus Berlin

AktivBonus (inkl. SportBonus)

Was wird alles bonifiziert?

Auf dem Nachweisbogen für den AktivBonus finden Sie eine Vielzahl von Maßnahmen, die theoretisch bonifiziert werden. Allerdings treffen die Maßnahmen nicht auf alle Personen zu. Beispielsweise wird das Mammographie-Screening nicht bei männlichen Versicherten für den Bonus berücksichtigt, da diese Vorsorgemaßnahme lediglich bei weiblichen Versicherten durchgeführt wird.

Zudem finden einige Maßnahmen erst ab einem bestimmten Alter statt oder in unterschiedlichen zeitlichen Abständen, so dass ein Bonus für diese Maßnahmen nicht jedes Jahr berücksichtigt kann.

Die folgende Tabelle soll Ihnen einen Überblick verschaffen, was alles im Rahmen des AktivBonus berücksichtigt wird; im Anschluss finden Sie nähere Erläuterungen zu den bonifizierbaren Maßnahmen:

Maßnahme im Bonusjahr	Wert
für das qualitätsgesicherte Bewegungsangebot entweder in einem Sportverein oder in einem Fitnessstudio	70 Euro
entweder für eine klassische Krebsfrüherkennungsuntersuchung, für ein Mammographie-Screening, für die Darmspiegelung oder das Ultraschall-Screening auf Baucharterien-Aneurysmen	10 Euro
für die Hautkrebsvorsorge ab 35	10 Euro
für die einmalige Check-up-Untersuchung für unter 35-Jährige	10 Euro

6 Lohnen sich.

Maßnahme im Bonusjahr	Wert
für die Check-up-Untersuchung ab 35	10 Euro
entweder für eine oder mehrere Schutzimpfungen maximal	10 Euro
für jede gesetzliche Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchung (U1 bis U9 & J1)	10 Euro
pro halbjährliche Zahnuntersuchung	5 Euro
für die jährliche Zahnuntersuchung	5 Euro
entweder für ein anerkanntes oder mehrere anerkannte Sportabzeichen maximal	5 Euro

Hinweis

Der Nachweis von Ihrem Arzt ist kostenfrei. Er muss allerdings im selben Quartal wie die Maßnahme erfolgen. Kosten für den Nachweis übernimmt die KNAPPSCHAFT nicht.

Qualitätsgesicherte Bewegungsangebote

Als qualitätsgesichert gelten Bewegungsangebote, bei denen ein qualifizierter Trainer anwesend ist. Er leitet Sie beim Sport an – beispielweise auf dem Sportplatz oder im Fitnessstudio. So ist sichergestellt, dass Sie Bewegungsabläufe richtig ausführen.

Vorsorge

Bei den Früherkennungs- und Gesundheitsuntersuchungen gibt es Altersgrenzen und zeitliche Abstände. Findet eine Untersuchung vor dem genannten Alter oder vor dem Ablauf eines zeit-

lichen Abstandes statt, dann handelt es sich um eine medizinisch notwendige Untersuchung und gehört daher nicht zu den bonifizierbaren Maßnahmen.

Klassische Krebsfrüherkennung

Die klassische Krebsfrüherkennung wird bei Frauen ab 20 und bei Männern ab 45 Jahren jährlich durchgeführt.

Mammographie-Screening

Das Mammographie-Screening findet bei Frauen im Alter von 50 bis 75 Jahren alle zwei Jahre statt.

Darmspiegelung

Die Darmspiegelung als reine Krebsfrüherkennungsmaßnahme können Männer ab einem Alter von 50 Jahren nutzen; bei Frauen ist dies ab 55 Jahren der Fall. Sie wird auch nur zweimal angeboten und es müssen zwischen diesen zwei Darmspiegelungen mindestens 10 Jahre liegen.

Ultraschall-Screening auf Baucharterienaneurysmen

Diese Gesundheitsuntersuchung wird einmalig bei Männern ab 65 Jahren durchgeführt.

Hautkrebsvorsorge

Ab 35 können Versicherte die Hautkrebsvorsorge alle 2 Jahre nutzen und einen Bonus dafür erhalten. Die Hautkrebsvorsorge vor dem 35. Geburtstag zahlt die KNAPPSCHAFT zwar auch alle zwei Jahre, einen zusätzlichen Bonus gibt es dafür aber nicht.

Check-up-Untersuchung

Die Check-up-Untersuchung findet grundsätzlich alle drei Jahre ab 35 statt. Im Alter von 18 bis 34 Jahren ist ein einmaliger Check-up für die jüngeren Versicherten möglich.

Schutzimpfungen

Sobald Sie bei Ihrem Arzt sind, überprüft er u. a. auch Ihren Impfstatus. Sobald eine Impfung verabreicht wurde, können Sie diesen Nachweis für den Bonus einreichen. Es spielt keine Rolle, wie viele Schutzimpfungen Sie nachweisen. Es gibt nur einen einmaligen Bonus pro Bonusjahr für mindestens eine nachgewiesene Schutzimpfung. Ausgenommen sind die Impfungen für private Auslandsreisen.

Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchungen

Kinder und Jugendliche haben zu unterschiedlichen Zeitpunkten Anspruch auf eine Gesundheitsuntersuchung speziell für ihr Alter.

Jede Untersuchung kommt nur einmal vor, sei es die U4, die U9 oder die J1. Die U10, U11 und J2 werden zwar von der KNAPPSCHAFT komplett finanziert, einen zusätzlichen Bonus gibt es dafür aber nicht.

Zahnvorsorge / Zahnuntersuchung

Ab 6 Jahren können die Kinder halbjährlich zur Zahnvorsorge; ab 18 Jahren findet die Zahnvorsorge einmal im Kalenderjahr statt. Heißt, Kinder/Jugendliche von 6 bis 17 Jahren erhalten

den Bonus je halbjährliche Zahnuntersuchung; bei Erwachsenen ab 18 Jahren ist der Bonus nur einmal im Kalenderjahr möglich.

Anerkannte Sportabzeichen

Zu den anerkannten Sportabzeichen zählen beispielsweise Schwimm-Abzeichen wie das Seepferdchen. Aber auch für Wander- oder Leichtathletik-Abzeichen gibt's den Bonus. Beim Sportabzeichen gehört auch die qualifiziert angeleitete Vorbereitung dazu.



Zusatzbonus: Der AktivBonus junge Familie

Mit dem AktivBonus junge Familie belohnen wir Ihre kontinuierliche Vorsorge in der Schwangerschaft. Sie erhalten den Bonus in Höhe von 50 Euro, wenn Sie in der Zeit von der Feststellung der Schwangerschaft bis zur Geburt bei allen empfohlenen Vorsorge-Untersuchungen waren.

Den Mutterpass reichen Sie einfach bis zum 31.03. des Folgejahres, ausgehend von der Geburt Ihres Babys, bei uns ein.

Sobald Sie den AktivBonus junge Familie beantragen, schließen Sie nicht das Bonusjahr für den AktivBonus ab.

Nutzerinnen der elektronischen Patientenakte aufgepasst:

Den Mutterpass können Sie sich in der App als PDF-Dokument herunterladen und bei der KNAPPSCHAFT einreichen. Der Nachweis wird ebenfalls anerkannt.

Sobald der AktivBonus junge Familie abschließend bearbeitet wurde, wird der Mutterpass automatisch gelöscht.

Mehr Infos unter:

www.knappschaft.de/aktivbonusjungefamilie

„Bonusprogramme für die ganze Familie – da kommt in einem Jahr für Vorsorge und Sport ganz schön was zusammen!“

Johanna (34), Informatikerin, aus Köln



App „Lebensstark ernährt“

Die App „Lebensstark ernährt“ begleitet Mütter und junge Familien von der Schwangerschaft bis zum Kleinkindalter. Sie liefert wertvolle Informationen rund um die Themen Ernährung und Bewegung im Familienalltag. Dazu gehören Tipps, Checks und Anleitungen wie z. B. Rezepte. Die App ist kostenfrei im App Store und bei Google Play verfügbar.

Jetzt downloaden:



Bonus online einreichen

Ihren Nachweisbogen können Sie auch ganz bequem über Ihr persönliches Serviceportal Meine KNAPPSCHAFT einreichen.

Alle Onlineservices finden Sie auch in unserer Service-App Meine KNAPPSCHAFT. Unter www.knappschaft.de/meineknappschaft haben wir hierzu für Sie umfassende Informationen zusammengestellt.

Zusatz-Info: Bonus und Steuern

Die KNAPPSCHAFT muss Ihre Bonusauszahlungen an die Finanzverwaltung melden. Dies geschieht automatisch bis zum 28. Februar des Folgejahres, in dem die Auszahlung erfolgt ist. Die Meldung wird Ihrer Steuer-Identifikationsnummer zugeordnet. Sie müssen keine Unterlagen zu Ihrem Bonus bei Ihrem Finanzamt einreichen.

IMPRESSUM

Herausgegeben von:
Deutsche Rentenversicherung
Knappschaft-Bahn-See
Pieperstraße 14–28, 44789 Bochum

www.knappschaft.de/aktivbonus

Bildnachweise:

- © GettyImages/LetiziaLeFur
- © GettyImages/FatCamera
- © GettyImages/Franckreporter

Nachdruck, auch auszugsweise, ist
nur mit ausdrücklicher Genehmigung
des Herausgebers gestattet.

Stand: Dezember 2023