

**AktivBonus.**

Das Bonusprogramm  
der KNAPPSCHAFT



**KNAPPSCHAFT**

*für meine Gesundheit!*

---

# AktivBonus

Vorsorge und Gesundheitsbewusstsein sind für Sie selbstverständlich? Dann ist der AktivBonus, das umfangreiche Präventions- und Früherkennungsangebot der KNAPPSCHAFT, genau das Richtige für Sie.

Durch Ihre Teilnahme am AktivBonus erhalten Sie einen attraktiven Geldbonus für Ihre Vorsorge. Den Bonus bekommen Sie für Schutzimpfungen, die Gesundheitsuntersuchung zur Früherkennung von Krankheiten („Check-up“) und für verschiedene Untersuchungen zur Früherkennung von Krebserkrankungen – einschließlich der Hautkrebsvorsorge. Auch für die Zahnprophylaxe und die Vorsorge Ihrer Kinder durch die Kinderuntersuchungen U1 bis U11 sowie die Jugenduntersuchungen J1 und J2 erhalten Sie einen Bonus. Den AktivBonus gibt es übrigens auch, wenn Sie sportlich aktiv sind – mit qualitätsgesicherten Bewegungsangeboten im Sportverein und im Fitnessstudio. Vielleicht haben Sie aktuell ein Sportabzeichen erworben? Auch das belohnt die KNAPPSCHAFT!

## AktivBonus: Einfach teilnehmen

Der AktivBonus ist ein Bonusprogramm für alle Versicherten der KNAPPSCHAFT.

Die Teilnahme an der jeweiligen Maßnahme lassen Sie sich durch Datum, Stempel und Unterschrift in Ihrem Nachweisbogen für den AktivBonus bestätigen. Ihren eigenen, personalisierten Nachweisbogen können Sie über die Homepage der KNAPPSCHAFT herunterladen. Bei ärztlichen Leistungen bitten Sie Ihren Arzt, die Eintragung vorzunehmen.

### HINWEIS:

Eine Eintragung durch den Arzt ist für Sie kostenfrei, wenn sie im gleichen Quartal wie die Leistungserbringung erfolgt. Bitte reichen Sie nur den Nachweisbogen und keine weiteren Belege ein.



„Vorsorgeuntersuchungen sind für mich ein Muss. Dass diese nicht nur umsonst 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

## Der AktivBonus im Überblick

Je nach Lebensphase und Geschlecht können Sie sich verschiedene Maßnahmen im Rahmen des AktivBonus honorieren lassen. Dazu benötigen Sie lediglich die Dokumentation über die jeweilige Maßnahme in Ihrem Nachweisbogen.

In der nachfolgenden Übersicht finden Sie die einzelnen Maßnahmen, sortiert nach dem Bonuswert. Wie oft wir die einzelnen Maßnahmen pro Kalenderjahr berücksichtigen können, finden Sie in den Klammern dahinter.

### Wert: je 70 Euro

- Qualitätsgesichertes Bewegungsangebot im Fitnessstudio (1x)
- Qualitätsgesichertes Bewegungsangebot im Sportverein (1x)

### Wert: je 15 Euro

- Erwerb eines anerkannten Sportabzeichens (1x)
- Check-up Untersuchung (alle 3 Jahre, einmalig im Alter von 18 bis 34 Jahren)
- Ultraschallscreening auf Bauchaortenaneurysmen (einmalig für Männer ab 65 Jahren)
- Krebsfrüherkennung unterteilt nach
  - \_ klassischer Krebsfrüherkennung (1x)
  - \_ Darmspiegelung (zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren)
  - \_ Mammographie-Screening (alle zwei Jahre)
  - \_ Hautkrebsvorsorge (alle zwei Jahre)

### Wert: je 10 Euro

- Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchungen
- Schutzimpfungen
- Professionelle Zahnreinigung (1x)

### Wert: je 5 Euro

- Jährliche Zahnuntersuchung, im Alter von 6-17 Jahren  
halbjährlich

## Die Maßnahmen des AktivBonus im Detail

### Fitnessstudio und Sportverein

Sie nehmen regelmäßig aktiv an qualifiziert angeleiteten Bewegungsangeboten in einem Sportverein oder Fitnessstudio teil? Ob in der Gruppe oder individuell – Ihre Fitness wird belohnt.

### Sportabzeichen

Haben Sie kürzlich ein anerkanntes Sportabzeichen erworben? Hut ab! Holen Sie sich Ihre verdiente Belohnung durch den AktivBonus.

### Gesundheitsuntersuchung zur Früherkennung von Krankheiten („Check-up“)

Herz-, Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie die Zuckerkrankheit sind die am häufigsten auftretenden Volkskrankheiten. Sorgen Sie vor! Ab dem Alter von 35 Jahren haben Sie alle drei Jahre Anspruch auf eine ärztliche Untersuchung zur Früherkennung dieser Erkrankungen. Zudem haben Versicherte zwischen 18 und 34 Jahren einmalig die Möglichkeit, eine Check-up Untersuchung zu erhalten. Je früher Ihr Arzt Symptome entdeckt, desto besser kann er Sie behandeln. Ihre Vorsorge wird selbstverständlich honoriert. Für Untersuchungen,

die Sie darüber hinaus in Anspruch nehmen und selbst finanzieren, erhalten Sie keinen zusätzlichen Bonus.

### **Ultraschallscreening auf Bauchortenaneurysmen**

Im Zuge des Check-up's oder auch separat haben Männer ab 65 Jahren einmalig Anspruch auf das Screening. Männer ab 65 Jahren entwickeln häufiger ein Aneurysma als andere Menschen. Außerdem macht insbesondere Rauchen ein Aneurysma wahrscheinlicher. Weitere Risikofaktoren sind Bluthochdruck und erhöhte Blutfette. Die Ultraschall-Untersuchung dient dazu, große Aneurysmen zu entdecken, so dass vorbeugend gehandelt werden kann.

### **Untersuchungen zur Früherkennung von Krebs-erkrankungen**

Geben Sie Krebs keine Chance und nutzen Sie die kostenfreien Vorsorgemaßnahmen. Einmal im Kalenderjahr haben Sie Anspruch auf eine Untersuchung zur Früherkennung von Krebserkrankungen und den entsprechenden Bonus.

Dies gilt für

- \_ Frauen – frühestens ab dem Alter von 20 Jahren (Genitaluntersuchung)
- \_ Männer – frühestens ab dem Alter von 45 Jahren (Prostata- und Genitaluntersuchung).

Die bei Frauen ab dem Alter von 30 Jahren jährlich mit durchgeführte Brustuntersuchung sowie die bei Frauen und Männern ab dem Alter von 50 Jahren jährlich mit durchgeführte Dickdarm- und Rektumuntersuchung sind Teil der zuvor genannten Krebsfrüherkennung. Daher bekommen Sie für diese Untersuchungen keinen zusätzlichen Bonus.

Männer ab 50 und Frauen ab 55 Jahren haben Anspruch auf zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren. Diese honorieren wir jeweils mit einem Bonus.

Außerdem vergeben wir einen Bonus für das alle zwei Jahre durchgeführte Mammographie-Screening. Die Untersuchung richtet sich an Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren.

Versicherte der KNAPPSCHAFT, und zwar Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche, können alle zwei Jahre ein ärztliches Hautkrebs-Screening zu Lasten der KNAPPSCHAFT in Anspruch nehmen. Dieses honorieren wir ebenfalls mit einem Bonus.

### **Kinder- und Jugendgesundheitsuntersuchungen**

Die Gesundheit Ihrer Kinder liegt der KNAPPSCHAFT am Herzen. Deshalb haben Ihre Kinder Anspruch auf ärztliche Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten, die ihre körperliche und geistige Entwicklung gefährden könnten. Hierbei handelt es sich um insgesamt vierzehn ärztliche Vorsorgeuntersuchungen, die bis zum Alter von 17 Jahren durchgeführt werden. Eine Beratung zur Berufswahl gibt es auch noch obendrauf.

### **Schutzimpfungen**

Hierzu gehören alle einzelnen von der „Ständigen Impfkommision“ empfohlenen Standardimpfungen, wie zum Beispiel gegen Tetanus. Außerdem Indikationsimpfungen wie beispielsweise gegen Hepatitis, die die KNAPPSCHAFT bei Vorliegen eines entsprechenden Merkmals oder für bestimmte Altersgruppen übernimmt. Mehrfachimpfungen, die nach und nach einen Impfschutz aufbauen, zählen beim AktivBonus als eine einzige Maßnahme – wie auch Impfungen, die einen Schutz gegen mehrere Krankheiten aufbauen. Schützen Sie sich kostenfrei – und erhalten Ihren Bonus.

Sollte eine Schutzimpfung zur Erlangung des AktivBonus junge Familie eingesetzt werden, wird für diese eine Schutzimpfung kein Bonus gewährt.

## **Zahngesundheit**

Kinder zwischen 6 und 17 Jahren haben in jedem Kalenderhalbjahr Anspruch auf eine zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung (Individualprophylaxe). Der Zahnarzt untersucht Zähne und Zahnfleisch und klärt über Krankheitsursachen und ihre Vermeidung auf. Zur Individualprophylaxe gehört auch die Versiegelung bestimmter bleibender Backenzähne (Molaren). Bis zum Alter von 17 Jahren erhalten Sie den Bonus zweimal pro Kalenderjahr. Bei Erwachsenen (ab 18 Jahren) honorieren wir die Zahnvorsorge einmal jährlich. Eine professionelle Zahnreinigung ist ebenfalls bonusrelevant.

### **REGELMÄSSIG VORSORGEN UND AKTIVBONUS KASSIEREN**

Sie erhalten den AktivBonus, wenn Sie innerhalb von 24 Monaten mindestens zwei unterschiedliche bonusrelevante Maßnahmen nachweislich in Anspruch nehmen.

Ansonsten verfällt Ihr Bonus für die in Anspruch genommenen Maßnahmen. Ihre regelmäßige Vorsorge lohnt sich also gleich doppelt: Für Ihre Gesundheit und für Ihr Portemonnaie.







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

**Johanna (34)**, Informatikerin, aus Köln

### **Wie und wann erhalte ich den Bonus?**

Haben Sie Ihre Maßnahmen in den Nachweisbogen eingetragen lassen? Dann geht dieser direkt zur KNAPPSCHAFT. Einerseits ist dies möglich, indem Sie den Bogen über "Meine KNAPPSCHAFT" hochladen; andererseits können Sie uns den Bogen per Post zusenden. Nehmen Sie hierfür die Adresse auf dem Nachweisbogen. Gerne können Sie auch mehrere Einträge

sammeln und so Ihren Auszahlungsbetrag erhöhen. Mit der Auszahlung erhalten Sie direkt Ihren neuen Nachweisbogen. Reichen Sie den Nachweisbogen bitte während Ihrer Versicherung bei der KNAPPSCHAFT ein. Ansonsten verfällt der Bonus.

### **AktivBonus junge Familie: Sonderbonus für die Schwangerschaftsvorsorge**

Kennen Sie schon unseren Sonderbonus, der zusätzlich zum AktivBonus gewährt wird? Mit dem AktivBonus junge Familie fördern und belohnen wir Ihre kontinuierliche Vorsorge für Sie und Ihr Baby während der Schwangerschaft. Sie erhalten den Bonus in Höhe von 100 Euro, wenn Sie in der Zeit von der Feststellung der Schwangerschaft bis zur Geburt die nach den Mutterschafts-Richtlinien vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch nehmen, für das Neugeborene eine Schutzimpfung nachweisen und Ihr Kind bei uns versichern.

Den Antrag für die kostenlose Familienversicherung Ihres Kindes finden Sie rund um die Uhr im geschützten Kundenbereich "Meine KNAPPSCHAFT" auf unserer Internetseite. Melden Sie sich einfach unter [www.knappschaft.de/meineknappschaft](http://www.knappschaft.de/meineknappschaft) an.

### **AktivBonus junior: Bonus für die Gesundheitsvorsorge Ihres Kindes**

Ein Zusatzbonus, der sich sehen lassen kann: Den AktivBonus junior erhalten Sie, wenn Ihr Kind die Kinder- und Jugenduntersuchungen sowie weitere Leistungen in Anspruch nimmt. Ihre durchgehende und regelmäßige Vorsorge belohnt die KNAPPSCHAFT zum 18. Geburtstag Ihres Kindes mit bis zu 500 Euro.

## Steuerrechtliche Auswirkungen

Ihre jährlich erhaltenen Bonuszahlungen für Sie und Ihre mitversicherten Angehörigen meldet die KNAPPSCHAFT bis zum 28. Februar des Folgejahres an die Finanzverwaltung. Dazu ist sie als gesetzliche Krankenkasse verpflichtet. Diese Meldung wird Ihrer steuerlichen Identifikationsnummer zugeordnet.

Im Internet unter [www.knappschaft.de/aktivbonus](http://www.knappschaft.de/aktivbonus) erhalten Sie weitere Informationen.



## IMPRESSUM

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

[www.knappschaft.de/aktivbonus](http://www.knappschaft.de/aktivbonus)

Bildnachweise:

S. 1: © SolisImages-iStockphoto.com,  
S. 4: © Ridofranz-iStockphoto.com,  
S. 9: © sturti-iStockphoto.com,  
S. 10: © Hinterhaus Productions-gettyimages.com

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

Stand: Juli 2019