

SO SICHERN SIE SICH IHREN BONUS

Ganz gleich, ob Sie sich für den Aktiv-Bonus oder das Aktiv-Konto entscheiden – folgende Voraussetzungen zählen sich für Ihre Gesundheit aus:

| STUFEN | ERWACHSENE (TEILNEHMER AB 18 JAHREN) |
|--|--|
| 1. STUFE Aktiv-Bonus: 30,00 Euro Aktiv-Konto: 50,00 Euro | 1x Früherkennung/Vorsorge 2x frei wählbare Voraussetzungen |
| 2. STUFE Aktiv-Bonus: 60,00 Euro Aktiv-Konto: 100,00 Euro | 1x Früherkennung/Vorsorge 1x Präventionskurs 4x frei wählbare Voraussetzungen |
| 3. STUFE Aktiv-Bonus: 90,00 Euro Aktiv-Konto: 250,00 Euro | 1x Früherkennung/Vorsorge 2x Präventionskurse 4x frei wählbare Voraussetzungen |

VORAUSSETZUNGEN FÜR ERWACHSENE (TEILNEHMER AB 18 JAHREN)

| FRÜHERKENNUNG/VORSORGE | | |
|-----------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| Krebsfrüherkennung | Zahnvorsorge | Mutterschaftsvorsorge |
| Hautkrebs-Screening | Gesundheits-Check-up | |
| PRÄVENTIONSKURSE § 20 SGB V | | |
| Bewegung | Ernährung/ Gewichtsreduktion | Stressbewältigung/ Entspannung |
| Suchtmittelkonsum | | |
| SPORT UND GESUNDHEIT | | |
| Sportverein | Fitnessstudio | Sportveranstaltung |
| Schutzimpfung | | |



| KINDER UND JUGENDLICHE (TEILNEHMER BIS 18 JAHRE) |
|---|
| 1x Früherkennung/Vorsorge 2x frei wählbare Voraussetzungen |
| 2x Früherkennung/Vorsorge 4x frei wählbare Voraussetzungen |
| 2x Früherkennung/Vorsorge 5x frei wählbare Voraussetzungen |

VORAUSSETZUNGEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE (TEILNEHMER BIS 18 JAHRE)

| FRÜHERKENNUNG/VORSORGE | | |
|--|---|---|
| Altersentsprechende Untersuchungen U1–U9 | Jugenduntersuchung J1 | Zahnvorsorge (2x jährlich) |
| Neugeborenen-Hörscreening | | |
| PRÄVENTIONSKURSE § 20 SGB V | | |
| Bewegung (ab 6 Jahren) | Ernährung/Gewichtsreduktion (ab 6 Jahren) | Stressbewältigung/Entspannung (ab 8 Jahren) |
| Suchtmittelkonsum (ab 16 Jahren) | Gewaltprävention in Kitas oder Schulen | |
| SPORT UND GESUNDHEIT | | |
| Sportverein | Fitnessstudio (ab 12 Jahren) | Baby-Schwimmkurs |
| Eltern-Kind-Turnen | Sportveranstaltung | Schutzimpfung |
| Settingbezogene Gesundheitsförderung in Kitas oder Schulen | | |