

KKH Bonus

So funktioniert unser Bonusprogramm

Stand 01.01.2022

Aktivitäten zur Förderung der Gesundheit und Vorsorge – das soll sich für unsere Versicherten besonders lohnen. Deshalb gibt es den KKH Bonus.

Der KKH Bonus besteht aus zwei Kategorien, dem **Aktiv-Bonus** und dem **Vorsorge-Bonus**. Maßnahmen können entweder in beiden oder nur in einer Kategorie gesammelt werden. Für die Prämienberechnung zählen alle Maßnahmen des Bonusbogens zusammen.

Schon **ab der ersten Maßnahme gibt es eine Prämie**. Ganz egal, ob sie zum Aktiv- oder zum Vorsorge-Bonus zählt.

Geldprämie oder Gesundheitsbudget?

Geschmackssache! Der Unterschied: Die Geldprämie überweisen wir direkt. Das Gesundheitsbudget erhalten Versicherte, wenn sie eine von uns anerkannte Gesundheitsleistung selbst bezahlen und uns danach die Rechnung einreichen – am besten zusammen mit dem Bonusbogen. Das Gesundheitsbudget ist doppelt

so hoch wie die Geldprämie. Welche Kosten können damit genau erstattet werden? Hier einige Beispiele: Naturarzneimittel, Fitness-Tracker oder private Krankenzusatzversicherungen. Alle Informationen unter: kkh.de/bonus

So geht's:

1. Im Kalenderjahr an Maßnahmen für Aktiv- und/oder Vorsorge-Bonus teilnehmen.
2. Jede Maßnahme durch Stempel und Unterschrift auf dem Bonusbogen bestätigen lassen.
3. Ausgefüllten Bonusbogen entweder sofort oder bis spätestens 31.03. des Folgejahres einreichen: KKH Kaufmännische Krankenkasse, Bonusbogen-Rücksendung, 30125 Hannover.
4. Hinweis zum Gesundheitsbudget: Damit wir Rechnungen erstatten können, müssen diese bis spätestens 31.03. des Folgejahres bei uns eintreffen. Ist das Gesundheitsbudget nach diesem Datum noch nicht komplett aufgebraucht, so verfällt der Restbetrag.

AKTIV-BONUS

Beim Aktiv-Bonus geht es um gesundheitsfördernde Aktivitäten und gute Gesundheitswerte im Allgemeinen.

Das Besondere: Zuerst ist in dieser Kategorie eine **Basismaßnahme** erforderlich. Danach kann die Prämie durch eine weitere Basismaßnahme oder eine **Zusatzmaßnahme** erhöht werden.

Wieviel bringen die Maßnahmen im Aktiv-Bonus?

Mit den zwei Maßnahmen, die hier anrechenbar sind, lassen sich je nach gewählter Prämie maximal 30 € oder 60 € erreichen.

Maßnahme	Geldprämie	Gesundheitsbudget
Basis- maßnahme	15 €	30 €
Zusatz- maßnahme oder zweite Basis- maßnahme	15 €	30 €

Bitte wenden

Für Erwachsene:

Basismaßnahme

- Regelmäßige sportliche Aktivität in Einrichtungen wie Sportverein, Fitness-Studio, VHS, Firma oder Hochschule bzw. auf privater Basis ärztlich bestätigt
- Teilnahme an einem zertifizierten Präventionskurs oder einem KKH Online-Coach
- Kurs für Schwangere, z. B. Yoga, Wassergymnastik, gesunde Ernährung
- Rückbildungsgymnastik

Zusatzmaßnahme

- Sportveranstaltung, z. B. Punktspiel, Marathon
- Schwimm- oder anderes Sportabzeichen
- Medizinisch unbedenklicher Wert für Blutdruck oder Body-Mass-Index, bestätigt durch ärztliche Praxis, Fitness-Studio, Apotheke
- Nichtraucherstatus seit mehr als sechs Monaten, bestätigt durch (zahn)ärztliche Praxis

Für Kinder und Jugendliche:

Basismaßnahme

- Regelmäßige sportliche Aktivität z. B. Sportverein, Fitness-Studio, Betriebssport oder Eltern-Kind-Turnen
- Teilnahme an einem zertifizierten Präventionskurs
- Teilnahme an einem Präventionsprogramm in einer Kita oder Schule (Setting-Prävention), z. B. gesunde Ernährung, Fitness, Medienkompetenz

Zusatzmaßnahme

- Sportveranstaltung, z. B. Punktspiel
- Sportabzeichen, z. B. des Deutschen Olympischen Sportbundes oder DFB-Fußball-Abzeichen
- Schwimmabzeichen, z. B. Frühschwimmerabzeichen Seepferdchen oder Deutscher Schwimmpass Bronze, Silber, Gold

VORSORGE-BONUS

Zum Vorsorge-Bonus zählen **Impfungen und gesetzliche Untersuchungen**, mit denen Krankheiten frühzeitig erkannt werden sollen.

Wieviel bringen die Maßnahmen im Vorsorge-Bonus?

Es gilt die Faustregel: Je mehr Maßnahmen, desto höher wird der Gesamtbonus, denn die Prämien der verschiedenen Maßnahmen werden zusammengezählt. Falls die Stempelfelder auf dem Bonusbogen nicht ausreichen, schicken wir gern einen weiteren zu.

Maßnahme	Geldprämie	Gesundheitsbudget
1.	10 €	20 €
2.	10 €	20 €
3.	5 €	10 €
4.	5 €	10 €
Jede weitere	2,50 €	5 €

Für Erwachsene:

- Gesetzliche Vorsorgeuntersuchungen z. B. Gesundheits-Check-up, Krebsvorsorge
- Schutzimpfungen z. B. gegen Grippe, Tetanus, COVID-19
- Eine zahnärztliche Untersuchung pro Jahr
- Mutterschaftsvorsorge z. B. Vorlage des Mutterpasses

Für Kinder und Jugendliche:

- Gesetzliche Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche (U- und J-Untersuchungen)
- Schutzimpfungen z. B. gegen Masern, Röteln
- Zwei zahnärztliche Untersuchungen pro Jahr