

€ **GELDVORTEILE**

hkk bonusaktiv

Das Bonusprogramm
für Ihre Gesundheit



Machen Sie mehr aus Ihrer Gesundheit!

Gesund und fit zu bleiben, zahlt sich für Sie doppelt aus: durch mehr Lebensqualität und unser Bonusprogramm hkk bonusaktiv. Halten Sie einfach Ihre Gesundheitsaktivitäten in Ihrem hkk Bonuspass fest. Das können Vorsorgeuntersuchungen, die Teilnahme an einem hkk eCoach oder die Mitgliedschaft in einem Fitness-Studio sein.

Je mehr Sie sich für Ihre Gesundheit engagieren, desto höher ist Ihr Bonus. Bereits mit drei dokumentierten Aktivitäten geht es los. Für Ihre Aktivitäten zahlen wir Ihnen in drei Stufen bis zu 150 Euro pro Jahr Sofortbonus oder bis zu 250 Euro Gesundheitsguthaben, das Sie später für weitere Gesundheitsleistungen ausgeben können.



SIE BEKOMMEN MEHR

Bei der hkk sind in Ihren Mitgliedsbeiträgen zahlreiche Zusatzleistungen enthalten, die über den gesetzlichen Standard weit hinausgehen.



Stufe für Stufe zum Bonus

| Bonusstufe | Sofortbonus (Auszahlung) | Gesundheitsguthaben |
|---|--------------------------|---------------------|
| Stufe 1: 3 Aktivitäten für Ihre Gesundheit Davon mindestens eine Aktivität aus dem Bereich „Früherkennung und Vorsorge“ | 30 € | 50 € |
| Stufe 2: 5 Aktivitäten für Ihre Gesundheit Davon jeweils eine Aktivität aus den Bereichen „Früherkennung und Vorsorge“ sowie „Gesundheit und Sport“ | 60 € | 100 € |
| Stufe 3: 7 Aktivitäten für Ihre Gesundheit Davon jeweils eine Aktivität aus den Bereichen „Früherkennung und Vorsorge“ sowie „Gesundheit und Sport“ | 150 € | 250 € |

Berücksichtigt werden alle Aktivitäten, die Sie während der Teilnahme am Bonusprogramm durchführen.

Sofortbonus oder Gesundheitsguthaben: Sie haben die Wahl

Wenn Sie Ihren bonusaktiv-Pass bei der hkk einreichen, können Sie zwischen der Auszahlung eines Sofortbonus oder einem Gesundheitsguthaben in der Höhe Ihrer erreichten Bonusstufe wählen.

hkk Sofortbonus: Das Plus für Ihr Konto

Entscheiden Sie sich für den Sofortbonus, überweisen wir Ihnen 30, 60 oder 150 Euro auf Ihr Konto – je nachdem, wie aktiv Sie waren.

Ihre Vorteile

- Sie entscheiden selbst, wofür Sie Ihren Bonus einsetzen. Sparen Sie, spenden Sie oder gönnen Sie sich etwas?
- Der Sofortbonus wird auch unterjährig ausgezahlt. Haben Sie also bereits im September alle Aktivitäten für das Jahr im bonusaktiv-Pass festgehalten, können Sie ihn direkt einreichen.

hkk Gesundheitsguthaben: Noch mehr für Ihre Gesundheit

Ihr Gesundheitsguthaben können Sie in zusätzliche Gesundheitsleistungen investieren. Ihnen stehen 50, 100 oder 250 Euro zur Verfügung – je nach Anzahl Ihrer Aktivitäten.

Ihre Vorteile im Vergleich zum Sofortbonus

- Ihre Aktivitäten werden höher prämiert.
- Sie können pro Jahr bis zu 250 Euro ansparen. Ihr Guthaben für zuschussfähige Gesundheitsleistungen können Sie ab dem jeweiligen Folgejahr drei Jahre lang abrufen.

So sichern Sie sich Ihren Bonus

Nach Ihrer Anmeldung bekommen Sie Ihren hkk bonusaktiv-Pass, in dem Sie Ihre Aktivitäten festhalten. Ihre Teilnahme startet immer zum ersten des Monats. Zum Ende des Kalenderjahres schicken Sie uns Ihren bonusaktiv-Pass zu.

Ihren Sofortbonus überweisen wir Ihnen ganz bequem auf Ihr Konto. Für Ihr Gesundheitsguthaben bekommen Sie nach Ablauf des Kalenderjahres eine aktuelle Übersicht über die Guthabenhöhe.

Gut zu wissen

- **Wichtig:** Bitte reichen Sie Ihren bonusaktiv-Pass spätestens 3 Monate nach Ablauf des Kalenderjahres bei uns ein. Danach verfallen Ihre Bonusansprüche. Das gilt auch, wenn Ihre hkk Versicherung endet. Reichen Sie Ihren bonusaktiv-Pass ein, erklären Sie Ihre Aktivitäten in dem Jahr für beendet – weitere Aktivitäten zählen dann nicht mehr.
- **Jeder sammelt für sich:** Aktivitäten oder bereits erreichte Bonusstufen sind nicht auf andere Teilnehmer übertragbar. Wurde die nächsthöhere Bonusstufe nicht erreicht, können Einzelaktivitäten nicht gesondert angerechnet werden.
- **Sofortbonus oder Gesundheitsguthaben:** Sie möchten sich in diesem Jahr Ihren Sofortbonus auszahlen lassen? Und im nächsten Jahr lieber in Ihr Gesundheitsguthaben investieren? Gern! Sie können jedes Jahr einmalig neu entscheiden.

- **Erst sparen, dann kaufen:** Sie können sich Rechnungen nur dann erstatten lassen, wenn Sie zum Zeitpunkt des Rechnungsdatums bereits ein Gesundheitsguthaben haben.
- **Ihre Teilnahme verlängert sich nicht automatisch:** Bitte lassen Sie uns nach Ablauf des Kalenderjahres mit Einreichung Ihres bonusaktiv-Passes wissen, ob Sie auch im Folgejahr an bonusaktiv teilnehmen.

Mit diesen Bonusaktivitäten holen Sie mehr für sich raus

Folgende Aktivitäten zählen für Ihren Sofortbonus oder Ihr Gesundheitsguthaben:

Früherkennung und Vorsorge

- Zahnvorsorge oder professionelle Zahnreinigung
- Gesundheitsuntersuchung ab 35 Jahren (alle 3 Jahre)
- Krebsfrüherkennung: Frauen ab 20 Jahren, Männer ab 45 Jahren, Hautkrebscreening ab 35 Jahren (alle 2 Jahre)
- Vorsorge für Schwangere (vollständiger Mutterschutzpass)
- Neugeborenen-Hörscreening
- Kinderuntersuchungen U1–U6 (einmalig pro Kind)
- Kinderuntersuchungen U7–U11
- Jugenduntersuchungen J1 und J2
- Chlamydien-Test

Gesundheit und Sport

- Regelmäßiges Training in einem qualitätsgesicherten Fitness-Studio oder im Sportverein
- Teilnahme an qualitätsgeprüften Gesundheitskursen zu Bewegung, Entspannung und Ernährung oder Raucherentwöhnung
- Regelmäßige Teilnahme am Betriebs- oder Hochschulsport
- Erwerb des deutschen Sportabzeichens DOSB
- Erwerb von Schwimmbzeichen der DLRG für Kinder
- „Spaß am Sport“ unter qualifizierter Leitung, wie Lauftrainings, Volksläufe, Wanderungen oder vom ADFC organisierte Radtouren
- Teilnahme an einem hkk eCoach
- Durchgeführte Schutzimpfung

So könnte Ihr Bonus aussehen

Beispiel 1: Familie Bremer

| Mutter (38 Jahre) | Vater (42 Jahre) |
|---|--|
| • Krebsfrüherkennung für Frauen | • Hautkrebscreening |
| • Durchgeführte Schutzimpfung | • Zahnvorsorge |
| • Gesundheitsuntersuchung | • Durchgeführte Schutzimpfung |
| • Teilnahme an einem Yoga-Kurs | • Gesundheitsuntersuchung |
| • Professionelle Zahnreinigung | • Teilnahme am Betriebssport |
| • Regelmäßiges Training im Fitness-Studio | • Fußballtraining im Sportverein |
| • hkk eCoach | • Teilnahme an einem Volkslauf |
| 7 Maßnahmen = 150 Euro Sofortbonus oder: 250 Euro Gesundheitsguthaben | 7 Maßnahmen = 150 Euro Sofortbonus oder: 250 Euro Gesundheitsguthaben |
| Tochter (5 Jahre) | Sohn (Säugling) |
| • Kinderuntersuchung U9 | • Neugeborenen-Hörscreening |
| • DLRG-Schwimmabzeichen | • Kinderuntersuchung U1 – U6 |
| • Durchgeführte Schutzimpfung | • Durchgeführte Schutzimpfung |
| • Zahnvorsorge | |
| • Reiten im Reitverein | |
| 5 Maßnahmen = 60 Euro Sofortbonus oder: 100 Euro Gesundheitsguthaben | 3 Maßnahmen = 30 Euro Sofortbonus oder: 50 Euro Gesundheitsguthaben |
| Insgesamt sichert sich die Familie für 1 Jahr hkk bonusaktiv 390 Euro Sofortbonus oder 650 Euro Gesundheitsguthaben! | |

Beispiel 2: Alleinstehend

| Azubi, Single, 20 |
|---|
| • Krebsfrüherkennung für Frauen |
| • Zahnvorsorge |
| • Durchgeführte Schutzimpfung |
| • Teilnahme an einem Pilates-Kurs |
| • Aktives Mitglied in der Handballmannschaft eines Sportvereins |
| • Teilnahme an einem Volkslauf |
| • Deutsches Sportabzeichen |
| 7 Maßnahmen = 150 Euro Sofortbonus für 1 Jahr oder: 250 Euro Gesundheitsguthaben |
| Mit einer Teilnahme über 3 Jahre können Sie bis zu 750 Euro Gesundheitsguthaben beispielsweise für Kontaktlinsen, Brillen, professionelle Zahnreinigung oder Naturarzneimittel ansparen. |

Das Gesundheitsguthaben

Dafür können Sie Ihr Gesundheitsguthaben einsetzen:

- **Für gesunde Zähne:** Professionelle Zahnreinigung und Fissurenversiegelung der kariesfreien vorderen Backenzähne, alternative Wurzelbehandlung, Glattflächenversiegelung als Schutzbehandlung der Zähne vor Einsetzen einer festen Zahnsperre, Funktionsanalyse des Kieferbereichs im Rahmen zahnärztlicher Behandlungen, Wunschvollnarkose
- **Für einen besseren Durchblick:** Brillen, Kontaktlinsen und Sehtest
- **Für alternative Heilmethoden:** Osteopathie, Anthroposophische Heilmittel (z.B. Heileurythmie), Naturarzneimittel, Akupunktur, Leistungen nach dem Hufeland-Leistungsverzeichnis
- **Für die Vorsorge- und Früherkennung:** Ultraschall zur Krebsvorsorge, Sono-Check, M2-PK-Stuhltest, HbA1c-Wert zur Diabetes-Vorsorge, Knochendichtemessung (Osteodensitometrie), Test zur Früherkennung von sexuell übertragbaren Infektionen (z.B. Tests auf HIV, Gonorrhoe/Trippler)
- **Für die Kleinen:** Baby- oder Kleinkindschwimmen und Eltern-Baby-Kurse (PEKIP, DELFI®, EIBA)
- **Für eine private Absicherung:** Private Krankenzusatzversicherungs-Verträge z. B. des Kooperationspartners der hkk, der LVM Krankenversicherungs-AG
- **Im Notfall schnell und kompetent helfen können:** Erste Hilfe Kurse
- **Für die Fitness:** Geräte zur Messung und Erfassung des Fitness- und Gesundheitsstatus (z. B. Fitness-Tracker), Sport- und Fitness-Ausrüstung, Sport- und Gesundheits-Apps, Sportveranstaltungen (Teilnahmegebühren)

Die hkk bietet Ihnen zahlreiche zuschussfähige Leistungen. Die vollständige Übersicht finden Sie unter [hkk.de/bonusaktiv](https://www.hkk.de/bonusaktiv)

Melden Sie sich jetzt an und sichern Sie sich Ihren hkk bonusaktiv-Pass:

- Online unter [hkk.de/bonusaktiv-anmeldung](https://www.hkk.de/bonusaktiv-anmeldung)
- Mit angefügter Teilnahmeerklärung per Post oder Fax unter **0421-3655 3700**
- Oder telefonisch unter **0421-3655 3310**

Teilnahmeerklärung

Melden Sie sich bequem online unter

hkk.de/bonusaktiv-anmeldung an.

Oder senden Sie die Teilnahmeerklärung per Post an die **hkk Krankenkasse, 28185 Bremen** zurück.

- Ja, ich bin aktiv und möchte am Bonusprogramm hkk bonusaktiv teilnehmen**

Bitte schicken Sie mir einen bonusaktiv-Pass zu.

| |
|--------------------|
| Name, Vorname |
| Straße, Hausnummer |
| Postleitzahl, Ort |
| Telefon |
| E-Mail |
| Versichertennummer |

- Bitte senden Sie mir für meine/-n hkk-versicherte/-n Ehe-/Lebenspartner/-in auch einen bonusaktiv-Pass zu.**

| |
|--------------------|
| Name, Vorname |
| Geburtsdatum |
| Versichertennummer |

- Bitte senden Sie mir für mein Kind/meine Kinder auch einen bonusaktiv-Pass zu.**

| |
|---------------|
| Name, Vorname |
| Name, Vorname |
| Name, Vorname |

Hinweis: Ihre Daten werden gemäß Art. 6 DS-GVO und § 284 SGB V für Zwecke der Kranken- und § 94 SGB XI für Zwecke der Pflegeversicherung verarbeitet. Mehr Infos zur Verarbeitung Ihrer Daten erhalten Sie unter **hkk.de/datenschutz**.



Immer in Ihrer Nähe!

Persönliche Beratung: hkk-Geschäftsstellen und -Servicepunkte



Adressen, Öffnungszeiten und Telefonnummern finden Sie unter **hkk.de/kontakt**



In den LVM Servicepunkten und auf **lvm.de** erhalten Sie insbesondere Infos zu attraktiven Zusatzversicherungen und zum Kassenwechsel.

Schnell und kompetent am Telefon: die hkk-Kundenberatung



Unter **0421 - 36550** und **0800 - 2555 444** (gebührenfrei) bekommen Sie eine individuelle Beratung.

Kritik, Anregungen und Ihre Ideen nehmen wir gerne unter **0800 - 1455 255** (gebührenfrei) entgegen.

Per Fax erreichen Sie uns unter **0421 - 3655 3700**.

Überall, rund um die Uhr: hkk online



Auf **hkk.de** finden Sie alles zum Gesundbleiben, Gesundwerden und zu Ihrer Krankenversicherung.

Zu diesen Themen informiert auch der **hkk.de/ newsletter** regelmäßig. In unserem **Kundenportal** regeln Sie Ihre Anliegen sicher, schnell und komfortabel online.

Auch unter **info@hkk.de** sind wir gerne für Sie da.



hkk Krankenkasse – Gesundheit gut versichert.
28185 Bremen

hkk.de

Stand: Juli 2019
Aktuelle Infos finden
Sie auf **hkk.de**