

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		