

## 1 Gesundheitsuntersuchung (ehemals „Check-up“) / 2025

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 2 Krebsfrüherkennung / 2025

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 3 Kinderuntersuchungen (U1 bis U9, J1) / 2025

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 4 Zahngesundheitsuntersuchung / 2025

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 5 Impfen nützt – impfen schützt

Tetanus, Diphtherie und Polio.

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 6 Sportverein / 2025

Sportverein: Datum, Stempel und Unterschrift

## 7 Fitness-Center / 2025

Fitness-Center: Datum, Stempel und Unterschrift

## 8 Sportabzeichen / Ausdauersportveranstaltung / 2025

Datum, Stempel und Unterschrift

## 9 Sportmedizinische Untersuchung / 2025

Datum, Stempel der Arztpraxis, Unterschrift

## 10 Präventionsmaßnahme / 2025

Art: .....

Datum, Stempel und Unterschrift

## Meine persönlichen Angaben

Name, Vorname des Versicherten

Straße, PLZ, Wohnort

Versichertennummer

Geburtsdatum

Bitte überweisen Sie meine Prämie

### Bankverbindung

Kontoinhaber

Geldinstitut

IBAN

BIC

Ich bestätige die Richtigkeit der Angaben:

Datum/Unterschrift des Versicherten / des Erziehungsberechtigten  
(ab 15 Jahren können Sie selbst unterschreiben)

Dieses Bonusheft gilt für das Jahr:

**2025**



Das neue Bonusheft können Sie unter  
[bkk-sbh.de/bonusprogramme](http://bkk-sbh.de/bonusprogramme) herunterladen!

# Bonusheft 2025

## Fit & Gesund Bonus



**Sehr geehrte Versicherte,  
sehr geehrter Versicherter,**

viele unserer Versicherten leben nicht nur gesund, sondern sie nutzen auch die umfangreichen Angebote des BKK SBH Präventionsprogramms:

Von den Gesundheitsuntersuchungen über Schutzimpfungen bis hin zu ausgewählten qualitätsgesicherten Gesundheitskursen. Vielleicht gehören Sie sogar zu jenen Menschen, die sich oft bewegen oder regelmäßig Sport treiben?

Mit dem Fit & Gesund Bonus fördert und belohnt Ihre BKK SBH diese Aktivitäten.

### Das BKK SBH-Bonusprogramm

Für jeden Versicherten gilt ein eigenes Bonusheft.

Pro erfüllte Maßnahme (Datum, Stempel und Unterschrift) erhalten Sie einen Bonus von 20 €.

Dieses Bonusheft gilt nur für Maßnahmen im Jahr 2025 und kann nur einmalig pro Kalenderjahr eingereicht werden.

Lassen Sie sich die Teilnahme durch Datum, Stempel und Unterschrift bestätigen (z. B. bei Arztbesuchen, Teilnahme an einer Präventionsmaßnahme). Gültig sind auch entsprechende Belege und Nachweise. Bitte ergänzen Sie dieses Bonusheft um Ihre persönlichen Angaben und reichen Sie dieses zur Erstattung bis spätestens zum 30. Juni des Folgejahres ein.

## Bonusprogramm der BKK SBH

### Das wird belohnt!

#### 1 Gesundheitsuntersuchung (ehemals „Check-up“)

Der Versicherte hat an einer gesetzlichen ärztlichen Gesundheitsuntersuchung teilgenommen. Auch selbst bezahlte Gesundheitsuntersuchungen können hier berücksichtigt werden.

#### 2 Krebsfrüherkennung

Der Versicherte hat an einer Krebsvorsorgeuntersuchung teilgenommen.

#### 3 Kinderuntersuchungen (U1 bis U9, J1)

Die Untersuchungen beginnen unmittelbar nach der Geburt und reichen bis zum 6. Lebensjahr (J1 im 13.–14. Lebensjahr). Kinderuntersuchungsheft/ Impfpass mitnehmen. Es wurden alle ärztlichen Untersuchungen im Laufe eines Kalenderjahres durchgeführt.

#### 4 Zahngesundheitsuntersuchung

Der Versicherte hat zur Gesunderhaltung der Zähne die zahnärztliche/n Vorsorgeuntersuchung/en in Anspruch genommen.

#### 5 Impfen nützt – impfen schützt

Die empfohlenen Impfungen, die von der BKK bezahlt werden, wurden vollständig durchgeführt; Impfschutz gegen Tetanus und Diphtherie liegt vor.

#### 6 Sportverein

Der Versicherte treibt regelmäßig Sport in einem Verein.

#### 7 Fitness-Center

Der Versicherte ist Mitglied in einem Fitness-Center.

#### 8 Sportabzeichen / Ausdauersportveranstaltung

Der Versicherte erwirbt das deutsche Sportabzeichen oder ein Leistungsabzeichen des deutschen Schwimmverbands oder des Bundes der deutschen Radfahrer oder nimmt an einer Veranstaltung in Ausdauersportarten teil.

#### 9 Sportmedizinische Untersuchung

Der Versicherte hat im Kalenderjahr eine sportmedizinische bzw. ernährungsmedizinische Untersuchung durchführen lassen oder führt eine qualitätsgesicherte, personalisierte Trainingsanalyse mit Verlaufskontrolle durch. Eine sportmedizinische Untersuchung wird von einem Sportmediziner durchgeführt. Es werden hier gesundheitliche Risiken abgeklärt, die gegen eine sportliche Belastung sprechen. Zu den Inhalten zählen u.a. eine Anamnese, körperliche Untersuchung, orthopädische Untersuchung, EKG, Laboruntersuchung sowie eine Beratung.

#### 10 Präventionsmaßnahme

Der Versicherte hat an einer Präventionsmaßnahme (z.B. Präventionskurs), die von der BKK SBH oder dem Arbeitgeber (z.B. BGF-Maßnahme) gefördert wird, teilgenommen.



Bitte senden Sie  
das Bonusheft an:

**BKK SBH**  
**Hauptverwaltung**  
**Löhrstr. 45**  
**78647 Trossingen**

