

Name, Vorname

Versichertennummer

Es ist mindestens 1 Grundmaßnahme (G) zu erfüllen. Alle Maßnahmen müssen im Bonusjahr durchgeführt worden sein. Die aufgeführten Beträge geben den jeweiligen Wert für die Geldprämie/Zweckprämie wieder. Lassen Sie die Maßnahmen vom Leistungserbringer abstempeln und unterschreiben oder kreuzen Sie das Feld an und fügen einen Nachweis bei.

Check-Up oder J2	G 5/10 €	Krebsfrüherkennung (gyn.) oder HPV-Screening	G 5/10 €	Hautkrebsfrüherkennung	G 5/10 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Früherkennung Prostata und äußeres Genital	G 5/10 €	Mammographie-Screening	G 5/10 €	Darmkrebs-Screening	G 5/10 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Früherkennung Bauchaortenaneurysmen	G 5/10 €	Zahnvorsorge	G bis 17 J. 10/20 €	Schutzimpfung	G 10/20 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Gesundheitskurs, aktive Mitgliedschaft, digit. Sport	G 25/50 €	Sport-Leistungsabzeichen	G 25/50 €	Teilnahme an 2 organisierten Sportveranstaltungen	G 25/50 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Feld ankreuzen und Urkunde beifügen

Felder ankreuzen und Urkunden beifügen

Sportmedizinische Vorsorge	25/50 €	BGM-Maßnahme	50/100 €	Geburtsvorbereitungskurs	15/30 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Schwangerschaftsvorsorge	10/20 €	Professionelle Zahnreinigung	10/20 €	BMI im Normbereich	5/10 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Cholesterin im Normbereich	5/10 €	Blutzucker im Normbereich	5/10 €	Blutdruck im Normbereich	5/10 €

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Stempel/Unterschrift Leistungserbringer

Für die Einlösung des Bonus reichen Sie bitte die 2. Seite vollständig ausgefüllt und unterschrieben ein.
Noch schneller zur Prämie mit der BERGISCHEN App! Gern können Sie uns Ihre Unterlagen auch einfach und sicher mit der App der BERGISCHEN übermitteln. Sie haben die App noch nicht?
 Unter www.bergische-krankenkasse.de/app ist sie schnell installiert. Noch einfacher geht es mit dem QR-Code.



E1.1 FlexiBonus² - Nachweis Fitnessstudio

Name, Vorname

Versichertennummer

Nachweis Fitnessstudio für das

Bonusjahr: _____

Regelmäßigkeit

- Oben genannte Person ist aktives Mitglied unseres Fitnessstudios und hat im Bonusjahr regelmäßig in unserem Fitnessstudio trainiert. (Richtwert für ein regelmäßigen Training: durchschnittlich 2x monatlich)

Qualitätsgarantie – Das Fitnessstudio hat/ist ...

- TÜV-zertifizierte Trainingsgeräte
- Lizenzierte Trainer (A-Lizenz) oder Trainer mit einschlägigem Studien-/Ausbildungsabschluss
- Anbieter von Gesundheitskursen
- Anbieter von Präventionskursen nach 20 SGB V
- Anbieter für Rehasport nach 44 III SGB IX

Beitragsnachweis

- Im Bonusjahr wurde ein Beitrag in Höhe von _____ € gezahlt.

Datum, Unterschrift/Stempel des Fitnessstudios

Noch schneller zur Prämie mit der BERGISCHEN App! Gern können Sie uns Ihre Unterlagen auch einfach und sicher mit der App der BERGISCHEN übermitteln. Sie haben die App noch nicht?
Unter bergische-krankenkasse.de/app ist sie schnell installiert. Noch einfacher geht es mit dem QR-Code.



E1.2 FlexiBonus² - Nachweis Sportverein (Erw. ab 16 Jahre)

Name, Vorname

Versichertennummer

Nachweis Sportverein für das

Bonusjahr: _____

Regelmäßigkeit

- Oben genannte Person ist aktives Mitglied unseres Sportvereins und hat im Bonusjahr regelmäßig in unserem Sportverein trainiert. (Richtwert für ein regelmäßigen Training: durchschnittlich 2x monatlich)

Qualitätsgarantie – Der Sportverein ist ...

- eine Mitgliedsorganisation des Deutschen Sportbundes oder einer ähnlichen anerkannten Organisation.

Datum, Unterschrift/Stempel des Sportvereins

Noch schneller zur Prämie mit der BERGISCHEN App! Gern können Sie uns Ihre Unterlagen auch einfach und sicher mit der App der BERGISCHEN übermitteln. Sie haben die App noch nicht? Unter [bergische-krankenkasse.de/app](https://www.bergische-krankenkasse.de/app) ist sie schnell installiert. Noch einfacher geht es mit dem QR-Code.



Name, Vorname

Versichertennummer

Hinweis: Mit der Einlösung bzw. dem Übertrag Ihres Bonus schließen Sie das Bonusjahr ab, eine nachträgliche Änderung ist nicht möglich.

Steuer-ID: _____

IBAN liegt vor

IBAN (neu): _____

Ich wähle die Geldprämie.

Ich wähle eine Zweckprämie. Bitte ankreuzen und Rechnung beifügen.

Rechnungsbetrag: _____ €

Ich wähle den Bonusübertrag ins nächste Bonusjahr. (Es können max. 2 aufeinanderfolgende Bonusjahre gemeinsam eingelöst werden.)

Datum, Unterschrift

Sportbudget

Jahresbeitrag Fitnessstudio

Gesundheitskurs außerhalb § 20 SGB V

digitales Sportangebot

Aus-/Fortbildung zum Übungsleiter oder Trainer

Sport- und Fitnessausrüstung (1 Artikel bis zu 100 €)

Gerät zur Messung der Bewegungsintensität (z. B. Fitnesstracker) (alle 2 Jahre)

Zahnbudget

Professionelle Zahnreinigung

Alternative Behandlung (1 Rechnung kann eine Behandlungsserie aus bis zu 3 Behandlungen umfassen)

Osteopathie

Chiropraktik

Akupunktur

Leistungen nach dem Hufeland-Verzeichnis und Gebührenverzeichnis der Heilpraktiker

Geburtsvorbereitungskurs

Geburtsvorbereitungskurs einer Begleitperson

Sehilfen

Brillen oder Kontaktlinsen (alle 3 Jahre)

IGEL-Budget

Hautkrebsscreening mit Auflichtmikroskopie

Glaukom-Vorsorge inklusive Augeninnendruck und Spiegelung Augenhintergrund

PSA-Wertmessung

Osteoporose-Screening (Knochendichtemessung)

Mammographievorsorge unter 50 Jahre

Ultraschalluntersuchung (Brust, Unterleib, Spirale)

Chlamydien-Screening

Klimakterium-Sprechstunde

Thin-Prep-Abstrich

FOBplus-Stuhltest bei Darmkrebsvorsorge

Check-Up (außerhalb gesetzl. Rhythmus)

Venen-Check

HPV-Impfung

Erläuterungen zum FlexiBonus²-Bonusprogramm

Was ist das FlexiBonus²-Bonusprogramm?

Mit dem FlexiBonus²-Bonusprogramm belohnen wir Ihre Vorsorge und Ihr gesundheitliches Engagement.

Das Bonusprogramm steht allen Versicherten zur Verfügung. Deshalb bieten wir drei verschiedene Bonus-Schecks an:

- Babys im ersten Lebensjahr (B)
- Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre (K)
- Jugendliche und Erwachsene ab 16 Jahren (E)

Welche Gesundheitsmaßnahmen Teil des Bonusprogramms sind, entnehmen Sie den jeweiligen Bonus-Schecks. Die gesammelten Maßnahmen können Sie im Anschluss wahlweise für eine Geld- oder Zweckprämie einlösen.

Wie nehme ich am Bonusprogramm teil?

Um am FlexiBonus²-Bonusprogramm teilzunehmen, bedarf es keiner vorherigen Anmeldung. Sie füllen automatisch Ihr FlexiBonus²-Guthaben, indem Sie die jeweiligen Maßnahmen (siehe Bonus-Scheck) wahrnehmen und sich von Ihrem Leistungserbringer einen Stempel und Unterschrift oder Beleg für die erbrachte Leistung geben lassen.

Hinweis: Für die Ausstellung von Nachweisen durch Leistungserbringer übernimmt die BERGISCHE keine Kosten.

Bis zu welchem Datum kann ich Gesundheitsmaßnahmen im FlexiBonus²-Bonusprogramm durchführen?

Ein Bonusjahr umfasst ein Kalenderjahr. Die Maßnahmen müssen also vom 1. Januar bis 31. Dezember durchgeführt worden sein. Der Bonus-Scheck mit sämtlichen Nachweisen soll bis zum 30. September des übernächsten Jahres bei der BERGISCHEN eingegangen sein.

Wie löse ich mein Guthaben ein?

Sie lösen Ihr Guthaben ein, indem Sie die Auszahlung Ihrer Geld- bzw. Zweckprämie oder den Bonusübertrag ins Folgejahr mit dem Bonus-Scheck E1, K1 oder B1 beantragen. Fügen Sie bei Bedarf auch die benötigten Nachweise bei.

Die Auszahlung Ihres Guthabens ist einmal jährlich ab mindestens einer Grundmaßnahme (mit „G“ auf dem Bonus-Scheck gekennzeichnet) möglich.

Je mehr Maßnahmen Sie wahrnehmen, desto größer ist Ihr Guthaben, welches Sie zur Auszahlung oder zum Übertrag verwenden können.

Geldprämie

Pro Bonusjahr können maximal 130 € und bei Babys 150 € ausgezahlt werden.

Zweckprämie

Pro Bonusjahr können maximal 300 € ausgezahlt werden.

Entscheiden Sie sich für eine Zweckprämie, brauchen wir als Nachweis eine zweckgebundene Rechnung. Die Einlösung der Zweckprämie ist pro Kalenderjahr für eine Rechnung, Leistung, Behandlungsserie aus bis zu drei Behandlungen oder einen Artikel möglich (siehe Bonus-Scheck E2, K2, B2). Das Rechnungsdatum der Zweckprämie muss im Bonusjahr liegen.

Bonusübertrag

Es können maximal zwei aufeinanderfolgende Bonusjahre gemeinsam eingelöst werden (erstmalig von 2023 in 2024). Das Rechnungsdatum der Zweckprämie muss im Falle der Übertragung in den zwei zusammengelegten Bonusjahren liegen.

Steuerrechtlicher Hinweis

Wir sind nach dem Bürgerentlastungsgesetz verpflichtet, Ihre Beiträge für die Kranken- und Pflegeversicherung an die Finanzverwaltung zu melden. Ausgezahlte Prämien oder Boni gelten aus Sicht des Finanzministeriums als Beitragserstattung und reduzieren diese Aufwendungen. Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an das für Sie zuständige Finanzamt. Die BERGISCHE ist zur Meldung gesetzlich verpflichtet. Daher ist die Angabe der Steuer-ID unbedingt notwendig.

Datenschutz

Die Daten werden zur Erfüllung unserer Aufgaben nach § 284 Abs. 1 SGB V erhoben und verarbeitet. Allgemeine Informationen zur Datenverarbeitung und zu Ihren Rechten finden Sie auf [bergische-krankenkasse.de/datenschutz](https://www.bergische-krankenkasse.de/datenschutz) oder werden Ihnen auf Wunsch ausgehändigt. Bei Fragen wenden Sie sich an die BERGISCHE KRANKENKASSE, 42715 Solingen oder unseren Datenschutzbeauftragten unter datenschutz@bergische-krankenkasse.de.

Weitere Informationen

Das Nähere bestimmt § 33 der Satzung der BERGISCHEN. Diese finden Sie auf [bergische-krankenkasse.de/satzung](https://www.bergische-krankenkasse.de/satzung).

Welche Vorsorgeuntersuchungen (Grundmaßnahmen) können Sie im FlexiBonus² wahrnehmen?

Jugendliche ab 16 und Erwachsene

Grundmaßnahmen (G)
J2 im Alter von 16-17 Jahren
Check-Up ab 18 Jahre (einmalig)
Check-Up ab 35 Jahre (alle 3 Jahre)
Früherkennung Gebärmutterhalskrebs und Krebserkrankung des Genitals ab 20 Jahre (Frauen, jährlich)
Früherkennung Brustkrebs ab 30 Jahre (Frauen, alle 3 Jahre)
HPV-Screening ab 35 Jahre (Frauen, alle 3 Jahre)
Früherkennung Hautkrebs ab 35 Jahre (alle 2 Jahre)
Früherkennung Prostata und äußeres Genital ab 45 Jahre (Männer, jährlich)
Mammographie-Screening 50-70 Jahre (Frauen, alle 2 Jahre)
Darmkrebs-Screening 50-54 Jahre (jährlicher Stuhltest)
Darmkrebs-Screening ab 55 Jahre (alle 2 Jahre Stuhltest oder 2 Darmspiegelungen im Abstand von mindestens 10 Jahren)
Früherkennung Bauchaortenaneurysmen ab 65 Jahre (einmalig)
Schutzimpfung

Babys im 1. Lebensjahr

Grundmaßnahmen (G)
U1 direkt nach der Entbindung
U2 am 3.-10. Tag
U3 in der 4.-5. Woche
U4 im 3.-4. Monat
U5 im 6.-7. Monat
U6 im 10.-12. Monat

Kinder 1-15 Jahre

Grundmaßnahmen (G)
U7 im 21.-24. Monat
U7a im 34.-36. Monat
U8 im 46.-48. Monat
U9 im 60.-64. Monat
U10 mit 7-8 Jahren
U11 mit 9-10 Jahren
J1 mit 12-14 Jahren