

Ernährungsberatung

Ich habe an einer zertifizierten Ernährungsberatung teilgenommen.

- Ja, die Rechnung habe ich als Kopie beigelegt.
 Nein

Aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein

Ich bin aktives Mitglied in einem Sportverein/Fitnessstudio

- Ja, eine aktuelle Mitgliedsbescheinigung habe ich beigelegt.
 Nein

Präventionskurs

Ich habe an einem zertifizierten Präventionskurs teilgenommen, der durch die BERGISCHE bezuschusst wurde.

- Ja
 Nein

Schwangerschaftsvorsorge

Ich war im Bonusjahr schwanger und habe an den gesetzlichen Untersuchungen zur Schwangerschaftsvorsorge teilgenommen.

- Ja, eine Kopie des Mutterpasses (Seite 10/11) habe ich beigelegt.
 Nein

Hinweis

Das BonusFit²-Heft bezieht sich auf ein Kalenderjahr. Untersuchungen, die in diesem Zeitraum stattfinden, können als Punkt angerechnet werden. Ausnahme ist der Check-up 35, da dieser nur alle zwei Jahre durchgeführt werden kann.

Nicht nachgewiesene oder nicht erreichbare Punkte können leider nicht angerechnet werden.

Ihr Treuebonus

Zusätzlich zu Ihrem jährlichen Bonus, den Sie in drei aufeinanderfolgenden Jahren gesammelt haben, erhalten Sie ab dem 4. Jahr bei mindestens sechs Punkten pro Kalenderjahr Ihren Treuebonus. Dieser wird in Höhe von 80,00 € jährlich gezahlt.

Diese Regelung gilt ab dem Jahr **2009**. Eine Anrechnung von früheren Boni erfolgt nicht.

1. bis 3. Bonusjahr			
1. Jahr	mindestens 4 Punkte	=	Bonus erreicht
+			
2. Jahr	mindestens 4 Punkte	=	Bonus erreicht
+			
3. Jahr	mindestens 4 Punkte	=	Bonus erreicht
+			
Zusätzlicher Treuebonus ab dem 4. Bonusjahr			
Ab dem 4. Jahr mindestens 6 Punkte = 80,00 € (für jedes weitere Jahr in gleicher Höhe)			

Persönliche Angaben

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Geburtsdatum _____
 Versichertennummer _____

Telefon für Rückfragen _____

E-Mail _____

Bankverbindung für Auszahlung

Name der Bank _____

Kontonummer _____

Bankleitzahl _____

Unterschrift des Versicherten _____

Wer kann mitmachen?

Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und sich gesundheitsbewusst verhalten, haben einen Vorteil bei der BERGISCHEN.

Sammeln Sie mindestens vier Punkte aus der nachfolgenden Auswahl.

- 1. Teilnahme am Check-up ab dem vollendeten 35. Lebensjahr alle zwei Jahre
- 2. Jährliche Teilnahme an der Krebsfrüherkennungsuntersuchung (Frauen ab dem 20. und Männer ab dem 45. Lebensjahr)
- 3. Jährliche Teilnahme an der zahnprophylaktischen Untersuchung
- 4. Vollständige Inanspruchnahme der vorgesehenen Kinder- und Jugenduntersuchungen der mitversicherten Kinder
- 5. Durchführung einer professionellen Zahnreinigung
- 6. Ablegen des Deutschen Sportabzeichens im jeweiligen Bonusjahr
- 7. Body-Mass-Index (BMI) liegt zwischen 19 und 29 altersabhängig nach dem National Research Council (NRC)

BMI-Formel:

Gewicht (kg) : Körpergröße
(m) : Körpergröße (m) = BMI

Alter	BMI
19-24	19-24
25-34	20-25
35-44	21-26
45-54	22-27
55-64	23-28
ab 65	24-29

- 8. Nichtraucher seit mindestens sechs Monaten bei Ablauf des Bonusjahres
- 9. Teilnahme an einer zertifizierten Ernährungsberatung
- 10. Aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein
- 11. Teilnahme an einem zertifizierten Präventionskurs, der von der BERGISCHEN bezuschusst wurde
- 12. Teilnahme an den gesetzlichen Untersuchungen zur Schwangerschaftsvorsorge

Ihre Prämien

Für jeden Bonuspunkt, den Sie in einem Jahr sammeln, erhalten Sie von uns 10,00 € (für mindestens vier Punkte also 40,00 €).

Wichtig: Senden Sie uns bitte dieses BonusFit²-Heft zusammen mit den Nachweisen bis zum 31. März des Folgejahres. Die Auszahlung erfolgt rückwirkend für das vergangene Kalenderjahr, sofern am 01. Januar des Folgejahres eine Versicherung bei der BERGISCHEN besteht.

Nachweis der Punkte

Check-up 35

Datum der Untersuchung: _____

Stempel der Arztpraxis

Krebsfrüherkennung

Datum der Untersuchung: _____

Stempel der Arztpraxis

Zahnprophylaktische Untersuchung

Datum der Untersuchung: _____

Stempel der Zahnarztpraxis

Kinderuntersuchungen

Ich habe ein mitversichertes Kind, das die Kinderuntersuchungen regelmäßig in Anspruch nimmt:

- Ja, ich habe die Kopien des Untersuchungsheftes beigelegt oder die Untersuchungen durch den Kinderarzt bestätigen lassen.

Stempel der Kinderarztpraxis

- Nein

Professionelle Zahnreinigung

Ich habe eine professionelle Zahnreinigung durchführen lassen.

- Ja, die Rechnung habe ich als Kopie beigelegt.
 Nein

Sportabzeichen

Ich habe das Deutsche Sportabzeichen im Bonusjahr abgelegt.

- Ja, die Kopie der Urkunde habe ich beigelegt.
 Nein

Body-Mass-Index (BMI), siehe Nr. 7

Ich habe einen Body-Mass-Index von _____. Dieser entspricht den Vorgaben des Bonusheftes.

- Ja, ich bestätige dies durch meine Unterschrift:

✕ _____

Nichtraucher seit mindestens 6 Monaten

- Ja, ich bestätige dies durch meine Unterschrift:

✕ _____