

## So sichern Sie sich Ihre Aktiv-Prämie

Füllen Sie einfach das Bonusheft aus. Schon bei drei erfüllten Voraussetzungen beträgt die **Aktiv-Prämie 200,00 Euro**.

Bitte beachten Sie, dass alle Angaben für die Teilnahme am Bonusprogramm fitforcash erforderlich sind.

Senden Sie das ausgefüllte Bonusheft mit allen nötigen Unterlagen an folgende Adresse:

**Betriebskrankenkasse Mobil Oil  
Vertriebs-Office  
29218 Celle**

E-Mail: [bonus@bkk-mobil-oil.de](mailto:bonus@bkk-mobil-oil.de)  
Fax: 0800 255 3002-888

Wenn Sie noch Fragen haben, stehen wir Ihnen gern unter **0800 255 0800** zur Verfügung.

Vorname/Name

Versicherungsnummer

**01.01.2014 - 31.12.2014**

**31.03.2015**

Ihr Bonuszeitraum

einreichen bis

Geburtsdatum

**Extra einfach: Ihr Bonuszeitraum entspricht ab sofort dem Kalenderjahr**

### **Ärztliche Vorsorgeuntersuchung**

- Hautkrebsscreening (ab 18 Jahren)
- Krebsfrüherkennung  
(Frauen ab 19 Jahren, Männer ab 44 Jahren)
- Schwangerschaftsvorsorge
- Check-up (ab 35 Jahren)
- Kinder-Vorsorge (U1 bis J2)

Datum/Unterschrift/Arztstempel

### **Nichtraucher** (ab 18 Jahren) (seit mindestens sechs Monaten)

- ### **Blutdruck und Puls normal** (ab 18 Jahren)
- Ärztl. Untersuchung/Apotheke
  - Blutspende

Datum/Unterschrift/Stempel oder  
Kopie Blutspendeausweis

### **BMI im Normalbereich**

Einfach berechnen unter [www.bkk-mobil-oil.de/fitforcash](http://www.bkk-mobil-oil.de/fitforcash)

- ### **Teilnahme an Gesundheitskursen** (ab 18 Jahren)
- Bitte Rechnungskopie beilegen.

### **Extra Zahnpflege** (ab 18 Jahren)

- Individualprophylaxe
  - Professionelle Zahnreinigung
- Bitte Rechnungskopie beilegen.

### **Regelmäßiger Sport**

z. B. Fitnessstudio, Sportverein, Abzeichen

Stempel oder Teilnahme-/Mitgliedsbescheinigung

### **Zahnärztliche Vorsorge**

zweimal jährlich Vorsorge beim Zahnarzt (bis 17 Jahren)  
einmal jährlich Vorsorge beim Zahnarzt (ab 18 Jahren)

Datum/Unterschrift/Arztstempel

### **Schutzimpfungen**

- Diphtherie, Polio, Tetanus
  - andere Impfungen
- Bitte Kopie des Impfpasses einreichen

## Ja, ich will am Bonusprogramm fitforcash teilnehmen

Mit meiner Unterschrift versichere ich die Richtigkeit meiner Angaben.

Bitte geben Sie an, auf welches Konto wir die Aktiv-Prämie überweisen sollen:

Kontoinhaber

BIC (Ersatz für Bankleitzahl und Institut)

IBAN (Ersatz für Kontonummer)

Telefon (bei Rückfragen)

E-Mail (optional)

Ort, Datum, Unterschrift

## Informationen zum Bonusprogramm fitforcash

### Wie verläuft mein Bonuszeitraum?

Sie und/oder Ihre familienversicherten Angehörigen können jeweils **einmal jährlich die Aktivprämie** beantragen. Jeder Versicherte erhält dafür ein eigenes Bonusheft.

**Extra einfach: Der Bonuszeitraum entspricht dem Kalenderjahr (01.01.-31.12. eines jeden Jahres).**

**Die Voraussetzungen müssen innerhalb dieses Bonuszeitraums erfüllt werden.**

**Spätestens bis zum 31.03. des Folgejahres muss der Antrag mit allen Nachweisen bei uns eingegangen sein.** Später eingesandte Anträge dürfen wir nicht berücksichtigen.

### Wie hoch ist meine Aktiv-Prämie?

Die Höhe der Prämie richtet sich nach der Anzahl der erfüllten Voraussetzungen:

- **Bei Nachweis von mindestens drei Voraussetzungen erhalten Sie und volljährige mitversicherte Angehörige einen Bonus von 200,00 Euro.** Familienversicherte unter 18 Jahren erhalten eine Prämie von 100,00 Euro.
- Für zwei erfüllte Voraussetzungen beträgt der Bonus 50,00 Euro. In diesem Fall dürfen die Voraussetzungen 2-4 jedoch nicht miteinander kombiniert werden. Dies gilt auch für Familienversicherte unter 18 Jahren.
- Bei Nachweis aller Voraussetzungen erhalten Sie und volljährige mitversicherte Angehörige einen Bonus von 225,00 Euro. Familienversicherte unter 18 Jahren erhalten einen Bonus von 125,00 Euro.

### Wann wird die Aktiv-Prämie ausgezahlt?

Die Aktiv-Prämie wird ausgezahlt, sobald die Voraussetzungen erfüllt und das Bonusheft bei der Betriebskrankenkasse Mobil Oil vorliegt. Zum Zeitpunkt der Auszahlung muss die **Mitgliedschaft bei der BKK Mobil Oil aktiv und ungekündigt** sein. Der Anspruch auf die Prämie entfällt, sobald Sie Ihre Mitgliedschaft gekündigt haben.

Die BKK Mobil Oil ist aufgrund des Bürgerentlastungsgesetzes (§ 10 Abs. 2 Satz 4 ESTG) ab dem Jahr 2010 verpflichtet, die Höhe der Prämienzahlung an das Finanzamt zu übermitteln. Dieser Betrag mindert Ihre abzugsfähigen Aufwendungen.

### Wie weise ich eine Voraussetzung nach?

Als Nachweis gilt die **ärztliche Bestätigung bzw. die Bescheinigung des Leistungsanbieters**. In Einzelfällen bestätigen Sie selbst durch Ihre Unterschrift.

Bei Vorsorgeuntersuchungen sind Ärzte nach § 36 Abs. 7 des Bundesmantelvertrags grundsätzlich dazu verpflichtet das Bonusheft kostenlos abzustempeln, sofern die Untersuchung im gleichen Quartal erfolgt ist.

Wenn eine Voraussetzung nicht erfüllt werden kann, weil zum Beispiel das Alter zur Teilnahmeberechtigung noch nicht erreicht ist, dürfen wir diesen Nachweis nicht anerkennen.

### Welche Voraussetzungen werden anerkannt?

#### 1. Ärztliche Vorsorgeuntersuchung

Die Voraussetzung ist erfüllt, wenn Sie entweder

- eine **Hautkrebsvorsorgeuntersuchung** (Hautkrebscreening, ab 18 Jahren)
- oder**
- die gesetzliche **Krebsfrüherkennungsuntersuchung** (Frauen ab 19 Jahren, Männer ab 44 Jahren)
- oder**
- die ärztliche **Gesundheitsuntersuchung** (so genannter „Check-Up“ ab 35 Jahren)
- oder**
- eine **Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchung** nach den Mutterschutzrichtlinien

durchgeführt haben.

**Bitte lassen Sie die Untersuchung durch Ihren Arzt bestätigen.**

Alternativ kann die Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchung auch durch die ausführende Hebamme bestätigt werden.

#### 2. Nichtraucher

Bitte bestätigen Sie uns mit Ihrer Unterschrift, dass Sie seit **mindestens 6 Monaten Nichtraucher sind oder nie geraucht haben.**

Der Nachweis ist ab 18 Jahren möglich.

#### 3. Blutdruck und Puls normal

Volljährige Versicherte erfüllen die Voraussetzungen, wenn ärztlich bestätigt wird, dass **Blutdruck und Puls in einem gesunden Bereich** liegen.

Als Normwert für den Puls gelten zwischen 60 und 100 Schlägen pro Minute. Der optimale Blutdruck ist 120/80, kann jedoch auch bis 140/100 gehen.

Alternativ senden Sie uns eine **Kopie Ihres Blutspenderausweises**, aus der hervorgeht, dass Sie im Bonuszeitraum eine Blutspende geleistet haben, bzw. aus der sich die Werte bei der Blutspende bestätigen lassen.

## Informationen zum Bonusprogramm fitforcash

### 4. BMI im Normalbereich

Der BMI (Body-Mass-Index) entspricht dem Körpergewicht geteilt durch die Körpergröße in Metern zum Quadrat:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht in kg}}{(\text{Körpergröße in m})^2}$$

Weisen Sie **durch Ihre Unterschrift oder eine Bestätigung Ihres Arztes** nach, dass Ihre Werte in einem gesunden Bereich liegen.

Anhaltspunkte dafür bietet Ihnen folgende Übersicht:

Alter in Jahren	BMI	
	weiblich	männlich
0 - 2	12 - 17	
3 - 5	12,5 - 17,5	
6 - 12	13 - 22	
13 - 17	14 - 24	15 - 26
18 - 24	18 - 26	19 - 27
25 - 34	19 - 28	20 - 29
35 - 44	20 - 30	21 - 31
45+	21 - 32	22 - 33

### 5. Teilnahme an Gesundheitskursen

Versicherte ab 18 Jahren weisen die **Teilnahme an einem Präventionskurs** nach § 20 SGB V oder an einem **Kurs zur Entspannung, gesunden Ernährung oder Raucherentwöhnung** ohne Anspruch auf Kostenerstattung nach. Bitte senden Sie uns eine **Teilnahmebestätigung oder Rechnungskopie** des besuchten Präventionskurses ein.

### 6. Extra Zahnpflege

Erwachsene erfüllen diese Voraussetzung, wenn Sie im Bonuszeitraum eine **professionelle Zahnreinigung oder Individualprophylaxe** in Anspruch genommen haben.

### 7. Regelmäßiger Sport

Bitte weisen Sie nach, dass Sie **an sportlichen Übungen unter qualifizierter Leitung teilgenommen** haben. Den Nachweis erbringen Sie z.B. durch die Bestätigung einer **Mitgliedschaft im Fitnessstudio oder Sportverein**, Teilnahmebestätigungen am Hochschulsport, Urkunden oder Sport-, Wander-, Schwimm- oder Fahrradabzeichen.

Dartspiel, Angeln, Schach usw. zählen in diesem Sinne nicht zu den förderungsfähigen Sportarten des Bonusprogramms.

### 8. Zahnärztliche Vorsorge

Versicherte ab 18 Jahren erfüllen diesen Punkt durch eine **Untersuchung beim Zahnarzt im Kalenderjahr**. Dies gilt auch für Kinder bis 6 Jahren.

**Kinder zwischen 6 und 18 Jahren** müssen den Zahnarzt einmal pro Kalenderhalbjahr aufsuchen, um diese Voraussetzung zu erfüllen.

### 9. Schutzimpfungen

Wenn ein Impfschutz gegen **Diphtherie, Tetanus und Polio** besteht oder im Bonuszeitraum eine andere **Schutzimpfung** durchgeführt wurde, weisen Sie dies mit einer **Kopie des Impfpasses** nach. Oder Sie senden uns eine **Rechnung**, aus der hervorgeht, wann und für welche Person die Impfung durchgeführt wurde.

Pro Person wird im Bonuszeitraum jeweils nur eine Impfung anerkannt.

### 10. Kinderuntersuchungen

Der Nachweis ist erfüllt, wenn **alle empfohlenen Kinder- bzw. Jugenduntersuchungen**, die innerhalb des Bonuszeitraums liegen, nachgewiesen werden.

Folgende Untersuchungen sind empfohlen:

Art	Termin
U1 - U6	Von Geburt bis 12. Lebensmonat
U7 + U7a	21. bis 36. Lebensmonat
U8	46. bis 48. Lebensmonat
U9	60. bis 64. Lebensmonat
U10	7 bis 8 Jahre
U11	9 bis 10 Jahre
J1	13 bis 14 Jahre
J2	16 bis 17 Jahre

## Unser Serviceangebot für Sie

Haben Sie Fragen? Wir beraten Sie gern persönlich. In unseren **Service-Points** sind wir montags bis freitags zwischen 08:00 Uhr und 17:00 Uhr für Sie da:

BKK Mobil Oil  
Hühnerposten 2  
20097 Hamburg

BKK Mobil Oil  
Burggrafstraße 1  
29221 Celle

BKK Mobil Oil  
Am Lindenbaum 18  
63150 Heusenstamm

BKK Mobil Oil  
Arnulfstraße 27  
80335 München

Oder rufen Sie uns an: täglich rund um die Uhr unter der kostenlosen **Service-Hotline 0800 255 0800**.

Ihre **Betriebskrankenkasse Mobil Oil**