



Das Bonusprogramm der BKK VDN unterstützt mit attraktiven Geldprämien eine gesunde Lebensführung und gesundheitliche Vorsorge für die ganze Familie. Sammeln Sie **BoNickel**-Stempel oder nutzen Sie weitere Mehrleistungen des **BoNickel-Prime**.

Sie können Ihre gesammelten **BoNickel**-Stempel und Belege bereits im laufenden Jahr bei uns einreichen, möglichst **bis zum 31.03. des Folgejahres**. Bitte reichen Sie den **BoNickel** bzw. **BoNickel-Prime** nur einmal für ein Kalenderjahr ein.

BITTE VOLLSTÄNDIG AUSEFÜLLEN!

[illegible]

Ihre persönlichen Daten (Sozialdaten) benötigen wir, um unsere Aufgaben erfüllen zu können. Weitere Informationen zur Datenverarbeitung nach Artikel 13 DSGVO erhalten Sie unter <https://www.bkk-vdn.de/datenschutz>

☐ Ich bin damit einverstanden, dass die **BKK VDN** die von mir angegebenen persönlichen Daten speichert und nutzt, um mich beraten, meine Anliegen zügig bearbeiten und hierfür ggf. kontaktieren zu können. Die Einwilligung ist freiwillig und kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft schriftlich widerrufen werden. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.

X	X
Ort, Datum	 Unterschrift des Versicherten

Sollten Sie keine Möglichkeit für einen Ausdruck haben, übermitteln wir Ihnen gerne die Unterlagen postalisch. Bitte nehmen Sie dazu Kontakt mit uns auf.

☐☐

Die in 2026 durchgeführten Maßnahmen werden vom Arzt bzw. Anbieter der Leistung auf dieser Seite quittiert bzw. durch Vorlage entsprechender Belege nachgewiesen. Mit nur einer nachgewiesenen Maßnahme sind Sie schon dabei!

Check-up für Frauen und Männer **zwischen 18 und 35 Jahre** (einmalig)

Datum / Unterschrift des Arztes

40

Stempelfeld

Check-up für Frauen und Männer **ab 35 Jahre** (alle 3 Jahre möglich)

Datum / Unterschrift des Arztes

20

Stempelfeld

Krebsfrüherkennung für Frauen ab 20 und Männer ab 45 Jahre (jährlich möglich)

Datum / Unterschrift des Arztes

20

Stempelfeld

Hautkrebsscreening privat (jährlich) oder über eGK (alle zwei Jahre)

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

Mammographie-Screening ab einem Alter von 50 Jahren bis zum Ende des 70. Lebensjahres (ab 01.07.2024 bis 75 Jahre/alle 22 bis 26 Monate nach der letzten Teilnahme möglich)

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

Koloskopie (im Rahmen der KFE-RL) für Frauen und Männer ab 50 Jahre (zweimal möglich, die zweite frühestens 10 Jahre nach der ersten)

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

 eine **Schutzimpfung** (von der STIKO empfohlen/ oder gemäß Satzung der BKK VDN)
(Alternativ den Impfausweis vorlegen)

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

Zahngesundheitsuntersuchung bis 17 Jahre (halbjährlich) bzw. ab 18 Jahre (jährlich)
(Alternativ das Zahnarzt-Bonusheft vorlegen)

Datum / Unterschrift Zahnarztes

10

Stempelfeld

PZR – Professionelle Zahnreinigung

(Alternativ die Rechnung über die PZR vorlegen)

Datum / Unterschrift Zahnarztes

50

Stempelfeld

Vorsorgeuntersuchung J2 von 16 bis 17 Jahre

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

 alle vorgesehenen **Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchungen** Auszahlung im Jahr der Entbindung (Alternativ Mutterpass vorlegen)

Datum / Unterschrift des Arztes

10

Stempelfeld

Sport

- in einem Verein des Deutschen Sportbundes (seit mind. 3 Monaten, mind. 2 x monatlich) **oder**
- in einem Fitnessstudio (seit mind. 3 Monaten, mind. 2 x monatlich), Betreuung durch qualifiziertes Personal (Zertifizierung: DIN EN 17229 o. ZerFit) o. Training unter Anleitung eines Dipl.-Sportwissenschaftlers, Physiotherapeuten, lizenzierten Fitnesstrainers (B-Lizenz) o. Sport- und Fitnesskaufmanns **oder**
- Erwerb eines anerkannten Sportabzeichens (z. B. Deutsches Sportabzeichen)

Datum / Unterschrift Sportverein / Leistungserbringer / Trainer / Veranstalter

30

Stempelfeld

Ausdauersport (Teilnahme an mindestens zwei öffentlichen Veranstaltungen: Laufen, Radfahren, Triathlon, Schwimmen)
Datum / Unterschrift des Veranstalters
anderweitiger Nachweis (Urkunde, Anmeldebestätigung)

10

Stempelfeld

 Teilnahme an einem **Präventionskurs** (zertifiziert durch die Zentrale Prüfstelle Prävention)

Datum / Unterschrift des Leistungserbringers

10

Stempelfeld

BoNickel

Was wird belohnt?

Bonuspunkte gibt es für durchgeführte Maßnahmen aus den Bereichen Vorsorge, Früherkennung und gesundheitsbewusstes Verhalten. **Es muss nur eine Maßnahme erfüllt werden.** Je Maßnahme werden zwischen 1 und 5 Bonuspunkte vergeben. Jeder Bonuspunkt ist mindestens 10 Euro wert, so dass ein max. Bonus von 200 Euro pro Jahr möglich ist.

Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können alle, die in der BKK VDN versichert und mindestens 16 Jahre alt sind, d. h. unsere Mitglieder, mitversicherte Ehegatten und Kinder. Jeder kann einen eigenen Bonus erwerben und erhält deshalb ein eigenes Bonusformular.

Ihre gesammelten Stempel können Sie bereits im laufenden Jahr bei uns einreichen, möglichst **bis zum 31.03. des Folgejahres**. Bitte reichen Sie den **BoNickel** bzw. **BoNickel-Prime** nur einmal für ein Kalenderjahr ein.

BoNickel-Prime

Nutzen Sie die Erstattungssumme für die unten stehenden Mehrleistungen, um von den Vorteilen des **BoNickel-Prime** zu profitieren. Zwischen 1 und 4 Maßnahmen ändert sich nichts an der Erstattungssumme. Ab 5 Maßnahmen verdoppelt sich diese stetig gegenüber dem herkömmlichen **BoNickel** auf max. 200 - 400 Euro.

- Behandlung mit Akupunktur
- Heilpraktikerbehandlung
- Sportmedizinische Untersuchung und Beratung (Physiotherapeut, Fitnessstudio)
- Jahresbeitrag für ein Fitnessstudio
- Sport- und Fitnesskleidung
- Brillen und Kontaktlinsen
- Nicht zertifizierte Gesundheitskurse (z. B. Zumba, Spinning, Problemzonengymnastik)
- Ultraschalluntersuchung zur Krebsfrüherkennung
- PSA-Test (Prostatakrebsfrüherkennung)
- Zusatzdiagnostik in der Mutterschaftsvorsorge
- Geräte zur Messung der Bewegungsintensität von dynamischen Aktivitäten (Pulsfrequenz und/oder Schritte)
- Elektronische Gesundheitsangebote bzw. digitale Sportkurse
- Ergänzungsversicherungsverträge Privater Krankenversicherungsunternehmen im Zusammenhang mit dem Zahnschutz, Zahnerhalt und Zahnersatz sowie für Brillen und Kontaktlinsen
- Zahnärztliche Leistungen (Zahnversiegelung, Behandlung unter Vollnarkose, unter Lachgas- oder Dämmerschlafnarkose, Funktionsanalyse, Wurzelbehandlung, Kunststofffüllungen oder Inlays, digitale Volumetomographie, Lasereinsatz, Hypnose, mikrobiologischer Keimtest)

Ihre erhöhte Prämie innerhalb von **BoNickel-Prime**:

5 Maßnahmen	= max. 200 Euro
6 Maßnahmen	= max. 225 Euro
7 Maßnahmen	= max. 250 Euro
8 Maßnahmen	= max. 300 Euro
9 Maßnahmen	= max. 350 Euro
10 Maßnahmen	= max. 400 Euro

Wichtige Hinweise:

- Für die Überweisung des **BoNickel-Prime** benötigen wir die **Rechnung/en** zusammen mit dem **BoNickel**-Bonusformular, möglichst beides **bis zum 31.03. des Folgejahres**. Bei Kosten unterhalb der jeweiligen Bonushöhe erstatten wir max. die tatsächlichen Aufwendungen. Sie haben Ihre Prämie nicht voll ausgeschöpft? Dann nutzen Sie weitere Mehrleistungen des **BoNickel-Prime**. Leistungen, die nicht im Jahr 2026 erbracht wurden, werden nicht erstattet.
- Anders als bei **BoNickel** sind die Erstattungssummen aus **BoNickel-Prime** nicht steuerpflichtig. Wenn die Bonuszahlung aus **BoNickel** 150 Euro übersteigt, sind wir dazu verpflichtet, diese an das Finanzamt zu melden. Steuerlich relevant werden die Erstattungen in dem Jahr, in dem sie gezahlt werden.