

Bitte Bonusjahr eintragen

2 | 0 | 2

## Gesundsein MPlus

### Herz-Kreislauf-GesundheitsCheck und Früherkennung

 <p>Check-up</p> <p>30 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Früherkennung</p> <p>Art: 20 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>
--	---

### Krebsvorsorge

 <p>Hautkrebsvorsorge</p> <p>20 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Krebsvorsorge</p> <p>Art: 20 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>
---	---

### Gesundheitsvorsorge

 <p>Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen</p> <p>20 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Darmkrebsvorsorge / Mutterschaftsvorsorge</p> <p>30 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>
--	--

### Impfungen

 <p>Impfung gegen _____ abgeschlossen</p> <p>10 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Impfung gegen _____ abgeschlossen</p> <p>10 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>
 <p>Impfung gegen _____ abgeschlossen</p> <p>10 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Impfung gegen _____ abgeschlossen</p> <p>10 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>

### Zahngesundheitsuntersuchungen

 <p>Kinder und Jugendliche 1. Halbjahr</p> <p>Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Erwachsene / Kinder und Jugendliche 2. Halbjahr</p> <p>10 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>
---	--

## Premium MPlus

 <p>Mitgliedschaft Fitnessstudio / Verein</p> <p>10 € Datum, Stempel, Unterschrift</p>	 <p>DOSB-Sportabzeichen</p> <p>30 € Datum, Stempel, Unterschrift</p>
 <p>DOSB-Schwimmabzeichen</p> <p>30 € Datum, Stempel, Unterschrift</p>	 <p>Präventionskurs</p> <p>10 € Datum, Stempel, Unterschrift</p>
 <p>DiGA</p> <p>20 € Datum, Stempel Arzt, Unterschrift</p>	 <p>Betriebliche Gesundheitsförderung</p> <p>20 € Datum, Stempel, Unterschrift</p>

## Ausbildung MPlus

Ich bin zwischen 15 und 25 Jahre alt:  ja  nein

- ★ **Gesundheitsvorsorge Check-up** zwischen 18 und 34 Jahren einmalig und ab 35 alle drei Jahre (hausärztliche Untersuchung)
- ★ **Früherkennung Mammographie-Screening** für Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren alle zwei Jahre (Durchführung im Brustkrebszentrum)
- ★ **Früherkennung Bauchaortenaneurysma** für Männer ab 65 Jahren, einmalig (hausärztliche Untersuchung)
- ★ **Hautkrebsvorsorge** alle zwei Jahre ab 35 Jahren (hautärztliche Untersuchung)
- ★ **Krebsvorsorge Frauen** jährlich ab 20 Jahren (gynäkologische Untersuchung)
- ★ **Krebsvorsorge Männer** jährlich ab 45 Jahren (hausärztliche oder urologische Untersuchung)
- ★ **Darmkrebsvorsorge** ab 50 Jahren jährlich bzw. ab 55 Jahren alle zwei Jahre (Stuhltest oder Darmspiegelung; hausärztliche, gastroenterologische Untersuchung)
- ★ **Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen** (kinderärztliche Untersuchung)
- ★ **Leistungen der Mutterschaftsvorsorge im Jahr der Entbindung** (gynäkologische Untersuchung)
- **Schutzimpfungen nach der Schutzimpfungsrichtlinie** und den Empfehlungen der Ständigen Impfkommisionen (STIKO)
- **Schutzimpfung nach § 12b der Satzung**, um den Impfschutz zu erweitern
  - gegen Meningokokken bis zum vollendeten 18. Lebensjahr
  - gegen HP-Viren bis zum vollendeten 26. Lebensjahr
  - gegen Herpes Zoster Viren, sowie Schutzimpfungen, die wegen eines erhöhten Gesundheitsrisikos aufgrund eines nicht beruflich bedingten Auslandsaufenthaltes von der Ständigen Impfkommision beim Robert-Koch-Institut (STIKO) empfohlen sind (sog. Reise-Impfungen)
- **Zahngesundheitsuntersuchung für Erwachsene** ab 18 Jahren (jährliche zahnärztliche Untersuchung)
- **Zahnmedizinische prophylaktische Untersuchungen für Kinder und Jugendliche** bis 17 Jahren (jährlich zweimalige zahnärztliche Untersuchung)

### ★ Sportliche Aktivität

- Regelmäßige Inanspruchnahme von gesundheitsfördernden Bewegungsangeboten in einem qualifizierten Verein oder Fitnessstudio
- Erfolgreiches Absolvieren eines DOSB-Sport- oder Schwimmabzeichens nach qualifiziert begleitetem Vorbereitungstraining
- Teilnahme an einer Maßnahme zur zertifizierten primären Prävention gemäß § 20 SGB V (Präventionskurs)

### ★ Digitale Gesundheitsleistung

- Aktive Nutzung einer zugelassenen Digitalen Gesundheitsanwendung (DiGA), die sich inhaltlich auch auf die Handlungsfelder Bewegungsverhalten, Ernährung, Stressmanagement oder Suchtmittelkonsum (§ 20 SGB V) richtet und in der Liste der berücksichtigungsfähigen DiGA der BKK Miele aufgeführt ist

### ★ Betriebliche Gesundheitsförderung

- Regelmäßige Teilnahme an einer zertifizierten Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF-Maßnahme)

### Zusatzbonus für Auszubildende, Schüler und Studenten

100 % zusätzlichen Bonus gibt es für alle Versicherten zwischen dem 15. und 25. Lebensjahr, um auch alle jungen Versicherten für Früherkennung, Gesundheitsvorsorge und Gesundheitsbewusstsein zu interessieren und motivieren.

### Ich beantrage den Bonus

Name, Vorname	Geburtsdatum
Anschrift	KV-Nummer
IBAN*	Datum/Unterschrift*