

Bonusprogramme: Krankenkassen mit den höchsten Geldprämien

Finanzielle Anreize für die eigene Gesundheitsvorsorge

Viele Krankenkassen bieten Bonusprogramme an, um die Teilnahme an Vorsorgeuntersuchungen zu fördern oder zur Fitness ihrer Versicherten beizutragen. Bei einigen Krankenkassen erhalten die Versicherten Geldprämien dafür, dass sie sich um ihre Gesundheit kümmern. Die Höhe der Geldprämie richtet sich meist nach der Art oder der Häufigkeit der Teilnahme.

Von dem Prämienprogramm profitieren sowohl die Versicherten, als auch die Krankenkassen. Die Versicherten tun etwas für ihre Gesundheitsvorsorge und die Krankenkassen können langfristig ihre Ausgaben senken.

Der Bonus in Form eines Geldbetrags hat eine Anreizfunktion, kann jedoch nicht die Ausgaben für einen Sportverein oder ein Fitnessstudio aufwiegen. Wer darüber nachdenkt, sich künftig sportlich mehr zu betätigen, dem hilft die Geldprämie bei der Entscheidung. Der Nachweis zur Teilnahme an entsprechenden Maßnahmen erfolgt oft durch ein Bonusheft. Mögliche Bonuskriterien sind:

- medizinische Präventionsmaßnahmen
- Nachweis sportlicher Betätigung durch ein Sportabzeichen
- Mitgliedschaft in einem Sport- oder Fitnessclub
- Vermeidung von Übergewicht
- Zahnvorsorge
- Verzicht auf Nikotinkonsum

Um am Bonusprogramm teilzunehmen, müssen sich Versicherte oft zunächst anmelden. Sobald das Bonusheft der gesetzlichen Krankenkasse eintrifft, kann es losgehen: Versicherte reichen Nachweise ein und sammeln Punkte.

Die Voraussetzungen für den Erhalt eines Bonus variieren von Krankenkasse zu Krankenkasse. Bei der Techniker Krankenkasse liegt der Schwerpunkt im Bereich Fitness. Die meisten Punkte können Versicherte sammeln, wenn sie regelmäßig ins Fitnessstudio gehen oder Sportabzeichen einreichen. Bei der DAK hingegen können Versicherte besonders viele Punkte sammeln, wenn sie ihre Kinder zu Vorsorgeuntersuchungen anmelden. Die hkk belohnt jede Gesundheitsmaßnahme gleichwertig: Wer drei Aktivitäten nachweisen kann, erhält einen Bonus.

Für die Teilnahme am Bonusprogramm ist häufig eine Anmeldung nötig. Sobald die gesetzliche Krankenkasse das Bonusheft an den Versicherten geschickt hat, kann das Punktesammeln beginnen. Da die Bonuspunkte bei manchen Krankenkassen nach einem Jahr verfallen, lohnt es sich, bei der Krankenkasse nachzufragen, welche Konditionen für das Bonusprogramm gelten.

BONUSPROGRAMME MIT DEN HÖCHSTEN GELDPRÄMIEN

Krankenkasse	Maximaler Bonus	Einschränkungen	
SECURVITA Krankenkasse	600,00 €	Das Bonusprogramm U18 ist für Kinder und Heranwachsende besonders attraktiv. Die Familiengeldprämie kann bis zu 900,- Euro betragen.	Antrag anfordern »
IKK Brandenburg und Berlin	385,00 €	Mindestbonus: 10-40 Euro für 1 Maßnahme (je nach dem, welche Maßnahme in Anspruch genommen wird)	Antrag anfordern »
BERGISCHE Krankenkasse	300,00 €		Antrag anfordern »
IKK gesund plus	260,00 €	Mindestbonus: 10 Euro für 1 Maßnahme	Antrag anfordern »

KNAPPSCHAFT	255,00 €	Maximalbonus: 255 Euro für 11 Maßnahmen	Antrag anfordern »
BKK Mobil Oil	250,00 €		Antrag anfordern »
BKK DürkoppAdler	250,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 250 Euro für 12 Maßnahmen.	
Brandenburgische BKK	240,00 €	Mindestbonus: 20 Euro für 1 Maßnahme	
BKK24	220,00 €	Mindestbonus: 20 Euro. Maximalbonus: 260 Euro.	Antrag anfordern »
Bosch BKK	205,00 €	Mindestbonus: 45 Euro für 7 Maßnahmen. Maximalbonus: 200 Euro für 16 Maßnahmen. Versicherte erhalten im zweiten Jahr der Teilnahme einen Treuebonus in Höhe von 5 bzw. 10 Euro.	
TUI BKK	200,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 150 Euro für 15 Maßnahmen.	
BIG direkt gesund	200,00 €	Mindestbonus: 20 Euro für 2 Maßnahmen Maximalbonus: 100 Euro für 5 Maßnahmen als Geldbonus oder alternativ dazu: Maximal 200 Euro Zuschuss zu Fitnessstrackern.	Antrag anfordern »
AOK Sachsen-Anhalt	200,00 €	Der Zuschuss zu Vorsorgekuren beträgt 16 Euro täglich. Für chronisch kranke Kleinkinder beträgt der Zuschuss 25 Euro.	Antrag anfordern »
Novitas BKK	200,00 €	Es bestehen zu ausgewählten Fitness-Studios Kooperationen, so dass Versicherte der Novitas BKK dort zu vergünstigten Konditionen trainieren können. Außerdem wird eine aktive Mitgliedschaft im Fitnessstudio im Rahmen des Bonusmodells jährlich mit 30 EUR, im Sportverein mit 20 EUR prämiert.	Antrag anfordern »
BKK Freudenberg	200,00 €	Mindestbonus: 200 Euro für 6 Maßnahmen. Maximalbonus: 200 Euro für 6 Maßnahmen. Alternativ können Versicherte die Bonusvariante 2 wählen, bei der Mindest- und Maximalbonus bei 40 Euro für 5 Maßnahmen liegen. Hier entfällt die Mitgliedschaft im Fitnessstudio.	
BKK SBH	200,00 €	Baby-Bonus: Kassieren Sie 100€ Baby-Bonus indem Sie einfach den Nachweis aller U-Untersuchungen sowie den Impfstatus Ihres Babys nachweisen.	Antrag anfordern »
Salus BKK	200,00 €	Mindestbonus: 75 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 200 Euro für 7 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
pronova BKK		Mindestbonus: 35 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 180 Euro inklusive Gesundheitsprämien.	Antrag anfordern »
BKK Linde	180,00 €	Mindestbonus: 30 Euro. Maximalbonus: 90 Euro. Der Maximalbonus erhöht sich auf 180 Euro, wenn Versicherte der BKK Linde mindestens eine selbstfinanzierte Gesundheitsleistung oder eine private Krankenzusatzversicherung oder Pflegeversicherung nachweisen können.	
energie-BKK	170,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 180 Euro für 18 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK VDN	160,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 160 Euro für 8 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK Melitta Plus	150,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 2 Maßnahmen.	
Schwenninger Krankenkasse	150,00 €	Mindestbonus: 100 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 150 Euro für 3 Maßnahmen. Versicherte der Schwenninger Krankenkasse erhalten bereits bei drei Maßnahmen eine Bonuszahlung. Sie reichen das Bonusheft mit mindestens drei nachgewiesenen Maßnahmen ein. Im ersten Bonusjahr	Antrag anfordern »

		erhalten Sie hierfür 150 Euro. Ab dem zweiten Bonusjahr erhalten Versicherte der Schwenninger Krankenkasse 100 Euro jährlich.	
hkk Krankenkasse	150,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für drei Aktivitäten. Maximalbonus: 150 Euro für sieben Aktivitäten. Alternativ erhalten Versicherte bei drei Aktivitäten ein Gesundheits-Guthaben in Höhe von 50 Euro (Mindestbonus) für Gesundheitsleistungen oder bei sieben Aktivitäten ein Gesundheits-Guthaben in Höhe von 250 Euro (Maximalbonus).	Antrag anfordern »
BKK Public	150,00 €		
BKK Technoform	150,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 5 Maßnahmen.	
IKK classic	150,00 €	Bonus für Versicherte ab 16 Jahre: maximal 150 Euro bei Nachweis von 4 bonusfähigen Maßnahmen Bonus für Versicherte bis 16 Jahre: 60 Euro bei Nachweis von 3 bonusfähigen Maßnahmen	Antrag anfordern »
BKK HMR	150,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 7 Maßnahmen. Maximalbonus: 150 Euro.	Antrag anfordern »
BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER	150,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 150 Euro für 11 Maßnahmen. Alternativ erhalten Versicherte für 3 Maßnahmen eine Gutschrift in Höhe von 50 Euro oder für 11 Maßnahmen in Höhe von 200 Euro für Gesundheitsleistungen.	Antrag anfordern »
WMF BKK	150,00 €	Mindestbonus: 100 Euro für 6 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 6 Maßnahmen. Der Bonus erhöht sich um 30 Euro, wenn Versicherte individuelle Gesundheitsleistungen aus dem Hufelandverzeichnis (z.B. homöopathische oder osteopathische Behandlungen, etc.) nachweisen. Darüber hinaus erhöht sich der Bonus um 20 Euro, wenn Versicherte die Durchführung einer Professionellen Zahnreinigung nachweisen. Separates Bonusmodell für Azubis und Studenten bis 24 Jahre: 200 Euro kalenderjährlicher Bonus beim Erfüllen von drei der vier folgenden Gesundheitsmaßnahmen: - sportliche Aktivität (Sportverein, Fitnessstudio, deutsches Sport-, Wanderabzeichen) - Zahnvorsorge (alternative: ärztliche Früherkennungsuntersuchung) - Aktueller Impfschutz - Präventionskurs nach § 20 SGB V in den Bereichen -Bewegung, Ernährung, Entspannung, Sucht). Bei einer Ausbildungszeit von drei Jahren ist somit ein Bonus von bis zu 800 Euro möglich. Bei Studenten ist je nach Studienzeit ein noch höherer Bonus möglich.	
BKK ZF & Partner	140,00 €	Kinder & Jugendliche bis 15 Jahren: Mindestbonus: 20 € für 3 Maßnahmen. Erwachsene ab 16 Jahren: Mindestbonus: 30 € für 4 Maßnahmen. Maximalbonus: 90 € für 9 Maßnahmen. Alle Versicherte erhalten ab dem 2. Jahr der Teilnahme einen Treuebonus.	Antrag anfordern »
BAHN-BKK	125,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 125 Euro für 5 Maßnahmen.	
SBK	125,00 €	Mindestbonus: 10 Euro für 1 Maßnahme. Maximalbonus: 90 Euro für 9 Maßnahmen (Männer), 100 Euro für 10 Maßnahmen (Frauen), 60 Euro für 6 Maßnahmen (Kinder), Aktivbonus im ersten Jahr für alle: 25 Euro.	Antrag anfordern »
Continentale BKK	120,00 €	Beim "Startbonus": 120 Euro für 4 Maßnahmen + Zusatzversicherung. Bei "Gesund punkten": Mindestbonus: 40 Euro für 4 Maßnahmen. Maximalbonus: 120 Euro für 10 Maßnahmen + Zusatzversicherung.	Antrag anfordern »
IKK Nord	120,00 €	Mindestbonus: 60 Euro für Kinder (bis 15 Jahren). 100 Euro für Erwachsene (ab 16 Jahren). Maximalbonus: 200 Euro für 2 Maßnahmen.	
BKK PFAFF	120,00 €	Mindestbonus: 120 Euro für 6 Maßnahmen. Maximalbonus: 120 Euro für 6 Maßnahmen. Versicherte erhalten für die 6 Maßnahmen alternativ 150 Euro, sofern sie alle	

		Ausgabennachweise vorlegen können.	
		Mindestbonus: 10 bzw. 20 Euro für eine Maßnahmen.	
		Maximalbonus: 60 bzw. 120 Euro für 6 Maßnahmen.	
IKK Südwest	120,00 €	Versicherte der IKK Südwest können wählen, ob nach Teilnahme an 6 Maßnahmen der Maximalbonus in Höhe von 60 Euro bar ausgezahlt werden soll oder alternativ ein Maximalbonus in Höhe von 120 Euro für Gesundheitsleistungen gutgeschrieben werden soll.	Antrag anfordern »
R+V Betriebskrankenkasse	120,00 €	Mindestbonus: 40 Euro für 4 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 10 Maßnahmen. Versicherte erhalten zusätzlich 20 Euro, wenn sie eine Kranken- oder Pflegezusatzversicherung oder eine Professionelle Zahnreinigung nachweisen.	Antrag anfordern »
atlas BKK ahlmann	120,00 €	Mindestbonus: 120 Euro für 5 Maßnahmen. Maximalbonus: 120 Euro für 5 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK ProVita	120,00 €	BKK BonusPlus: Mindestbonus: 100 Euro zweckgebundener Bonus oder 80 Euro Geldprämie. Maximalbonus: 250 Euro zweckgebundener Bonus oder 120 Euro Geldprämie. BKK BonusPlus Ernährung: Mindestbonus: 80 Euro zweckgebundener Bonus oder 30 Euro Geldprämie. Maximalbonus: 200 Euro zweckgebundener Bonus oder 50 Euro Geldprämie.	Antrag anfordern »
TBK (Thüringer Betriebskrankenkasse)	120,00 €		
HEK - Hanseatische Krankenkasse	100,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen Maximalbonus: 100 Euro, wenn 7 Maßnahmen bestätigt werden.	Antrag anfordern »
BARMER	100,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen im Rahmen BARMER Bonusprogramm. Alternativ erhalten Versicherte bei 3 Maßnahmen eine Gutschrift für individuelle Gesundheitsleistungen in Höhe von 50 Euro oder für eine Krankenzusatzversicherung. Maximalbonus: 100 Euro für 10 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
AOK Hessen	100,00 €	100 Euro Geldprämie über Bonusprogramm "BONUS fit" - 125 Euro Zuschuss für ausgewählte Leistungen über "Meine Leistung plus"	Antrag anfordern »
BKK WIRTSCHAFT & FINANZEN	100,00 €	Mindestbonus: 100 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 3 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
Heimat Krankenkasse	100,00 €	Mindestbonus: 40 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 5 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK Achenbach Buschhütten	100,00 €	Mindestbonus: 75 Euro für 7 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 8 Maßnahmen.	
mhplus Krankenkasse	100,00 €	Mindestbonus: 20 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 10 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK EUREGIO	100,00 €	Die BKK EUREGIO bietet ihren Versicherten ein Bonusprogramm ohne jegliche Geldprämie, aber mit einer Gutschrift für individuelle Gesundheitsleistungen. Mindestbonus: 100 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 3 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
actimonda krankenkasse	100,00 €	Mindestbonus: 10 Euro für 1 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 10 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK exklusiv	100,00 €		
BKK Faber-Castell & Partner	100,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 4 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 9 Maßnahmen. Alternativ erhalten Versicherte für 5 Maßnahmen eine Gutschrift in Höhe von 100 Euro oder für 9 Maßnahmen eine Gutschrift in Höhe von 150 Euro.	Antrag anfordern »

VIACTIV Krankenkasse	100,00 €	Mindestbonus: 50 Euro für 7 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 9 Maßnahmen.	
BKK Textilgruppe Hof	100,00 €	Mindestbonus: 25 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 100 Euro für 5 Maßnahmen.	
KKH Kaufmännische Krankenkasse	90,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen; Maximalbonus: 180 Euro für 9 Maßnahmen.	Antrag anfordern »
BKK HENSCHEL plus	90,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 90 Euro für 9 Maßnahmen.	
AOK Nordost	80,00 €		
SIEMAG BKK	75,00 €	Mindestbonus: 75 Euro für 5 Maßnahmen. Maximalbonus: 75 Euro für 5 Maßnahmen.	
BKK Akzo Nobel Bayern	75,00 €	Mindestbonus: 75 Euro für max. 5 Maßnahmen. Maximalbonus: 75 Euro für max. 5 Maßnahmen.	
Audi BKK	60,00 €	Mindestbonus: 10 Euro für 2 Maßnahmen. Maximalbonus: 60 Euro für 6 Maßnahmen.	
BKK firmus	60,00 €	Mindestbonus: 30 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 60 Euro für 5 Maßnahmen .	Antrag anfordern »
BKK Werra-Meissner	60,00 €	Mindestbonus: 40 Euro für 3 Maßnahmen. Maximalbonus: 60 Euro für 5 Maßnahmen.	
SKD BKK	50,00 €	50 Euro FitPlus Bonusprogramm.	
Bertelsmann BKK	50,00 €	40 Euro kann das Mitglied erzielen, 10 Euro können Familienversicherte beisteuern.	
DAK Gesundheit	35,00 €	Pro Kalenderjahr kann höchstens ein Bonus von 35 Euro ausgezahlt werden. Die Bonuspunkte können jederzeit für Gesundheitsleistungen verwendet werden.	Antrag anfordern »
Techniker Krankenkasse (TK)	30,00 €		Antrag anfordern »