

So können Sie punkten:	Bonuspunkte
Erwachsene	
Vorsorgeuntersuchungen für Schwangere	20
Gesundheits-Check-Up	10
Krebsfrüherkennung für Frauen ab 20	10
Krebsfrüherkennung für Männer ab 45	10
Hautkrebscreening ab 35	10
Zahnärztliche Untersuchung	5
Professionelle Zahnreinigung	10
Schutzimpfung (vollständiger Impfstatus)	5
Präventionskurs (max. 2 Kurse pro Jahr)	2 x 10 = 20
Mitgliedschaft im Fitness-Studio	20
Aktive Mitgliedschaft im Sportverein	10
Betriebs- oder Hochschulsport	10
Sportabzeichen	10
»Spaß am Sport«	10
Qualifizierte Ernährungsberatung	10
hkk-online Coach »e-Balance«	10
Kinder/Jugendliche	
Kinderuntersuchung U1 – U6	15 (einmalig)
Kinderuntersuchung U7 – U9	Je 10
Jugenduntersuchung J1 und J2	Je 10
Zahnärztliche Untersuchung für Kinder	5
Mitgliedschaft im Fitness-Studio	20
Aktive Mitgliedschaft im Sportverein	10
Sportabzeichen	10
Schutzimpfung (vollständiger Impfstatus)	5
Präventionskurs (max. 2 Kurse pro Jahr)	2 x 10 = 20
Qualifizierte Entwicklungsprogramme	10
Qualitätsgesicherte Wassergymnastik für Säuglinge	10
»Spaß am Sport«	10



Immer in Ihrer Nähe!

**Persönliche Beratung –
hkk-Geschäftsstellen und -Servicepunkte**



In unseren Geschäftsstellen sind wir persönlich für Sie da. Informationen zum Kassenwahrrecht bekommen Sie auch in den Servicepunkten. Adressen, Öffnungszeiten und Telefonnummern finden Sie unter www.hkk.de

Schnell und kompetent am Telefon – hkk-ServiceLine



Montags bis freitags erreichen Sie uns persönlich von 8 bis 20 Uhr in der ServiceLine. Unter den Telefonnummern **0421 3655-0** und **0180 1 455255*** bekommen Sie eine individuelle Beratung. Ein Fax können Sie uns unter **0421 3655-3700** und **0180 1 455555*** schicken.

Rund um die Uhr – hkk im Internet



Bequem von zu Hause oder unterwegs finden Sie unter www.hkk.de alle Informationen für Ihre Gesundheit und viele Extras. Nutzen Sie als hkk-Kunde auch die Vorteile unserer Internetfiliale. Sie erhalten dort exklusive Angebote und wertvolle Tipps. Möchten Sie uns eine E-Mail schreiben? Unter info@hkk.de nehmen wir jederzeit Ihre Fragen, Anregungen, Ideen und Ihre Kritik entgegen.

hkk Erste Gesundheit.
Martinistraße 26
28195 Bremen
www.hkk.de

hkk bonusaktiv

Das Bonusprogramm
für Ihre Gesundheit

hkk 4221 (11/11)

* Festnetzpreis: 33 ct/Min; Mobilfunkpreise maximal 42 ct/Min



Deutsche Post
ANTWORT 

hkk Erste Gesundheit.
hkk-Kundenservice
Martinistraße 24
28195 Bremen

Entgelt
zahlt
die hkk

Aktiv sein lohnt sich jetzt noch mehr – für Ihre Gesundheit und Ihren Geldbeutel.

Mit hkk bonusaktiv belohnen wir Ihre Aktivitäten rund um Vorsorge und Prävention.



Ihre Prämie ist bares Geld wert!

Erhöhen Sie Ihre Lebensqualität und werden Sie aktiv! Unser Bonusprogramm ist sorgfältig für Sie und Ihre Familie zusammengestellt – Ihre Aktivitäten rund um Prävention und Gesundheit werden honoriert:

Jeder Punkt bei hkk bonusaktiv ist einen Euro wert. Schon ab 50 Punkten erhalten Sie eine Prämie. Und wenn Sie einmal weniger als 50 Punkte erreicht haben? Dann schreiben wir Ihnen Ihre Punkte einmalig für das nächste Bonusjahr gut! Jeder hkk-Versicherte über 18 Jahren bekommt ein eigenes Bonusheft. Kinder sammeln ihre Bonuspunkte im Heft eines Elternteils.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Um am hkk-Bonusprogramm teilnehmen zu können, melden Sie sich bitte einfach online unter www.hkk.de/bonusaktiv oder telefonisch unter 0180 1 455255* an. Sie können sich auch schriftlich anmelden: dazu füllen Sie einfach die Rückantwortkarte aus und schicken uns Ihre Anmeldung per Post oder per Fax an 0180 1 455555*.

Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Versicherte der hkk.

* Festnetzpreis 3,9 ct/min;
Mobilfunkpreise maximal 42 ct/min

Kinder und Erwachsene können in diesen Bereichen viele Bonuspunkte sammeln:

» Vorsorge für Erwachsene:

Jährliche Krebsfrüherkennung für Frauen ab 20 und Männer ab 45, Gesundheits-Check-Up und Hautkrebs-Screening ab 35 (alle zwei Jahre), die jährliche Kontrolluntersuchung bei Ihrem Zahnarzt, Schutzimpfung sowie Vorsorgeuntersuchungen für Schwangere.

» Vorsorge für Kinder:

Von Geburt an bieten wir Ihnen für Ihre Kinder ein umfassendes Vorsorgeprogramm an. Vom ersten bis sechsten Lebensjahr begleiten die Vorsorgeuntersuchungen U1 bis U9 die gesunde Entwicklung Ihrer Kinder. Zwischen dem 13. und 15. Lebensjahr finden zusätzlich die Jugenduntersuchungen J1 und J2 statt. Auch die zahnmedizinischen Vorsorgeuntersuchungen für Kinder zwischen dem 6. und 18. Lebensjahr und Schutzimpfungen gehören zum hkk-Vorsorgeprogramm.

» Extra-Angebote für Kinder:

Wir möchten Sie mit einem Bonus für die Teilnahme am Babyschwimmen sowie an qualifizierten Programmen zur Förderung der gesundheitlichen Entwicklung von Kindern belohnen, zum Beispiel für PEKiP oder DELFI-Kurse.

» Prävention

Wir unterstützen Ihr Engagement und honorieren Ihre Teilnahme an hkk-Kursen und anderen qualitätsgeprüften Kursen für Bewegung, Entspannung, Ernährung und Raucherentwöhnung (bis zu 20 Punkte pro Person und Jahr).

Auch wenn Sie an qualifizierten Ernährungsprogrammen (z.B. Weight Watchers) oder der Online Ernährungsberatung »e-Balance« teilnehmen, erkennen wir Bonuspunkte an.

» Sport

Gewinnen Sie ein Plus für Ihre Gesundheit und sammeln Sie gleichzeitig Bonuspunkte. Wir belohnen Ihr regelmäßiges Training in einem qualifizierten Fitness-Studio, die aktive Mitgliedschaft im Sportverein, Ihre Teilnahme am Betriebs- oder Hochschulsport sowie der Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Ab sofort erkennen wir darüberhinaus sportliche Aktivitäten wie beispielsweise Lauftrainings und organisierte Volksläufe, vom deutschen Alpenverein geführte Wanderungen und vom ADFC organisierte Radtouren von 20 bis 50 km an.

Unser Bonusprogramm wird laufend aktualisiert. Deshalb sind in diesem Bereich Veränderungen möglich.

So können Sie punkten:

Beispiel 1: Familie mit 2 Kindern

Vater (42 J.), Mutter (38 J.), Tochter (8 J.), Sohn (18 J.), gesamte Familie hkk-versichert	Punkte
Freischwimmerabzeichen (Tochter)	10
Urkunde Bundesjugendspiele (Tochter)	10
Krebsvorsorge (Mutter)	10
Mitgliedschaft im Fitnessstudio (Sohn)	20
Gesundheits-Check-Up (Vater und Mutter)	20
Teilnahme am VHS-Yoga-Kurs (Mutter)	10
Vollständiger Impfstatus nach STIKO (Tochter und Sohn)	10
Zahnärztliche Untersuchung (Vater und Mutter)	10
Zahnärztliche Untersuchung (Sohn)	5
Zahnärztliche Untersuchung (Tochter)	5
Gesamt	110

Beispiel 2: Alleinerziehende Mutter mit 1 Kind

Mutter (31 J.), Tochter (4 J.)	Punkte
Krebsvorsorge für Frauen	10
Zahnärztliche Untersuchung (Mutter)	5
Professionelle Zahnreinigung (Mutter)	10
Teilnahme am hkk-Kurs »Autogenes Training« (Mutter)	10
Qualifizierte Ernährungsberatung (Mutter)	10
Vollständiger Impfstatus nach STIKO (Mutter)	5
Mitgliedschaft im Fitnessstudio (Mutter)	20
Teilnahme an organisierter Radtour über 25 km (ADFC) (Mutter)	10
Vollständiger Impfstatus nach STIKO (Tochter)	5
Vorsorgeuntersuchung U8 (Tochter)	10
Gesamt	95

Beispiel 3: Single-Azubi

Single, männlich (18 Jahre)	Punkte
Zahnärztliche Untersuchung	5
Professionelle Zahnreinigung	10
Vollständiger Impfstatus nach STIKO	5
Teilnahme am hkk-Kurs »Fit in den Sommer«	10
Aktives Mitglied im Fußballverein	10
Teilnahme am Volkslauf (»Spaß am Sport«)	10
Gesamt	50

Teilnahmeerklärung

Ja, ich bin aktiv und möchte am Bonusprogramm hkk bonusaktiv teilnehmen.

Bitte schicken Sie mir ein Bonusheft zu.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Telefon

E-Mail

Versichertennummer

Bitte senden Sie mir für meine/n hkk-versicherte/n Ehe-/Lebenspartner/-in auch ein Bonusheft zu.

Name, Vorname

Geburtsdatum

Versichertennummer