

# Bonusprogramm Kids & Teens

## Vaillant BKK®

Partner für Gesundheit

Exklusiv:  
BKK Akademie verleiht  
der Vaillant BKK das Prädikat:

**BESONDERS  
KUNDENFREUNDLICH!**

1. Krankenkasse  
in ganz Deutschland!



zuverlässig - freundlich - leistungsstark

## Mach mit beim Bonusprogramm

und erhalte Bares für gesundheitsbewusstes Verhalten! Wie? Ganz einfach:

Für jeden nachgewiesenen Eintrag in diesem Heft erhältst Du **5 €\***. In jedem Jahr sind **mindestens 4** der 10 Punkte zu erfüllen.

### Ein Beispiel:

Tom ist aktives Mitglied in einem Sportverein (=5 €), hat an den Bundesjugendspielen teilgenommen (=5 €) und ist Nichtraucher (=5 €).

Außerdem hat er einen gesunden BMI-Wert (=5 €) und lässt seine Zähne regelmäßig zweimal im Jahr untersuchen (=5 €).

Eine Prämie von **25 €** ist Tom für dieses Kalenderjahr sicher.

Bitte reich uns Dein Bonusheft bis spätestens 30.06. des Folgejahres ein.\*

Allerdings: **Weitersammeln lohnt sich!**

Sammelst Du drei Jahre ununterbrochen, schenkt die Vaillant BKK Dir für das erste Jahr **20 €** und für das zweite Jahr weitere **30 €**.

Wenn Du nach dem dritten Kalenderjahr Dein Bonusheft einreichst, beträgt Deine Prämie **bis zu 200 €** (je nach erfüllten Voraussetzungen)!

Das Geld kannst Du zum Beispiel in neue Fußball-Schuhe investieren oder Du sparst es für den Führerschein. Dir fällt aber bestimmt noch etwas anderes ein.

Also: Einfach Bonusheft bei Deinem Arzt oder Kursleiter vorlegen, Punkt abstempeln lassen und Prämie kassieren!

**Viel Erfolg und Spaß beim Sammeln!**

\* Die Prämie wird für das Kalenderjahr ausgezahlt, in dem der Punkt erfüllt wurde. (Bsp.: Schwimmabzeichen Bronze wird im Januar 2011 gemacht, Prämie wird für 2011 ausgezahlt)

\* Die Auszahlung erfolgt, wenn die Grundvoraussetzungen erfüllt sind und die Versicherung fortlaufend besteht.



Bitte trage hier zunächst Deine persönlichen Angaben in Druckbuchstaben ein:

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Krankenversicherungsnummer: \_\_\_\_\_

Bankverbindung: \_\_\_\_\_

Kto.: \_\_\_\_\_ BLZ: \_\_\_\_\_

Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten:

\_\_\_\_\_

Hiermit erkläre ich, dass alle Angaben der Wahrheit entsprechen.

Datum: \_\_\_\_\_

### Dieses Bonusheft ist nicht übertragbar.

Um am Programm teilnehmen und den Bonus einlösen zu können, sind die in diesem Heft genannten und teilweise privat zu leistenden Voraussetzungen nachzuweisen. Mitmachen können alle Versicherten der Vaillant BKK im Alter zwischen 6 und 17 Jahren für die Dauer der Versicherung. Geltendes Recht und die Satzungsbestimmungen der Vaillant BKK sind maßgeblich.

## 1. Nichtraucher

Du rauchst nicht oder seit mindestens 6 Monaten nicht mehr? Super! Dann lass Deine Erziehungsberechtigten hier für Dich eidesstattlich unterschreiben.

Datum: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 2. Sportabzeichen

Wenn Du erfolgreich am Jugendsportabzeichen teilgenommen hast, reich' uns eine Kopie Deiner persönlichen Urkunde ein. Dein Prüfer kann auch direkt unten unterschreiben – so sind Dir 5 € sicher!\*

Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift
-------------------------	-------------------------	-------------------------

Datum: _____	Datum: _____	Datum: _____
Art des Abzeichens:	Art des Abzeichens:	Art des Abzeichens:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

\* Du bekommst die Prämie für das Jahr, in dem Du das Sportabzeichen gemacht hast.

## 3. Bundesjugendspiele

Warst Du erfolgreich bei den Bundesjugendspielen? Herzlichen Glückwunsch! Um an die Prämie zu kommen, brauchst Du uns nur eine Kopie Deiner Sieger- oder Ehrenurkunde einzureichen. Oder Dein Lehrer gibt Dir einen Stempel bzw. stellt Dir eine Teilnahmebestätigung aus.\*

Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift
-------------------------	-------------------------	-------------------------

Datum: _____	Datum: _____	Datum: _____
Art der Urkunde:	Art der Urkunde:	Art der Urkunde:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

\* Du bekommst die Prämie für das Jahr, in dem Du die Sieger- oder Ehrenurkunde bekommen hast.



## 4. Schwimmabzeichen

Seepferdchen, Bronze, Silber und Gold – Du hast Sie alle oder mindestens eins? Dann sende uns eine Kopie Deines Jugend-Schwimmpasses (des Deutschen Schwimmverbandes) und kassier' weitere 5 €.\*



\* Die Prämie bekommst Du für das Kalenderjahr, in dem Du das jeweilige Schwimmabzeichen gemacht hast. Die Prämie wird für jedes Abzeichen einzeln gezahlt, wenn Du sie in verschiedenen Kalenderjahren machst.

## 5. Sportverein

Fußball? Handball? Volleyball? Hockey? Was es auch ist, wenn Du in einem Sportverein aktiv trainierst (mindestens dreimal im Monat), dann lass Dir die Mitgliedschaft von Deinem Trainer unten durch einen Stempel bestätigen.

Stempel  
Unterschrift

Stempel  
Unterschrift

Stempel  
Unterschrift

Datum: \_\_\_\_\_  
Name des Sportvereins:

\_\_\_\_\_

Sportart:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_  
Name des Sportvereins:

\_\_\_\_\_

Sportart:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_  
Name des Sportvereins:

\_\_\_\_\_

Sportart:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## 6. Body-Maß-Index

Wenn Dein Body-Maß-Index (BMI) im normalen Bereich\* liegt, lass Dir von Deinem Arzt einen Stempel geben. Denn für Dich bedeutet das weitere 5 €.

(Formel für den BMI-Wert: Gewicht in Kilogramm (kg) geteilt durch die Körpergröße (m) zum Quadrat (hoch 2))

Arztstempel Unterschrift	Arztstempel Unterschrift	Arztstempel Unterschrift
-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Datum: _____	Datum: _____	Datum: _____
BMI: _____	BMI: _____	BMI: _____

\* Der Wert liegt innerhalb der wissenschaftlich festgelegten Grenzwerte für Kinder und Jugendliche (je nach Alter).

## 7. Ernährungskurs

Immer nur Fast-Food? Das geht auf die Dauer nicht, ist klar. Willst Du wissen, wie Du Dich gesund ernährst und besuchst deswegen einen Ernährungskurs\*? Cool. Dann kannst Du Dir hier direkt die Prämie dafür mitnehmen.

Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift	Stempel Unterschrift
-------------------------	-------------------------	-------------------------

Datum: _____	Datum: _____	Datum: _____
Art des Kurses: _____	Art des Kurses: _____	Art des Kurses: _____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

**Tipp:** Die Kosten für einen Ernährungskurs müssen Deine Eltern nicht alleine tragen. Deine Vaillant BKK beteiligt sich an den Kosten. Einfach anrufen – wir beraten Euch gerne.

\* Die Prämie wird für einen Kurs pro Kalenderjahr ausgezahlt.



## 8. Zahnvorsorgeuntersuchungen

Du nimmst regelmäßig, mindestens zweimal jährlich, an den empfohlenen Zahnvorsorgeuntersuchungen teil? Super! Dann reich' uns bitte eine Kopie Deines Bonusheftes ein und die Prämie von **5 €** gehört Dir.



## 9. Gesundheitswerte

Sind Deine Werte für Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin im normalen Bereich, bedeutet das für Dich nicht nur Gesundheit, sondern auch Kohle. Bitte Deinen Arzt oder Apotheker, Dir die Untersuchungen mit einem Stempel zu bescheinigen.

Arztstempel  
Unterschrift

Arztstempel  
Unterschrift

Arztstempel  
Unterschrift

Datum: \_\_\_\_\_  
Maßnahme: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Höhe der Werte: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_  
Maßnahme: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Höhe der Werte: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_  
Maßnahme: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Höhe der Werte: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## 10. HPV-Impfung für Mädchen und Jungen

Du kannst Dich gegen HPV-Viren impfen lassen, die Auslöser für Gebärmutterhalskrebs sein können.  
Also: Am besten direkt den Arzt fragen. Wenn geimpft wird, Stempel nicht vergessen!

Arztstempel  
Unterschrift

Datum: \_\_\_\_\_



## Aktiv-Urlaub

Möchtest Du mit Deiner Familie einen gemeinsamen Aktiv-Urlaub erleben?  
Dann ist unsere Vaillant BKK-Aktivwoche das Richtige für Euch. In Kurorten in ganz Deutschland könnt Ihr gemeinsam am Familienprogramm teilnehmen. Deine Vaillant BKK beteiligt sich an den Kosten mit 160 € (für jeden bei der Vaillant BKK versicherten Erwachsenen) bzw. mit 110 € (für jedes bei der Vaillant BKK versicherte Kind ab 6 Jahren).

Erlebe mit fitforyoung 4 Tage Fitness, Gesundheit und Entspannung in Kurorten in ganz Deutschland. Speziell für junge Menschen entwickelt, bietet dieses Aktivprogramm Abwechslung und Spaß. Und das Beste: Deine Vaillant BKK gibt Dir auch hier einen Zuschuss.

Weitere Infos findest Du im Internet unter [www.vaillant-bkk.de](http://www.vaillant-bkk.de) oder Katalog anfordern.

Hast Du Fragen? Dann ruf uns an.

Telefon 02191 9519-0

# Vaillant BKK<sup>®</sup>

Partner für Gesundheit



Bahnhofstraße 15  
42897 Remscheid  
Tel.: 02191 9519-0  
Fax: 02191 9519-151

© Vaillant BKK, 42897 Remscheid, Stand 01.02.2011

[info@vaillant-bkk.de](mailto:info@vaillant-bkk.de) · [www.vaillant-bkk.de](http://www.vaillant-bkk.de)