









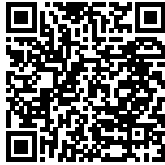


## AOK PLUS Bonusprogramm

- 1 Anmelden**  
 Teilnahme für jeden Versicherten – für Kinder bereits ab Geburt
- 2 Sammeln**  
 Punkte für gesundheitsbewusste Aktivitäten erhalten
- 3 Belohnen**  
 Bonuspunkte in PLUS-Leistungen\* oder Geldprämie umwandeln

### 1 Anmelden – drei Möglichkeiten teilzunehmen

	AOK Bonus-App ab 15 Jahre	Onlineportal „Meine AOK“ ab 15 Jahre	Bonusheft ab Geburt
Nachweise bequem per Foto-Upload einreichen			
Tarif selbst digital verwalten			
Punkte fürs Fitness-tracking			
	App kostenfrei heruntergeladen und direkt per App anmelden  	Im Onlineportal registrieren und Tarif abschließen  	Teilnahmeerklärung herunterladen unter: <a href="https://plus.aok.de/bonus">plus.aok.de/bonus</a>

\* PLUS-Leistungen sind privat finanzierte Gesundheitsleistungen wie Brillen, Implantate, alternative Heilmethoden und vieles mehr. Alle Infos dazu unter [plus.aok.de/bonus/plus-leistungen](https://plus.aok.de/bonus/plus-leistungen). Wenn Sie im Kalenderjahr ausschließlich PLUS-Leistungen nutzen, bleibt der Betrag steuerfrei.

## 2

## Sammeln

Vorsorge	Punkte
Zahnvorsorge	500
Professionelle Zahnreinigung	500
Kindervorsorgeuntersuchungen U1-U3	1.500
Neugeborenen-Hörscreening, je Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen U4-J2	500
Hautcheck	500
Gesundheits-Check-Up	500
Krebsfrüherkennung	500
Schwangerschaftsvorsorge	500
Sportmedizinische Untersuchung	500
Eignungs- und Tauglichkeitsuntersuchungen	500
Raucherentwöhnungskurs	500

**Empfohlene Schutzimpfungen fürs Inland**

**Je Impfung  
500 Punkte**

Aktivitäten digital per Foto-Upload oder im Bonusheft nachweisen  
Fürs Tracking Fitness-App mit der AOK Bonus-App verbinden

Sport und Bewegung	Punkte
Fitnesstracking	Max. 9.000 pro Jahr
Kauf Fitnesstracker	1.000
Mitgliedschaft Fitnessstudio	1.000
Mitgliedschaft Sportverein/Hochschulsport	1.000
Sportveranstaltung	500
Sportabzeichen	500

**Gesundheitsziele mit der App „AOK NAVIDA“**

**Max. 6.000  
Punkte pro  
Jahr**

Soziales Engagement	Punkte
Blut- oder Plasmaspende	1.000
Knochenmarktypisierung	1.000

## 3

## Belohnen — zwei Optionen

**PLUS-Leistung**

100 Punkte = 2 Euro

Rechnung für private Gesundheitsleistungen digital oder in Papierform einreichen und erstatten lassen

**Geldprämie**

100 Punkte = 1 Euro

Prämie aufs eigene Bankkonto erhalten, Anforderung digital oder per Bonusheft möglich

**AOK PLUS. Die Gesundheitskasse  
für Sachsen und Thüringen.**