



## > Vorsorgebonus

### Schutzimpfung

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Zahnvorsorge

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Mutterschaftsvorsorge

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Krebsvorsorge

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Schutzimpfung

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Professionelle Zahnreinigung

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Mammografiescreening

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Darmkrebsfrüherkennung

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Vorsorge Gebärmutterhalskrebs

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Check-up

(Gesundheitsuntersuchung)  
– Stempel Arzt / Ärztin –

### Hautkrebsscreening

– Stempel Arzt / Ärztin –

### Glaukomuntersuchung

– Stempel Arzt / Ärztin –

## > Aktivbonus

### Präventionskurs

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Aktive Mitgliedschaft im Sportverein

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Regelmäßige Teilnahme an einer sportlichen Aktivität

(z. B. Laufreff, Nordic-Walking-Gruppe)  
– Stempel Leistungserbringende/r –

### Body-Mass-Index

(Gesundes Körpergewicht)  
– Stempel Arzt / Ärztin –

### Präventionskurs

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Aktive Teilnahme am Betriebs- oder Hochschulsport

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Sportabzeichen/Schwimmabzeichen/Wanderabzeichen erworben

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Nichtraucher/Nichtraucherin

seit 6 Monaten  
– Stempel Arzt / Ärztin –

### Aktive Mitgliedschaft im Fitnessstudio

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Kurs zur Rückbildungsgymnastik

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Wanderung über DAV oder Deutschen Wanderverband / Mountainbikekurs über ADFC

– Stempel Leistungserbringende/r –

### Vorträge oder Workshops

zur Erhöhung der gesundheitlichen Kompetenz  
– Stempel Leistungserbringende/r –