



## > 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. Lauftreff, 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 –