



AOK-Programm BONUS fit

App geht's: BONUS fit ist digital

Jetzt Bonus sichern mit der Bonus-App!

Gesundheit in besten Händen

aok.de/hessen/bonus-fit



Gesund leben lohnt sich

Sport, Fitness und regelmäßige ärztliche Vorsorge sind nicht nur gesund und tun gut, sondern werden bei uns auch noch belohnt: Machen Sie bei unserem **AOK-Programm BONUS fit** mit und sichern Sie sich über die Bonus-App Geldprämien für **Ihre gesunde Lebensweise**.

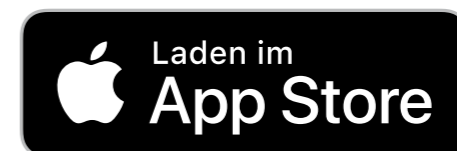
So einfach geht mitmachen

Vieles in unserem Leben läuft digital – und jetzt auch unser Bonusprogramm. Tragen Sie einfach in der **AOK Bonus-App** Ihren Sport und Ihre Vorsorge ein und **profitieren Sie von Ihrem Bonus**. So melden Sie sich an:

1. Im besten Fall sind Sie schon AOK Hessen Mitglied oder werden es einfach.
2. Registrieren Sie sich auf unserem Onlineportal „Meine AOK“.
3. Laden Sie anschließend die AOK Bonus-App herunter und melden Sie sich mit Ihren Zugangsdaten aus dem Onlineportal an.
4. Und jetzt heißt es: Loslegen und einreichen! Für die erste digital eingereichte Maßnahme erhalten Sie 25 Euro.

Hier können Sie sich
die **Bonus-App** herunterladen:

Jetzt einmalig
25 Euro
als Startbonus
sichern!



Bonus für die ganze Familie

Familien haben jetzt die Möglichkeit, noch mehr zu punkten: Ab 15 Jahren können Familienmitglieder das Bonusprogramm selbst abschließen und **Punkte sammeln**. So können Sie insgesamt einen höheren Gesamtbetrag erzielen. Für jüngere Familienmitglieder gibt es den AOK Kinderbonus.

Beispiel für eine Familie im ersten Jahr der Teilnahme

Hauptversicherte Person	
1. Sportliche Aktivität (1 pro Woche)	52 Euro
2. Mitgliedschaft Fitnessstudio	20 Euro
3. Zahnvorsorge	15 Euro
4. Professionelle Zahnreinigung	30 Euro
5. Check-up	10 Euro
6. Einmaliger Online-Startbonus	25 Euro
Bonus	152 Euro

Ehepartner/-in und eingetragene/-r Lebenspartner/-in	
1. Mitgliedschaft Fitnessstudio	20 Euro
2. Impfung	10 Euro
3. Zahnvorsorge	15 Euro
4. Professionelle Zahnreinigung	30 Euro
5. Krebsvorsorge	10 Euro
6. Blut- oder Plasmaspende	10 Euro
7. Einmaliger Online-Startbonus	25 Euro
Bonus	120 Euro
Teenager ab 15 Jahren	
1. Mitgliedschaft Sportverein	20 Euro
2. Sportliche Aktivität (2 pro Monat)	24 Euro
3. Zahnvorsorge	15 Euro
4. Einmaliger Online-Startbonus	25 Euro
Bonus	84 Euro
Gesamtbonus	356 Euro*

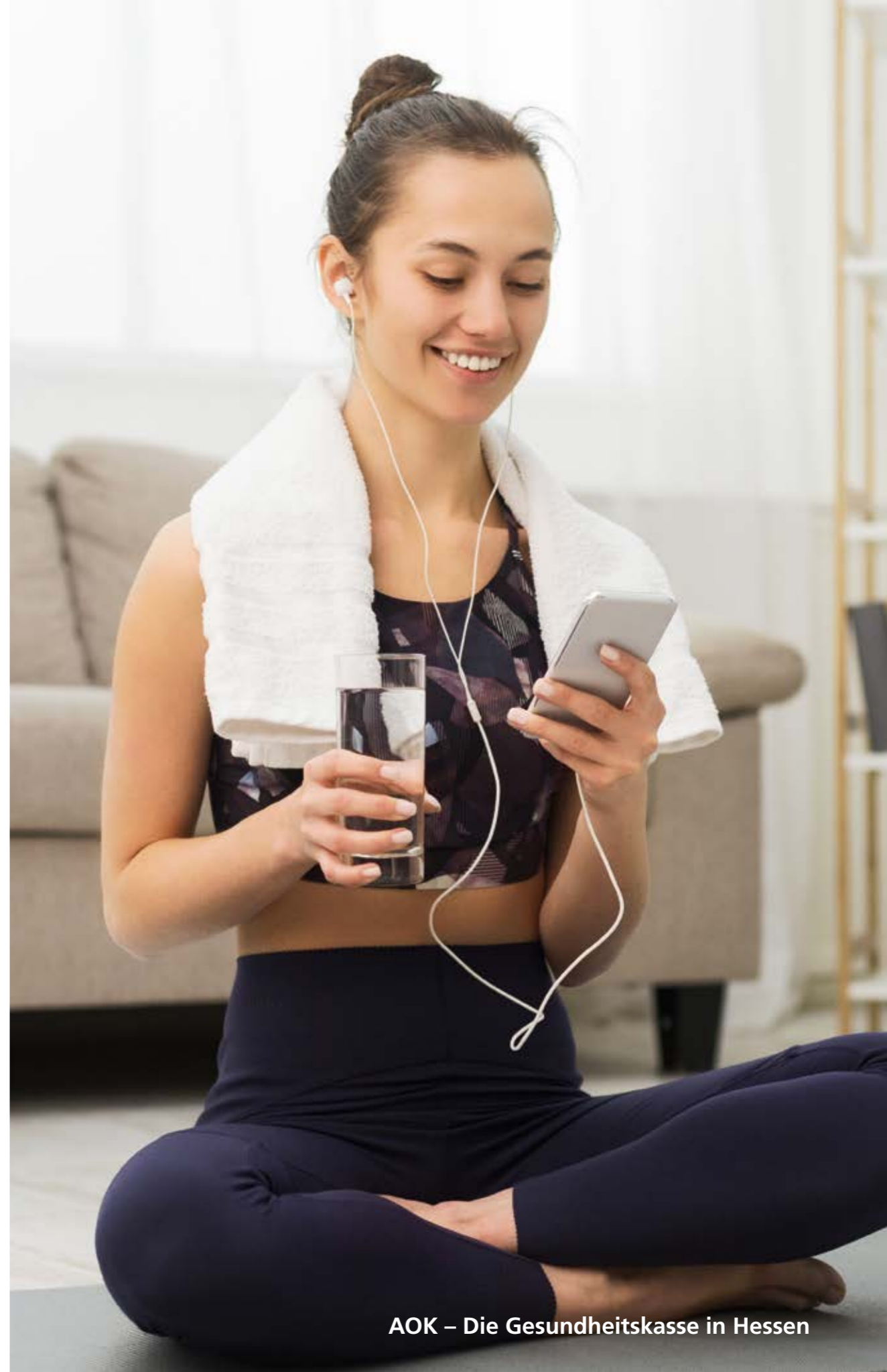
* Voraussetzung ist, dass alle Personen am Programm teilnehmen.

Bonus sammeln und gleich auszahlen lassen

Egal, ob Sie sportlich aktiv sind, an unseren Gesundheitskursen teilnehmen oder zu Vorsorgeuntersuchungen gehen – Ihr Bonus **wächst jederzeit ohne Limitierung nach oben mit.**

Beispiel für junge Erwachsene im ersten Jahr der Teilnahme

Erwachsene Person	
1. Sportliche Aktivität (1 pro Woche)	52 Euro
2. Mitgliedschaft Fitnessstudio	20 Euro
3. Zahnvorsorge	15 Euro
4. Professionelle Zahnreinigung	30 Euro
5. Hautkrebsvorsorge	10 Euro
6. Blut- oder Plasmaspende	10 Euro
7. Einmaliger Online-Startbonus	25 Euro
Gesamtbonus	162 Euro



Noch besser punkten

Ihr Bonus wächst nicht nur mit Vorsorgeuntersuchungen und der Teilnahme an Gesundheitskursen, sondern auch **dank sportlicher Aktivitäten.**

Sie finden eine Liste der bonifizierbaren Aktivitäten unter aok.de/hessen/bonus-fit

Einfach Fitness tracken

Ihre sportlichen Aktivitäten können Sie jetzt noch leichter nachweisen. Verknüpfen Sie dazu **Ihren Fitness-tracker mit der AOK Bonus-App** und sammeln Sie exklusiv **bis zu 120 Euro jährlich.** Datenschutz ist uns wichtig: Ihre individuellen Gesundheitswerte werden vom Fitnessstracker nicht an uns übermittelt.

Mehr Infos finden Sie unter aok.de/hessen/bonus-fit

Sofort Bonus auszahlen lassen

Ihre Nachweise können Sie einfach fotografieren und bequem **digital per AOK Bonus-App** oder im Onlineportal „Meine AOK“ hochladen. Und das Beste ist: Eine Auszahlung kann jederzeit schon **ab fünf Euro** veranlasst werden.

Vorteile auf einen Blick

- Starten Sie jederzeit mit BONUS fit – ganz einfach digital mit der Bonus-App.
- Sammeln Sie mit Ihrer Gesundheitsvorsorge Geldprämien.
- Lassen Sie sich Ihre Geldprämien jederzeit schon ab fünf Euro auszahlen.
- Alle bonifizierbaren Aktivitäten finden Sie unter aok.de/hessen/bonus-fit

Wir sind immer in Ihrer Nähe



0800 00 00 255 (kostenfrei)

24 Stunden an 365 Tagen im Jahr für Sie da



aok.de/hessen



facebook.com/aokhessen

youtube.com/aokdergesundheitskanal

twitter.com/aokhessen

instagram.com/aokhessen

Noch mehr AOK erleben

Viele Anregungen und Tipps rund um Ihre Gesundheit finden Sie in unserem Onlinemagazin **aok-erleben.de**

Kennen Sie schon unser Onlineportal „Meine AOK“?

Wir freuen uns auf Ihre Registrierung: **hessen.meine.aok.de**

Impressum:

Eine Information Ihrer AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen, Körperschaft des öffentlichen Rechts, Basler Str. 2, 61352 Bad Homburg
Gestaltung: KNSK GROUP GmbH, knsk-group.de, Fotos: Getty Images, Art.-Nr.: 9761012-01 | Stand: Dezember 2021