

Ausführungsbestimmungen zu § 10 d der Satzung

Stand: 01.01.2018

Bonus für gesundheitsbewusstes Verhalten nach § 65 a Abs. 1 SGB V

Prävention und Gesundheitsförderung sind wirksame Strategien, um der Entstehung von Krankheiten vorzubeugen. Ziel ist es, die Gesundheit zu erhalten und damit Lebensqualität, Mobilität und Leistungsfähigkeit der Bevölkerung nachhaltig zu verbessern. Die AOK bietet für ihre Versicherten Bonusprogramme an, die geknüpft sind an die regelmäßige Inanspruchnahme der Leistungen zur Früherkennung von Krankheiten, der Leistungsangebote der Krankenkasse zur primären Prävention sowie an nachweislich wirkungsvolle Maßnahmen zur Prävention (Schwerpunkt Bewegung, Ernährung, Nichtrauchen). Voraussetzung dafür ist, dass es sich um qualitätsgesicherte Maßnahmen handelt. In den vorliegenden Ausführungsbestimmungen werden das AOK-Prämienprogramm und der AOK-Familienbonus beschrieben.

1 Teilnahme

1.1 Teilnehmerkreis

1.1.1 Teilnehmerkreis beim AOK-Prämienprogramm

Teilnahmeberechtigt am AOK-Prämienprogramm sind alle Versicherten der AOK. Mitglieder der AOK sammeln Prämienpunkte auf einem eigenen Punktekonto (als Prämienhauptversicherte).

Nicht teilnahmeberechtigt sind Personen, bei der die AOK lediglich Auftragsleistungen erbringt (VA < 100).

Nach § 10 SGB V mitversicherte Angehörige wie Ehegatten/Lebenspartner und Kinder ab vollendetem 15. Lebensjahr können eigenständig ihre Teilnahme erklären. Die Maßnahmen der mitversicherten Kinder, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, werden dem Stammmitglied zugeordnet.

Eine gleichzeitige Teilnahme am AOK-Familienbonus ist nicht möglich. Die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm endet mit der Teilnahme am AOK-Familienbonus.

1.1.2 Teilnehmerkreis beim AOK-Familienbonus

Teilnahmeberechtigt am AOK-Familienbonus sind alle Versicherten der AOK. In dieses Programm eingeschriebene Versicherte der AOK sammeln im Familienverbund Prämienpunkte auf einem familienbezogenen Punktekonto. Hierbei ist jeweils ein Prämienberechtigter als Kontoinhaber zu bestimmen. Jeder Versicherte der AOK kann zeitgleich nur einmal am AOK-Familienbonus teilnehmen. Die Sammelsystematik erfolgt analog dem AOK-Prämienprogramm. Die Höchstzahl der Teilnehmer im Familienverbund ist auf fünf Versicherte begrenzt.

Nicht teilnahmeberechtigt sind Personen, bei der die AOK lediglich Auftragsleistungen erbringt (VA < 100).

Eine gleichzeitige Teilnahme am AOK-Prämienprogramm ist nicht möglich. Die Teilnahme am AOK-Familienbonus endet mit der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm. Ebenfalls ausgeschlossen ist eine gleichzeitige Teilnahme am AOK-Familienbonus und am **bleibgesund**-Bonus-Wahltarif (s. § 10 n der Satzung der AOK).

1.2 Erklärung der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus

Zur Erklärung der Teilnahme unterschreibt beim AOK-Prämienprogramm der Prämienhauptversicherte/beim AOK-Familienbonus der Kontoinhaber den Teilnahmecoupon, der von der AOK zur Verfügung gestellt wird. Bestandteile des Teilnahmecoupons sind

- Angaben zum Teilnehmer/zur Teilnehmerin (Name, Vorname, Geburtsdatum, Kassen-Nummer, KV-Nummer, Adresse, ggf. Telefonnummer und E-Mail-Adresse),
- beim AOK-Prämienprogramm die o. g. Angaben zu den mitsammelnden mitversicherten Kindern vor Vollendung des 15. Lebensjahres
- beim AOK-Familienbonus die o. g. Angaben zu den mitsammelnden Teilnehmern und
- ein gesonderter Datenschutzhinweis
- Steueridentifikationsnummer.

Alternativ ist auch eine Einschreibung über das Online-ServiceCenter (nordwest.meine.aok.de) und das Internet (aok-praemienprogramm.de und aok-familienbonus.de) möglich.

Bei Versicherten, die eigenständig teilnehmen und das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, ist auf dem Teilnahmecoupon zusätzlich die Unterschrift des gesetzlichen Vertreters erforderlich.

Die kompletten Teilnahmebedingungen stellt die AOK den Teilnehmern mit der Bestätigung über die Programmteilnahme zur Verfügung.

1.3 Beginn der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus

Die Teilnahme beginnt mit dem Datum der Ausstellung des Scheckhefts oder der Downloadmöglichkeit des Online-Scheckheftes.

2 Gegenstand AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus

2.1 Bonifizierung

Die AOK belohnt gesundheitsbewusstes Verhalten mit Bonuspunkten, die zur Erlangung einer Sach- oder Geldprämie, eines Gutscheins, einer zum AOK-Prämienprogramm gehörenden Erstattungsleistung oder beim Familienbonus nur einer Geldprämie eingereicht werden können. Beim AOK-Familienbonus ist die jährliche Bonifizierung für nachgewiesene Maßnahmen je Teilnehmer auf maximal 30 EUR (entspricht 800 Bonuspunkte) begrenzt.

2.1.1 Treuebonus beim AOK-Familienbonus

Bei der Teilnahme am AOK-Familienbonus erhält jeder Teilnehmer nach drei, sechs und neun Jahren zusätzlich einen Bonus für Nachhaltigkeit in Höhe von jeweils 60 EUR, wenn er jährlich die Teilnahme an mindestens einer Maßnahme gem. Ziffer 2.3 nachgewiesen hat.

Endet die Versicherung bei der AOK entfällt der jeweils nächste Bonus für Nachhaltigkeit. Weitere Besonderheiten dazu ergeben sich aus Ziffer 4.

2.2 **Scheckheft/Schecks**

Zur Dokumentation der Maßnahmen erhält jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin ein Scheckheft. Im Scheckheft sind für die verschiedenen Maßnahmen Schecks vorgesehen, die bei einer entsprechenden Teilnahme jeweils von dem Veranstalter, dem Leistungserbringer, bzw. für einzelne Schecks nach Maßgabe des Scheckaufdrucks vom Versicherten abgestempelt und/oder unterschrieben werden. Der Teilnehmer/die Teilnehmerin trägt dafür Sorge, dass der Veranstalter sein/ihr gesundheitsbewusstes Verhalten dokumentiert. Eventuell für eine Bestätigung der Teilnahme verauslagte Gelder des Teilnehmers/der Teilnehmerin werden nicht erstattet. Die Schecks sind jeweils ein Kalenderjahr gültig. Die Teilnehmer werden automatisch für das neue Kalenderjahr mit Scheckheften versorgt.

2.3 **Maßnahmen**

Die folgenden Maßnahmen werden wie dargestellt bonifiziert. Dabei kann aus jeder Gruppe pro Jahr nur eine bestimmte Höchstzahl von Maßnahmen angerechnet werden.

2.3.1 **Vorsorgeuntersuchung Check-Up 35**

Die Vorsorgeuntersuchung Check-Up 35 nach § 25 Abs. 1 SGB V, die vom vollendeten 35. Lebensjahr an alle 2 Jahre wahrgenommen werden kann, wird mit 300 Punkten bonifiziert. Eine Bestätigung erfolgt durch den niedergelassenen Arzt/die niedergelassene Ärztin, der/die die Vorsorgeuntersuchung durchführt, oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer selbst. Eine Bonifizierung und/oder Vergütung von ärztlichen Untersuchungen, die über den gesetzlichen Rahmen des Check-Up 35 hinausgehen, erfolgt nicht. Die Bonifizierung dieser Untersuchung ist nur einmal alle zwei Jahre möglich.

Check- Up-35	Alle Teilnehmer/innen ab vollendetem 35. Lebensjahr	1 x alle 2 Jahre	300 Punkte
---------------------	--	-------------------------	-------------------

2.3.2 **Krebsfrüherkennungsuntersuchungen: Frauen**

Krebsfrüherkennungsuntersuchungen, die gemäß § 25 Abs. 2 SGB V bei Frauen vom Beginn des 20. Lebensjahres an jedes Jahr durchgeführt werden können, werden mit 300 Punkten bonifiziert. Ebenfalls mit 300 Punkten wird die Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs nach den Krebsfrüherkennungs-Richtlinien bonifiziert. Eine Bestätigung erfolgt durch den Arzt/die Ärztin, der/die die Untersuchung durchführt, oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer selbst.

Vom vollendeten 50. bis zum vollendeten 55. Lebensjahr kann jährlich ein Schnelltest (occultes Blut im Stuhl) erfolgen. Ab dem 55. Geburtstag sind im Abstand von mindestens zehn Jahren zwei Koloskopien vorgesehen.

Versicherte, die die Vorsorgekoloskopie entsprechend der Krebsfrüherkennungs-Richtlinie oder einer Satzungsregelung durchführen lassen, erhalten in dem Jahr der Durchführung zusätzlich 400 Punkte.

Vom 50. Lebensjahr bis zum Ende des 70. Lebensjahres besteht alle 24 Monate ein zusätzlicher Anspruch auf ein Mammographie-Screening. Versicherte, die das Mammographie-Screening (vom 50. Lebensjahr bis zum Ende des 70. Lebensjahres) durchführen lassen, erhalten in dem Jahr der Durchführung zusätzlich 300 Punkte.

Für die Bonifizierung ist die Durchführung der Vorsorgeuntersuchung durch einen Arzt/eine Ärztin hinreichend.

Krebsvorsorge Frauen	Alle Teilnehmerinnen mit Anspruch auf eine Krebsfrüherkennungsuntersuchung	1 x pro Jahr	300 Punkte
und			
Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs	Alle Teilnehmerinnen mit Anspruch auf eine Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs	1 x alle 2 Jahre	300 Punkte
und			
Darmkrebsvorsorge – Koloskopie	Alle Teilnehmerinnen mit Anspruch auf eine Koloskopie	2 mal im Abstand von mind. 10 Jahren	400 Punkte
und			
Mammographie-Screening	Alle Teilnehmerinnen mit Anspruch auf ein Mammographie-Screening	1 x alle 2 Jahre vom 50. Lebensjahr bis zum Ende des 70. Lebensjahres	300 Punkte

2.3.3 Krebsfrüherkennungsuntersuchungen: Männer

Krebsfrüherkennungsuntersuchungen, die gemäß § 25 Abs. 2 SGB V bei Männern vom Beginn des 45. Lebensjahres an jedes Jahr durchgeführt werden können, werden mit 300 Punkten bonifiziert. Ebenfalls mit 300 Punkten wird die Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs nach den Krebsfrüherkennungs-Richtlinien bonifiziert. Eine Bestätigung erfolgt durch den Arzt/die Ärztin, der/die die Untersuchung durchführt, oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer selbst.

Vom vollendeten 50. bis zum vollendeten 55. Lebensjahr kann jährlich ein Schnelltest (occultes Blut im Stuhl) erfolgen. Ab dem 55. Geburtstag sind im Abstand von mindestens zehn Jahren zwei Koloskopien vorgesehen.

Versicherte, die die Vorsorgekoloskopie entsprechend der Krebsfrüherkennungs-Richtlinie oder einer Satzungsregelung durchführen lassen, erhalten in dem Jahr der Durchführung zusätzlich 400 Punkte.

Für die Bonifizierung ist die Durchführung der Vorsorgeuntersuchung durch einen Arzt/eine Ärztin hinreichend.

Krebsvorsorge Männer	Alle Teilnehmer mit Anspruch auf eine Krebsfrüherkennungsuntersuchung	1 x pro Jahr	300 Punkte
und			
Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs	Alle Teilnehmer mit Anspruch auf eine Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs	1 x alle 2 Jahre	300 Punkte
und			
Darmkrebsvorsorge – Koloskopie	Alle Teilnehmer mit Anspruch auf eine Koloskopie	2 mal im Abstand von mind. 10 Jahren	400 Punkte

2.3.4 Mutterschaftsvorsorge-Untersuchungskomplex

Teilnehmerinnen, die während der Schwangerschaft sämtliche im Mutterpass vorgeesehenen Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, erhalten dafür 300 Punkte. Eine Bestätigung erfolgt durch den Leistungserbringer oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck. Teilnehmerinnen ab Vollendung des 15. Lebensjahres werden automatisch mit dem Scheck für Mutterschaftsvorsorge ausgestattet.

Eine Bonifizierung und/oder Vergütung von ärztlichen Untersuchungen, die über den gesetzlichen Rahmen der Vorsorgeuntersuchung hinausgehen, erfolgt nicht.

Mutterschaftsvorsorge	Alle Teilnehmerinnen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x wenn alle Vorsorgeuntersuchungen durchgeführt wurden	300 Punkte
------------------------------	--	---	-------------------

2.3.5 U1-U6-Vorsorgeuntersuchungskomplex

Innerhalb des ersten Lebensjahres werden die Kindervorsorgeuntersuchungen U1-U6 gemäß § 26 SGB V durchgeführt. Eine Dokumentation erfolgt über das Untersuchungsheft. Die Durchführung dieses vollständigen Untersuchungskomplexes wird mit insgesamt 200 Punkten bonifiziert.

Eine Bestätigung, dass der Vorsorgeuntersuchungs-Komplex vollständig durchgeführt wurde, erfolgt durch den Leistungserbringer, oder in begründeten Einzelfällen durch den Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck. Der Untersuchungskomplex kann maximal einmal für jedes mitversicherte Kind angerechnet werden, das nach § 10 SGB V bei einem Teilnehmer/einer Teilnehmerin am AOK-Prämienprogramm mitversichert ist bzw. das beim AOK-Familienbonus eingeschrieben ist.

Die Gutschrift der Punkte erfolgt - wenn alle erforderlichen Vorsorge-Untersuchungen (U1-U6) absolviert wurden - in dem Kalenderjahr, in dem die letzte Untersuchung dieses Komplexes (U6) abgeschlossen wurde. Eine Bonifizierung von ärztlichen Untersuchungen, die über den gesetzlichen Rahmen der Vorsorgeuntersuchung hinausgehen, ist nicht möglich. Die U1-U6-Vorsorgeuntersuchungen sind in folgenden Lebensabschnitten durchzuführen:

U1	Unmittelbar nach der Geburt
U2	3. bis 10. Lebenstag
U3	4. bis 5. Lebenswoche
U4	3. bis 4. Lebensmonat
U5	6. bis 7. Lebensmonat
U6	10. bis 12. Lebensmonat

Untersuchungskomplex (U1 bis U6)	Alle Teilnehmer/innen vor Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x pro vollständigen Untersuchungskomplex	200 Punkte
---	--	---	-------------------

2.3.6 U7-U11 und J2-Vorsorgeuntersuchung

Die Kinder-Vorsorgeuntersuchungen U7-J2 nach § 26 SGB V sind in folgenden Lebensabschnitten durchzuführen:

U7	21. bis 24. Lebensmonat
U7 a	34. bis 36. Lebensmonat
U8	46. bis 48. Lebensmonat
U9	60. bis 64. Lebensmonat
U10	7. bis 8. Lebensjahr
U11	9. bis 10. Lebensjahr
J1	12. bis 14. Lebensjahr
J2	16. bis 17. Lebensjahr

Die Durchführung dieser Untersuchungen wird mit **je** 200 Punkten bonifiziert. Jede Vorsorgeuntersuchung kann einmal für jedes mitversicherte Kind angerechnet werden, das nach § 10 SGB V bei einem Teilnehmer/einer Teilnehmerin am AOK-Prämienprogramm mitversichert ist bzw. das beim AOK-Familienbonus eingeschrieben ist.

Eine Bestätigung erfolgt durch den Leistungserbringer, oder in begründeten Einzelfällen durch den Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck. Eine Bonifizierung und/oder Vergütung von ärztlichen Untersuchungen, die über den gesetzlichen Rahmen der Vorsorgeuntersuchung hinausgehen, ist nicht möglich.

U-Untersuchungen (U7 bis J2)	Alle Teilnehmer/innen vor Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x pro Untersuchung	200 Punkte
-------------------------------------	--	-----------------------------	-------------------

2.3.7 Impfungen für Erwachsene

Nehmen Versicherte ab dem vollendeten 15. Lebensjahr Impfungen wahr, die von der Ständigen Impfkommission des Robert-Koch-Instituts (STIKO) unter den Kategorien „S“ und „A“ sowie „I“ oder „P“ empfohlen und von der AOK gemäß Satzung übernommen werden, wird dies einmal im Jahr, in dem eine Impfung erfolgt ist, mit 100 Punkten bonifiziert.

Es handelt sich hierbei u. a. um folgende Impfungen:

Gripeschutzimpfung	Ab 60. Lebensjahr bzw. bestimmte Risikogruppen aufgrund von Vorerkrankungen jährlich
Auffrischung Diphtherie	Alle 10 Jahre
Auffrischung Tetanus	Alle 10 Jahre
Auffrischung Poliomyelitis (Kinderlähmung)	Auffrischung zwischen dem 9. und 17. Lebensjahr
Auffrischung Pertussis (Keuchhusten)	Auffrischung zwischen dem 9. und 17. Lebensjahr
Pneumokokken	Ab 60. Lebensjahr; alle 6 Jahre
Hepatitis B	Grundimmunisierung für noch nicht geimpfte Personen bzw. Vervollständigung des Impfschutzes zwischen dem 9. und 17. Lebensjahr
Varizellen	Standardimpfung für ungeimpfte 9- bis 17-jährige

Eine Impfung kann dabei auch mehrere Arztbesuche umfassen, falls diese zum Aufbau einer vollständigen Immunisierung notwendig sind. Auch Mehrfachimpfungen, die in einer Behandlung verabreicht werden (z. B. Tetanus-Diphtherie-Impfung), zählen als eine Impfung im Sinne des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus. Die Bestätigung findet durch den Leistungserbringer oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck statt. Pro Jahr können insgesamt 100 Bonuspunkte gesammelt werden, auch wenn mehrere Impfungen vorgenommen werden. Die Punkte werden für das Jahr angerechnet, in dem die Impfung für eine vollständige Immunisierung abgeschlossen wurde, also beim letzten Arztbesuch.

Impfungen Erwachsene	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x pro Jahr, in dem eine Impfung erfolgt ist	100 Punkte
-----------------------------	---	--	-------------------

2.3.8 Impfungen für Kinder

Für Impfungen nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission des Robert-Koch-Instituts (STIKO) bei Kindern, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, werden dem Teilnehmer einmal im Jahr, in dem eine Impfung erfolgt ist, insgesamt 100 Punkte gutgeschrieben.

Es handelt sich hierbei u. a. um folgende Impfungen:

Vom Alter von 2 Monaten an bis zum 14. Monat	<ul style="list-style-type: none"> - Diphtherie (4-mal) - Pertussis (Keuchhusten) (4-mal) - Tetanus (Wundstarrkrampf) (4-mal) - Poliomyelitis (Kinderlähmung) (3-mal) - Haemophilus influenzae Typ b (3-mal) - Hepatitis B (Gelbsucht) (3-mal) - Pneumokokken (4-mal)
11. bis 14. Lebensmonat	<ul style="list-style-type: none"> - Masern - Mumps - Röteln - Windpocken
15. bis 23. Lebensmonat	Grundimmunisierung/Komplettierung <ul style="list-style-type: none"> - Masern - Mumps - Röteln - Windpocken (in Impfkalender enthalten, aber nicht unter S/A/I/P eingeordnet)
Im Alter von 5 bis 6 Jahren	Auffrischung <ul style="list-style-type: none"> - Tetanus - Diphtherie - Pertussis (in Impfkalender enthalten, aber nicht unter S/A/I/P eingeordnet)
Im Alter von 9 bis 17 Jahren	Auffrischung <ul style="list-style-type: none"> - Diphtherie (alle 10 Jahre) - Pertussis (einmalig) - Tetanus (alle 10 Jahre) - Poliomyelitis (einmalig) Grundimmunisierung bzw. Komplettierung unvollständiger Impfschutz
im Alter von 12 bis 17 Jahren (Mädchen)	HPV

Eine Impfung kann dabei auch mehrere Arztbesuche umfassen, falls diese zum Aufbau einer vollständigen Immunisierung notwendig sind. Auch Mehrfachimpfungen, die in einer Behandlung verabreicht werden (z. B. Masern-Mumps-Röteln-Impfung), zählen als eine Impfung im Sinne des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus. Die Bestätigung findet durch den Leistungserbringer oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck statt.

Impfungen Kinder	Alle Teilnehmer/innen vor Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x pro Jahr, in dem eine Impfung erfolgt ist	100 Punkte
-------------------------	--	--	-------------------

2.3.8.1 Überprüfung des Impfstatus für Kinder und Erwachsene

Schutzimpfungen aktivieren das Abwehrsystem des Körpers und schützen vor Infektionskrankheiten. Regelmäßige Impfungen und Auffrischungen sind also wichtig. Anhand des Impfpasses kann der Arzt/Kinderarzt schnell den aktuellen Impfstatus feststellen und ihn auffrischen oder ergänzen. Die Überprüfung des Impfstatus durch den Arzt/Kinderarzt wird mit 100 Punkten bonifiziert.

Überprüfung des Impfstatus	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	100 Punkte
-----------------------------------	------------------------------	---------------------	-------------------

2.3.9 Teilnahme an Präventionsmaßnahmen

a) Präventionsmaßnahmen für Kinder und Erwachsene

Die AOK bietet ihren Versicherten Gesundheitskurse an, deren Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist. Dazu gehören u. a.:

- Bewegung (z. B. Aqua-Gymnastik, Fit und aktiv, AOK-Rückenschule, Walking)
- Ernährung (z. B. Fettbewusst essen, Genussvoll abnehmen)
- Entspannung (z. B. Hatha-Yoga, Tai Chi, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung)
- Raucherentwöhnungskurse

Eine Übersicht über die aktuellen Kursangebote kann unter www.aok.de eingesehen werden.

Bonifiziert werden AOK-eigene Kurse oder Kooperationskurse, deren Kosten zu 100% oder anteilig von der AOK übernommen werden. Hierunter fallen ebenfalls Kurse, die im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung durch den Betrieb veranlasst wurden. Die vollständige Teilnahme wird mit je 300 Punkten bonifiziert. Eine Teilnahme gilt als vollständig, wenn der Versicherte an mehr als $\frac{3}{4}$ der angesetzten Termine mitgewirkt hat. Eine Bestätigung erfolgt durch den Kursleiter/die Kursleiterin. Pro Jahr kann maximal die Bonifizierung von zwei Kursen je Teilnehmer aus den oben genannten Bereichen erfolgen.

Häufig sind insbesondere junge Erwachsene über das herkömmliche, leitfadensorientierte Kursangebot nicht zu erreichen. Um aber auch diesem Personenkreis einen attraktiven Zugang zu vergleichbaren, qualitätsgesicherten Angeboten zur Förderung eines gesundheitsbewussten Verhaltens zu ermöglichen, bonifizieren wir einen Kurs pro Jahr, der außerhalb des Leitfadens Prävention, zu Trendsport-Themen (z.B. Jumping, Parcours oder Bootcamp) angeboten wird.

Präventionskurse	Alle Teilnehmer/innen	2 Kurse pro Jahr	Je 300 Punkte
-------------------------	------------------------------	-------------------------	----------------------

und

Präventionskurse (BGf)	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	3 Kurse pro Jahr	Je 300 Punkte
-------------------------------	---	-------------------------	----------------------

und

Präventionskurs (Trendsport)	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 Kurs pro Jahr	300 Punkte
-------------------------------------	---	------------------------	-------------------

b) Online-Angebote

Neben dem Kursprogramm haben Versicherte der AOK die Möglichkeit, über Internet-Dialog-Programme Kurse mit Schwerpunkt Bewegung, Ernährung oder Nichtrauchen zu belegen.

- Bewegung: Laufend in Form
- Bewegung: 90-Tage-Rückenfit
- Ernährung: Abnehmen mit Genuss
- Nichtrauchen: Ich werde Nichtraucher
- Entspannung: Stress im Griff

Eine Übersicht über die aktuellen Online-Angebote kann unter www.aok.de eingesehen werden. Die vollständige Teilnahme an den Online-Angeboten wird Teilnehmern/Teilnehmerinnen ab Vollendung des 15. Lebensjahres mit je 200 Punkten bonifiziert. Pro Jahr kann maximal je eine Teilnahme pro Bereich (Bewegung/Ernährung/Nichtrauchen/Entspannung) und Versicherten bonifiziert werden.

Die Bestätigung erfolgt durch den Teilnehmer/die Teilnehmerin auf den dafür vorgesehenen Schecks. Hierfür ist die Teilnehmernummer, die die Versicherten für die Teilnahme an den Online-Angeboten erhalten, auf dem korrespondierenden Scheck einzutragen. Zusätzlich bestätigt der Teilnehmer/die Teilnehmerin die vollständige Teilnahme durch die eigene Unterschrift.

Online-Angebote	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	jährlich 1 Angebot pro Bereich	Je 200 Punkte
------------------------	---	---------------------------------------	----------------------

2.3.10 Sportabzeichen und Fitnessnachweis

Alle Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die erfolgreich ein deutsches Sportabzeichen (z. B. Deutsches Sportabzeichen - hier ist der Nachweis einer Ausdauerdisziplin ausreichend, Laufabzeichen, Schwimlabzeichen – s. Anlage) errungen haben, erhalten eine Prämie von 400 Punkten. Das Sportabzeichen muss während der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus abgelegt und verliehen worden sein. Die Bestätigung auf dem dafür vorgesehenen Scheck erfolgt durch den Leistungserbringer/Trainer/ Veranstalter. Eine Bonifizierung des Sportabzeichens ist - unabhängig von der Anzahl der bestandenen Prüfungen - maximal einmal pro Jahr möglich; andere Abzeichen und Nachweise für sportliche Aktivitäten werden nicht bonifiziert.

Gleichfalls können Teilnehmer/Teilnehmerinnen ab 15 Jahren alternativ einen zertifizierten Fitnesstest absolvieren. Die erfolgreiche Teilnahme ist durch den zuständigen

Trainer/Verein/das Fitnessstudio zu bestätigen. Voraussetzung ist der Nachweis eines Gütesiegels der Einrichtungen (vgl. Anlage).

Sportabzeichen	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	400 Punkte
und			
Fitnessnachweis	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	400 Punkte

2.3.11 Aktive Betätigung im Sportverein

Bewegungsmangel ist eine wesentliche Ursache für viele der sogenannten Volkskrankheiten, die Förderung von Bewegung eines der wichtigsten Ziele von Prävention. Eine zentrale Rolle spielt der organisierte Sport mit über 80.000 Sportvereinen (Mitgliedsorganisationen des Deutschen Sportbundes). Nach § 20 SGB V kann die Teilnahme an Angeboten in Sportvereinen, die die Qualitätskriterien des sog. Leitfadens Prävention des Spitzenverband Bund der Krankenkassen erfüllen und das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ tragen, von der Krankenkasse finanziert oder bezuschusst werden. Die Finanzierung ist dabei auf ein einmaliges Angebot begrenzt. Um aber auch Anreize für eine dauerhafte sportliche Betätigung und die Beteiligung an einem breiteren, aber dennoch gesundheitsorientierten Spektrum von Angeboten der Vereine zu setzen, wird die nachgewiesene aktive Betätigung im Sportverein - im Gegensatz zur „inaktiven Mitgliedschaft“ - bonifiziert.

Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die sich nachweislich aktiv sportlich im Sportverein betätigen, erhalten nach Bestätigung des Vereins auf dem dafür vorgesehenen Scheck pro Jahr 200 Punkte gutgeschrieben.

Aktive Betätigung im Sportverein	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	200 Punkte
---	------------------------------	---------------------	-------------------

2.3.11.1 Betriebssport

Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die sich nachweislich aktiv sportlich in einer Betriebs-sportgruppe betätigen, erhalten nach Bestätigung des Betriebssportvereins/der Betriebssportgemeinschaft auf dem dafür vorgesehenen Scheck pro Jahr 200 Punkte gutgeschrieben.

Aktive Betätigung im Betriebssport	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	200 Punkte
---	------------------------------	---------------------	-------------------

2.3.12 Regelmäßige Nutzung von Fitnessstudios

Teilnehmer/Teilnehmerinnen ab Vollendung des 15. Lebensjahres, die sich nachweislich regelmäßig sportlich im Fitnessstudio betätigen, erhalten - nach Bestätigung des Trainers/Verantwortlichen des Fitnessstudios auf dem dafür vorgesehenen Scheck - pro Jahr 200 Punkte gutgeschrieben.

Dieses Angebot beschränkt sich auf Fitnessstudios, deren Qualität durch ein Gütesiegel (z. B. TÜV-Siegel, Prae-Fit-Siegel) nachgewiesen ist oder die aufgrund einer Qualitätsüberprüfung durch die AOK in die Liste der Kooperationspartner aufgenommen wurden. Eine entsprechende Liste stellt die AOK gern zur Verfügung.

Regelmäßige Nutzung Fitnessstudio	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	200 Punkte
--	---	---------------------	-------------------

2.3.13 Hochschulsport und Bundesjugendspiele

Teilnehmer/Teilnehmerinnen (zwischen Vollendung des 15. und 26. Lebensjahres), die regelmäßig an Sportkursen der Hochschulen teilnehmen, erhalten jährlich eine Prämie von 200 Punkten. Die Bestätigung im Scheckheft erfolgt durch den Trainer/die Trainerin.

Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die erfolgreich (Sieger- oder Ehrenurkunde) an Bundesjugendspielen teilgenommen haben, erhalten in dem entsprechenden Kalenderjahr eine Prämie von 200 Punkten. Eine Bonifizierung der erfolgreichen Teilnahme ist maximal einmal pro Jahr möglich. Die Bestätigung der erfolgreichen Teilnahme wird durch die Lehrkraft oder die Schule auf dem dafür vorgesehenen Scheck vorgenommen.

Ziel der Bundesjugendspiele ist die systematische Heranführung von Schülerinnen/Schülern an die Grundsportarten. Durchgeführt werden die Bundesjugendspiele in den Grundsportarten Geräteturnen, Leichtathletik, Schwimmen.

Regelmäßige Teilnahme Hochschulsport	Alle Teilnehmer/innen zwischen Vollendung des 15. und 26. Lebensjahres	1 x jährlich	200 Punkte
<i>oder</i>			
Bundesjugendspiele (Ehren-/Siegerurkunde)	Schüler/Schülerinnen	1 x jährlich	200 Punkte

2.3.14 Sonderaktionen

Die AOK veranstaltet bzw. fördert regelmäßig Aktionen zur Förderung einer gesundheitsbewussten Lebensweise. Die Teilnahme an solchen Maßnahmen kann durch die AOK prämiert werden. Diese Veranstaltungen werden entsprechend gekennzeichnet. Eine Bestätigung erfolgt durch die AOK während oder nach der Sonderaktion.

Bei den Sonderaktionen muss es sich um Maßnahmen zur Gesundheitsförderung handeln. Pro Kalenderjahr kann der Teilnehmer/die Teilnehmerin maximal 800 Punkte erhalten.

Sonderaktionen	Alle Teilnehmer/innen	max. 800 Punkte jährlich
-----------------------	------------------------------	---------------------------------

2.3.15 Teilnahme sportmedizinische Untersuchung

Sport hält den Körper und das Herz-Kreislauf-System fit. Um den Sport auch gesundheitsfördernd einzusetzen, wird – insbesondere auch für Sport-Einsteiger – eine sportmedizinische Untersuchung empfohlen. Die Teilnahme an einer entsprechenden Untersuchung wird mit 300 Punkten bonifiziert.

Sportmedizinische Untersuchung	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	300 Punkte
---------------------------------------	---	---------------------	-------------------

2.3.16 Erste-Hilfe-Kurse

Erste-Hilfe-Kurse (bzw. Lebensrettende Sofortmaßnahmen am Unfallort) sind bei der Führerscheinprüfung zwingend vorgeschrieben. Ihre Inhalte geraten mit der Zeit in Vergessenheit. Eine Auffrischung durch einen erneuten Kurs ist daher sinnvoll. Er kommt zwar nicht dem Teilnehmer/der Teilnehmerin selbst zugute, belegt aber dessen Interesse an Gesundheitsfragen und spricht für eine umsichtige und soziale Verhaltensweise.

Für Kinderunfälle gibt es zahlreiche Anlässe und Auslöser. Sie stellen für die betroffenen Familien häufig ein besonders erschreckendes, z. T. auch folgenreiches Ereignis dar. Informationsveranstaltungen, die Eltern Know-how zur Verringerung entsprechender Risiken vermitteln oder sie zumindest befähigen, im Ernstfall richtig zu reagieren, sollten daher möglichst von allen Eltern besucht werden. Um die Teilnahmebereitschaft zu steigern, ist eine Bonifizierung sinnvoll.

Teilnehmern/Teilnehmerinnen, die einen qualitätsgesicherten Erste-Hilfe-Kurs (auch: Verhütung von Kinderunfällen/Erste Hilfe am Kind) oder einen qualitätsgesicherten Kurs zu lebensrettenden Sofortmaßnahmen am Unfallort unter Zugrundelegung der Standards der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (BAGEH) vollständig absolviert haben, werden 300 Punkte gutgeschrieben. Die Bestätigung der Teilnahme erfolgt durch den Leistungserbringer auf dem im Scheckheft vorgesehenen Scheck. Unabhängig von der Anzahl der absolvierten Kurse werden pro Jahr und Versicherten maximal 300 Punkte angerechnet.

Erste-Hilfe-Kurse	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	300 Punkte
--------------------------	---	---------------------	-------------------

2.3.17 Individuelle Beratung durch AOK-Gesundheitsexperten

Durch die zunehmende Präsenz von Gesundheitsthemen in der Öffentlichkeit entsteht auch oftmals eine damit einhergehende Unsicherheit bei den Versicherten. Dadurch entstehen vermehrt Fragen zu Ernährung, Bewegung, Nichtrauchen usw. Unsere Experten haben Antworten auf diese Fragen und jede Menge weiterer Tipps für mehr individuelle Gesundheit. Die Inanspruchnahme dieser Beratung wird mit 300 Punkten bonifiziert.

Individuelle Beratung durch AOK-Gesundheitsexperten	Alle Teilnehmer/Teilnehmerinnen	1 x pro Kalenderjahr	300 Punkte
--	--	-----------------------------	-------------------

2.3.18 Zahnvorsorge

Teilnehmer/Teilnehmerinnen erhalten 200 Punkte, wenn sie sich im Kalenderjahr mindestens einmal zahnärztlich untersuchen lassen. Eine Bestätigung erfolgt durch den Arzt/die Ärztin, der/die die Untersuchung durchführt oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck.

Anspruch auf die zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung haben

- Kinder zwischen dem 25. und 72. Lebensmonat (drei zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen im Abstand von mindestens 12 Monaten)
- Versicherte, die das 6., aber noch nicht das 18. Lebensjahr vollendet haben (einmal in jedem Kalenderhalbjahr; § 22 Abs. 1 SGB V)

- Erwachsene, ab Vollendung des 18. Lebensjahres (einmal pro Kalenderjahr; § 55 Abs. 1 Satz 4 Nr. 2 SGB V)

Die Bonifizierung dieser Untersuchung ist maximal einmal pro Jahr möglich. Eine Bonifizierung und/oder Vergütung von ärztlichen Untersuchungen, die über den gesetzlichen Rahmen der Untersuchung hinausgehen, erfolgt nicht.

Zahnvorsorge	Alle Teilnehmer/ Teilnehmerinnen	1 x pro Kalenderjahr	200 Punkte
---------------------	---	-----------------------------	-------------------

2.3.18.1 Professionelle Zahnreinigung

Teilnehmer/Teilnehmerinnen erhalten 300 Punkte, wenn sie mindestens einmal im Kalenderjahr eine professionelle Zahnreinigung durchführen lassen. Eine Bestätigung erfolgt durch den Zahnarzt/die Zahnärztin, der/die professionelle Zahnreinigung durchführt oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer/die Teilnehmerin auf dem dafür vorgesehenen Scheck.

Professionelle Zahnreinigung	Alle Teilnehmer/ Teilnehmerinnen	1 x pro Kalenderjahr	300 Punkte
-------------------------------------	---	-----------------------------	-------------------

2.3.18.2 Zahnversiegelung

Durch die Versiegelung der Zahnoberflächen, der Fissuren und der Grübchen erhalten die Zähne für viele Jahre einen wirksamen Schutz gegen Karies. Die Fissurenversiegelung ist aus zahnmedizinischer Sicht auch für die übrigen Zähne mit zerklüfteten Oberflächen empfehlenswert. Der Zahnarzt entscheidet bei einer Untersuchung, ob eine Versiegelung von Fissuren angezeigt ist und wann eine Behandlung erfolgen sollte, da in bestimmten Fällen auch für Erwachsene eine Fissurenversiegelung sinnvoll sein kann. Bei Kindern und Jugendlichen wird die Zahnversiegelung komplett von der Krankenkasse übernommen. Dies gilt für Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr.

Zahnversiegelung	Alle Teilnehmer/ Teilnehmerinnen ab 18 Jahren	1 x alle 2 Jahre	300 Punkte
-------------------------	--	-------------------------	-------------------

2.3.19 Geburtsvorbereitungs- oder Rückbildungsgymnastikkurs

Teilnehmerinnen, die während der Schwangerschaft an einem Geburtsvorbereitungskurs teilnehmen oder nach der Entbindung einen Rückbildungsgymnastikkurs nutzen, erhalten dafür einmalig 200 Punkte. Eine Bestätigung erfolgt durch den Leistungserbringer auf dem dafür vorgesehenen Scheck.

Geburtsvorbereitungs- oder Rückbildungsgymnastikkurs	Alle Teilnehmerinnen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 Kurs pro Jahr	200 Punkte
---	--	------------------------	-------------------

2.3.20 Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“

Die AOK belohnt die Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Wer im Aktionszeitraum (siehe www.mit-dem-Rad-zur-Arbeit.de) an mindestens 20 Tagen mit dem Rad zur Arbeit fährt, erhält einmal jährlich 400 Punkte.

Die Bestätigung erfolgt durch die AOK gegen Vorlage der ausgefüllten Teilnehmerkarte.

„Mit dem Rad zur Arbeit“	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	400 Punkte
---------------------------------	---	---------------------	-------------------

2.3.20.1 Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Uni“

Die AOK belohnt auch die Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Uni“. Wer im Aktionszeitraum (siehe www.mit-dem-Rad-zur-Uni.de) an mindestens 20 Tagen mit dem Rad zur Uni fährt, erhält einmal jährlich 400 Punkte. Die Bestätigung erfolgt durch die AOK.

„Mit dem Rad zur Uni“	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	400 Punkte
------------------------------	---	---------------------	-------------------

2.3.21 Teilnahme an strukturierten Behandlungsprogrammen (DMP - AOK-Curaplan)

Intensive Betreuung bei chronischen Krankheiten: Das leisten die Behandlungsprogramme der AOK. Koordinierte ärztliche Betreuung und gesundheitsbewusstes Verhalten können den Krankheitsablauf positiv beeinflussen. Deshalb erhalten alle Teilnehmer, die in strukturierte Behandlungsprogramme nach § 137 f SGB V (Disease-Management-Programme – DMP - AOK-Curaplan) eingeschrieben sind, einmal jährlich 400 Punkte, wenn sie die erforderlichen Untersuchungen und behandlungsbegleitenden Maßnahmen wahrgenommen haben. Die Bestätigung findet durch den Leistungserbringer oder in begründeten Einzelfällen durch den Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auf dem dafür vorgesehenen Scheck statt.

Teilnahme DMP/AOK-Curaplan	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	400 Punkte
-----------------------------------	------------------------------	---------------------	-------------------

2.3.22 Teilnahme an einem Pflegekurs

Spezielle Pflegekurse vermitteln pflegenden Angehörigen nützliches Basiswissen für den Pflegealltag. Geschulte Fachkräfte zeigen unter anderem vor Ort hilfreiche Handgriffe und wie rückschonend richtig gehoben und getragen wird. Außerdem werden wichtige Informationen, z. B. zum Thema Gesundheit oder rund um die Hygiene.

Bonifiziert werden AOK-eigene Kurse oder Kooperationskurse, deren Kosten zu 100% oder anteilig von der AOK übernommen werden.

Pflegekurs	Alle Teilnehmer/innen	1 x jährlich	300 Punkte
-------------------	------------------------------	---------------------	-------------------

2.3.23 Teilnahme Fahrsicherheitstraining

Unfälle im Straßenverkehr sind zwar in den letzten Jahren zahlenmäßig leicht zurückgegangen, aber noch immer ein bedeutendes Risiko. Verletzungen unterschiedlicher Ursache stellen auch in der Krankheitsartenstatistik der AOK rund ein Zehntel der Ursachen für Arbeitsunfähigkeits- und Krankenhaustage. Ein Fahrsicherheitstraining lässt den Teilnehmer/die Teilnehmerin kritische Verkehrssituationen vorwegnehmen und angemessene Reaktionsweisen einüben und trägt somit zu erhöhter Fahrsicherheit bei. Mit einem Bonus sollen AOK-Versicherte vermehrt zur Teilnahme an diesen Trainings motiviert werden.

Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die vollständig und nachweislich an einem Fahrsicherheitstraining (Kraftfahrzeuge) unter Zugrundelegung der Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR-Richtlinien) teilgenommen haben, erhalten 300 Punkte. Die Punkte können unabhängig von der Anzahl der absolvierten Fahrsicherheitstrainings pro Versicherten nur einmal jährlich gutgeschrieben werden. Die Bestätigung der Teilnahme wird durch den Veranstalter auf dem dafür vorgesehenen Scheck erbracht.

Fahrsicherheits- training (KFZ)	Alle Teilnehmer/innen zwischen Vollendung des 18. Lebensjahres	1 x jährlich	300 Punkte
--	---	---------------------	-------------------

2.3.24 Organspende

Den meisten Menschen fällt es nicht leicht, sich für oder gegen eine Organspende am Ende des Lebens zu entscheiden. Durch das Transplantationsgesetz wurde klargestellt, dass es jeder Bürgerin und jedem Bürger ermöglicht werden soll, eine informierte und unabhängige Entscheidung zu treffen. Die Krankenkassen haben die gesetzliche Aufgabe, ihre Versicherten über die Thematik zur Organspende zu informieren, zu beraten und aufzuklären. Sie haben ihnen dazu geeignetes Informationsmaterial einschließlich eines Organspende-Ausweises zur Verfügung zu stellen. Das Befassen mit dieser Thematik wird durch das Vorhandensein eines auf den Versicherten ausgestellten Organspende-Ausweises dokumentiert, welcher als Nachweis (Kopie oder Vorlage bei der AOK) geeignet ist.

Vorlage Organspende- Ausweis	Alle Teilnehmer/innen ab 18 Jahren	einmalig	300 Punkte
---	---	-----------------	-------------------

2.3.25 Blutspende/Plasmaspende

Die Bedeutung der Blutspende und der Plasmaspende kann nicht hoch genug eingeschätzt werden. Sie helfen in Nottfällen Leben zu retten und dienen dazu, wichtige, häufig lebensnotwendige Arzneimittel herzustellen. Sie sind somit für die gesamte Versichertengemeinschaft von unschätzbarem Wert. Blut und Plasma spenden kann jeder gesunde erwachsene Mensch ab 18 Jahre. Die Teilnahme an der Blutspende/Plasmaspende ist als Nachweis geeignet (Bestätigung durch den Blutspendedienst oder Kopie des Blutspendeausweises).

Blut-/Plasmaspende	Alle Teilnehmer/innen ab 18 Jahren	1 x pro Kalender- jahr	200 Punkte
---------------------------	---	-----------------------------------	-------------------

2.3.26 BMI

Ein normales Körpergewicht ist eine gute Voraussetzung, um gesund zu bleiben. Bereits bestehende Erkrankungen wie hoher Blutdruck, zu hohe Fett- oder Cholesterinwerte oder die Zuckerkrankheit Diabetes können oft gebessert, manchmal sogar ganz zum Verschwinden gebracht werden.

Der Body-Mass-Index (BMI) ist die inzwischen am häufigsten verwendete Größe zur Beurteilung des Körpergewichts für Erwachsene. Es gilt folgende Formel:
 Körpergewicht (in Kilogramm) geteilt durch die Körpergröße (in Metern) im Quadrat.

Berechnungsbeispiel BMI:

Gewicht: 80 kg

Größe: 1.79 m

Berechnung: $80 / (1.79 * 1.79) = 24.97$, gerundet: BMI = 25

Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die das 15. Lebensjahr vollendet haben und gemäß ihrer Angaben einen BMI zwischen 18 und 27 – und damit Normalgewicht – haben, erhalten einen Bonus von 100 Punkten. Dieser Bonus kann einmal kalenderjährlich gutgeschrieben werden.

Der Nachweis muss durch einen Arzt oder Apotheker erfolgen.

Relativ neu ist die Akzeptanz des BMI bei Kindern in der Fachwelt. Die lange Zeit bestehende Skepsis hinsichtlich der Aussagekraft des BMI bei Kindern wurde erst dadurch aufgelöst, dass kein fester BMI-Orientierungswert für Kinder zu Grunde gelegt wird, sondern alters- und geschlechtsspezifische Normverteilungen ermittelt und individuell verglichen werden (BMI-Perzentil-Betrachtung nach Kromeyer/Hauschild). Ggf. müssen auch chronische Erkrankungen oder sonstige medizinische Umstände bei der Bewertung des BMI für Kinder mit berücksichtigt werden. Da eine solche Bewertung relativ aufwändig ist und hierbei Interpretationsschwierigkeiten entstehen können, wird auf die Ermittlung des BMI bei Kindern im Rahmen dieses Programms verzichtet.

BMI (18-27)	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	100 Punkte
--------------------	---	---------------------	-------------------

2.3.27 Nichtraucher-Nachweis

Immer wieder wird z. B. durch Kampagnen versucht, das „Nichtrauchen“ in der Bevölkerung zu stabilisieren bzw. Raucher wieder auf den Pfad der Gesundheit zurück zu führen. Aktivitäten zur Raucherentwöhnung – selbstverständlich auch die nicht aktionsgebundene eigene Gesundheitssicherung in Form des Nichtrauchens - sollen durch das AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus flankiert werden, indem kontinuierliche Anreize für den Verzicht auf das Rauchen gegeben werden.

Mindestens 40% aller Jugendlichen, jeder Vierte über 15 Jahren und ca. 25% der Erwachsenen in Deutschland rauchen. Der Grundstein hierfür wird bereits in jungen Jahren gelegt: 82 Prozent der erwachsenen Raucher haben vor ihrem 20. Lebensjahr angefangen. Wer also einmal das 20. Lebensjahr erreicht hat, ohne mit dem Rauchen anzufangen, der hat gute Chancen, sein Leben lang Nichtraucher zu bleiben. Aus diesem Grund konzentriert sich die AOK mit dem AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus insbesondere auf die jüngere Zielgruppe: Teilnehmer/ Teilnehmerinnen zwischen 15 und 25 Jahren, die seit mindestens 12 Monaten nicht rauchen, erhalten jährlich einen Bonus von 100 Punkten.

Die Bestätigung erfolgt durch einen Arzt.

Nichtraucher-nachweis	Alle Teilnehmer/innen zwischen Vollendung des 15. und 26. Lebensjahres	1 x jährlich	100 Pkte.
------------------------------	---	---------------------	------------------

2.3.28 Gesundheitswerte des Versicherten für Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin

Der Anspruch auf Bonifizierung besteht, wenn die Gesundheitswerte des Versicherten für Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin in einer Messung von zugelassenen Leistungserbringern ermittelt worden sind und Normwerte erfüllen.

Der Normwertbereich für den jeweiligen Gesundheitswert wird durch wissenschaftlich anerkannte Grenzwerte bestimmt. Die Normwerte dürfen nicht durch Medikation generiert sein. Die zugrunde zu legenden Grenzwerte sind in den Ausführungsbestimmungen benannt.

Blutdruck

Der Blutdruck hat bei einem gesunden Menschen einen Wert von rund 120/80 mmHg (Millimeter Quecksilbersäule). Die erste Zahl bezeichnet dabei den systolischen, die zweite den diastolischen Druck.

Als Systole bezeichnet man in der Medizin die Auswurfphase des Herzens, bei der sich die linke Herzkammer zusammenzieht und das Blut in die Aorta pumpt. Zugleich gelangt aus der rechten Herzkammer Blut in den Lungenkreislauf. Der Blutdruck ist zu diesem Zeitpunkt am höchsten. Anders dagegen die Diastole. Sie bezeichnet die Entspannungsphase der Herzkammern. Diese erweitern sich, um neues Blut hineinströmen zu lassen. Der gemessene Blutdruck ist in diesem Moment am niedrigsten.

Blutzucker

Bei Menschen ohne Diabetes liegt der Glukosespiegel im Blut nüchtern (nach 8 bis 10 Stunden ohne Nahrung) unter 100 Milligramm pro Deziliter (mg/dl) bzw. unter 5,6 Millimol pro Liter (mmol/l). Nach dem Essen steigt der Blutzuckerwert gewöhnlich nicht über 140 mg/dl (7,8 mmol/l). Ein Diabetes mellitus liegt vor, wenn der Blutzucker nüchtern über 126 mg/dl (7,0 mmol/l) oder zu einem beliebigen Zeitpunkt (z.B. nach dem Essen) über 200 mg/dl (11,1 mmol/l) liegt.

Cholesterin

Der Cholesterinspiegel im Blut (Gesamtcholesterin) sollte unter 200 mg/dl (5,2 mmol/l) liegen.

HDL: über 40 mg/dl (1,0 mmol/l), darunter ist laut NCEP (National Cholesterol Education Program) das Risiko für Gefäßverkalkung erhöht

LDL: bis 160 mg/dl (4,1 mmol/l), wenn keine anderen Risikofaktoren für Arteriosklerose vorliegen.

Diese Angaben zu den Gesundheitswerten sind **Richtwerte** und können je nach Lebenssituation und Gesundheitszustand variieren.

Normwert Blutdruck	Alle Teilnehmer/innen ab Vollen- dung des 18. Lebensjahres Jahren	1 x jährlich	100 Punkte
und			
Normwert Blutzucker	Alle Teilnehmer/innen ab Vollen- dung des 18. Lebensjahres Jahren	1 x jährlich	100 Punkte
und			
Normwert Cholesterin	Alle Teilnehmer/innen ab Vollen- dung des 18. Lebensjahres Jahren	1 x jährlich	100 Punkte

2.3.29 Soziales, ehrenamtliches Engagement

Versicherte erhalten 300 Punkte, wenn sie sich sozial ehrenamtlich in öffentlichen oder sozialen Einrichtungen (z. B. Mitarbeit in einem Heim, Hospiz, Krankenhaus, THW, Deutsches Rotes Kreuz, Malteser etc.) engagieren. Zahlreiche Studien belegen mittlerweile, dass soziales, ehrenamtliches Engagement nicht nur denen etwas bringt, die Unterstützung erhalten: So deuten verschiedene statistische Untersuchungen darauf hin, dass Menschen mit Ehrenamt glücklicher sind und seltener depressiv werden als solche, die sich nicht sozial engagieren. Häufig fühlen sich freiwillige Helfer auch körperlich gesünder. Dieser Effekt zeigt sich vor allem, wenn die Betreffenden der gemeinnützigen Arbeit über einen längeren Zeitraum nachgehen. Besonders zufrieden sind offenbar Senioren mit Ehrenamt.

Soziales, ehrenamtliches Engagement	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 15. Lebensjahres	1 x jährlich	300 Punkte
--	---	---------------------	-------------------

2.3.30 Veranstaltungen

Die AOK veranstaltet bzw. fördert regelmäßig Veranstaltungen/Aktionen zur Förderung einer gesundheitsbewussten Lebensweise; z. B. den AOK-Familientag, Lauftreffs oder Radtouren. Außerdem unterstützt sie die Teilnahme ihrer Versicherten an gesundheitsfördernden Veranstaltungen externer Anbieter; z. B. Schulsportveranstaltungen oder die Teilnahme an Laufveranstaltungen (z. B. 10-KM-Läufe, Halbmarathon usw.).

Veranstaltung der AOK	Alle Teilnehmer/innen	1 Aktion pro Kalenderjahr	200 Punkte
------------------------------	------------------------------	----------------------------------	-------------------

und

Veranstaltung externer Anbieter	Alle Teilnehmer/innen	1 Aktion pro Kalenderjahr	200 Punkte
--	------------------------------	----------------------------------	-------------------

2.3.31 Knochenmarktypisierung

Allein in Deutschland bekommen jährlich rund 12.000 Menschen die Diagnose einer lebensbedrohlichen Blutkrankheit wie Leukämie. Wenn die eingesetzten Medikamente nicht wirken, kann nur noch eine Stammzellenspende helfen. Das Problem: Das genetische Profil des Spenders muss genau zu dem des Empfängers passen. Um die Wahrscheinlichkeit einer Übereinstimmung zu erhöhen, werden möglichst viele Spenderprofile benötigt.

Versicherte der AOK, die sich als Spender registrieren lassen, erhalten im Jahr der Durchführung einmalig 300 Punkte. Als Nachweis wird das Bestätigungsschreiben zur Registrierung, der Spenderausweis oder Stempel/Unterschrift des Leistungserbringers anerkannt.

Knochenmarktypisierung	Alle Teilnehmer/innen ab Vollendung des 18. Lebensjahres	einmalig	300 Punkte
-------------------------------	---	-----------------	-------------------

2.4. Sicherung einer hohen Qualität der präventiven und gesundheitsfördernden Maßnahmen

Durch verschiedene Grundsätze wird sichergestellt, dass über das AOK-Prämienprogramm/den AOK-Familienbonus nur Angebote prämiert werden, deren Qualität ausreichend geprüft wurde.

2.4.1 Zeithorizont

Es werden alle Maßnahmen bonifiziert, die im Kalenderjahr der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus durchgeführt wurden.

2.4.2 Substitution

Eine Substitution von Maßnahmen ist zulässig, wenn die alternative Maßnahme den in diesen Ausführungsbestimmungen vorgesehenen Qualitätskriterien entspricht. Die Entscheidung hierüber trifft die AOK.

Ebenfalls muss die Durchführung durch die in diesen Ausführungsbestimmungen genannten Stellen (u. a. niedergelassener Arzt/niedergelassene Ärztin, Kursleiter/in bei Gesundheitskursen der AOK oder vertraglich gebundener Veranstalter) erfolgt sein.

2.4.3 Höchstgrenze

Jedes Angebot kann pro Jahr nur in der unter 2.3 dargestellten Häufigkeit prämiert werden. Die Ausgabe von mehr als einem Scheckheft pro Jahr (Ausnahme: Verlust des Scheckheftes) ist nicht zulässig. Beim AOK-Familienbonus ist die jährliche Bonifizierung für nachgewiesene Maßnahmen je Teilnehmer/in auf maximal 30 EUR (entspricht 800 Bonuspunkte) begrenzt.

2.4.4 Erstattung von entstehenden Kosten

Sofern dem Versicherten für die Teilnahme an Maßnahmen zur Erreichung von Bonuspunkten Kosten entstehen, werden diese von der AOK nicht erstattet – es sei denn, der Leistungsumfang der GKV sieht eine Kostenübernahme vor.

2.4.5 Änderung der rechtlichen Rahmenbedingungen

Sollten sich rechtliche Voraussetzungen und/oder Richtlinien zur Umsetzung der nach 2.3 prämierten Maßnahmen ändern, werden entsprechende Nachfolge-Untersuchungen im Rahmen des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus bonifiziert. Dies betrifft insbesondere Änderungen der §§ 20, 22, 25 und 26 SGB V.

Sollten gesetzliche, aufsichtsbehördliche oder gerichtliche Maßnahmen der Durchführung des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus die Grundlage entziehen, kann die AOK das Programm mit sofortiger Wirkung beenden. Der Anspruch auf die weitere Teilnahme an den Programmen erlischt in diesem Fall ebenfalls mit sofortiger Wirkung.

Sollte es zu einer Änderung kommen, wird diese den Teilnehmern und Teilnehmerinnen am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus auf der Internetseite aok-praemienprogramm.de/nordwest bzw. aok-familienbonus.de/nordwest bekannt gegeben.

2.5 *Scheckheftversand bei Prämienmitversicherten*

2.5.1 AOK-Prämienprogramm

Nehmen bei der AOK versicherte Kinder bis 15 Jahre eine der unter 2.3 dargestellten Maßnahmen wahr und nimmt der Stammversicherte - d. h. das Mitglied, bei dem die Kinder mitversichert sind - am AOK-Prämienprogramm teil, erhält das Kind ein separates Scheckheft, in dem die Inanspruchnahme durch den Leistungserbringer - wie oben beschrieben - bestätigt wird. Die so gesammelten Punkte werden dem Prämienhauptversicherten gutgeschrieben.

Kinder, die einen eigenen Versicherungsschutz haben, nehmen eigenständig am AOK-Prämienprogramm teil und sammeln in ihrem eigenen Scheckheft Punkte.

2.5.2 AOK-Familienbonus

Jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin erhält ein eigenes Scheckheft, in dem die Inanspruchnahme durch den Leistungserbringer - wie oben beschrieben - bestätigt wird. Die so gesammelten Punkte werden dem AOK-Familienbonus-Konto gutgeschrieben.

2.6 *Rückgabe der Schecks*

Nach Ablauf des Kalenderjahres soll der Teilnehmer/die Teilnehmerin die bestätigten Schecks bei der AOK bis spätestens zum 31. März des Folgejahres einreichen. Eine Rückgabe einzelner bestätigter Schecks kann auch unterjährig erfolgen. Allerdings stellt die AOK dem Teilnehmer/der Teilnehmerin erst zum Jahreswechsel ein für das nächste Kalenderjahr gültiges neues Scheckheft zur Verfügung. Die Schecks sind jeweils für ein Kalenderjahr gültig. Die Zeiträume der Gültigkeit der Schecks/ Scheckhefte schließen nahtlos aneinander an.

3 Bonifizierung

3.1 *Prämie*

3.1.1 Prämie beim AOK-Prämienprogramm

Die Gewährung der Prämie richtet sich nach der tatsächlichen Punkthöhe und kann nur vom Prämienhauptversicherten eingelöst werden. Die Punkthöhe wird durch das jährliche Einreichen der bestätigten Schecks der AOK gegenüber dokumentiert. Die AOK stellt ihren Versicherten die Prämie entweder als Sachprämie, als Geldprämie, als Gutschein oder als Erstattungsleistung zur Verfügung.

3.1.2 Prämie beim AOK-Familienbonus

Die Prämie richtet sich nach der tatsächlichen Punkthöhe und kann jederzeit eingelöst werden, frühestens jedoch nach Erreichen von 800 Bonuspunkten. Die Punkthöhe wird durch das jährliche Einreichen der bestätigten Schecks der AOK gegenüber dokumentiert. Die AOK stellt die Prämie als Geldprämie zur Verfügung. Der Punktwert beträgt 0,0375 EUR je Prämienpunkt.

3.2 *Gewährung der Prämie*

Eine Gewährung der Prämie erfolgt auf Antrag durch den Prämienhauptversicherten/Kontoinhaber. Bei Prämienhauptversicherten/Kontoinhabern, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, ist auf dem Antrag zusätzlich die Unterschrift des gesetzlichen Vertreters erforderlich. Der Antrag sollte gemeinsam mit dem Einreichen der Schecks erfolgen.

Eine Prämie kann nicht gewährt werden, wenn der Versicherte Beitragsschuldner ist und ein Leistungsruhen nach § 16 Abs. 3a SGB V eingetreten ist.

3.3 *Wertung und Verfall von Punkten*

Beim AOK-Familienbonus dürfen die Leistungsnachweise zum Zeitpunkt der Einreichung nicht länger als 36 Monate zurückliegen.

3.4 *Aufrechnung von Prämien*

Die AOK kann mit ihren Forderungen gem. § 51 SGB I gegen Ansprüche aus dem AOK-Prämienprogramm oder dem AOK-Familienbonus gegenüber dem Kunden aufrechnen. Dies gilt insbesondere für Geldprämien und Erstattungsleistungen.

4 Beendigung der Teilnahme

4.1 *Kündigung und Beendigung der Teilnahme*

Die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus kann vom Prämienhauptversicherten jederzeit beendet werden. Bei Prämienhauptversicherten, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, ist auf dem Kündigungsschreiben zusätzlich die Unterschrift des gesetzlichen Vertreters erforderlich. Die AOK bestätigt den Teilnehmern schriftlich die Beendigung der Teilnahme am AOK-Prämienprogramm /AOK-Familienbonus. Sind die Bedingungen für eine Gewährung der Prämie erfüllt, kann diese zeitgleich mit der Kündigung beantragt und geleistet/ausgezahlt werden.

Ab Vollendung des 15. Lebensjahres können mitversicherte Kinder eigenständig am AOK-Prämienprogramm teilnehmen und ihre bisherige Teilnahme zu diesem Zweck beenden und separat für sich Punkte sammeln. Ein Anspruch auf Übertragung von Punkten, die vor Abschluss des 15. Lebensjahres für das Konto der Eltern gesammelt wurden, auf das Punktekonto des Kindes besteht nicht.

Die Teilnahme am AOK-Familienbonus kann jederzeit ohne Angaben von Gründen z. B. für eine eventuell eigenständige Teilnahme an einem Bonusprogramm (AOK-Prämienprogramm oder AOK-Familienbonus) gekündigt werden. Punkte, die im Rahmen der Teilnahme als Punktemitsammler/in erworben wurden, können nicht auf andere Punktekonto übertragen werden. Die Teilnahme am AOK-Familienbonus endet automatisch mit der Teilnahme am bleibgesund-Bonus-Wahltarif (§ 10 n der Satzung der AOK).

Hat ein Teilnehmer/eine Teilnehmerin innerhalb von zwei Jahren keine Schecks zur Gutschrift oder Gewährung der Prämie beim AOK-Prämienprogramm oder AOK-Familienbonus eingereicht, kann die AOK die Teilnahme dieses Teilnehmers beenden. Dies gilt grds. nicht für die Prämienhauptversicherten beim AOK-Familienbonus.

4.2 *Ende der Versicherung bei der AOK*

Endet bei der AOK die Versicherung, endet auch automatisch die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus mit dem letzten Tag der Versicherung.

Wird eine lückenlose Folgeversicherung bei der AOK abgeschlossen, die der AOK erst später bekannt wird (z. B. Neuanmeldung bei Arbeitgeberwechsel oder Aufnahme einer eigenen Mitgliedschaft), lebt die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus ebenfalls rückwirkend wieder auf. Versicherungsunterbrechungen bis zur Dauer von 3 Monaten sind für die durchgängige Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus unschädlich. Zur Gewährung einer Prämie bei Beendigung der Versicherung gelten die Voraussetzungen der Ziffern 3 und 4.1 entsprechend. Endet die Versicherung, entfällt der Anspruch auf den nächsten Treuebonus.

4.3 *Missbräuchliche Nutzung der Bonusprogramme*

Im Falle einer missbräuchlichen Nutzung des AOK-Prämienprogramms oder AOK-Familienbonus, z. B. durch Manipulationen des Punktestandes aufgrund falscher Angaben oder Sammlung von Punkten unter Verstoß gegen die Teilnahmebedingungen, kann die AOK Teilnehmer/innen mit sofortiger Wirkung vom Programm ausschließen, bereits erworbene Ansprüche können entfallen. Wurde ein Teilnehmer/eine Teilnehmerin vom AOK-Prämienprogramm oder AOK-Familienbonus ausgeschlossen, gilt er/sie im Falle einer erneuten Anmeldung zum AOK-Prämienprogramm oder AOK-Familienbonus als nicht teilnahmeberechtigt.

4.4 *Tod eines Teilnehmers/einer Teilnehmerin*

Erbberechtignte können bis zu drei Monate nach dem Todestag des Teilnehmers/der Teilnehmerin/Prämienhauptversicherten beantragen, dass - bei Vorliegen der sonstigen Voraussetzungen - auf die gesammelten Punkte eine Prämie gewährt wird.

4.5 Sonstige Beendigungsgründe

Die AOK kann die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus in den Fällen beenden, in denen der Teilnehmende seiner Verpflichtung zur Zahlung der Beiträge zur AOK nicht oder nur unregelmäßig nachkommt.

Weiterhin kann die AOK die Teilnahme am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus beenden, wenn der Teilnehmende sich beleidigend oder tätlich gegenüber Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern der AOK oder des Servicecenters des AOK-Prämienprogramms oder des AOK-Familienbonus verhält.

5 Datenschutz

5.1 Ablage der eingereichten TeilnahmeCoupons und Schecks

Mit der Durchführung des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus beauftragt die AOK ein darauf spezialisiertes externes Dienstleistungsunternehmen. Im Rahmen dieser Abwicklung werden die TeilnahmeCoupons und die eingereichten Schecks durch dieses externe Dienstleistungsunternehmen elektronisch erfasst und physisch aufbewahrt. Die Schecks bleiben Eigentum der AOK und werden nach Ermittlung der anzurechnenden Punkte so aufbewahrt, dass nur Berechtigte Zugriff darauf haben.

5.2 Elektronische Ablage von Daten

Folgende Daten des Teilnehmers/der Teilnehmerin am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus und seiner mitsammelnden Teilnehmer/innen, für die er/sie die Teilnahme erklärt hat, werden elektronisch gespeichert: Vorname, Name, Geschlecht, Titel, Adresse, ggf. Telefonnummer und E-Mail-Adresse, Geburtsdatum, Kassennummer, KV-Nummer, Steuer-Identifikationsnummer, Teilnehmer-ID, Zuordnungskriterien zwischen Prämienhauptversicherten und Prämienmitversicherten, Erfassungsdatum und Entscheidungsdatum der Teilnahme, Beginn der Teilnahme, eingereichte Leistungen/Schecks mit Scheck-Datum, Höhe der Punkte, Termine zur Prämiengewährung, Prämie. Die Erfassung sowie die Speicherung nach AOK-seitig erfolgter Versicherungsprüfung erfolgen bei dem mit der Durchführung des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus beauftragten externen Dienstleister.

5.3 Aufbewahrungsfristen

Sowohl elektronisch gespeicherte Daten als auch Schecks werden beim AOK-Prämienprogramm 72 Monate nach dem Tag der Speicherung/des Eingangs gelöscht bzw. vernichtet. Daten von bereits ausgeschiedenen Teilnehmern/Teilnehmerinnen werden beim AOK-Prämienprogramm zum Nachweis der Wirksamkeit (§ 65a Abs. 3 SGB V) ebenfalls 72 Monate aufbewahrt.

Beim AOK-Familienbonus gelten die oben genannten Fristen aufgrund der langfristigen Teilnahme erst ab dem Zeitpunkt der Prämienausschüttung.

5.4 Inkrafttreten

Die Ausführungsbestimmungen zum AOK-Prämienprogramm und AOK-Familienbonus in der aktuellen Fassung treten zum 01.01.2018 in Kraft.

Anlage zur Ausführungsbestimmung zu § 10 d der Satzung

Die am AOK-Prämienprogramm/AOK-Familienbonus teilnehmenden Versicherten sollten Maßnahmen aus folgender Aufstellung erfüllen:

- Zertifizierter Fitnesstest
- Sportabzeichen (alle Arten, soweit sie von abnahmeberechtigten Personen abgenommen wurden)
- Nachgewiesene aktive Betätigung in einem Fitnessstudio
- Nachgewiesene aktive Betätigung in einem Sportverein

Die im Rahmen des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus durch die AOK anerkannten Sportabzeichen sind u.a.:

- Deutsches Sportabzeichen (DSB)
- Laufabzeichen (DLV)
- Walkingabzeichen (DLV)
- Schwimmbadabzeichen (DSV)
- Radsportabzeichen (BDR)
- Deutsches Wanderabzeichen (DWV)

Die im Rahmen des AOK-Prämienprogramms/AOK-Familienbonus durch die AOK anerkannten Fitnesstests sind:

- 2-km-Walkingtest
- PWC- Fitnesstest (Fahrradergometer-Test)
- IPN-Fitnesstest (Fahrradergometer-Test)

Die qualitätsgesicherten Maßnahmen sollten eines der folgenden Gütesiegel oder vergleichbare Qualitätskriterien aufweisen:

- Gesundheitssportangebote im Verein mit dem Qualitätssiegel "Sport pro Gesundheit" des DSB
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- Institut für Therapieforschung
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung
- Qualitätskriterien der Gesundheitsakademie Berlin (GAB)
- TÜV-Siegel für Fitnessstudios
- Verein Deutscher Fitness- und Freizeitunternehmen (VDF)
- Prae-Fit als gemeinsames Gütesiegel vom DSSV e. V. (Deutscher Sportstudio Verband e. V.), DFAV e. V. (Deutscher Fitness & Aerobic Verband) und DFLV e. V. (Deutsche Fitnesslehrer Vereinigung)
- DVFSF Siegel (Deutscher Verband der Sportärzte in Sport-, Fitness- und Freizeitanlagen)

oder von der AOK als Präventionsangebot nach § 20 SGB V zertifiziert sein.