

# AOK-Fit+ – Scheckbogen für Erwachsene

Vorname Name

Versichertennummer

	Art der Maßnahme	Name Teilnehmer/-in Datum der Durchführung	Stempel und Unterschrift des Leistungserbringers
<b>Schwangerschaft</b>	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Mutterschaftsvorsorge</b> Jede der drei Ultraschalluntersuchungen im Rahmen einer Schwangerschaft ist anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
		Vorname Name Datum	10 EUR
		Vorname Name Datum	10 EUR
<b>Rückbildungsgymnastik</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR	
<b>Vorsorge</b>	<b>Schutzimpfungen</b> Schutzimpfungen werden bei vollständiger Immunisierung anerkannt. Art der Impfung: _____	Vorname Name Datum	30 EUR
	<b>Sportmedizinische Untersuchungen</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Zahnreinigung (PZR)</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Zahnvorsorge</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Zahnversiegelung</b> Fissuren Versiegelung einmal pro Kalenderjahr anrechenbar (bis 18 Jahre).	Vorname Name Datum	10 EUR

	Art der Maßnahme	Name Teilnehmer/-in Datum der Durchführung	Stempel und Unterschrift des Leistungserbringers
<b>Vorsorge</b>	<b>Jugendvorsorge J2</b>	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Chlamydien-Screening</b> Für Frauen bis 24 Jahren einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
	<b>Gesundheitsuntersuchung (Check-up)</b> Einmal zwischen 18 und 34 Jahren, danach alle drei Kalenderjahre anrechenbar.	Vorname Name Datum	30 EUR
	<b>Hautkrebsvorsorge</b> Zwischen 18 und 34 Jahren einmal alle zwei Kalenderjahre anrechenbar. Ab 35 Jahren einmal alle zwei Kalenderjahre anrechenbar.	Vorname Name Datum	10 EUR
		Vorname Name Datum	30 EUR
	<b>Krebsfrüherkennung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Frauen ab 20 Jahren und Männer ab 45 Jahren – einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.</li> <li>Frauen ab 50 bis 54 Jahren können jährlich einen Test auf okkultes Blut im Stuhl machen.</li> <li>Männer ab 50 bis 54 Jahren können jährlich einen Test auf okkultes Blut im Stuhl oder eine Koloskopie machen.</li> <li>Männer und Frauen ab 55 Jahren können einen Test auf okkultes Blut im Stuhl (alle zwei Jahre) oder eine Koloskopie (zweimal in 10 Jahren) machen.</li> <li>Männer ab 65 Jahren können einmalig eine Ultraschalluntersuchung der Bauchschlagader machen. (Bauchaortenaneurysma)</li> <li>Mammographie-Screening (Frauen zwischen 50 und 69 Jahren), alle 24 Monate</li> </ul>	1. Vorname Name Datum	30 EUR
2. Vorname Name Datum			

# AOK-Fit+ – Scheckbogen für Erwachsene

Vorname Name	Versichertennummer

	Art der Maßnahme	Name Teilnehmer/-in Datum der Durchführung	Stempel und Unterschrift des Leistungserbringers
<b>Gesundheit Plus</b>	<b>Betriebliches Gesundheitsmanagement</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Gesundheitswerte im Normbereich</b> (Nachweis durch Arzt/Ärztin bzw. Apotheke) Jeder Gesundheitswert ist einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Body-Mass-Index (BMI), Blutzucker, Cholesterin und Blutdruck</b> Anrechenbar, wenn sich durch gesundheitsbewusstes Verhalten entweder der BMI in den Normbereich (18,5 – 24,9 nach WHO) entwickelt hat und dort mindestens 12 Wochen verblieben ist oder das Ausgangsgewicht um mindestens 10 % dem Normwert angenähert hat und für mindestens 10 Wochen gehalten wurde.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	Ebenso für die Einhaltung des Normwertes für Blutzucker (Nüchtern glukosewert bis 5,6 mmol/l nach WHO), Cholesterin (Gesamtcholesterin unter 200 mg/dl) und des Blutdruckes (unter 120/80 mmHg nach WHO), wenn sich dieser durch gesundheitsbewusstes Verhalten in den Normbereich entwickelt hat und 4 Wochen dort gehalten wurde – bestätigt durch 2 Messungen im Abstand von mindestens 4 Wochen.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Präventionskurs</b> Zweimal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name	10 EUR
	1. Präventionskurs  2. Präventionskurs	1. _____ Datum  2. _____ Datum	10 EUR

	Art der Maßnahme	Name Teilnehmer/-in Datum der Durchführung	Stempel und Unterschrift des Leistungserbringers
<b>Gesundheit Plus</b>	<b>Sonderaktionen der AOK</b> Viermal pro Kalenderjahr anrechenbar, wenn die Veranstaltungen einen Gesundheitsbezug haben und innerhalb eines Kalenderjahres mindestens vier gleiche oder unterschiedliche Sonderaktionen in Anspruch genommen wurden. Eine Teilnahmebestätigung wird als Nachweis anerkannt.	_____ Vorname Name	10 EUR
	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	_____ Datum  _____ Datum  _____ Datum  _____ Datum	10 EUR
		_____ Datum	10 EUR
		_____ Datum	10 EUR
		_____ Datum	10 EUR
<b>Fitness und Bewegung</b>	<b>Fitnessstudio</b> Einmal pro Kalenderjahr ab 15 Jahren anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Hochschul-/Betriebssport</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Sportabzeichen/Fitnessstest</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR
	<b>Sportverein</b> Einmal pro Kalenderjahr anrechenbar.	_____ Vorname Name _____ Datum	10 EUR