

# TK-Bonusprogramm

Wer starken Einsatz für seine Gesundheit zeigt, hat sich eine Belohnung verdient!

## Wer kann teilnehmen?

Alle TK-Versicherten können die Vorteile des TK-Bonusprogramms grundsätzlich nutzen.

## Wie funktioniert die Anmeldung?

Loggen Sie sich online in Ihrem passwortgeschützten Bereich "Meine TK" oder über die TK-App ein. Dort können Sie sich direkt für das Bonusprogramm anmelden. Wenn Sie noch nicht an "Meine TK" teilnehmen, registrieren Sie sich einfach auf [tk.de](http://tk.de) unter der [Suchnummer 2189836](#).

Oder wir senden Ihnen die Teilnahme-Unterlagen direkt mit der Post. Bestellen Sie diese einfach telefonisch oder schriftlich bei uns.

Die Teilnahme beginnt am 1. des Monats, in dem wir die Erklärung bekommen. Sie dauert erstmal 12 Monate. Für Neugeborene gilt: Die Teilnahme beginnt mit dem Tag der Geburt, wenn das Kind innerhalb von 3 Monaten nach der Geburt angemeldet wird.

## So punkten Sie

In der TK-App oder in "Meine TK" tragen Sie während Ihres Teilnahmejahrs die durchgeführten Aktivitäten gleich **online** ein. Die Nachweise können Sie direkt hochladen.

Möchten Sie das **Bonusheft** nutzen? Darin finden Sie alle Gesundheits-Aktivitäten. Als Nachweis brauchen Sie einen Stempel der Arzt- bzw. Zahnarztpraxis, des Veranstalters oder der Kursleitung. Das Bonusheft müssen Sie uns dann mit der Post schicken. Die Anschrift finden Sie vorne auf Ihrem Bonusheft.

In einigen Fällen bitten wir Sie auch, uns die Teilnahme-Bescheinigung zu schicken. Damit können wir prüfen, ob es sich um ein qualitätsgesichertes Angebot handelt.

Nach Ihrem Teilnahmejahr haben Sie noch bis zu 3 Monate Zeit, uns Ihre Aktivitäten nachzuweisen. Ihre Teilnahme verlängert sich dann automatisch um weitere 12 Monate.

## Gesundheitsbonus

Für viele Gesundheits-Aktivitäten können Sie Bonuspunkte sammeln. Die Summe der gesammelten Bonuspunkte bestimmt, wie hoch der Gesundheitsbonus ist.

## Für diese Aktivitäten gibt es Bonuspunkte

Je 1.000 Punkte gibt es für:

- Kinder-Früherkennungs-Untersuchungen (2.000 Extra-Punkte, wenn Sie die U1 bis U7 ohne Lücke nachweisen)
- Jugend-Gesundheits-Untersuchungen
- Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung
- Chlamydientest
- Ultraschall-Screening auf Bauchaorten-Aneurysmen
- Gesundheits-Check-up
- Zahnpflege
- Schutzimpfungen
- Vollständige Mutterschafts-Vorsorge nach den Mutterschafts-Richtlinien (5.000 Punkte)
- Baby-Schwimmkurs
- Eltern-Kind-Turnen
- Gewalt-Prävention in Kitas oder Schulen
- Gesundheitskurs (auch online) oder TK-GesundheitsCoaching online je Thema:
  - Bewegung
  - Ernährung oder Gewichtsreduktion
  - Stress-Bewältigung oder Entspannung
  - Suchtmittelkonsum  
(alle TK-Kurse: [tk.de, Suchnummer 2023138](#))
- Kurs zur Rückbildungs-Gymnastik
- Mitgliedschaft im Fitness-Studio, Sportverein, Betriebs-/Hochschulsport oder entsprechende Online-Angebote
- Sportabzeichen
- Teilnahme an Sport-Veranstaltungen<sup>1</sup>
- TK-Fit ([tk.de, Suchnummer 2066260](#))

<sup>1</sup> Die Veranstaltung braucht eine qualifizierte Leitung. Weisen Sie dies bitte durch den Stempel der Kursleitung eines Sport- oder Wandervereins nach. Bei Veranstaltungen des Volks- und Breitensports, z. B. bei Volks- bzw. Stadtläufen, zählt die Finisher-Urkunde. **Wichtig:** Für Leistungssport (z. B. Marathonläufe) gibt es **keinen Bonus**. Auch privaten Sport ohne Qualitätsnachweis können wir leider **nicht** anerkennen.



## **Sie haben die Wahl – die direkte Bonus-Zahlung...**

Sie können sich den Gesundheitsbonus von uns auszahlen lassen. Für 1 Gesundheitsaktivität mit 1.000 Bonuspunkten erhalten Sie einen Gesundheitsbonus von 10 EUR.

## **...oder die TK-Gesundheitsdividende**

Noch mehr Einsatz für die Gesundheit lohnt sich! Profitieren Sie von der TK-Gesundheitsdividende mit einem **doppelten Bonus**. Mit diesem können wir Ihnen ausgewählte Leistungen erstatten:

- Akupunktur
- Anthroposophische Heilmittel (z. B. Heileurythmie)
- Brillengläser und Kontaktlinsen
- Erweiterte zahnmedizinische Leistungen (z. B. Fissurenversiegelung, Funktionsanalyse)
- Fitness-Messgeräte
- Gesundheitskurse (auch online)
- Hebammen-Leistungen (Geburtsvorbereitungs-Kurse für Partner, geburtsvorbereitende Akupunktur und Rufbereitschaft)
- Leistungen nach dem Hufeland-Verzeichnis
- Mitgliedschaft im Sportverein bzw. Fitness-Studio
- Osteodensitometrie (Knochendichte-Messung)
- Osteopathie (sofern die in § 27b der TK-Satzung genannten Voraussetzungen erfüllt sind und Sie den TK-Zuschuss nach unserer Satzung bereits ausgeschöpft haben)
- Private Kranken- und Pflege-Zusatzversicherungen (z. B. von unserem Kooperationspartner Envivas)
- Professionelle Zahnreinigung (PZR)  
(Vorher prüfen wir, ob Ihnen die bis zu 40 EUR pro Jahr für eine PZR schon erstattet wurden.)
- Sehtest
- Sport- und Fitnessausrüstung
- Sport- und Fitnesskurse (auch online)
- Sportmedizinische Untersuchung und Beratung
- Sportveranstaltungen (Start- bzw. Teilnahmegebühren)
- Vorsorge- bzw. Früherkennungs-Untersuchungen (z. B. Ultraschall zur Krebsfrüherkennung)
- Zahnersatz und Zahnkronen
- Zusätzliche Leistungen bei Schwangerschaft

**Wichtig:** Wir können nur Leistungen erstatten, die Sie **nach** dem Bonusprogramm-Start (mit TK-Gesundheitsdividende) bekommen haben. Laden Sie die Rechnung einfach in Ihrem passwortgeschützten Bereich "Meine TK" oder in der TK-App hoch. Mehr Infos finden Sie unter [tk.de\\_Suchnummer 2030122](#). Wir erstatten Ihnen dann die Kosten, soweit es der von Ihnen gesammelte Betrag zulässt.

Die TK-Gesundheitsdividende gilt für 3 Jahre – danach verfällt sie. Bei Kindern und Jugendlichen bis zur Volljährigkeit bleibt sie sogar bis zum 21. Geburtstag erhalten. Eventuelle Restbeträge dürfen wir nicht auszahlen.

## **Info ans Finanzamt**

Wir sind gesetzlich verpflichtet, neben Beiträgen zur Kranken- und Pflegeversicherung auch bestimmte Bonuszahlungen aus dem TK-Bonusprogramm an die Finanzbehörden zu melden.

Welchen Anteil des Gesundheitsbonus melden wir dem Finanzamt? Wir melden den Anteil, den Sie und Ihre familienversicherten Angehörigen für Gesundheitsmaßnahmen erhalten, die zu unserem **Basis-Krankenversicherungs-Schutz** gehören. Diese Maßnahmen dürfen mit **keinem zusätzlichen finanziellen Aufwand** für Sie verbunden gewesen sein (z. B. Schutzimpfungen).

Bonuszahlungen z. B., für die Fitness-Studio-Mitgliedschaft und sämtliche Erstattungen als TK-Gesundheitsdividende für selbstfinanzierte Leistungen übermitteln wir **nicht** an die Finanzbehörden.

## **Hier erfahren Sie mehr:**

[tk.de\\_Suchnummer 2024580](#)

Für das Bonusprogramm gilt die TK-Satzung:  
[tk.de\\_Suchnummer 2024400](#)