

GKV

Prämien für die Fitness

Gesunde Versicherte machen sich für Kassen bezahlt. Darum loben sie für bewusste Lebensführung Prämien aus. Welche Kassen Top-Bonusprogramme bieten



| Heft | Serie |
|------|--|
| 42 | Selbstbehalt- und Beitragsrückerstattungstarife Prämienchance mit und ohne eigenes finanzielles Risiko |
| 44 | Kombi-Tarife Die besten Mix-Angebote mit Selbstbehalt, Beitragsrückerstattung und Bonus |
| 45 | Bonusprogramme Für gesundheitsbewusstes Verhalten Belohnungen kassieren |

Liberté toujours (Freiheit jeden Tag) verspricht der Slogan der Zigarettenmarke Gauloises. Dabei macht Rauchen alles andere als frei. Bei intensivem Konsum schnürt der blaue Dunst die Luft ab. Im Durchschnitt haben Raucher eine um zehn Jahre kürzere Lebenserwartung als Nichtraucher. Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation sterben Jahr für Jahr fast sechs Millionen Menschen rund um den Globus infolge des Rauchens. Allein in Deutschland sind es jährlich etwa 110 000 Menschen, die den direkten Folgen des Tabakkonsums erliegen. Hinzu kommen 3300 Todesfälle durch Passivrauchen.

Als wäre das nicht genug, kostet die Nikotinsucht die Gemeinschaft auch enorm viel Geld. Auf 31,3 Milliarden Euro beziffern Forscher am Institut für Gesundheitsökonomie und Management im Gesundheitswesen am Helmholtz Zentrum München in einer neueren Studie die direkten und indirekten Kosten des Rauchens in Deutschland (ausgewertet wurden Daten für 2008). Die direkten medizinischen Kosten etwa für Medikamente und Klinikaufenthalte – indirekte Kosten sind z.B. Lohnfortzahlungen bei Arbeitsausfällen – machten dabei 17,9 Milliarden aus. Dieser Anteil wurde in früheren Studien um rund die Hälfte niedriger angesetzt.

Angesichts solcher Zahlen wundert es nicht, dass sich die gesetzlichen Krankenkassen starkmachen für die Aufklärung über die Folgen des Rauchens und für die „Bekehrung“ von Rauchern. Ein Mittel bei der Mission: Abstinenzler und Raucher, die eine Entwöhnung absolvieren, im Rahmen von Bonusprogrammen mit Geld- und Sachprämien oder Zuschüssen zu Gesundheitsleistungen belohnen. Doch auch für andere Formen und Maßnahmen eines gesundheitsbewussten Verhaltens lassen die Kassen etwas springen. So werden GKV-Mitglieder und vielfach auch ihre beitragsfrei mitversicherten Partner und Kinder belohnt, wenn sie beispielsweise regelmäßig Krebsvorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, den Körper in Sportverein oder Fitnesscenter fit halten oder sich gemäß den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission am Robert Koch-Institut immunisieren lassen. „Allein 46 der insgesamt derzeit 101 für die Allgemeinheit geöffnete Kassen haben nach unseren Erhebungen im vergangenen Jahr gut 156,6 Millionen Euro an Bonusprämien ausgeschüttet“, weiß Thomas Lemke, Geschäftsführer des Deutschen Finanz-Service Instituts (DFSI) in Köln. Eine stolze Summe, die sich für die Kassen jedoch bezahlt macht.

Denn peu à peu haben sich Bonusprogramme auch zum wirkungsvollen Instrument der Kundengewinnung entwickelt. Das zeigt eine aktuelle Trendstudie des Kölner Marktforschers Heute und Morgen in Kooperation mit den Gesundheitsforen Leipzig. Demnach sind für 55 Prozent der Befragten Bonus-/Prämienzahlungen ein ausschlaggebender Aspekt bei der Auswahl der Kasse (s. Grafik).

Doch welche Krankenkasse zwischen Flensburg und Garmisch bietet den – laut Heute und Morgen – derzeit rund zehn Millionen wechselwilligen gesetzlich Versicherten das beste Bonusprogramm? Zusammen mit dem DFSI hat FOCUS-MONEY die Angebote von 81 Krankenkassen analysiert und die Top-Offerten für Familien, Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche herausgefiltert (s. Methode S. 68 und Tabellen S. 69).

Unter den bundesweit geöffneten Kassen wartet die DAK-Gesundheit mit den besten Bonusprogrammen für Familien sowie Kinder und Jugendliche auf. Bei den Angeboten für Erwachsene hat die Schwenninger Krankenkasse die Nase vorn. Bei den Regionalkassen führt die BKK Mobil Oil das Feld bei der Familienwertung an, die AOK Hessen bei den Programmen für Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche.

Details beachten. „Bei der Beurteilung eines Bonusprogramms sollten Versicherte nicht allein auf die Höhe der Prämien schielen“, rät Kassentester Lemke, selbst wenn diese verlockend hoch erschienen (s. dazu auch S. 70). Die Qualität entscheidet sich auch an anderer Stelle. So müssen die Prämien in Relation zur Anzahl der notwendigen Maßnahmen und Nachweise gesehen werden, die der Versicherte dafür absolvieren beziehungsweise erbringen muss. Eine Prämie von 250 Euro für drei absolvierte Maßnahmen beispielsweise ist attraktiver als eine von 360 Euro für 16 Maßnahmen, winkt doch beim ersten Angebot ein Bonus von 83 Euro je Nachweis und beim zweiten nur von knapp 23 Euro. Auch die Bandbreite bonifizierbarer Maßnahmen sollte berücksichtigt werden. „Je breiter die Palette ist, desto interessanter ist das Programm, bietet es doch mehr Chancen, überhaupt Boni zu sammeln“, erklärt Experte Lemke. Weitere nützliche Merkmale: die Übertragbarkeit von erworbenen Boni in Folgejahren, wenn die Kasse zum Beispiel erst ab einer bestimmten Anzahl nachgewiesener Maßnahmen eine Prämie ausschüttet, diese vom Versicherten in einem Jahr aber nicht erreicht wird. Oder die Möglichkeit, gemeinsam mit der Familie Boni auf ein Konto zu sammeln. So kann zum Beispiel, wenn Sachprämien ausgelobt sind, schneller die nötige Punktzahl für eine attraktivere Prämie erreicht werden. ▀

Geld zieht

Neben mehr Leistung bewegen finanzielle Anreize wie Bonusprogramme gesetzlich Versicherte zu einem Kassenwechsel.

Kriterien für einen Wechsel der Krankenkasse in Prozent der Befragten



Quelle: Heute und Morgen

A. HARTMANN/T. SCHICKLING

METHODE

So wurde bewertet

Für den Test der besten Bonusprogramme gesetzlicher Kassen fragte das Deutsche Finanz-Service Institut (DFS) in Köln bei 101 für die Allgemeinheit geöffneten und 33 nur bestimmten Versicherten offenstehenden gesetzlichen Krankenkassen Daten ab. 81 Kassen machten Angaben und kamen in die Wertung. Ermittelt wurden die besten Programme für Erwachsene, Kinder und Jugendliche sowie für Familien.

Programme für Erwachsene und Kinder und Jugendliche

Zunächst wurde die Höhe des maximalen Bonus errechnet, der vom Teilnehmer am Bonusprogramm ab dem ersten Jahr und in jedem weiteren Jahr wiederholt erreichbar ist. Boni, die zum Beispiel nur alle zwei Jahre möglich sind (wie etwa für die Teilnahme am Gesundheits-Check-up für Erwachsene), wurden anteilig eingerechnet. Zahlt eine Kasse keine Geldprämien aus, sondern nur Sach- oder zweckgebundene Prämien (etwa in Form der Übernahme von Kosten für die Teilnahme an Gesundheitskursen), so wurde deren Geldwert ermittelt. Die Bonussumme wurde anschließend durch die Zahl der Maßnahmen dividiert, die zum Erreichen des maximalen Bonus absolviert beziehungsweise nachgewiesen werden müssen. Das Ergebnis wurde dann logarithmiert und mit zehn multipliziert.

Im zweiten Schritt wurde für folgende Maßnahmen abgefragt, ob die Kasse dafür Boni verteilt (in Klammern entsprechende gesetzliche Grundlage im fünften Sozialgesetzbuch):

- Teilnahme an qualitätsgesicherten Präventionsmaßnahmen (gemäß § 20 SGB V)
- Teilnahme am Gesundheits-Check-up alle zwei Jahre für Versicherte ab einem Alter von 35 Jahren (gemäß § 25 Abs. 1 SGB V)
- Teilnahme an Krebsvorsorge, Frauen ab einem Alter von 20, Männer ab einem Alter von 45 Jahren (gemäß § 25 Abs. 2 SGB V)
- Teilnahme an Vorsorgeleistungen zur Verhütung und Früherkennung von Hautkrebs
- jährliche Zahnvorsorge (gemäß § 55 I SGB V)
- professionelle Zahnreinigung (selbst bezahlt vom Versicherten)
- Einhaltung aller Schutzimpfungen/Nachweis des vollständigen Impfstatus
- Einhaltung aller gesetzlich vorgeschriebenen Vorsorgeuntersuchungen bei Schwangerschaft
- Nachweis des Nichtraucherstatus/Teilnahme an einer Raucherentwöhnung
- Einhaltung von Normalgewicht (Body-Mass-Index im Normbereich)
- Mitgliedschaft im Sportverein
- Mitgliedschaft im Fitnessstudio
- Vorlage eines Leistungsabzeichens für Sport (z. B. Wander-, Schwimm- oder Sportabzeichen)
- Abgabe einer Blutspende/Blutuntersuchung
- Vorliegen eines Organspendeausweises
- Kindervorsorgeuntersuchungen U1 bis U9
- erweiterte Vorsorgeuntersuchungen U10 und U11
- Jugendgesundheitsuntersuchung J1
- Jugendgesundheitsuntersuchung J2
- weitere Maßnahmen/Untersuchungen/Nachweise

Je nachdem, wie viele der vorgegebenen Maßnahmen die Kasse im Bonusprogramm berücksichtigt, ergab sich ein Gewichtungsfaktor (tatsächlich vorhandene Anzahl geteilt durch die maximal mögliche Anzahl). Bei der Bewertung der Kinder-Programme wurden dabei die Maßnahmen Gesundheits-Check-up, Krebsvorsorge, Hautkrebsvorsorge, Schwangerschaftsuntersuchungen, Nachweis Nichtraucherstatus, Mitgliedschaft im Fitnessstudio und Blutspende nicht berücksichtigt. Der Gewichtungsfaktor wurde anschließend mit dem Ergebnis der Bonushöhenberechnung multipliziert.

Im dritten Schritt wurden zur bisher errechneten Punktzahl weitere Punkte für kundenfreundliche Programmmerkmale addiert. So gab es je einen Zähler, wenn ...

- ...beitragsfrei mitversicherte Familienangehörige am Bonusprogramm teilnehmen und eigene Boni sammeln können (nur bei Erwachsenen-Programmen);
- ...Mitversicherte Boni sammeln können, auch wenn das Mitglied, bei dem die Mitversicherung besteht, selbst nicht am Programm teilnimmt (nur bei Erwachsenen-Programmen);
- ...mehrere Programmteilnehmer auf ein Konto Boni sammeln können (nur bei Erwachsenen-Programmen);
- ...Boni, die nicht ausbezahlt wurden, in Folgejahre übertragbar sind;
- ...Boni ohne Summendeckelung in Folgejahre übertragbar sind;
- ...nicht ausbezahlte Boni automatisch mit ins Folgejahr wandern;
- ...Boni auch mehrere Jahre übertragbar sind (ab 3 Jahre Übertragbarkeit 2 Punkte);
- ...ein Treuebonus gezahlt wird für die langjährige Teilnahme am Bonusprogramm (nur bei Kinder-Programmen).

Programme für Familien

Die Bewertung der besten Bonusprogramme für Familien erfolgte anhand einer Musterfamilie (Vater 40 bis 45 Jahre alt, Mutter schwanger und 28 bis 33 Jahre alt, zwei Kinder im Alter von zehn und fünf). Zunächst wurde der von allen vier Familienmitgliedern im ersten Jahr erreichbare maximale Bonus ermittelt, durch die Anzahl der dafür notwendigen Maßnahmen geteilt und das Ergebnis logarithmiert und mit zehn multipliziert. Hierzu wurde der mit zehn multiplizierte Logarithmus der Summe des maximalen Bonus addiert. Das Ergebnis der Addition wurde anschließend mit dem Gewichtungsfaktor multipliziert, der sich analog der Bewertung der Programme für Erwachsene und Kinder ergab (Division Anzahl tatsächlich bonifizierter Maßnahmen durch Anzahl maximal möglicher bonifizierter Maßnahmen). Je ein weiterer Punkt wurden hinzugezählt, wenn die Familie gemeinsam auf ein Konto Boni sammeln kann und diese in Folgejahre übertragbar sind.

Ranglisten

Die in den Ranglisten der Top-Tarife ausgewiesenen Punktzahlen geben jeweils den Prozentanteil der Punkte wieder, der für das jeweilige Bonusprogramm von den maximal erreichbaren Punkten vergeben wurde.



Top-Bonusprogramme für Erwachsene

| Krankenkasse | maximale Prämie p.a. (in EUR) ¹⁾ | Anzahl notwendiger Maßnahmen für maximale Prämie | Prämienart für maximale Prämie | Anzahl bonifizierbarer Maßnahmen (max. 20) | sind teilnahmeberechtigt mit eigenem Anspruch auf Prämie | Mitversicherte... können unabhängig vom Mitglied am Bonusprogramm teilnehmen | können auf gemeinsames Bonuskonto mit dem Mitglied sammeln | Boni sind ins nächste Jahr übertragbar | bei Übertragung ins Folgejahr keine Beschränkung der Bonushöhe | Boni werden automatisch ins Folgejahr übertragen | Boni sind für maximal ... Jahre übertragbar | Punkte |
|-------------------------------|---|--|--------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|---|--------|
| Die Schwenninger Krankenkasse | 250 | 3 | Geld | 19 | ja | ja | ja | nein | nein | nein | — | 84,29 |
| Techniker Krankenkasse | 200 | 3 | Geld | 19 | ja | ja | nein | ja | nein | ja | 1 | 80,64 |
| AOK Hessen | 125 | 3 | Zweck | 17 | ja | ja | ja | ja | ja | ja | 3 | 78,42 |
| BKK Mobil Oil | 200 | 3 | Geld | 19 | ja | ja | nein | nein | nein | nein | — | 76,67 |
| DAK-Gesundheit | 190 | 9 | Kombi | 20 | ja | ja | ja | ja | ja | ja | 99 | 76,34 |
| Actimonda Krankenkasse | 150 | 4 | Geld | 16 | ja | ja | ja | ja | ja | nein | 2 | 73,75 |
| IKK Südwest | 120 | 4 | Zweck | 19 | nein | nein | ja | ja | ja | ja | 99 | 71,53 |
| Securvita Krankenkasse | 360 | 16 | Sach | 19 | ja | nein | ja | ja | ja | ja | 4 | 70,79 |
| Barmer GEK | 130 | 6 | Geld | 19 | ja | nein | ja | ja | ja | ja | 99 | 70,18 |
| KKH | 100 | 3 | Zweck | 15 | ja | ja | ja | ja | ja | ja | 99 | 69,11 |

regional geöffnet bundesweit geöffnet Auswahl: Top 10; Euro-Werte gerundet; Geld = Geldprämie, Sach = Sachprämie, Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskurs), Kombi = Kombination aus Geld-, Sach- und Zweckprämie; ¹⁾jährlich wiederholbar

Top-Bonusprogramme für Kinder und Jugendliche

| Krankenkasse | maximale Prämie p.a. (in EUR) ¹⁾ | Anzahl notwendiger Maßnahmen für maximale Prämie | Prämienart für maximale Prämie | Anzahl bonifizierbarer Maßnahmen (max. 14) | Boni sind ins nächste Jahr übertragbar | bei Übertragung ins Folgejahr keine Beschränkung der Bonushöhe | Boni werden automatisch ins Folgejahr übertragen | Boni sind für maximal ... Jahre übertragbar | Treuebonus für langjährige Teilnahme | Punkte |
|-------------------------------|---|--|--------------------------------|--|--|--|--|---|--------------------------------------|--------|
| DAK-Gesundheit | 150 | 5 | Geld | 14 | ja | ja | ja | 18 | ja | 86,91 |
| Die Schwenninger Krankenkasse | 250 | 3 | Geld | 13 | nein | nein | nein | 0 | nein | 76,20 |
| Securvita Krankenkasse | 360 | 16 | Sach | 13 | ja | ja | ja | 4 | nein | 73,48 |
| AOK Hessen | 200 | 10 | Geld | 12 | ja | ja | ja | 18 | ja | 71,44 |
| KKH | 100 | 5 | Geld | 12 | ja | ja | ja | 18 | ja | 71,44 |
| Techniker Krankenkasse | 200 | 9 | Geld | 13 | ja | nein | ja | 1 | nein | 65,33 |
| Actimonda Krankenkasse | 50 | 2 | Geld | 12 | ja | ja | nein | 2 | nein | 63,09 |
| BKK vor Ort | 184 | 5 | Geld | 13 | nein | nein | nein | 0 | nein | 62,12 |
| Salus BKK | 200 | 7 | Geld | 12 | ja | nein | nein | 1 | nein | 61,25 |
| BKK Mobil Oil | 100 | 3 | Geld | 13 | nein | nein | nein | 0 | nein | 60,41 |
| AOK Rheinland/Hamburg | 389 | 25 | Kombi | 12 | ja | ja | ja | 0 | ja | 59,53 |

regional geöffnet bundesweit geöffnet Auswahl: Top 10; Euro-Werte gerundet; Geld = Geldprämie, Sach = Sachprämie, Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskurs), Kombi = Kombi-nation aus Geld-, Sach- und Zweckprämie; ¹⁾jährlich wiederholbar

Top-Bonusprogramme für Familien

| Krankenkassenname | maximal mögliche Prämie p.a. (in EUR) ¹⁾ | Anzahl notwendiger Maßnahmen für maximale Prämie | Prämienart für maximale Prämie | Anzahl bonifizierbarer Maßnahmen (max. 20) | Familienmitglieder können auf ein Bonuskonto sammeln | Boni sind ins nächste Jahr übertragbar | Punkte |
|-------------------------------|---|--|--------------------------------|--|--|--|--------|
| DAK-Gesundheit | 630 | 24 | Kombi | 20 | ja | ja | 91,25 |
| Die Schwenninger Krankenkasse | 650 | 14 | Geld | 19 | ja | nein | 89,96 |
| Securvita Krankenkasse | 900 | 38 | Geld | 19 | ja | ja | 89,06 |
| BKK Mobil Oil | 600 | 12 | Geld | 19 | nein | nein | 87,84 |
| Techniker Krankenkasse | 800 | 30 | Geld | 19 | nein | ja | 87,00 |
| IKK Südwest | 360 | 12 | Zweck | 19 | ja | ja | 83,27 |
| AOK Hessen | 650 | 18 | Kombi | 17 | ja | ja | 80,85 |
| AOK Rheinland/Hamburg | 1389 | 84 | Kombi | 17 | ja | ja | 80,69 |
| Barmer GEK | 320 | 16 | Kombi | 19 | ja | ja | 78,81 |
| Heimat Krankenkasse | 450 | 26 | Geld | 19 | nein | ja | 78,42 |

regional geöffnet bundesweit geöffnet Auswahl: Top 10; Euro-Werte gerundet; Geld = Geldprämie, Sach = Sachprämie, Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskurs), Kombi = Kombi-nation aus Geld-, Sach- und Zweckprämie; ¹⁾im ersten Jahr erzielbar (Musterfamilie siehe Methode)

Was maximal drin ist

Mehrere 100 Euro Prämie können Versicherte für gesundheitsbewusstes Verhalten von ihrer Krankenkasse pro Jahr erhalten im Rahmen von Bonusprogrammen. Die Tabellen zeigen die maximalen Beträge für erwachsene Männer und Frauen verschiedener Altersklassen sowie für Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren, die das Deutsche Finanz-Service Institut bei seiner Untersuchung ermittelt hat. Die Betrachtung nach Geschlecht und Altersstufen ist insofern geboten, als bestimmte Angebote, für die die Kassen Boni vergeben, wenn sie von Versicherten wahrgenommen werden, nicht für alle gleichermaßen gelten. So sind etwa bestimmte Vorsorgeuntersuchungen erst ab einem gewissen Alter (z. B. Gesundheits-Check-up ab 35) oder ausschließlich für Frauen oder Männer vorgesehen (z. B. Prostata-Untersuchung ab 45 bei Männern).

Achtung: Die ausgewiesenen Bonusprämien sind Bruttowerte. Der tatsächliche Nettoertrag fällt in der Regel geringer aus. Denn um auf Summen von 200 oder 300 Euro zu kommen, ist vielfach ein eigenes Investment etwa für eine professionelle Zahnreinigung oder für Gebühren für die Teilnahme an Gesundheitskursen fällig. Die Kurse werden von den Kassen zwar großzügig gesponsert, es bleibt jedoch meist ein Eigenanteil übrig. Zudem müssen alle von der Kasse ausbezahlten Prämien im Rahmen der Steuererklärung angegeben werden. Schummeln ist da zwecklos. Die Kasse sendet von sich aus eine Mitteilung über alle an den Versicherten überwiesenen Prämien ans Finanzamt.

Höchste Bonuszahlungen für Jugendliche

| Krankenkasse | max Gesamtprämie p.a. ¹⁾ | Prämienart | dafür erforderliche Maßnahmen |
|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------|-------------------------------|
| Securvita Krankenkasse | 360 | Sach | 15 |
| AOK Rheinland/Hamburg | 264 | Kombi | 23 |
| Die Schwenninger Krankenkasse | 250 | Geld | 5 |
| Brandenburgische BKK | 200 | Geld | 10 |
| Salus BKK | 200 | Geld | 7 |
| Techniker Krankenkasse | 200 | Geld | 9 |
| IKK gesund plus | 195 | Geld | 12 |
| AOK Baden-Württemberg | 190 | Sach | 33 |
| AOK Rheinland-Pfalz/Saarland | 190 | Kombi | 19 |
| BIG direkt gesund | 190 | Geld | 17 |
| Südzucker-BKK | 190 | Geld | 3 |
| BKK Diakonie | 180 | Geld | 11 |
| Actimonda Krankenkasse | 150 | Geld | 5 |
| BKK Akzo Nobel Bayern | 150 | Zweck | 2 |
| Heimat Krankenkasse | 150 | Geld | 8 |
| IKK classic | 150 | Geld | 5 |
| R+V BKK | 150 | Zweck | 4 |
| IKK Brandenburg und Berlin | 145 | Geld | 5 |

regional geöffnet Auswahl: Top 9; Euro-Werte gerundet; Geld = Geldprämie, Sach = Sachprämie, bundesweit geöffnet Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskurs), Kombi = Kombination aus Geld-, Sach- und Zweckprämie; ¹⁾für 13- bis 17-Jährige nicht geöffnet

Quelle: DFSI

Höchste Bonuszahlungen für Erwachsene

| Krankenkasse | durchschnittliche max. Prämie p.a. (in EUR) ¹⁾ | Prämienart | Alter 18 bis 25 | | Alter 26 bis 35 | | Alter 36 bis 45 | | Alter 46 bis 55 | | Alter älter als 55 | |
|-------------------------------|---|--------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| | | | max. Prämie p.a. (in EUR) | dafür erforderliche Maßnahmen | max. Prämie p.a. (in EUR) | dafür erforderliche Maßnahmen | max. Prämie p.a. (in EUR) | dafür erforderliche Maßnahmen | max. Prämie p.a. (in EUR) | dafür erforderliche Maßnahmen | max. Prämie p.a. (in EUR) | dafür erforderliche Maßnahmen |
| Männer | | | | | | | | | | | | |
| AOK Rheinland/Hamburg | 389 | Kombi | 389 | 25 | 389 | 25 | 389 | 24 | 389 | 24 | 389 | 24 |
| Securvita Krankenkasse | 360 | Sach | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 |
| AOK PLUS | 300 | Geld | 300 | 10 |
| IKK classic | 300 | Geld | 300 | 13 | 300 | 13 | 300 | 11 | 300 | 11 | 300 | 11 |
| BKK DürkoppAdler | 270 | Geld | 270 | 9 | 270 | 10 | 270 | 11 | 270 | 11 | 270 | 11 |
| IKK gesund plus | 267 | Geld | 245 | 14 | 265 | 15 | 275 | 16 | 275 | 16 | 275 | 16 |
| BIG direkt gesund | 252 | Geld | 230 | 19 | 250 | 21 | 260 | 22 | 260 | 22 | 260 | 22 |
| Die Schwenninger Krankenkasse | 250 | Geld | 250 | 3 | 250 | 3 | 250 | 4 | 250 | 5 | 250 | 5 |
| SKD BKK | 208 | Geld | 180 | 13 | 200 | 14 | 220 | 15 | 220 | 15 | 220 | 15 |
| DAK-Gesundheit | 202 | Kombi | 190 | 6 | 190 | 6 | 210 | 10 | 210 | 10 | 210 | 10 |
| Frauen | | | | | | | | | | | | |
| AOK Rheinland/Hamburg | 389 | Kombi | 389 | 24 |
| Securvita Krankenkasse | 360 | Sach | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 | 360 | 15 |
| AOK PLUS | 300 | Geld | 300 | 10 |
| IKK classic | 300 | Geld | 300 | 15 | 300 | 15 | 300 | 13 | 300 | 13 | 300 | 13 |
| IKK gesund plus | 273 | Geld | 265 | 15 | 275 | 16 | 275 | 16 | 275 | 16 | 275 | 16 |
| BKK DürkoppAdler | 270 | Geld | 270 | 10 | 270 | 11 | 270 | 11 | 270 | 11 | 270 | 11 |
| BIG direkt gesund | 268 | Geld | 240 | 20 | 270 | 23 | 270 | 23 | 280 | 24 | 280 | 24 |
| Die Schwenninger Krankenkasse | 250 | Geld | 250 | 4 | 250 | 4 | 250 | 5 | 250 | 5 | 250 | 5 |
| SKD BKK | 240 | Geld | 240 | 17 |
| DAK-Gesundheit | 202 | Kombi | 190 | 6 | 190 | 6 | 210 | 10 | 210 | 10 | 210 | 10 |

regional geöffnet Auswahl: Top 9; Euro-Werte gerundet; Geld = Geldprämie, Sach = Sachprämie, Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskurs), bundesweit geöffnet Kombi = Kombination aus Geld-, Sach- und Zweckprämie; ¹⁾über alle Altersstufen hinweg

Quelle: DFSI