PUTZ-MUNTER

Wie die gesetzliche Krankenversicherung Mitglieder für gesundheitsbewusstes Verhalten belohnt und bei welchen Kassen aktuell die höchsten Boni locken

er höhere Mensch hat Seelenruhe und Gelassenheit, der gewöhnliche ist voller Unruhe und Aufregung." Zu dieser Erkenntnis gelangte der chinesische Philosoph Konfuzius schon vor gut 2500 Jahren. Doch auf Erden leben auch heute mehr "gewöhnliche" als "höhere" Menschen. So wundert es wenig, dass acht von zehn Deutschen sich immer mehr gestresst fühlen. Jeder dritte klagt gar, die Anspannung sei ein Dauerzustand. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie des Forschungsinstituts Forsa.

Die Stressfaktoren dabei sind vielschichtig: hoher Druck im Job, familiäre Probleme, Versagensängste. Doch Alkohol, Chips oder Schokolade sind keine guten Mittel, um zu entspannen – sie führen bei Betroffenen nur zu schädlichem "Hüftgold". Was wirklich hilft beim Abbau von Stress, ist viel Bewegung, denn: "Bewegung gleicht Stress aus", erklärt der Ex-Top-Athlet und Mediziner Thomas Wessinghage. Eine ausgewogene Ernährung unter-

stütze zudem das geistig-körperliche Gleichgewicht. Das ist auch den gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) klar. Daher bieten sie ihren Mitgliedern im Rahmen der Prävention eine Reihe von Bonusprogrammen aus den Bereichen Ernährung und Bewegung an.

Vorbeugen statt heilen. Nicht nur in puncto Stress schrei-

ben die Krankenkassen Prävention groß. Auch liegt ihnen daran, bei der Klientel mit Früh- und Vorsorge-Screenings etwa Krebs und chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Wichtig ist es AOK & Co. zudem, mit qualitätsgesicherten Seminaren voranschreitender Adipositas (Fettsucht) bei Kindern Einhalt zu gebieten oder die Zahngesundheit der Bürger zu verbessern. Wer als ge-▶



Zahngesundheit: Mittels Bonusprogrammen unterstützen Kassen auch die regelmäßige Kontrolle beim Zahnarzt

M®NEY

SERIE

Kombi-Tarife

Selbstbehalttarife
Kleines finanzielles Risiko
bei großer Prämien-Chance

2 Beitragsrückerstattungstarife

Bis zu einen Monatsbeitrag zurückbekommen bei Leistungsfreiheit

Die besten Kombis mit Selbstbehalt und Beitragsrückerstattung

BonusprogrammeBelohnungen kassieren für gesundheitsbewusstes Verhalten

Boni für Bemühungen

Welche gesetzlichen Krankenversicherungen haben derzeit das umfangreichste und zugleich für die Kunden geldmäßig einträglichste Bonusprogramm? Die Tabelle zeigt jeweils die Top Ten der bundesweit und regional geöffneten Krankenkassen im DFSI-Test:

g Krankenkasse	Auszah-	von der gese Präventions-	tzlichen Kasse a Gesundheits-		nd unterstütz Hautkrebs-			gramme Schutz-	Cahuangaran	Daucharant	Kurse zum		etzl. Kasse ang Mitolied im			tzte Bonus- uni		Maß- nahmen-	max. Bonus ²⁾	Teilnahme	Bonus- konto für	Prämie ins nächste AJ ⁴⁾	Bonus-	Bonus-	Bonus-	Ges
	lungsart	maßnahmen	Check-ups	sorge	Screening	sorge	prof. Zahn- reinigung	impfung	Schwangeren- vorsorge	Raucherent- wöhnung	Normgew.	Mitglied im Sportverein	Fitnessclub	Sportab- zeichen	spende	Organspen- deausweis	weitere Bonus- programme	index ¹⁾	(in Euro)	mitversich. Angehöriger ³⁾	Familien	übertragbar	qualitäts- index ⁵⁾	multipli- kator ⁶⁾	höhebe- wertung ⁷⁾	erge gew
ndesweit geöffnete Krankenk	cassen																									
DAK	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	1,00	135,00	ja	ja	ja	1,00	2,00	42,38	- 1
HEK	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,88	100,00	ja	ja	nein	0,40	1,28	57,34	
energie-BKK	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,75	120,00	ja	nein	ja	0,60	1,35	52,67	
BKK ALP plus	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,81	150,00	ja	ja	ja	0,80	1,61	42,47	
Securvita Krankenkasse	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	0,94	720,00 ⁹⁾	ja	ja	ja	1,00	1,94	30,95	
R+V Betriebskrankenkasse	Geldprämien	ja	ja	ja	nein	ja	nein	nein	nein	ja	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	0,38	150,00	ja	nein	nein	0,20	0,58	85,50	Т
BKK IHV	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja	0,81	150,00	ja	ja	nein	0,60	1,41	30,79	T
SBK	Geldprämien	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	nein	ja	nein	nein	ja	0,69	150,00	ja	nein	nein	0,20	0,89	49,00	Т
BKK futur	Geldprämien	ja	ja	ja	nein	ja	nein	ja	nein	ja	ja	ja	nein	ja	nein	nein	ja	0,63	120,00	ja	ja	ja	0,80	1,43	29,00	
Deutsche BKK	Geldprämien	ja	ja	ja	nein	ja	nein	nein	nein	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja	0,56	150,00	ja	nein	nein	0,20	0,76	50,68	
onal geöffnete Krankenkass	sen		-			-				-																Γ
mhplus Betriebskrankenkasse	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	nein	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,75	120,00	ja	ja	ja	1,00	1,75	33,98	_
Salus BKK	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,75	200,00	ja	ja	ja	0,60	1,35	42,97	
AOK Hessen	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,81	100,00	ja	ja	nein	0,40	1,21	46,00	_
AOK Rheinland/Hamburg	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	0,94	264,40	ja	ja	ja	1,00	1,94	27,92	_
Brandenburgische BKK	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	nein	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,75	180,00	ja	nein	nein	0,20	0,95	50,29	
BKK Dürkopp Adler	Geldprämien	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	0,69	300,00	ja	nein	nein	0,20	0,89	48,59	T
BKK Phoenix	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,81	80,00	ja	ja	ja	1,00	1,81	20,81	Т
Betriebskrankenkasse Mobil Oil	Geldprämien	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	0,88	150,00	ja	ja	nein	0,40	1,28	28,03	_
BKK VBU	Geldprämien	nein	ja	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	0,75	130,00	ja	ja	nein	0,40	1,15	29,09	Т
AOK Sachsen-Anhalt	Geldprämien	ia	ia	ia	ia	ia	nein	ia	ia	ia	ia	ia	ia	ia	nein	nein	ia	0.81	20,00	ia	ia	ia	0,80	1.61	20,00	_

¹⁾Anzahl der Maßnahmen je Kasse geteilt durch 16, der Höchstzahl möglicher Maßnahmen; ²¹für einen erwachsenen Versicherten; ³⁾an den Bonusprogrammen der Kasse; ⁴⁾AJ = Abrechnungsjahr; ⁵⁾Kombination aus den Bereichen "Teilnahme mitversicherter Angehöriger", "Bonuskonto für Familien" und "Prämie ins nächste Jahr übertragbar" und der Option, zusätzlich zur Geldprämie auch

Sachprämien zu halten. (Formel = tatsächliche Punktzahl dividiert durch maximale Punktzahl 5);
Maßnahmenindex plus Bonusqualitätsindex;
durchschnittliche Höhe der Prämie pro Maßnahme multipliziert mit Logarithmus 10;
Bonusmultiplikator mal Bonushöhebewertung;
Einkaufsqutschein; Ranking nach Gesamtergebnis;
überregionale und regionale Kassen getrennt

58 Illustration: Vectorstock FOCUS-MONEY 45/2011 www.focus-money.de

Prima Programme

METHODE

Bei welchen Kassen ist das Angebot am besten, und wo ist zudem für Versicherte der monetäre Vorteil bei Teilnahme an Programmen am größten? Um dies zu beantworten, hat das DFSI das Portfolio der Bonus- und Vorteilsprogramme aller für die Allgemeinheit geöffneten gesetzlichen Kassen analysiert. Von den 108 angeschriebenen Kassen beantworteten 67 dem DFSI den Fragebogen. Wichtig: Bewertet wurden nur Geldprämien, keine Zuschüsse für Prävention/Gesundheitskurse.

Die **Vorgehensweise:** Zunächst einmal wollte das DFSI wissen, welche Maßnahmen die einzelnen Bonusprogramme der Kassen umfassen, und zwar unterteilt in die Bereiche:

- Präventionsmaßnahmen (§ 20 SGB V)
- Gesundheits-Check-ups (§ 25 Abs. 1 SGB V)
- Krebsvorsorge (§ 25 Abs. 2 SGB V)
- Hautkrebs-Screenings
- jährliche Zahnvorsorge (§ 55 I SGB V)
- professionelle Zahnreinigung
- Einhaltung sämtlicher Vorsorgetests für Schwangere
- nachgewiesener Nichtraucher
- Nachweis des Normalgewichts gemäß Body-Mass-Index
- Mitgliedschaft im Sportverein
- Mitgliedschaft im Fitnessclub
- Inhaber eines Sportabzeichens
- Blutspender
- Inhaber eines Organspendeausweises sowie
- · weitere Bonus-Seminare.

Mit dem Maßnahmenindex (Anzahl der Maßnahmen dividiert durch 16: der Höchstzahl an Maßnahmen) ermittelte das DFSI im zweiten Schritt die quantitative Vielfalt einer Kasse an Bonus-/Vorteilsprogrammen. Im dritten Schritt wurde eruiert, wie hoch bei ieder Kasse der maximal erreichbare finanzielle Gesamtvorteil eines erwachsenen Mitglieds ist. Um neben der Fülle des Angebots auch die Qualität des Bonusprogramms zu bewerten, ermittelte das DFSI-Team im vierten Schritt den Bonus-Qualitätsindex. In dieser Größe kommt zum Ausdruck. ob die jeweilige Kasse auch beitragsfrei mitversicherte Familienangehörige im Bonusprogramm zulässt. Mitglied und Angehörige auf einem gemeinsamen Bonuskonto Punkte oder Prämien sammeln können, diese ins nächste Abrechnungsjahr (automatisch) übertragbar sind und Versicherte zusätzlich zur Geld- auch Sachprämien erhalten. Damit nicht genug: Mit dem Bonus-Multiplikator (Maßnahmenindex plus Qualitätsindex) schließlich wollte das DFSI die qualitative Vielfalt eines Programms messen. Damit sind aber noch keine Aussagen darüber getroffen, wie gut oder schlecht eine Kasse ihr Mitglied für die Teilnahme an einem Angebot finanziell belohnt. Um dies darzustellen, hat das DFSI den Faktor Bonushöhebewertung ermittelt: Dieser errechnet sich aus der durchschnittlichen Höhe der Prämie pro Maßnahme mal Logarithmus 10. Wie gut schließlich insgesamt ein Bonusprogramm ist, drückt sich im Gesamtergebnis (Bonusmultiplikator multipliziert mit Bonushöhebewertung) aus. Die Tabelle auf Seite 58/59 zeigt die jeweils zehn besten bundesweit und regional geöffneten Kassen. Doch welche monetären Möglichkeiten bieten Bonusprogramme für verschiedene Typen GKV-Versicherter in Kombi mit Wahltarifen wie Selbstbehalt oder Beitragsrückerstattung (s. FOCUS-MONEY, Hefte 40 und 42)? Um diese Frage zu beantworten, hat das DFSI fünf Fallbeispiele konstruiert. Diese unterscheiden sich durch die Anzahl der Familienmitglieder, deren Altersstruktur, das Bruttosalär des Mitglieds und die in Anspruch genommenen Maßnahmen während des ersten Tarifiahrs. Die Tabellen rechts zeigen die jeweils zwei besten bundesweit /regional geöffneten Kasse für die Fallbeispiele eins bis fünf.

setzlich Versicherter an Bonusprogrammen für solche Maßnahmen teilnimmt, wird von den Kassen fürs Gesundheitsbewusstsein sogar mit Geld- und Sachprämien belohnt.

Große Wahlfreiheit. Jede Kasse kann in ihren Satzungen bestimmen, was die Klientel im Kampf gegen Erkrankungen tun muss, um im Rahmen von Bonusprogrammen eine Belohnung zu kassieren. Zudem dürfen die Gesetzlichen darüber entscheiden, ob beitragsfrei mitversicherte Familienangehörige auch an Programmen teilnahmeberechtigt sind oder es die Möglichkeit gibt, Prämien auf einem Familienkonto zu sammeln oder Bonuspunkte ins Folgejahr zu übertragen. "All dies sind wichtige Kriterien, die neben den pekuniären Möglichkeiten die Qualität eines Bonusprogramms bestimmen", erklärt Thomas Lemke, Geschäftsführer des Deutschen Finanz-Service Instituts (DFSI). Doch welche der 108 für die Allgemeinheit geöffneten Kassen hat generell das beste Bonusprogramm in petto? Und welche ist für sportliche Familienväter, Besserverdiener oder junge Singles top, die Bonusprogramme mit den Wahltarifen Selbstbehalt oder Beitragsrückerstattung (s. FOCUS-MONEY, Hefte 40 und 42) verbinden, um Geld zu sparen? Antworten darauf gibt ein ausgeklügelter Test (s. Methode links) von FOCUS-MONEY und DFSI. "Das beste Bonusprogramm bei bundesweit geöffneten Kassen bietet derzeit die DAK", bilanziert Lemke. Auf den Plätzen zwei und drei folgen HEK und energie-BKK (s. Tabelle S. 58/59). Bei regional agierenden Kassen hat die mhplus die Nase vorn.

Was hingegen den Nutzen von Bonusprogrammen für verschiedene Gruppen GKV-Versicherter anbetrifft, ist das Bild uneinheitlich (s. Tabellen rechts): Ledige ältere Männer mit durchschnittlichem Salär (Fall 1) etwa fahren am besten mit der Audi BKK. Für Berufsanfänger mit schmalem Gehalt (Fall 2) und allein stehende Besserverdiener (Fall 4) dagegen ist die Securvita erste Wahl. "Verheiratete, bei denen neben der Gattin die beiden Kinder an den Bonusprogrammen teilnehmen, sind bei der SBK gut aufgehoben", erklärt Branchenkenner Lemke.

Großer Zuspruch. Studien der Bertelsmann-Stiftung zufolge sind Bonusprogramme bei GKV-Mitgliedern heute nicht nur überaus bekannt. Sie sind zudem die wichtigsten Steuerungselemente, um in der Bevölkerung für einen gesunden Lebenswandel zu werben. Fachleute differenzieren dabei zwei Klassen von Programmen: "Verhaltensorientierte" (Sportkurse, Gesundheits-Check-ups) belohnen ein gesundheitsbewusstes Verhalten der GKV-Kunden. "Ergebnisorientierte" Projekte (vom Raucher zum Nichtraucher, dünner werden) hingegen orientieren sich am Erfolg des Teilnehmers. "Am beliebtesten in der Versichertengemeinde aber sind verhaltensorientierte Maßnahmen", verrät Lemke. Egal. ob es um Ernährung. Bewegung oder Entspannung geht: Kassenstatistiken zufolge hat sich der Zuspruch von Mitgliedern für verhaltensorientierte Kurse über alle Handlungsfelder hinweg in den vergangenen zehn Jahren um fast 70 Prozent erhöht. Bewegungstherapien werden dabei über Geschlechter-, Bildungs- und Altersgrenzen hinweg doppelt so häufig nachgefragt wie Offerten zu Ernährung oder Entspannung.

PETER LINDEMANN

Fall 1: Ein 58-Jähriger ohne Familie (Monatsbrutto 2800 Euro) greift zum SB und kombiniert diesen mit sechs Bonus-Vorteilsprogrammen: Gesundheits-Check-ups, Krebsvorsorge, Zahnvorsorge, professionelle Zahnreinigung, Raucherentwöhnung und Sportabzeichen in Silber.

SB-Prä itglied	Rang	Krankenkasse	Selbstbehalttarif (SB) Name	SB-Prämie (Euro)	Selbstbehalt (Euro)	Boni für Programme (Euro)	Gesamtbonus¹) (Euro)					
s Ius	bund	esweit geöffnete K	rankenkassen									
Programme freiwillig ver	1	Audi BKK	SE4	551,00	960,00	100,00	651,00					
gran	2	HEK	HEKplus 500	500,00	850,00	150,00	650,00					
r Pro	regional geöffnete Krankenkassen											
ni für ır für	1	Salus BKK	FRSB600 ²⁾	500,00	600,00	100,00	600,00					
Bolung S	2	BKK Scheufelen	Selbstbehalt 650	400,00	650,00	70,00	470,00					

Fall 2: Eine 21-Jährige ohne Familie (Monatsbrutto 1200 Euro) greift zur Beitragsrückerstattung und kombiniert diese mit sechs Bonus-/Vorteilsmaßnahmen: aktives Mitglied im Schwimmverein, Normalgewicht (nach BMI), Zahnvorsorge, Rettungsschwimmerabzeichen in Silber; Blutspenderin (zweimal pro Jahr) und Krebsvorsorge-Untersuchungen.

Rang	Krankenkasse	Beitragsrückerstattungstarif Name	Beitragsrückerstattung (Euro)	Boni für Programme (Euro)	Gesamtbonus¹) (Euro)
bunc	lesweit geöffnete Krankenkassen				
1	Securvita Krankenkasse	WT Leistungsfreiheit	186,00	110,00	296,00
2	BKK ALP plus	WT Prämienzahlung	98,40	130,00	228,40
regio	nal geöffnete Krankenkassen				
1	Salus BKK	BR für freiwillige Mitglieder	186,00	100,00	286,00
2	Betriebskrankenkasse Mobil Oil	WT Prämienzahlung (WT500)	186,00	80,00	266,00

Fall 3: Ein 42-Jähriger mit Familie (Frau 38 Jahre, Tochter 8 Jahre und Sohn 18 Jahre) verdient 3800 Euro pro Monat. Er kombiniert einen Selbstbehalt mit neun Bonusprogrammen für sich und seine Familie: Freischwimmerabzeichen (Tochter), Urkunde Bundesjugendspiele (Tochter), Krebsvorsorge (Frau), Mitglied im Fitnessstudio (Sohn), ausgefüllter Gesundheitsfragebogen der Krankenkasse (Mann, Frau, Sohn), Nichtraucher (Mann, Frau, Sohn), Gesundheits-Check-up (Mann und Frau), VHS-Yogakurs (Gattin) und vollständiger Impfstatus nach den Richtlinien der Ständigen Impfkommission (STIKO) am Robert Koch-Institut (Tochter und Sohn).

Rang	Krankenkasse	Selbstbehalttarif (SB) Name	SB-Prämie (Euro)	Selbstbehalt (Euro)	Boni für Programme (Euro)	Gesamtbonus¹) (Euro)				
bundesweit geöffnete Krankenkassen										
1	SBK	SBK Selbstbeteiligungstarif Stufe 600	600,00	900,00	380,00	980,00				
2	DAK	DAKpro balance	906,00	550,00	280,00	906,00				
regio	nal geöffnete Krankenkasser	ı								
1	mhplus Betriebskrankenkasse	Selbstbehalt 1200	600,00	1200,00	140,00	740,00				
2	Salus BKK	FRSB600	500,00	600,00	200,00	700,00				

Fall 4: Ein 34-jähriger Alleinstehender (Monatsbrutto 5400 Euro) wählt die Beitragsrückerstattung und erfüllt die Vorgaben für sieben Bonus-/Vorteilsmaßnahmen: Kurs für Stressabbau, aktiver Fußballer, professionelle Zahnreinigung, jährliche Zahnvorsorge, vollständiger Impfschutz (STIKO), Teilnahme an zwei 10-km-Volksläufen und Hautkrebs-Screening.

	•			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
	Rang	Krankenkasse	Beitragsrückerstattungstarif Name	Beitragsrückerstattung (Euro)	Boni für Programme (Euro)	Gesamtbonus¹) (Euro)
	bund	esweit geöffnete Krankenkassen				
	1	Securvita Krankenkasse	WT Leistungsfreiheit	575,44	160,00	735,44
,	2	BKK ALP plus	WT Prämienzahlung	575,44	150,00	725,44
	regio	nal geöffnete Krankenkassen				
tung	1	Salus BKK	Prämienrückzahlung	575,44	75,00	650,44
statt	2	Betriebskrankenkasse Mobil Oil	WT Prämienzahlung (WT500)	500,00	70,00	570,00

Fall 5: Ein 28-jähriger Lediger (Monatsbrutto 3200 Euro) greift zum Selbstbehalttarif und will Boni für folgende Maßnahmen: aktiver Leichtathlet, zwei Triathlons, 10-km-Volkslauf, Nichtraucher, Inhaber eines Organspendeausweises, Kurse gesunde Ernährung, Zahnvorsorge, normalgewichtig laut Body-Mass-Index, Sportabzeichen in Gold, Beantwortung Gesundheitsfragen, Blutspender (einmal jährlich) und Kursteilnahme progressive Muskelentspannung.

arte M	Rang	Krankenkasse	Selbstbehalttarif (SB) Name	SB-Prämie (Euro)	Selbstbehalt (Euro)	Boni für Programme (Euro)	Gesamtbonus¹) (Euro)				
rsiche_	bunde	sweit geöffnete Krank	enkassen				_				
g	1	Deutsche BKK	Profi Plus 600	600,00	1000,00	100,00	700,00				
<u> </u>	2	Audi BKK	SE4	600,00	960,00	80,00	680,00				
r fre	region	nal geöffnete Krankenkassen									
2	1	Salus BKK	FRSB600 ²⁾	500,00	600,00	150,00	650,00				
≈ [2	AOK Rheinland/Hamburg	AOK-Selbstbehalttarif (TKL 7)	560,00	660,00	80,00	640,00				

FOCUS-MONEY 45/2011 www.focus-money.de