



Übersicht der Altersstufen zum „LÄNGER BESSER LEBEN.“-BONUSHEFT

Welche Stempel sind in welchem Alter möglich?

KLEINKINDER (BIS 6 JAHRE)

- U-Untersuchungen
- Regelmäßiger Sport
- Schutzimpfungen

KINDER (6–17 JAHRE)

- U-Untersuchungen
- Regelmäßiger Sport
- Schutzimpfungen
- Zahnärztliche Vorsorge (2x jährlich)
- Präventionskurs(e)

JUNGE ERWACHSENE (18–34 JAHRE)

- Regelmäßiger Sport
- Schutzimpfungen
- Präventionskurs(e)
- Gesundheitsuntersuchung (einmalig zwischen 18–35 Jahre)
- Krebsvorsorge für Frauen (Ab 20 Jahre)
- Zahnärztliche Vorsorge
- Altersgerechter Body-Mass-Index
- Nichtraucher

ERWACHSENE (AB 35 JAHREN)

- Regelmäßiger Sport
- Schutzimpfungen
- Präventionskurs(e)
- Gesundheits-Check-up 35 (alle drei Jahre)
- Krebsvorsorge für Frauen
- Krebsvorsorge für Männer
- Zahnärztliche Vorsorge
- Altersgerechter Body-Mass-Index
- Nichtraucher