



Prävention ÖKK OPTIMA und ÖKK PREMIUM

Leistungen für ärztliche Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen und ausgewählte Präventivmassnahmen. Gültig ab 1.1.2012.

Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen

	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
Gynäkologische Vorsorgeuntersuchung	90 %, 2 Untersuchungen pro 3 Kalenderjahre	90 %, 2 Untersuchungen pro 3 Kalenderjahre
Ärztliche Check-Up-Untersuchung Sportärztliche oder sportfliegerärztliche Untersuchung	90 %, bis CHF 300 pro Kalenderjahr	90 %, bis CHF 500 pro Kalenderjahr
Medizinisch anerkannte Schutz- und Reiseimpfungen	90 %, bis CHF 200 pro Kalenderjahr	90 %, bis CHF 300 pro Kalenderjahr
Zahnärztliche Kontrolluntersuchung	CHF 60 pro Kalenderjahr bis 25 Jahre	CHF 100 pro Kalenderjahr

Gesundheitskonto

Präventivmassnahmen fördern körperliche Fitness, Kondition und Wohlbefinden. Sie fördern gesundheitsbewusstes Verhalten, erhalten die Gesundheit, stellen sie wieder her, erleichtern den Umgang mit einer chronischen Krankheit.

Bereich	Präventivmassnahme	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
		50 %, bis CHF 200 pro Bereich, total bis CHF 400 pro Kalenderjahr	50 %, bis CHF 300 pro Bereich, total bis CHF 600 pro Kalenderjahr
Familie	Baby- und Kindermassage-Kurs (Versicherte ab 16 Jahre)		50 %, bis CHF 300
	Baby- und Kleinkinderschwimmen (Versicherte im Vorschulalter)		
	Eltern-Kind-Schwimmen (Versicherte im Vorschulalter)		
	Baby- und Kleinkinderturnen (Versicherte im Vorschulalter)		
	MuKi- und VaKi-Turnen (Versicherte im Vorschulalter)		
	Nothilfekurs für Notfälle bei Kleinkindern (Versicherte ab 16 Jahre, Kurse der Samaritervereine, SRK)		
Ernährung	Ernährungsberatung	50 %, bis CHF 200	50 %, bis CHF 300
	Ernährungskurs (ohne Nahrungsmittel)		
Bewegung	Leistungsdiagnostik	50 %, bis CHF 200	50 %, bis CHF 300
	Training im Fitnesscenter		
	Schwimmen im Hallenbad		
	Aquafitnesskurs (z.B. Aquapower, Aquajogging)		
	Yoga, Tai-Chi, Qi-Gong		
	Sportscheck: Mitgliedsbeitrag, Teilnahmegebühr für Sporttreiben und Bewegung im - Sportverein (aktive Mitgliedschaft) - Sportkurs	100 %, bis CHF 50	100 %, bis CHF 100
Sonstige Prävention	Aequilibris (Dr. Caimi)	50 %, bis CHF 200	50 %, bis CHF 300
	Augentraining		
	Bechterewturnen		
	Blasen- und Beckenbodenmuskulatur-Training		
	Dynasom		
	Haltungs- und Rückengymnastik		
	Ideokinese Bewegungspädagogik		
	Koronarturnen		
	Medizinische Trainingstherapie (MTT)		
	Osteoporose-Gymnastikkurse (Rheumaliga Schweiz)		
	Raucherentwöhnungskurse		
	Rheumaschwimmen, Aquacura, Aquawell (Rheumaliga Schweiz)		
	Selbsthilfegruppe für Asthmatiker, Krebs-, MS-Patienten		
	Spiraldynamik		
Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse der Lungenliga (Kind mit Atemwegsproblem)			

Der Versicherer anerkennt Angebote, die eine Fachperson leitet.

Der Versicherer anerkennt Abonnement von Fitnesscentern und Hallenbädern, die mindestens ein halbes Jahr Laufzeit haben.

Der Versicherer anerkennt Kurse im Bereich Bewegung, die aus mindestens 10 Lektionen bestehen.