



Prévention ÖKK FAMILY et ÖKK FAMILY FLEX

Prestations pour des examens médicaux préventifs, des vaccinations et des mesures préventives sélectionnées. Valable dès le 1.1.2012.

Examens préventifs

	ÖKK FAMILY	ÖKK FAMILY FLEX
Examen gynécologique préventif	90 %, 2 examens par période de 3 années civiles	90 %, 2 examens par période de 3 années civiles
Examen check-up médical	90 %, jusqu'à CHF 300.- par année civile	90 %, jusqu'à CHF 300.- par année civile
Vaccinations préventives et pour voyages médicalement reconnues	90 %, jusqu'à CHF 200.- par année civile	90 %, jusqu'à CHF 200.- par année civile
Examen de contrôle dentaire	CHF 60.- par année civile jusqu'à 25 ans	CHF 60.- par année civile jusqu'à 25 ans

Compte «santé»

Les mesures préventives favorisent le fitness corporel, la condition physique et le bien-être. Elles encouragent un comportement responsable de la santé, maintiennent la santé, la rétablissent et aident à vivre avec une maladie chronique.

Secteur	Mesure préventive	50 %, jusqu'à CHF 200 par secteur, au total jusqu'à CHF 500 par année civile
Famille	Cours de massage de bébés et d'enfants (assurés dès 16 ans)	50 %, jusqu'à CHF 200.-
	Natation bébés et petits enfants (assurés en âge préscolaire)	
	Natation parents-enfant (assurés en âge préscolaire)	
	Gymnastique bébés et petits enfants (assurés en âge préscolaire)	
	Gymnastique mère-enfant et père-enfant (assurés en âge préscolaire)	
	Cours de premier secours pour les urgences chez les petits enfants (assurés dès 16 ans, cours des sections de samaritains, CRS)	
Alimentation	Conseils nutritionnels	50 %, jusqu'à CHF 200.-
	Cours en matière d'alimentation (sans les produits alimentaires)	
Mouvement	Diagnostic de la performance	50 %, jusqu'à CHF 200.-
	Entraînement dans un centre fitness	
	Natation dans une piscine couverte	
	Cours aqua fitness (p. ex. Aquapower, Aquajogging)	
	Cours de yoga, tai-chi, gi-gong	
	Chèque sport: Cotisation de membre, finance de participation aux activités sportives et physiques - dans un club de sport (sociétariat actif) - dans un cours d'une discipline sportive	100 %, jusqu'à CHF 50.-
Autre prévention	Aequilibris (Dr Caimi)	50 %, jusqu'à CHF 200.-
	Gymnastique des yeux	
	Gymnastique Bechterew	
	Programme de tonification des muscles de la vessie et du périnée	
	Dynasom	
	Gymnastique corrective et gymnastique du dos	
	Pédagogie du mouvement	
	Gymnastique pour coronariens	
	Thérapie de renforcement musculaire (MTT)	
	Cours d'ostéogym (Ligue suisse contre le rhumatisme)	
	Cours de désintoxication tabagique	
	Natation pour rhumatisants, Aquacura, Aquawell (Ligue suisse contre le rhumatisme)	
	Groupes d'entraide pour asthmatiques, patients atteints de SEP, de cancer	
	Dynamique de la spirale	
Cours d'accoutumance à l'eau et de natation de la Ligue pulmonaire (pour les enfants présentant des problèmes respiratoires)		

L'assureur reconnaît les offres dirigées par une personne qualifiée.

L'assureur reconnaît les abonnements de centres fitness et de piscines couvertes, dont la durée minimale est d'une demi-année.

L'assureur reconnaît les cours dans le secteur du mouvement, qui se composent de 10 leçons au moins.