



## Prévention ÖKK OPTIMA et ÖKK PREMIUM

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

### Examens préventifs et vaccinations

	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
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. Examen de médecine sportive ou examen médical de pilote amateur	90%, jusqu'à CHF 300 par année civile	90%, jusqu'à CHF 500 par année civile
Vaccinations préventives et pour voyages médicalement reconnues	90%, jusqu'à CHF 200 par année civile	90%, jusqu'à CHF 300 par année civile
Examen de contrôle dentaire	CHF 60 par année civile jusqu'à 25 ans	CHF 100 par année civile

### 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	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
		50%, jusqu'à CHF 200 par secteur, au total jusqu'à CHF 400 par année civile	50%, jusqu'à CHF 300 par secteur, au total jusqu'à CHF 600 par année civile
<b>Famille</b>	Cours de massage de bébés et d'enfants (assurés dès 16 ans)		50%, jusqu'à CHF 300
	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)		
<b>Alimentation</b>	Conseils nutritionnels	50%, jusqu'à CHF 200	50%, jusqu'à CHF 300
	Cours en matière d'alimentation (sans les produits alimentaires)		
<b>Mouvement</b>	Diagnostic de la performance	50%, jusqu'à CHF 200	50%, jusqu'à CHF 300
	Entraînement dans un centre fitness		
	Natation dans une piscine couverte		
	Cours aqua fitness (p. ex. Aquapower, Aquajogging)		
	Cours de yoga, tai-chi, gi-gong	100%, jusqu'à CHF 50	100%, jusqu'à CHF 100
	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		
<b>Autre prévention</b>	Aequilibris (Dr Caimi)	50%, jusqu'à CHF 200	50%, jusqu'à CHF 300
	Gymnastique des yeux		
	Gymnastique Bechterew		
	Programme de tonification des muscles de la vessie et du périnée		
	Dynasom		
	Gymnastique correctrice 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.