



Prevenzione ÖKK OPTIMA e ÖKK PREMIUM

Prestazioni per visite mediche preventive, vaccinazioni e misure preventive selezionate. In vigore dal 1.1.2012.

Visite mediche preventive e vaccinazioni

	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
Esame ginecologico preventivo	90 %, 2 visite ogni 3 anni civili	90 %, 2 visite ogni 3 anni civili
Check up Visita presso un medico sportivo o medico aeronautico	90 % fino a CHF 300 per anno civile	90 % fino a CHF 500 per anno civile
Vaccinazione profilattica e per viaggi all'estero riconosciute	90 % fino a CHF 200 per anno civile	90 % fino a CHF 300 per anno civile
Visita di controllo dentistica	CHF 60 per anno civile fino a 25 anni	CHF 100 per anno civile

Conto della salute

Le misure preventive aiutano a mantenersi in forma e a migliorare le capacità del proprio fisico. Inoltre sollecitano un comportamento sano, insegnano a restare in salute o a ristabilirsi e agevolano il rapportarsi a eventuali disturbi cronici.

Settore	Misure preventive	ÖKK OPTIMA	ÖKK PREMIUM
		50% fino a CHF 200 per settore, totale fino a CHF 400 per anno civile	50% fino a CHF 300 per settore, totale fino a CHF 600 per anno civile
Famiglia	Corsi di massaggio per neonati e bambini (assicurati dall'età di 16 anni)		50% fino a CHF 300
	Corsi di nuoto per bebè e bambini (assicurati in età prescolare)		
	Corsi di nuoto per genitori e figli (assicurati in età prescolare)		
	Ginnastica per neonati e bambini (assicurati in età prescolare)		
	Ginnastica per bambini con mamma e papà (assicurati in età prescolare)		
	Corso di pronto soccorso per bambini (assicurati dall'età di 16 anni, corsi dell'Associazione samaritana e della CRS)		
Alimentazione	Consulenza nutrizionista	50% fino a CHF 200	50% fino a CHF 300
	Corsi di alimentazione (esclusi alimenti)		
Movimento	Diagnostica della prestazione	50% fino a CHF 200	50% fino a CHF 300
	Training in centri fitness		
	Nuoto in piscina		
	Corsi Aquafitness (come Aquapower, Aquajogging)		
	Yoga, Tai chi, Qi gong		
Altre misure preventive	Assegno sport: quota associativa, tassa d'iscrizione per sport e movimento in - associazioni sportive (socio attivo) - corsi sportivi	100% fino a CHF 50	100% fino a CHF 100
	Aequilibris (Dott. Caimi)	50% fino a CHF 200	50% fino a CHF 300
	Ginnastica per gli occhi		
	Ginnastica Bechterew		
	Esercitazione della vescica e allenamento del diaframma pelvico		
	Dynasom		
	Ginnastica posturale e ginnastica dorsale		
	Pedagogia ideocinetica del movimento		
	Ginnastica per le coronarie		
	Terapia sportiva (TS)		
	Corsi di ginnastica contro l'osteoporosi della Lega contro il reumatismo		
	Corsi di disassuefazione dal fumo		
	Corsi di nuoto contro i reumatismi, Aquacura, Aquawell della Lega contro il reumatismo		
	Gruppo di autoaiuto per asmatici, malati di cancro e di sclerosi multipla		
	Dinamica spirale		
	Corsi per abituarsi all'acqua e di nuoto della Lungenliga (per bambini con problemi alle vie respiratorie)		

L'assicuratore riconosce offerte di specialisti in materia.

L'assicuratore riconosce abbonamenti di centri fitness e piscine la cui durata minima è pari a sei mesi.

L'assicuratore riconosce corsi del settore Movimento che contano almeno 10 lezioni.