Prévention
ÖKK FAMILY et ÖKK FAMILY FLEX

Valable à partir du 1.4.2023

Examens préventifs et vaccinations

	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
Check-up médical	90%, jusqu'à CHF 300 par année civile	90%, jusqu'à CHF 300 par année civile
Vaccinations préventives et nécessaires pour les voyages	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 la condition physique et le bien-être. Elles contribuent à promouvoir un mode de vie sain, à ménager la santé ou à la rétablir et à gérer plus facilement une maladie chronique.

Domaine	Mesure préventive	50%, jusqu'à CHF 200 par domaine, total de CHF 500 par année civile
Famille	Cours de massage pour bébés et 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)	
Activité physique	Diagnostic de la performance	50%, jusqu'à CHF 200
	Séances d'entraînement dans un centre fitness	
	Spinning/Indoor cycling	
	Natation dans une piscine couverte	
	Cours d'aquafitness (p. ex. aquapower, aquajogging)	
	Yoga, Tai Chi, Qi Gong	
	Chèque sport: Cotisation de membre, frais de participation aux activités sportives et physiques dans – club de sport (affiliation active) – cours de sport	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 (ideokinesis)	
	Gymnastique pour coronariens	
	Thérapie de renforcement musculaire (MTT)	
	Cours de gymnastique contre l'ostéoporose (Ligue suisse contre le rhumatisme, BGB Schweiz)	
	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)	
	BikeBonus (casque, protections, sac à dos avec protecteur intégré, éclairage, analyse de la position assise, selle ergonomique, bike fitting, cours de technique de conduite avec une Swiss Cycling Guide certifée ou par un partenaire de Swiss Cycling, service vélo, cours de réparation)*	
	NordicBonus (forfait de ski de fond, cours de ski de fond organisés par des écoles membres de l'Association suisse des écoles de ski nordique AESN)*	

L'assureur reconnaît les offres dispensées par une personne qualifiée et qui ne peuvent être transférées à une autre personne. 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 domaine de l'exercice physique, qui se composent de 10 leçons au moins.
Les offres et les conditions liées au compte «santé» sont déterminées par l'assureur. Elles peuvent être modifiées par l'assureur unilatéralement et à tout moment, sans que cela donne un droit de résiliation à la personne assurée.
*Les prestations doivent être facturées enfrancs suisses. Le prénom et le nom de la personne assurée doivent figurer sur les quittances remises, ainsi que le montant de l'achat. L'envoi du forfait ski de fond ne suffit pas, il faut également présenter le justificatif/la quittance (relevé de compte bancaire ou facture).

ÖKK150f/04.23

ÖKK Kranken- und Unfallversicherungen AG
Bahnhofstrasse 13, Case postale, 7302 Landquart
info@oekk.ch, 0800 838 000

L'assurance
à l'esprit grison.