Prevenzione
ÖKK FAMILY e ÖKK FAMILY FLEX

In vigore dal 01.04.2023

Esami preventivi e vaccinazioni

	ÖKK FAMILY	ÖKK FAMILY FLEX
Screening ginecologico	90%, 2 esami ogni 3 anni civili	90%, 2 esami ogni 3 anni civili
Check up	90%, fino a CHF 300 per anno civile	90%, fino a CHF 300 per anno civile
Vaccinazioni riconosciute a scopo di profilassi e viaggi all'estero	90%, fino a CHF 200 per anno civile	90%, fino a CHF 200 per anno civile
Visita odontoiatrica di controllo	CHF 60 per anno civile fino a 25 anni	CHF 60 per anno civile fino a 25 anni

Conto della salute

Le misure di prevenzione promuovono la forma fisica e il benessere. Inoltre favoriscono uno stile di vita sano, incentivano a mantenersi in forma o a tornare in salute e facilitano la gestione di eventuali disturbi cronici.

Settore	Misure preventive	50%, fino a CHF 200 per settore, totale fino a CHF 500 per anno civile
Famiglia	Corsi di massaggio per neonati e bambini (assicurati dall'età di 16 anni)	50%, fino a CHF 200
	Corsi di nuoto per neonati e bambini (assicurati in età prescolare)	
	Corsi di nuoto genitore-figlio (assicurati in età prescolare)	
	Ginnastica per neonati e bambini (assicurati in età prescolare)	
	Ginnastica genitore-bambino (assicurati in età prescolare)	
	Corso soccorritori «Emergenze con i bambini» (assicurati dall'età di 16 anni, corsi delle sezioni samaritane, CRS)	
Alimentazione	Consulenza nutrizionale	50%, fino a CHF 200
	Corsi di alimentazione (esclusi gli alimenti)	
Movimento	Diagnostica della prestazione	50%, fino a CHF 200
	Allenamento in palestra	
	Spinning/Indoor cycling	
	Nuoto in piscina	
	Corsi di acquafitness (p.es. aqua power, aqua jogging)	
	Yoga, tai chi, qi gong	
	Assegno sport: Quota associativa, tassa d'iscrizione per sport e movimento in – associazioni sportive (soci attivi) – corsi sportivi	100%, fino a CHF 50
Altri tipi di prevenzione	Aequilibris (Dr. Caimi)	50%, fino a CHF 200
	Ginnastica oculare	
	Ginnastica Bechterew	
	Allenamento della vescica e del pavimento pelvico	
	Dynasom	
	Ginnastica posturale e dorsale	
	Ideokinesi, pedagogia del movimento	
	Ginnastica per le coronarie	
	Terapia medica di allenamento (MTT)	
	Corsi di ginnastica contro l'osteoporosi (Lega svizzera contro il reumatismo, BGB Schweiz)	
	Corsi di disassuefazione dal fumo	
	Corsi di nuoto contro i reumatismi, Aquacura, Aquawell (Lega svizzera contro il reumatismo)	
	Gruppi di autoaiuto per asmatici, malati di cancro e di sclerosi multipla	
	Metodo Spiraldynamik	
	Corsi di ambientamento all'acqua e corsi di nuoto della Lega polmonare (per bambini con problemi alle vie respiratorie)	
	BikeBonus (casco da bici, protezioni, zaino per ciclismo e MTB con protezione integrata, messa in sella, bike fitting, sella ergonomica, corsi di tecnica di guida svolti da Swiss Cycling Guide certificati o da partner di Swiss Cycling, servizio della bicicletta, corso di riparazione)*	
	NordicBonus (abbonamento per lo sci di fondo «Langlaufpass», corsi di sci di fondo organizzati dalle scuole affiliate all'associazione «Schweizer Langlaufschulen VSLS»)*	

L'assicuratore riconosce offerte di specialisti in materia e non trasferibili a terzi. L'assicuratore riconosce abbonamenti di centri fitness e piscine la cui durata minima è pari a sei mesi.
L'assicuratore riconosce corsi in ambito «movimento» che comprendono almeno 10 lezioni.
Le offerte e le condizioni relative al conto della salute sono stabilite dall'assicuratore, che ha la facoltà di modificarle in qualsiasi momento unilateralmente senza che ciò comporti un diritto di disdetta da parte della persona assicurata.
*Le prestazioni vanno fatturate in franchi svizzeri. Sulle ricevute inoltrate devono essere riportati il nome e il cognome della persona assicurata, così come l'articolo o il servizio acquistato. Inviare l'abbonamento per lo sci di fondo non basta, bisogna inoltrare anche lo scontrino o la ricevuta di pagamento (estratto bancario oppure fattura).

ÖKK150/04.23

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

L'assicurazione grigionese autentica.

ÖKK