

# ÖKK PREVENZIONE

## Prestazioni per misure preventive

In vigore dal 01.04.2021

### Esami preventivi e vaccinazioni

|                        |  |
|------------------------|--|
| Screening ginecologico | 90% di una visita per anno civile, se nell'anno civile in corso non sono state assunte spese dall'assicurazione di base per una visita |
| Check up               | 90%, fino a CHF 300 per anno civile  |
| Vaccinazioni           | 90%, fino a CHF 200 per anno civile  |

### Conto della salute

Le misure preventive promuovono la forma fisica e il benessere. Con il conto della salute riceve ogni anno fino a 500 franchi come sostegno alla prevenzione della sua salute.

| Settore                   | Misure preventive   | Contributo             |
|---------------------------|---|------------------------|
| Famiglia                  | Corsi di massaggio per neonati e bambini (assicurati dall'età di 16 anni)   | 50%,<br>fino a CHF 300 |
|                           | 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%,<br>fino a CHF 300 |
|                           | Corsi di alimentazione (esclusi gli alimenti)   |                        |
| Movimento                 | Diagnostica della prestazione   | 50%,<br>fino a CHF 300 |
|                           | 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 (socio attivo) / corsi sportivi |                        |
| Altri tipi di prevenzione | Aequilibris (Dr. Caimi)   | 50%,<br>fino a CHF 300 |
|                           | 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)             |                        |

Per ogni ambito riceve al max. CHF 300 per anno civile. Complessivamente riceve al max. CHF 500 per anno civile.

L'assicuratore riconosce offerte organizzate in Svizzera, dirette da specialisti 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 facoltà di modificarle in qualsiasi momento unilateralmente. L'eventuale annullamento o modifica di un'offerta o di una condizione non costituisce motivo di disdetta.