Gültig ab 1.1.2016

glarner krankenversicherung

# Prävention PREMIUM

Leistungen für ärztliche Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen und ausgewählte Präventivmassnahmen.

| Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen | PREMIUM |
|---|---|
| Gynäkologische Vorsorgeuntersuchung | 90 %, 2 Untersuchungen pro 3 Kalenderjahre |
| Ärztliche Check-Up-Untersuchung | 90 %, bis CHF 500.– pro Kalenderjahr |
| Medizinisch anerkannte Schutz- und Reiseimpfungen | 90 %, bis CHF 300.– pro Kalenderjahr |
| Zahnärztliche Kontrolluntersuchung | CHF 100.– pro Kalenderjahr |

**Gesundheitskonto**

Präventivmassnahmen fördern körperliche Fitness, Kondition und Wohlbefinden. Sie fördern gesundheitsbewusstes Verhalten, erhalten die Gesundheit, stellen sie wieder her, erleichtern den Umgang mit einer chronischen Krankheit.

| Bereich | Präventivmassnahme | PREMIUM |
|---|---|---|
| | | 50 %, bis CHF 300.– pro Bereich,<br>total bis CHF 600.– pro Kalenderjahr |
| **Familie** | Baby- und Kindermassage-Kurs (Versicherte ab 16 Jahren)<br>Baby- und Kleinkinderschwimmen (Versicherte im Vorschulalter)<br>Eltern-Kind-Schwimmen (Versicherte im Vorschulalter)<br>Baby- und Kleinkinderturnen (Versicherte im Vorschulalter)<br>MuKi- und VaKi-Turnen (Versicherte im Vorschulalter)<br>Nothilfekurs für Notfälle bei Kleinkindern<br>(Versicherte ab 16 Jahre, Kurse der Samaritervereine, SRK) | 50 %, bis CHF 300.– |
| **Ernährung** | Ernährungsberatung<br>Ernährungskurs (ohne Nahrungsmittel) | 50 %, bis CHF 300.– |
| **Bewegung** | Leistungsdiagnostik<br>Training im Fitnesscenter<br>Schwimmen im Hallenbad<br>Aquafitnesskurs (z.B. Aquapower, Aquajogging)<br>Yoga, Tai-Chi, Qi-Gong | 50 %, bis CHF 300.– |
| | Sportscheck:<br>Mitgliedsbeitrag, Teilnehmergebühr für Sporttreiben und Bewegung im<br>– Sportverein (aktive Mitgliedschaft)<br>– Sportkurs | 100 %, bis CHF 100.– |
| **Sonstige Prävention** | Aequilibris (Dr. Caimi)<br>Augentraining<br>Bechterewturnen<br>Blasen- und Beckenbodenmuskulatur-Training<br>Dynasom<br>Haltungs- und Rückengymnastik<br>Ideokinese Bewegungspädagogik<br>Koronarturnen<br>Medizinische Trainingstherapie (MTT)<br>Osteoporose-Gymnastikkurse (Rheumaliga Schweiz, BGB)<br>Raucherentwöhnungskurse<br>Rheumaschwimmen, Aquacura, Aquawell (Rheumaliga Schweiz)<br>Selbsthilfegruppe für Asthmatiker, Krebs-, MS-Patienten<br>Spiraldynamik<br>Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse der Lungenliga<br>(Kind mit Atemwegsproblem) | 50 %, bis CHF 300.– |

Der Versicherer anerkennt Angebote, die eine Fachperson leitet und nicht auf eine andere Person übertragbar sind.
Der Versicherer anerkennt Abonnemente von Fitnesscentern und Hallenbädern, die mindestens ein halbes Jahr Laufzeit haben.
Der Versicherer anerkennt Kurse im Bereich Bewegung, die aus mindestens 10 Lektionen bestehen.