

INFORMATION zum SVA Gesundheitshunderter

Gesundheit hängt von vielen verschiedenen Faktoren ab. Wenn Sie mit viel Kraft und Energie den Alltag meistern, dann sind einige Dinge in Ihrem Leben wichtig wie beispielsweise:

- Viel Freude und Lust am Leben
- Die Wertschätzung in Beruf und Familie
- Ihre Bildung
- Die Wohnsituation
- Der achtsame Umgang mit der eigenen Gesundheit

Die SVA unterstützt ihre Versicherten, die aktiv ihre Gesundheit erhalten, mit dem Programm „Selbständig Gesund“. Machen Sie eine Vorsorgeuntersuchung und vereinbaren Sie mit Ihrem Arzt Ihre Gesundheitsziele. Versicherte, die Ihre Ziele erreichen, zahlen nur mehr den halben Selbstbehalt.

Ihre SVA bietet Ihnen verschiedene gesundheitsfördernde Maßnahmen an. Auf der Homepage finden Sie eine Fülle solcher Maßnahmen, mit denen Sie Ihre Gesundheitsziele leichter erreichen. Eine Maßnahme davon ist die Förderung mit dem **SVA Gesundheitshunderter**.

Voraussetzungen für den SVA Gesundheitshunderter:

- Eine aufrechte Krankenversicherung nach dem GSVG (als aktiver Selbständiger, Pensionist bzw. mitversicherter oder bezugberechtigter Angehörige)
- Die Mindestinvestition in Ihre Gesundheit beträgt 150 €.
- Sie absolvieren eine Vorsorgeuntersuchung oder es liegt eine positive Teilnahme am Programm „Selbständig Gesund – Meine Gesundheitsziele“ vor (zusätzliche Voraussetzung beim individuellen Programm).
- Den SVA Gesundheitshunderter erhalten Sie 1x pro Jahr.

Nehmen Sie pro Kalenderjahr eines der beiden folgenden Modelle in Anspruch:

Das individuelle Programm:

Sie absolvieren einen Gesundheitscheck (= Vorsorgeuntersuchung) oder nehmen am Programm „selbständig gesund“ teil.

Wir fördern Einzelmaßnahmen oder einzelne gesundheitsfördernde Aktivitäten.

Wir geben keine Mindestdauer oder Mindestanzahl an Einheiten vor.

Wählen Sie „frei“ Ihre Trainer aus, die das Anforderungsprofil erfüllen.

Wir prüfen die Qualifikation, wenn wir die Kosten auszahlen.

Beispiel: Sie absolvieren

- eine Vorsorgeuntersuchung
- eine Ernährungsberatung inkl. BIA-Messung
- 3 Übungen mit einem Sportwissenschaftler oder Personal Coach
- und bezahlen dafür mehr als 150 €

Achtung: Liegen die finanziellen Aufwendungen des individuellen SVA Gesundheitshunderter unter 150 €, zahlen wir keinen Kostenzuschuss.

Das SVA qualitätsgesicherte Programm:

Die qualitätsgesicherten Programme finden Sie im Internet unter www.svagw.at (Gesundheit & Vorsorge)

(zum Beispiel: ein SVA Aktiv-Camp, ein SVA No Smoking-Camp oder ein anderes qualitätsgesichertes Paket eines SVA-Partners, mit dem wir kooperieren)

Nehmen Sie an einem qualitätsgesicherten Programm teil, haben Sie Anspruch auf einen „SVA Extra-Gesundheitshunderter für Sportartikel/Sportgeräte“ (siehe Details auf der nächsten Seite).

Der Weg zu Ihrem SVA Gesundheitshunderter

Das Antragsformular finden Sie auf der Homepage. Schicken Sie den ausgefüllten Antrag an Ihre SVA-Landesstelle. Bitte legen Sie auch das Befundblatt der Vorsorgeuntersuchung und die Kopie der Rechnung über den Betrag, den Sie bezahlt haben, bei.

SVA Extra-Gesundheitshunderter

- **SVA Extra-Gesundheitshunderter für SVA-Bewegt und SVA is(s)t-Gesund:**
Die SVA fördert Ihr Engagement in den Bereichen Bewegung und Ernährung zusätzlich. Wenn Sie an unseren qualitätsgesicherten Programmen
 - „SVA Bewegt“ und/oder
 - „SVA Is(s)t-Gesund“

teilnehmen, bekommen Sie jeweils einen zusätzlichen SVA Gesundheitshunderter = SVA Extra Gesundheitshunderter.

- **SVA Extra-Gesundheitshunderter für Sportartikel/Sportgeräte:**
Für den Kauf von Sportgeräten bzw. Sportartikeln können Sie einen zusätzlichen SVA Gesundheitshunderter pro Jahr erhalten.

Der SVA Extra-Gesundheitshunderter kann nur in Anspruch genommen werden, wenn bereits eine der folgenden qualitätsgesicherten, gesundheitsförderlichen Maßnahmen umgesetzt wurde.

- Teilnahme an einem SVA Camp
- Inanspruchnahme eines qualitätsgesicherten Programms (Leistungspaket unserer Gesundheitshunderter-Kooperationspartner)
- SVA Bewegt oder SVA Is(s)t-Gesund

Um den SVA Extra-Gesundheitshunderter Sportartikel zu erhalten, muss der Sportartikel bzw. das Sportgerät innerhalb von vier Monaten nach Absolvierung der oben genannten Maßnahmen angeschafft werden.

Der SVA Extra-Gesundheitshunderter wird für diverse Sportartikel bis zu 100 € geleistet.

Die Antragsformulare zu den SVA Extra-Gesundheitshundertern finden Sie ebenfalls im Internet.

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit verzichten wir auf eine geschlechterspezifische Differenzierung, wie z.B. Unternehmer/Innen. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung geschlechtsneutral.