

# PROMOTION DE LA SANTÉ

## MÉTHODES / COURS / SPORTS RECONNUS

Les coûts des mesures de promotion de la santé suivantes sont pris en charge par Mivita:

### MIVITA REALA

- Promotion de la santé:  
Fitness, cours santé et école du dos jusqu'à CHF 500.- par année civile
- Pour les différentes catégories, 50 % du montant de la facture jusqu'à concurrence de CHF 200.- par année civile

### MIVITA EXTENSA

- Promotion de la santé:  
Fitness, cours santé et école du dos jusqu'à CHF 1000.- par an
- Pour les différentes catégories, 50 % du montant de la facture jusqu'à concurrence de CHF 300.- par année civile

## DOMAINE 1: FITNESS

### COURS RECONNUS (la liste est constamment mise à jour)

Aérobic	Walking
Endurance	Yoga
Test de Conconi	Entraînement EMS
Gymnastique	Aqua-Fitness
Marche nordique	Aquatrainning
Entraînement personnel	Écoles de natation aquatique
Pilates	Test de Conconi
Power Yoga	

Des contributions sont également disponibles pour les entrées aux bains et aux saunas. Sont considérés comme bains les piscines couvertes, en plein air, de loisir et les bains thermaux.

### ABONNEMENTS

Les prestataires de services proposent différents abonnements d'une durée variable. Le tableau ci-dessous énumère les abonnements reconnus par Atupri et ceux donnant droit à des prestations de l'assurance Mivita:

- Abonnement trimestriel
- Abonnement semestriel
- Abonnement annuel
- Abonnement saisonnier

Sont notamment considérés comme abonnements saisonniers les justificatifs identifiés comme tels, p. ex. carte estivale, carte spéciale ou carte saisonnière. Cette réglementation s'applique également aux piscines couvertes, en plein air, de loisir, aux bains thermaux aux saunas. Un abonnement d'une durée de trois mois ou plus est assimilé à un abonnement saisonnier.

## ADHÉSION DE MEMBRE ACTIF AUPRÈS D'ASSOCIATIONS SPORTIVES

Nous soutenons l'adhésion de membre actif auprès d'une association sportive reconnue de la manière suivante:

- Mivita Reala:  
50 % jusqu'à concurrence de CHF 100.- par année civile. Cette contribution est déduite du plafond défini pour le domaine «Fitness». Au total, CHF 200.- sont ainsi remboursés pour les cours de fitness et les adhésions de membre actif par année civile.
- Mivita Extensa:  
50 % jusqu'à concurrence de CHF 150.- par année civile. Cette contribution est déduite du plafond défini pour le domaine «Fitness». Au total, CHF 300.- sont ainsi remboursés pour les cours de fitness et les adhésions de membre actif par année civile.

Nous remboursons donc au total CHF 200.- par année civile pour les cours de fitness, les adhésions de membre actif auprès d'une association sportive reconnue ainsi que pour les bains et saunas.

---

## DOMAINE 2: COURS SANTÉ

---

### COURS RECONNUS (la liste est constamment mise à jour)

Cours de nutrition	Programmes de sevrage tabagique
--------------------	---------------------------------

---

## DOMAINE 3: ÉCOLE DU DOS/DU CORPS

---

### COURS RECONNUS (la liste est constamment mise à jour)

Technique Alexandre	Feldenkrais
Gymnastique respiratoire	Gymnastique du dos
Training autogène	École du dos
Gymnastique périnéale	

**Avez-vous des questions?** Nous vous conseillons volontiers en personne au +41 800 200 888 ou à l'adresse [info@atupri.ch](mailto:info@atupri.ch).