2605_Einzel_Angebote-Gesundheitsfoerderung-FR

Offres de promotion de la santé reconnues

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche des fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé

Ce document ne fait pas office de garantie de prise en charge des coûts. Sous réserve de modifications.
Les conditions générales d'assurance ainsi que les conditions supplémentaires d'assurance de SANA, COMPLETA, COMPLETA PLUS et COMPLETA EXTRA s'appliquent – nous restons à votre disposition en cas de questions ou d'incertitudes.

Helsana
Engagée pour la vie.

Liste des offres reconnues
(mesures/cours/prestataires)

Les offres qui ne figurent pas sur cette liste ne sont pas reconnues.

Conseils de santé gratuits pour les bénéficiaires d'une assurance complémentaire 058 340 15 69

Domaine Fitness :

→ Musculation et endurance assistées par un appareil dans un centre de fitness
Abonnement à un centre de fitness

→ Cours de fitness
Aérobic, Antara®, aqua-fitness, exercices d'endurance, BGB OsteoFit®, body-toning, Cantienica®, Chi-Ball, circuit training, Fat Burn, Functional Training, gymnastique, hip-hop, rameur indoor/crew classes, gymnastique jazz, jogging/running, exercices de coordination, musculation, action intégrative neuromusculaire Nia, marche nordique, gymnastique contre l'ostéoporose, danse en couple, Pilates, Piloxing, Spinning®, entraînement pour seniors, Sypoba, Tae Bo®, entraînement sur trampoline/rebounding, entraînement TRX, yoga, zumba

→ Abonnements spéciaux
Fitpass, myClubs (abonnement Helsana)

Domaine École du dos et du corps :

→ Cours pour le dos et le corps
Technique Alexander, gymnastique respiratoire, training autogène, gymnastique du plancher pelvien, Feldenkrais, gymnastique du dos, école du dos

Domaine Maternité :

→ Cours en lien avec la grossesse
Préparation à l'accouchement, gymnastique prénatale, gymnastique postnatale

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana :

→ Cours et séminaires sur la santé
Tous les cours de nutrition de l'Association suisse des diététicien-ne-s ASDD

→ Programmes de perte de poids
Application Betty Bossi « Maigrir sainement », eBalance, OVIVA sans ordonnance médicale « payeur direct », cours WW de Weight Watchers SA

→ Prévention des chutes
Cours « Équilibre en marche » de Pro Senectute, cours pour la prévention des chutes, donné notamment par la Ligue suisse contre le rhumatisme

→ Entraînement de l'équilibre
Qi Gong, Tai Chi

→ Cours de relaxation contre le stress
MBSR « Combattre le stress par la pleine conscience », entraînement à la pleine conscience, gestion du stress

→ Cours de premiers secours CRS
Cours de premiers secours (Samaritains Suisse) et pour la santé psychique de la CRS, cours SSS « Brevet Base Pool »

Domaine Promotion du sport :

→ Natation pour bébés et enfants
Cours de natation pour bébés, cours/école de natation pour enfants

→ Affiliations à des clubs de sport sélectionnés
Sports de montagne, golf, escalade, ski de fond, danse, tennis, gymnastique

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Fitness
Musculation et endurance assistées par un appareil dans un centre de fitness

Comprend les offres suivantes :
Musculation et endurance assistées par un appareil dans un centre de fitness, entraînement personnel inclus

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les offres mentionnées ci-dessus :
Centre de fitness certifié par un label de qualité reconnu par Helsana ainsi que tous les centres de fitness dans les hôpitaux et les cabinets de médecin, de chiropraxie et de physiothérapie.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important : aucun remboursement pour l'EMS, y c. l'entraînement personnel et les frais d'abonnement supplémentaires tels que solarium, sauna, bien-être, piscine couverte, produits nutritionnels, garderie, frais de stationnement, frais d'inscription, accessoires d'entraînement, etc.

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Fitness
Cours de fitness

Comprend les offres/cours suivants :

- Cours de fitness : aérobic, Antara®, aqua-fitness, exercices d'endurance, BGB OsteoFit®, bodytoning, Cantienica®, Chi-Ball, circuit training, Fat Burn, Functional Training, gymnastique, hip-hop, rameur indoor/crew classes, gymnastique jazz, jogging/running, exercices de coordination, musculation, action intégrative neuromusculaire Nia, marche nordique, gymnastique contre l'ostéoporose, danse en couple, Pilates, Piloxing, Spinning®, entraînement pour seniors, Sypoba, Tae Bo®, entraînement sur trampoline/rebounding, entraînement TRX, yoga, zumba
- Entraînement personnel en lien avec les cours susmentionnés

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les cours mentionnés ci-dessus :
Spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana ainsi que tous les centres de fitness dans les hôpitaux et les cabinets de médecin, de chiropraxie et de physiothérapie.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Fitness
Abonnements spéciaux

Comprend les offres suivantes dispensées par des prestataires reconnus par Helsana :

- Fitpass : la prestation reçue (mesure/cours) et le centre de fitness doivent être reconnus par Helsana.
  Remboursement : une attestation de l'abonnement Fitpass mentionnant la durée détaillée de l'entraînement et les coordonnées du centre de fitness est nécessaire pour la vérification des prestations. L'attestation n'est émise que pour un abonnement Fitpass ininterrompu de 6 ou 12 mois et peut nous être envoyée après réception.
- myClubs : abonnement Helsana acheté sur la page d'accueil de myClubs.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Fitness.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine École du dos et du corps
Cours pour le dos et le corps

Comprend les cours suivants :
Technique Alexander*, gymnastique respiratoire*, training autogène*, gymnastique du plancher pelvien, Feldenkrais*, gymnastique du dos, école du dos

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les cours mentionnés ci-dessus :
Spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana ainsi que tous les centres de fitness dans les hôpitaux et les cabinets de médecin, de chiropraxie et de physiothérapie. * Pour les cours marqués d'un astérisque, nous acceptons également des spécialistes en médecine complémentaire.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine École du dos et du corps.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine École du dos et du corps.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

– Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
– ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
– ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

– Domaines et label de qualité ?
→ **Informations diverses**
– Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
– Des questions sur la prise en charge des coûts ?
→ **Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Maternité
Cours en lien avec la grossesse

Comprend les cours suivants :
Préparation à l'accouchement, gymnastique prénatale, gymnastique postnatale

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les cours mentionnés ci-dessus :
Sages-femmes avec un numéro RCC, cliniques/hôpitaux, physiothérapeutes et spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 500.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Maternité.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 500.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine Maternité.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 500.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 500.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important : l'abonnement est décompté et payé via la mère enceinte et non la personne accompagnante. L'assurance de base prend également en charge une partie des frais de préparation à l'accouchement. Si les conditions de l'assurance de base sont remplies, les assurances complémentaires susmentionnées vous versent les frais excédentaires. Vous trouverez de plus amples informations sur les prestations de l'assurance de base ici.

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Cours et séminaires sur la santé

Comprend les programmes suivants dispensés par des prestataires reconnus par Helsana :
Tous les cours de nutrition de l'Association suisse des diététicien-ne-s ASDD.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Programmes de perte de poids

Comprend les programmes suivants dispensés par des prestataires reconnus par Helsana :
- Application Betty Bossi « Maigrir sainement »
- eBalance
- OVIVA sans ordonnance médicale « payeur direct »
- Cours WW de Weight Watchers SA

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Prévention des chutes

Comprend les programmes et cours suivants dispensés par des prestataires reconnus par Helsana :

- Cours « Équilibre en marche » de Pro Senectute
- Cours pour la prévention des chutes donné par la Ligue suisse contre le rhumatisme
- Prévention des chutes par des spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana ainsi que tous les centres de fitness dans les hôpitaux et les cabinets de médecin, de chiropraxie et de physiothérapie

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important : à compter du 1er juillet 2026, l'assurance de base prend en charge les frais liés à la prévention des chutes facturés par des cabinets de physiothérapie, pour autant que les conditions de l'assurance de base soient remplies et après déduction de la participation aux coûts. Vous trouverez de plus amples informations sur les prestations de l'assurance de base ici.

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Entraînement de l'équilibre

Comprend les cours suivants :
Qi Gong, Tai Chi

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les cours mentionnés ci-dessus :
Spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana.

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

– Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
– ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
– ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

– Domaines et label de qualité ?
→ **Informations diverses**
– Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
– Des questions sur la prise en charge des coûts ?
→ **Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Cours de relaxation contre le stress

Comprend les programmes et cours suivants dispensés par des prestataires reconnus par Helsana :

- MBSR : combattre le stress par la pleine conscience (Mindfulness-Based Stress Reduction). Formatrices et formateurs reconnus : mindfulness.swiss
- Entraînement à la pleine conscience : spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana
- Gestion du stress : spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana

SANA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- → **Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- → **Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique, offres des partenaires d'Helsana
Cours de premiers secours CRS

Comprend les programmes et cours suivants dispensés par des prestataires reconnus par Helsana :

- Cours de premiers secours CRS (Samaritains Suisse) : cours BLS-AED (cours de 4 heures avec utilisation d'un défibrillateur), cours de secourisme (niveaux 1, 2 et 3), urgences chez les enfants en bas âge
- Cours de premiers secours en santé psychique de la CRS : cours standard pour adultes qui souhaitent aider leurs proches souffrant de problèmes psychiques (12 heures sans pause – généralement 4 demi-journées) ; offre disponible dans les associations cantonales de la CRS dans les cantons AG, BE, GR, LU, NW, OW, SG, TG et ZG
- Cours « Brevet Base Pool » de la Société Suisse de Sauvetage (SSS)

SANA	Aucune prise en charge des coûts
COMPLETA	75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à l'ensemble du domaine des cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres des partenaires d'Helsana.)
COMPLETA et COMPLETA PLUS	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 75 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 200.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines
COMPLETA et COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	– 75 % du montant de la facture, max. CHF 200.– par année civile – 60 % du montant excédentaire de la facture, max. CHF 800.– par année civile, en complément des prestations au titre de COMPLETA et pour tous les domaines

Important : le cours de secourisme pour l'examen de conduite n'est **pas** remboursé.

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Promotion du sport
Natation pour bébés et enfants

Comprend les cours suivants :
Cours de natation pour bébés, cours/école de natation pour enfants

Nous reconnaissons les prestataires certifiés suivants pour les cours mentionnés ci-dessus :
- Cours de natation pour bébés : aQuality.ch, Éducation Aquatique 1, Firstflow, spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana
- Cours de natation pour enfants : aQuality.ch, Fédération Suisse de Natation FSN (uniquement les écoles de natation agréées), spécialistes en promotion de la santé (centres de fitness/prestataires de cours) certifiés par un label de qualité reconnu par Helsana

COMPLETA PLUS	75 % du montant de la facture, max. CHF 100.– par année civile La prestation s'applique aux enfants assurés jusqu'à la fin de l'année civile de leurs 5 ans révolus.
COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	Max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à tous les programmes de promotion du sport.) La prestation n'a pas de limite d'âge et s'applique donc aux bébés, aux enfants et aux adultes.

Important : il s'agit d'un cours de natation et non d'une entrée à la piscine en plein air ou à la piscine couverte. L'abonnement est décompté et payé via l'enfant assuré et non les parents.

Important
- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Domaine Promotion du sport
Affiliation à des clubs de sport sélectionnés

Comprend les offres de promotion du sport suivantes dispensées par des prestataires reconnus par Helsana :

- Sports de montagne : affiliation au Club Alpin Suisse (CAS)
- Golf : Migros GolfCard
- Escalade : frais d'abonnement aux salles d'escalade/de bloc reconnues de l'Association Suisse des Salles d'Escalade (ASSE), centres de fitness certifiés QualiCert pour l'escalade en salle
- Ski de fond : carte d'accès aux pistes de ski de fond suisses
- Danse : cours de danse dans une école de danse affiliée à TAS
- Tennis : membre actif de clubs affiliés à Swiss Tennis
- Gymnastique : membre actif d'un club de gymnastique affilié à la FSG. Veuillez nous envoyer la facture, y compris une copie ou une capture d'écran de votre carte de membre STV/FSG.

COMPLETA EXTRA (n'est plus proposée)	Max. CHF 200.– par année civile (Le montant maximal s'applique à tous les programmes de promotion du sport, y compris la natation pour bébés et enfants.)

Important

- Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis **(accéder à la recherche de fournisseurs de prestations)** et
- ces offres/cours sont assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire et
- ils servent à la prévention et à l'amélioration de votre santé.

- Domaines et label de qualité ?
- **→ Informations diverses**
- Des questions sur l'offre/le cours approprié·e ?
- Des questions sur la prise en charge des coûts ?
- **→ Contact**

← Retour à la liste des offres reconnues

Informations diverses

Quels sont les quatre domaines de promotion de la santé ?

Nous répartissons les offres de promotion de la santé en quatre domaines :

- Fitness
- École du dos et du corps
- Cours sur l'alimentation, la relaxation, l'activité physique et offres de partenaires d'Helsana
- Maternité

Nous prenons en charge 75 % des coûts facturés par domaine au titre de SANA/COMPLETA, jusqu'à CHF 200.– au maximum par année civile. En complément des prestations au titre de COMPLETA, nous prenons en charge au titre de COMPLETA EXTRA 60 % du montant excédentaire de la facture, toutefois jusqu'à max. CHF 800.– par année civile pour tous les domaines, **ou** au titre de COMPLETA PLUS, 75 % du montant excédentaire de la facture, toutefois jusqu'à max. CHF 200.– par année civile pour tous les domaines. **La condition préalable** est que le centre de fitness ou la personne responsable du cours/le partenaire soit reconnu·e par Helsana. Vous trouverez une liste à ce sujet sur notre site Internet : accéder à la recherche de fournisseurs de prestations.

En outre, des prestations pour la promotion du sport ainsi que les cours de natation pour bébés et enfants sont versées conformément au domaine Promotion du sport.

Abonnements à l'étranger

Pour les centres de fitness à l'étranger qui ne figurent pas sur la liste, un maximum de CHF 200.– est pris en charge par année civile au titre de COMPLETA EXTRA. Le même montant maximal s'applique au titre de COMPLETA PLUS (75 % jusqu'à CHF 200.– max./année civile pour tous les domaines), pour autant qu'il n'existe pas de droit à des prestations au titre de COMPLETA.

Nos labels de qualité reconnus

- EMfit
- Qualitop
- QualiCert
- Fitness-Guide (Fitness Classification)

Une certification ne garantit pas automatiquement une reconnaissance. Votre prestataire doit être reconnu par Helsana pour les offres/cours choisis (accéder à la recherche de fournisseurs de prestations) et ces offres/cours doivent être assurés dans le cadre de votre assurance complémentaire.

Cours de fitness en ligne

Nous ne prenons pas en charge les frais des cours en ligne, des programmes d'entraînement sur application, des offres de streaming en direct ou des abonnements Fitness@home. En effet, le suivi et les corrections par la personne en charge du cours ne sont alors pas ou peu garantis pendant l'entraînement.

Important pour le remboursement

Nous ne remboursons aucuns frais pour les abonnements achetés avant le début de l'assurance. Le montant maximal s'applique par année civile et ce, même si l'abonnement soumis est valable l'année suivante. L'année suivante, le droit au montant maximal est uniquement rétabli si un nouvel abonnement est soumis.

Veuillez nous transmettre une facture détaillée ou une confirmation d'abonnement pour le remboursement.

← Retour à la liste des offres reconnues

Nous sommes là pour vous.
Helsana Assurances complémentaires SA

Questions sur la prise en charge des coûts :
Traitements en Suisse
0844 80 81 82

Traitement à l'étranger
058 340 13 55

Questions sur l'offre/le cours approprié·e :
Conseils de santé gratuits pour les bénéficiaires d'une assurance complémentaire
058 340 15 69
Du lundi au vendredi de 08h00 à 18h00
helsana.ch/conseils-de-sante

helsana.ch/contact
helsana.ch/sites

Distinguée par les meilleures notes.