

GESUNDHEIT & VORSORGE

# SVS Gesundheitshunderter

BONUS FÜR IHRE GESUNDHEIT



# Ihr SVS Gesundheitshunderter

Die SVS möchte zum Erhalt Ihrer Gesundheit beitragen. Wir belohnen Ihr Engagement mit einem **SVS Gesundheitshunderter**.

Der **SVS Gesundheitshunderter** ist für folgende Bereiche gültig:

- **Ernährung**
- **Bewegung**
- **Rauchfreiheit**
- **Mentale Gesundheit**
- **Entspannung und Körperarbeit**
- **SVS Camps**
- **Jackpot Fit Bewegungsprogramm**

## Voraussetzungen

- Sie sind bei der SVS krankenversichert bzw. anspruchsberechtigt (mitversicherter Angehörige).
- Sie investieren bei einem qualifizierten Anbieter in Ihre Gesundheit. Folgende Themen sind förderbar: Ernährung, Bewegung, Rauchfreiheit, Mentale Gesundheit, Entspannung und Körperarbeit.
- Sie haben eine Vorsorgeuntersuchung gemacht (bis zu drei Jahre vor der Antragsstellung bzw. ab 40 Jahren bis zu zwei Jahre vor der Antragstellung). Wenn Sie am Programm „Selbständig Gesund“ bzw. „Nachhaltig Gesund“ teilnehmen, entfällt der Nachweis der Vorsorgeuntersuchung.
- Bis zur maximalen Fördersumme von 100 Euro können Sie mehrere Anträge pro Jahr stellen.

**Hinweis:** Für eine ärztlich verordnete Maßnahme bzw. Therapie, Schmerz- oder Krankenbehandlung wird kein Gesundheitshunderter gewährt.

## Diese Themenbereiche werden von der SVS unterstützt

- **Bewegung:** z.B. Krafttraining, Rückenkräftigung, Personal Training, Pilates
- **Ernährung:** z.B. Ernährungsberatung, Unterstützung beim Abnehmen, Beratung bei Unverträglichkeiten
- **Mentale Gesundheit:** z.B. Entspannungstraining, Stressbewältigung, Zeitmanagement
- **Entspannung und Körperarbeit:** z.B. klassische Massagen, Shiatsu
- **Rauchfreiheit:** Beratung und Begleitung bei der Entwöhnung

## Folgende Kriterien sind von den Anbietern für den SVS Gesundheitshunderter zu erfüllen

### Bewegung

Sportwissenschaftler oder Absolvent des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport, Arzt mit ÖÄK-Diplom Sportmedizin, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Lehrwart, Instruktor oder Trainer jeweils mit staatlich anerkannter Ausbildung im Bereich Bewegung und Sport, Lizenzierte Übungsleiter (Ausbildungsumfang und Inhalt entspricht der staatlich anerkannten Ausbildungen, Mindestumfang 230 Einheiten), Yoga-, QiGong-, Tai Chi-, Yiquan-Trainer mit mind. 230 Ausbildungsstunden, Lebens- und Sozialberater eingeschränkt auf sportwissenschaftliche Beratung (§ 119 GewO idgF)

### Ernährung

Ernährungswissenschaftler oder Arzt mit ÖÄK-Diplom Ernährung, Diätologe, Lebens- und Sozialberater (§ 119 GewO idgF), eingeschränkt auf Ernährungsberatung

### Mentale Gesundheit

Arzt mit Psy-Diplom oder Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Gesundheitspsychologe oder Klinischer Psychologe, Psychotherapeut, Lebens- und Sozialberater

## Entspannung & Körperarbeit

Freiberuflicher Heilmasseur mit aufrechter Berufsberechtigung und aufrechter Gewerbeberechtigung oder Gewerblicher Masseur mit aufrechter Gewerbeberechtigung, unabhängig allfälliger Einschränkungen auf bestimmte Praktiken, Physiotherapeut

## Rauchfreiheit

Arzt oder Psychotherapeut, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Gesundheitspsychologe oder Klinischer Psychologe, Lebens- und Sozialberater

Zusätzlich setzen wir eine Qualifikation im Bereich Raucherberatung oder -therapie voraus.

Weitere Informationen erhalten Sie unter der österreichweit einheitlichen Telefonnummer 050 808 808 oder im Internet unter **[svs.at/gesundheitshunderter](https://svs.at/gesundheitshunderter)**

**Impressum:** Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen, 1051 Wien, Wiedner Hauptstraße 84–86, Tel. 050 808 808

Hersteller: Druck - SVD-Büromanagement GmbH, Wien

Foto: shutterstock (Cover)

Damit die Texte leichter lesbar bleiben, verzichten wir auf eine Unterscheidung des Geschlechts. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung geschlechtsneutral.

SG-102, Stand: 2024