

Denk nicht  
verschieben.  
Denk **Sofort**  
**ANFANGEN.**

Gesundheit & Wertvoll

VitalPlan und VitalPlan PLUS  
Die Vorsorge- und Fitnesspakete



Denk



# Denk kleine SCHRITTE, großer ERFOLG.

Wir alle haben viele gute Vorsätze, wenn es um unsere Gesundheit geht: Mehr bewegen, gesünder essen, nicht rauchen. Klingt anstrengend und im Alltagsstress vergessen wir oft, auf uns zu achten. Erschöpfung, Übergewicht, gesundheitliche Beschwerden wie Bluthochdruck, Gelenkschmerzen, Schlafstörungen und vieles mehr machen uns zu schaffen.

Der UNIQA VitalPlan zeigt mit sinnvollen und abwechslungsreichen Angeboten neue Wege auf. Wertvolle Serviceleistungen helfen, gute Vorsätze nicht aus den Augen zu verlieren. Gesund leben macht Spaß – wenn man weiß, wie es geht.

## 1. Die richtige Motivation zählt.

Wir lassen Sie nicht alleine. Unsere VitalCoaches sind ausgebildete Profis für Bewegung, Ernährung und mentale Fitness. Sie entwickeln gemeinsam mit Ihnen einen persönlichen Aktivitätenplan – Ihr innerer Schweinehund hat keine Chance mehr.

## 2. Wie gesund und fit sind Sie?

Wer gesund bleiben möchte, sollte seinen Gesundheitszustand regelmäßig überprüfen. Beim VitalCheck absolvieren Sie alle wichtigen Untersuchungen rasch und effizient unter einem Dach. Sie sparen zeitaufwendige Wege und lange Wartezeiten. Gesundheitliche Risikofaktoren können schneller erkannt und behandelt werden.

## 3. Gönnen Sie sich einen kleinen Urlaub.

Ob Wellness, sportliche Aktivität oder einfach nur Erholung pur. Nehmen Sie sich regelmäßig eine kleine Auszeit und genießen Sie entspannte Urlaubstage in einem unserer erstklassigen rund 180 VitalPlan Hotels. Sie werden begeistert sein und mit neuer Energie und frischem Schwung in den Alltag starten.



## UNIQA VitalPlan – 4 Topleistungen, die überzeugen.

### ✘ UNIQA VitalCoach

- Pro Jahr können Sie 6 VitalCoach Einheiten beanspruchen. In der 1. Einheit analysiert der VitalCoach Ihre persönliche Situation und erstellt gemeinsam mit Ihnen einen Aktivitätenplan.
- In den individuell abgestimmten Aktiveinheiten 2 bis 6 stehen gemeinsames Training, Ernährungstipps, Entspannungsübungen und vieles mehr auf dem Programm.

### ✘ UNIQA VitalHotel

Wählen Sie aus rund 180 VitalPlan Hotels – das hochwertige und vielfältige Angebot wird auch Sie überzeugen. Die wichtigsten Infos zu allen Hotels finden Sie in unserer VitalPlan

Hotel Broschüre, die wir Ihnen nach der Polizzierung zuschicken. Oder Sie informieren sich einfach online auf [www.uniqa.at](http://www.uniqa.at).

### ✘ UNIQA VitalCheck

Wir arbeiten mit Partnern in ganz Österreich zusammen und haben ein anspruchsvolles Vorsorgeprogramm mit vielen aussagekräftigen Untersuchungen für Sie zusammengestellt. Unser VitalCheck beginnt mit der genauen Auswertung der Blutprobe (z.B. einigen Tumormarkern) und enthält Untersuchungen wie z.B. Ergometrie (Belastungs-EKG), Ultraschall von Oberbauch, Nieren und Halsschlagader oder Lungenfunktionstest. Damit bieten wir Ihnen höchsten medizinischen Standard.

### ✘ Med PLUS24service – Ihre Gesundheitshotline

Sie haben Fragen zum Thema Gesundheit? Unser Ärzteteam gibt telefonisch oder per E-Mail rasch Antwort. Ob ärztliche Zweitmeinung, Vorsorge- oder Reisemedizin, Informationen zu Krankenhäusern oder Ärzten, Ernährungstipps oder Hilfsdienste – Sie bekommen schnell und einfach Unterstützung. Dieses wertvolle Service ist kostenlos. Sie können es nutzen, so oft Sie wollen.



## Wie oft können Sie die Leistungen VitalCoach, VitalCheck und VitalHotel beanspruchen?

- Pro Kalenderjahr kann maximal nur eine Leistung abgerufen werden.
- Beanspruchen Sie in einem Jahr die 6 VitalCoach Einheiten, so dürfen Sie im nächsten Kalenderjahr wieder eine der 3 Leistungen auswählen.
- VitalHotel oder VitalCheck können Sie alle 2 Kalenderjahre beanspruchen. Das bedeutet, dass im folgenden Kalenderjahr keine der 3 Leistungen abgerufen werden kann.

## So könnte Ihr persönlicher VitalPlan aussehen:

|                   | 1. Jahr    | 2. Jahr        | 3. Jahr        | 4. Jahr  |
|-------------------|------------|----------------|----------------|--|
| <b>Beispiel 1</b> | VitalCoach | VitalCoach     | VitalCoach     | VitalCoach                                       |
| <b>Beispiel 2</b> | VitalCoach | VitalHotel     | Keine Leistung | Wahlweise VitalCoach, VitalCheck oder VitalHotel |
| <b>Beispiel 3</b> | VitalHotel | Keine Leistung | VitalHotel     | Keine Leistung                                   |
| <b>Beispiel 4</b> | VitalCheck | Keine Leistung | VitalCoach     | Wahlweise VitalCoach, VitalCheck oder VitalHotel |

# Denk Coach statt Couch.



## UNIQA VitalPlan PLUS.

Für besonders gesundheitsbewusste und ehrgeizige Kunden haben wir einen speziellen 3-Stufenplan entwickelt. Er ist nur in Kombination mit einer Sonderklasse-Versicherung abschließbar.

### Stufe 1 – UNIQA VorsorgeProgramm

In Ergänzung zur staatlichen Vorsorgeuntersuchung bei einem Vertragspartner von UNIQA werden zusätzliche wichtige Gesundheitsdaten erhoben, z.B. umfangreichere Laboruntersuchungen und Ultraschall des Oberbauchs und der Nieren.

### Stufe 2 – UNIQA FitnessProfil

Unser FitnessProfil basiert auf einem genormten Prüfverfahren und wurde speziell für UNIQA Kunden mit weiteren Bausteinen ergänzt, z.B.: Ruhe- und Belastungs-EKG, Ausdauercheck, Koordinationstest, Untersuchung der Wirbelsäule durch MediMouse und vieles mehr.

Jeder, der das FitnessProfil absolviert, darf sich über folgende Leistungen freuen:

- 6 VitalCoach Trainingseinheiten

- Zwei Wochen Gratis-Training plus zwei kostenlos geführte Trainings in einem unserer Partner FitnessCenter
- Bis zu 50% Rabatt bei unseren Partner FitnessCentern
- Med PLUS24service – die kostenlose Gesundheitshotline zum UNIQA Ärzteteam.

### Stufe 3 – UNIQA ReCheck

Im nächsten Kalenderjahr absolvieren Sie das UNIQA FitnessProfil und das UNIQA VorsorgeProgramm nochmals. Haben Sie beim UNIQA FitnessProfil 2x in Folge den Normwert erreicht oder übertroffen und auch das UNIQA VorsorgeProgramm in den beiden Jahren absolviert, so belohnt UNIQA Ihre gesundheitlichen Erfolge zusätzlich mit:

- Einem Gratisaufenthalt in einem UNIQA VitalPlan Hotel
- Einer Prämiegutschrift auf Ihre Krankenhauskostenversicherung bei UNIQA.

# Denk WEITER...



## Sonderklasse-Versicherung

Für alle, die sich nach Unfall und Krankheit beste medizinische Betreuung im Spital und beim Arzt Ihres Vertrauens wünschen. Wir haben für jedes Budget und jede Lebenssituation den passenden Versicherungsschutz.

## Elektronisches Postfach – Jetzt registrieren!

Melden Sie sich gleich auf [www.uniqa.at](http://www.uniqa.at) an und lassen Sie sich Polizen und andere Schriftstücke online in Ihr Postfach zustellen. Sie vermeiden Papierberge und haben Ihre Unterlagen durch das elektronische Ablagesystem immer und überall griffbereit.



### UNIQA vor Ort, vor Ort, vor Ort ...

- [www.uniqa.at](http://www.uniqa.at)  
Hier finden Sie unsere Berater.  
An über 400 Standorten ganz in Ihrer Nähe.
- +43 (0) 50677-670  
Unser Kundenservice erreichen Sie rund um die Uhr.
- [info@uniqa.at](mailto:info@uniqa.at)  
Oder Sie schicken uns einfach ein E-Mail.
- [www.facebook.com/uniqa.at](http://www.facebook.com/uniqa.at)  
Wir freuen uns auch über Ihren Besuch auf Facebook.

Für weitere Informationen fragen Sie Ihren persönlichen Berater.

