

Concorso

Vincete un pratico zainetto da corriere!

«VisanaFORUM» mette in palio 20 zainetti. Vincete uno degli spaziosi zainetti, simili a quelli usati dai corrieri in bicicletta: ideali per la scuola, il lavoro e il tempo libero.

Questo zainetto, robusto e resistente, è veramente comodo grazie alle ampie cinghie regolabili e a una stabile impugnatura. Vanta uno scarso peso e un design assolutamente accattivante. È idrorepellente e lavabile.



Grazie alla chiusura con cinghie, lo zainetto presenta un volume variabile su misura per il contenuto ed è molto spazioso. Dispone di pratiche tasche con zip a tergo e all'interno.Cogliete l'occasione e partecipate all'estrazione.

Tagliando del concorso

Vorrei vincere uno zainetto.

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Ritagliare il coupon, incollarlo su una cartolina postale e inviarlo entro il 20 ottobre 2007 a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15.

O partecipate al concorso in Internet al sito www.visana.ch. Buona fortuna!

Sul concorso non si terrà corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali.



Premi 2008
Si passa ad una
fase di distensione:
aumenti pari a zero o
minimi adeguamenti

Pagina 3

Assegni Wellness
Approfittate
delle offerte varie
e attraenti

Pagina 6

Fritz Britt
Il Direttore di
santésuisse si
esprime sulla
politica sanitaria

Pagina 30

Sommario

- 3 Niente aumenti (o quasi) per il 2008
- 6 Approfittate degli assegni Wellness
- 9 Fisioterapia: terapie ottimali grazie a una buona rete
- 10 Bentornato al lavoro!
- 12 Perché sono necessarie le assicurazioni complementari
- 14 Corinne Schwarz: «La sorte dei clienti mi tocca profondamente»
- 16 Gita in campagna con tutta la famiglia
- 18 Benessere al lavoro
- 20 Ecco il nuovo conteggio delle prestazioni
- 22 Guadagnarsi senza sforzo un paio di franchi...
- 23 Notizie diverse
- 26 Un giro in bici sulla via del cuore
- 28 Come possono essere ridotti i costi sanitari
- 30 A colloquio con Fritz Britt, Direttore di santésuisse
- 32 Vincete un pratico zainetto da corriere

Nota editoriale: VisanaFORUM è una pubblicazione per i clienti della Visana Assicurazione malattie ed esce quattro volte all'anno. **Redazione:** Stephan Fischer, Peter Rüegg, Urs Schmid, Bernhard Wyss. **Indirizzo:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. **Fax:** 031 357 99 32. **E-mail:** forum@visana.ch. **Grafica:** Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Hittnau. **Stampa:** Benteli Hallwag Druck AG, Berna. **Internet:** www.visana.ch

Cambiamenti di indirizzo: se l'indirizzo è sbagliato oppure se avete ricevuto diverse copie di VisanaFORUM senza averle richieste, non esitate a rivolgervi alla vostra agenzia Visana (troverete l'indirizzo e il numero di telefono sulla vostra polizza).

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

Dapprima la buona notizia: la Visana vi presenta delle novità positive per quanto concerne i premi 2008. Troverete maggiori informazioni a pagina 3.

Nonostante queste buone notizie dal «fronte dei premi» (per usare un'espressione marziale) alla Visana non siamo soddisfatti degli sviluppi della nostra politica sanitaria. Le necessarie riforme vengono messe in pratica troppo lentamente. Come tutti ben sanno, la politica federale si muove solitamente con i piedi di piombo e ciò non solo per quanto concerne la politica sanitaria bensì anche per altri settori.

La lentezza e la prudenza saranno pure delle virtù quando si tratta di ponderare vantaggi e svantaggi di una decisione. Pertanto il mondo politico raramente agisce e spesso rincorre i fatti o aspetta apatico le conseguenze di un tale atteggiamento, nonostante sussista la necessità di agire.

Questo è il caso per la politica sanitaria svizzera. Qui però, secondo noi della Visana, si sta esagerando con la calma: da anni le riforme di politica sanitaria vengono trascinate all'infinito. Alla vigilia delle votazioni federali la minima iniziativa del nostro Parlamento si arresta completamente.

Non è certo una consolazione che dopo una fase di quiete dei premi, dall'anno scorso, adesso nel settore sanitario si delinea un cambiamento di tendenze. Il calo delle crescite dei costi sanitari è durato una sola estate, purtroppo. Dall'inizio di quest'anno la curva è di nuovo in salita.

La Visana continuerà ad impegnarsi per un approvvigionamento sanitario ottimale con premi sostenibili. Questo, cari clienti, nel vostro interesse. Vi ringraziamo per la fiducia accordata alla Visana.

Albrecht Rychen
Presidente del Consiglio
d'amministrazione

Peter Fischer
Presidente della Direzione



Niente aumenti (o quasi) per il 2008

La Visana lavora bene per voi. Grazie a un rigoroso controllo dei conti, a un buon esercizio 2006 e a sufficienti riserve, nel 2008 per la Visana si prevedono adeguamenti modesti dei premi per quanto concerne l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS), mentre per quanto riguarda le assicurazioni complementari facoltative i premi resteranno invariati e in alcuni casi verranno addirittura ridotti.

«VisanaFORUM» ha rivolto a Peter Fischer, Presidente della Direzione della Visana, alcune domande sulla politica dei premi dell'azienda e sull'andamento della spesa sanitaria svizzera.

VisanaFORUM: per anni i premi dell'assicurazione malattie sono aumentati sensibilmente. Ora, all'improvviso, non aumentano più o quasi più. Perché?

Peter Fischer: Dietro a questa tendenza favorevole ci sono quattro elementi: primo, nel 2006 la spesa sanitaria è aumentata meno del previsto. Secondo, la Visana dispone di riserve e accantonamenti sufficienti. Terzo, alla Visana eseguiamo, nell'interesse dei nostri assicurati – e quindi nel vostro interesse – un rigoroso controllo delle fatture di medici, ospedali, ecc. (n.d.r. a questo proposito, vi segnaliamo il grafico a pagina 4). Quarto, il Consiglio federale ha deciso che le riserve minime prescritte per legge nell'AOMS debbano essere ridotte.

In futuro, quindi, dovremo aspettarci aumenti meno consistenti dei premi?

Una rondine non fa primavera, come recita un noto proverbio. La flessione della spesa sanitaria è solo un fenomeno passeggero: dall'inizio di quest'anno, infatti, registriamo nuovamente un rincaro più sensibile. Per

sino l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) – le cui stime dei costi non sono notoriamente mai

2008: premi ridotti, invariati o lievemente aumentati

Per il 2008, la Visana ha buone notizie per voi sul fronte dei premi:

- Nell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS) – detta anche assicurazione di base – si registreranno adeguamenti dei premi inferiori all'un per cento (media nazionale). Ciò vale, in particolare, anche per l'intero Canton Berna.
- Per quanto concerne le assicurazioni complementari facoltative, in generale i premi resteranno invariati.
- Gli assicurati di età superiore a 61 anni che hanno stipulato l'assicurazione complementare ospedaliera per il reparto privato e semiprivato, vedranno addirittura ridurre il premio del cinque per cento.
- I premi delle assicurazioni complementari facoltative potranno aumentare solo se l'anno successivo l'assicurato rientrerà in una classe d'età superiore.
- La Visana non offre solo premi competitivi, ma anche servizi e possibilità di risparmio sui premi davvero interessanti.
- Ma non è tutto: a partire dal 2008, nel neonato Visana Club troverete offerte interessanti ed entusiasmanti per la famiglia. Lasciatevi sorprendere. Ne saprete di più leggendo il numero 1/08 di VisanaFORUM, che riceverete a casa vostra alla fine di febbraio.

troppo elevate – prevede per l'anno in corso un incremento superiore a 700 milioni di franchi, pari al 3,2 per cento.

Quindi, nei prossimi anni, dovremo stringere di nuovo la cinghia?

Sarebbe irresponsabile fare una previsione del genere già da adesso. Ma, per quanto riguarda la Visana, posso dire che in fatto di politica dei premi non ci piace giocare alle montagne russe, ovvero lasciare che i premi scendano in picchiata per poi risalire con brusche impennate. La nostra politica dei premi è sempre stata moderata. E, nell'interesse dei nostri assicurati, continuerà ad esserlo anche nei prossimi anni. Questo possiamo dirlo fin d'ora, perché della nostra buona situazione a livello di riserve beneficiano direttamente i nostri assicurati in quanto le riserve vengono impiegate per contenere il necessario adeguamento dei premi. Inoltre, nei prossimi anni intensificheremo i controlli dei conti.

Quel che importa, però, è l'andamento dei costi. Cosa può dirci in proposito?

Come ho già detto, purtroppo non siamo di fronte a un'inversione di tendenza nell'andamento dei costi. Anzi,



La Visana si impegna costantemente per ottimizzare il cosiddetto controllo delle prestazioni, ovvero il controllo delle fatture di medici, di ospedali ecc. Il grafico mostra quanti costi la Visana non ha dovuto pagare negli ultimi anni. In alcuni casi non esisteva la copertura assicurativa per la prestazione fatturata, in altri casi la Visana ha richiesto la restituzione di importi conteggiati erroneamente oppure ha richiesto rimborsi ad altre assicurazioni. Il controllo delle prestazioni ha permesso alla Visana di non assumere circa il 20 per cento delle prestazioni conteggiate nell'anno 2006 per l'importo di circa 2,7 miliardi di franchi.

Risparmiare sui premi con la Visana

Lo sapete che potete ottimizzare i vostri premi e risparmiare denaro senza perdere nulla sulle cure medico-sanitarie?

Potete risparmiare

- sull'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS) – detta anche assicurazione di base
- sulle assicurazioni complementari facoltative
- e, infine, sulla nostra assicurazione domestica e di responsabilità civile privata e sulla nostra assicurazione di stabili (le cosiddette assicurazioni Directa).

Troverete ulteriori informazioni sulle possibilità di risparmio al sito www.visana.ch e su VisanaFORUM EXTRA, che riceverete nel mese di ottobre assieme alla vostra nuova polizza. Naturalmente, la vostra agenzia Visana sarà lieta di offrirvi una consulenza individuale.

I premi non sono ancora stati approvati

La Visana ha inoltrato i premi 2008 per l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS) all'autorità di vigilanza competente, ovvero l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), entro i termini previsti. Lo stesso dicasi per i premi delle assicurazioni complementari facoltative ai sensi della Legge sul contratto d'assicurazione (LCA), la cui sorveglianza spetta all'Ufficio federale delle assicurazioni private (UFAP). Entrambe le istanze devono approvare i premi prima che questi possano essere applicati.

Alla chiusura redazionale di questo numero di VisanaFORUM, le autorità di vigilanza non avevano ancora rilasciato le loro approvazioni. Dunque, troverete i premi per l'anno 2008 nella vostra nuova polizza, che riceverete nel mese di ottobre.

Peter Fischer
a colloquio con
VisanaFORUM

Riduzioni dei premi e prestazioni integrative

Se percepite un reddito modesto, è possibile che abbiate diritto a un contributo statale per il pagamento del premio della vostra assicurazione di base, la cosiddetta riduzione individuale dei premi. In tal caso, avreste diritto anche a delle prestazioni integrative. Informatevi presso la filiale AVS del vostro comune di residenza o presso l'amministrazione cantonale. Nel numero 4/07 di VisanaFORUM troverete una descrizione su come e dove richiedere la riduzione individuale dei premi.

dobbiamo nuovamente registrare un forte incremento. A maggior ragione, è importante che tutte le parti in causa nel nostro sistema sanitario si impegnino insieme a fare le necessarie riforme. In primo piano ci sono la correzione del finanziamento degli ospedali e delle cure e la riforma della compensazione dei rischi. Per fortuna, il Consigliere federale Pascal Couchpin è in procinto di ricontrollare i prezzi dei medicinali allo scopo di ridurli nuovamente.

È scettico riguardo al futuro?

Più che scettico direi realista. Noi tutti invecchiamo e tutti vogliamo invecchiare in salute. Non solo: tutti vogliamo beneficiare dei progressi della medicina. Ma dobbiamo sapere che questo ha un prezzo.

Intervista:

Christian Beusch

Responsabile Comunicazione aziendale

Approfittate degli assegni Wellness

Stare bene risparmiando. Con gli assegni Wellness 2008 della Visana, per un valore complessivo di 375 franchi, risparmierete non solo nella prevenzione di malattie e lesioni, ma promuoverete anche il vostro benessere.

Approfittate dell'ampia offerta della Visana e riscuotete nel 2008 gli assegni che preferite per i provvedimenti di prevenzione più svariati.

Ecco come fare

1. Partecipate a un corso sulla salute o scegliete un programma di fitness.
2. Per le prestazioni ricevute richiedete una fattura oppure una ricevuta rilasciata a vostro nome.
3. Inviare i giustificativi con i dati necessari (vedasi «regole del gioco») e l'assegno Wellness al vostro centro delle prestazioni Visana.
4. Dopo l'esame dei documenti, vi sarà rimborsata la somma che vi spetta.

Le «regole del gioco»

- Tutti gli assicurati delle categorie Ambulatoriale, Basic o dell'assicurazione complementare Managed Care Ambulatoriale hanno diritto agli assegni Wellness 2008. Per ogni famiglia gli assegni Wellness vengono inviati in un solo esemplare con la rivista VisanaFORUM 3/07. Per altri membri della famiglia assicurati presso la Visana (con la copertura summenzionata), gli assegni possono essere richiesti presso l'agenzia competente oppure scaricati direttamente in Internet al sito www.visana.ch
- Gli assegni Wellness sono validi per attività e corsi a partire dal 1° gennaio 2008.
- Per le nuove ammissioni gli assegni sono validi a partire dalla data d'adesione alla Visana (inizio dell'attività o del corso).

- Gli assegni Wellness devono essere inviati al più tardi entro il 31 gennaio 2009.
- Per ogni fattura può essere fatto valere un solo assegno.
- Sulle fatture devono essere indicati: nome e cognome, numero di assicurato, breve descrizione dell'attività, date del corso, rispettivamente inizio e durata, località, costi, timbro e firma dell'emittente della fattura oppure scontrino di cassa.
- Gli assegni possono essere riscossi soltanto da assicurati che alla data d'invio non hanno dato la disdetta dell'assicurazione alla Visana.
- Gli assegni non possono essere impiegati per il pagamento della franchigia o dell'aliquota percentuale.

Björn Buggel
Marketing Clienti privati

Validi per il 2008, da conservare. Questa offerta speciale è valida per tutti gli assicurati Visana con assicurazione Ambulatoriale, Basic o con l'assicurazione complementare Managed Care Ambulatoriale.

I vostri assegni Wellness 2007 saranno validi solo fino al 31.1. 2008!



Prestazioni

- ◆ al massimo CHF 200.— per un abbonamento annuo (rispettivamente almeno quattro abbonamenti da 10 entrate)
- ◆ al massimo CHF 100.— per un abbonamento semestrale (rispettivamente almeno due abbonamenti da 10 entrate)

Cosa è accettato?

- ◆ Abbonamenti a centri di fitness aperti al pubblico per l'allenamento muscolare (sono esclusi gli attrezzi domestici)
- ◆ Abbonamenti di saune, bagni termali, turchi e salini aperti al pubblico (sono escluse le saune domestiche)

fitness

ASSEGNO N° 1
2008 Riscuotibile entro il 31.1.2009

INCOLLATE QUI L'ETICHETTA DELLE PRESTAZIONI (CON IL VOSTRO NOME)

Prestazioni

- ◆ al massimo CHF 100.— per corsi di oltre 10 lezioni
- ◆ al massimo CHF 50.— per corsi fino a 10 lezioni o per corsi di 2 giorni

Cosa è accettato?

- ◆ Corsi di distensione attiva, ad es. training autogeno, Thai Chi, Yoga, Qi Gong, ginnastica per gestanti e post-parto

wellness

ASSEGNO N° 2
2008 Riscuotibile entro il 31.1.2009

INCOLLATE QUI L'ETICHETTA DELLE PRESTAZIONI (CON IL VOSTRO NOME)

Prestazioni

- ◆ al massimo CHF 50.— per corsi

Nessuna prestazione per entrate a piscine coperte o all'aperto e quote di iscrizione ad associazioni sportive.

Cosa è accettato?

- ◆ Corsi di fitness attivo di almeno 8 lezioni, ad es. aerobica, acquagym, bodytoning, bodyforming, cardio fitness, ginnastica jazz, nordic-walking, pilates e ginnastica

fit&fun

ASSEGNO N° 3
2008 Riscuotibile entro il 31.1.2009

INCOLLATE QUI L'ETICHETTA DELLE PRESTAZIONI (CON IL VOSTRO NOME)

Prestazioni

- ◆ CHF 25.— (è escluso il pagamento in contanti)

Cosa è offerto?

- ◆ Lasciatevi sorprendere! L'offerta sarà pubblicata nel 2008 su VisanaFORUM (è possibile una sola ordinazione)

surprise

ASSEGNO N° 4
2008 Riscuotibile entro il 31.1.2009

INCOLLATE QUI L'ETICHETTA DELLE PRESTAZIONI (CON IL VOSTRO NOME)

Terapie ottimali grazie a una buona rete

Lo scambio di know-how permette di ottimizzare l'assistenza. A Berna diversi studi di fisioterapia hanno creato una rete per fornirsi reciproco appoggio e consulenza allo scopo di permettere ai pazienti di curarsi in modo ideale.

Gli studi bernesi di fisioterapia Gygax & Zurbuchen, Hildebrandt, ElfenauPark, Stefano Nesi (Köniz) e il centro sanitario DINAMO sono dei «pionieri» nel settore della terapia training medica a Berna. Per supportarsi reciprocamente, questi studi hanno creato una rete di fisioterapisti.

Trasferimento di know-how e scambio di esperienze

Gli studi organizzano fra loro corsi di perfezionamento professionale, si scambiano esperienze e si aiutano reciprocamente a trovare la soluzione ideale a vari problemi. Quando un terapeuta non dispone di valori empirici per un determinato trattamento, può rivolgersi ai colleghi che hanno conoscenze più approfondite in merito. In questo modo, la rete riesce a garantire terapie di qualità perfettamente rispondenti alle esigenze dei pazienti.

25 000 i pazienti curati finora

Sono ormai una trentina i fisioterapisti che usufruiscono regolarmente della rete per fornirsi reciprocamente aiuto, consigli e informazioni. Assieme, negli ultimi anni hanno seguito circa 25 000 pazienti. Se può essere utile alla terapia o per comodità degli assistiti, gli studi si scambiano anche i pazienti, in quanto per la rete di fisioterapisti il loro benessere viene prima di tutto.

www.physiotherapienetzwerkbern.ch

Urs Schmid

Comunicazione aziendale

«Più tempo per ciò che conta di più»

La Visana riconosce i successi ottenuti dalla rete di fisioterapisti di Berna ed è lieta che essi si impegnino così tanto per garantire trattamenti di qualità. Gli assicurati della Visana ne traggono vantaggio in termini di terapie di alto livello ma anche mirate. La Visana ha dunque cercato assieme alla rete delle possibilità per incentivare l'impegno di questi fisioterapisti. Le disposizioni della Legge sull'assicurazione malattie e degli attuali contratti escludono la possibilità di un'indennità finanziaria. Di conseguenza, abbiamo cercato di semplificare l'iter amministrativo per lasciare ai terapisti più tempo da dedicare all'aspetto per loro più importante: il trattamento dei pazienti.

Jonathan Städeli

Caporeparto del supporto alle prestazioni Visana



Bentornato al lavoro!

Colloqui di rientro coronati da successo. Un anno fa la Clinica Bethesda nel Seeland bernese ha introdotto il colloquio di rientro in collaborazione con la Visana. Dopo essere rimasti assenti per malattia o infortunio, i collaboratori sanno apprezzare di essere nuovamente benvenuti al lavoro.

Il lavoro nel settore sanitario può essere molto stressante. Il contatto quotidiano con persone colpite da un duro destino risucchia letteralmente molte energie. Se si riscontrano poi pochi successi o addirittura non se ne riscontrano affatto, possono subentrare rassegnazione e frustrazione. Chi è esposto provvisoriamente o permanentemente a questa situazione è più soggetto ad ammalarsi. In un colloquio di rientro, condotto quando si riprende l'attività lavorativa, si rilevano all'origine proprio questi fattori di stress e si discutono possibili soluzioni.

Clinica con vista sul lago

Una volta, a Tschugg presso Ins, la famiglia patrizia bernese von Steiger trascorreva i mesi estivi. Dalla loro residenza estiva godevano una splendida vista sul Seeland bernese. Oggi la residenza ospita la Clinica Bethesda



Jacqueline Zwahlen,
responsabile del personale Clinica Bethesda
Tschugg (BE)

dove 300 collaboratori circa si occupano di al massimo 150 pazienti nei reparti specializzati in epilessia, Parkinson e neuroriabilitazione. La responsabile del personale Jacqueline Zwahlen spiega come mai i colloqui di rientro migliorano la situazione di lavoro del personale.

Colmare rapidamente le lacune

«Chi rientra al lavoro dopo un'assenza per malattia o infortunio presenta lacune informative da colmare quanto prima», afferma Jacqueline Zwahlen. Si tratta di chiarire assieme questioni del tipo «Che cosa è successo durante l'assenza, è cambiato lo stato dei pazienti, sono state introdotte nuove cure?».

Per raggiungere questo obiettivo, alla Clinica Bethesda sono stati introdotti da un anno dei colloqui di rientro standardizzati a prescindere dalla lunghezza dell'assenza. In questi colloqui i superiori sondano se il collaboratore si sente nuovamente bene e se è pronto a riprendere il lavoro. I collaboratori devono accorgersi che ci si è «accorti» del loro rientro e che li si prende sul serio.

Riconoscere tempestivamente i problemi

Una parte importante del colloquio è dedicata al chiarimento delle ragioni dell'assenza. Se i collaboratori si ammalano, sono i colleghi a doversi assumere il loro

lavoro. Quando le assenze si ripetono, la situazione può diventare stressante per il gruppo ed è possibile che si verifichino altre assenze. È dunque importante rilevare quanto prima se le assenze sono causate da problemi inerenti al posto di lavoro.

«Quando sono stati introdotti i colloqui di rientro ci sono state anche delle critiche in quanto si pensava che i colloqui fossero dei semplici strumenti di controllo per verificare se qualcuno fosse veramente ammalato», spiega Jacqueline Zwahlen. «Siamo riusciti però a dimostrare che non era così. E il colloquio di rientro standardizzato è diventato uno strumento riconosciuto sia per i superiori che per i collaboratori.»

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale

Centro terapeutico leader

La Clinica Bethesda si trova nel Comune di Tschugg con vista sul Seeland bernese. La Clinica specializzata, fondata nel 1886, ha posto per 150 pazienti. È specializzata in malattie acute e croniche e lesioni del sistema nervoso. Il reparto epilessia, il centro Parkinson e la neuroriabilitazione sono centri terapeutici fra i più famosi della Svizzera.

La vasta offerta di servizi comprende cure mediche stazionarie e ambulatoriali, diagnostica, un vasto ventaglio di forme terapeutiche (fisioterapia ed ergoterapia, logopedia, neuropsicologia, terapia musicale, pittorica e manuale, ecc.), cure riabilitative, orientamento professionale e servizio sociale.

La Visana aiuta a ridurre le assenze anche presso il datore di lavoro

La Visana aiuta, oltre ai privati, anche le aziende e offre loro vari prodotti e servizi nei settori dell'assicurazione contro gli infortuni e dell'assicurazione d'indennità giornaliera. Le aziende possono così aumentare la loro attrattiva in qualità di datori di lavoro nei confronti dei loro collaboratori.

In collaborazione con la SIZ Care SA, la Visana appoggia ad esempio le aziende fornendo loro soluzioni personalizzate per ridurre le assenze dovute a malattia e infortunio. I provvedimenti comprendono la prevenzione, l'assistenza della persona che non è in grado di lavorare e la sua reintegrazione nel processo lavorativo.

Troverete informazioni dettagliate sui servizi della Visana al sito www.visana.ch > Clienti aziendali, oppure rivolgendovi direttamente a Rita Buchli, telefono 031 357 94 76, e-mail: rita.buchli@visana.ch

Ottimizzate la vostra protezione assicurativa

Soddisfare le proprie esigenze e i desideri personali. L'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS), anche denominata assicurazione di base, offre un'ampia protezione in caso di malattia, d'infortunio e di maternità. Riporta però anche delle lacune e raggiunge dei limiti in quanto alle prestazioni che da una parte non soddisfano le esigenze e i desideri personali e che dall'altra potrebbero diventare care.

Le assicurazioni complementari facoltative sono in grado di colmare queste lacune e, in caso di soggiorno ospedaliero, non solo offrire un maggiore comfort bensì, soprattutto, anche le cure del medico scelto e un'assistenza più mirata. La Visana offre assicurazioni complementari attrattive. Questo viene anche confermato da test di confronto indipendenti.

Cosa paga la AOMS?

La AOMS assume i costi delle prestazioni volte a diagnosticare o a curare una malattia e i relativi postumi nonché in caso di infortunio e di maternità. Questo comprende gli esami, le terapie e le cure dispensate ambulatorialmente, al domicilio del paziente, in ospedale, parzialmente in ospedale o in una casa di cura. Sono compresi

anche i medicinali indicati nel cosiddetto elenco delle specialità.

Salvo i casi eccezionali, i trattamenti ambulatoriali vengono assunti soltanto nel cantone di domicilio o presso il luogo di lavoro. In caso di degenza ospedaliera, la AOMS paga – anche questo solo in casi d'urgenza – soltanto il trattamento e il soggiorno nel reparto comune di un ospedale pubblico nel cantone di domicilio.

Quali sono le lacune?

L'assicurazione di base riporta numerose lacune nella copertura che potrebbero eventualmente riservare brutte sorprese. Ecco alcuni esempi:

- **Spese di trasporto:** vengono assunti il 50 per cento dei costi, al massimo 500 franchi per i trasporti in Svizzera. Questo importo è abbastanza modesto. La AOMS non assume inoltre prestazioni in caso di rimpatrio dall'estero, necessario dal profilo medico.
- **Medicina complementare:** ci tenete alle cure di medicina complementare? Allora avete bisogno di una rispettiva assicurazione complementare o dovete pagare le spese

di tasca propria poiché, all'infuori dell'agopuntura, l'assicurazione di base non assume terapie alternative.

- **Cure ortodontiche:** per i bambini e gli adolescenti sono sempre più importanti; portare gli apparecchi è diventato alla moda. Gli apparecchi devono essere pagati di tasca propria a meno che non disponiate di un'assicurazione che ne copra i costi.
- **Cure dentarie:** eccetto per le affezioni molto particolari e in caso d'infortunio, l'assicurazione di base non assume prestazioni per le cure dentarie.

Libera scelta dell'ospedale

Con un'assicurazione ospedaliera complementare avete più opportunità di scelta:

- **«Tutta la Svizzera reparto comune»:** potete farvi curare nel reparto comune di un ospedale a libera scelta anche fuori dal cantone di domicilio.
- **«Semiprivato»:** degenza in una camera a due letti e libera scelta del medico.
- **«Privato»:** avete a disposizione una camera singola e potete scegliere liberamente il proprio medico.
- Nelle varianti «semiprivato» e «privato» oltre alla camera a due o a un letto, spesso avete ancora più comfort: assistenza più intensa e più

«Basic» – una scelta intelligente

Con il pacchetto di assicurazione complementare «Basic» la Visana vi offre un'ottima soluzione. Con questa assicurazione coprite le assicurazioni complementari preferite: Ambulatoriale, Complementare, assicurazione di viaggio Vacanza (durante otto settimane per ogni singolo viaggio) e Ospedale. Inoltre con l'assicurazione complementare Ospedale potete scegliere tra «tutta la Svizzera reparto comune», «semiprivato» o «privato».

Differenze rispetto alla AOMS

Contrariamente all'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS), l'assicuratore può limitare le prestazioni nelle assicurazioni complementari facoltative (cosiddette «esclusioni»). Non è inoltre tenuto ad accettare una proposta per l'assicurazione complementare.

Contrariamente alla AOMS, l'assicuratore può fare delle domande concernenti le condizioni di salute della persona da assicurare. In caso di indicazioni incomplete o false, l'assicuratore ha il diritto di eseguire esclusioni successive o di disdire il contratto.

mirata, vasta scelta di menu, orari di visita più flessibili, comodità come TV a colori, impianto DVD e CD.

Colmare le lacune e soddisfare le esigenze personali

Potete colmare le lacune assicurative della AOMS e soddisfare le esigenze personali con delle assicurazioni complementari facoltative. Se quindi non volete soltanto il minimo indispensabile la Visana può presentarvi offerte interessanti e attraenti.

Potete trovare ulteriori informazioni sul sito www.visana.ch o rivolgervi alla vostra agenzia che sarà ben volentieri a vostra disposizione per consigliarvi con competenza.

Yvonne Kohler
Responsabile Marketing Clienti privati



«La sorte dei clienti mi tocca profondamente»



A colloquio con Corinne Schwarz. Corinne Schwarz è segretaria del servizio medico di fiducia presso il centro di prestazioni Visana di San Gallo e ha sempre una parola di conforto per i propri clienti.

Quando i collaboratori del centro di prestazioni di San Gallo – che controlla e provvede al pagamento delle fatture di medici, ospedali ecc. – hanno dubbi di natura medica si rivolgono a Corinne Schwarz. Grazie alla sua preparazione e alla sua esperienza in questo campo, è in grado di rispondere direttamente a diverse domande. «Mi piace l'ampia autonomia di cui godo nella mia professione e la libertà di potermi organizzare il lavoro come preferisco», racconta.

Anello di congiunzione tra medici e collaboratori

Corinne Schwarz funge anche da «mediatrice» tra i collaboratori della

Visana e i due medici di fiducia. Durante due mezze giornate alla settimana discute con loro dei vari casi.

I medici di fiducia consigliano la Visana in questioni mediche specifiche, come pure in materia di rimborsi e applicazione delle tariffe. Dalla loro posizione di soggetti neutrali, dispensano consigli in base ai quali i collaboratori della Visana decidono, ad esempio, se e in che misura accettare il pagamento di una fattura.

Pile di carta fin dove giunge lo sguardo

«Trovo molto appassionante l'aspetto medico del mio lavoro perché, in quanto assistente di farmacia, provengo da questo settore», dice Corinne Schwarz. «Collaborare con i medici è interessante e mi diverte.» Poi lei trasmette i consigli dei medici ai collaboratori che le avevano chiesto un parere. Anche con loro, la Schwarz ha un buon rapporto perché anche lei prima lavorava «in prima linea».

Entrando nell'ufficio del servizio medico di fiducia si ha l'impressione di essere in un archivio. Centinaia se non migliaia di pratiche tappezzano le pareti della stanza. «Sono i fascicoli medici dei vari casi» spiega Corinne Schwarz, che custodisce questi dati riservati come delle reliquie. L'ufficio viene sempre chiuso a chiave, «anche quando esco solo per andare a prendermi un caffè». Nemmeno il personale addetto alle pulizie può entrare nel suo ufficio quando lei non c'è.

Vicinanza emotiva per gli interessati

Dietro a tutte queste pratiche ci sono persone in carne ed ossa. Persone con cui Corinne Schwarz è in contatto più o meno frequentemente. Di alcuni assicurati conosce perfettamente la storia clinica. «Con i pazienti coi quali



ho spesso a che fare nasce un certo legame», confessa. A volte le capita addirittura di consolarli, ovvero quando la chiamano li ascolta volentieri e li conforta un po'. Partecipa al loro dolore e si augura di poterli aiutare e che la loro situazione migliori.

Una sportiva giramondo

Corinne Schwarz vive con il compagno, due gatti e un cane nella campagna di Abtwil, non lontano da San Gallo. Si tiene in forma con il Tae Bo, un mix di aerobica e kick boxing, e si rilassa dagli impegni quotidiani uscendo con gli amici.

Quando non lavora viaggia, magari in un angolo sperduto del pianeta. Costa Rica, Panama, Thailandia... a soli 28 anni, la nostra amica originaria di Turgovia ha già visto il mondo molto più di quanto altri non abbiano fatto in tutta la loro vita. «Amo viaggiare: allarga gli orizzonti e ti fa vedere le cose in modo diverso», dice con entusiasmo. Non c'è dubbio che presto partirà di nuovo per andare a scoprire chissà quale altro angolo di mondo.

Urs Schmid

Comunicazione aziendale



Gita in campagna con tutta la famiglia

Giochi e pic-nic sotto il dorato sole autunnale. Non occorre andare molto lontano. Spesso nelle vicinanze della propria casa ci sono un bosco, un lago, una bella radura lungo il corso di un fiume o di un ruscello, e bastano un po' di fantasia e di organizzazione per trasformare una gita fuori porta in un'esperienza divertente per tutta la famiglia.

Diversamente dalle tradizionali scampagnate in auto con tutta la famiglia, con sosta alla trattoria e abbuffata di meringhe, spesso seguite da un senso di malavoglia e di stanchezza, una bella gita all'insegna del movimento fa bene alla salute e accresce il benessere. Una giornata attiva è semplicemente più divertente. Giocare insieme e gustare cibi sani all'aria aperta mette di buonumore genitori e figli.

Promozione della salute in famiglia

I genitori possono fare molto per influenzare lo stato di salute dei propri figli. Intanto, il loro comportamento è di esempio persino ai più piccoli. Quindi, non è mai troppo presto per insegnare loro a nutrirsi in modo genuino e a fare abbastanza moto gettando così le basi del buon vivere, che poi conserveranno dagli anni della crescita fino all'età adulta. Le attività di gruppo aiutano ad acquisire con naturalezza uno stile di vita sano.

Fate più spesso una gita con tutta la famiglia in un bosco, su un prato o lungo un corso d'acqua. Andarci a piedi o in bicicletta è un modo perfetto per «riscaldare i muscoli». Una volta giunti sul posto, perlustrate la zona per scoprire qualcosa di nuovo, raccogliete legna e preparate un falò (purché sia permesso accendere fuochi all'aperto).

L'appetito vien giocando

Il gioco è un elemento estremamente importante per lo sviluppo, la salute e il benessere del bambino. Lo dimostrano chiaramente svariati studi. I bambini devono potersi scatenare all'aperto. È facile farli entusiasmare per un gioco, purché sia adatto alle loro esigenze. Ecco una piccola scelta di giochi sicuramente noti alla maggior parte delle lettrici e dei lettori: palla prigioniera, pallavolo, calcio, «pétanque» o bocce, volano, caccia al tesoro, nascondino, corsa nei sacchi, moscacieca, ecc. Date libero sfogo alla fantasia e inventate insieme nuovi giochi.

Poi, quando l'appetito si fa sentire, è il momento di fermarsi a riposare un po'. Che ne dite di sorprendere tutta la famiglia con tutta una serie di leccornie sane e appetitose anziché arrostitire le solite salsicce? Per invogliarvi, ecco alcune proposte di manicaretti che potete preparare il giorno prima: insalata di riso, insalata di lenticchie o di ceci (ricetta nel riquadro), insalata di pomodori alla menta piperita, spiedini di verdure e pollo, pesto. Come dessert, spiedini di frutta da grigliare al momento (banane, ananas e pere) oppure frutta fresca (uva, pere, mele e noci). E siccome trascorrere una giornata in movimento mette anche parecchia sete, ricordate di portare sempre con voi una quantità sufficiente di bevande, come tè freddo, acqua, succhi di frutta o sidro.

Insalata di ceci (per 4 persone)

400 g	di ceci essiccati, lasciati a bagno in acqua fredda per tutta la notte
2-3 l	d'acqua
1	foglia d'alloro
	sale
1-2 cucchiaini	di curry
1	limone, non trattato (bio), succo e scorza
1	pizzico di sale
4 cucchiaini	di olio extravergine d'oliva
2-3	carote, tagliate a strisciole con il pelapatate
1	finocchio, tagliato a listarelle
	foglie di coriandolo o prezzemolo, tritati finemente

Salsa: spremere il limone. Unire al succo la scorza grattugiata o tagliata a strisciole, un pizzico di sale e l'olio d'oliva.

Cuocere al dente i ceci precedentemente ammorbiditi in abbondante acqua non salata con la foglia d'alloro per 50 minuti circa. Unire il sale solo a fine cottura. Scolare i ceci, farli sgocciolare bene e versarli nella salsa ancora caldi. Cospargere di curry e mescolare bene il tutto. Mettere in fresco. Poco prima di servire, incorporarvi le strisciole di carote e le listarelle di finocchio. Cospargere di foglie di coriandolo o prezzemolo.

L'insalata di ceci può essere arricchita con dei gamberetti lessati e/o dell'ananas a cubetti.

Valore nutritivo: come la maggior parte dei legumi, i ceci contengono molte proteine, più di ogni altra varietà di ortaggi. Dà un importante apporto di carboidrati ed è ricco di vitamine B1, B2 e B6 e di sali minerali come potassio, ferro e fosforo.

Ulteriori suggerimenti per famiglie intraprendenti le trovate al sito www.kids.ch

Anna Schaller
Pubblicista



Benessere al lavoro

Mettiamo «in moto» la nostra giornata lavorativa. In particolare, chi lavora al computer ha bisogno di fare regolarmente delle brevi pause per rilassare la mente e il corpo. La mancanza di movimento, infatti, non solo stanca ma può anche nuocere gravemente alla salute.

Il computer e Internet hanno reso superflua l'attività fisica in molte postazioni di lavoro. Giorno dopo giorno trascorriamo molto tempo davanti a uno schermo. Lavorare intensamente davanti a un monitor richiede parecchia concentrazione. La posizione seduta diventa facilmente scorretta e alla fine ci irrigidiamo. La tensione si trasferisce – spesso senza che ce ne accorgiamo – ai muscoli del collo, della schiena e delle braccia finché, a un certo punto, cominciamo a sentire dolore. Quando la posizione assunta durante il lavoro è sempre la stessa per anni e anni, come accade a chi lavora al computer, diversi sintomi possono portare alla cosiddetta sindrome RSI.

Che cosa significa RSI?

RSI è l'abbreviazione di «Repetitive Strain Injury», un termine generico che sta a indicare i disturbi delle mani e delle braccia dovuti a sforzi ripetuti. La sindrome RSI è molto diffusa soprattutto tra coloro che lavorano davanti a un monitor.

Stando a quanto si sa oggi, le sollecitazioni meccaniche dovute a movimenti rapidi, brevi e ripetuti per migliaia di volte al giorno, anche se con scarso dispendio di energia, possono danneggiare le articolazioni, i tendini e i muscoli al punto da impedire loro di rigenerarsi in fase di riposo. In questo modo, i danni subiti continuando a lavorare davanti a un monitor si sommano, provocando prima o poi dolore e disturbi funzionali.

Vi sono poi altri meccanismi che possono peggiorare la situazione, quali lo stress e una posizione seduta scorretta.

I primi sintomi della sindrome RSI sono una perdita spontanea di forza, disturbi percettivi (formicolio, tensioni, senso di freddo) e intorpidimento degli arti sollecitati. In un secondo momento, subentrano anche dolori. Anche una tendinite o il cosiddetto «gomito del tennista» possono, a lungo andare, degenerare in una sindrome RSI.

Come si può evitare la sindrome RSI?

Per prevenire efficacemente i sintomi della RSI, occorre prima di tutto sentire il proprio corpo e fare attenzione ai segnali che ci manda. Seguite questi importanti consigli:

- organizzate la postazione di lavoro secondo principi ergonomici
- cambiate spesso posizione
- sedete correttamente (sostegni: vedere riquadro)
- integrate volutamente un po' di attività fisica nella giornata lavorativa, ad esempio eseguendo regolarmente esercizi di stretching, scuotendo le mani di tanto in tanto
- interrompete spesso il lavoro davanti al monitor, ad esempio con altre attività, brevi pause, chiudendo gli occhi

Per saperne di più sulla prevenzione sanitaria al lavoro e sulla sindrome RSI:

www.suva.ch

Anna Schaller
Pubblicista

Prodotti per sedere in modo più corretto

Oggi, quasi l'80 per cento di tutte le postazioni di lavoro sono dotate di un monitor. I muscoli della schiena vengono enormemente sollecitati da un lavoro svolto esclusivamente in posizione seduta. Da anni gli ergonomisti sono convinti che la cosiddetta seduta dinamica offra la straordinaria opportunità di ridurre i danni di queste sollecitazioni. Cuscini appositamente studiati a tale scopo - cuscini palla Dynair per il sedile della sedia da ufficio e cuscino di sostegno gonfiabile rivestito di velluto Pocket Pillow per lo schienale – favoriscono efficacemente una seduta dinamica. Approfittate di questa occasione per ordinare questo set con il tagliando sottostante al prezzo speciale di 79 franchi.



Tagliando per l'ordinazione

Vi prego di inviarmi

_____ set composto/i da cuscino palla Dynair e Pocket Pillow al prezzo di 79 franchi anziché 94, spese postali e di imballaggio incluse (prezzo Dynair: 55.-/prezzo Pocket Pillow: 39.-)

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Firma _____

Compilare il tagliando e spedirlo a:
Motio Gesundheitsförderung, Casella postale 304, 3250 Lyss

Ecco il nuovo conteggio delle prestazioni

Il nostro nuovo sistema IT ci permetterà di fornirvi ancora più rapidamente informazioni più complete. Abbiamo inoltre approfittato dell'occasione per rendere più comprensibili i documenti per i clienti, per esempio i conteggi delle prestazioni. Abbiamo elaborato questo nuovo modulo tenendo conto delle numerose proposte di miglioramento pervenuteci dai clienti.

Conteggio delle prestazioni

Numero giustificativo: 703

Persona assicurata: 1.011.451.04, Muster Hanna, 09/01/1995
 Famiglia: 1.011.450.90, Muster Hans, Musterstrasse 11, 3000 Bern

Fattura Data/N. Dr. med. Muster Peter, Peterstrasse 77, 3001 Bern
 Trattamento 10.10.2006 - 25.10.2006

	Somma	Franchigia	Aliquota percentuale	Importo non assicurato	Importo prestazioni	Saldo
Totale fattura CHF	896.00					
Assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie LAMal						
Cure ambulatoriali	400.00		40.00		360.00	40.00
Analisi / Laboratorio	306.00		30.60		275.40	30.60
Medicinali a carico delle casse malati	140.00		14.00		126.00	14.00
Assicurazioni complementari dei costi di guarigione LCA						
Ambulatoriale						
Medicinali non obbligatori	50.00			5.00	45.00	5.00
Total CHF	896.00				806.40	89.60
A suo favore						806.40

Visana logo and contact information at the top.

Esempio: conteggio delle prestazioni «ambulatoriale»

Nuovo numero d'assicurato.

Qui potrete osservare come è ripartita la «vostra quota» (tra «Franchigia», «Aliquota percentuale» e/o «Importo non assicurato»).

Esempio: conteggio delle prestazioni «stazionario»

Conteggio delle prestazioni

Numero giustificativo: 703

Persona assicurata: 1.011.451.04, Muster Hanna, 09/01/1995
 Famiglia: 1.011.450.90, Muster Hans, Musterstrasse 11, 3000 Bern

Fattura Data/N. Spital Sans, Sanktstrasse, 3000 Bern
 Trattamento 22.01.2007 - 27.01.2007

Dr. med. Muster Peter, Peterstrasse 77, 3001 Bern

	Somma	Franchigia	Importo prestazioni	Saldo
Totale fattura CHF	920.00			
Assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie LAMal				
Cure stazionario	420.00	50.00	370.00	50.00
Contributo ospedaliero				50.00
CHF 10.- al giorno				50.00
Prestazione Cure stazionario				920.00
Assicurazioni complementari dei costi di guarigione LCA				
Ospedaliero				
Cure stazionario	290.00		290.00	
Total CHF	920.00		920.00	100.00
A suo favore				920.00

Partecipazione ai costi LAMal 2007
 Franchigia CHF 50.- al giorno
 Aliquota percentuale cura, CHF 10.- al giorno

Qui sarà indicato il medico che ha predisposto la prestazione.

Compare la nuova informazione «CHF 10.- al giorno» per «Contributo ospedaliero».

Le informazioni riguardanti la vostra partecipazione ai costi saranno ora riportate in un paragrafo separato sotto il conteggio delle prestazioni.

Esempio: conteggio delle prestazioni «riepilogo»

Riepilogo

Numero giustificativo: 703

Persona assicurata: 1.011.451.04, Muster Hanna, 09/01/1995
 Famiglia: 1.011.450.90, Muster Hans, Musterstrasse 11, 3000 Bern

	Saldo	A suo favore
1.011.451.04, Muster Hanna, 09/01/1995 Dr. med. Muster Peter, Peterstrasse 77, 3001 Bern Spital Sans, Sanktstrasse, 3000 Bern	806.40	920.00
Total CHF	806.40	920.00
A suo favore		806.40

L'importo di CHF 806.40 è stato accreditato sul vostro conto personale 28.04.07.07.

Qui compare ora il titolo «Riepilogo».

Al posto della dicitura «Saldo», oggi in uso, si introdurranno i termini «A suo favore» e «A nostro favore» con i relativi totali.

La modalità di pagamento sarà riportata in grassetto in modo più leggibile in fondo al documento.

Guadagnarsi senza sforzo un paio di franchi...

Vi piacerebbe guadagnare 50 franchi? Non c'è niente di più facile: basta consigliare la Visana a parenti e amici. Ogni segnalazione di un nuovo assicurato andata a buon fine sarà ricompensata con 50 franchi.

Il mio indirizzo

Cognome _____
 Nome _____
 Via, n. _____
 NPA, luogo _____
 N. assicurato _____

Vi segnalo le persone seguenti

Signora Signor

Cognome _____
 Nome _____
 Via, n. _____
 NPA, luogo _____
 Data di nascita _____
 Tel. abitazione _____
 Tel. lavoro _____
 E-mail _____

Signora Signor

Cognome _____
 Nome _____
 Via, n. _____
 NPA, luogo _____
 Data di nascita _____
 Tel. abitazione _____
 Tel. lavoro _____
 E-mail _____

Spedire il tagliando a Visana Services AG, Passa parola!,
 Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15

Di motivi per passare alla Visana ce ne sono a bizzeffe: gli assicurati Visana sono assistiti in modo ineccepibile e traggono vantaggio da prodotti assicurativi eccellenti. Ad esempio, dal confronto indipendente condotto dal VZ Vermögenszentrum è emerso ancora una volta che le assicurazioni complementari Visana sono tra le migliori.

Interessanti possibilità di risparmio

La Visana offre ai vostri familiari numerose possibilità per risparmiare sui premi. Ad esempio, permette di scegliere il modello del medico di famiglia e di usufruire così fino al 20 per cento di sconto. A partire dal secondo figlio, le famiglie pagano solo la metà dei premi delle assicurazioni complementari.

Gli assicurati che curano attivamente la propria salute vengono ricompensati dalla Visana. Ad esempio, la Visana partecipa ai costi dei centri fitness (fino a CHF 200.-) o wellness (fino a CHF 100.-) con gli assegni Wellness (vedasi a pagina 6).

Ecco come funziona

Compilate il tagliando sottostante e inviatelo alla Visana. I 50 franchi per ogni nuovo cliente saranno pagati se quest'ultimo stipulerà l'assicurazione di base obbligatoria con l'aggiunta del pacchetto complementare «Basic» oppure se opterà per le assicurazioni complementari Ambulatoriale o per un'altra assicurazione integrativa (ad es. Complementare).

Se avete domande o aspetti da chiarire, vi preghiamo di rivolgervi all'agenzia Visana competente oppure alla hotline 0848 848 899.

Esther Trüssel
Marketing Clienti privati

Spot

Cambiamento delle condizioni di assicurazione

La Visana ha adeguato alcuni contenuti delle Condizioni generali d'assicurazione (CGA) e delle Condizioni complementari (CC). Si tratta di minime correzioni e aggiornamenti.

Assicurazioni secondo la Legge sull'assicurazione malattie (LAMal)

La Visana ha ripubblicato le Condizioni generali d'assicurazione (CGA) per l'assicurazione delle cure medico-sanitarie secondo la LAMal Managed Care nonché per l'assicurazione delle cure medico-sanitarie secondo la LAMal Med Direct. Sono stati aggiornati singoli passi del testo.

Assicurazioni complementari secondo la Legge sul contratto d'assicurazione (LCA)

La Visana ha ripubblicato diverse CGA e CC. Le seguenti assicurazioni complementari sono interessate: Ambulatoriale, Ospedale, Basic, Campus Salute, Assicurazione di capitale per infortuni, Vacanza, Managed Care Ambulatoriale, Managed Care Ospedale, Managed Care Complementare. Sono stati adeguati singoli passi del testo.

È possibile ricevere tutta la documentazione presso ogni agenzia della Visana oppure scaricarla dal sito Intranet www.visana.ch

Termini di disdetta 2007

Se l'assicurato riceve comunicazione scritta di un nuovo premio, l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS) può essere disdetta con un termine di preavviso di un mese per il 31 dicembre. La disdetta deve giungere alla rispettiva agenzia Visana entro l'ultimo giorno lavorativo prima dell'inizio del termine di disdetta (fissato quest'anno al 30 novembre 2007).

Le assicurazioni complementari secondo la Legge sul contratto d'assicurazione (LCA) possono essere disdetta al 31 dicembre 2007 osservando un preavviso di tre mesi. Il termine di preavviso decade se cambia l'importo del premio. Un'eventuale disdetta per la fine di quest'anno dovrà giungere alla Visana entro il 28 settembre o il 28 dicembre (senza termine di preavviso).

Informazioni importanti

Avete domande?

In caso di domande sulla vostra assicurazione, non esitate a rivolgervi alla Visana in qualsiasi momento. Trovate il numero di telefono e l'indirizzo del vostro interlocutore sulla vostra polizza attuale.

Visana Assistance

In caso d'emergenza all'estero, Visana Assistance è a vostra disposizione 24 ore su 24, 7 giorni su 7, al numero di telefono +41 22 819 44 11.

Contatto Protezione giuridica per la salute

Se volete avvalervi della protezione giuridica per la salute in caso di sinistro, rivolgetevi allo 091 825 81 80.

Internet

Se avete domande sui moduli, troverete spiegazioni su Internet al sito www.visana.ch > Clienti > Clienti privati > Servizio > Helppoint.

Riduzione delle somme d'assicurazione TUP

Con l'assicurazione di capitale per infortunio (TUP) della Visana vi mettete al riparo dalle conseguenze economiche degli infortuni. L'assicurazione di capitale può essere conclusa per i casi di decesso e invalidità. Siete liberi di scegliere una somma assicurativa per un massimo di 300 000 franchi.

Dopo l'età compiuta di 65 anni, il 1° gennaio seguente le somme d'assicurazione saranno ridotte a 20 000 franchi in caso di decesso e a 60 000 franchi in caso d'invalidità. I premi saranno rispettivamente ridotti. In caso di domande vogliate rivolgervi alla vostra agenzia.

Effettuate i pagamenti senza contanti

Se pagate le vostre fatture dei premi o le vostre partecipazioni alle spese presso lo sportello postale, la Visana non riceve l'intero importo perché Postfinance trattiene una tassa a carico del destinatario. Ad esempio, per pagamenti fra 100 e 1000 franchi la tassa ammonta a 1,75 franchi a pagamento.

Queste spese rincarano i premi e potrebbero invece essere risparmiate facilmente. Il versamento con ordine di pagamento postale o bancario o tramite Internet è gratuito e per di più vi evita di andare fino in posta o di fare code allo sportello. Basta avere un Conto giallo presso PostFinance o un conto bancario.

Ancora più comode sono le procedure di pagamento automatiche LSV delle banche o Debit Direct di PostFinance. Usufruendo di queste procedure, non dovrete più preoccuparvi né degli ordini di pagamento né delle scadenze. Troverete informazioni più dettagliate e il modulo di autorizzazione all'addebitamento presso la vostra agenzia Visana o al sito www.visana.ch

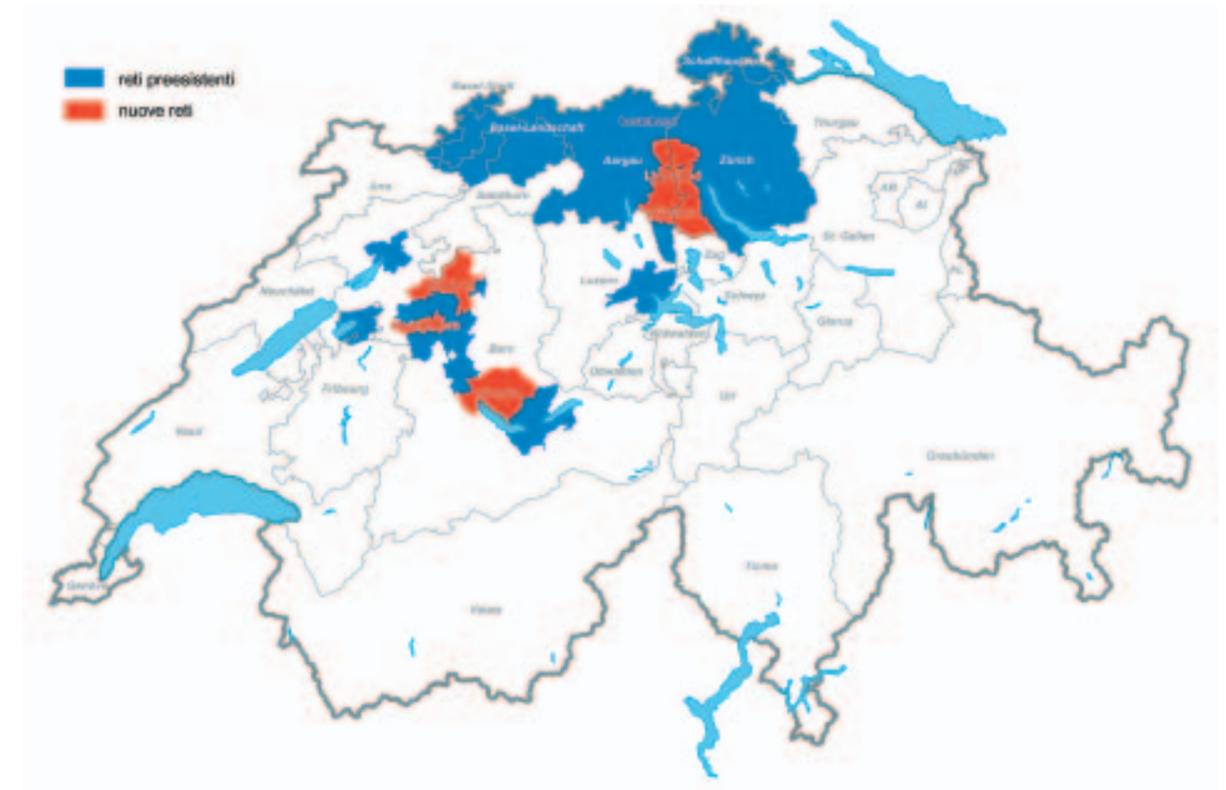
Congratulazioni vivissime

I seguenti clienti della Visana hanno partecipato al concorso dell'ultima edizione di «VisanaFORUM» ed hanno avuto fortuna. Hanno vinto una delle ambite magliette del GP di Berna 2007:

Tommaso Nazzaruolo, Locarno
 Marianne Haueter, Brügg
 Odile Gisiger, Bassecourt
 Markus Korn, Wintersingen
 Verena Röthlisberger, Gohl
 Walter Hügi, Bienna
 Maria Hinder, Langendorf
 Heidi Romeo, Cugnasco
 Suzanne Lipi, Mendrisio
 Josef Meyer, Grosshöchstetten
 Lukas Stadlin, Ibach
 Corina Echaud, Wahlendorf
 Ursula Schütz-Morf, Schliern
 Andreas Rentsch, Rohrbach
 Robert Schibli, Muttenz
 Nelli Strobel, Bienna
 Carlo Manzo, Wattwil
 Jean-Romain Héritier, Savièse
 Rosa Spleiss, Neuhausen
 Walter Hofmann, Schwarzenburg

La redazione di «VisanaFORUM» si congratula con le vincitrici e i vincitori e augura loro buon divertimento con le magliette funzionali.

Altre possibilità assicurative interessanti a Berna e a Zurigo



Ultimamente il numero degli assicurati che hanno optato per i modelli del medico di famiglia e HMO è sensibilmente aumentato. Non c'è da stupirsi visto che, grazie a questi modelli, gli assicurati beneficiano di prestazioni mediche complete e fino al 20 per cento di sconto sui premi delle assicurazioni di base e complementari. In cambio, sono tenuti a consultare sempre prima il loro medico di famiglia o HMO quando necessitano di aiuto medico.

Anche voi potrete beneficiare di quest'offerta con decorrenza immediata se risiedete in una delle seguenti regioni:

- **Rete medica Grauholz:** Berna città e a nord di Berna
- **Rete medica MedNet Berna:** Berna città e a sud di Berna
- **Rete medica IGOMED:** Thun e sponda destra del Lago di Thun
- **LimmiMed:** regione ovest di Zurigo e alcune parti dell'Argovia
- **Associazione medica Säuliamt:** Säuliamt

Abbiamo destato il vostro interesse? Sulla carta potrete vedere se abitate in una regione dove vengono offerti i modelli del medico di famiglia e HMO. È possibile passare a uno di questi modelli in qualsiasi momento.

Potrete ottenere ulteriori informazioni presso la vostra agenzia o al sito www.visana.ch seguendo il percorso Clienti privati > Prodotti > Costi di guarigione > Managed Care.

Un giro in bici sulla via del cuore

Un impegno assunto col cuore. La Herzroute (via del cuore) – un percorso studiato per i fan delle due ruote – collega i Comuni di Lützelflüh nell'Emmental e Willisau nell'hinterland lucernese. La Visana ha deciso di sponsorizzare questo sentiero contribuendo... di cuore a una promozione della salute su vasta scala.

Ci sono tanti modi per combattere la sedentarietà che ormai è entrata a far parte della vita quotidiana dell'uomo moderno. Uno di questi è pedalare. Situata tra Burgdorf e Willisau, la Herzroute offre l'opportunità di conoscere meglio la regione prealpina compresa tra Berna e Lucerna attraversandola in bicicletta.

Un nome che è tutto un programma

La Herzroute non è un circuito a forma di cuore, come si potrebbe pensare. Il riferimento al cuore si presta a diverse interpretazioni che hanno a che vedere con le tante accezioni di questo termine: da un punto di vista geografico, il sentiero si trova nel cuore della Svizzera; in linea di

massima, andare in bicicletta fa bene al cuore e a tutto il sistema cardiovascolare; pedalare in questi luoghi rallegra il cuore e, infine, i promotori del sentiero hanno messo il cuore nella realizzazione di questo progetto.

Su un sentiero storico

La Herzroute conduce per 55 chilometri da Willisau nell'Emmental passando per l'Argovia superiore e la regione di Trachselwald. Percorribile in entrambe le direzioni, collega le località di Willisau e Lützelflüh. Nel 2006, la segnaletica dell'intero percorso è stata rinnovata in entrambe le direzioni e adesso i ciclisti arrivano alla meta ancora più sicuri.

Il percorso conduce lungo lo storico sentiero della Guerra dei contadini del 1653, che vide i sudditi lucernesi e bernesi dell'Entlebuch e dell'Emmental ribellarsi ai propri dominatori.

Possibilità di compiere il percorso in due giorni

Il sentiero si snoda lungo strade secondarie poco frequentate attraverso colline quasi deserte, boschi ombrosi e paesini incantevoli. Il percorso si estende per il 15 per cento su sentieri naturali. Toccando

i 1400 m di altitudine, la Herzroute è anche abbastanza impegnativa per i biker. Tuttavia, può essere coperta interamente senza problemi nell'arco di una giornata e si presta anche a una gita di due giorni con tutta la famiglia o a una pedalata domenicale. I deliziosi agriturismo e le trattorie che si incontrano lungo tutto il tragitto invitano a una sosta e offrono possibilità di pernottamento e ristoro per tutti i gusti e per tutte le tasche.

Collegamenti ottimali

I collegamenti con le strade pubbliche sono uno dei punti forti della Herzroute. A chi vuole percorrerla solo in parte conviene prendere il treno che si ferma in parecchie località lungo il tragitto. La guida gratuita contiene preziose informazioni in merito.

Chi non vuole portarsi la propria bici e desidera fare un'esperienza particolare, può noleggiare una bicicletta elettrica Flyer presso le stazioni ferroviarie di Lützelflüh e Willisau. Grazie al motore, pedalare in salita diventa un gioco da ragazzi.

Stephan Fischer
Comunicazione aziendale



Un impegno assunto col cuore

La Visana sostiene la Herzroute in veste di sponsor principale sottolineando il suo impegno per una promozione attiva e sostenibile della salute. Il presidente del Consiglio d'Amministrazione Albrecht Rychen ha spiegato il motivo dell'impegno della Visana quasi un anno fa, in occasione dell'inaugurazione della nuova segnaletica: «Vogliamo sostenere le iniziative salutari.» Partecipate anche voi e pedalate sulla Herzroute.

Guida della Herzroute

Le guide illustrate della Herzroute possono essere ordinate gratuitamente. Basta inviare una busta formato C5, affrancata e munita del vostro indirizzo, a: Pro Emmental, Herzroute, Schloßstrasse 3, 3550 Langnau i. E.
Per ulteriori informazioni: www.herzroute.ch

Obbligo contrattuale: abolendolo si riducono le spese

Libertà contrattuale: è questo l'obiettivo. L'attuale obbligo contrattuale che lega assicuratori malattie e fornitori di prestazioni comporta un inutile aumento dei costi. L'abrogazione dell'obbligo contrattuale aiuterebbe invece a contenere le spese e a migliorare la qualità delle prestazioni.

Oggi, nell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie – detta anche assicurazione di base – gli assicuratori malattie sono tenuti a stipulare un contratto con ciascun fornitore di prestazioni autorizzato come, ad esempio, medici, ospedali e farmacie. In tutto

questo, però, i requisiti di qualità ed economicità delle prestazioni non giocano alcun ruolo. L'obbligo degli assicuratori malattie di assumersi le spese di cura di tutti i fornitori di prestazioni autorizzati nell'ambito dell'assicurazione di base è detto obbligo contrattuale.

L'obbligo contrattuale fa aumentare le spese

Uno dei motivi principali per cui nella sanità svizzera si registra un sensibile aumento dei costi è l'incremento del numero delle prestazioni fruite, dovuto all'obbligo contrattuale. Oggi ogni fornitore di prestazioni autorizzato cerca di eseguire una quantità di cure tale da risultare finanziariamente ottimale per lui e per la sua infrastruttura. Maggiore è la densità dei fornitori di prestazioni in una regione, più elevate sono le spese di cura per assicurato (cfr. grafico). Questa domanda supplementare di prestazioni sanitarie generata dai fornitori fa aumentare inutilmente le spese.

Inoltre, l'offerta già esistente di fornitori di prestazioni non influenza l'entrata in scena di nuovi offerenti. Così, l'elevata densità dei medici nelle città e negli agglomerati urbani non impedisce ad altri medici di aprire un nuovo studio in una zona già ben servita. Oggi gli assicuratori malattie non hanno alcuna possibilità di incentivare finanziariamente un medico ad

aprire un nuovo studio in una zona dove i dottori scarseggiano.

Proposta del Consiglio federale

Nell'ambito della revisione in corso, il Consiglio federale propone di abrogare l'obbligo contrattuale per i fornitori di prestazioni ambulatoriali come i medici. Gli assicuratori malattie avranno così la possibilità di scegliere liberamente i fornitori di prestazioni. Oltre ad abrogare l'obbligo contrattuale, il Consiglio federale vuole contemporaneamente stabilire due punti fermi:

- Garanzia del servizio: gli assicuratori malattie devono appoggiarsi a un numero minimo di fornitori di prestazioni stabilito dal Cantone. Così il servizio alla popolazione è garantito.
- Economicità e qualità delle prestazioni: ogni fornitore di prestazioni deve obbligatoriamente soddisfare anche i requisiti di economicità e di qualità delle prestazioni sanciti dalla legge.

Libertà contrattuale = più qualità

La libertà contrattuale tra gli assicuratori malattie e i fornitori di prestazioni è l'unico modo per porre un freno all'incremento del numero delle prestazioni fruite e nello stesso tempo per favorire il miglioramento della qualità delle stesse. Perciò, la Visana è favorevole all'introduzione della libertà contrattuale che permette agli assicuratori malattie di indennizzare le prestazioni in modo differenziato a seconda dei fornitori di prestazioni. Così si può tenere conto della qualità e dell'economicità degli offerenti, premiando chi

offre prestazioni di ottima qualità e penalizzando invece chi offre scarsa qualità o scarsa economicità semplicemente non offrendogli un contratto. Abrogando l'obbligo contrattuale, inoltre, si può ottenere un'offerta di medicina di base equilibrata a livello regionale e conforme alla domanda degli assicurati.

Bernhard Wyss

Economista sanitario

Densità dei medici e costi per assicurato nel 2005



Di norma, maggiore è la densità dei medici in un Cantone, più elevati sono i costi di cura per assicurato. (Fonte: UFSP)

Adeguare la compensazione dei rischi

L'abrogazione dell'obbligo contrattuale richiede anche l'adeguamento della compensazione dei rischi, oggi carente. Altrimenti, senza tale adeguamento, i malati cronici finirebbero per non trovare più un fornitore di prestazioni e quindi sarebbero costretti a cambiare assicuratore (vedi anche VisanaFORUM 2/07).

«Equilibrio tra prestazione, qualità e costi»

Più celerità dalla politica. È quanto richiede Fritz Britt, direttore di *santésuisse*, l'associazione degli assicuratori malattia svizzeri. La sua critica: la troppa ideologia impedisce le soluzioni a vantaggio degli assicurati.



Il Direttore di *santésuisse* Fritz Britt. Sullo sfondo la cupola e le torri della Cattedrale di St. Ursen a Soletta, sede di *santésuisse*.

Nel nostro colloquio Fritz Britt non richiede solo più celerità alla politica, ma anche una pressione maggiore sui prezzi.

Fritz Britt, che cosa ricevono gli assicurati della Visana da *santésuisse*?

Noi siamo la voce politica degli assicuratori malattie e con ciò anche degli assicurati. Ci impegniamo a favore di un sano equilibrio tra i costi, la qualità e le prestazioni fornite.

Attualmente non abbiamo questo equilibrio?

Il nostro settore sanitario dispone di un alto livello qualitativo e dobbiamo mantenerlo. Non dobbiamo però solo poter credere a questa qualità, bensì anche rappresentarla e misurarla. Quello che non quadra è il rapporto tra prezzo e prestazione. A causa di stimoli errati il denaro proveniente dai premi e dalle imposte non viene impiegato in modo ottimale. E qui c'è la necessità di agire.

Come in concreto?

Dobbiamo esercitare una pressione maggiore sui prezzi. Per quanto riguarda gli ospedali, l'assistenza sanitaria, i medici specialisti e i medica-

menti. Proprio in questa sequenza. Al centro della questione devono comunque esserci l'assicurato e il suo approvvigionamento sanitario.

Più celerità

Insoddisfatto della politica?

I progetti più importanti sono in discussione. Bisogna però essere più rapidi. Ma molte cose durano troppo a lungo. Invece di intavolare una discussione ideologica su un sistema di stato o di mercato, la politica farebbe bene a risolvere i problemi incombenti.

Più pressione significa più spazio di trattativa?

Certamente. Se un ospedale fornisce una qualità inferiore agli altri, deve anche avere prezzi più bassi. Lo stesso vale per il medico. L'obbligo di contrarre, per il quale gli assicuratori di malattia devono collaborare con tutti i fornitori di prestazioni, dunque gli ospedali, le case di cura, i medici, ecc., è assurdo.

Perché?

Non esiste nessuna altra categoria professionale che fin dall'inizio dell'attività aziendale ha una simile garanzia di smercio. Neanche in altri sistemi sanitari europei. Gli assicurati e gli assicuratori di malattia vogliono innanzi tutto la libera scelta del fornitore di prestazioni e sono sicuramente in grado di decidere con chi vogliono stipulare o meno un contratto. Deve essere determinante unicamente la qualità delle prestazioni fornite.

«Da sportivo di punta a sportivo per il benessere»

Per quanto riguarda la sua salute Fritz Britt conta sulle esperienze fatte con il suo corpo. «Come ex sportivo di punta ho imparato come agire per il benessere del mio corpo. Colgo ogni opportunità per fare movimento». A prescindere dal fatto che una persona sia sana, grassa o magra, Britt consiglia di promuovere questa consapevolezza. Per uno che, come lui, ama l'inverno, questo significa soprattutto sciare e correre. L'attività fisica e lo sport dovrebbero essere un piacere. Del resto questo vale per lui anche al momento di mettersi a tavola.

Esperienze molto variate

Dopo aver concluso gli studi di giurisprudenza, il direttore di *santésuisse*, Fritz Britt, ha accumulato un'esperienza professionale molto variata. Quale ex manager delle industrie farmaceutiche Roche e Novartis, conosce le esigenze dell'economia, come pure quelle della Confederazione: dal 1977 al 2004 è stato a capo della Sezione principale Assicurazione malattie e infortuni dell'Ufficio federale delle assicurazioni sociali di allora. Tra le sue funzioni principali Britt pone anche il «bilanciamento degli interessi». Il nostro sistema sanitario deve essere ottimizzato in modo mirato affinché «finalmente ritorni la pace».

Troppo denaro per giri a vuoto

Paghiamo troppo?

Paghiamo già troppo per la buona prestazione. Decisamente esagerato è quello che paghiamo per la mediocrità e i giri a vuoto. Se correggiamo questa situazione ne beneficeranno gli assicurati, ma anche i medici e gli ospedali.

A costo di avere un approvvigionamento peggiore?

Al contrario. L'approvvigionamento sanitario migliorerebbe. Se, ad esempio, unificiamo i piccoli ospedali e creiamo centri di competenza, come conseguenza l'ospedale più grande si occuperà di un numero maggiore di cure complesse. È dimostrato che questo accresce la qualità.

Cosa possiamo imparare dall'estero?

Che il nostro sistema, una volta ottimizzato, è buono. Tenga presente che in Svezia ci sono oggi lunghe liste d'attesa per gli interventi necessari, in Danimarca le prestazioni sanitarie sono razionate, in Inghilterra i medici e il personale infermieristico scarseggiano come pure i posti letto in ospedale e in Olanda, dopo tante riforme, la gente non sa più se adesso ha un sistema buono o cattivo. Non possiamo farci rovinare dall'attivismo politico errato dei sistemi sociali.

Intervista:

Christian Beusch

Responsabile Comunicazione aziendale