



Fünf trendige Rucksäcke zu gewinnen

Fehlt Ihnen noch der richtige Rucksack als idealer Begleiter für den Alltag, den Sie auch problemlos auf Spaziergänge und leichte Wanderungen mitnehmen können? Visana und Ochsner Sport verlosen fünf trendige City Bags von «46 Nord».

Text: Stephan Fischer | Bild: Ochsner Sport



**OCHSNER
SPORT**

Der schwarze Trend-Rucksack von «46 Nord» ist praktisch, geräumig und angenehm zu tragen – also der ideale Alltagsbegleiter. Auch auf der gemütlichen Herbstwanderung mit der Familie leistet er gute Dienste. Versuchen Sie Ihr Glück, und gewinnen Sie einen der fünf Rucksäcke. Schicken Sie uns den Wettbewerbstalon, oder nehmen Sie online auf www.visana.ch/wettbewerb an der Verlosung teil. Viel Glück!

Wettbewerbstalon

Ich möchte einen Rucksack von «46 Nord», schwarz, von Ochsner Sport gewinnen.

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

E-Mail _____

Talon auf eine Postkarte kleben und bis 23. September 2016 einsenden an: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15.

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden bis 15. Oktober 2016 benachrichtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg sowie die Barauszahlung der Preise sind ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass Visana die angegebenen Daten zu Marketingzwecken verwenden darf. Die Nutzung kann jederzeit widerrufen werden. Jede Person darf nur einmal am Wettbewerb teilnehmen.

Visana **FORUM**

Das Gesundheitsmagazin 3/2016



3 Richtig gepflegen in den Bergen
Was trinken Sie beim Wandern?

4 Unterwegs mit dem 360-Grad-Blick
Höhenwanderungen vor grandiosem Panorama

22 Die Schweiz ist ein Wanderland
Im Gespräch mit Michael Roschi

visana
Rundum gut betreut.

Inhalt

Gesundheit

- Den Wander-Durst richtig löschen 3
Faszinierende Panorama-
wanderungen 4

Engagement

- Turnhalle frei für die Knirpse 6
Sicher auf dem Fluss 7

Inside

- Visana-Mitarbeiterin im Fokus 8
Wieso die Prämien steigen 10
Gut versicherte Feriengäste 11
Visana – «Das ist Service» 12

Service

- Achtung, betrügerische Anrufe! 14
Notfalldaten in Griffweite 15
MyVisana – Ihr Kundenportal 16
Schutz von Geburt an 17
Herbstangebote im Visana Club 18
Gut zu wissen 20
Im Gespräch mit Michael Roschi 22
Wettbewerb 24

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Herbstzeit ist Wanderzeit. Wenn die Vögel gegen Süden ziehen, die Bäume sich verfärben und die Wiesen im Morgentau glänzen, dann packt manchen die Wanderlust. Lassen Sie sich vom «VisanaFORUM» von tollen Höhenwanderungen inspirieren, und beachten Sie unsere nützlichen Tipps, wie Sie Ihren Durst und Ihren Energiehaushalt im Griff behalten.

Auch an warmen Herbsttagen kann es ein wunderbares Erlebnis sein, sich mit Schlauchboot oder Kanu ausgerüstet eine fröhliche Fahrt auf einem unserer Schweizer Flüsse zu gönnen. Aber Achtung: Studieren Sie vorher die sechs Flussregeln unseres Partners, der Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft (SLRG). Dann bleibt Ihnen die Freude am oder auf dem Fluss bis zum Schluss erhalten.

Weniger Freude empfinde ich, wenn ich an die Kostenentwicklung im Gesundheitswesen denke. Denn solange die Kosten steigen, steigen auch die Versicherungsprämien weiter an. Ein Ende ist nicht absehbar. Auf Seite 10 werfe ich einen ersten Blick auf die Prämienentwicklung 2017 und erläutere Ihnen, wie Prämien überhaupt zustande kommen und weshalb wir Ihnen die Tarife neu erst Ende September bekanntgeben dürfen.

Nun wünsche ich Ihnen eine informative, unterhaltsame Lektüre und einen schönen, gesunden Herbst!



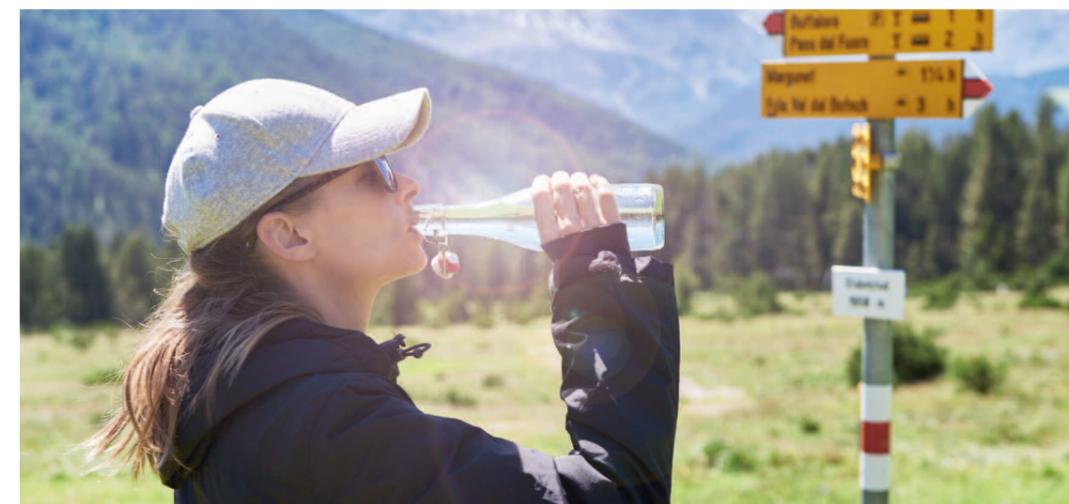
Urs Roth
Vorsitzender der Direktion



Den Wander-Durst richtig löschen

Packen Sie für die Wanderung eine grosse Wasserflasche in den Rucksack oder ziehen Sie in den Bergen eher einen verdünnten Fruchtsaft oder Tee als Durstlöcher vor? Egal, was Sie bevorzugen, bleiben Sie bei Ihrer Gewohnheit, denn damit liegen Sie nicht falsch. Wichtig ist, dass Sie regelmässig und genug trinken und so den Wasser- und Mineralienverlust ausreichend kompensieren.

Text: Stephan Fischer | Bild: Alfonso Smith



In den Bergen ist es wichtig, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen, besonders wenn die Tour in die Höhe führt. Dort muss nicht nur der Schweißverlust kompensiert, sondern zusätzlich die deutlich trockenere und kühlere Luft befeuchtet werden. Aber auch auf beschaulichen Wanderungen mit der Familie ist es sinnvoll, dem Durst vorzubeugen.

Regelmässig und in kleinen Dosen

Es empfiehlt sich, 30 Minuten vor Abmarsch rund einen halben Liter zu trinken. Für unterwegs gilt die Faustregel: Pro Stunde 0,5 bis 0,8 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen. Dabei sind regelmässige kleine Portionen besser für den Körper, statt alles aufs Mal. Bei höheren Temperaturen und anstrengenden Routen muss man entsprechend mehr trinken.

Kinder schwitzen meist weniger als Erwachsene. Wenn sie aber nicht genug trinken, fühlen sie sich bald schlapp und verlieren die Lust am Wandern. Tipp: Kaufen Sie Ihren Kindern eine schöne Trinkflasche mit lustigen Motiven. Zum einen macht das Wandern gleich viel mehr Spass, zum anderen können Sie Ihre Kinder so dazu motivieren, ihre Trinkflasche gleich selbst zu tragen.

Schmecken muss es

Trinken Sie täglich mindestens ein bis zwei Liter Wasser. Früchte und Gemüse tragen massgeblich zu einem ausgeglichenen Wasserhaushalt bei. Sobald Sie sich körperlich betätigen – zum Beispiel auf einer Wanderung – kann sich der Flüssigkeitsbedarf rasch verdoppeln. Wasser, ungesüsster Tee oder verdünnte Fruchtsäfte eignen sich zwar am besten, aber entscheidend ist der Geschmack. Nur wenn Sie etwas mögen, werden Sie genug davon trinken. Packen Sie also Getränke ein, die Ihnen und Ihrer Wanderbegleitung schmecken.

Planen Sie grosszügig

Nehmen Sie genügend Getränke mit, wenn Sie unterwegs nicht aus Bächen trinken möchten und die Route abseits von Restaurants und Brunnen verläuft. Ob in der Hüfttasche, im Rucksack mit integriertem Trinksystem oder in der Flasche ist nicht entscheidend, solange Sie sich beim Wandern wohlfühlen.

gedruckt in der
schweiz



Impressum

«VisanaFORUM» ist eine Publikation der Visana-Gruppe. Zur Visana-Gruppe gehören Visana, sana24 und vivacare. «VisanaFORUM» erscheint viermal jährlich. **Redaktion:** Stephan Fischer, David Müller, Peter Rüegg, Melanie Schmid, Isabelle Bhend. **Adresse:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15. Fax: 031 357 96 22. E-Mail: forum@visana.ch. **Gestaltung:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Layout:** Natalie Fomasi, Elgg. **Titelbild:** Hohseil Niederhorn, MySwitzerland.com. **Druck:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Internet:** www.visana.ch

Adressänderungen

Falls Ihre Adresse falsch ist oder Sie ungewünscht mehrere «VisanaFORUM» erhalten, melden Sie sich bitte bei Ihrer Visana-Geschäftsstelle (Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Ihrer Police).



Panoramawandern – unterwegs mit dem 360-Grad-Blick

Die Schweiz ist ein Wandermekka. 65 000 Kilometer signalisierte Wanderwege ziehen sich durchs ganze Land – genug, um den Globus eineinhalbmal zu umrunden. Aus dieser riesigen Vielfalt stellen wir Ihnen drei Höhenwanderungen mit grandiosem Bergpanorama vor, die sich für einen Tagesausflug im Spätsommer bestens eignen.

Text: Stephan Fischer | Bilder: MySwitzerland.com

Vom Col du Mollendruz zum Col du Marchairuz

Die rund fünfstündige Wanderung führt Sie durch den 50 Quadratkilometer grossen Naturpark Jura Vaudois, der bei Genusswanderern sehr beliebt ist. 523 Kilometer markierte Wege gibt es hier. Knapp 17 Kilometer davon trennen



den Col du Mollendruz (1180 m ü. M.) vom Col du Marchairuz (1447 m). Dazwischen liegt der Mont Tendre. Mit 1679 m ist er der höchste Gipfel im Schweizer Jura. Dort oben haben Sie ein phantastisches 360-Grad-Panorama, das für den Aufstieg mehr als entschädigt. Die Rundsicht reicht von den Savoyer bis zu den Berner Alpen und von den Vogesen bis zum La Dôle. Nach einem sanften Abstieg bietet sich am Ziel das Restaurant du Marchairuz als Durstlöscher an.

Anreisen und einkehren

Von Morges geht es mit dem Postauto zum Ausgangspunkt der Wanderung auf den Col du Mollendruz. Rückreise vom Col du Marchairuz ebenfalls per Postauto möglich. Die Gipfelaussicht geniessen in der Buvette du Mont Tendre: www.buvette-mont-tendre.ch
Tourabschluss im Restaurant du Marchairuz: www.hotel-marchairuz.ch



Vom Monte Lema zum Monte Tamaro

Für die sportliche Höhenwanderung vom Monte Lema (1624 m) auf den Monte Tamaro (1960 m) sollten Sie fünf bis fünfeinhalb Stunden einplanen. Die Route verläuft fast ausschliesslich auf dem Grat, entlang der schweizerisch-italienischen Grenze, und bietet ein tolles Panoramaerlebnis: Auf der einen Seite grüsst der Lago di Lugano, auf der anderen der Lago Maggiore. Weiter westwärts wandert Ihr Blick in Richtung Walliser Alpen, während sich im Osten die Bündner Alpen präsentieren. Wenn Sie die Tour etwas gemütlicher ausgestalten möchten, können Sie

unterwegs den Aufstieg auf den Monte Gradiccioli (1936 m) umgehen und einige Höhenmeter sparen. Auf der Alpe Foppa bietet sich Ihnen die Möglichkeit, einen Augenschein von Mario Bottas Cappella di San Maria degli Angeli zu nehmen.

Anreisen und einkehren

Mit der Gondelbahn von Miglieglia auf den Monte Lema, www.montelemma.ch. Zurück ins Tal geht es am bequemsten mit der Gondelbahn von der Alpe Foppa (Monte Tamaro) hinunter nach Rivera, www.montetamaro.ch. Typische Tessiner Spezialitäten geniessen im Ristorante Alpe Foppa, www.montetamaro.ch.

Von Muottas Muragl auf die Alp Languard

Am Ausgangspunkt Muottas Muragl (2453 m) bietet sich Ihnen gleich zu Beginn ein imposantes Panorama auf die Engadiner Berg- und Seenwelt. Mit Blick in Richtung Bernina-Massiv führt Sie die zweieinhalb Stunden dauernde Höhenwanderung via Unterer Schafberg auf die Alp Languard (2325 m). Falls Sie es doch etwas anspruchsvoller mögen, wählen Sie als Alternative den markierten Klimaweg via Segantini-Hütte (2731 m), in welcher der Maler Giovanni Segantini 1899 verstarb. Als Abschluss der Tour erwartet Sie das Restaurant Alp Languard oberhalb von Pontresina. Auf der Terrasse geniessen Sie nicht nur Ihr Getränk, sondern auch die Aussicht auf den Piz Palü, den Piz Roseg und den höchsten Berg Graubündens, den Piz Bernina (4048 m).



Anreisen und einkehren

Mit der Standseilbahn von der RhB-Haltestelle Punt Muragl hinauf nach Muottas Muragl. Ab Alp Languard mit dem Sessellift hinunter nach Pontresina, www.engadin.stmoritz.ch. Zwischenverpflegung im Restaurant Munt da la Bês-cha (Unterer Schafberg), www.schafberg.ch, oder im Bergrestaurant Alp Languard, www.engadin.stmoritz.ch.



www.myswitzerland.com/swisshike

Turnhalle frei für Knirpse

Kleinkinder laufen, hüpfen, kriechen, klettern, balancieren – der Drang nach Bewegung liegt in ihrer Natur. Der Verein «Chindaktiv» bietet im Winter speziell für Kleinkinder konzipierte Indoor-Spielplätze. Visana unterstützt ihn seit 2013.

Text: Peter Rüegg | Bild: Chindaktiv

Sonntagmorgen, 5.55 Uhr, kalter Nieselregen. Bei Familie Chervet ist Mia (4) erwacht, geht zum Kinderbettchen von Anne (2). Sieben Minuten später laufen die beiden ins Wohnzimmer, klettern auf das Sofa und springen auf den Teppich. Mehrmals. Eine Minute später sind die Eltern wach.

Natürlicher Bewegungsdrang

Kleinkinder kennen kein Ausschlafen – auch nicht am Wochenende. Von Natur aus sehnt sich jedes Kind nach Bewegung. Sind die Spielplätze im Winter jedoch nass oder verschneit, ist ein Kinderturnen in der Turnhalle eine Alternative.

Der Verein «Chindaktiv» stellt im Winterhalbjahr, jeweils am Sonntagmorgen, Turnhallen zur Verfügung.

Kinder bis sechs Jahre können in Begleitung Erwachsener an einem von Sportlehrern konzipierten Parcours ihre Fähigkeiten ausprobieren. Dabei bewegen sie sich frei – sie turnen und klettern so, wie sie es sich zutrauen. Der Parcours ist in jeder Turnhalle derselbe. Wenn Kinder diesen mehrmals absolvieren, erkennen sie die Stationen wieder, werden geschickter und wagen sich mit steigendem Alter an höhere Schwierigkeitsstufen.

Im letzten Winter turnten 14 000 Kinder in 60 Turnhallen. Die Leitenden wurden durch den Verein «Chindaktiv» ausgebildet und mit dem nötigen Material ausgerüstet. Visana unterstützt den Verein seit 2013 als Hauptsponsor, um dem Bewegungsmangel vieler Kinder in der Schweiz entgegenzuwirken.



«Chindaktiv» ist ein Engagement von Visana

Visana schützt ihre Kundinnen und Kunden vor den finanziellen Folgen von Krankheit und Unfall. Ausserdem engagiert sich das Unternehmen mit verschiedenen Partnerschaften im Breiten- und Leistungssport, damit sich Menschen körperlich und geistig fit halten und so auch ihr Unfall- und Krankheitsrisiko verringern. Visana ist seit 2013 Hauptsponsor des Vereins «Chindaktiv» für die Förderung der Gesundheit und Bewegung von Kindern im Vorschulalter. www.chindaktiv.ch



Sechs Regeln für sichere Flussfahrten

Sich mit dem Schlauchboot oder dem Kanu gemütlich einen Fluss hinuntertreiben zu lassen, macht auch im Spätsommer noch gute Stimmung – sofern es Petrus zulässt. Beachten Sie die sechs Flussregeln der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft (SLRG), damit die fröhliche Flussfahrt bis zuletzt fröhlich bleibt.

Text: Stephan Fischer | Bild: Christian Perret

Jährlich sterben durchschnittlich 50 Menschen in Schweizer Gewässern. Bei Kindern ist Ertrinken die zweithäufigste Unfalltodesursache. Prävention ist deshalb nötig. Dazu gehört das konsequente Befolgen der Bade- und Flussregeln. Visana unterstützt die SLRG dabei, diese lebensrettenden Verhaltensregeln noch bekannter zu machen.

Stets mit Weste auf Flussfahrt

Schweizer Flüsse sind nicht ungefährlich – selbst für geübte Schwimmerinnen und Schwimmer. Bei kühlen Wassertemperaturen können Krämpfe auftreten. Oder wer bei einem Sturz aus dem Schlauchboot mit dem Hinterkopf auf einem Stein aufschlägt, kann schnell

das Bewusstsein verlieren. Eine Rettungsweste sorgt in solchen Fällen dafür, dass der Körper an der Wasseroberfläche bleibt.

Die SLRG rät deshalb, bei Flussfahrten in Schlauch- und Ruderbooten, Kanus oder auf Flossen immer eine Rettungsweste zu tragen (Flussregel 1) – auch bei heissen Temperaturen. Ausserdem soll auf das vielerorts beliebte Zusammenbinden von Booten verzichtet werden (Flussregel 3), da sie sich an Brückenpfeilern oder Ästen verheddern könnten.

Visana und SLRG als Partner

Die Tafeln mit den Bade- und Flussregeln sind bereits an vielen Gewässern platziert. Es gibt jedoch noch Lücken im Netz, die nun sukzessive geschlossen werden. Visana unterstützt die SLRG dabei als Partner. Ziel ist es, möglichst viele Wassersportlerinnen und Wassersportler dazu zu bringen, ein paar Minuten in die Lektüre der Bade- und Flussregeln zu investieren. Diese gibt es beispielsweise auf www.visana.ch/slrg im Überblick.

Die SLRG in Kürze

Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft (SLRG) wurde 1933 gegründet. Sie möchte durch gezielte Präventionsarbeit und Ausbildung von Rettungsschwimmern die Zahl der Wasser- und Ertrinkungsunfälle senken. Die SLRG ist eine gemeinnützige Organisation mit schweizweit 130 Sektionen und 27 500 Mitgliedern. Sie ist Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes und von Swiss Olympic, dem Dachverband für Sport. www.slrgr.ch



www.visana.ch/slrg



Kontrollstelle im und fürs Unternehmen

Johanna Schlegel kontrolliert bei Visana die Prozesse und die Einhaltung der gesetzlichen Rahmenbedingungen. Sie prüft aber auch im Auftrag von Visana Firmenkunden. Als Mitarbeiterin der Internen Revision hilft sie mit, die Kosten zu optimieren und den Kundenbedürfnissen gerecht zu werden. Beides kommt Privat- und Firmenkunden zugute.

Text: Melanie Schmid | Bild: Alfonso Smith

«Interne Revision? Eine trockene Tätigkeit.» Dieses Vorurteil wird sehr schnell revidiert, wenn man auf die lebensfrohe Johanna Schlegel trifft. Über 20 Jahre arbeitet sie bei Visana und seit 1999 in der «Internen Revision». Mit ihrer Ausbildung als diplomierte Sozialversicherungsexpertin beherrscht sie das Zusammenspiel zwischen den Sozialversicherungen und kennt die gesetzlichen Grundlagen. Compliance – also das Befolgen aller rechtlichen Vorgaben – ist in der Unternehmenskultur von Visana stark verankert und wird von den Mitarbeitenden geliebt. Die Interne Revision prüft deren Einhaltung und ist als Stabsstelle direkt dem Verwaltungsrat unterstellt. «Als Versicherer haben wir eine Verantwortung gegenüber der Gesellschaft», ist sich Johanna Schlegel sicher.

Interne Optimierungen

Meldet sich die Interne Revision bei einer Organisationseinheit an, wird sie erst mal kritisch empfangen. «Wer lässt sich schon gerne bei seiner Arbeit kontrollieren?» Früher verbrachten Johanna Schlegel und ein Kollege mehrere Tage in einer Abteilung. Heute erfolgt ein grosser Teil der Prüfung von Dokumenten und Prozessen am Computer in ihrem Büro. Ein erstes Feedback wird zugestellt, bevor sich Johanna Schlegel mit dem Team zum Gespräch trifft. «Die Gespräche sind sehr interessant und die externe Sicht wird geschätzt. Oft können wir Verbesserungsmöglichkeiten aufdecken, was schliesslich auch die Servicequalität stärkt.»

Daran hat Visana ein grosses Interesse: Optimierte Prozesse und verbesserte Qualität kommen den Kunden direkt zugute. «Wir arbeiten alle für das gleiche Unternehmen und verfolgen gemeinsame Ziele.»

Kontrolle bei Firmenkunden

Ein grosser Teil ihrer Arbeitszeit verbringt Johanna Schlegel als externe Revisorin bei Firmenkunden, die bei Visana taggeld- oder unfallversichert sind. Dafür reist sie in der ganzen Schweiz herum. Je nach Pro-

fessionalität der Firmenunterlagen verbringt Johanna Schlegel zwischen einer Stunde und bis zu drei Tagen am Stück in einem Unternehmen. Ihr Ziel: Stimmen die Angaben, die ein Unternehmen gegenüber Visana gemacht hat? Dafür vergleicht sie beispielsweise die für die Prämienberechnung deklarierten Lohnsummen und die durch Visana ausbezahlten Taggelder mit den Lohnbuchhaltungen der Firmenkunden.

«Es kam vor, dass ein Chef für seine kranke Frau erfolgreich Taggeld eingefordert hatte. Jedoch war diese nie im Unternehmen angestellt.» Die Revisorin deckt solche Betrügereien auf. Gravierende Fälle seien jedoch eher selten. Die häufigsten Korrekturen entstehen durch Fehler aus Unwissenheit, welche jeweils konstruktiv geklärt werden können.

In Unternehmen kann Johanna Schlegel Visana als kompetenten Partner positionieren. Durch interessante Gespräche werden Kundenbedürfnisse abgeholt, woraus bessere Versicherungslösungen resultieren können.

Gerechtigkeit für die Versicherten

«Ich habe einen grossen Gerechtigkeitssinn», sagt Johanna Schlegel von sich selbst. In ihrem Job vertritt sie je nach Tätigkeit die Gesamtheit der Versicherten, Visana oder sogar die Gesellschaft, welche einen grossen Teil der Gesundheitskosten trägt.

Dank der Internen Revision erhält Visana im Durchschnitt netto 300 000 Franken pro Jahr aus Prämien- und Leistungskorrekturen bei Firmenkunden zurück. Intern werden Prozesse optimiert. Beides wirkt sich positiv auf die Prämien aller Versicherten aus.

Zur Person

Johanna M. Schlegel (59) ist verheiratet und wohnt in ihrer modern ausgebauten Dachwohnung in einem denkmalgeschützten Haus mitten in der Burgdorfer Altstadt. Auf der Dachterrasse bekocht sie gerne Gäste mit Paella. Zu ihren Hobbys gehören Nähen, Tennis, Wandern und Velofahren. Familienmensch Johanna M. Schlegel ist Teil einer grossen Patchwork-Familie: «Nächste Weihnachten werden neun Enkelkinder um unseren Weihnachtsbaum herum sitzen.» Bis 2010 war sie für die Grünen im Grossen Rat des Kantons Bern – ein Engagement, welches Visana als Arbeitgeber unterstützte.

«Wir erwarten moderate Prämiensteigerungen»

Aufgrund eines neuen Gesetzes dürfen die Krankenversicherer keine provisorischen Tarife mehr bekanntgeben. Darum werden die Prämien 2017 erst Anfang Oktober veröffentlicht. Trotzdem zeige ich Ihnen bereits heute auf, wie sich die Tarife für das kommende Jahr entwickeln werden und dass die Prämie letztlich etwas sehr Individuelles ist.

Text: Urs Roth | Bild: Phil Wenger

«Wie kommt meine Prämie zustande?» Mit dieser Frage werde ich immer wieder konfrontiert. Gerne versuche ich, Ihnen die komplexe Prämienkalkulation möglichst einfach zu erklären.

Prognose mit vielen Unbekannten

Die Prämienberechnung ist im Grunde ein möglichst exakter Blick in die Zukunft. Wir Versicherer erstellen aufgrund der gesetzlich vorgegebenen Eingabefristen eine Prognose, die auf folgenden Faktoren beruht: erbrachte Versicherungsleistungen des Vorjahres, eine Hochrechnung der zu erwartenden Leistungen im laufenden Jahr sowie die geschätzten Einnahmen und Ausgaben für das Folgejahr. Ergänzt werden diese

Annahmen mit den erwarteten Risikoausgleichszahlungen und den prognostizierten Kapitalanlageerträgen. Eine untergeordnete Rolle spielen die notwendigen und vorhandenen Reserven und Rückstellungen, da die zu genehmigenden Prämien kostendeckend sein müssen.

Es gibt nicht «die» Prämie

Die oben genannten Faktoren haben je nach Kasse, Alter und Prämienregion unterschiedliche Ausprägungen. Deshalb sind die Prämien sehr individuell. Wichtig

zu wissen ist, dass wir Versicherer bei der Prämienkalkulation von den Aufsichtsbehörden (Bundesamt für Gesundheit BAG und Finanzmarktaufsicht) streng kontrolliert werden. Letztlich genehmigen sie die Prämien definitiv.

2017: moderate Prämienanpassungen in der Grundversicherung

Dass die Prämien in der obligatorischen Grundversicherung auch nächstes Jahr wieder steigen werden, ist ein offenes Geheimnis. Der laufende Anstieg der Gesundheitskosten führt zwangsläufig zu höheren Prämien. Der Kostenanstieg liegt in der demographischen Entwicklung (immer mehr Leute werden immer älter), dem technologischen Fortschritt und der weiter zunehmenden Nachfrage der Bevölkerung nach medizinischen Leistungen begründet.

Wie hoch der Anstieg konkret sein wird, ist zurzeit unklar. Anders als in den Vorjahren dürfen die Versicherer die provisorischen Prämien von Gesetzes wegen nicht mehr veröffentlichen. Das bedeutet, dass die Prämien für Sie spätestens Anfang Oktober, nach Genehmigung durch das BAG, sichtbar sein werden. Ich bin aber optimistisch, dass die Prämienanpassungen in allen drei Visana-Kassen – Visana, sana24 und vivacare – im Marktvergleich moderat ausfallen und wir sowohl in der Grund- als auch bei den Zusatzversicherungen konkurrenzfähige Prämien anbieten werden. Zudem werden Sie sich auch in Zukunft auf unsere traditionell hohe Produkt- und Servicequalität verlassen können.



«Unsere Prämien werden konkurrenzfähig sein», sagt Urs Roth, CEO der Visana-Gruppe.

Ihre Feriengäste gut versichert

Erwarten Sie ausländische Gäste, die bei Ihnen in der Schweiz Ferien machen? Seit September 2016 deckt die neue Gästeversicherung von Visana die Heilungskosten von im Ausland wohnhaften Personen während ihres Besuchs in der Schweiz. Ausreichende Versicherungsdeckung ist für viele Visumsanträge obligatorisch.

Text: Melanie Schmid

Die Visana-Gästeversicherung richtet sich an Personen, die im Ausland wohnhaft sind und sich für mehrere Tage oder Wochen in der Schweiz oder in anderen Schengen-Ländern aufhalten. Viele ausländische Gäste benötigen für den Visumsantrag den Nachweis einer ausreichenden Versicherungsdeckung (Mindestversicherungssumme: 50 000 Franken).

Leistungen der Gästeversicherung

Ist bei einem Gast infolge eines Unfalls oder einer Krankheit eine notfallmässige Behandlung nötig, übernimmt die Gästeversicherung die Kosten für diese medizinischen Leistungen. Die Versicherungsdauer kann je nach Dauer der Reise gewählt werden und reicht von mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen bis zu maximal 185 Tagen. Alle Versicherungsleistungen erbringt die Allianz Global Assistance als Partner von Visana.

Unkomplizierter Abschluss

Die Gästeversicherung kann vom Gast selbst oder vom Gastgeber in der Schweiz für einen ausländischen Gast abgeschlossen werden. Auf unserer

Website www.visana.ch finden Sie weitere Informationen zur Gästeversicherung sowie einen Prämienrechner für eine unverbindliche Offerte. Oder besuchen Sie eine unserer Geschäftsstellen und verlangen Sie die Broschüre mit zugehörigem Einzahlungsschein. Die Einzahlung der Prämie gilt als Vertragsabschluss. Der Zahlungsbeleg ist Ihre Police für die neue Gästeversicherung. Zum Abschluss der Versicherung benötigen wir folgende Angaben: Wohnland der zu versichernden Person, deren Geburtsdatum sowie gewünschter Versicherungsbeginn und das Versicherungsende.



Kosten und Leistungen der Gästeversicherung

Versicherungsleistungen	Heilungskosten, Assistance, Such- und Bergungskosten					
	Versicherungsdauer (Tage)					
Versicherungssumme	3	17	31	62	92	185
10 000.–	38.–	126.–	202.–	341.–	452.–	1253.–
20 000.–	45.–	145.–	235.–	395.–	525.–	1355.–
50 000.–	55.–	170.–	280.–	470.–	625.–	1475.–

www.visana.ch/ausland

Visana – «Das ist Service»

Das Motto der neuen Visana-Werbekampagne – «Das ist Service» – ist ein Kundenzitat und Kompliment, das unsere Mitarbeitenden immer wieder zu hören bekommen. Was also liegt näher, als dieses Kompliment in Geschichten für Kunden und Noch-nicht-Kunden fassbar zu machen?

Text: Hedwig Gerards | Bilder: Visana

Seit Jahren erreichen die Visana-Mitarbeitenden bei Kundenzufriedenheitsmessungen Spitzenwerte hinsichtlich Freundlichkeit, fachlicher Kompetenz und Kundenorientierung. Unser Rezept ist so einfach wie effektiv: ein umfassendes, solides Versicherungsangebot, das für jede Lebenssituation eine Lösung bietet.

Persönlich und professionell

Bei Visana finden unsere Kundinnen und Kunden sowohl persönliche Beratung als auch digitale Angebote aus einer Hand, eingespielte Prozesse und vor allem professionelle Mitarbeitende. Mit diesem Angebot spannt sich der rote Bogen als Versicherungsschutz über ihr Leben. Mehr als eine Million Versicherte verlassen sich darauf.

Sowohl als auch – der Kunde wählt

Der Markenauftritt folgt den Bedürfnissen der heutigen Kundinnen und Kunden in einer modernen Gesellschaft. Mit einem neuen Look und einer authentischen Tonalität. Und mit unterhaltsamen Kurzgeschichten, die kurz und klar aufzeigen, dass Visana in allen Lebenslagen für ihre Versicherten – also Sie – da ist. Und zwar persönlich in 120 Geschäftsstellen, aber auch online. Daheim, aber auch im Ausland. Entweder mit der Grundversicherung oder als Rundum-Versicherung mit allen Extras – im Krankheitsfall oder bei der Vorsorge. Das ist Service.

Digitale Kanäle auf dem Vormarsch

Acht charmante Filmsequenzen erzählen von den Servicewünschen der heutigen Kundinnen und Kunden, die selbstbewusst entscheiden und auswählen wollen. Die Plakate zeigen einzelne Episoden daraus, im Fernsehen entstehen knappe Geschichten, und die Website bietet die Hintergründe rund um unsere Produkte und Services.

Bleiben wir in Kontakt

Der beste Service ist, wenn man miteinander spricht. Unsere Mitarbeitenden stehen Ihnen mit Engagement und Herzblut zur Seite. Wir sind immer für Sie da: ob persönlich auf Ihrer Geschäftsstelle, ob telefonisch, via E-Mail oder per Brief. Wir wollen, dass Sie rundum gut betreut sind. Das ist Service.



Michael Wüthrich,
Leiter Marketing-
kommunikation

«Wir wollten eine emotionale Kampagne sowie ein frischere und modernere Visana, insbesondere für mobile und digitale Anwendungen. Viele unserer Kundinnen und Kunden sind digital sehr versiert. Sie erwarten, dass wir als Krankenversicherung zeitgemäss und effizient handeln, auch in der Werbung.»



Hedwig Gerards,
Leiterin Marketing

«Unsere Kunden erwarten Beratung und guten Service auf allen Kanälen. Für die Älteren ist die Geschäftsstelle unverzichtbar und ein exklusiver Service, den Visana weiterhin bietet. Wir wollen vor Ort sein. Die Jüngeren unterscheiden jedoch immer weniger zwischen den Angeboten der Geschäftsstelle und im Internet. Darum arbeiten wir aktiv an der Integration von Online- und Offlinewelt.»



Roter Bogen mit Mehrwert

Wer kennt ihn heute noch nicht, den roten Visana-Bogen mit den klaren Aussagen? Dieser rote Bogen bleibt auch in der neuen Visana-Werbung das markante Erkennungszeichen. Abgesehen davon erleben wir seit Anfang August eine frischere und zum Teil auch frechere und humorvollere Visana.

www.visana.ch/service

Achtung, betrügerische Anrufe!

Im Herbst haben dubiose Callcenter wieder Hochsaison und bringen damit die ganze Krankenkassen-Branche in Verruf. Sie rufen mit Schweizer Nummern aus dem Ausland an und geben vor, im Namen von Visana und anderen Krankenversicherern «besonders vorteilhafte» Angebote unterbreiten zu wollen. Seien Sie vorsichtig bei solchen Anrufen, und melden Sie uns verdächtige Nummern.

Text: Hans Sutter | Bild: Alfonso Smith



Was tun bei dubiosen Anrufen?*

- Notieren Sie das Datum sowie Firma, Name und Telefonnummer des Anrufers.
- Machen Sie keine Angaben zu Ihrer Person oder Ihren Versicherungsdeckungen. Lassen Sie falsche Aussagen des Anrufers stehen, korrigieren Sie sie nicht.
- Rufen Sie nie auf unbekannte Nummern zurück. Callcenter provozieren solche Rückrufe, indem sie es nur wenige Male läuten lassen.
- Verlangen Sie die Registernummer des Anrufers und überprüfen Sie diese auf www.vermittleraufsicht.ch.
- Melden Sie uns verdächtige Telefonanrufe per E-Mail: qualitaetsmanagement@visana.ch

* Gilt entsprechend auch für E-Mails.

Wir setzen uns auf politischer Ebene seit langem dafür ein, dass den Praktiken ausländischer Callcenter, mit Schweizer Nummern zu operieren, ein Riegel vorgeschoben wird. Leider misst die Politik diesem Wunsch weiterhin zu wenig Gewicht bei. Auch diesen Herbst werden dubiose Callcenter erfahrungsgemäss Kundinnen und Kunden ungestraft verärgern.

Klar definierte Zusammenarbeit

Visana arbeitet mit einem einzigen Callcenter zusammen. Dieses zertifizierte Schweizer Unternehmen hält sich strikt an sämtliche gesetzlichen Auflagen und beachtet insbesondere den Sterneintrag im Telefonbuch. Die Mitarbeitenden melden sich im Namen von Visana und wurden durch uns ausgebildet.

Auch unabhängige Vermittler arbeiten für Visana. Diese Zusammenarbeit ist vertraglich klar geregelt und wird von den Behörden überprüft. Bei Verstössen werden entsprechende Sanktionen ausgesprochen. Leider gibt es vereinzelt schwarze Schafe, welche die Branche in Verruf bringen, aber die grosse Mehrheit der Vermittler arbeitet seriös.

Gesundes Misstrauen hilft

Seien Sie aufmerksam und fragen Sie nach, wenn ein Anrufer ausserordentlich attraktive Versprechungen macht oder Sie zu einer Umfrage drängt. Wenn Sie Zweifel haben, was die Seriosität des Anrufers betrifft, helfen Ihnen die Tipps im nebenstehenden Kasten weiter.

www.visana.ch/werbeanrufe

Die eigenen Notfalldaten in Griffweite

Gegen Vorweisen der Versichertenkarte erhalten Sie Medikamente in der Apotheke. Beim Arzt oder im Spital fällt so das Ausfüllen von Formularen weg. Und die Versichertenkarte hat noch mehr Potential: Ärzte, Spitäler und Apotheken können auf ihr den Hinweis auf Ihre Patientenverfügung, Notfallkontakte und medizinische Informationen wie Allergien und Blutgruppe speichern.

Text: Stephan Fischer | Grafik: IFAK Data AG

Seit 2010 erhalten alle in der Schweiz Versicherten eine persönliche Versichertenkarte von ihrer Krankenkasse. Nebst den üblichen Personenangaben können auf dem Chip – freiwillig – zusätzliche Informationen abgespeichert werden. Diese können bei medizinischen Notsituationen entscheidend sein – für Sie und Ihre Angehörigen.

Patientenverfügung und Notfalldaten

Falls Sie über eine Patientenverfügung verfügen, können Sie auf der Versichertenkarte vermerken, wo Sie diese aufbewahren. In einer Patientenverfügung legen Sie fest, welchen lebenserhaltenden Massnahmen Sie zustimmen. Damit entlasten Sie auch Ihre Angehörigen bei schwierigen Entscheidungen. Seit 2013 sind Ärzte und Spitäler dazu verpflichtet, zu prüfen, ob eine Patientenverfügung besteht. Dort ist oft auch erwähnt, ob jemand Organspender ist und welche Organe entnommen werden dürfen.

Auf Wunsch können Sie weitere medizinisch relevante Informationen auf der Versichertenkarte speichern lassen (Allergien, benötigte Medikamente

oder Blutgruppen- und Transfusionsdaten). So kann das medizinische Personal im Notfall schnell darauf zurückgreifen. Es lohnt sich folglich, die Versichertenkarte immer bei sich zu tragen.

Datenschutz und Zugriff

Die Daten auf der Versichertenkarte sind sicher. Nur in der Schweiz zugelassene Ärzte, Spitäler und Apotheken können mit einem speziellen elektronischen Schlüssel darauf zugreifen. Und auch nur sie können Informationen auf dem Chip speichern (siehe Kasten). Mehr zum Thema finden Sie auf www.sasis.ch oder www.notfalldaten.ch.

Daten auf der Versichertenkarte

Obligatorisch aufgedruckt und elektronisch auf dem Chip gespeichert sind: Name, Vorname, AHV-Nummer, Geburtsdatum, Geschlecht, Krankenversicherer, Kartennummer und Ablaufdatum der Karte.

Freiwillig speicherbar (einzeln wählbar) sind: Adresse, Unfall- und Zusatzversicherungen, Blutgruppen- und Transfusionsdaten, Impfungen, Transplantationsdaten, Allergien, Krankheiten und Unfallfolgen, Medikation*, Notfallkontakte*, Hinweise* auf eine bestehende Patientenverfügung oder einen Organspendeausweis.

* Können in der Apotheke gespeichert werden. Übrige Daten beim Arzt oder im Spital, aber nicht durch Krankenversicherer.



www.visana.ch/versichertenkarte

Alles im Griff mit MyVisana

Volle Ordner mit Leistungsabrechnungen und Versicherungspolice gehören dank MyVisana der Vergangenheit an. Auf unserem Online-Kundenportal stehen Ihnen alle aktuellen Versicherungsdokumente elektronisch zur Verfügung. Sie drucken nur das aus, was Sie brauchen. Und Ihre Franchise oder Adresse können Sie ebenfalls bequem mit ein paar Klicks ändern.

Text: Debbie Rychener | Bild: Markus Mutti

Das papierlose Büro wird wohl noch länger eine Utopie bleiben. Aber dank MyVisana können Sie den Papierverbrauch zumindest deutlich reduzieren. All Ihre Versicherungsdokumente sind elektronisch gespeichert und stehen Ihnen jederzeit online zur Verfügung. Sie müssen künftig nur noch diejenigen ausdrucken, die Sie wirklich benötigen, beispielsweise den Auszug für die Steuererklärung.

Einfach und sicher

Nebst dem Verwalten Ihrer Versicherungsdokumente bietet Ihnen MyVisana weitere vorteilhafte Zusatzfunktionen. Sind Sie umgezogen? Dann können Sie hier bequem Ihre neue Adresse melden. Sie können natürlich auch die Franchise fürs kommende Jahr ändern oder zusätzliche Klebeetiketten bestellen.

Um die Sicherheit Ihrer Daten auf MyVisana brauchen Sie sich nicht zu sorgen. Diese sind dreifach geschützt. Nebst der Identifikationsnummer und dem persönlichen Passwort sind sie mit einem zusätzlichen Sicherheitscode gesichert. Dieser steht entweder auf einer Matrixkarte, oder er wird Ihnen beim Login per SMS zugestellt.

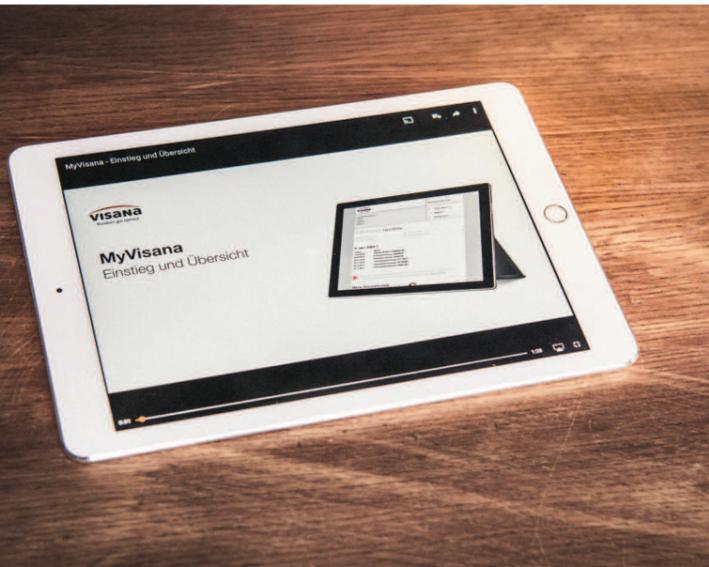
MyVisana – auf Video kurz erklärt

Auf www.myvisana.ch finden Sie sieben Videoclips, in denen die wichtigsten Funktionen des Online-Kundenportals demonstriert werden: das Login, die Verwaltung der Policen und Leistungsabrechnungen, das Ändern der eigenen Adresse, Franchise und Unfalldeckung sowie die Kontaktaufnahme mit Ihrer Geschäftsstelle.

www.myvisana.ch

Gewinnen Sie ein Samsung Galaxy S7

Melden Sie sich jetzt online auf www.myvisana.ch an. Unter allen Neuanmeldungen bis 31. Oktober 2016 verlosen wir ein Samsung S7 (32 GB, silber).



Wir schützen Babys von Geburt an

«Wann ist es so weit? Wann kommt das Baby zur Welt?» Schwangere Frauen hören diese Frage oft. Wir freuen uns mit ihnen auf das schöne Ereignis. Damit sie die ersten gemeinsamen Momente mit dem Baby geniessen können, empfehlen wir, Babys schon vor der Geburt gegen Krankheit und Unfall abzusichern.

Text: Peter Rüegg | Bild: Visana

Visana kümmert sich um das Wohlbefinden werdender Mütter und den Schutz ihrer Kinder. Wir empfehlen, Babys bereits vor der Geburt bei uns anzumelden, um Deckungslücken zu vermeiden. Denn nicht alle medizinischen Leistungen werden von der Grundversicherung vollständig gedeckt.

Zusatzkosten vorbeugen

Treten bei der Geburt unerwartete Komplikationen auf, sind die Leistungen der Grundversicherung begrenzt. Es ist darum ratsam, das Baby gegen ungedeckte Zusatzkosten abzusichern.

Zusatzversicherungen

Für Spitalbehandlungen deckt die obligatorische Grundversicherung nur die Kosten im Wohnkanton ab. Mit der Spitaldeckung «Allgemeine Abteilung ganze Schweiz» übernehmen wir auch die Kosten von ausserhalb des Wohnkantons.

Auf Wunsch können Eltern ihr Kind zudem in den Bereichen der ambulanten und alternativen Medizin versichern. Vor der Geburt brauchen sie für diese wichtigen Zusatzversicherungen keine Gesundheitsfragen zu beantworten. Nach der Geburt melden sie nur noch den Namen des Kindes, sein Geschlecht und das Geburtsdatum.

Ist es bei Ihnen bald so weit?

Als Geschenk für die vorgeburtliche Anmeldung erlassen wir Ihnen die Prämien des Geburtsmonats. Melden Sie sich bei Ihrer Beraterin oder Ihrem Berater für eine unverbindliche Offerte. Gerne beraten wir Sie bei Ihnen zu Hause oder auf einer Visana-Geschäftsstelle. Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 0848 848 899. Sie finden weitere Informationen auf www.visana.ch/schwangerschaft



Visana Club

Clubangebote so bunt wie der Herbst

Visana Club – das Plus für Sie. Als Visana-Kundin oder Visana-Kunde sind Sie automatisch und kostenlos Mitglied im Visana Club und profitieren uneingeschränkt von den Angeboten unserer Partner. Übrigens: Für den Visana Club setzt Visana keinen einzigen Prämienfranken ein. Weitere Angebote und Informationen finden Sie auf www.visana.ch/club.

Solis – Schweizer Qualität für Ihr Haar



Mit 50 Prozent mehr Luftdruck und über 40 Prozent mehr Luftausstoss verkürzt der Haartrockner «Swiss Perfection» von Solis die Trocknungszeit massgeblich. Zudem garantiert Ihnen der «Kassensturz»-Testsieger, dank innovativer Technologie, mehr Glanz, Geschmeidigkeit und bessere Frisierbarkeit. Mit dem ergonomischen Griff

liegt dieser «swiss made»-Haartrockner perfekt in der Hand. Und damit Ihr Haar so richtig in Schwung kommt, gibt es die Solis-Profi-Rundbürste im Wert von 19.90 Franken gratis dazu.

Produkte-Highlights:

- 50 Prozent mehr Luftdruck als vergleichbare Profi-Haartrockner
- Über 40 Prozent mehr Luftausstoss als vergleichbare Profi-Haartrockner
- Mehrere Gebläse- und Heizstufen
- Kaltlufttaste
- Ondulierdüse



Stylen Sie Ihr Haar schnell und schonend zum Club-Preis von 62.90 statt 89.90 Franken (normaler Preis des Anbieters). Im Preis inbegriffen: Profi-Rundbürste, Versandkosten, Recyclinggebühr und zwei Jahre Garantie.

Bestellen Sie jetzt auf www.visana.ch/club oder mit dem Bestelltalon. Das Angebot ist gültig bis 31. Dezember 2016 oder solange Vorrat. Der Föhn ist in den Farben Schwarz und Violett erhältlich.

Mehr Informationen auf www.solis.ch. Produkt-
auskünfte: sales.ch@solis.com.



www.visana.ch/club

WMF – Wasser trinken mit Stil

Die formschöne WMF-Wasserkaraffe setzt Ihr Getränk stilvoll in Szene. Dank der grossen Öffnung füllen Sie Ihr Lieblingsgetränk bequem ein. Und wenn Sie die Karaffe aufstellen oder kippen, schliesst sich der «Close-Up»-Verschluss von selbst. Unser Tipp: Aromatisieren Sie Ihr Wasser mit Zitronenscheiben und Minzblättern. Sie erhalten die hitzebeständige Karaffe mit sechs edlen Trinkgläsern.

Produkte-Highlights:

- Deckel: Cromargan-Edelstahl rostfrei 18/10, Silikon
- 1,5 Liter-Karaffe aus Glas (hitzebeständig)
- «Close-Up»-Verschluss
- Höhe: 31 cm
- Sechs Trinkgläser à 3,5 dl

Trinken Sie künftig mit Stil und profitieren Sie vom erfrischenden Angebot: WMF-Wasserkaraffe mit sechs Trinkgläsern zum Club-Preis von 59 Franken statt 105.90 (normaler Preis des Anbieters). Im Preis inbegriffen: Versandkosten und zwei Jahre Garantie für Produktionsmängel (ausgenommen Glasbruch).

Bestellen Sie jetzt auf www.visana.ch/club oder mit dem Bestelltalon. Das Angebot ist gültig bis 31. Dezember 2016 oder solange Vorrat.

Mehr Informationen auf www.brack.ch/visana-wmf.
Produktauskünfte: 062 889 80 80 oder verkauf@brack.ch.



Bestelltalon

Bitte ausfüllen: ____ Ex. WMF60093 Wasserkaraffe inklusive sechs Trinkgläser für 59 Franken.

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

Talon einsenden an: Brack.ch AG, Visana-Angebot WMF60093, Hintermättlistrasse 3, 5506 Mägenwil

Bestelltalon

Bitte ausfüllen: ____ Ex. Solis Swiss Perfection inklusive Profi-Rundbürste für 62.90 Franken. Farbe: Schwarz Violett

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

Talon einsenden an: Solis Switzerland AG, Visana-Angebot, Verkaufsdienst, Europastrasse 11, 8152 Glattbrugg

Ochsner Sport – 20 Prozent Rabatt auf Wanderschuhe

Herbstzeit, Wanderzeit – aber bitte mit dem richtigen Schuhwerk. Und damit Sie sicheren Fusses über Stock und Stein gelangen und Ihre Wanderung ohne Blasen geniessen können, offeriert Ihnen unser Partner Ochsner Sport **20 Prozent Rabatt auf hochgeschnittene Wanderschuhe.**

Die Wanderschuhe sind in jeder Ochsner-Sport-Filiale gegen Abgabe des Rabatt-Talons oder online auf www.visana.ch/club erhältlich. Das Angebot ist gültig vom 1. bis 30. September 2016 und nicht mit weiteren Aktionen oder Rabatten kumulierbar. Der Rabatt-Talon gilt für einen einmaligen Einkauf und nur für Visana-Kunden. Mehr Informationen auf www.visana.ch/club und www.ochsnersport.ch.



Erlösbar in allen OCHSNER SPORT Filialen bis 30. September 2016. Nicht kumulierbar mit anderen Aktionen. Nur gültig für Wanderschuhe mit dem Artikelstamm 1 791 + 1 792.



Wichtige Informationen

Haben Sie Fragen?

Bei Fragen zu Ihrer Versicherung können Sie sich jederzeit an Visana wenden. Telefonnummer und Adresse Ihrer Ansprechperson finden Sie auf Ihrer aktuellen Police. Für viele Fragen finden Sie Erklärungen im Internet auf www.visana.ch > Privatkunden > Menü für Privatkunden > Services > Häufige Fragen

Visana Assistance

Bei Notfällen im Ausland unterstützt Sie die Visana Assistance während 24 Stunden an 7 Tagen: Telefon +41 (0)848 848 855. Sie finden diese Nummer auch auf Ihrer Versichertenkarte.

Medizinische Beratung

Als Grundversicherte bei der Visana-Gruppe erhalten Sie kostenlos medizinische Beratung unter folgender Telefonnummer: 0800 633 225 – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr.

Kontakt Gesundheitsrechtsschutz

Schadenersatzansprüche beim Gesundheitsrechtsschutz können Sie unter der Telefonnummer 031 389 85 00 geltend machen.

Visana-Newsletter

Wenn Sie nie mehr einen Wettbewerb oder ein attraktives Club-Angebot verpassen möchten, können Sie auf www.visana.ch > Visana unseren kostenlosen Newsletter abonnieren.

Women Sport Evasion – auch 2017 ausverkauft?

Möchten Sie einen Tag lang aus über 30 trendigen Sportangeboten wie Axe Bahia, Body Sculpt oder Animal Viber auswählen und sich dabei zu motivierenden Beats und Rhythmen bewegen? Dann ist die Women Sport Evasion in Lausanne genau das Richtige für Sie. An der diesjährigen Austragung am 25./26. Juni 2016 nahmen 2800 Frauen im Alter zwischen 16 und 75 Jahren teil und verwandelten das Stade Pierre-de-Coubertin am Ufer des Genfersees in ein pulsierendes Sportmekka. Visana als Presenting Partner freut sich jetzt schon auf die nächste Ausgabe am 24./25. Juni 2017. Frühzeitig anmelden lohnt sich, die Anzahl Plätze ist limitiert. www.womensportevasion.ch

Rang 2 für Visana bei der Kundenzufriedenheit

Der Internetvergleichsdienst comparis.ch führte in der ersten Jahreshälfte eine Kundenzufriedenheitsumfrage bei rund 2400 Versicherten aus allen Sprachregionen durch. Diese bewerteten die Anbieter ihrer Krankenkassen-Grundversicherung. Dabei steigerte sich Visana im Vergleich zum Vorjahr nochmals und wurde von den Versicherten mit der Note 5,3 belohnt – der zweitbesten unter allen 26 bewerteten Krankenkassen.

In der Umfrage wurden die Kompetenz und Einsatzbereitschaft der Mitarbeitenden, die Verständlichkeit der Kundeninformationen sowie die Qualität der Abrechnung der Krankenkassen bewertet. Mehr zur Kundenzufriedenheitsumfrage finden Sie auf www.comparis.ch > Tipps & Informationen > Kundenzufriedenheit Krankenkassen 2016.



Sportlehre erfolgreich abgeschlossen



Timo Tuominen hat als Erster die Sportlehre bei Visana erfolgreich abgeschlossen, herzliche Gratulation! Der Fussballer, der seinen Arbeitsvertrag bei Visana verlängert hat, spielte während seiner Ausbildung beim FC Thun. Bei der Sportlehre arbeiten Lernende mit einem reduzierten Pensum im Betrieb. Die kaufmännische Lehre dauert dafür vier statt drei Jahre. So bringen ambitionierte Athletinnen und Athleten, Leistungssport und Beruf besser unter einen Hut. Zurzeit absolvieren fünf Lernende eine Sportlehre bei Visana.

www.visana.ch/berufsbildung



Vacanza – die praktische Reiseversicherung

Wenn Sie bei Visana die Zusatzversicherung Spital, Ambulant oder Basic abgeschlossen haben, verfügen Sie automatisch und kostenlos über die Reise- und Ferienversicherung Vacanza. Diese gilt für Reisen bis maximal acht Wochen. Versichert sind die Heilungskosten bei Krankheit und Unfall im Ausland. Ausserdem dabei:

- **24-Stunden-Soforthilfe:** Die Vacanza-Assistance hilft Ihnen an Ort und Stelle, rund um die Uhr, erbringt Depotleistungen und veranlasst den Rücktransport respektive die Heimschaffung, falls Sie auf ärztliche Verordnung in die Schweiz zurückkehren müssen.
- **Gepäckversicherung:** Ihr Reisegepäck ist gegen Diebstahl, Raub und Beschädigung bis maximal 2000 Franken pro Reise versichert. Dies gilt in allen Ländern ausser der Schweiz.
- **Annullierungskostenversicherung:** Wenn Sie Ihre Reise infolge Unfall oder Krankheit nicht antreten können oder diese vorzeitig abbrechen müssen, übernimmt Visana die Annullierungskosten weltweit bis maximal 20 000 Franken pro Reise.
- **Kreditkartenersatz:** Wird Ihnen unterwegs das Portemonnaie mit Ausweisen und Kreditkarten gestohlen, unterstützen wir Sie bei der Sperrung der Bankkarten. Zusätzlich übernehmen wir bis zu 500 Franken für den Ersatz der Karten und Ausweise. Dies gilt im In- und Ausland.

Um von den Leistungen von Vacanza umfassend zu profitieren, müssen diese durch Visana Assistance koordiniert werden. Wenden Sie sich im Leistungsfall an die Nummer +41 (0)848 848 855 (steht auch auf der Rückseite Ihrer Versichertenkarte). Mehr Informationen zu Vacanza finden Sie auf www.visana.ch/ferien.

Erfolgreiche ISO-Rezertifizierung

Visana ist von der Schweizerischen Vereinigung für Qualitäts- und Managementsysteme (SQS) für drei weitere Jahre nach ISO 9001:2015 rezertifiziert worden. Das im Juni durchgeführte Audit ergab, dass sich das Qualitäts- und Managementsystem von Visana durchwegs auf einem sehr hohen Niveau befindet. Visana ist bereits seit 2001 ISO-zertifiziert.



Neu im Visana-Verwaltungsrat

Die Generalversammlung der Visana-Gruppe hat Déborah Carlson-Burkart und Roland Frey neu in den Verwaltungsrat gewählt. Sie ersetzen Hanswalter Schmid und Barbara Anna Heller im siebenköpfigen Gremium. www.visana.ch/vr



Folgen Sie uns auf Facebook

www.facebook.com/visana2

«Das Rotsocken-Image abgestreift»

Die Schweiz ist ein Wanderland. Der Dachverband der Wanderweg-Organisationen existiert seit 1934 und kümmert sich um die Interessen des Wanderns. Michael Roschi, Geschäftsführer der Schweizer Wanderwege, spricht über seine Aufgaben, den Stellenwert des Wanderns und erklärt, was man beim Wandern auf jeden Fall beachten sollte.

Text: Fabian Ruch | Bild: Mauro Mellone

Liegt Wandern eigentlich noch im Trend?

Michael Roschi: Mehr denn je. Man kann aktuell gar von einem richtigen Wanderboom sprechen. Wandern wird vor allem bei jüngeren Erwachsenen immer beliebter und hat das Rotsocken-Image längst abgestreift.

Aber als Kind empfinden wir es doch als Horror, wenn die Eltern stundenlang wandern gehen wollen.

(Lacht) Das ist wohl für viele so, und im Alter zwischen 15 und 25 gehen tatsächlich weniger Menschen wandern. Aber die meisten kehren irgendwann zurück und unternehmen spätestens mit den eigenen Kindern wieder schöne Wanderungen.

Welchen Stellenwert genießt das Wandern in der Schweiz?

Ich denke, er ist in keinem anderen Land grösser. Unsere Erhebungen ergaben, dass fast drei Millionen Menschen in der Schweiz wandern. Es gibt über 50 000 Wegweiserstandorte und die Gesamtlänge aller Wanderwege beträgt rund 65 000 Kilometer. Das Wanderwegwesen ist seit 1979 in der Bundesverfassung und seit 1985 in einem Bundesgesetz geregelt.

Worum kümmern Sie sich als Geschäftsführer der Schweizer Wanderwege?

Zu meiner Hauptaufgabe gehört eine aktive Interessenvertretung. Als Dachverband der 26 kantonalen Wanderwege-Organisationen laufen bei uns die Fäden zusammen.

In den letzten Jahren boomten Trendsportarten wie Walking oder Joggen. Wie sehr spüren Sie das?

Auch wir profitieren davon. Wandern ist die beliebteste Freizeitbeschäftigung der Schweizer. 162 Millionen Stunden verbringen sie auf Wanderwegen. Und grundsätzlich ist es ja auch für uns positiv, wenn

sich die Menschen bewegen. Sie wollen etwas erleben, in den Bergen, an den Seen, an Flüssen. Und weil es in der Schweiz überall gut ausgebaute Wanderwege in allen Schwierigkeitsstufen gibt, kommt jeder auf seine Kosten.

Auch das Wandern dürfte zum grossen Business geworden sein.

In der Tat. Die Wertschöpfung beträgt etwa 2,5 Milliarden Franken im Jahr. Darin sind die Kosten für die Ausrüstung noch nicht enthalten. Es gibt viele spezielle Anlässe wie etwa die Schweizer Wandernacht.

Wie gesund ist Wandern angesichts der teilweise heftigen Höhenunterschiede, die es zu absolvieren gilt?

Das Gute ist, dass man sich aussuchen darf, wie man wandern gehen möchte. Selbstverständlich gibt es auch anstrengende Bergtouren, aber man kann sich im Internet bestens informieren, was für welchen Fitnesszustand die richtige Wanderung ist.

Was raten Sie jemanden, der wieder einmal wandern möchte?

Entscheidend ist eine sorgfältige Planung. Überschätzen Sie sich nicht und verfolgen Sie stets die Wetterentwicklung. Passende Bekleidung und Sonnenschutz gehören immer dazu. Es braucht genügend Verpflegung und Wasser, und zu guter Letzt ist es empfehlenswert, sich für den Notfall vorzubereiten. Informieren Sie jemanden über die Wanderung und nehmen Sie ein Handy mit.

Verraten Sie uns Ihren Geheimtipp für eine wunderschöne Wanderung?

Meine Präferenzen haben sich ein wenig verändert. Ich mag es, sportlich und steil unterwegs zu sein, es darf ruhig ins Klettern gehen mit hoher technischer Herausforderung. 30 bis 40 Mal im Jahr gehe ich auf eine Wanderung, gerne ins Wallis oder ins Berner Oberland. Seit wir aber ein Kind bekommen haben, nehme ich es mit dem Baby auf dem Rücken ruhiger.



Zur Person

Michael Roschi ist seit rund eineinhalb Jahren Geschäftsführer der Schweizer Wanderwege. Der Berner wandert selber gerne und ist oft sportlich unterwegs (Velo, Skitouren). Er bezeichnet sich als «leidenschaftlichen Koch» und mag Theaterbesuche. Als momentan grösste berufliche Herausforderung nennt Roschi die verschiedenen Interessen der Anspruchsgruppen zu bündeln. Zudem steht die Weiterentwicklung der Serviceplattform [wandern.ch](http://www.wandern.ch) an, woraus auch Gelegenheitswanderer sofort eine eigene Route aus den unzähligen Daten zusammenstellen können. Der 39-Jährige lebt in Thun, ist verheiratet und Vater eines bald einjährigen Sohnes.

www.wandern.ch

www.sicher-bergwandern.ch