



Wir verlosen 75 Gratisteilnahmen

Gewinnen Sie für einen sportlichen Sommer insgesamt 50 Gratisteilnahmen für die Women Sport Evasion in Lausanne sowie 25 Gratisplätze für das YB Kids Camp in Bern.

Text und Bild: Stephan Fischer



Visana verlost für die Women Sport Evasion (Frauen ab Jahrgang 2000) am 25. und 26. Juni 2016 in Lausanne sowie für das YB Kids Camp (Mädchen und Knaben mit den Jahrgängen 2002 bis 2009) vom 11. bis 15. Juli 2016 auf der Berner Allmend 50 respektive 25 Gratisteilnahmen. Schicken Sie uns den Wettbewerbston oder nehmen Sie online auf www.visana.ch an der Verlosung teil. Viel Glück!

Wettbewerbston

Ich möchte Folgendes gewinnen (bitte ankreuzen):

- 2 Gratistagespässe für die Women Sport Evasion am
 - 25. Juni 2016 in Lausanne / 26. Juni 2016 in Lausanne ODER
- 1 Gratisteilnahme für das YB Kids Camp vom 11. bis 15. Juli 2016 in Bern

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

E-Mail _____

Talon auf eine Postkarte kleben und bis 16. April 2016 einsenden an: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3015 Bern.

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden bis 29. April 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 1/2016



04 Stop Risk Family Day
Sicher unterwegs mit dem Velo

10 Genuss pur auf der Herzroute
Wandern mit dem E-Bike

11 Gemeinsam gegen Badeunfälle
Visana und die SLRG spannen zusammen

Inhalt

Gesundheit

Schokolade – gut fürs Gemüt	3
Gratis an den Stop Risk Family Day	4
Kindersicherheit zuhause	6

Engagement

Auf ins YB Kids Camp!	8
Women Sport Evasion in Lausanne	9
Unterwegs auf der Herzroute	10
Visana und die SLRG als Partner	11

Inside

Visana-Mitarbeiter im Fokus	12
So war das Geschäftsjahr 2015	14
Ein ausgezeichnete Arbeitgeber	15
Sinnvolle Kapitalversicherungen	16

Service

MyVisana schont die Umwelt	17
Frühlingsangebote im Visana Club	18
Gut zu wissen	20
Im Gespräch mit David Schmid	22
Wettbewerb	24

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Ja, Sie halten das «VisanaFORUM» in den Händen. Wir haben für Sie das Layout des Magazins weiterentwickelt und dem Inhalt eine neue Struktur gegeben. Wir hoffen, dass Sie daran Gefallen finden und mit noch mehr Lust in unserem Kundenmagazin schmökern.

Die Premierenummer 2016 steht im Zeichen des Genusses und des Frühlings. Ostern liegt hinter uns und damit der Konsum von allerlei Schokoladenerzeugnissen. Doch wie gesund ist Schokolade eigentlich? Ich kann Sie beruhigen: gesünder, als Sie denken! Lesen Sie selbst auf Seite 3.

Dank verschiedener Partnerschaften sorgen wir dafür, dass Sie als unsere Kundinnen und Kunden von attraktiven und erst noch gesunden Frühlings- und Sommerangeboten profitieren können. Sei es, indem Sie Ihrem Nachwuchs ein Ticket für eines der YB Kids Camps sichern oder mit Ihrem Partner per E-Bike die Schweizer Herzroute erkunden. Sei es, indem Sie sich mit Ihren Freundinnen für die Women Sport Evasion in Lausanne anmelden oder die Badesaison frühzeitig mit einem Sprung ins kühle Nass starten. Sie haben die Qual der Wahl.

Apropos Sprung ins Nass: Beachten Sie unbedingt die goldenen Baderegeln der Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft (SLRG). Gemeinsam setzen wir uns dafür ein, die Zahl der Badeunfälle in der Schweiz zu reduzieren. Dabei spielt die breitere Bekanntmachung der Baderegeln in der Schweiz eine wichtige Rolle.

Eine unterhaltsame Lektüre wünscht Ihnen



Albrecht Rychen
Präsident des Verwaltungsrates



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, 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:** perretfoto.ch. **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).



Ein Riegel ist gut für Herz und Gemüt

Ostern ohne Schokolade oder Eier wäre wie Weihnachten ohne Baum – undenkbar. Während Eier zu den Grundnahrungsmitteln zählen, ist Schokolade eher ein Genussmittel. Mit fast 12 Kilogramm pro Person und Jahr essen sich Herr und Frau Schweizer auf Platz 2 weltweit. Geschlagen werden wir nur von den Deutschen.

Text: Stephan Fischer | Bild: Alfonso Smith

Cailler, Suchard, Lindt, Tobler, Sprüngli, Munz, Frey oder Camille Bloch gehören zu den helvetischen Schokoladenpionieren. Egal, ob als Tafel, Praliné, Kugel, Stängeli oder Osterhase – Schweizer Schokolade hat sich einen Weltruf erarbeitet. Und viel spricht dafür, dass sie nicht nur fein, sondern auch gesund ist.

Guter Energielieferant

Eine Tafel Milkschokolade enthält viel Fett und Zucker und hat rund 550 Kilokalorien (dunkle Schokolade etwas weniger, weisse etwas mehr). Das entspricht einem Viertel des durchschnittlichen täg-

chen Energiebedarfs und ist zum Beispiel 40 Minuten Joggen, 50 Minuten Schwimmen oder drei Stunden Walking wert. Schokolade eignet sich also kaum, um abzunehmen.

Aber Schokolade wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus: Das Theobromin (mit dem Koffein verwandt) im Kakao wirkt anregend und leicht stimmungsaufhellend – Schokolade macht gute Stimmung. Insbesondere Bitterschokolade kann den Gehalt an herzschützenden Antioxidantien im Blut für einige Stunden stark anheben. Allerdings sollte man keine Milch dazu trinken, da dies den positiven Effekt neutralisiert.

Weitere positive Effekte

Der Schokolade wird ferner nachgesagt – wenn auch in geringem Masse – den Blutdruck zu senken, die Wundheilung zu fördern, Hustenanfälle zu lindern, Magengeschwüren vorzubeugen und das Herzinfarktrisiko zu mindern. Gut möglich, dass diese Liste in Zukunft noch erweitert wird. Der massvolle Griff zum Osterhasen – je mehr Kakao, desto besser – kann also durchaus der Gesundheit förderlich sein.

Wer hat sie erfunden?

Die Kakaopflanze als Ausgangsstoff der Schokolade stammt aus Südamerika und wurde bereits von den Maya um 600 angebaut. Knapp 1000 Jahre später mixten sich die Azteken in Mexiko ein kakaohaltiges Getränk aus Wasser, Kakao, Vanille und Cayennepfeffer, das sie «xocolatl» (bitteres Wasser) nannten, von dem sich der Begriff Schokolade ableitet. Im frühen 19. Jahrhundert wurde die Trinkschokolade in Frankreich von fester Schokolade abgelöst. Die erste Herstellung von Milkschokolade gelang 1875 in Vevey.

www.chocosuisse.ch

gedruckt in der
schweiz



Gratis an den Stop Risk Family Day mit Franco Marvulli

Der Verkehr auf den Strassen nimmt stetig zu und stellt gerade die Jüngsten vor grosse Herausforderungen. Am Stop Risk Family Day vom 29. Mai 2016 in Zürich Oerlikon können sich Kinder mit ihren Eltern auf lustvolle Weise mit dem Thema Prävention auf dem Velo auseinandersetzen. Visana offeriert 300 Gratisteilnahmen.

Text: Debbie Rychener | Bilder: Simon Achermann/zVg

Kinder sollten früh Velo fahren lernen. Für sie bedeutet dies ein Schritt in Richtung Unabhängigkeit. Um jedoch den Gefahren des Verkehrs erfolgreich begegnen zu können, benötigen sie Fahrkompetenz, Sicherheit und Routine. Am «Stop Risk Family Day» lernen und erleben sie dies im geschützten Rahmen unter professioneller Anleitung. Viel Lehrreiches, aber auch viel Spass für die ganze Familie ist garantiert.

Lernen von den Profis

Der Pilotversuch im vergangenen Frühling zeigte, dass der Bedarf für einen Velo-Präventionsanlass für Familien gross ist. Visana freut sich, am 29. Mai 2016 den zweiten «Stop Risk Family Day» in einem grösse-

ren Rahmen mit 300 Plätzen durchzuführen. Dieses Jahr findet er auf den Anlagen rund um die offene Rennbahn in Zürich Oerlikon statt.

Der Anlass wird durch den ehemaligen mehrfachen Bahnweltmeister und Vize-Olympiasieger Franco Marvulli moderiert. Ausserdem überrascht Special Guest Dan Hennig, einer der besten BMX-Fahrer weltweit, mit einer spektakulären BMX-Flatlandshow. Zudem stellt er eigene BMX-Räder unter seiner Anleitung zur Verfügung.

Mit Spass zu mehr Fahrkompetenz

Profis werden den Eltern und ihren Kindern in rund 15 Workshops aufzeigen, wie sie noch sicherer durch den Verkehr manövrieren: Brems- und Kurventechnik, Fahrtechnik, Fahren mit E-Bike, Verbesserung von Koordination und Gleichgewicht oder Reparaturtipps sind einige der lehrreichen Angebote, die besucht werden können. Spass mit «Fun Bikes», Carrera-Bahn, beim Bike Polo und auf dem Pump Track ist garantiert.

Früh anmelden lohnt sich

Der Stop Risk Family Day steht Visana-Kunden und Nichtkunden (befreundete Familien) offen. Kurssprache ist Deutsch, der Anlass findet bei jeder Witterung statt. Es stehen 300 Plätze zur Verfügung. Die Anmeldungen auf www.visana.ch/stoprisk werden nach ihrem Eingang berücksichtigt. Die Teilnahme ist kostenlos. Mittagessen und Zwischenverpflegung sind inbegriffen. Die Hin- und Rückreise müssen selber organisiert, die Velos und Helme mitgebracht werden.

Tagesablauf des Stop Risk Family Day vom 29. Mai 2016 in Zürich Oerlikon

9.00 Uhr	Willkommenskaffee
9.30 Uhr	Begrüssung und Informationen zum Tagesablauf
10.00 Uhr	Workshops zur freien Auswahl
12.00 Uhr	Mittagessen und Wettbewerbsverlosung
14.00 Uhr	Workshops zur freien Auswahl
16.00 Uhr	Abschluss



Mehr Fahrkompetenz für die ganze Familie.



Ein erlebnis- und lehrreicher Tag

«Gerne erinnern wir uns an den erlebnisreichen Tag in der Stockhorn-Arena in Thun. Der Stop Risk Family Day ist ein lehrreicher Anlass, verbunden mit viel Spass. Ich schätze es sehr, dass Visana in die Eigenverantwortung ihrer Kunden investiert und Wertschätzung zeigt. Auch unser Sohn hatte grossen Spass!» (Regula Burger, Wimmis)

www.visana.ch/stoprisk



Die Küche ist am spannendsten

Für Kleinkinder ist die Küche aufregend. In Schubladen und Schränken liegen viele interessante Dinge verborgen. Im Spülbecken rauscht das Wasser. Vom Herd kommen Geräusche und neue Düfte. Wie wird die Küche für neugierige Kleinkinder zum sicheren Ort?

Text: Peter Rüegg | Bilder: Alfonso Smith

Sandra (30) ist ein bisschen nervös. Ihre Schwester will mit ihrem Mann übers Wochenende in die Berge fahren. Die Kinder Sami (1½) und Mara (4) sollen bei ihr übernachten. Es wird das erste Mal sein, sowohl für Sandra wie für die Kinder. Werden sich die Kinder wohl fühlen? Wird alles gut gehen?

Gefahrenherd in der Küche

Sandra informiert sich im Internet über Kindersicherheit. Eins ist klar: Ihre schicke Single-Wohnung ist

nicht für kleine Kinder eingerichtet. Da genügt ein Blick in die Wohnküche: Auf der Tischdecke stehen Vasen, Kerzenleuchter und eine Fruchtschale, auf dem Balkon sind zwei Stühle. Neben dem Herd befindet sich ein Messerblock. Von der Arbeitsfläche hängt das Kabel des Wasserkochers herunter.

Leider passiert nirgends in der Wohnung so viel wie in der Küche. Hier ist es für kleine Kinder am spannendsten. Hier zischt und brutzelt, dampft und duftet es äusserst geheimnisvoll und interessant. Da

wollen sie natürlich wissen, was dort vor sich geht – oberhalb ihrer Augenhöhe. Und sie wollen mitmachen bei dem, was die Erwachsenen tun.

Die Checklisten

Sandra leiht sich als Erstes von einer Nachbarin zwei Kinderhochsitze aus (siehe Kasten). Diese sind stabil, kippen nur schwer, und sogar Sami wird darin alleine sitzen können. Als Zweites notiert sich Sandra die Gefahrenquellen in ihrer Küche und stellt zwei Checklisten zusammen.

Kindersichere Küche:

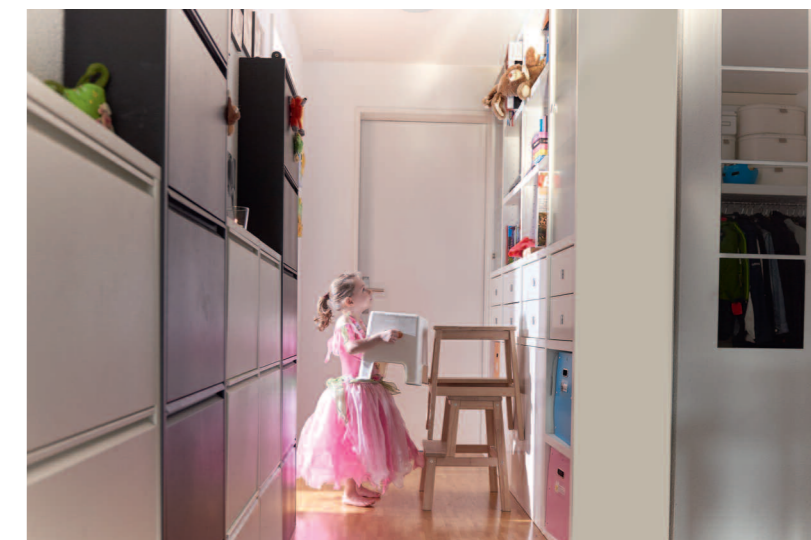
Bevor die Kinder kommen

- Alle elektrischen Geräte ausser Reichweite der Kinder stellen. Stecker ziehen, solange die Geräte nicht in Betrieb sind.
- Keine Kabel herunterhängen lassen.
- Reinigungs-, Putz- und Lösungsmittel zuoberst in den Schrank stellen, damit die Kinder sie nicht erreichen können. Das gilt auch für das Geschirrspülmittel.
- Alkoholische Getränke ebenfalls ausser Reichweite in den oberen Schrankregalen aufbewahren.
- Keine scharfen Messer auf der Arbeitsfläche oder dem Tisch liegen lassen. Auch keine Feuerzeuge oder Zündhölzer.
- Trittleiter und Hocker aus der Küche entfernen.
- Tisch Tuch vom Tisch entfernen.
- Krimskrums-Schublade mit den Batterien und den vielen Kleinteilen leeren.

Kindersichere Küche:

Wenn die Kinder da sind

- Nur auf den hinteren Herdplatten kochen.
- Pfannenstiele auf dem Herd immer nach hinten drehen.
- Heisse Töpfe beim Essen auf dem Herd stehen lassen.
- Tassen und Kannen mit heissen Getränken in die Tischmitte stellen oder auf der Arbeitsfläche stehen lassen.
- Nichts Heisses trinken, solange Kinder im Schoss sitzen.
- Kinder in der Küche nie allein lassen. Backofen und Herd stets im Blick behalten.



Sicher am Tisch mit «ViVi»-Kinderhochstuhl

Kinderhochsitze sind besonders standfeste Stühle, die sich so umbauen lassen, dass sie im Idealfall mit Kindern «mitwachsen». Suchen Sie ein preisgünstiges Modell? Im Visana Club auf Seite 19 finden Sie das Modell «Vivi» mit einem Rabatt von 63 Franken. Als Visana-Kundin oder -Kunde sind Sie automatisch Mitglied im Visana Club und können von diesem und weiteren Angeboten profitieren.

www.visana-club.ch



Gratis kicken im YB Kids Camp

Fünf Tage intensiv mit anderen Jugendlichen trainieren und dabei ein paar Autogramme der Fussballprofis von YB sammeln. Dies und mehr bieten die Kids Camps der Berner Young Boys. Visana verlost 25 Gratisteilnahmen für das Camp vom 11. bis 15. Juli 2016 auf der Berner Allmend.

Text: Stephan Fischer | Bild: YB

Die Gesichter der rund 300 Mädchen und Knaben werden vor Begeisterung strahlen, wenn sie am Eröffnungstag ins Stade de Suisse einlaufen dürfen. Kein Zweifel – die Teilnahme an einem YB Kids Camp ist für alle eine tolle Sache. Natürlich auch deshalb, weil YB-Profis eine Trainingseinheit leiten und den Jugendlichen geduldig ihre Foto- und Autogramm-wünsche erfüllen.

Schnell ausgebuchte Camps

Fünf Tage lang wird den Jugendlichen ein attraktives Programm geboten. Sie erleben zwei Trainingseinheiten täglich mit ausgebildeten Fussballtrainern und erhalten Verpflegung, Getränke, ein Gratis-Ticket für ein YB-Heimspiel sowie eine komplette Fussballausrüstung. Diese besteht aus zwei Fussballshirts, zwei Fussballshorts, zwei Paar Stulpen, einer Regenjacke, einem Rucksack, einem Fussball und einem Bidon.

Die Plätze in den YB Kids Camps sind äusserst begehrt und stets schnell weg. Visana als langjähriger Sponsor des YB-Nachwuchses verlost 25 dieser gefragten Plätze im Wert von je 320 Franken für das Camp auf der Berner Allmend vom 11. bis 15. Juli 2016. Achtung: Teilnahmeberechtigt für das Camp sind ausschliesslich Mädchen und Knaben mit den Jahrgängen 2002 bis 2009.

Visana verlost 25 Gratisteilnahmen

Haben Sie fussballbegeisterte Töchter, Söhne oder Patenkinder (Jahrgänge 2002 bis 2009), die gratis beim YB Kids Camp vom 11. bis 15. Juli 2016 auf der Berner Allmend dabei sein möchten? Nehmen Sie am Wettbewerb auf Seite 24 teil, und gewinnen Sie mit etwas Glück eine Gratisteilnahme. www.bscyb.ch/kids-camps



Auf zur Women Sport Evasion!

Sind Sie bereit für einen trendigen Sportanlass nur für Frauen? Über 30 Workshops aus den Bereichen Fitness, Dance und Wellness stehen am 25. und 26. Juni 2016 an der Women Sport Evasion in Lausanne zur Auswahl. 2800 Teilnehmerinnen werden am Genfersee erwartet – ein neuer Rekord.

Text und Bild: Stephan Fischer

Die Women Sport Evasion ist eine Erfolgsgeschichte. Bereits zum neunten Mal ist das Stade Pierre-de-Coubertin in Lausanne Anziehungspunkt für die 2800 erwarteten Teilnehmerinnen aus der ganzen Schweiz.

Wer die Wahl hat ...

Mehr als 30 trendige Sportangebote – von Samba Fitness über Chi Ball bis Pole Dance – erwarten die Teilnehmerinnen (ab Jahrgang 2000). Alle Workshops werden mehrmals täglich durchgeführt und können in beliebiger Reihenfolge besucht werden. Jede Teilnehmerin stellt ihr persönliches Tagesprogramm nach Lust und Laune zusammen.

Die Tagespauschale (Samstag oder Sonntag) von 60 Franken beinhaltet die Teilnahme an den Workshops, ein Mittagessen, Zwischenverpflegung sowie ein Erinnerungsgeschenk.

Wer mit einem Tag noch nicht genug hat, sichert sich vorzugsweise gleich einen Wochenendpass, der für 95 Franken (ohne Übernachtung) erhältlich ist. Gut zu wissen: Die Workshops werden in französischer und teilweise in deutscher Sprache abgehalten.

50 Gratistagespässe

«VisanaFORUM» als Presenting Partner verlost 50 Gratisteilnahmen für die Women Sport Evasion in Lausanne. Machen Sie an unserem Wettbewerb auf Seite 24 mit, und gewinnen Sie zwei Tagespässe für den 25. oder 26. Juni 2016. Viel Glück! www.womensportevasion.ch

Platzzahl ist limitiert

Die Kapazität wurde im Vergleich zum ausverkauften Event (2700 Teilnehmerinnen) im Vorjahr auf 1400 Plätze pro Tag erhöht. Trotzdem empfiehlt sich eine frühzeitige Buchung, da nach Erreichen dieser Marke keine weiteren Anmeldungen mehr möglich sind.

www.womensportevasion.ch



Wandern mit dem E-Bike

Die Ur-Etappe der Velowanderroute Nr. 99 liegt im Emmental. Die weiteren Etappen der Herzroute führen vom Bodensee an den Genfersee. Am 2./3. April wurde der Saisonstart der Herzroute mit einem grossen Frühlingsfest gefeiert.

Text: Peter Rüegg | Bild: Herzroute

Die Ursprünge des E-Bike-Wanderns in der Schweiz liegen im Emmental. Von dort wuchs die Herzroute zu ihrer heutigen Länge heran. Als schönste und verrückteste Velowanderroute der Schweiz verbindet sie den Bodensee mit dem Genfersee. Auf ihren 720 Kilometern in 13 Etappen bietet sie einen eindrücklichen und unbekannteren Zugang zur ländlichen Schweiz.

Diese ländliche Schweiz ist es, die Gäste aus dem In- und Ausland suchen: pittoresk, mit lauschigen Wegen und Strässchen, voller historischer Ortsbilder, mit idyllischen Seen und grandiosen Aussichten auf die Alpen. Heimelige Gasthöfe sorgen dafür, dass

auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommt. Kein Wunder, dass sich die Genussfahrerin und der Genussfahrer für die Herzroute entscheiden.

Weil uns die Gesundheit am Herzen liegt

Visana engagiert sich seit 2006 an vorderster Front für die Realisierung der Herzroute und leistet damit einen «herzlichen» Beitrag zur Gesundheitsförderung. Am 2./3. April 2016 wurde die neue Saison mit einem Frühlingsfest bei der Emmentaler Schaukäseerei in Affoltern i. E. eröffnet. Gönnen Sie sich einen Ausflug, zu zweit oder mit einer Gruppe, und stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System.

RAILBON

Railbon im Wert von Fr. 20.–
Reduktion auf die Tagesmiete eines Flyer-E-Bikes auf der Herzroute.

Payserie 0216 0000 0034

Das Angebot ist gültig vom 1. April bis 31. Oktober 2016 an allen Herzroute-Stationen. Railbon gilt auf den Normaltarif und ist nicht mit anderen Vergünstigungen (GA, Halbtax, Juniorkarte, Gruppen- und Schulrabatte) kumulierbar. Keine Barauszahlung, keine Erstattung. Railbon einlösen bei Abgabe an einer Herzroute-Vermietstation von Rent a Bike. Liste der Vermietstationen und Reservation: www.rentabike.ch/Herzroute



Herzroute

Sie finden Informationen über die Streckenpläne, die E-Bike-Miete und den kostenlosen Routenführer auf www.herzroute.ch oder unter Telefon 034 408 80 99.

Tipp: Visana-Versicherte erhalten beim Kauf eines Occasions-Flyers «Herzroute-Edition» einen Rabatt von 300 Franken. Weitere Informationen unter flyer.herzroute.ch > Kombiangebote.



Visana und SLRG gegen Badeunfälle

Vermutlich haben alle schon einmal die Tafeln mit den sechs Baderegeln der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft (SLRG) gesehen. Aber wer kennt die Regeln wirklich? Visana und die SLRG starten dieses Jahr eine mehrjährige Partnerschaft mit dem Ziel, diese Regeln noch bekannter zu machen und so für das Risiko von Badeunfällen zu sensibilisieren.

Text: Stephan Fischer | Bild: SLRG

Der vergangene Sommer war überdurchschnittlich warm. Allen Sonnenhungrigen und Wasserratten wird er als Jahrzehntesommer in Erinnerung bleiben. Leider nicht ganz ohne Schattenseiten: 48 Menschen verloren 2015 ihr Leben in Schweizer Gewässern.

Für Baderegeln sensibilisieren

Ein Sprung ins kühle Nass – was gibt es Schöneres an einem heissen Sommertag? Vor lauter Vorfreude

geht hin und wieder leider vergessen, was der gesunde Menschenverstand und die SLRG-Baderegeln raten: Nie überhitzt ins Wasser springen und keinesfalls in trübe oder unbekannte Gewässer hechten.

Dies sind zwei von sechs «goldenen» Baderegeln, die auf den SLRG-Tafeln nachzulesen sind. Solche befinden sich an vielen öffentlichen See-, Frei- und Hallenbädern, aber auch an frei zugänglichen Badeplätzen. Längst nicht alle Orte sind indes mit Tafeln versehen. Mit der Partnerschaft zwischen Visana als «Offiziellem Partner Baderegeln» und der SLRG werden nun viele dieser Lücken sukzessive geschlossen.

Die SLRG im Überblick

Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft (SLRG) wurde 1933 gegründet. Durch Präventionsarbeit und Ausbildung von Rettungsschwimmern will sie die Zahl der Wasser- und Ertrinkungsunfälle verringern. Die SLRG ist als gemeinnützige Organisation anerkannt und umfasst 129 Sektionen mit 27 500 Mitgliedern in allen Landesteilen. Sie ist Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes und von Swiss Olympic, dem Dachverband für Sport. www.slr.ch



SLRG SSS

Für mehr Sicherheit im Freizeitbereich

Visana engagiert sich seit vielen Jahren aktiv in der Unfallprävention, namentlich in den Bereichen Wintersport, Radsport und Bergsport. Mit dem Wassersport ist dank der neuen, mehrjährigen Partnerschaft mit der SLRG ein weiterer wichtiger Freizeitbereich hinzugestossen.





Im Qualitätsrennen

Haben Sie Fragen zu Ihrer Abrechnung und wohnen Sie in der Romandie? Womöglich hilft Ihnen eine Fachperson aus Patrick Täschlers Team in Lausanne. Er erzählt im Gespräch, was ihm an seiner Arbeit am meisten gefällt.

Text: Peter Rüegg | Bild: Thierry Porchet

«Ich bin Waadtländer», betont Teamleiter Patrick Täschler (46) in reinem Ostschweizer Dialekt. Seine Eltern stammen aus Gossau SG und aus dem aargauischen Freiamt, er aber wuchs am Lac Léman auf. Zweisprachigkeit ist denn auch eine Stärke seines neunköpfigen Teams. Wann immer deutsch sprechende Romands Fragen zur Abrechnung von Visana haben, gelangen sie ans Team «Ambulant 3». Dort, in einem Gebäude am Rand der Lausanner Altstadt, rechnen die neun Fachpersonen die Leistungen ab.

Tempo und Präzision

In Patrick Täschlers Team werden Belege kritisch geprüft. Sie stammen zum Beispiel von Apothekern, Therapeuten, Optikern oder Ärzten. Danach legen die Fachpersonen fest, welcher Anteil der Leistungen zurückerstattet wird. Dies erfordert von ihnen hohe Präzision bei gleichzeitig hohem Tempo.

Nebst der Erfahrung zeichnet sie ihr breites Fachwissen aus. Gemäss Patrick Täschler zählt für Kunden die Geschwindigkeit, mit der sie ihr Geld zurückerhalten, aber auch, dass ihre Fragen freundlich und zuvorkommend beantwortet werden.

Er zeigt auf ein prall gefülltes Kistchen voller Belege auf seinem Pult: «Der papierlose Zahlungsverkehr bleibt weiterhin Zukunftsmusik.» Die Digitalisierung schreite zwar voran – praktisch alle Apotheken- und Laborrechnungen würden vollautomatisch abgewickelt –, aber ein Grossteil der Belege komme weiterhin per Post zu Visana. «Wenn zum Beispiel jemand bei einem Therapeuten in Behandlung war oder eine neue Brille kaufen musste, erhalten wir meist eine Papierrechnung. Oft ist diese von Hand geschrieben», erläutert er.

Musikalisch und kulinarisch

Patrick Täschlers Bürotür steht seinem Team immer offen. Seine Mitarbeitenden können ihn jederzeit um Rat fragen. Regelmässige Gesprächstermine sind ihm ein Graus. Dennoch setzt er eine hohe Selbstän-

digkeit voraus. Er mag den Umgang mit Menschen, nicht nur beruflich, etwa wenn er einer Kundin am Telefon darlegt, was das Krankenversicherungsgesetz vorschreibt.

Auch in der Freizeit pflegt er gerne Kontakte. Er ist seit bald 15 Jahren freiwilliger Helfer am grössten Musik-Openair der Schweiz, dem Paléo Festival Nyon, wo er als Zuschauerbetreuer arbeitet. «Ja, Musik bestimmt mein Leben, ich höre überall Musik. Nur selbst spielen oder singen tue ich nicht.»

Zudem ist er sportlich. Die Sporttasche liegt jederzeit bereit für das wöchentliche Fitnessstraining. Er fährt oft zum Wandern, Skifahren oder für Skitouren in die Berge. Zu Hause ist Patrick Täschler gerne Koch. «Ich benutze Saisongerechtes, wenn möglich aus der Region. Am Wochenende gab es ein Szedediner Gulasch, eine ungarische Spezialität mit Sauerkraut, Paprika und Sauerrahm. Dazu brauchte es genügend Zeit – nur ja keine Hektik.»

Zur Qualität des Kundenservice

Patrick Täschler ist seit bald 25 Jahren bei Visana. Was ihm am Beruf am meisten gefällt? Er sagt: «Ein Lob! Wenn uns jemand am Telefon sagt: «Danke für die Auskunft. Sie haben mir geholfen», dann ist dies sehr motivierend.» Überhaupt erlebe er fast ausschliesslich positive Kontakte mit Kundinnen und Kunden.

Dennoch möchte er die negativen Rückmeldungen nicht missen. Denn wenn jemand etwas zu bemängeln habe, sei dies oft der einzige Gradmesser für die Servicequalität. «Beim Service erreicht man das Ziel nie», sagt Patrick Täschler. Qualität im Kundenservice sei eine Daueraufgabe, man könne sich nie auf seinen Lorbeeren ausruhen. «Im Qualitätsrennen gibt es keine Ziellinie.»

«Ein sicherer und verlässlicher Partner»

Der finanzielle Abschluss von Visana für das Geschäftsjahr 2015 ist erneut positiv. Der Kranken- und Unfallversicherer bleibt damit auch für die Zukunft finanziell sehr solide aufgestellt. Die Zahl der Versicherten blieb konstant.

Text: David Müller | Bild: Saskia Widmer

«VisanaFORUM» unterhielt sich mit Urs Roth, CEO der Visana-Gruppe, über das Geschäftsergebnis 2015.

Visana gilt als solventer Versicherer, stimmen Sie dem zu?

Urs Roth: Auf jeden Fall. Wir konnten uns trotz anspruchsvollem Umfeld gut behaupten und verzeichnen sowohl in der Grund- als auch bei den Zusatzversicherungen erneut ein positives Ergebnis.

Was bedeutet das im Detail?

Entscheidend ist, dass wir im Versicherungsgeschäft erneut ein solides, positives Resultat vorweisen können. Zusammen mit dem dank unseren Finanzanla-

gen nochmals verbesserten Konzernergebnis trägt es dazu bei, dass alle Gesellschaften der Visana-Gruppe sämtliche regulatorischen Mindestanforderungen der Aufsichtsbehörden im Bereich der Grund- und Zusatzversicherungen erfüllen.

Wie hat sich 2015 der Versichertenbestand entwickelt?

Im Privatkundengeschäft blieb der Versichertenbestand unverändert. Im Firmenkundenbereich haben wir die Zahl der bei Visana versicherten Unternehmen sogar leicht erhöht. Mit über 1,1 Millionen Versicherten gehören wir auch künftig zu den grössten Kranken- und Unfallversicherern der Schweiz.

Wie sieht die Versichertenentwicklung bei den Grund- und Zusatzversicherungen aus?

Im Grundversicherungsgeschäft konnten wir den Versichertenbestand halten. Schwierigkeiten bereitete uns die Entwicklung der Leistungskosten, die verschiedentlich Prämienanpassungen notwendig machten. Die Auswirkungen sind insbesondere bei sana24 zu spüren. Praktisch unverändert bleibt der Versichertenbestand bei vivacare. Erneut positiv entwickelte sich die Zahl der Grundversicherten beim Versicherungsträger Visana, genauso wie die Zahl der Zusatzversicherten Personen.

Wie lautet Ihr Fazit?

Visana steht weiterhin auf einem stabilen Fundament. Wir bleiben für unsere Kundinnen und Kunden auch im Jahr 2016 ein verlässlicher und sicherer Partner, der sie mit kompetenten und engagierten Mitarbeitenden sowie einem Top-Service überzeugt.

Geschäftsbericht 2015

Detaillierte Informationen zum Geschäftsjahr 2015 finden Sie in unserem Geschäftsbericht auf reports.visana.ch. Dort können Sie sich den Geschäftsbericht ab sofort auch in gedruckter Form vorbestellen. Er wird Ihnen ab 19. April zugestellt.

Urs Roth, CEO der Visana-Gruppe



Visana ist ein ausgezeichnete Arbeitgeber

Im letzten Oktober wurde Visana von Gesundheitsförderung Schweiz das Label «Friendly Work Space» verliehen. Mit dieser Auszeichnung würdigt die Stiftung unser langjähriges Bestreben, den Visana-Mitarbeitenden gesunde Arbeitsplätze und ein motivierendes Arbeitsumfeld zu bieten.

Text: Marcel Kutter | Bild: Stephan Fischer

Visana beschäftigt schweizweit rund 1300 Mitarbeitende. Ein Drittel von ihnen nützt die Möglichkeit, Teilzeit zu arbeiten, auch in Führungspositionen. Als modernes Unternehmen wollen wir unseren Mitarbeitenden flexible Arbeitszeitmodelle und Arbeitsformen bieten, damit sie Beruf und Privatleben im Sinne einer ausgewogenen Work-Life-Balance miteinander vereinbaren können.

Interne und externe Weiterbildungsmöglichkeiten

Gut ausgebildete Fachkräfte bilden die Basis unseres Unternehmens. Darum unterstützt Visana die Mitarbeitenden mit einer gezielten Aus- und Weiterbildung in ihrer Fach- und Führungskariereplanung. So sind sie bestmöglich für die herausfordernde Tätigkeit bei einem Krankenversicherer gerüstet.

Zufriedene und motivierte Mitarbeitende sind weniger krank, das ist erwiesen. Dazu trägt ein systematisches Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) bei. Dieses umfasst eine breite Palette an Massnahmen – vom Wasserspender über ergono-

misch eingerichtete Arbeitsplätze bis zu Gratis-Gesundheitstests – und wird durch unsere neu geschaffene Fachstelle koordiniert. Das Label «Friendly Work Space» honoriert diese Anstrengungen und zeigt Bewerberinnen und Bewerbern, dass ihr Wohlergehen bei Visana wichtig ist.

Wir setzen auf den eigenen Nachwuchs

Visana engagiert sich auch stark in der Berufsbildung. Wir bieten in Bern, Biel, Thun, Zürich und Lausanne knapp 25 Jugendlichen eine Lehrstelle im kaufmännischen Bereich und in der Informatik. Nachwuchstalente erhalten bei uns die Chance, eine Sportlehre zu absolvieren, weshalb wir von Swiss Olympic, dem Schweizer Dachverband für Sport, als leistungssportfreundlicher Betrieb ausgezeichnet wurden.

www.visana.ch > Visana > Arbeiten bei Visana

Leistungssportfreundlicher Lehrbetrieb
swiss olympic APPROVED 2015/2016



Attraktive Kapital- und Rechtsschutzversicherungen

Wird ein Kind invalid, fallen hohe Kosten an. Nebst der medizinischen Betreuung gibt es Auslagen für Hilfsmittel oder bauliche Massnahmen. Die Kapitalversicherungen bei Invalidität infolge Unfall (TUP) und Krankheit (KTI) versichern ein garantiertes Kapital.

Text: Hannes Bichsel

Ein Treppenlift, eine rollstuhlgängige Dusche und automatische Türen vereinfachen das tägliche Leben von jemandem, der körperlich beeinträchtigt ist. Solche Umbauten sind jedoch kostspielig. Dank den Kapitalversicherungen TUP und KTI von Visana bewahren Sie

sich finanzielle Flexibilität, denn das versicherte Kapital wird bei Invalidität unabhängig von dessen Verwendungszweck ausbezahlt. Sie entscheiden selber, wofür Sie das Geld einsetzen möchten. Und dies für weniger als neun Franken pro Monat.

Prämienbeispiel TUP / KTI (Kind bis 18 Jahre)

	Versicherungssumme	Monatsprämie
Invaliditätskapital bei Unfall (TUP)*	200 000.—	4.—
Invaliditätskapital bei Krankheit (KTI)**	200 000.—	4.80

* Ebenfalls mitversichert: Todesfallkapital von 2500 Franken für Kinder bis 2,5 Jahre respektive von 10 000 Franken für Kinder bis 18 Jahre.

** Ebenfalls mitversichert: Todesfallkapital von 10 000 Franken.

Rechtsschutz zu top Konditionen

Wer seine Grundversicherung bei Visana abgeschlossen hat, erhält automatisch und gratis den Gesundheitsrechtsschutz. Dieser lässt sich günstig mit der umfassenden Visana-Rechtsschutzversicherung mit einem top Preis-Leistungs-Verhältnis ergänzen. Darin

enthalten sind Privat- und Verkehrsrechtsschutz. Die Rechtsschutzversicherung übernimmt unter anderem Gerichts- und Verfahrenskosten, Kosten für einen Rechtsanwalt und Prozessbeistand, Gutachten oder eine Mediation.

Prämienbeispiel Rechtsschutzversicherung (Privat- und Verkehrsrechtsschutz)

	Versicherungssumme	Jahresprämie
Erwachsene Person (bei Visana grundversichert)	250 000.—	115.20
Erwachsene Person (nicht bei Visana grundversichert)	250 000.—	144.—

Vergünstigte Prämien gibt es für Kinder (bis 18 Jahre), Jugendliche (19–25 Jahre) sowie für die zweite und jede weitere erwachsene Person im gleichen Haushalt. Die umfassende Rechtsschutzversicherung ist Visana-Kundinnen und -Kunden vorbehalten, die eine der folgenden Versicherungen abgeschlossen haben: Grundversicherung, Zusatzversicherung Ambulant, Spital oder Basic.

Tipp: Kinder bis 18 Jahre, die bei Visana grundversichert sind, erhalten den umfassenden Rechtsschutz gratis.

www.visana.ch/tup-kti

MyVisana spart Papier und schont die Umwelt

Mit dem Aufkommen der Computer wurde uns in den Achtzigerjahren das papierlose Büro prophezeit. Bis heute ist es jedoch ein Mythos geblieben. Eine spürbare Reduktion des Papierverbrauchs ist jedoch keine Hexerei. MyVisana, das Online-Kundenportal von Visana, trägt einiges dazu bei.

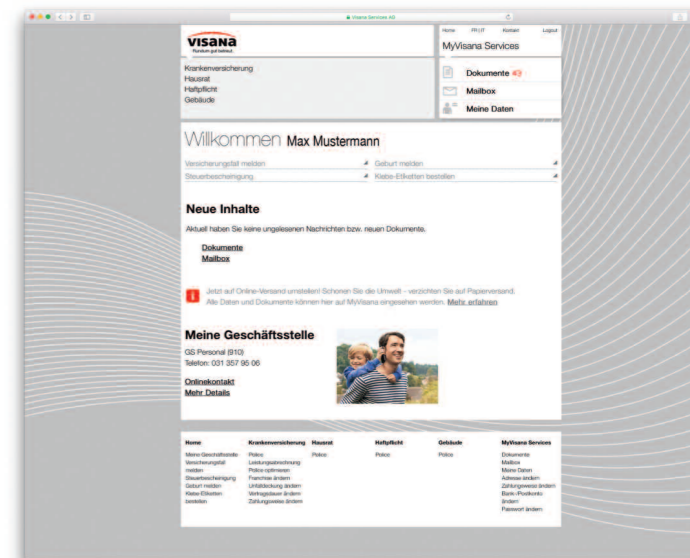
Text: Michael Wüthrich | Bild: Debbie Rychener

Ganz ohne Papier wird es wohl auch in Zukunft nicht gehen. Aber alleine aus Umweltschutzgründen ist es sinnvoll, das Ausdrucken und Kopieren von Dokumenten auf ein Minimum zu reduzieren. MyVisana, das Online-Kundenportal von Visana, unterstützt Sie dabei, indem es Ihnen alle Versicherungsdokumente elektronisch zur Verfügung stellt.

Was kann das Online-Portal?

Sie finden auf MyVisana Ihre Versicherungsverträge sowie Leistungsabrechnungen von Ärzten, Therapeuten und Spitälern. Sämtliche Dokumente, die Sie heute per Post erhalten, stehen Ihnen dort in elektronischer Form als PDF zur Verfügung und können bei Bedarf ausgedruckt werden. Selbstverständlich können Sie jederzeit wieder zur Papierzustellung zurückwechseln, wenn Sie das möchten.

MyVisana bietet Ihnen aber noch weitere Zusatzdienstleistungen: Sie können hier bequem elektronisch Ihre Adressdaten, Ihre Franchisen oder die Zahlungsweise ändern lassen sowie Auszüge für die Steuererklärung oder Klebeetiketten bestellen.



Sicher? Sicher!

Unser Online-Kundenportal MyVisana ist dreifach geschützt. Nebst der Identifikationsnummer und dem persönlichen Passwort ist es mit einem zusätzlichen Sicherheitscode gesichert. Dieser steht entweder auf einer Matrixkarte, oder er wird Ihnen beim Einloggen per SMS zugestellt.

www.myvisana.ch



Gewinnen Sie ein Samsung S6 edge

Melden Sie sich jetzt online auf www.myvisana.ch an. Unter allen Neuanmeldungen bis 30. April 2016 verlosen wir ein Samsung S6 edge (32 GB, schwarz).

Fit und sicher in den Frühling

Visana Club – das grosse 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. Alle Angebote und Informationen finden Sie auf www.visana-club.ch.

vivoactive – die Smartwatch von Garmin



Die besonders schmale GPS-Sportuhr mit Smartwatch-Funktionen und einem hochauflösenden Farb-Touchscreen vereint Apps für folgende Sportarten:

- Laufen und Walken (misst Distanz, Tempo usw.)
- Radfahren (GPS-fähig, misst Zeit, Distanz, Geschwindigkeit, Kalorienverbrauch usw.)
- Golfen (Golfplatzdatenbank mit mehr als 38 000 Plätzen weltweit; misst Schlagweite, Distanzen zum Green, aktualisiert Karten automatisch und berechnet Lochnummer und Par usw.)
- Schwimmen (misst Schwimmdistanz, Anzahl Schwimmzüge usw.)

Zusätzliche Activity-Tracker-Funktionen:

- Zeigt die Anzahl Schritte, den Kalorienverbrauch, die Distanz und die Uhrzeit an

- Vibrationsalarme für Anrufe, SMS-Nachrichten und E-Mails vom Smartphone
- Einfache Bedienung per Tippen oder Streichen auf dem Display
- Inaktivitätsalarm erinnert daran, wenn es Zeit für Bewegung ist



vivoactive verfolgt Ihren Fortschritt rund um die Uhr. Der Akku hält mit Ihren Aktivitäten Schritt: bis zu drei Wochen im Uhr-/Aktivitätsmodus oder bis zu zehn Stunden bei Verwendung des GPS. Sie können vivoactive sogar beim Duschen oder Schwimmen tragen (wasserdicht bis 50 Meter Tiefe). vivoactive ist in Schwarz oder Weiss und mit oder ohne Brustgurt (Herzfrequenzmessung) erhältlich.

Aktiv unterwegs mit der Smartwatch von Garmin zum Spezialpreis: 233 Franken mit Brustgurt (normaler Preis des Anbieters 329 Franken) und 183 Franken ohne Brustgurt (normaler Preis des Anbieters 279 Franken), inklusive Versandkosten und zwei Jahre Garantie.

Jetzt bestellen per E-Mail: order@garmin.ch, mit dem Bestelltalon oder per Fax: 032 755 95 79. Das Angebot ist gültig bis 30. Juni 2016 oder solange Vorrat. Mehr Informationen auf www.visana-club.ch oder www.garmin.ch. Produkt-Auskünfte: support@garmin.ch.

Bestelltalon

Bitte ankreuzen: Garmin vivoactive für 233 Franken inkl. Brustgurt
 Garmin vivoactive für 183 Franken ohne Brustgurt
 weiss schwarz

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

Talon einsenden an: Bucher + Walt, Rte de Soleure 8, 2072 St-Blaise

Sicher am Tisch mit «ViVi»

Valida überwindet als soziales Unternehmen gesellschaftliche Grenzen. Es bietet Menschen, die Unterstützung brauchen, Arbeits- und Ausbildungsplätze und unterstützt sie aktiv in der Lebensraumgestaltung. Der «ViVi»-Kinderhochstuhl wird von Valida gefertigt und zeichnet sich durch die hochwertige Schweizer Produktion und beste Holzqualität aus. So nehmen die Kleinsten aktiv und sicher am Familiengeschehen am Esstisch teil.

Sicher, komfortabel und handlich:

- Schweizer Handwerk aus erstklassigen Materialien
- hochwertige Verarbeitung
- speichelecht lackiert



Geniessen Sie Familienstunden am Tisch mit dem «ViVi»-Kinderhochstuhl zum Visana-Club-Spezialpreis: 184 statt 247 Franken (normaler Preis des Anbieters), inklusive MwSt. und Versand.

Jetzt bestellen mit dem Talon, per E-Mail: info@valida.ch, per Telefon: 071 424 01 01 oder Fax: 071 424 01 10. Das Angebot ist gültig bis 31. Dezember 2016 oder solange Vorrat. Mehr Informationen bei Valida, Telefon: 071 424 01 01 oder auf www.visana-club.ch.

Bestelltalon

Bitte ausfüllen:

_____ Ex. «ViVi»-Kinderhochstuhl für 184 Franken

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

Talon einsenden an: Valida, Zwyszigstrasse 28, 9001 St. Gallen



Canon PowerShot SX710 HS – der ideale Reisebegleiter

Mit dieser leistungsstarken und kompakten Superzoom-Kamera in der Tasche sind Sie auf Ihren Reisen jederzeit bereit, wunderschöne Bilder und Filme aufzunehmen. Ein 30-faches Zoom-Objektiv und zahlreiche fortschrittliche Funktionen verhelfen Ihnen zu detailreichen Aufnahmen Ihrer ganz besonderen Momente.

Spezialpreis für Visana-Club-Mitglieder: 239 Franken (normaler Preis des Anbieters: 404 Franken), inklusive Batterie und Lederetui.

Im Preis inbegriffen sind Mehrwertsteuer und Porto. Bestellen Sie die Canon PowerShot SX710 HS in den Farben Schwarz oder Rot auf www.visana-club.ch oder telefonisch unter 043 500 35 35, Stichwort «Visana Club». Das Angebot ist gültig bis 16. Juni 2016 oder solange Vorrat. Vertragspartner/Auslieferung durch e-Brands GmbH, Ifangstrasse 93a, 8153 Rümlang, E-Mail: info@e-brands.ch.

Besuchen Sie den Visana Club regelmässig auf www.visana-club.ch

Gut zu wissen

Unsere Zusatzversicherungen im Test



Die VZ VermögensZentrum AG hat die meistverkauften Zusatzversicherungen der grössten Schweizer Krankenkassen dem jährlichen Test unterzogen. Die Ergebnisse sprechen für sich:

Visana spielt im Bereich der Zusatzversicherungen in der obersten Liga. Das Gesamtpaket wird mit «überdurchschnittlich» bewertet. Auf Rang 1 steht Visana beim Vergleich der Zusatzleistungen für Auslandsschutz und Psychotherapie.

Die Resultate dieser Analyse wurden im VZ-Test 2016 «Ambulante Versicherungszusätze im Vergleich» publiziert. Das VZ ist ein unabhängiges Beratungszentrum. Es hat den Test zusammen mit «K-Tipp», «Bon à Savoir», «Gesundheitstipp» und «Saldo» durchgeführt.

Effizientester Krankenversicherer

Ende des vergangenen Jahres durfte Visana den «Effizienz-Preis 2015» des Internet-Vergleichsdienstes comparis.ch entgegennehmen. Mit nur 3,0 Prozent Ausgaben für die Verwaltungskosten schnitt Visana bei den national tätigen Krankenversicherern am besten ab. Oder anders ausgedrückt: Visana wendet 97,0 Prozent aller Prämiegelder direkt für die Versicherten auf und nur gerade einmal 3,0 Prozent für die Verwaltungskosten.

comparis.ch

Krankenkasse

Effiziente Verwaltung

Sieger National
11/2015



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.

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.

Laufsport am Mittwochabend

Die «Tour du Pays de Vaud» ist eine vierteilige Laufserie, die an je zwei Mittwochabenden im Mai (18./25.) und Juni (1./8.) rund 1000 Laufbegeisterte anlockt. Die Läufe mit Strecken zwischen 8,0 und 9,1 Kilometern starten jeweils um 19.15 Uhr und finden in Nyon, Moudon, Champvent und Yens statt. Visana unterstützt die «Tour du Pays de Vaud», welche 2016 zum fünften Mal ausgetragen wird. www.tourpaysdevaud.ch

Rauchfrei in den Sommer?

Am Rauchstoptag vom 31. Mai 2016 können Raucherinnen und Raucher versuchen, für einen Tag die Zigaretten wegzulegen. Für alle, die einen Aufhörversuch anpacken, führt das Nationale Rauchstopp-Programm (getragen von der Krebsliga Schweiz, der Lungenliga Schweiz, der Schweizerischen Herzstiftung und der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention) den Rauchstoppwettbewerb durch. Schalten Sie vom 1. bis 30. Juni 2016 eine Rauchpause ein und gewinnen Sie 20 mal 500 Franken und 80 mal 50 Franken.

www.rauchstopp.ch

E-Post Office – der intelligente Briefkasten

Bei E-Post Office von der Schweizerischen Post legen die Nutzer online für jede Sendung fest, wie sie sie erhalten möchten: auf Papier in den Hausbriefkasten, elektronisch über die Plattform oder als verschlüsseltes E-Mail. Elektronisch eingegangene Sendungen können digital beantwortet, weitergeleitet, verwaltet oder archiviert werden. E-Post Office wird kontinuierlich ausgebaut. In einem nächsten Schritt lassen sich Rechnungen direkt per Mausklick bequem zur Zahlung an eine Bank übermitteln. Auch «VisanaFORUM» ist auf E-Post Office verfügbar.

www.post.ch/epostoffice



Folgen Sie uns
auf Facebook

www.facebook.com/visana2

«Exklusivität ist entscheidend»

David Schmid wurde als Chocolatier Weltmeister und Europameister. Im Gespräch verrät er, was in seinem Beruf entscheidend ist. Und er erklärt, was für Pläne er hat. Ihm schweben edle Patisserie-Boutiquen in Schweizer Städten vor.

Text: Fabian Ruch | Bild: Mauro Mellone

Wie wird man als Chocolatier Welt- und Europameister?

David Schmid: Während meiner Ausbildung zum Bäcker-Konditor wurde ich Schweizer Meister und durfte deshalb 2003 an der WM teilnehmen. Dort setzte ich mich gegen Konkurrenten aus 15 Ländern durch. An einem solchen Wettbewerb muss man gewisse Vorgaben bezüglich Zeit, Kreation und Stil umsetzen. Mir gelang das sowohl an der WM als auch viele Jahre später an der EM wunschgemäss.

Können Sie heute noch vom Gewinn des WM-Titels profitieren?

Man erhält natürlich mehr Aufmerksamkeit, zudem werben wir ja mit dem Slogan «Echt weltmeisterlich». In der täglichen Arbeit bringt mir der WM-Titel aber wenig. Unser perfektionistischer Anspruch ist ohnehin, jeden Tag weltmeisterliche Arbeit abzuliefern.

Was Ihnen oft zu gelingen scheint. Ihre Künste sind begehrt.

Die Auftragslage ist gut, aber man muss immer dranbleiben. Es ist ein harter Kampf, aber ich kenne das nicht anders, weil ich quasi in der Backstube aufwuchs und früh diesen Duft einatmete, der mich nicht mehr losliess. Meine Eltern gründeten unsere Bäckerei vor 35 Jahren. Mittlerweile führen meine zwei Brüder Simon und Markus, meine Ehefrau Nicy und ich den Betrieb.

Was machen Sie besser als die Konkurrenten?

Das sollen andere beurteilen. Mir ist wichtig, dass jedes Detail stimmt. Nicht nur das Aussehen ist zentral, ich experimentiere zum Beispiel auch sehr gerne mit Geschmäckern, da ist fast alles erlaubt (lacht). Paprika mit Himbeer geht ganz gut, Rosmarin passt zu Orange. Zudem arbeiten wir mit dem Schokoladenproduzenten Max Felchlin AG aus Schwyz zusammen, von dem wir genau wissen, wie er vorgeht. Seine Schokoladenbauern in Südamerika setzen die Fairtrade-Vorgaben konsequent um, die Kakaobohnen sind grossartig. Exklusivität ist in unserem Geschäft entscheidend.

Zwischen Weihnachten und Ostern dürfte der Stress besonders gross sein.

Eigentlich geht es bereits im Oktober los. Während rund sechs Monaten arbeite ich praktisch durch. Das ist eine gewaltige Belastung, aber es macht einfach Spass, wenn man schliesslich das Endprodukt in den Vitrinen stehen sieht. Es ist uns ein Anliegen, den Laden in Zuzgen weiter zu betreiben. Der Kontakt zur lokalen Bevölkerung ist wichtig. Wir haben Kunden, die von weit her zu uns kommen. Aber wir halten Ausschau nach Lokalitäten in zentralerer Lage.

Das heisst, Sie wollen expandieren?

Das ist die Idee, weil ich überzeugt bin, dass unsere Kreationen auch in den Städten gut verkauft werden würden. Aber wir sind nicht unter Druck und warten ab, bis sich eine gute Gelegenheit bietet, um ein Geschäft in Basel, Zürich, Bern oder Luzern zu eröffnen.

Haben Sie kein schlechtes Gewissen, weil Ihre Produkte zwar enorm fein, aber nicht besonders gesund sind?

Nein, ein wenig Genuss muss Platz haben im Leben. Das ist wie mit einem exzellenten Wein, den man ab und zu trinken darf. Zudem gibt es ja viele Studien, die belegen, dass gerade dunkle Schokolade gut für das Hirn und das Herz ist. Ich denke, es gelingt uns, den Leuten eine Freude zu bereiten, und das ist ein schönes Gefühl. Die Menschen werden immer Schokolade essen, deshalb mache ich mir keine Sorge um unsere Branche. Ich glaube sogar, dass die Leute immer mehr bereit sind, für ausgezeichnete Qualität mehr zu bezahlen als für normale Ware.

Zur Person

David Schmid gilt als einer der besten Chocolatiers der Schweiz. Der 33-Jährige wurde Weltmeister und Europameister als Bäcker-Konditor. Seine schlanke Figur erklärt er mit einer ausgewogenen Ernährung und viel Bewegung. Früher gehörte er zu den besten Mittelstreckenläufern des Landes. Sein Ziel ist es, bald wieder mehr Sport treiben zu können. Der Vater von zwei kleinen Kindern lebt mit seiner Familie in Holziken AG.

