

# 25 Mio. Franken für unsere Kunden.



Visana schüttet Reserven\* für Sie aus.  
[visana.ch/reserven](https://visana.ch/reserven)



\*Vorbehalten Genehmigung BAG

  
Wir verstehen uns.

# VisanaForum

Das Gesundheitsmagazin 3/2021

5 **Kürbiskerne – Powersnack für zwischendurch**  
Schmackhafte Proteinlieferanten aus dem Garten

8 **Persönlich und optimal beraten**  
Wir sind für Sie da – auf allen Kanälen

22 **«Der Informationshunger bleibt»**  
Reporterlegende Berni Schär im Gespräch

**visana**  
Wir verstehen uns.



4

## «Trotz Arthrose – bleiben Sie in Bewegung!»

Was tun, wenn Gelenke schmerzen? Mehr dazu auf Seite 4.



5



18

### Gesundheit

- 4 Arthrose – wenn Gelenke schmerzen
- 5 Kürbiskerne: ein herbstlicher Proteinsnack

### Inside

- 6 Unsere Grundversicherungsmodelle für Sie
- 7 CEO Angelo Eggli im Interview
- 8 Beratung auf allen Kanälen
- 9 Ausschüttung aus den Reserven
- 10 Visana-Mitarbeiter im Fokus
- 12 Moderne Arbeitsmodelle bei Visana
- 13 Unsere Vorsorgelösung für Sie
- 14 Versichertenkarte – immer dabei

### Service

- 15 Arztrechnungen besser verstehen
- 16 Mit Visana ins Alpamare
- 17 Unser Gesundheitsrechtsschutz hilft
- 18 Herbstangebote im Visana Club
- 20 Gut zu wissen
- 22 Im Gespräch mit Berni Schär
- 24 Wettbewerb



Folgen Sie uns auf Facebook

[facebook.com/visana.versicherung](https://facebook.com/visana.versicherung)



und Instagram

[instagram.com/visanaservices](https://instagram.com/visanaservices)



gedruckt in der  
schweiz

**Impressum:** «VisanaForum» ist eine Publikation der Visana-Gruppe. Zur Visana-Gruppe gehören Visana, sana24, vivacare und Galenos. «VisanaForum» erscheint viermal jährlich. Redaktion: Stephan Fischer, David Müller, Melanie von Arx, Simone Hubacher, François Furer. Adresse: VisanaForum, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 16. E-Mail: [forum@visana.ch](mailto:forum@visana.ch). Gestaltung: Stämpfli AG, Bern. Layout: Natalie Fomasi, Elgg. Titelbild: Visana. Druck: Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. Internet: [visana.ch](http://visana.ch). **Adressänderungen:** Falls Ihre Adresse falsch ist oder Sie ungewünscht mehrere «VisanaForum» erhalten, melden Sie sich bitte bei Ihrer Visana-Agentur (Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Ihrer Police).

## Liebe Leserin, lieber Leser



**PS: Kennen Sie unsere neue Lesehilfe für Ihre Arzt- und Spitalrechnungen? Wenn nicht, lade ich Sie gerne dazu ein (Seite 15 oder [visana.ch/de/blog/2021/tarmed-rechner](https://visana.ch/de/blog/2021/tarmed-rechner)).**

### 25 Millionen Franken für Sie!

Was für eine erfreuliche Nachricht: Dank unserer finanziellen Stabilität werden wir unseren Kundinnen und Kunden der Grundversicherungen Visana, sana24 und vivacare erstmals einen Teil unserer Reserven – rund 25 Millionen Franken – auszahlen. Dies, sofern uns das Bundesamt für Gesundheit dafür die Genehmigung erteilt und Sie im Jahr 2022 weiterhin bei uns versichert sind. Aber lesen Sie selbst auf Seite 9.

Doch noch anderes macht diesen Herbst in der Visana-Welt Schlagzeilen: Und zwar präsentieren wir Ihnen mit «Combi Care» ein attraktives neues Grundversicherungsmodell. Dabei entscheiden Sie bei gesundheitlichen Problemen selbst, ob Sie die telemedizinische Beratung in Anspruch nehmen möchten oder direkt den von Ihnen gewählten Hausarzt aufsuchen. Details zu diesem innovativen Produkt finden Sie auf Seite 6. Und selbstverständlich beraten wir Sie sehr gerne persönlich dazu.

Apropos Beratung: Die Corona-Pandemie hat uns allen vieles abverlangt. Aber sie hat in verschiedenen Bereichen auch Fortschritte und Innovation ermöglicht, die ohne die Krise vielleicht nicht oder langsamer vonstattengegangen wären. Bei Visana ist das nicht anders. Dank eines weiteren Digitalisierungsschubs sind wir für Sie nicht mehr nur rund um die Uhr, vor Ort auf unseren Agenturen, per E-Mail oder telefonisch erreichbar. Nein, dank unserer neuen Online-Beratung sind wir Ihnen nun auch zuhause, beim Wanderausflug oder im Ausland persönlich nahe und kümmern uns jederzeit um Ihre Anliegen, wenn Sie dies möchten.

Hiermit wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre sowie einen farbenfrohen, munteren und vor allem gesunden Herbst.

**Herzlich grüsst Sie**  
Ihr Angelo Egli, CEO

# Arthrose – wenn sich Gelenke vorschnell abnutzen

Falls Sie über 40 Jahre alt sind, haben vermutlich auch Sie Arthrose in Ihren Gelenken. Aber keine Angst. Wie viele andere spüren Sie nichts davon. Mit fortschreitendem Alter könnten jedoch Beschwerden auftauchen, die auf den Knorpelabbau in den Gelenken zurückzuführen sind. Jetzt gilt: Bleiben Sie in Bewegung!

Text: Stephan Fischer | Bild: Alfonso Smith

Die Symptome einer Arthrose kommen schleichend. Erst ist da ein leichtes Ziehen in den Muskeln, später kommen diffuse Schmerzen und Bewegungseinschränkungen hinzu, die oft wieder verschwinden, sobald das Gelenk entlastet wird. Am häufigsten sind Knie, Hüfte, Zehen oder Finger betroffen. Mit fortschreitender Arthrose nehmen die Schmerzen zu, oft auch im Ruhezustand oder in der Nacht. Und wenn es selbst mit Schmerzmitteln nicht mehr geht und der Leidensdruck zu gross wird, bleibt oft nur noch die Option «neues Gelenk».

## Unterschiedliche Ursachen

Als «Schuldige» für eine Arthrose kommen verschiedene Gründe in Frage:

- erbliche Veranlagung
- Überbelastung (durch Übergewicht, Fehlbelastung, zu viel Sport)
- Unfälle oder Verletzungen
- Krankheiten (z. B. durch Arthritis)

Das Röntgenbild oder ein MRI-Untersuch bestätigen den Knorpelverschleiss rasch. Die gute Nachricht jedoch lautet: Selbst wenn Sie

## Telefonische Beratung

Haben Sie Beschwerden? Zur Grundversicherung bei Visana gehört die kostenlose medizinische Beratung unter **0800 633 225** – rund um die Uhr. Wir sind für Sie da!



## Arthrose oder Arthritis?

Beide zählen zu den rund 200 rheumatischen Erkrankungen, von denen rund zwei Millionen Menschen in der Schweiz betroffen sind. Arthrose ist ein Gelenkschaden, der durch den vorzeitigen Abbau des Knorpels verursacht wird. Arthritis ist die Entzündung eines Gelenks und kann durch Schädigung des Knorpels zu einer Arthrose führen.

Arthrose haben, bedeutet das nicht, dass Sie automatisch Beschwerden haben. Wenn Sie leider zur anderen Gruppe gehören, ist eine Verhaltensanpassung dringend angezeigt.

## Arthrose – was nun?

Ihr Arzt oder Ihre Physiotherapeutin zeigen Ihnen Behandlungsmöglichkeiten auf. Diese reichen von Medikamenten, Schmerzmitteln, Knorpelaufbaupräparaten über Akupunktur bis hin zum Einsatz von Hyaluronsäure oder Cortisol. Ebenfalls sehr wichtig: Bleiben Sie auch mit Arthrose in Bewegung, indem Sie auf gelenkschonende Sportarten umsteigen. Gezieltes Dehnen und Kräftigen sowie Massagen können die Schmerzen lindern und eine OP hoffentlich noch lange hinauszögern.

# Kürbiskerne – herbstlicher Proteinsnack

Kürbisse sind der Inbegriff von Herbst, schmecken gut und sind hübsch anzusehen. Doch das Wertvollste steckt in ihrer Mitte: Kürbiskerne sind gesund und gehören zu den besten Proteinlieferanten – der ideale Powersnack für zwischendurch.

Text: Melanie von Arx | Bild: Mauro Mellone

Im Orient werden Kürbiskerne schon seit Jahrhunderten gerne gegessen. In unseren Breitengraden erfolgte ihr Siegeszug erst vor wenigen Jahrzehnten, als die vegetarische und vegane Küche sowie Vollkornprodukte immer beliebter wurden. Längst hat sich herumgesprochen, dass Kürbiskerne kein Abfallprodukt des Kürbisses sind, sondern äußerst gesunde Protein- und Vitaminlieferanten.

## Fettig, aber gesund

Es stimmt, Figurbewusste erschauern beim Blick auf die 565 Kilokalorien pro 100 Gramm. Aber Achtung: Der Fettgehalt der Kerne ist zwar hoch, doch wie bei anderen Nüssen und Samen enthalten auch Kürbiskerne viele wertvolle ungesättigte Fettsäuren. Diese sind gut fürs Herz, für Gefäße und fürs Gehirn. Die enthaltenen Omega-3-Fettsäuren werden nicht vom Körper selbst gebildet, können aber Bluthochdruck vorbeugen und das Herzinfarktisiko senken.

Ebenso strotzen Kürbiskerne von Vitaminen aus der B-Gruppe. Geradezu sensationell ist ihr Gehalt an Vitamin E: 100 Gramm Kürbiskerne decken rund einen Drittel des Tagesbedarfs einer erwachsenen Person. Vitamin E gilt als effektiver Zellschutzstoff, und viele Kosmetikunternehmen nutzen dieses sogar als Anti-Aging-Mittel – ausprobieren lohnt sich!

## Rezepttipp

Kürbiskerne schmecken mild nussig und durch den hohen Ölgehalt leicht cremig. Sie peppen ganz unterschiedliche Gerichte mit wertvollen Nährwerten auf: am Morgen im Müesli oder im Brot, am Mittag über den Salat gestreut, abends in der Kürbissuppe und den ganzen Tag über als gesunden Snack für zwischendurch.



# 565

**Kilokalorien beträgt der Energiewert von 100 Gramm Kürbiskernen. Darin enthalten sind viele gesunde Fettsäuren, Vitamine und ganz viel Protein.**

## Selbst getrocknet

Kürbiskerne können in jedem Supermarkt gekauft werden. Die Kürbisse selbst sind im Herbst ein ebenso guter Lieferant: Einfach die Kerne vom Fruchtfleisch befreien und dann in einem Sieb unter fließendem Wasser reinigen. Nachher die sauberen Kürbiskerne auf einem Tuch oder auf Zeitungspapier in der Sonne trocken lassen. Zum Trocknen eignet sich alternativ der Backofen oder ein Dörrautomat. Schliesslich die Schale von den Kernen ablösen (Tipp: mit einem Wallholz über die Kerne fahren), denn diese ist hart und nicht essbar. Die Kürbiskerne in einem gut verschliessbaren Behälter trocken und kühl lagern – so bleiben sie lange genießbar.

# Grundversicherungsmodelle – Sie haben die Wahl

Die obligatorische Grundversicherung ist das Kernstück unseres Gesundheitssystems. Wir alle verfügen so über eine sehr solide medizinische Grundversorgung. Dabei wählen wir zwischen traditioneller Variante sowie Hausarzt- und Telemedizinmodellen. Mit «Combi Care» bietet Visana zusätzlich ein neues Kombimodell an.

Text: Michael von Arx

Der Leistungskatalog der Grundversicherung ist lang. Er ist im Krankenversicherungs-gesetz festgelegt und reicht von Spitalaufenthalt in der allgemeinen Abteilung, verordneter Physiotherapie, Beiträgen an Kranken- und Rettungstransporte, Pflegeleistungen über vorbeugende Untersuchung bis hin zu Leistungen bei Mutterschaft. Kurz gesagt: Die Grundversicherung deckt sehr viel ab. Aber doch nicht alles. Sie weist gewisse Lücken auf, die Sie aber mit Zusatzversicherungen schliessen können. Auf [visana.ch/zusatzversicherung](https://visana.ch/zusatzversicherung) erfahren Sie mehr über unsere Zusatzversicherungen.

## Neues Modell: «Combi Care»

Diesen Herbst präsentiert Visana mit «Combi Care» ein weiteres Grundversicherungsmodell. Dabei entscheiden Sie bei gesundheitlichen Problemen selbst, ob Sie die telemedizinische Beratung (sichergestellt durch unseren Partner Medi24, rund um die Uhr) in Anspruch nehmen möchten oder direkt den von Ihnen gewählten Hausarzt aufsuchen. Es handelt sich also um ein Kombimodell zwischen den reinen Hausarzt- und Telemedizinmodellen.



### Welche Art Grundversicherung passt am besten zu Ihnen?

Entscheiden Sie selbst. Wir helfen Ihnen und zeigen Ihnen die Vorzüge der einzelnen Modelle. Sei es beim klassischen Modell mit freier Arztwahl oder bei den Hausarzt- und Telemedizinmodellen, mit denen Sie bei den Prämien sparen können.

### Unsere Grundversicherungsmodelle auf einen Blick

<b>Traditionelle Grundversicherung</b>	Sie haben bei medizinischen Behandlungen die freie Arztwahl.
<b>Hausarztmodell «Managed Care» (HAM oder HMO)</b>	Sie wählen Ihren Hausarzt aus einem Ärztenetz (HAM) oder eine Gruppenpraxis (HMO) als erste Anlaufstelle aus.
<b>Hausarztmodell «Med Direct»</b>	Für medizinische Behandlungen suchen Sie immer zuerst Ihren Hausarzt auf. Er überweist Sie bei Bedarf an Spezialisten.
<b>Telemedizinisches Modell «Tel Doc»</b>	Vor jedem Arztbesuch wenden Sie sich telefonisch oder via Chat an unser medizinisches Beratungszentrum. Die Empfehlungen für weitere Behandlungsschritte sind verbindlich.
<b>Telemedizinisches Modell «Med Call»</b>	Sie wenden sich vor jedem Arztbesuch telefonisch oder via Chat an unser medizinisches Beratungszentrum. Die Empfehlungen sind freiwillig.
<b>Telemedizinisches Modell «Tel Care»</b>	Vor jedem Arztbesuch wenden Sie sich telefonisch oder via Chat an unser medizinisches Beratungszentrum. Die Empfehlungen für weitere Behandlungsschritte sind verbindlich. Medikamente beziehen Sie bei einer Partnerapotheke.
<b>Kombimodell «Combi Care»</b>	Sie können bei gesundheitlichen Problemen zwischen einer telemedizinischen Beratung und einer Behandlung durch Ihren Hausarzt wählen. Die Empfehlungen für weitere Behandlungsschritte sind verbindlich.

Mehr Informationen zu unseren Grundversicherungsmodellen finden Sie auf [visana.ch/grundversicherung](https://visana.ch/grundversicherung). Gerne beraten wir Sie persönlich auf unseren Agenturen, am Telefon oder per Videoanruf, welches Modell am besten zu Ihnen und Ihrer Familie passt. [visana.ch/agenturen](https://visana.ch/agenturen)

# Visana – weiterhin stark unterwegs, digital und attraktiv

In Oktober erhalten Sie die Policen für 2022 – entweder via Online-Kundenportal oder klassisch mit der Post. Erfreulich: Die Corona-Pandemie führt bei Visana zu keinem zusätzlichen Prämienanstieg. Zudem haben wir für Sie unsere Dienstleistungen und digitalen Services weiter ausgebaut.

Interview: David Müller | Bild: Mauro Mellone



Visana-CEO Angelo Egli nimmt im Interview zu diesen und weiteren Themen Stellung.

## ***Angelo Egli, haben die digitalen Services wegen der Pandemie weiteren Schub erhalten?***

Bei Visana auf jeden Fall. Die Digitalisierung schreitet voran. Sie spart uns allen Zeit und bietet Sicherheit – insbesondere auf den gesundheitlichen Aspekt bezogen. Dem tragen wir bei Visana Rechnung und erweitern unser Online-Angebot laufend.

## ***In welchem Bereich?***

Das Bedürfnis nach telemedizinischer Beratung ist weiter gestiegen. Visana-Versicherte können sich bei medizinischen Problemen nicht nur telefonisch, sondern auch bequem per Chat durch Fachleute beraten lassen.

## ***Gibt es weitere Online-Services?***

Die Videoberatung hat sich fest etabliert. Viele Kundinnen und Kunden haben gemerkt, dass sie reibungslos klappt und auch die Qualität der Beratung stimmt. Wir wollen so nahe wie möglich bei unseren Kundinnen und Kunden sein und den persönlichen Kontakt pflegen. Über welchen Kanal das geschieht, das bestimmen sie.

## ***Worum geht es bei der neuen Betreuungs- und Vorsorgelösung?***

Das ist ein schweizweit neues und einmaliges Produkt, das Visana zusammen mit der Berner Kantonalbank entwickelt hat. Es handelt sich um eine steuerbegünstigte Kapitalanla-

ge aus der Säule 3a. Das angesparte Kapital wird im Alter für Betreuungsangebote

eingesetzt, die Visana zu Sonderkonditionen anbietet. So kann der Ruhestand möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden genossen werden.

## ***Wie sehen die Prämien 2022 aus?***

Konkrete Zahlen zu den Prämien der Grundversicherung kann ich noch keine nennen. Diese müssen zuerst durch die Aufsichtsbehörden, das Bundesamt für Gesundheit (BAG), genehmigt werden. Ich verrate aber kein Geheimnis, wenn ich sage, dass die Gesundheitskosten in der Schweiz zwar weiter steigen, der Anstieg zum Glück aber sehr moderat ausfallen dürfte. Das wird sich selbstverständlich auch auf die Prämien auswirken.

## ***Steigen die Prämien wegen Corona?***

Nein. Natürlich werden die Auswirkungen der Pandemie angemessen berücksichtigt. Visana verfügt für solche Fälle jedoch über genügend Reserven, um einen Prämienanstieg abzufedern. Dieses Jahr werden wir sogar zusätzliche 25 Millionen Franken aus den Reserven einsetzen, wovon unsere Versicherten im Frühjahr 2022 direkt profitieren werden.

## ***Und wie sieht es bei den Zusatzversicherungen aus?***

Da habe ich erfreuliche Nachrichten. Bei den Visana-Zusatzversicherungen werden die Prämien – auch hier vorbehaltlich Genehmigung durch die Behörden – auch dieses Jahr nicht steigen, beziehungsweise für rund die Hälfte der Versicherten sogar sinken. Darum bin ich der Überzeugung, dass die Versicherten bei Visana auch für 2022 eine attraktive Prämien-situation, kombiniert mit zeitgemässen und bedürfnisgerechten Services, vorfinden werden.

# Lassen Sie sich jetzt beraten – zuhause, in der Agentur, per Video oder am Telefon

Das persönliche Gespräch mit unseren Kundinnen und Kunden ist uns sehr wichtig. Die Visana-Beraterinnen und -Berater sind deshalb auf allen Kanälen sehr gerne für Sie da. Sei es per Videoberatung, am Telefon und via E-Mail – oder eben von Angesicht zu Angesicht auf unseren Agenturen. Ganz wie Sie es Ihnen passt.

Text: Hedwig Gerards

Die Pandemie hat uns aufgezeigt, wie unkompliziert sich sehr viele Dinge digital und auf Distanz erledigen lassen. Dies ist genauso nah bei den Kundinnen und Kunden wie der Besuch in den eigenen vier Wänden und oft bequemer. Teilen Sie uns einfach mit, wie wir mit Ihnen Kontakt aufnehmen dürfen. Gerade im Herbst, wenn die neuen Policen versendet werden, nehmen wir uns gerne Zeit für Sie und beantworten all Ihre Fragen rund ums Thema Krankenversicherung. Wir sind auf allen Kanälen für Sie da – auch am Abend oder an einem Samstag.

## Wir verstehen uns

Ihre Anliegen als Kundin oder Kunde kennen wir bestens, denn die gleichen Fragen stellen wir uns selbst auch. Deshalb wissen wir, dass sich viele Dinge am besten persönlich besprechen lassen. Hier eine kleine Auswahl an häufig gestellten Fragen und Anliegen von Versicherten, zu denen sie eine persönliche Beratung wünschen:

*Wie kann ich meine Prämie optimieren?*

*Wie unterstützt mich Visana, damit ich gesund bleibe?*

*Was ist die richtige Absicherung für mich – wenn wir eine Familie gründen, wenn ich eine chronische Krankheit habe, wenn ich in Pension gehe?*

*Wie organisiere ich meine Versicherungsangelegenheiten am besten?*

*Welche Versicherung ist die beste für mein Kind?*

*Welche Zusatzversicherung brauche ich, damit ich gut abgesichert bin?*



Mehr Informationen:  
[visana.ch/beratung](https://visana.ch/beratung)



## Für Sie da – rund um die Uhr

Haben Sie gesundheitliche Fragen oder Beschwerden? Dann wenden Sie sich rund um die Uhr an das telemedizinische Beratungszentrum unseres Partners Medi24. Unter der Nummer **0800 633 225** erhalten Sie kostenlos kompetente Auskunft – und zwar im In- und Ausland. Mit einer medizinischen Fachperson besprechen Sie die weiteren Schritte.

# 25 Millionen Franken für unsere Kundinnen und Kunden

Wir haben eine gute Nachricht für Sie: Für kommenden Frühling planen wir die Auszahlung von 25 Millionen Franken an unsere Versicherten. Das Geld dafür stammt aus den Reserven von Visana.

Text: François Furer | Illustration: Natalie Fomasi



Wenn Sie nächsten Frühling bei Visana, sana24 oder vivacare grundversichert sind, dürfen Sie sich im Jahr 2022 auf eine Auszahlung freuen. Wir zahlen Ihnen 25 Millionen Franken aus den Reserven aus.

#### Solide Reservesituation

Visana ist gesetzlich dazu verpflichtet, Reserven anzulegen. Wir verfügen über eine gute Anlagestrategie und haben in den letzten Jahren solide Ergebnisse auf unseren Anlagen erzielt. Davon sollen nun Sie als Kundinnen und Kunden in der Grundversicherung profitieren.

#### Nachhaltige Prämiapolitik

Visana sorgt seit vielen Jahren mit einer nachhaltigen Prämiapolitik und Anlagestrategie für eine hohe finanzielle Stabilität und eine gute Reservesituation. Das erlaubt es uns, unsere Versicherten in anspruchsvollen Zeiten zu entlasten und zu unterstützen.

Die Grundversicherten bei Visana, sana24 und vivacare kommen deshalb im Frühjahr 2022 in den Genuss dieser Auszahlung. Unsere geplante Auszahlung muss noch durch das Bundesamt für Gesundheit (BAG) genehmigt werden.



Mehr Informationen:  
[visana.ch/reserven](https://visana.ch/reserven)

# Schaden? Hilfe ist rasch da

Seit Mai 2020 ist Dimitri Spori als Schadenspezialist für Visana in der ganzen Schweiz unterwegs. Bis zu drei Ereignisse pro Woche nimmt er vor Ort selbst unter die Lupe.

Text: Simone Hubacher | Bild: Mauro Mellone

Wenn Dimitri Spori die Wohnungen oder Häuser von Visana-Kundinnen und -Kunden betritt, atmen die Menschen auf, denn jetzt wird ihnen geholfen. Seinem Besuch ging immer Unschönes voraus – ein Feuer, ein Wassereintritt oder Ähnliches verwüstete die Liegenschaft der Kunden; je nach Ausmass ein wahrer Albtraum für die Betroffenen.

Der Berner Oberländer ist Schadenspezialist im Kompetenzzentrum für Sachversicherungen bei Visana. Er geht vor Ort, um sich ein Bild des Schadens zu machen respektive die

die andere», sagt der 32-Jährige, «das mag ich sehr an meinem Job.» Sein Arbeitsgebiet umfasst mit Ausnahme des Tessins die ganze Schweiz.

Dimitri Spori managt vom Homeoffice oder dem Büro in Muri bei Bern aus aber auch «kleine Fälle»: gestohlene Zweiräder oder Mobiletelefone und zerbrochene Scheiben des Nachbarn; dies anhand von Bildern, Quittungen und Polizeirapporten. Dass die Versicherungsverträge den Kunden zuweilen als zu lange und zu kompliziert erscheinen, versteht er. Und erklärt: «Wir müssen alles bis ins kleinste Detail regeln und festhalten, weil es teils um hohe Beträge geht. Ist etwas unklar, wird es zugunsten der Kunden ausgelegt.»

## «Bei komplexen Schäden können wir auch weitere Experten beiziehen.»

Versicherungsdeckung zu beurteilen und den Betroffenen zu helfen. Er organisiert – wenn nötig – eine Ersatzunterkunft oder bietet eine Partnerfirma von Visana für die Brand- oder Wassersanierung auf. «Bei grossen und komplexen Schäden können wir auch weitere Experten beiziehen. Wenn nicht ganz klar ist, woher der Wassereintritt erfolgt, zum Beispiel einen Geologen. Weil es auch um das Wohl der Menschen geht, ist es ein sehr dankbarer Job», so Spori.

### Keine Woche wie die andere

Wann immer der Schaden gross ist, geht Dimitri Spori selbst vor Ort, um sich ein Bild der Lage zu machen. Das sei zwei- bis dreimal pro Woche der Fall. «Keine Arbeitswoche ist wie

### Experten in Muri bei Bern beheimatet

Das Kompetenzzentrum für Sachversicherungen befindet sich in Muri bei Bern. Visana bietet Versicherungen in den Bereichen Hausrat, Privathaftpflicht und Gebäude sowie – in Zusammenarbeit mit der Protekta Rechtsschutz-Versicherung AG – eine Rechtsschutzversicherung. Rund 27 000 Hausrat- und Haftpflicht-Policen zählt Visana derzeit; die Zahlen steigen. Das Team um Leiter Marc Spahr umfasst acht Mitarbeitende – darunter eine Lernende. [visana.ch/sachversicherung](https://www.visana.ch/sachversicherung)

---

## Zur Person

Dimitri Spori (32) ist in Meiringen aufgewachsen und dem schönen Ort im Berner Oberland treu geblieben. Er ist begeisterter Fussballer (SV Meiringen, 2. Liga): Pro Woche stehen zwei Trainings und ein Meisterschaftsspiel auf dem Programm. «Wie es sich für einen Oberländer gehört, fahre ich auch gerne Ski. Ausserdem versuche ich mich im Tennisspielen.»



# Digitale Zukunft – schon jetzt bei Visana

Moderne Arbeitsmodelle beinhalten nicht bloss Homeoffice, Visana geht einen Schritt weiter in die zukünftige Arbeitswelt: Die Mitarbeitenden können ihren Arbeitsort flexibel wählen – sei es im angestammten Büro, Homeoffice oder Coworking-Space. Dies ist nur dank ausgebauten digitalen Lösungen und digitalisierten Prozessen möglich – wovon auch unsere Kundinnen und Kunden profitieren.

Text: Melanie von Arx | Bild: Visana

Während rund eines Jahres arbeitete die Visana-Belegschaft hauptsächlich im Homeoffice. Die Erfahrung zeigt: Es funktioniert. Trotz anderem Arbeitsort konnte Visana den Kundinnen und Kunden den gewohnten Service bieten. Dies war nur möglich, indem das Unternehmen innert kurzer Zeit viel in die Digitalisierung investiert hat – für die Kundinnen und Kunden, aber auch die Mitarbeitenden. Ein Beispiel: Videoberatungen gehören inzwischen zum Standardangebot der Visana-Versicherungsberaterinnen und -berater – je nach Wunsch des/der Versicherten.

Durch die Digitalisierung entstehen neue Möglichkeiten, so dass der Kunde oder die Kundin die individuell bestmögliche Option für sich auswählen kann. Ohne Einbussen bei der Servicequalität, sondern einfach «nach bi de Lüt».

## Flexible Arbeitswelt

Durch die neuen Möglichkeiten verändert sich die Arbeitsweise der Visana-Mitarbeitenden. Visana hat sich entschieden, den digitalen Schwung der Pandemie weiterzuziehen: Mit individuellen Vereinbarungen entscheiden Teams und einzelne Mitarbeitende nun selbst, wie und wo sie ihre Arbeitszeit gestalten wollen. «Flex Work» heisst das Zauberwort. Konkret: Visana-Mitarbeitende sind mehrheitlich ortsungebunden und bestimmen selbst, ob sie von zuhause aus im Homeoffice, in einem internen Coworking-Space (schweizweites Netz) oder im angestammten Büro arbeiten wollen. Wie unsere Versicherten sind auch die Visana-Mitarbeitenden unterschiedlich und decken das ganze Spektrum der Schweizer Bevölkerung ab. Das flexible Arbeitsmodell deckt die Bedürfnisse jedes einzelnen Mitarbeitenden optimal.

«Wir sind überzeugt, so auf gesunde und motivierte Mitarbeitende bauen zu können, was die Servicequalität für die Versicherten steigert. Visana ist für die Arbeitswelt der Zukunft gerüstet», ist Anita Gehri, Leiterin Personalgewinnung und -betreuung, überzeugt.

---

## «Zusammen arbeiten, zusammen wachsen»

Die neuen Führungsgrundsätze des Unternehmens setzen auf Vertrauen, Eigeninitiative und Respekt. Als Visana-Mitarbeitende gilt «zusammen arbeiten – zusammen wachsen».

Möchten Sie bei einem modernen Arbeitgeber arbeiten, der seine Mitarbeitenden wertschätzt und in sie investiert? Arbeiten auch Sie bei Visana. Die aktuellen Stellenangebote und was Sie als künftige Mitarbeitende von Visana erwartet, finden Sie auf [visana.ch/arbeiten-bei-visana](https://www.visana.ch/arbeiten-bei-visana).



# Den Ruhestand im eigenen Zuhause planen

Möchten Sie Ihren Ruhestand im eigenen Zuhause verbringen? Richtig geplant und dank einer guten finanziellen Vorsorge erfüllen Sie sich diesen Wunsch nach einem selbständigen Leben. Gemeinsam mit der Berner Kantonalbank unterstützt Sie Visana mit der schweizweit einmaligen Betreuungs- und Vorsorgelösung.

Text: Josko Pekas | Bild: Visana

«Man muss sich einen Stecken in der Jugend schneiden, damit man im Alter daran gehen kann.» Was der chinesische Philosoph Konfuzius bereits vor rund 2500 Jahren sagte, trifft noch heute mehr denn je zu: Der medizinische Fortschritt erlaubt uns, nach der Pensionierung noch lange fit zu sein und den neuen Lebensabschnitt in vollen Zügen zu geniessen. Weil wir länger leben, müssen wir uns jedoch frühzeitig Gedanken über das Leben im Alter machen, denn eines Tages sind wir auf Betreuung und ein finanzielles Polster angewiesen.

## Bezahlbare Betreuung ist der Schlüssel

Für viele mag der Gedanke, plötzlich von jemandem abhängig zu sein, unangenehm sein. Meist spielen finanzielle Fragen beim Betreuungsbedarf eine grosse Rolle. Doch ein möglichst langes Leben im Eigenheim soll kein Luxus sein, auch wenn man bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben auf die Hilfe anderer angewiesen ist. Es braucht dafür eine finanzielle Absicherung und bezahlbare Betreuung. Die Betreuungs- und Vorsorgelösung von Visana und der Berner Kantonalbank (BEKB) deckt dieses Bedürfnis nach individueller Altersvorsorge und Betreuungsleistungen im Alter ab.

## Vorsorge und Betreuung clever kombinieren

Vielleicht hat Sie die konfuzianische Weisheit dazu inspiriert, sich jetzt Gedanken über Ihre Zukunft zu machen. Informieren Sie sich über das Angebot auf [visana.ch/betreuung](https://visana.ch/betreuung) und beginnen Sie, Ihr selbständiges Leben im eigenen Zuhause zu planen.



- Als Kundin oder Kunde bei uns können Sie durch Visana ein steuerbegünstigtes Vorsorgekonto bei der BEKB eröffnen, Kapital ansparen und dieses für vergünstigte Betreuungsangebote im Alter einsetzen.
- Auf unserer Vergleichsplattform [autonom-daheim.ch](https://autonom-daheim.ch) finden Sie umfassende Betreuungsangebote. Stimmen Sie diese individuell auf Ihre Bedürfnisse ab. Sie erhalten ab Pensionierung die Betreuungsleistungen zu Sonderkonditionen und können sie durch das angesparte Kapital finanzieren.
- Berechnen Sie mit unserem Online-Simulator ([visana.ch/simulation](https://visana.ch/simulation)), wie hoch Ihr Sparkapital beim Leistungsbezug im Alter ist und für welche Betreuungsleistungen Sie es einsetzen können.
- Falls Sie Fragen haben, beraten wir Sie gerne persönlich unter der Telefonnummer **0848 848 899**.



Mehr Informationen:  
[visana.ch/betreuung](https://visana.ch/betreuung)  
[autonom-daheim.ch](https://autonom-daheim.ch)

# Alle wichtigen Daten auf einer Karte

Alle, die in der Schweiz krankenversichert sind, haben sie – aber nur wenige schenken ihr jene Beachtung, die sie eigentlich verdient. Die Versichertenkarte. Sie gehört in jedes Portemonnaie – oder virtuell in die Visana-App.

Text: Fabian Ruch | Bilder: Visana



Die Versichertenkarte, auch bekannt als Schweizerische Krankenversicherungskarte, wird seit 2010 ausgegeben. Sie kommt im praktischen Kreditkartenformat daher und sollte stets in Griffnähe sein – entweder physisch in Ihrem Portemonnaie oder virtuell in der Visana-App. Die Versichertenkarte ist eine der wichtigsten Karten, schliesslich geht es um Ihre Gesundheit.

## Vor- und Rückseite beachten

Auf der Vorderseite der Versichertenkarte sind alle wichtigen persönlichen Angaben inklusive AHV-Nummer aufgedruckt. Zusätzlich sind auf dem integrierten Chip weitere Daten elektronisch gespeichert. Das erleichtert Spitälern, Apothekern und Ärzten die Arbeit und die Abrechnung. Weil die Krankversicherer zahlreiche Informationen jederzeit anpassen und speichern können, ist die Versichertenkarte immer aktuell.

Wenn Sie bei Visana grundversichert sind, befindet sich auf der Rückseite die Europäische Krankenversicherungskarte. Sollten Sie vorübergehend in der EU sowie in Island, Liechtenstein und Norwegen unterwegs sein und medizinische Leistungen benötigen, erhalten Sie diese, indem Sie die Europäischen Krankenversicherungskarte vorweisen. Mehr dazu finden Sie auf [visana.ch/versichertenkarte](https://visana.ch/versichertenkarte).

## Auch auf der Visana-App

Seit Sommer 2020 profitieren Sie als Visana-Kundin oder Visana-Kunde von der virtuellen Versichertenkarte. Damit haben Sie via Visana-App jederzeit Zugriff auf Ihre Kartendaten und können diese bei der Anmeldung beim Arzt, im Spital oder in der Apotheke durch das Scannen des QR-Codes unkompliziert und kontaktlos übermitteln. Sie haben zudem die Möglichkeit, die Karten aller Familienmitglieder in der App zu hinterlegen. Mehr zur Visana-App finden Sie auf [visana.ch/app](https://visana.ch/app).

## Handlich und nützlich

Es lohnt sich, der Versichertenkarte mehr Beachtung und Wertschätzung zu schenken – und sie im Portemonnaie oder in der Visana-App (siehe Kasten) griffbereit zu haben. Mit der Karte geht es beim Medikamentenbezug in der Apotheke, bei der Anmeldung beim Arzt oder beim Spital-Check-in oft einfacher. Sie sparen Zeit und manchmal auch Nerven. Mit der Krankenversicherungskarte haben Sie Ihre persönlichen Versicherungsdaten stets mit dabei.

# Arztrechnungen besser verstehen

Jetzt ist Schluss mit Stirnrunzeln beim Studieren der Arztrechnung: Eine neue Funktion in der Visana-App «übersetzt» Arzt- und Spitalrechnungen in eine allgemein verständliche Sprache.

Text: Simone Hubacher | Bilder: Visana

Wer kennt es nicht? Nach dem Arztbesuch flattert die Rechnung ins Haus, und abgesehen vom Endbetrag und vom Datum ist vieles von dem, was hier steht, nicht nachvollziehbar. Sämtliche Leistungen sind in technischen Kennwerten und Leistungstexten verschlüsselt. Dies, damit die Rechnungen von Computern automatisch gelesen werden können. Die Ärzte und Spitäler rechnen nach sogenannten Tarmed-Positionen ab – derzeit sind es mehr als 4500 Positionen. Gelangt die Rechnung direkt zum Patienten, sorgt sie oft nur für ein Stirnrunzeln.

Damit ist Schluss: Arzt- und Spitalrechnungen können in der Visana-App einfacher verstanden und kontrolliert werden. Entwickelt wurde die Software von der Visana-Partnerin Sumex AG, zusammen mit Linguisten der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW).

## So funktioniert der Übersetzer in der Visana-App

Voraussetzung ist eine Arzt- oder Spitalrechnung, die in der Visana-App zusammen mit der Leistungsabrechnung als Dokument zur Verfügung steht:

- Visana-App öffnen und sich in myVisana einloggen
- Herunterscrollen und auf «Leistungsabrechnung» drücken
- Leistungsabrechnung einsehen und Originalrechnung (Beleg) öffnen
- Direkt auf der Originalrechnung auf die Schaltfläche «Übersetzt» drücken

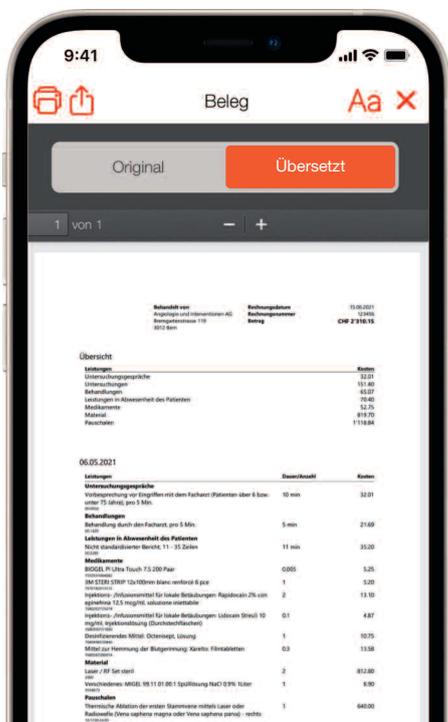
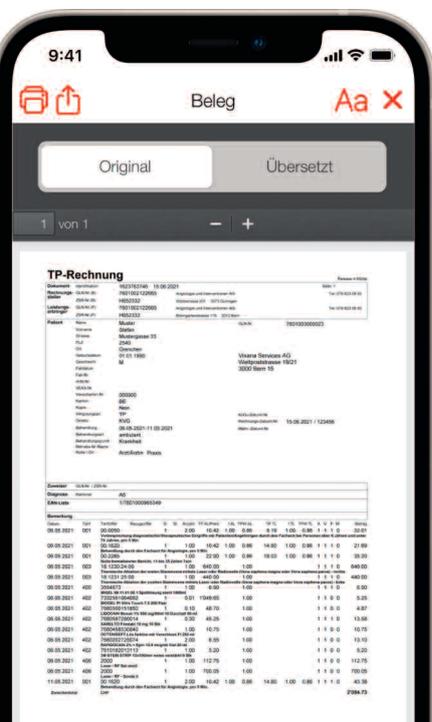


«Diese Funktion ist ein grosser Mehrwert», sagt Debbie Rychener, Spezialistin Digitale Services bei Visana. «Wie bei einer Handwerkerrechnung habe ich auch bei einer Arztrechnung den Anspruch, sie nachvollziehen zu können.» Dies sei dank der Übersetzung nun möglich.

## In drei Sprachen

Ein weiterer Vorteil sei die Sprache: «War ein Westschweizer Patient beispielsweise im Berner Inselspital, stellt das Inselspital die Rechnung Visana direkt in Deutsch zu. Sobald die Leistungsabrechnung in der Visana-App verfügbar ist, kann der Versicherte auch die Originalrechnung einsehen und sie mit der Übersetzer-Funktion in seine Visana-App-Sprache Deutsch, Französisch oder Italienisch umwandeln lassen», so Debbie Rychener.

Sie nutzen die App noch nicht? Laden Sie die Visana-App herunter und profitieren Sie von diesen und vielen anderen praktischen Funktionen. [visana.ch/app](https://visana.ch/app)



# Alpamare – Wasserspass für alle

Das Alpamare in Pfäffikon SZ ist ein Erlebnis für Gross und Klein und hat für alle etwas dabei: Wasserrutschen für Anfänger und Profis, Bäder für Geniesser und Wellenspringer und vieles mehr für alle, die eine Auszeit brauchen.

Text: Sina van Krimpen | Bild: Alpamare



Rutschen, Baden und Geniessen inmitten von tropischen Pflanzen und Maja-Ruinen: Das Alpamare hat seine Wasserwelt in eine Jungle-Landschaft verwandelt. Nun gibt es das ganze Jahr tropisches Ferienfeeling am Zürichsee. Der Wasserpark ist nur 30 Minuten von Zürich entfernt und liegt direkt an der Autobahn und in der Nähe vom Bahnhof – ein Besuch lohnt sich immer.

## Bei Rot bleibst du sitzen, bei Grün darfst du flitzen

Wenn es im Alpamare abwärts geht, gibt es kein Halten mehr. Die zwölf Wasserrutschen sind für Erwachsene, Kinder, Profis und Einsteiger ein unvergessliches Erlebnis. Von leichten bis zu schwierigen Rutschbahnen ist alles dabei. Bis auf die neuste Rutschbahn, die Jungle Run, haben die Rutschen keine Alters- oder Grössenbeschränkungen. Damit sich alle sicher fühlen, wird empfohlen, mit den leichten Bahnen anzufangen und je nach Mut erst aufzuhören, wenn man bei den schnellsten angekommen ist.

## Aussicht auf den Zürichsee

Etwas ruhiger geht es in den Bädern zu und her. Erholung ist in der Sole-Therme und in der Alpa-Therme garantiert. Für besonders Mutige bietet das angrenzende Kaltwasserbecken eine Abkühlung. Eine grossartige Aussicht auf den Zürichsee geniessen Sie im «Rio Mare»-Flussfreibad. Dabei können Sie sich in einer 100 Meter langen Umrundung von der Strömung treiben lassen und schauen, wie schnell Sie vorwärtskommen. Spektakuläre Wellen sorgen jede halbe Stunde im Wellenbad für Spass und Action – ein Gefühl wie Ferien am Meer.

## Angebot für Visana-Versicherte

Profitieren Sie vom Alpamare-Rabatt: Gegen Vorweisen der Visana-Versicherungskarte an der Kasse erhalten Sie und maximal drei Begleitpersonen 15 Prozent Rabatt. Bitte informieren Sie sich vorgängig auf [alpamare.ch](http://alpamare.ch), ob am gewünschten Tag eine Reservierung erforderlich ist.

## Verlosung

Zur Wiedereröffnung verlosen wir fünf Alpamare-Familienpackages im Wert von je 158 Franken (zwei Erwachsene und zwei Kinder). Möchten Sie dieses unvergessliche Erlebnis gewinnen? Senden Sie ein E-Mail an [forum@visana.ch](mailto:forum@visana.ch) mit dem Betreff «Alpamare». Einsendeschluss: 17. Oktober 2021.

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, nicht gewinnberechtigt sind Mitarbeitende von Visana und Alpamare sowie deren Angehörige.

# Die Gesundheit ist **unser höchstes Gut**

Sie haben die Grundversicherung bei Visana? Dann verfügen Sie automatisch und gratis über unseren Gesundheitsrechtsschutz. Dieser ist wirkungsvoll, aber nicht überall bekannt. Er hilft bei Streitigkeiten mit Ärzten, Zahnärzten oder Spitälern sowie Sozial- und Privatversicherungen.

Text: Fabian Ruch | Bild: Alfonso Smith

Es ist nicht einfach, den Überblick im Dschungel der Rechtshilfen zu wahren. Visana hilft, wenn es um Rechtsschutz geht – bei Anwalts- und Gerichtskosten, bei Auslagen für Expertisen, Gutachten und Prozessentschädigungen. Das ist gut für die Versicherten, weil ein Rechtsstreit teuer werden kann. Neben Privatrechtsschutz und Verkehrsrechtsschutz bietet Visana auch den Gesundheitsrechtsschutz an. Er ist kostenlos in der Grundversicherung inbegriffen, aber nicht so bekannt wie andere Rechtshilfen.

## **Visana-Rechtsschutz hilft**

Bei Streitigkeiten mit Ärzten, Zahnärzten und Spitälern sowie Sozial- und Privatversicherungen steht der Gesundheitsrechtsschutz allen Grundversicherten von Visana zur Verfügung. Hilfreich ist er zum Beispiel bei Streitigkeiten wegen einer medizinischen Fehlbehandlung: Ein Patient hat sich einer Routine-Operation unterzogen. Da seine Beschwerden nach der Behandlung wesentlich grösser als zuvor sind, vermutet er einen Behandlungsfehler. Er wendet sich an die Gesundheitsrechtsschutzversicherung, die ihm spezialisierte Anwälte und medizinische Experten vermittelt sowie die Kosten dafür übernimmt.



## **Beratung und Aufklärung**

Der Gesundheitsrechtsschutz von Visana beinhaltet zahlreiche Leistungen. Dazu gehören Beratung und Aufklärung über die Rechte sowie aussergerichtliche und gerichtliche Interessenwahrung der Versicherten. Zudem werden die Kosten in einem Rechtsstreit bis zu einem Höchstbetrag von 250 000 Franken (im Ausland bis zu 50 000 Franken) übernommen.

[visana.ch/rechtsschutz](https://visana.ch/rechtsschutz)

## **Ideal auch bei komplizierten Fällen**

Der Gesundheitsrechtsschutz von Visana bietet mehr als wertvolle finanzielle Hilfeleistungen. Er ist auch ideal, wenn es um Beratung und Aufklärung in komplizierten Fällen geht. Wichtig ist, dass Versicherte einen Rechtschutzfall umgehend melden. So kann Visana rasch alle notwendigen Schritte in die Wege leiten. Dies vermeidet allfällige Leistungskürzungen und beschleunigt die Überweisung des Geldes.

# VisanaClub

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 [visana.ch/club](https://www.visana.ch/club). Viel Spass!

## *Bunte Herbstangebote*

### Gut für Ihren Rücken: dynamisch sitzen – unbeschwert stehen

Es ist Zeit, Ihren Arbeitsplatz zuhause ergonomisch aufzurüsten. Unser Körper ist dafür geschaffen, sich zu bewegen, zu balancieren, zu schauen. Der «Move» der Firma Varier folgt der natürlichen Bewegung Ihres Körpers. Passives Sitzen gehört der Vergangenheit an.

Der «Move» überzeugt durch sein modernes Design und die einmalige Funktionalität. Er bietet dem Körper optimale Unterstützung für kontinuierliche Bewegung und ist der ideale Arbeitsstuhl – und bestens geeignet als Stehhilfe an einem höhenverstellbaren Schreibtisch. Stellen Sie sich Ihren optimalen Stuhl zusammen – mehr dazu auf [visana.ch/club](https://www.visana.ch/club).

**Bleiben Sie mit dem «Move» in Bewegung zum Club-Spezialpreis: 345 statt 525 Franken inklusive Garantie.**

Jetzt bestellen auf [visana.ch/club](https://www.visana.ch/club), per Telefon oder E-Mail beim Rückenzentrum: 031 331 44 88, [info@rueckenzentrum.ch](mailto:info@rueckenzentrum.ch). Das Angebot ist gültig bis 31. Dezember 2021 oder solange Vorrat. Mehr Informationen auf [rueckenzentrum.ch](https://www.rueckenzentrum.ch). Beratung und Produktauskünfte: 031 331 44 88.

**«Wir bringen Bewegung in Ihr Homeoffice!»**



## Schuhe von Walder: Trendige Schuhe für die ganze Familie

Top-Service, ein grosses Know-how und ein weitreichendes Sortiment: All das darf man bei einem Einkauf beim traditionsreichen und in 6. Generation geführten Familienunternehmen Walder erwarten. In den 28 Filialen von Walder und im Online-Shop wartet eine grosse Auswahl an modischen und hochwertigen Schuhen auf Sie. In Sachen Kinderschuhe ist Walder durch die langjährige Erfahrung, die fachkundige Beratung und die vielseitige Kollektion das Fachgeschäft Nummer 1 in der Schweiz.



**WALDER**

### Unser exklusives Visana-Club-Angebot:

#### 30 Prozent Rabatt auf das gesamte Schuh-Sortiment.

- Der Rabatt gilt in allen Filialen und Junior-Geschäften von Walder. Von der Aktion ausgenommen sind der Online-Shop sowie die Outlet-Filiale in Landquart.
- Der Rabatt gilt für alle regulären Damen-, Herren- und Kinderschuhe.
- Der Rabatt ist nicht kumulierbar mit anderen Aktionen und Rabatten (z. B. WalderCARD-Rabatt).

Bitte weisen Sie pro Familie (Eltern und sämtliche eigene Kinder) eine Visana-Versichertenkarte beim Kauf in der Filiale von Walder vor. Das Angebot ist gültig bis 21. November 2021. Mehr Informationen auf [walder.ch](http://walder.ch).

«Endlich  
frische Luft!»

## Solis «Twist Air» – natürliche Verdunstung für ein angenehmes Raumklima

Brennende Augen, lästiger Reizhusten, gereizte Schleimhäute? Beschwerden, die durch trockene Luft entstehen sind nervig. Mit dem «Twist Air» von Solis gehören diese Beschwerden der Vergangenheit an. Zusätzlich zur Befeuchtung reinigt der Energiespar-Luftbefeuchter die Luft. Die waschbare und wiederverwendbare Befeuchtungsmatte kann während der Sommermonate entfernt werden, der «Twist Air» wird so zum Luftzirkulator.

- Eignet sich für alle Wasserhärten
- Filtriert Staubpartikel aus der Luft
- Mit vier Leistungsstufen sowie Automatikmodus, welche die Befeuchtungsleistung an die aktuelle Raumluftfeuchtigkeit anpasst
- Ideal für Räume von 44 m<sup>3</sup> bis 105 m<sup>3</sup>

### Profitieren Sie vom Club-Spezialpreis: 74.90 statt 199.90 Franken

(inklusive Versand und zweier Jahre Garantie).

Jetzt bestellen auf [visana.ch/club](http://visana.ch/club) oder mit dem Bestelltalon. Das Angebot ist gültig bis 31. März 2022 oder solange Vorrat. Mehr Informationen auf [solis.com](http://solis.com). Produktauskünfte: 044 874 64 64 oder [sales.ch@solis.com](mailto:sales.ch@solis.com). Weitere Modelle von Solis zum Spezialpreis finden Sie auf [visana.ch/club](http://visana.ch/club).



### Bestelltalon

\_\_\_\_\_ Stück Solis «Twist Air»-Luftbefeuchter  
für 74.90 Franken

Frau  Herr

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Talon ausschneiden und einsenden an: Solis Switzerland AG, Visana-Angebot, Verkaufssendienst, Europastrasse 11, 8152 Glattbrugg

# Gut zu wissen

## Wichtige Informationen

### Häufige Fragen

Haben Sie Fragen zu Ihrer Versicherung? Wir helfen Ihnen gerne weiter. Auf Ihrer aktuellen Police finden Sie die Telefonnummer und Adresse Ihrer Kontaktperson. Antworten auf viele Fragen finden Sie auch auf [visana.ch/faq](https://visana.ch/faq).

### Visana-Agenturen

Die Kontaktdaten unserer Agenturen und Leistungszentren finden Sie auf [visana.ch/agenturen](https://visana.ch/agenturen).

### Hotline

Unsere Servicehotline ist unter 0848 848 899 erreichbar. Mittels Sprachsteuerung werden Sie zur gewünschten Kontaktstelle weitergeleitet. Die Nummer der Hotline befindet sich auf der Vorderseite Ihrer Versichertenkarte.

### Telemedizinische Beratung

Zur Grundversicherung bei Visana gehört die kostenlose medizinische Beratung unter 0800 633 225 – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr.

### Notfälle im Ausland

Die Visana-Assistance hilft Ihnen rund um die Uhr unter +41 (0)848 848 855. Sie finden diese Nummer auch auf der Rückseite Ihrer Versichertenkarte.

### Gesundheitsrechtsschutz

Schadenersatzansprüche beim Gesundheitsrechtsschutz (ist bei Visana in der Grundversicherung inbegriffen) können Sie unter 031 389 85 00 geltend machen.

### myVisana und Visana-App

Mit dem Online-Kundenportal myVisana ([visana.ch/myvisana](https://visana.ch/myvisana)) und der Visana-App haben Sie jederzeit Zugriff auf Ihre Versicherungsdokumente.

### Visana-Blog

Spannende Artikel zu Themen rund um Gesundheit und Ernährung lesen Sie auf unserem Blog auf [visana.ch/blog](https://visana.ch/blog).

## Videoberatung? Ja gerne!



Das persönliche Gespräch mit unseren Kundinnen und Kunden ist uns sehr wichtig. Die Visana-Beraterinnen und -Berater auf den Agenturen sind aber sehr gerne auch per Videoberatung für Sie erreichbar – nebst Telefon und E-Mail. Die Pandemie hat uns aufgezeigt, wie unkompliziert sich sehr viele Dinge digital und auf Distanz erledigen lassen. Dies ist oft bequemer und zudem gesünder. Teilen Sie uns einfach mit, wie wir mit Ihnen Kontakt aufnehmen dürfen. Wir sind auf allen Kanälen für Sie da.



Mehr Informationen:  
[visana.ch/beratung](https://visana.ch/beratung)

## myPoints – unser digitales Bonusprogramm für Sie

Etwas mehr Bewegung im Alltag ist gut für Geist und Körper – und auch fürs Portemonnaie. Visana belohnt Ihre Schritte und verbrannten Kalorien, sei es bei einem Spaziergang mit dem Hund, einer Joggingrunde oder einem Workout vor dem Fernseher. Sammeln Sie Punkte für myPoints, das digitale Bonusprogramm von Visana. Wenn Sie bei Visana zusatzversichert sind, belohnen wir Sie mit bis zu 120 Franken pro Jahr. Sobald Sie ein myVisana-Konto haben, können Sie sich in der Visana-App für myPoints anmelden und Punkte sammeln. Viel Spass!



Mehr Informationen:  
[visana.ch/mypoints](https://visana.ch/mypoints)  
[visana.ch/myvisana](https://visana.ch/myvisana)



## Kundenzufriedenheit: Bronze für Visana

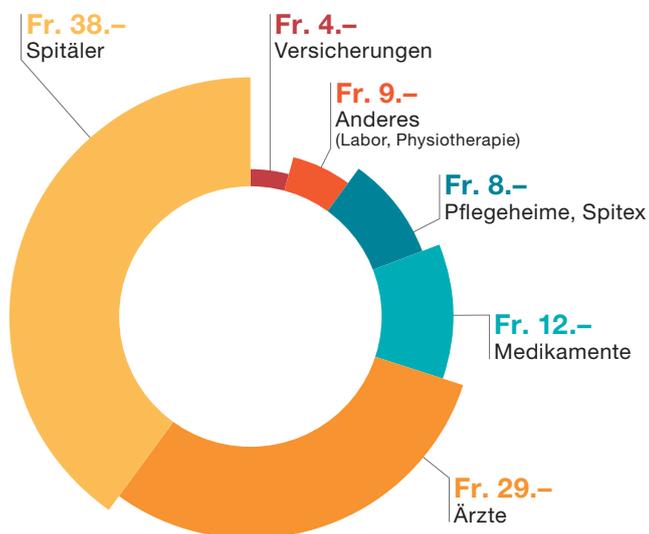
Der Online-Vergleichsdienst **Comparis.ch** hat im Juni über 3500 Personen zur Zufriedenheit mit ihrer Krankenkasse befragt. Dabei bewerteten sie das Preis-Leistungs-Verhältnis, die Qualität und den Service bei den Leistungen, die Kommunikation und Transparenz, die Erreichbarkeit sowie die Gesamtzufriedenheit. Die Versicherten gaben Visana die Note 5,0, was Rang 3 unter den Krankenkassen bedeutet. Wir freuen uns über die gute Bewertung und danken für das Vertrauen. Wir werden uns mit aller Kraft dafür einsetzen,

dass wir Sie mit unseren Produkten und unserem Service auch in Zukunft überzeugen.



## Gute Frage: Was passiert mit 100 Prämienfranken?

Wie werden die Krankenkassenprämien eingesetzt? Diese Frage hört und liest man regelmässig. Antwort: Mit 96 Prozent der Prämien für die Grundversicherung begleichen die Krankenversicherer die Gesundheitskosten bei den Leistungserbringern (Ärzte, Spitäler, Therapeuten). Die restlichen 4 Prozent fallen in Form von internen Verwaltungskosten an. Die Grafik veranschaulicht, wie sich 100 Prämienfranken auf die einzelnen Bereiche verteilen.



Quellen: BAG/BFS (gilt für die Grundversicherung)

## Visana weiterempfehlen lohnt sich

Sind Sie zufrieden mit Visana? Haben Sie unsere Video-Beratung, unsere Produkte und unsere Mitarbeitenden überzeugt? Dann empfehlen Sie uns doch in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis weiter. Wir belohnen das gleich mehrfach: Alle erfolgreichen Weiterempfehlungen sind uns 100 Franken in bar wert. Und nicht nur das. Auch alle neu versicherten Personen (ab 18 Jahren, nicht im gleichen Haushalt lebend) erhalten 100 Franken beim erfolgreichen Abschluss bestimmter Zusatzversicherungen. Detaillierte Angaben erhalten Sie auf [visana.ch/weiterempfehlung](https://visana.ch/weiterempfehlung) oder im Beratungsgespräch. Zusätzlich sammeln Sie mit jeder Weiterempfehlung wertvolle Punkte für myPoints, unser digitales Bonusprogramm.



### In drei Minuten erledigt

Visana weiterempfehlen geht sehr rasch und ist denkbar einfach:

1. Gehen Sie auf [visana.ch/weiterempfehlung](https://visana.ch/weiterempfehlung) und schicken Sie uns die Kontaktinformationen Ihrer Bekannten per Online-Formular.
2. Wir kontaktieren die von Ihnen angegebenen Personen.
3. Bei einem erfolgreichen Vertragsabschluss erhalten Sie und die neu versicherte Person je 100 Franken in bar.

Sie können uns die Kontaktinformationen aber auch gerne mit dem Empfehlungstalon zukommen lassen.

### Wir sind für Sie da

Haben Sie Fragen, oder wünschen Sie eine Beratung? Gerne helfen Ihnen unsere Mitarbeitenden auf den Visana-Agenturen weiter – sei es persönlich bei Ihnen zu Hause, in einer unserer Agenturen oder bequem per Video-Anruf.

## Empfehlungstalon

### Meine Adresse

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Versicherten-Nr. \_\_\_\_\_

### Meine Weiterempfehlung

Frau  Herr

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Senden Sie den Talon an Visana Services AG, «Weiterempfehlung», Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 16, oder füllen Sie unser Online-Formular auf [visana.ch/weiterempfehlung](https://visana.ch/weiterempfehlung) aus.

# «Der Informationshunger bleibt»

Sportreporter Bernhard Schär wurde in seinen 33 Jahren bei SRF zur Radiolegende in Sachen Tennis und Ski alpin. Auch nach seiner Pensionierung Ende April dreht sich beim gebürtigen Oberaargauer vieles um Sport.

Interview: Simone Hubacher | Bild: Mauro Mellone

***Bernhard Schär, erwachen Sie immer noch um 3 Uhr nachts? Sie haben die Frühschichten beim Radio geliebt.***

Kurz nach der Pensionierung war es tatsächlich so (schmunzelt), doch konnte ich jeweils rasch wieder einschlafen. Nach ein bis zwei Monaten hatte ich meinen neuen Rhythmus gefunden: Ich stehe zwischen sieben und halb acht auf, genieße mein Käfeli und lese zwei bis drei Tageszeitungen.

***Ihr Informationshunger war schon immer unstillbar.***

Stimmt. Das ist heute nicht anders. Doch jetzt bin ich nicht mehr so gebunden, lese nicht mehr jedes Detail über den Sport. Ich war schon immer ein Bewunderer von Tageszeitungen und genieße es nun, auch anderes intensiv zu lesen, zum Beispiel den Wirtschaftsteil, der mich von jeher interessiert. Ich bin aber auch ein moderner Konsument; kriege tagsüber Push-Meldungen auf mein Handy und bin auf Newsportalen unterwegs.

***Warum ist Gesundheitsprävention wichtig? Wie halten Sie sich heute fit?***

Die Gesundheitsprävention ist für mich zu einem zentralen Teil des Alltags geworden. Ich mache – das ist neu seit der Pensionierung – zum Beispiel schon liegend im Bett erste Übungen, damit ich leichter aufstehen kann. Dann geht's weiter mit Dehnungsübungen auf einer Matte. Und in der Sommersaison schwimme ich oft, am liebsten täglich – immer schön abwechselnd Brust, Crawl, Rücken und Delfin. Am Schluss muss es immer ein Kilometer sein. Da bin ich stur.

***Sehen Sie Ihre Frau und Ihren Sohn nun öfter?***

Ja, auf jeden Fall. Jonas hat diesen Sommer die Matura gemacht und spielt intensiv und auf hohem Niveau Tennis. Jetzt kann ich ihn öfter zu den Spielen begleiten. Meine Frau Ursula arbeitet als Pflegefachfrau Psychiatrie und in der Spitex. Da ich nun zuhause bin, verbringen wir mehr Zeit zusammen. Doch Ursula kennt auch die Weltcup-Orte und die Tennis-Destinationen. Sie hat mich überallhin einmal begleitet.

***Sie waren während Jahrzehnten das Aushängeschild von SRF im Tennis und im Ski alpin. Welche Sportart bevorzugen Sie persönlich?***

Für mich war es eine fantastische Kombination für Sommer und Winter; beides ist sehr faszinierend. Ski fahre ich selbst wie eh und je; doch im August nehme ich die Skier nicht mit nach Zermatt auf den Gletscher. Dann schwinge ich lieber das Tennisracket.

***Warum reizt Sie jetzt die Universität?***

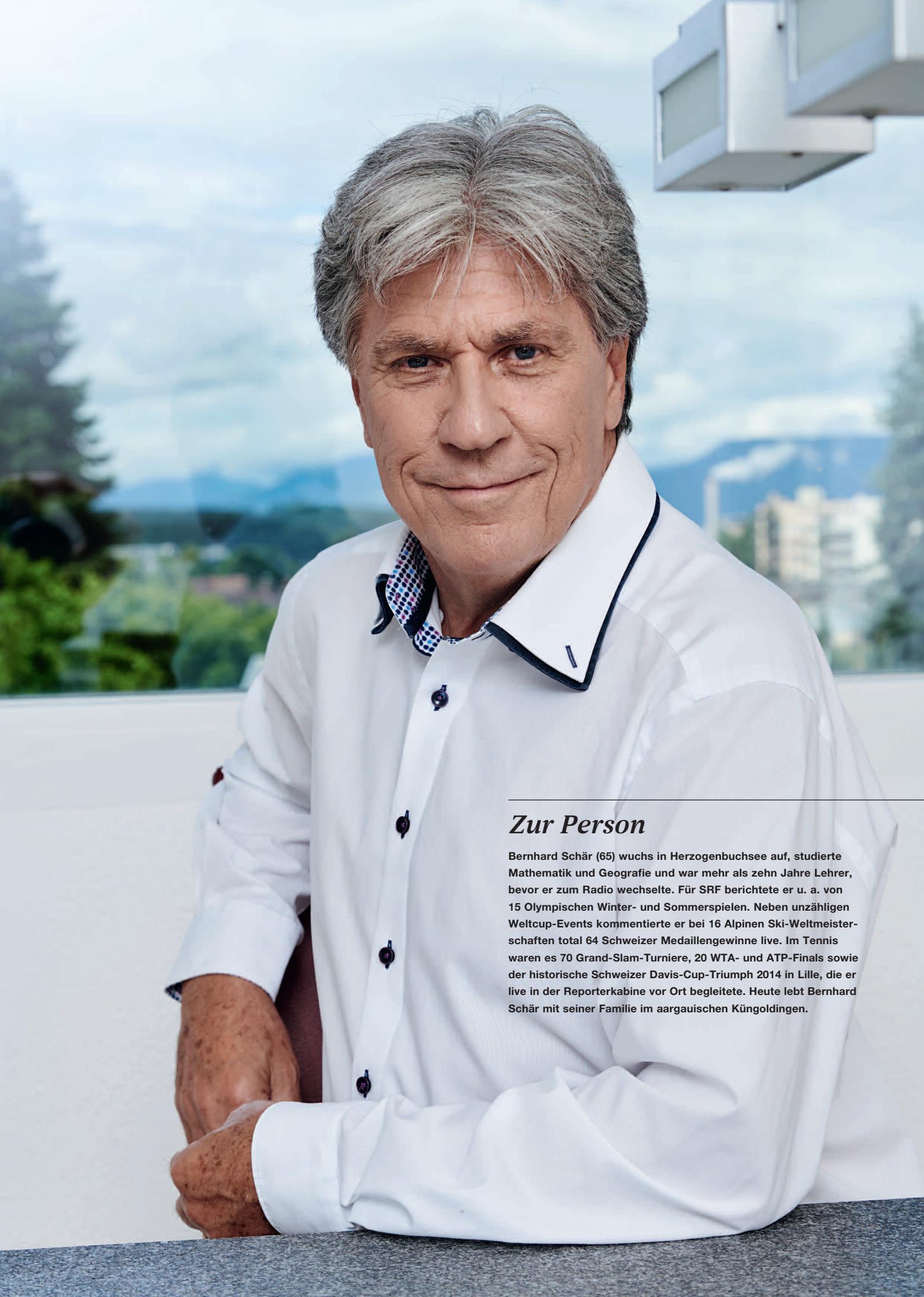
Über 30 Jahre habe ich starke, erfolgreiche Menschen im Spitzensport begleitet. Da ging es um Sieg oder Niederlage, um Vorsprung oder Rückstand. Ich möchte nun wieder mehr in weichere Themen des Lebens eintauchen. Ich kann mir gut vorstellen, ein paar Vorlesungen an der Uni in Theologie, Philosophie oder Wissenschaft zu besuchen.

***Welches war ihr emotionalster Moment an einem Sportanlass?***

Davon gab es Hunderte! Manchmal war ein vierter Platz emotionaler als ein Sieg.

***Mit welcher Sportlerin oder welchem Sportler konnten Sie am meisten lachen?***

Uff, ich habe mit allen gelacht! Spitzensportler sind nicht nur konzentriert und fokussiert, sie können auch einen Tophumor haben. Humor und Witz waren wichtige Elemente in der Zusammenarbeit.



---

## *Zur Person*

Bernhard Schär (65) wuchs in Herzogenbuchsee auf, studierte Mathematik und Geografie und war mehr als zehn Jahre Lehrer, bevor er zum Radio wechselte. Für SRF berichtete er u. a. von 15 Olympischen Winter- und Sommerspielen. Neben unzähligen Weltcup-Events kommentierte er bei 16 Alpinen Ski-Weltmeisterschaften total 64 Schweizer Medaillengewinne live. Im Tennis waren es 70 Grand-Slam-Turniere, 20 WTA- und ATP-Finals sowie der historische Schweizer Davis-Cup-Triumph 2014 in Lille, die er live in der Reporterkabine vor Ort begleitete. Heute lebt Bernhard Schär mit seiner Familie im aargauischen Küngoldingen.



Erholung pur im Ruhebereich der Bergsauna.



# In die Ruhe der Natur von Gstaad

Ein Ausflug in die malerische Natur des Berner Oberlands sorgt für willkommene Entspannung. In Gstaad finden Sie, was Ihnen guttut. Gewinnen Sie bei unserem Wettbewerb zwei Übernachtungen für zwei Personen im Hotel Alpenland inklusive Bergbahntickets für die Wanderung Rinderberg–Horneggli.

Text: Karin Greder | Bilder: Hotel Alpenland

Das charmante Chalet-Hotel Alpenland in Lauenen ([alpenland.ch](http://alpenland.ch)) vereint Schweizer Tradition mit kulinarischen Höhenflügen. In unmittelbarer Nachbarschaft zum Naturparadies Rohr begrüsst das Hotel Gäste von nah und fern. Auf der Speisekarte des Restaurants stehen feine Schweizer Traditionsgerichte mit einem Hauch internationaler

Aromen. Auf der Sonnenterrasse geniessen Sie das tolle Panorama mit den umgebenden Dreitausendern. Und wenn Sie es gerne etwas sportlicher mögen, wählen Sie eine der zahlreichen attraktiven Wandertouren aus, zum Beispiel vom Rinderberg aufs Horneggli.



Reizt Sie eine Auszeit in Gstaad? Dann schicken Sie den Wettbewerbstalon auf einer Postkarte, oder nehmen Sie auf [visana.ch/wettbewerb](http://visana.ch/wettbewerb) an der Verlosung teil.

Die Gewinnerin oder der Gewinner wird bis 15. Oktober 2021 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 und das Hotel Alpenland die angegebenen Daten zu Marketingzwecken verwenden dürfen. Die Nutzung kann jederzeit widerrufen werden. Man darf nur einmal am Wettbewerb teilnehmen.

## Wettbewerbstalon

Ich möchte zwei Übernachtungen für zwei Personen im Hotel Alpenland in Lauenen bei Gstaad gewinnen.

Frau  Herr

Name

Vorname

Strasse

PLZ, Ort

E-Mail

Talon auf eine Postkarte kleben und bis 1. Oktober 2021 ein-senden an: VisanaForum, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 16