

## Partecipazioni gratuite alla Women Sport Evasion, al campo estivo YB e alla settimana primaverile YB

# Concorso

**Movimento e divertimento per grandi e piccini.** «VisanaFORUM» mette in palio 100 biglietti gratuiti per la Women Sport Evasion a Losanna e altri 100 per quella che si terrà a Langenthal. Inoltre, 25 ragazze e ragazzi potranno partecipare gratuitamente al campo estivo dello YB e 15 ragazze alla settimana primaverile dello YB Donne.

Il 25 e 26 giugno 2011 avrà luogo la quarta edizione della Women Sport Evasion a Losanna e il weekend del 3 e 4 settembre seguirà la seconda edizione a Langenthal. Per ognuna delle due manifestazioni sorteggeremo 100 biglietti gratuiti per le appassionate di sport. Maggiori informazioni sui due eventi a pagina 9. Visana sostiene nuovamente anche le giovani leve del calcio. Durante la settimana primaverile dello YB Donne, che si terrà dal 18 al 21 aprile 2011, 60 ragazze nate fra il 1997 e il 2002 avranno l'occasione di allenarsi insieme e fare nuove esperienze. Inoltre, durante il popolare campo estivo dello YB, che si terrà dal 25 al 29 luglio 2011 al Berner Allmend, ragazze e ragazzi nati fra il 1997 e il 2002 potranno divertirsi con il pallone. Per tali eventi sorteggiamo a sorte 15 partecipazioni gratuite per la settimana primaverile e 25 per il campo estivo. Maggiori informazioni a pagina 8.

Cogliete l'occasione e partecipate al sorteggio su [www.visana.ch](http://www.visana.ch) o utilizzando il tagliando allegato. In bocca al lupo!

### Tagliando di concorso

Desidero vincere una delle seguenti partecipazioni (apporre una crocetta su quanto desiderato):

- (qtà max. 5) partecipazioni gratuite per la Women Sport Evasion (solo donne a partire dall'anno di nascita 1995) del
- 25 giugno a Losanna /  26 giugno a Losanna OPPURE
- 3 settembre a Langenthal /  4 settembre a Langenthal
- 1 partecipazione gratuita alla settimana primaverile dello YB Donne
- 1 partecipazione gratuita al campo estivo YB 2011 a Berna (ragazze e ragazzi)

Signora  Signor

Cognome \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_

Via, n. \_\_\_\_\_

NPA, luogo \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

Ritagliare il tagliando, incollarlo su una cartolina postale (senza busta) e inviarlo entro il 20 marzo 2011 a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Sul concorso non si tiene alcuna corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali e non si corrispondono premi in contanti. I vincitori saranno informati entro il 31 marzo 2011.

**Più che gustose**  
Le erbe aromatiche  
sono saporite  
e salutari

Pagina 10



**Visana Club**  
Le superofferte  
della primavera

Pagina 12

Il vostro vantaggio

**visana**club

**Franziska Troesch**  
A colloquio con  
la presidente  
del Forum dei  
consumatori kf

Pagina 22



## Sommario

- 3 Ora ci vogliono i fatti!
- 4 Managed Care: ancora qualche ostacolo da superare
- 6 Raccomandare Visana conviene
- 8 A stretto contatto con le star dello YB
- 9 Due giornate al femminile e all'insegna dello sport
- 10 Aromatiche e salutari
- 12 Visana Club: le superofferte della primavera
- 14 Una vita al massimo
- 16 Visana è al top!
- 17 Come batte il vostro cuore?
- 18 Siete assicurati contro gli infortuni?
- 19 Importanti modifiche nell'assicurazione di base
- 20 Notizie diverse
- 22 A colloquio con Franziska Troesch-Schnyder
- 24 Concorso



RICICLATO  
Carta prodotta da  
materiale riciclato  
FSC  
www.fsc.org  
FSC® C012018

**Nota editoriale:** VisanaFORUM è una pubblicazione di Visana ed esce quattro volte all'anno. **Redazione:** Urs Schmid, Stephan Fischer, David Roten, Peter Rüegg. **Indirizzo:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. **Fax:** 031 357 99 32. **E-mail:** [forum@visana.ch](mailto:forum@visana.ch). **Grafica:** Natalie Fomasi, Volketswil. **Layout e foto:** Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Zurigo. **Stampa:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Internet:** [www.visana.ch](http://www.visana.ch)

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

## Editoriale

Care lettrici e cari lettori,

Desideriamo dare un caloroso benvenuto ai numerosi nuovi assicurati Visana e ringraziare tutti coloro che da anni ci accordano la loro fedeltà.

Dopo la spedizione delle nuove polizze dell'autunno scorso alcuni clienti hanno dato sfogo al loro malumore dovuto all'eccessivo aumento dei premi. Abbiamo piena comprensione per tale indignazione.

Purtroppo però abbiamo le mani legate. Se i costi sanitari aumentano, siamo costretti ad adeguare i nostri premi. In caso contrario dovremmo rinunciare alla sicurezza garantitavi a lungo termine e incorreremmo nel rischio di scivolare nelle cifre rosse.

L'assicurazione malattie obbligatoria è concepita quale assicurazione di solidarietà. Ogni volta che vi recate dal medico, noi dobbiamo pagare. Fate parte di quelle persone che non devono ricorrere quasi mai all'assicurazione? Allora vi auguriamo di rimanere in salute. Attualmente i premi della cassa malati suscitano indignazione, ma a lungo termine sono giustificati. L'assicurazione interviene, infatti, in caso di bisogno.

Possiamo assicurarvi che ci adopereremo per quanto ci è possibile affinché vengano adottate misure che contengano i costi. Le spese amministrative per l'assicurazione di base ammontano in effetti solo a cinque centesimi per un franco. 95 centesimi vengono utilizzati per pagare le fatture di medici, ospedali, farmacie, terapisti ecc.

Il Consigliere Burkhalter ha manifestato l'intenzione di intervenire sul fronte dei costi. Noi sosterremo i suoi sforzi nel vostro interesse.

**Albrecht Rychen**  
Presidente del Consiglio  
di Amministrazione

**Peter Fischer**  
Presidente della Direzione



# «Basta con le parole. Ora ci vogliono i fatti!»

**È ora che il Consiglio federale e le Camere federali facciano qualcosa. I costi della sanità continuano ad aumentare e non sono state ancora varate misure di contenimento.**

Colloquio di «VisanaFORUM» con Peter Fischer, CEO del Gruppo Visana, a proposito dell'inoperosità delle autorità politiche, delle misure necessarie e della posizione di Visana.

### VisanaFORUM: Signor Fischer, come si pone di fronte a questa situazione?

Peter Fischer: sono piuttosto irritato ma al contempo confido in una soluzione.

### Perché è irritato?

Il giorno in cui il Consigliere federale Didier Burkhalter ha dovuto annunciare agli assicurati un nuovo sensibile aumento dei premi, il Consiglio nazionale ha bocciato un pacchetto di misure per il contenimento dei costi, tra l'altro molto modesto: se vi è una logica, per me è assolutamente oscura.

### E perché ha ancora delle speranze?

Nella Sessione estiva dell'anno passato il Consiglio nazionale ha trattato il progetto Managed Care. Il Consiglio degli Stati l'ha trattato nella Sessione invernale 2010. Le opinioni all'interno dei due Consigli non sono ancora convergenti, ma sono convinto che le differenze si possano appianare.

### Dunque in complesso è soddisfatto...

Sì, anche se le casse malati devono buttare giù qualche boccone amaro e per di più spiegare la situazione ai propri assicurati. Ma ciò che conta è il risultato. E secondo me è chiaramente positivo. Abbiamo fatto un notevole passo avanti nella revisione della legge sull'assicurazione malattie (LAMal), bloccata dal 2007.



**Il CEO di Visana, Peter Fischer: «È l'ora che il Consiglio federale e le Camere federali facciano qualcosa.»**

### Cosa caratterizza Visana?

Visana punta tutto sulla qualità. Manteniamo le promesse fatte ai clienti – in modo rapido e non burocratico. È un aspetto sul quale faccio molto affidamento.

### Quali sono i punti a favore di Visana?

Informiamo i nostri assicurati con competenza, li assistiamo in modo ottimale e di regola versiamo loro entro dieci giorni lavorativi i soldi che gli spettano (a parte naturalmente in situazioni che richiedono accertamenti particolari). In questo modo non sono costretti a fungere da banca per noi, perché ricevono i soldi prima di dover effettuare il pagamento. E questo è un ottimo servizio da parte di Visana.

### Intervista:

**Christian Beusch**  
Responsabile della comunicazione aziendale

# Managed Care: ancora qualche ostacolo da superare

**Compromesso a rischio.** In occasione della sessione estiva 2010 il Consiglio nazionale ha trattato il progetto Managed Care. A sua volta il Consiglio degli Stati, durante la passata sessione invernale ha discusso l'articolo di legge. Poiché il Consiglio degli Stati ha adeguato alcuni punti della riforma, la sua approvazione è a rischio.

Il Consiglio nazionale ha trattato nella sessione estiva il progetto Managed Care ed ha approvato un articolo di legge equilibrato (vedi VisanaFORUM 4/10). È stato un primo passo avanti verso la revisione della Legge sull'assicurazione malattie (LAMal) bloccata dal 2007.

## **Modificata la soluzione di compromesso equilibrata**

L'anno scorso il Consiglio nazionale si era deciso consapevolmente a favore di una soluzione di compromesso accurata ed equilibrata, dalla quale tutti i partner interessati avrebbero tratto vantaggi e per la quale sarebbe stata richiesta la collaborazione di tutti. Il Consiglio degli Stati, non essendo d'accordo con tutti i punti, non è stato disposto a seguire il Consiglio nazionale e ha apportato modifiche al progetto approvato dalla prima Camera.

Il Consiglio degli Stati ha deciso che i pazienti, con o senza un modello Managed Care, devono pagare un'aliquota percentuale inferiore del 5 rispettivamente del

15 per cento. Al contempo ha deciso di fissare il limite dell'aliquota percentuale a 500 franchi per gli assicurati Managed Care e a 1000 franchi per tutti gli altri assicurati.

## **Eliminato l'obbligo di offerta**

Molto più delicata dell'adeguamento dell'aliquota percentuale si presenta la cancellazione dell'obbligo di offerta che dovrebbe appunto obbligare gli assicuratori ad offrire Managed Care nel loro intero raggio di attività. Le organizzazioni di pazienti e medici si oppongono all'abrogazione di tale articolo.

Visana si adopera affinché gli assicuratori mandino giù il boccone amaro dell'obbligo di offerta per portare al successo il progetto. Il compromesso del Consiglio nazionale esige concessioni da parte di tutti i partner interessati. Con la cancellazione dell'obbligo di offerta aumenta il rischio che il progetto vada a monte.

## **Risparmio sui costi grazie a Managed Care**

I costi delle prestazioni a carico dell'assicurazione di base che aumentano oramai da anni creano dissapori. L'obiettivo di Managed Care è di migliorare il coordinamento tra i fornitori

di prestazioni. Questo dovrebbe permettere di migliorare la qualità dei trattamenti e di frenare la crescita dei costi. È già da tempo che Visana richiede l'introduzione di un modello Gatekeeper.

È positivo che il Consiglio degli Stati abbia accettato senza interporre opposizione l'ottimizzazione della compensazione dei rischi. Questo darebbe finalmente fine all'incresciosa e insensata caccia ai cosiddetti «buoni rischi» nell'assicurazione di base.

**David Roten**  
Economista sanitario



**Il progetto Managed Care ritorna al Consiglio nazionale**  
Poiché il Consiglio degli Stati ha apportato grandi modifiche al progetto Managed Care approvato dalla prima Camera, quest'ultimo deve ritornare al Consiglio nazionale il quale se ne occuperà nella prossima sessione primaverile che inizierà il 28 febbraio.



100 franchi per lei  
e 100 franchi per tutti  
i nuovi clienti

# Raccomandare Visana conviene

**Guadagnare 100 franchi con grande facilità. Visana ricompensa ogni raccomandazione che giunge a buon fine con 200 franchi – 100 franchi per voi e 100 per la nuova persona assicurata. Davvero un gioco da ragazzi!**

Siete soddisfatti di Visana? Allora convincete i vostri amici e conoscenti della qualità dei nostri diversi prodotti e della rapidità del servizio fornito, e anche voi avrete la vostra parte. Visana ricompensa ogni raccomandazione che giunge a buon fine con 100 franchi. Più clienti riuscite a convincere e più aumenta la vostra ricompensa. E il vantaggio non è solo vostro: anche la nuova persona assicurata riceve 100 franchi.

## Ed è facilissimo...

Raccomandare Visana è un gioco da ragazzi: basta compilare il talloncino a lato con il cognome/nome e l'indirizzo dei vostri amici o conoscenti, il vostro proprio indirizzo

## Condizioni da soddisfare per una raccomandazione

- Avete raggiunto l'età di 18 anni.
- I nuovi clienti hanno diritto alla ricompensa solo se hanno compiuto i 18 anni.
- I nuovi clienti stipulano l'assicurazione di base in combinazione con il pacchetto assicurativo Basic o con l'assicurazione complementare Ospedale e un'altra assicurazione complementare come ad es. Complementare o Ambulatoriale.
- I nuovi clienti non vivono nella vostra economia domestica.
- Non possono partecipare gli intermediari, i consulenti e i collaboratori del Gruppo Visana.
- È escluso il ricorso alle vie legali.

## I punti a favore di Visana

### Più prestazioni, più sconti

- Premi ridotti nell'assicurazione di base con i modelli medico di famiglia
- 20 per cento di sconto per assenza di prestazioni nelle assicurazioni complementari Ospedale e Basic
- Protezione giuridica per la salute compresa nell'assicurazione di base
- Assicurazione viaggi (assicurazione per spese di annullamento, bagagli e tessere cliente) inclusa gratuitamente nelle assicurazioni complementari Ambulatoriale, Basic e Ospedale
- Assegni wellness per la prevenzione

### Più vantaggi per le famiglie

- Sconto famiglia (dal secondo figlio 50 per cento di sconto sulle assicurazioni complementari)
- Premio gratuito nel mese della nascita
- Assicurazione di protezione giuridica gratuita per bambini e giovani fino a 18 anni

### Più servizi

- Rimborso delle prestazioni entro 10 giorni
- Interlocutore personale che offre una consulenza competente

Grazie a questi vantaggi Visana si colloca sempre fra i primi posti in classifica nelle analisi comparative neutrali (ad es. Vermögenszentrum Zurigo, «K-Tipp»).

e il numero d'assicurato e spedire il modulo. A tutto il resto pensa Visana. Se la vostra raccomandazione si conclude con una stipula, voi e la nuova persona assicurata riceverete 100 franchi ciascuno.

La cosa è ancora più facile se scegliete l'opzione online: [www.visana.ch](http://www.visana.ch). La vostra agenzia Visana è a vostra disposizione per qualsiasi domanda.

**Franziska Lehmann**  
Marketing Clienti privati

## Talloncino di segnalazione

### Il mio indirizzo

Cognome \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_  
Via, n. \_\_\_\_\_  
NPA, luogo \_\_\_\_\_  
Assicurato n. \_\_\_\_\_

### Vi segnalo le seguenti persone

Signora  Signor  
Cognome \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_  
Via, n. \_\_\_\_\_  
NPA, luogo \_\_\_\_\_  
Tel. ufficio \_\_\_\_\_ privato \_\_\_\_\_  
Data di nascita \_\_\_\_\_

Signora  Signor  
Cognome \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_  
Via, n. \_\_\_\_\_  
NPA, luogo \_\_\_\_\_  
Tel. ufficio \_\_\_\_\_ privato \_\_\_\_\_  
Data di nascita \_\_\_\_\_

Signora  Signor  
Cognome \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_  
Via, n. \_\_\_\_\_  
NPA, luogo \_\_\_\_\_  
Tel. ufficio \_\_\_\_\_ privato \_\_\_\_\_  
Data di nascita \_\_\_\_\_

Ritagliare il tagliando e inviarlo a Visana Services SA, Centro servizio clienti, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15 oppure seguire la procedura online al sito [www.visana.ch](http://www.visana.ch).



# A stretto contatto con le star dello YB

**Allenamento per le giovani leve. I giovani amano molto il calcio. Per questo motivo Visana sostiene la settimana primaverile dello YB Donne così come il campo estivo per le giovani leve dello Young Boys, mettendo in palio rispettivamente 15 e 25 partecipazioni gratuite.**

I 400 posti disponibili per giovani calciatrici e calciatori di età compresa tra i 9 e i 14 anni (anno di nascita dal 1997 al 2002) per il campo estivo dello YB, che avrà luogo dal 25 al 29 luglio 2011, sono molto ambiti. Lo stesso vale per la settimana primaverile per le ragazze appassionate di calcio con un'età compresa tra i 9 e i 14 anni (anno di nascita dal 1997 al 2002) che si terrà dal 18 al 21 aprile 2011.

### Una settimana piena di emozioni

I posti disponibili per le due settimane di allenamento si esauriscono di solito entro pochi giorni. Le ragazze e i ragazzi saranno seguiti da allenatori esperti durante due

allenamenti giornalieri. Il culmine della settimana è tuttavia la visita dei giocatori dello YB che si alleneranno insieme ai ragazzi.

La quota di partecipazione alla settimana primaverile ammonta a 295 franchi, quella al campo estivo a 320 franchi. Queste ultime comprendono l'allenamento con istruttori qualificati, il vitto per l'intera settimana e l'attrezzatura da calcio: zaino, pallone, giacca a vento, due magliette e due pantaloncini da calcio, due paia di calzoncini e parastinchi.

### Partecipare gratuitamente

L'allettante offerta spiega perché i posti disponibili si esauriscono in brevissimo tempo. Con un po' di fortuna, vostra figlia o vostro figlio potrà parteciparvi gratuitamente. Per i figli dei lettori del «VisanaFORUM» abbiamo riservato 15 partecipazioni gratuite per la settimana primaverile e 25 per il campo estivo (vedi riquadro). [www.bscyb.ch](http://www.bscyb.ch)

**Stephan Fischer**  
Comunicazione aziendale

### Visana mette in palio partecipazioni gratuite

Vostra figlia o vostro figlio desidera partecipare alla settimana primaverile dello YB Donne (Neufeld Berna, solo ragazze, nate fra il 1997 e il 2002) che si terrà dal 18 al 21 aprile 2011 oppure al campo estivo dello YB (Bernier Allmend, ragazze e ragazzi, nati fra il 1997 e il 2002) che avrà luogo dal 25 al 29 luglio 2011? Allora partecipate al concorso a pagina 24 e vincete uno dei rispettivamente 15 e 25 posti gratuiti offerti da Visana.

# Due giornate al femminile e all'insegna dello sport

**E vai con la «Women Sport Evasion».** Questo evento ideato per le donne (a partire dall'anno di nascita 1995) gode di una crescente popolarità. Anche quest'anno la «Women Sport Evasion» si terrà a Losanna (25 e 26 giugno 2011) e Langenthal (3 e 4 settembre 2011). Visana sostiene la manifestazione quale sponsor principale.

Due giorni interi per provare workshop di attualità quali Pilates, Capoeira o Gymstick e imparare cose interessanti sulla salute: ecco cosa vi offre la «Woman Sport Evasion».

### Programmazione individuale

Programmate la vostra giornata in modo spontaneo sul posto e partecipate agli workshop che vi attirano di più. Potete scegliere di partecipare a un solo giorno (sabato o domenica) oppure concedervi l'interessante pacchetto weekend.

Per ordinare il materiale informativo e i tagliandi d'iscrizione per le due «Women Sport Evasion» utilizzate il tagliando sottostante. L'iscrizione online è possibile sul sito [www.womensportevasion.ch](http://www.womensportevasion.ch). Oppure partecipate al concorso a pagina 24 e con un po' di fortuna potrete vincere delle partecipazioni gratuite per Losanna e Langenthal.

**Stephan Fischer**  
Comunicazione aziendale

### 100 partecipazioni gratuite per ognuno dei due eventi

Sperimentate nuove discipline sportive e corsi fitness di attualità alla «Women Sport Evasion» di Losanna del 25 e 26 giugno 2011 (workshop in francese e in parte in tedesco) e del 3 e 4 settembre 2011 a Langenthal (tutti i workshop in lingua tedesca). Partecipate al nostro concorso a pagina 24 e vincete una delle 100 partecipazioni gratuite.



### Tagliando d'ordinazione

Vi prego di inviarmi  opuscoli (compreso il tagliando d'iscrizione) per la «Women Sport Evasion» di  Losanna / di  Langenthal.

Signora \_\_\_\_\_  
Cognome \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_  
Via, n. \_\_\_\_\_  
NPA, luogo \_\_\_\_\_

Ritagliare il tagliando, incollarlo su una cartolina postale e inviarlo a: Women Sport Evasion, Avenue de Rhodanie 54, 1007 Losanna. L'iscrizione può essere effettuata anche online al sito [www.womensportevasion.ch](http://www.womensportevasion.ch).



# Aromatiche e salutari

**Oggi giorno sarebbe impensabile fare a meno delle erbe aromatiche in cucina: danno sapore ai cibi, stimolano l'appetito e fanno bene alla salute. Tutte cose già note agli antichi: Greci e Romani usavano le piante e le erbe aromatiche anche, e soprattutto, per produrre medicinali.**

Nel Medioevo la medicina era una prerogativa dei conventi. Monaci e suore conoscevano i segreti delle piante e l'effetto delle erbe che coltivavano nei loro orti e che trasfor-

mavano in medicine per i loro ospedali e farmacie. Non per niente, il termine greco «apoteca» significava «stanza delle erbe».

## Fitoterapia – la medicina più antica

Si presume che fra il 792 e l'800 d.C. l'imperatore Carlo Magno avesse emanato una legge che imponeva ai conventi di coltivare orti di erbe medicinali dove crescevano varietà che usiamo ancora oggi, come il rosmarino, la salvia, il levistico, il cerfoglio e la menta. All'epoca queste piante non solo erano considerate curative, ma si pensava che avessero addirittura poteri mistici.

Uno dei primi centri per lo studio della fitoterapia fu il monastero benedettino di Monte Cassino in Italia. I monaci condividevano le loro esperienze e conoscenze riguardo alle erbe medicinali solo con altri conventi. Perciò questa

### Come mantenerle fresche?

Le erbe fresche si conservano per breve tempo in un contenitore con dell'acqua avendo cura di sistemarle in un luogo fresco o nel frigo e di cambiare l'acqua ogni giorno. Se le si deve conservare un po' più a lungo, le si può lavare, sgocciolarle bene e infilare in un apposito sacchetto da conservare in frigo. Oppure le si può mettere in congelatore dopo averle tritate e suddivise in porzioni.

scienza medica veniva chiamata anche «medicina monastica». Solo secoli più tardi, le conoscenze dei monaci si diffusero oltre le mura dei conventi.

### Un tocco in più in cucina

L'uomo si nutre di piante ed erbe sin dalla notte dei tempi, sia per il sapore che conferiscono ai cibi che per i principi attivi che contengono. La maggior parte delle erbe da noi conosciute sono arrivate in Europa dall'Asia e dal bacino del Mediterraneo. Oggi sono coltivate un po' dappertutto e possiamo acquistarle fresche per tutto l'anno. Ed è proprio fresche che andrebbero utilizzate in cucina, perché nella conservazione perdono gran parte del loro aroma.

Gli abbinamenti aromatici sono infiniti: aglio orsino, erba cipollina e prezzemolo nell'insalata, basilico od origano su pomodori, aneto con i cetrioli, levistico e maggiorana nei piatti a base di patate, cerfoglio nella zuppa, coriandolo o dragoncello sul pollo, rosmarino, timo e salvia con gli arrostiti o il pesce, e infine melissa e menta piperita nei dessert.

### Sostanze preziose

Le erbe aromatiche non sono solo ingredienti gustosi o elementi decorativi utili per realizzare un buon piatto, ma fanno anche bene alla salute e favoriscono il benessere. Lo rivela il termine latino «officinalis» o «officinale», che significa medicamento, contenuto nel nome botanico di numerose erbe. Oltre a preziosi oli eterici e vitamine, le erbe aromatiche contengono molti sali minerali importanti.

Prendiamo, ad esempio, il prezzemolo: questa erbetta piuttosto comune, usata per guarnire un'infinità di piatti, è incredibilmente ricca di sostanze preziose: proteine, calcio, ferro, provitamina A, vitamine B1, B2, C, E e acido folico. Bastano 5 grammi di prezzemolo per coprire il fabbisogno giornaliero di provitamina A e 30 grammi per coprire quello di vitamina C. Nelle erbe apparentemente più comuni possono dunque celarsi sostanze molto preziose.

**Anna Schaller**  
Pubblicista

### A tutto pesto

Aglio orsino, basilico, levistico (erba Maggi) e prezzemolo si prestano molto bene alla preparazione del pesto. Il pesto si conserva in frigo in vasetti ben sigillati per circa due settimane. L'importante è che sia ricoperto di un sottile strato d'olio. Una scorta ideale per sorprendere ospiti inaspettati con uno squisito piatto di pasta.

Pestare **2 cucchiaini di pinoli** nel mortaio o tritarli nel frullatore  
Lavare **3 manciate di erbe fresche** e tritarle nel frullatore  
**1 spicchio d'aglio\***  
**Sale marino**  
**50-100 g di parmigiano o pecorino grattugiato fresco**  
**1,5 dl di circa di olio extra vergine d'oliva**

Pestare l'aglio e un pizzico di sale in un mortaio o in una ciotola. Aggiungere i pinoli e le erbe tritate. Mescolare il tutto con l'olio d'oliva. Se necessario, aggiungere ancora un po' d'olio. Aggiungere il formaggio prima di servire.

\*L'aglio orsino è una pianta bulbosa dal gusto simile all'aglio e dunque per il pesto a base di quest'erba non occorre aggiungere dell'altro aglio.



# Le superofferte della primavera

**visana club**

**Offerte primaverili del Visana Club.** Approfittate di sconti esclusivi sull'entrata al parco acquatico e termale Bernaqua, sul nuovo navigatore Garmin e sulla popolare rivista «Cucina di stagione».

## Al Bernaqua nel Westside Berna Brünnen ruota tutto intorno all'acqua e al rilassamento



I 1200 metri quadrati dedicati al mondo della sauna vi offrono un'ampia scelta, ad esempio la sauna ad aria calda, la sauna fuoco e ghiaccio, la biosauna o le saune con carbone e ardente. Nella sauna fuoco e ghiaccio l'acqua aromatizzata viene versata ogni ora sulle pietre. Alcune saune sono riservate alle donne. Nel parco acquatico che si estende su 2000 metri quadrati di superficie d'acqua, vi attendono tre acquascivoli giganti e diciotto piscine per nuotare, rilassarvi e divertirvi. **Approfittate con la vostra famiglia del 15 per cento di sconto sui biglietti d'entrata normali per le saune e il parco acquatico.**

	Bernaqua sauna e parco acquatico <b>sconto del 15 %</b>
	Bernaqua sauna e parco acquatico <b>sconto del 15 %</b>
	Bernaqua sauna e parco acquatico <b>sconto del 15 %</b>
	Bernaqua sauna e parco acquatico <b>sconto del 15 %</b>

Bisogna consegnare un buono per persona alla cassa. Nessuno sconto su altre offerte del centro Bernaqua e sul pagamento di eventuali supplementi. L'offerta è valida dal 1° marzo al 20 maggio 2011. Potete ordinare ulteriori buoni per altri membri della famiglia chiamando il numero 031 357 94 09. Il centro Bernaqua è aperto tutti i giorni dalle ore 9 alle 22. Anche i genitori possono rilassarsi e affidare fino a quattro ore i loro bambini al servizio di custodia pagando un piccolo supplemento. Per ulteriori informazioni consultate i siti [www.visana-club.ch](http://www.visana-club.ch) e [www.bernaqua.ch](http://www.bernaqua.ch).

### Prezzi d'entrata per persona

	Adulti	6-16 anni	sotto i 6 anni
Biglietto giornaliero	45.- / <b>38.25*</b>	30.- / <b>25.50*</b>	entrata gratuita
Biglietto singolo fino a 2,5 ore	30.- / <b>25.50*</b>	20.- / <b>17.-*</b>	entrata gratuita
<b>* Prezzo Visana</b>			

## Garmin – navigare con stile

Con uno spessore inferiore ai nove millimetri, il navigatore Nüvi 3790T convince per il suo design elegante e le sue eccezionali funzioni: schermo multi-touch, TrafficTrends™ e myTrends™, comandi vocali, visualizzazione 3D di rilievi e edifici, altoparlante e aggiornamento sul traffico.

**Ordinate il vostro Nüvi 3790T per 449 franchi. Riceverete in offerta a vita\* gli aggiornamenti delle mappe del valore di 129 franchi.** Inviatene un'e-mail (oggetto: Visana Club) indicando il vostro nome/cognome, indirizzo, numero di telefono, e-mail e il numero d'assicurato a [order@garmin.ch](mailto:order@garmin.ch) o via fax a 032 755 95 79. Le spese di spedizione ammontano a 8 franchi. Il navigatore vi verrà spedito entro due settimane. L'offerta è valida fino al 20 maggio 2011 o fino ad esaurimento delle scorte.



\*Trovate ulteriori informazioni ai siti [www.visana-club.ch](http://www.visana-club.ch) e [www.garmin.ch](http://www.garmin.ch). Per le domande tecniche potete rivolgervi a [support@garmin.ch](mailto:support@garmin.ch).

## La «Cucina di stagione» al prezzo speciale Visana Club



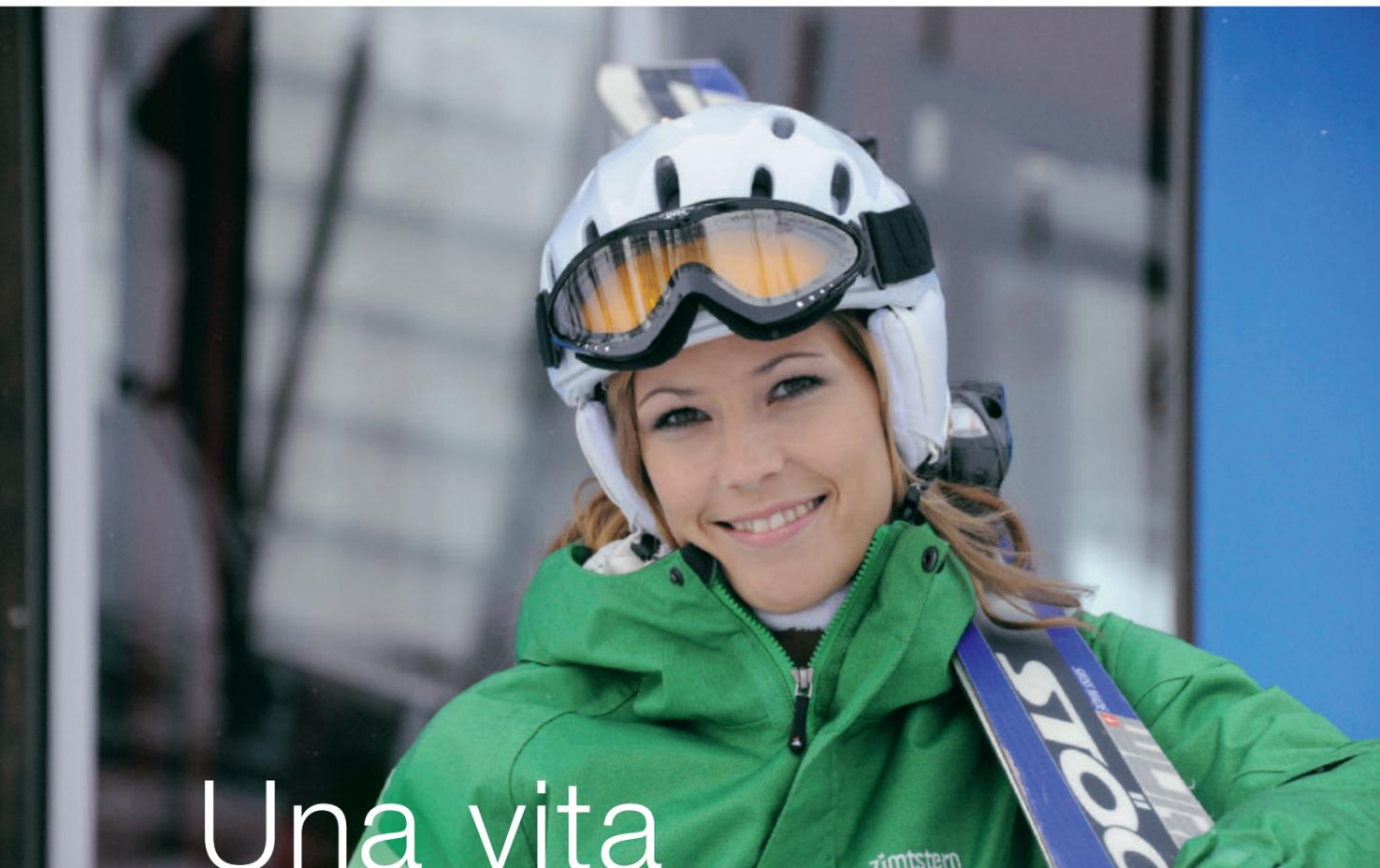
Ricette, reportage, ritratti, consigli su ristoranti e notizie brevi. Nella «Cucina di stagione» ruota tutto intorno alle leccornie della vita: cucinare, mangiare, bere, godere – e naturalmente sempre a misura di stagione.

**Approfittate subito ed abbonatevi alla rivista «Cucina di stagione» per due anni (24 edizioni) al prezzo di uno. Esclusivo prezzo speciale per i membri del Visana Club: 39 anziché 67 franchi.**

Ordinate il vostro abbonamento al sito [www.visana-club.ch](http://www.visana-club.ch) o telefonicamente chiamando il numero 0848 877 869, parola chiave «Visana Club». L'offerta è valida fino al 20 maggio 2011.

### Visana Club – il vostro vantaggio

In quanto clienti Visana siete iscritti automaticamente e gratuitamente al Visana Club e potete beneficiare illimitatamente delle vantaggiose offerte dei nostri partner. Per il Visana Club, Visana non impiega neanche un centesimo dei premi incassati. Per ulteriori informazioni e offerte consultate il sito [www.visana-club.ch](http://www.visana-club.ch) oppure chiamate l'Infoline al numero: 031 357 94 09.



# Una vita al massimo

**A colloquio con Christine Schönthal. È il braccio destro del capovendita, organizza eventi, sostiene il personale e tiene sotto controllo il budget. Christine Schönthal, attiva nel settore Clienti aziendali presso la sede centrale a Berna, non sa cosa sia la monotonia.**

A gennaio del 2010 Christine Schönthal è ritornata a bordo di Visana. «Ritornata» perché negli ultimi due anni ha fatto parte dell'Event-Team del Stade de Suisse dove organizzava manifestazioni, dalla semplice riunione fino al concerto, e giornate tematiche come il «Christmas Special» o il «Kids Day» del BSC Young Boys. Prima di questo periodo aveva lavorato per quattro anni nella sezione Finanze di Visana.

Nel 2010 Christine Schönthal è tornata dal suo vecchio datore di lavoro ed è diventata assistente del capovendita del settore Clienti aziendali.

### Cambiato campo

Christine Schönthal non ha tuttavia dovuto rinunciare al suo lavoro nell'ambito degli eventi, ma ha solo cambiato campo, passando dalla realizzazione alla pianificazione. Nel settore delle assicurazioni malattie le esigenze dei clienti aziendali sono diverse da quelle delle persone private. Inoltre, questi due ambiti operano finanziariamente in modo assolutamente indipendente l'uno dall'altro. Al fine di assistere i broker e i clienti aziendali anche in un contesto diverso da quello dei soliti canali d'affari, il settore Clienti aziendali organizza regolarmente piccoli e grandi eventi per i clienti. Questi vengono pianificati e

allestiti da Christine Schönthal. «In queste occasioni mi tornano utili le esperienze fatte quando lavoravo per lo Stade de Suisse», afferma Christine Schönthal. Il fatto di avere voce in capitolo nella scelta degli eventi rende il suo lavoro ancora più interessante.

### Dalle questioni relative al personale fino a quelle sul budget

Nella sezione Vendite del settore Clienti aziendali Christine Schönthal si occupa anche dei servizi del personale: gestisce le assenze, risponde a domande sulla registrazione del tempo di lavoro e fissa colloqui di rientro per collaboratori ammalati. I collaboratori del servizio esterno si spostano spesso, talvolta in treno. Christine Schönthal organizza loro i biglietti elettronici per il treno e gli abbonamenti a metà prezzo. Inoltre è responsabile del budget della sezione Vendite e controlla dunque sempre che le spese rientrino nei limiti del budget.

### Daily Business

Alle mansioni sopraelencate si aggiunge naturalmente il «normale» lavoro quotidiano. «In quanto assistente sono praticamente il braccio destro del mio capo», afferma Christine Schönthal. Lo aiuta nell'assistenza del portafoglio di clienti, risponde alle domande dei broker, richiede informazioni presso altri assicuratori e si occupa di tutto «quello che finisce sulla mia scrivania».

Poiché i broker sono in grado di rispondere a numerose richieste dei loro clienti, quelle trasmesse a Visana sono spesso di natura complessa. «Le domande dei broker non si risolvono con facilità, ma richiedono spesso accertamenti più approfonditi da parte mia, il che rende il mio lavoro ancora più interessante», spiega Christine Schönthal.

### A contatto con persone molto diverse

Christine Schönthal apprezza in particolare il frequente contatto con i clienti e i rapporti amichevoli con le colleghe e i colleghi di lavoro; tutti si danno del tu e vanno a pranzo insieme. «Lavoro a stretto contatto con il mio capo e le mie colleghe d'ufficio, ma anche con i consulenti aziendali «al fronte». Questo mi diverte.»

### Urs Schmid

**Comunicazione aziendale**



### Eclettica anche nello sport

Per riprendersi da un'intensa giornata di lavoro, Christine Schönthal fa sport, anche se con l'intensità con cui lo pratica non si può parlare di rilassamento. L'appassionata atleta e fondista («a partire da 10 chilometri» – con l'obiettivo a breve termine di partecipare alla maratona) in inverno si reca spesso sulle piste dell'Oberland bernese o del Vallese; in settimana frequenta regolarmente il Centro benessere del suo partner.

Inoltre, va regolarmente a correre e quando le temperature iniziano a salire si diverte con il wakeboard o si mette in sella alla bici. Tuttavia non pratica solo questi sport, ma si intende anche di teoria dell'educazione fisica: ha infatti seguito diversi corsi G+S, dispone della formazione di maestra di sci e del brevetto I di salvataggio in acqua.

Tuttavia non è un'asceta: la 27-enne bernese non rinuncia ad un gustoso menù accompagnato da un buon bicchiere di vino in compagnia del suo partner, della sua famiglia o degli amici.

# Visana è al top!

**Le assicurazioni complementari di Visana sono fra le migliori.**

**L'istituto Vermögenszentrum (VZ) ha confrontato le assicurazioni complementari più vendute dei 14 maggiori assicuratori malattie svizzeri. Visana ottiene ottimi voti.**

I risultati del test parlano chiaro: nell'ambito delle assicurazioni complementari Visana gioca in serie A. Visana si è posizionata nella top 4 delle assicurazioni complementari più vendute, la cui qualità è stata giudicata superiore alla media.

**Massimi voti per Visana a più riprese**

Visana ha ottenuto la valutazione più alta per le seguenti prestazioni complementari: medicina alternativa, protezione assicurativa all'estero, medicinali non obbligatori, psicoterapie e centri fitness. I risultati di quest'analisi sono stati pubblicati nel Test 2011 del VZ «Assicurazioni complementari ambulatoriali a confronto». Il VZ, un'azienda indipendente di servizi finanziari, ha eseguito il test in collaborazione con K-Tipp, Bon à Savoir, Gesundheitstipp e Saldo. Nella tabella è riportato un estratto del test pubblicato nell'opuscolo dell'istituto VZ.

Per ulteriori informazioni sulle assicurazioni complementari Visana potete rivolgervi alla vostra agenzia Visana o consultare il sito: [www.visana.ch](http://www.visana.ch).

**Esther Trüssel**  
Marketing Clienti privati

Valutazioni VZ	Osservazioni VZ	Giudizio VZ
<b>Riepilogo dei risultati</b> Assicurazioni complementari più vendute: Visana Ambulatoriale II Visana Complementare II		☺
<b>Giudizio sulle prestazioni considerate</b> Prestazioni complementari per medicinali non obbligatori: Visana Ambulatoriale II	Assunzione di medicinali non obbligatori prescritti dal medico che vengono rimborsati da un'assicurazione complementare.	☺
Prestazioni complementari per centri fitness: Visana Ambulatoriale II	Contributo per l'abbonamento ad un centro fitness riconosciuto.	☺
Prestazioni complementari per copertura all'estero: Visana Ambulatoriale II	Per i viaggi oltre oceano (USA, Canada, Australia, Giappone ecc.) e per i trasporti di rientro in Svizzera è indispensabile una copertura assicurativa complementare per le spese mediche e ospedaliere all'estero.	☺
Prestazioni complementari per psicoterapia non medica: Visana Ambulatoriale II	Assunzione dei costi di trattamento da parte di psicoterapisti non medici, ad esempio anche di psicoterapeuti con formazione in psicologia. Richiedere in ogni caso una garanzia scritta di assunzione dei costi prima dell'inizio della terapia.	☺

Il simbolo ☺ indica che la prestazione ha ricevuto il giudizio migliore.

# Come batte il vostro cuore?

**Assegno wellness: training computer ad un prezzo imbattibile. Poco importa se desiderate bruciare grassi o migliorare la vostra condizione fisica – il Polar FT7 è lo strumento ideale. Approfittate ora del 20 per cento di sconto.**

Il training computer Polar FT7 vi facilita l'allenamento e vi permette di seguire la vostra frequenza cardiaca. Offre ad amatori e professionisti più controllo e più divertimento durante l'attività fisica.

**Bruciare grassi o allenare la forma fisica?**

Sulla base della misurazione della variabilità della frequenza cardiaca, il FT7 indica il passaggio dall'allenamento del metabolismo lipidico a quello della forma fisica. Poco importa l'attività sportiva scelta e l'obiettivo d'allenamento (riduzione di peso, rimedio contro lo stress o allenamento della condizione fisica), il FT7 vi tiene informati in tempo reale sull'attuale effetto dell'allenamento. In quanto clienti Visana potete acquistare il Polar FT7 al prezzo di soli CHF 127.90 anziché CHF 159.90.

Sul sito [www.polarpersonaltrainer.com](http://www.polarpersonaltrainer.com) trovate diversi programmi con i quali ottimizzare il vostro allena-

mento. I dati registrati con il FT7 possono essere trasferiti facilmente mediante una trasmissione dati (opzionale) sulla piattaforma interattiva. In caso di domande sul prodotto potete rivolgervi alla Motio AG al numero telefonico 032 387 00 60.

**Ordinate il training computer Polar FT7 in «Black Silver» (sopra) o in «Black Gold» per soli CHF 127.90 anziché CHF 159.90.**



## Tagliando d'ordinazione

- (qtà) Polar FT7 Black Silver per CHF 127.90 anziché CHF 159.90 (prezzo di vendita raccomandato)
- (qtà) Polar FT7 Black Gold per CHF 127.90 anziché CHF 159.90 (prezzo di vendita raccomandato)

Le spese di spedizione sono incluse. Vi preghiamo di allegare l'assegno wellness Surprise del VisanaFORUM 3/10.

Signora  Signor

Cognome \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_

Via, n. \_\_\_\_\_

NPA, luogo \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Ritagliare il tagliando e inviarlo entro il 31 gennaio 2012 a: Motio AG, Casella postale 304, 3250 Lyss. Per domande sul prodotto: 032 387 00 60 (Motio AG)

# Siete assicurati contro gli infortuni?

**Inclusione della copertura infortuni dopo il pensionamento. Le persone che non sono più assicurate contro gli infortuni tramite il loro datore di lavoro, devono includere questa copertura nell'assicurazione di base. In questo modo si evitano brutte sorprese e spese supplementari in caso d'infortunio.**

In Svizzera la legge obbliga il datore di lavoro ad assicurare contro gli infortuni chi lavora almeno otto ore settimanali presso la sua ditta. Lo stesso vale per i titolari di una ditta che sono assicurati secondo la Legge sull'assicurazione contro gli infortuni (LAINF). In questi casi la copertura infortuni può essere esclusa dall'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS) ossia dall'assicurazione di base.

Nel momento in cui un lavoratore con impiego fisso o un titolare di una ditta va in pensione, la copertura LAINF si estingue 30 giorni dopo il pensionamento. Da questo momento, secondo la legge, il rischio infortuni deve essere coperto obbligatoriamente dall'assicurazione delle cure medico-sanitarie.

## L'assicurazione complementare non basta

Le assicurazioni contro gli infortuni stipulate presso un assicuratore privato o l'inclusione dell'infortunio nell'assicurazione complementare Ospedale reparto semiprivato o privato fungono solo da complemento alle prestazioni dell'assicurazione di base. Tali

assicurazioni non sono infatti sufficienti, poiché coprono solo le spese supplementari per la degenza ospedaliera nel reparto scelto. La copertura di base per il rischio infortuni non è dunque assicurata.

## Verificare la copertura assicurativa

Non svolgete più nessuna attività lucrativa? Allora date un'occhiata alla vostra polizza e verificate se la copertura infortuni è inclusa nella vostra assicurazione di base. In caso negativo potete richiedere l'inclusione utilizzando il tagliando sottostante. In questo modo vi risparmiate spiacevoli sorprese in caso d'infortunio.

**Béatrice Mäusli**

**Centro di competenza Servizi**

### Inclusione dell'infortunio

Desidero includere la copertura infortuni nell'assicurazione di base  da subito  dal /20.

Signora  Signor

Cognome

Nome

Via, n.

NPA, luogo

Assicurato n.

Telefono

Firma

Si prega di inviare il tagliando alla propria agenzia Visana (l'indirizzo si trova sulla polizza).

# Importanti modifiche nell'assicurazione di base

**Dopo che l'autunno scorso il Parlamento ha respinto di sorpresa un pacchetto di misure, il Consiglio federale ha deciso, di propria iniziativa, di adottare una serie di provvedimenti volti alla riduzione dei costi. Questi sono entrati in vigore il 1° gennaio 2011.**

In caso di degenza ospedaliera, oltre alle spese di trattamento l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (assicurazione di base) copre anche le spese di vitto e alloggio. Poiché durante le degenze in ospedale gli assicurati risparmiano sulle spese di vitto, secondo la legge sull'assicurazione malattie sono tenuti a partecipare a tali spese. Finora il contributo ai costi ospedalieri era di 10 franchi al giorno per assicurato.

## Aumenta il contributo ospedaliero

Il Consiglio federale ha deciso di aumentare a 15 franchi il contributo ai costi ospedalieri. Sono soggetti a contributo tutti gli adulti (dai 26 anni). I bambini e i giovani adulti di età inferiore ai 26 anni ne sono invece esonerati, purché siano ancora in formazione. Questa modifica d'ordinanza ridurrà i costi a carico dell'assicurazione di base di circa 115 milioni di franchi all'anno.

## Cancellati dall'assicurazione di base i contributi per gli occhiali

Il contributo dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie per occhiali e lenti a contatto è stato eliminato (fino al 31 dicembre 2010 ad ogni bambino venivano corrisposti annualmente 180 franchi, mentre agli adulti veniva versato questo importo ogni

cinque anni). Con tale provvedimento il Consiglio federale vuole risparmiare 40 milioni di franchi all'anno.

Questa decisione non influisce in alcun modo sulle prestazioni per occhiali e lenti a contatto delle assicurazioni complementari.

## Ulteriori misure di risparmio

Il Consiglio federale ha inoltre ridotto una serie di importi massimi rimborsabili dall'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie. In futuro valgono, ad esempio, importi massimi inferiori per glucometri e prodotti per l'incontinenza.

Per quanto riguarda il settore dei farmaci, il Consigliere federale Burkhalter ha annunciato per il 2011 ulteriori risparmi per i ad oltre 100 milioni di franchi. Nei prossimi anni scadrà inoltre la tutela brevettuale di diversi medicinali. Questi potranno dunque essere sostituiti da farmaci generici più convenienti.

## Nuove prestazioni nell'assicurazione di base

L'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie rimborserà d'ora in poi la vaccinazione contro il virus del papilloma umano (HPV) per le ragazze in età scolastica. Fino a nuovo avviso, per le donne di età compresa tra i 20 e i 26 anni la vaccinazione verrà rimborsata senza l'applicazione della franchigia.

In futuro, l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie rimborserà gli interventi di bendaggio e bypass gastrico per le persone con un indice di massa corporea (IMC) superiore a 35. Finora tali applicazioni venivano rimborsate quando l'IMC era superiore a 40. Tuttavia, prima dell'intervento, il paziente dovrà essersi sottoposto senza successo a una terapia non chirurgica per una durata di due anni.

**David Roten**

**Economista sanitario**

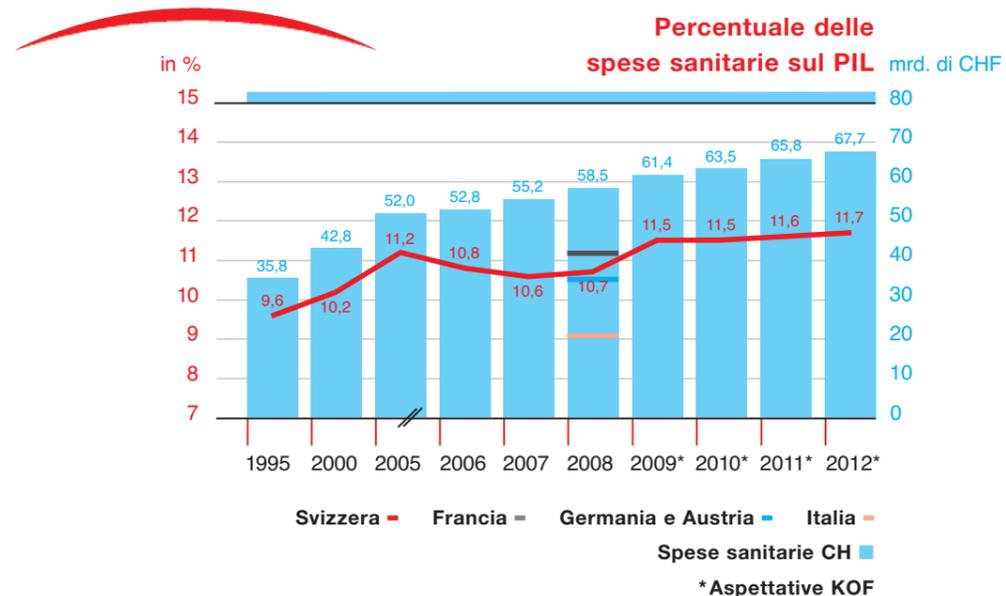
# Spot

## Il vincitore del weekend wellness

Ernst Hasenauer di Lufingen ha vinto il primo premio del concorso nell'ultimo mailing action d: un weekend wellness per due persone. Reto Kägi, responsabile regionale Svizzera orientale, Christoph Engel, gerente della Fondazione Visana Plus, e Monika Kämpf, action d (da sinistra a destra), consegnano il buono all'assicurato Visana.



## Il grafico attuale



Dopo che la percentuale delle spese sanitarie sul prodotto interno lordo (PIL) è leggermente diminuita tra il 2005 e il 2007, il valore aumenta nel 2010 di nuovo all'11,5 per cento. Le oscillazioni sono da ricondurre essenzialmente alla congiuntura. La crescita delle spese sanitarie continua indipendentemente da quest'ultima. Nel 2008 la Svizzera ha speso il 10,7 per cento del PIL per la sanità. Questo corrisponde in proporzione più o meno alla Germania e all'Austria (10,5%) e allo 0,5 per cento in meno rispetto alla Francia (11,2%). Dei nostri paesi limitrofi solo l'Italia (9,1%) si situa al di sotto del 10 per cento. (Fonte: UST)

## Pro-Generika.ch: confrontare i prezzi e risparmiare

Il sito Internet [www.pro-generika.ch](http://www.pro-generika.ch) o il libro «Pro-Generika 2011» (ISBN 978-3-9523208-4-6, ca. 20.– in libreria) vi permettono di risparmiare facilmente denaro. Basta cercare nell'elenco alfabetico dei farmaci il medicamento che vi serve. Con un clic potete poi confrontare il prezzo del prodotto originale con i prezzi di diversi farmaci equivalenti. Il sito Internet e il libro sono disponibili solo in tedesco e francese.

I farmaci equivalenti, detti anche «generici», sono dei medicinali equivalenti dal punto di vista qualitativo e quantitativo alla specialità medicinale registrata già da anni. I generici hanno lo stesso principio attivo del prodotto originale, vengono immessi sul mercato nella medesima forma (pastiglie, supposte ecc.) e hanno nel paziente l'effetto identico.

Il possibile potenziale di risparmio è indicato in Internet o nel libro in percentuale; questo vi permette di individuare subito il farmaco più conveniente. Il potenziale di risparmio è enorme. Differenze di prezzo del 30-40 per cento non sono una rarità, mentre il divario maggiore ammonta addirittura al 70 per cento. Non stupisce dunque che anche i medici consultino regolarmente il sito Pro-Generika per confrontare i prezzi.

Se disponete di un iPhone o di un iPod Touch potete scaricare una variante di Pro-Generika con modalità offline. In tal modo potrete verificare sempre e ovunque se esiste un'alternativa più conveniente per la pastiglia contro il mal di testa o la pomata antidolorifica. Il sito [www.pro-generika.ch](http://www.pro-generika.ch) spiega come scaricare quest'applicazione web e come aggiornarla regolarmente.

### Informazioni importanti

#### Avete delle domande?

In caso di domande sulla vostra assicurazione, non esitate a rivolgervi a Visana in qualsiasi momento. Trovate il numero di telefono e l'indirizzo del vostro interlocutore sulla vostra polizza. Se avete domande sui moduli, troverete spiegazioni su Internet al sito [www.visana.ch](http://www.visana.ch)

- > Privati > Servizio > Domande frequenti
- > Domande specifiche.

#### Visana Assistance

In caso d'emergenza all'estero, Visana Assistance è al vostro fianco 24 ore su 24, 7 giorni su 7 al numero di telefono +41 (0)848 848 855. Trovate questo numero anche sulla vostra tessera d'assicurazione.

#### Contatto Protezione giuridica sanitaria

Per avvalervi della protezione giuridica sanitaria in caso di sinistro potete rivolgervi allo 031 389 85 00.

#### Visana Newsletter

Se non volete perdervi mai più un concorso o un'offerta Club interessante, potete registrarvi per la newsletter gratuita su [www.visana.ch](http://www.visana.ch).

## Gratis all'Europa Park

Le seguenti persone assicurate da Visana hanno partecipato al concorso pubblicato su «VisanaFORUM» 3/10 ed hanno avuto fortuna: ognuno di loro ha vinto quattro biglietti per l'Europa Park. Auguriamo ai vincitori e alle persone che li accompagneranno tanto divertimento a Rust.



Adelheid Bähler, Steffisburg  
Daniela Bessire, Itingen  
Samuel Boillat, La Neuveville  
Margrit Gabriel, Trimbach  
Melanie Hanhart, Thierachern  
Marie Hiertzeler, Biel  
Fabienne Jaunin, Vevey  
Martina Kramer, Kirchberg  
Doris Sardella, Erlinsbach  
Lydia Schenk, Diessbach



## «La concorrenza è a nostro vantaggio»

**I consumatori sono in gran parte soddisfatti della qualità delle prestazioni mediche. Ad affermarlo è Franziska Troesch-Schnyder, presidente dell'organizzazione dei consumatori «Konsumentenforum kf». Tuttavia chiede più trasparenza e misure per contenere l'aumento dei costi.**

Ogni anno «Konsumentenforum» svolge un sondaggio rappresentativo per tastare il polso dei consumatori: dal sondaggio emerge che una preoccupazione costante è costituita dall'aumento dei costi della sanità. Secondo Franziska Troesch-Schnyder, presidentessa di «kf», è necessario incrementare la concorrenza.

### **VisanaFORUM: Signora Troesch-Schnyder, che immagine hanno i consumatori del nostro sistema sanitario?**

Franziska Troesch-Schnyder: per lo più buona e in genere sono soddisfatti della qualità.

### **Allora dove sono i problemi?**

La gente è preoccupata dell'aumento dei costi e in parte anche della mancanza di trasparenza.

### **In che senso?**

Oggi siamo meglio informati della qualità di un qualsiasi prodotto che compriamo al supermercato che non della qualità di medici e ospedali. Come consumatrice non dispongo di alcuna informazione sulla qualità del lavoro svolto da un ospedale.

### **Vede soluzioni?**

Oggi in ogni ospedale vengono effettuati esami della qualità. Se leggo che mediamente il cinque per cento dei

pazienti curati in ospedale sono vittima di un errore rilevante, voglio sapere quali sono gli ospedali in cui ciò accade con maggior frequenza. Inoltre ritengo che abbiamo il diritto di sapere quale ospedale ha più esperienza in determinate malattie, o determinate operazioni, e offre dunque una qualità migliore.

### **Secondo lei come si possono contenere i costi?**

Si devono sfruttare coerentemente i potenziali di risparmio. Non è necessario un ospedale acuto in ogni comune. Nella medicina di punta non tutti devono offrire tutto. Bastano pochi centri, ma ben specializzati. In Svizzera i medicinali e i generici continuano ad essere più cari che all'estero. Ciò vale anche per i margini di guadagno di farmacie e medici. E poi si potrebbero ridurre i costi aumentando l'importanza dei medici di famiglia.

### **E come?**

In caso di problemi di salute il medico di famiglia dev'essere il primo interlocutore, la persona che decide assieme al paziente l'ulteriore trattamento. Questo modo di procedere costa meno rispetto al caso in cui gli assicurati si rivolgono direttamente allo specialista o si recano al pronto soccorso dell'ospedale, dove i costi esplodono.

### **Secondo lei la politica fa troppo poco?**

Sì, e sono davvero delusa. Evidentemente nell'attuale parlamento le trovate geniali non sono possibili oppure vengono bloccate subito da alleanze sventurate. Ogni pacchetto di misure di risparmio viene silurato e disfatto. E allora si può procedere solo a piccoli passi.

### **Pensa che una cassa unica...**

No!

### **...potrebbe risolvere i problemi?**

«kf» respinge l'idea di una cassa unica. Porterebbe svantaggi sia per i consumatori che per i pazienti. La concorrenza è un mezzo efficace per contenere i costi. Oggi gli assicuratori malattie possono contrattare sulle tariffe ed offrire diversi modelli che fanno pressione sui prezzi. Con la cassa unica questi vantaggi andrebbero persi. E né i medici, né gli ospedali, né l'industria farmaceutica avrebbero più interesse a risparmiare. Inoltre sarebbe minacciata anche

la libera scelta del medico e dell'ospedale. I pazienti e i consumatori non sarebbero più considerati come clienti interessanti da attirare, ma solo come «causa di costi».

### **E i costi non diminuirebbero?**

Al contrario. Oggi i costi amministrativi delle casse malati ammontano a soli cinque centesimi per ogni franco di premio. L'esperienza mostra che nel caso dell'assicurazione unica questi costi sono più alti. Ci vuole più concorrenza, non meno.

### **Che cosa può fare ognuno di noi?**

Occorre rafforzare il senso di responsabilità. Bisognerebbe che la gente considerasse di nuovo naturale condurre una vita sana. E non in seguito a divieti, bensì grazie alla trasparenza e a un'informazione tempestiva.

### **Intervista a cura di:**

**Christian Beusch**

**Responsabile della comunicazione aziendale**

### **«Per rigenerarsi ci vuole anche il piacere»**

«Il miglior modo per rigenerarmi? Curare le rose del mio giardino!», risponde Franziska Troesch-Schnyder alla nostra domanda su come si riposa dal lavoro. «E poi il movimento all'aria aperta, camminare, fare le scale anziché prendere l'ascensore, mangiar sano se pur con qualche piccolo peccato di gola». Dal 2004 Franziska Troesch-Schnyder è presidentessa dell'organizzazione dei consumatori «Konsumentenforum kf». Inoltre lavora a titolo onorifico per altre organizzazioni, per esempio come consigliera di fondazione della «Stiftung für angewandte Krebsforschung» (fondazione per la ricerca applicata sul cancro). Dal 1991 al 2003 è stata membro del parlamento cantonale di Zurigo.

### **Centro di competenze per il consumo**

Il «Konsumentenforum kf» è un'organizzazione svizzera dei consumatori indipendente e liberale e si è data il compito di centro di competenze per questioni inerenti al consumo. Rappresenta circa mezzo milione di membri e difende i loro interessi nei confronti della Confederazione, delle autorità, di partiti e di associazioni. L'obiettivo è l'incremento della libertà di decisione dei consumatori maggiorenni. kf pubblica schede informative con utili suggerimenti su questioni inerenti al consumo quotidiano. Offre consulenza gratuita per telefono o per mail ed organizza dibattiti su temi che riguardano la politica del consumo. Per informazioni dettagliate consultare [www.konsum.ch](http://www.konsum.ch).