

Concorso

Partecipare gratuitamente alla Corsa dell'Avvento?

Corsa dell'Avvento, un evento all'insegna dello sport prima di Natale. VisanaFORUM mette in palio 100 partecipazioni gratuite per la Corsa dell'Avvento del 24 novembre 2013 nel centro di Friburgo.

L'edizione dello scorso anno è stata un successo e il prossimo appuntamento è fissato per il 24 novembre 2013. Anche quest'anno la metà delle quote di partecipazione sarà devoluta a un'organizzazione di beneficenza. I partecipanti dai 14 anni pagano 20 franchi, i bambini fino a 13 anni partecipano gratuitamente.



La Corsa dell'Avvento di Friburgo offre percorsi adatti per tutti i partecipanti. Sostenete una buona causa e lasciate il segno prima della fine dell'anno. Per ulteriori informazioni potete visitare il sito www.coursedelavent.ch.

Per vincere una partecipazione gratuita per la Corsa dell'Avvento del 24 novembre 2013 a Friburgo inviateci il tagliando di partecipazione o partecipate all'estrazione su www.visana.ch.

Tagliando di partecipazione al concorso

Desidero partecipare gratuitamente alla corsa dell'Avvento a Friburgo.

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

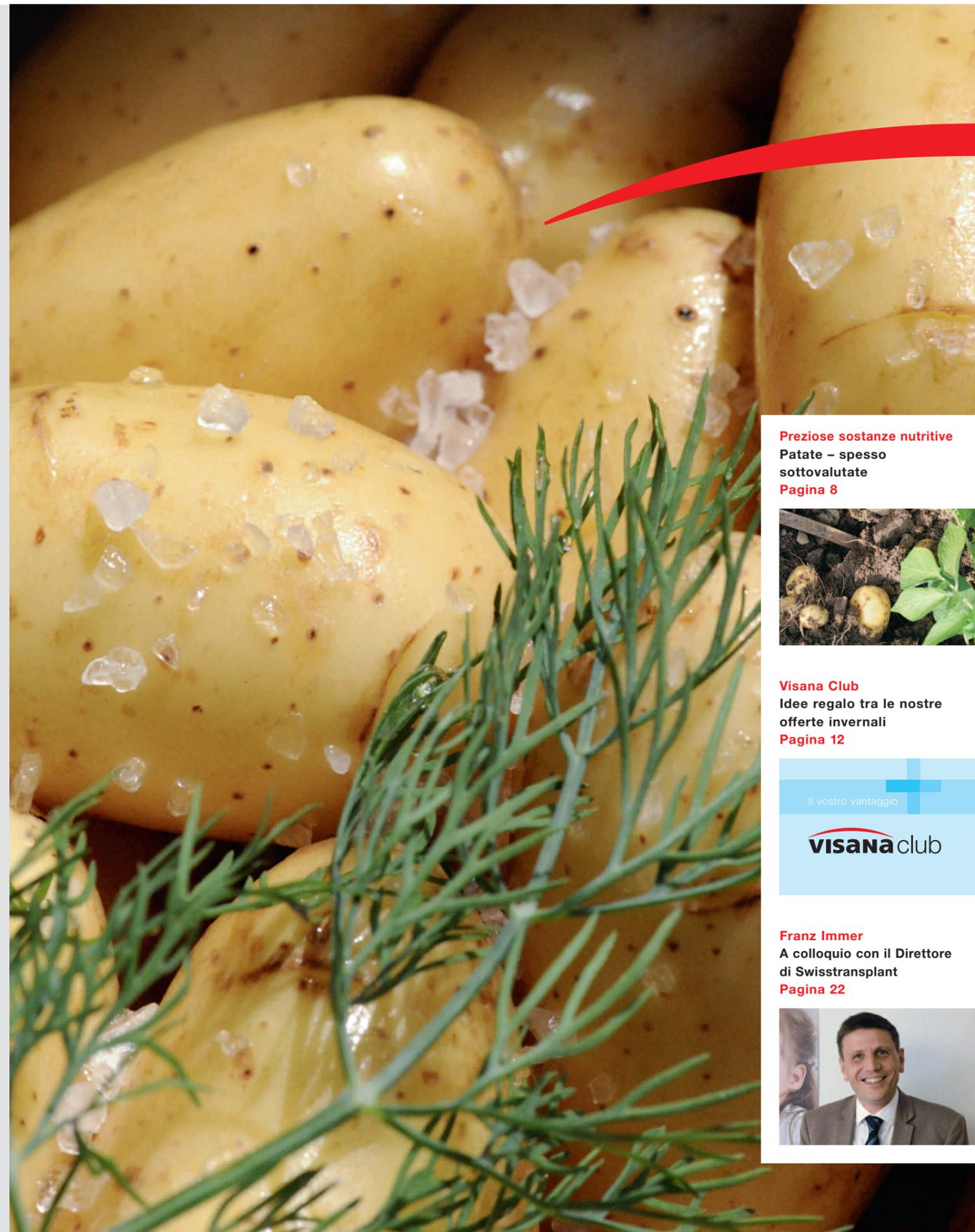
Via, n. _____

NPA, luogo _____

E-mail _____

Incollare il tagliando su una cartolina postale e inviarla entro il 9 novembre 2013 a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15.

Le vincitrici e i vincitori saranno informati direttamente entro il 12 novembre 2013. Sul concorso non si tiene alcuna corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali e non si corrispondono premi in contanti. Con la partecipazione si consente a Visana di utilizzare i dati indicati a scopo di marketing. L'autorizzazione all'utilizzo dei dati può essere revocata in ogni momento. Si può partecipare al concorso una sola volta.



Preziose sostanze nutritive
Patate – spesso sottovalutate
Pagina 8



Visana Club
Idee regalo tra le nostre offerte invernali
Pagina 12

Il vostro vantaggio

Franz Immer
A colloquio con il Direttore di Swisstransplant
Pagina 22



Sommario

- 3 Iniziativa per una cassa malati unica: sì o no?
- 5 Partecipare gratuitamente alla Corsa dell'Avvento
- 6 Più possibilità al sistema
- 8 Patate: ricche di sostanze nutritive, ma povere di calorie
- 10 Raccomandare Visana conviene
- 11 Riscuotete ora il vostro assegno Surprise
- 12 Visana club e le esclusive offerte invernali
- 14 Riduzione dei premi e prestazioni complementari
- 18 Notizie diverse
- 22 A colloquio con Franz Immer
- 24 100 partecipazioni gratuite per la Corsa dell'Avvento



Nota editoriale: «VisanaFORUM» è una pubblicazione del gruppo Visana. Visana, sana24 e vivacare appartengono al Gruppo Visana. «VisanaFORUM» esce quattro volte all'anno. Redazione: Stephan Fischer, Peter Rüegg. Indirizzo: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. Grafica: Natalie Fomasi, Elgg. Layout e foto: Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Zurigo. Stampa: Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. Internet: www.visana.ch

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

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

in Svizzera i tempi di attesa per un trapianto di organi come il cuore, i reni, il fegato e i polmoni si sono allungati, raggiungendo livelli record. Spesso il paziente in attesa di un donatore compatibile vive in ansia molto a lungo e se non si trova un donatore idoneo per tempo, muore.

Oggi, si perdono molte possibilità di donazione degli organi, perché spesso la volontà del morente non è nota. Solo una persona su dieci in Svizzera possiede una tessera che attesta la volontà di donazione degli organi. Avete mai pensato di diventare donatori anche voi? Se non avete mai affrontato questo argomento, vi invitiamo a leggere la nostra intervista a pagina 22 con il Dott. Franz Immer, Direttore di Swisstransplant, la Fondazione nazionale Svizzera per la donazione e il trapianto di organi.

È iniziata la campagna sull'iniziativa per «Una cassa malati pubblica». Non è ancora chiaro quando si procederà alla votazione. Tuttavia, i sostenitori e gli oppositori sono già molto attivi nell'ambito delle proprie campagne. Vi informiamo a pagina 3 circa il contenuto e l'orientamento di questa iniziativa e perché il Consiglio federale raccomanda di respingere l'iniziativa.

Anche Visana vi raccomanda di votare no, nel vostro interesse. Con una cassa malati unica viene, infatti, meno la libertà di scelta. Mantenendo il sistema attuale è possibile passare a un altro assicuratore, se non siete soddisfatti con quello attuale. Con l'istituzione di una cassa malati unica però sareste completamente dipendenti dallo stato. Fatevi una vostra personale idea.

Albrecht Rychen
Presidente del Consiglio
di Amministrazione

Urs Roth
Presidente della Direzione



Cassa malati unica: sì o no?

Libertà di scelta o monopolio di stato? A breve il popolo svizzero dovrà rispondere a questa domanda, quando sarà chiamato alle urne per decidere sull'iniziativa «Per una cassa malati pubblica». Ma prima ancora si chineranno sull'argomento i Consiglieri federali.



Quando l'iniziativa, presentata a febbraio 2011 dalle cerchie ambientaliste e di sinistra, sarà sottoposta a votazione non si sa, forse nell'autunno 2014, forse nella primavera 2015. Il Consiglio federale raccomanda di respingere l'iniziativa, Visana anche.

Oggetto dell'iniziativa

Secondo i promotori dell'iniziativa l'assicurazione di base deve essere gestita da un unico istituto nazionale di diritto pubblico. Gli organi dello stesso devono essere composti da rappresentanti della Confederazione, dei Cantoni, degli assicurati e dei fornitori di prestazioni (quindi ospedali, medici e farmacisti). L'istituto nazionale deve avere a disposizione agenzie cantonali o intercantionali. Queste sono incaricate della determinazione dei premi, della loro riscossione e della remunerazione delle prestazioni. I premi sono fissati per Cantone e calcolati in base ai costi dell'assicurazione sociale contro le malattie.

Consiglio federale: sì al sistema attuale, no all'iniziativa per una cassa malati unica

La posizione del Consiglio federale sulla cassa malati unica è chiara, infatti egli raccomanda di votare no e contemporaneamente, come riportato dal comunicato stampa pubblicato a

Informazioni su Internet

Informazioni più dettagliate sull'iniziativa di una cassa malati unica sono disponibili qui:

Visana

www.visana.ch > Visana > Politica sanitaria > Iniziativa popolare federale «Per una cassa malati pubblica»

I fautori dell'iniziativa

www.oeffentliche-krankenkasse.ch > www.ps-ticino.ch > Politica > Azioni > Cassa malati unica

Gli oppositori dell'iniziativa

www.santesuisse.ch > Politik > Dossiers > Einheitskasse aktuell
www.alliance-sante.ch
www.forumgesundheitschweiz.ch

febbraio di quest'anno, conferma la sua posizione a favore dell'attuale sistema. «Il Consiglio federale respinge l'iniziativa perché ritiene che la presenza di più assicuratori nel settore dell'assicurazione malattia offra chiari vantaggi rispetto a un modello monopolista. L'attuale sistema che si basa sul principio di concorrenza regolamentata funziona bene, quindi va mantenuto».

I tre principali argomenti contro l'iniziativa

1. La cassa malati unica scatena l'effetto placebo, perché non risolve alcun problema nell'ambito del settore sanitario.
2. Gli assicuratori malattia lavorano in modo più efficiente rispetto a una cassa malati unica statale.
3. L'istituzione di una cassa malati unica statale significa la fine della libertà di scelta per gli assicurati.

Argomenti contro una cassa malati unica...

L'economista della salute Konstantin Beck, presenta una raccolta divertente, ironica, densa di avvenimenti e leggermente polemica di 50 brevi racconti satirici e argomenti contro l'istituto statale monopolista. Il libro è il frutto di 20 anni di esperienza al servizio di un'assicurazione malattia come responsabile di matematica. Egli critica con pignoleria i messaggi lanciati dai fautori di una cassa malati unica. Il suo libro «Sackgasse Einheitskasse. Warum die Monopolisierung der Krankenversicherung in die Irre führt» è stato pubblicato da Orell Füssli in lingua tedesca. Altre edizioni in lingua francese e italiana sono attualmente in preparazione.

...e le polemiche

Anna Sax, economista ed ex collaboratrice del Partito socialista svizzero presenta uno studio

Il Consigliere federale Berset come «testimone»

I fautori dell'iniziativa per una cassa unica sostengono sempre che la loro proposta aiuti a contenere i costi nel nostro sistema sanitario. Gli oppositori dell'iniziativa contestano tale dichiarazione. Il 95 per cento delle spese è infatti da attribuire ai costi per le prestazioni obbligatorie. Mentre le spese amministrative degli assicuratori malattia rappresentano solo il 5 per cento delle loro uscite. Grazie al progresso nel campo della medicina e a una popolazione più longeva, si parte dal presupposto che i costi sanitari continueranno ad aumentare. Con il Consigliere federale Berset gli oppositori dell'iniziativa per una cassa malati unica hanno ora un cosiddetto testimone che difende la loro posizione. Nella trasmissione «10 vor 10» andata in onda a ottobre dell'anno scorso, il ministro della sanità ha rilasciato la seguente dichiarazione in un'intervista: «Il Consiglio federale ritiene che l'iniziativa non permetterà di ridurre le spese sanitarie. E in generale l'iniziativa non prevede l'adozione di misure volte a ridurre le spese nel sistema sanitario».

contenente 16 argomenti a favore dell'istituzione di una cassa malati unica, nel quale però manca una sezione dedicata a domande critiche e ai punti a sfavore dell'iniziativa; in compenso vi troviamo una serie di contraddizioni. Nello stesso studio ci si sofferma con particolare attenzione sulle lacune dell'attuale sistema riscontrate e riconosciute già tempo fa. Inoltre, Sax non fornisce vantaggi o privilegi che scaturirebbero per i pazienti con un istituto monopolista.

Quando si voterà sull'iniziativa popolare federale?

Non è chiaro quando l'iniziativa popolare sulla cassa malati unica sarà portata al voto. Da un lato questo dipende da quando il Consiglio federale sottoporrà al Parlamento il suo messaggio e dall'altro dalla velocità con la quale il Consiglio nazionale e degli Stati si pronunceranno sul progetto. È possibile che si vada a votare nelle seguenti domeniche: 28 settembre 2014, 30 novembre 2014 o 8 marzo 2015.

Christian Beusch
Responsabile Comunicazione aziendale

Partecipare gratuitamente alla Corsa dell'Avvento

La corsa di Friburgo per una buona causa. Il 24 novembre 2013 si terrà per la quinta volta la Corsa dell'Avvento. Come negli anni passati, la metà delle quote di partecipazione sarà devoluta a un'organizzazione di pubblica utilità.

Tra tre settimane il fischio di inizio darà il via alla Corsa dell'Avvento nel centro di Friburgo. Questa è la seconda edizione di fila che si svolge nella città sulla Saane dopo che le prime tre si sono tenute a Yverdon.

A favore di un'istituzione caritativa

La Corsa dell'Avvento si distingue da tutte le altre corse. Da una parte per il periodo in cui si svolge, e dall'altra perché i partecipanti sostengono un'organizzazione di pubblica utilità. La metà delle quote di partecipazione sono destinate, infatti, a un'organizzazione di beneficenza.

Nonostante il freddo, vale doppiamente la pena indossare le scarpe da corsa ancora una volta, sia per la forma fisica sia per una buona causa. Sta ai partecipanti scegliere se correre «solo» per divertimento o anche per ambizioni sportive. La Corsa dell'Avvento offre percorsi adatti a tutti.

I bambini fino a 13 anni partecipano gratuitamente

Perché non prendere parte alla Corsa dell'Avvento con tutta la famiglia? I bambini fino a 13 anni compresi non pagano la quota di partecipazione che per gli adulti ammonta a soli 20 franchi (di cui la metà viene devoluta a un'istituzione di pubblica utilità). Visana spera di motivare il maggior numero possibile di famiglie a partecipare a questo evento. Per ulteriori informazioni consultate la seguente pagina internet www.coursedelavent.ch.

Stephan Fischer
Comunicazione aziendale



In palio 100 partecipazioni gratuite

Con un po' di fortuna potete vincere una delle 100 partecipazioni gratuite in palio per la Corsa dell'Avvento del 24 novembre 2013 a Friburgo. Partecipate al nostro concorso a pagina 24. Tentar non nuoce!



Più possibilità al sistema

A colloquio con Urs Härdi. Praticamente tutti i processi operativi dipendono dal software centrale dell'azienda, pertanto ogni cambiamento dev'essere pianificato e realizzato con cura. Urs Härdi è un coordinatore tecnico a capo di un team di quattro persone e il suo compito consiste nel monitoraggio di tali cambiamenti.

Urs Härdi si dedica al suo lavoro con spirito di servizio. «Sono cresciuto nell'ambiente della ristorazione» racconta. A Kerzers i suoi genitori gestivano, infatti, una sala da tè e a 16 anni ha deciso di fare una formazione come cameriere, un lavoro che ha portato avanti per 13 anni e

che ancora oggi gli piace e di tanto in tanto svolge con orgoglio quando c'è qualche festa. Il cameriere è in grado di capire i desideri del cliente e sa come assecondarlo.

L'anello di congiunzione tra sistema e consulenti

Urs Härdi lavora presso Visana nell'ambito Clienti aziendali da 13 anni. Molti non sanno che oltre ai clienti privati, Visana annovera tra i suoi clienti anche 16'700 aziende, istituzioni e associazioni in Svizzera. Urs Härdi è coordi-

natore tecnico e si potrebbe dire che opera come anello di congiunzione. Da una parte ci sono i consulenti aziendali che offrono al cliente assicurazioni contro la perdita di salario, malattia o infortuni e altre prestazioni. Dall'altra c'è una macchina che Urs Härdi chiama «sistema».

Trascrivere in formato digitale

Il sistema è una famiglia composta da diversi prodotti di software, che gestisce i processi operativi all'interno di Visana. In tal senso si parla di sistema ERP (Enterprise Resource Planning-System). Visana si avvale di una piattaforma che in Svizzera può essere considerata quasi una soluzione settoriale. Nell'ambito di questo sistema i dati vengono gestiti da un sistema centrale.

Affinché il sistema capisca quali siano gli accordi scritti o verbali tra i consulenti Visana e i clienti, è innanzitutto necessario trascrivere tutti i dati in formato digitale. Dopodiché questo sistema sarà in grado di calcolare i prezzi, allestire le offerte, le polizze o le fatture dei premi, come anche di detrarre gli sconti, inviare i solleciti o versare su un conto l'indennità di malattia giornaliera per un determinato periodo di tempo.

Che effetto hanno i cambiamenti?

Inizialmente ogni sistema ERP è in grado di gestire solo i casi più comuni. Per tutti i casi speciali o le eccezioni, ad esempio quando un cantone applica regole individuali nell'ambito delle prestazioni di maternità, è necessario adeguare il sistema. Ed è qui che entra in scena Urs Härdi: «lo faccio in modo che il sistema registri ciò che abbiamo offerto o venduto ai nostri clienti».

In genere i committenti inviano a Urs Härdi la loro richiesta di modifica. Un esempio: unitamente al premio, Visana deve riscuotere dai suoi clienti una tassa che successivamente va versata alla Confederazione. La Confederazione decide di abbassare tale tassa, quindi è necessario ricalcolare i premi di tutti i clienti. Urs Härdi passa al vaglio diverse soluzioni e fa una stima dell'onere per la messa in atto delle varie varianti, tenendo anche conto dei sistemi subalterni; il sistema principale «comunica» per così dire con diversi altri prodotti della famiglia del software e da ciò ne valuta il rischio di errori. «Prima di girare una vite devo pensarci bene. Perché anche una modifica di poco conto può avere effetti importanti sul funzionamento degli altri software», racconta.

Verbale o scritto

Prima che gli addetti alla definizione dei parametri interni di Visana, specialisti informatici che regolano le funzioni del sistema principale, si mettano all'opera, si incontrano con Urs Härdi per un colloquio. È necessario definire i

Strategia, precisione, impegno



Urs Härdi (45) ama il genere heavy metal e a volte indossa magliette scure della scena metal. È una persona molto impegnata: come presidente della «Kommit», la commissione dei collaboratori di Visana,

rappresenta i 1200 colleghi nei confronti della Direzione. Inoltre, è presidente del circolo di scacchi Köniz Bubenbergr che nel 2014 festeggerà i suoi 50 anni. Secondo Urs Härdi, giocare a scacchi aiuta a mantenere la mente giovane. Invece per rimanere in forma anche fisicamente si allena con i suoi compagni di Uni hockey tre volte la settimana. Se il portiere si distrae per un attimo, Urs Härdi ne approfitta per fare gol.

parametri di sistema per ottenere un output affidabile. «La comunicazione verbale è più efficiente di quella scritta», dichiara convinto «perché si creano meno malintesi e si ha un contatto più diretto».

Dopo che gli addetti alla definizione dei parametri hanno trovato una soluzione, questa viene testata. I committenti simulano tutti gli scenari possibili per rilevare e risolvere eventuali errori. Dopodiché la soluzione passa alla fase operativa e i clienti interessati vengono informati. Se le soluzioni messe in atto funzionano perfettamente nel sistema operativo e nessuno si accorge del cambiamento significa che Urs Härdi ha fatto bene il suo lavoro.

Peter Rüegg

Comunicazione aziendale



Patate – spesso sottovalutate

Un alimento ricco di sostanze nutritive, ma povero di calorie. La leggenda secondo cui le patate facciano ingrassare è da sfatare. Si assumono troppe calorie solo se si aggiungono grassi. Oltre a patatine fritte, chips o rösti ci sono anche altre ricette per preparare le patate in modo sano e leggero. Inoltre, l'amato tubero ha anche successo come rimedio casalingo.

Le patate hanno un posto fisso nella nostra alimentazione e non a caso sono tra gli alimenti più importanti a livello mondiale per quanto riguarda gli alimenti di base. Anche i loro valori nutritivi sono notevoli. Le patate sono com-

poste all'80 per cento di acqua, contengono carboidrati, proteine, preziosi minerali, microelementi, fibre e vitamine.

Solanaceae con radici indiane

La patata è originaria delle Ande sudamericane dove veniva coltivata già da centinaia di anni dalle popolazioni indigene prima di essere introdotta in Europa. Tuttavia, non si sa esattamente quando ciò sia avvenuto. Si sa solo che verso la metà del XVI secolo la patata ha raggiunto la Spagna.

Nel corso del tempo questo tubero è diventato l'alimento principale quasi a livello mondiale, ad eccezione dei paesi asiatici in cui prevale il consumo di riso e in Italia, il paese della pasta. Le nuove coltivazioni sono state adattate e costruite in base alle attuali condizioni ambientali. Sono nate così diverse varietà che portano nomi bizzarri come Agria, Aman-dine, Desirée, Nicola o Urgenta.

Saziano eppure povere di calorie

Grazie all'elevato contenuto di acqua e a un basso numero di calorie (70 chilocalorie per 100 grammi), le patate sono un alimento ricco di importanti sostanze nutritive. E sono anche buone. Le fibre saziano e stimolano l'attività intestinale e la digestione. Nella stagione fredda, le patate, chiamate anche «il limone del nord» sono ottime riserve di vitamina C che aiuta a rafforzare il sistema immunitario.

Contengono anche preziosi sali minerali come il potassio che abbassa la pressione sanguigna e ha un effetto diuretico. Non è un caso che ci siano molte diete a base di patate per la perdita del peso, per la regolarizzazione dell'intestino in caso di disturbi e per combattere l'acidità. Le patate sono inoltre utilizzate anche come rimedio casalingo contro la tosse (vedi riquadro).

Buone anche senza l'aggiunta di grassi

Non c'è nulla di male a concedersi ogni tanto dei rösti ben dorati o delle croccanti patatine fritte. Tuttavia, le patate arrostiti in una pentola antiaderente con alcune gocce d'olio è un'alternativa migliore. Grazie alle diverse modalità di preparazione è possibile portare in tavola piatti gustosi e sani.

Le patate sono saporite anche senza l'aggiunta di grassi. Affinché il piatto riesca, è spesso determinante la giusta scelta della varietà (patate resistenti alla cottura, mediamente resistenti alla cottura e farinose). Per mantenere le proprietà nutritive, le patate dovrebbero essere cotte con la buccia in poca acqua oppure al vapore. Per aromatizzarle le erbe fresche come l'erba



Prima che la patata diventasse un alimento conosciuto in Europa, le solanaceae e i loro fiori devono aver ornato molti giardini.

Rimedi casalinghi efficaci

Gli impacchi caldi di patate sono un efficace ed economico rimedio casalingo contro la tosse e per sciogliere il catarro. Ecco come fare: per l'impacco ci vogliono circa cinque patate di media grandezza con la buccia, un panno da cucina e un asciugamano. Preparazione: lavare le patate, tagliarle a grandi pezzi e cuocerle in un po' d'acqua. Scolare l'acqua, mettere le patate subito sul panno da cucina, schiacciarle e avvolgerle nel panno e nell'asciugamano. Per evitare ustioni, si raccomanda di non appoggiare un impacco troppo caldo sul petto. Coprirsi con una coperta e togliere l'impacco solo quando non rilascia più calore.

cipollina, l'aneto o il rosmarino sono particolarmente adatte. Uno dei piatti più semplici, ma al contempo molto saporito, sono le patate lesse con la buccia, i cosiddetti «Gschwelli», da accompagnare con del formaggio fresco alle erbe, quark o panna acida e radicchio.

Anna Schaller
Pubblicista

Raccomandare Visana conviene

La vostra raccomandazione è importante per noi. Convincete i vostri amici e conoscenti della nostra offerta e beneficiate insieme del premio di 200 franchi, 100 franchi per voi e 100 franchi per il nuovo assicurato. È facilissimo.

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 persona assicurata (a partire da 18 anni) riceve 100 franchi se stipula l'assicu-

razione obbligatoria di base assieme all'assicurazione complementare Basic oppure l'assicurazione complementare Ospedale in combinazione con un'altra assicurazione complementare (per es. Complementare o Ambulatoriale).

È facilissimo!

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

Tutto è ancora più facile se scegliete l'opzione online: www.visana.ch/raccomandazione. Sul sito internet troverete anche le condizioni per la raccomandazione. In caso di domande contattate la vostra agenzia Visana, sarà lieta di aiutarvi.

Franziska Lehmann
Marketing Clienti privati

Tagliando 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 _____

Ritagliare il tagliando e inviarlo a Visana Services SA, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15 oppure seguire la procedura online al sito www.visana.ch.



Controllare regolarmente la pressione sanguigna

Riscuotete ora il vostro assegno Wellness Surprise. La misurazione della pressione sanguigna non è dolorosa, si effettua velocemente e in determinate circostanze può salvare la vita. Grazie all'assegno Wellness Surprise potete acquistare un apparecchio di qualità a un prezzo conveniente.

Riscuotete il vostro assegno Wellness Surprise che trovate nella rivista «VisanaFORUM» 3/2012. Potete richiedere l'assegno anche presso la vostra agenzia o scaricarlo da internet al sito www.visana.ch > Servizio > Rivista della salute VisanaFORUM.

Apparecchio per la misurazione della pressione sanguigna Microlife A100 per 114 franchi anziché 179 (65 franchi di sconto*)



Grazie a Microlife A100 potete misurare la pressione sanguigna e il battito cardiaco in modo comodo e veloce. L'apparecchio è testato clinicamente e di facile utilizzo. Altre caratteristiche:

- riconosce i disturbi del ritmo cardiaco
- dispone di 30 posizioni di memoria
- presenta un display grande e ben leggibile
- il bracciale si gonfia e sgonfia automaticamente
- misurazione oscillometrica
- alimentazione a batterie o tramite collegamento alla corrente elettrica (trasformatore opzionale ottenibile per 25 franchi)
- bracciale con rivestimento lavabile e astuccio per il trasporto
- 5 anni di garanzia

Le «regole del gioco» per l'assegno Wellness Surprise

Tutti gli assicurati con le assicurazioni complementari Ambulatoriale, Basic o Managed Care Ambulatoriale hanno diritto all'assegno Wellness Surprise. Ogni persona può riscuotere solo un assegno. L'assegno può essere riscosso solo da assicurati il cui rapporto d'assicurazione



con Visana non è disdetto al momento dell'invio. L'offerta è valida fino al 31 gennaio 2014.

Tagliando d'ordinazione

Apparecchio per la misurazione della pressione sanguigna Microlife A100 per 114 franchi (65 franchi di sconto*) Apparecchio di facile utilizzo con scomparto per il bracciale, custodia e possibilità di allacciamento alla corrente elettrica. Cinque anni di garanzia. Il prezzo include l'IVA e i costi di spedizione.

Trasformatore, opzionale, per soli 25 franchi

*Doppio sconto: 25 franchi assegno Wellness Surprise e 40 franchi sconto Visana.

Signora Signor

Cognome _____
Nome _____
Via, n. _____
NPA, luogo _____
Telefono _____
Data, Firma _____

Inviare il tagliando entro il 31 gennaio 2014 a: Motio AG, Casella postale 304, 3250 Lyss. Allegate il vostro assegno Wellness Surprise 2013 che trovate nella rivista «VisanaFORUM» 3/2012. Per maggiori informazioni telefonare allo 031 357 60 15, inviare un'e-mail a info@motio.ch oppure consultare il sito internet www.motio.ch.

Regali, regali, regali...

Tempo di feste, tempo di regali. Con Visana Club trovate sicuramente il regalo giusto per i vostri cari.

visana club

Visana Club: più vantaggi per voi. In quanto clienti Visana siete iscritti automaticamente e gratuitamente a Visana Club e potete beneficiare illimitatamente delle vantaggiose offerte dei nostri partner. Per Visana Club, Visana non impiega neanche un centesimo dei premi incassati. Per maggiori informazioni visitate il sito www.visana-club.ch

Stöckli – divertimento sulla neve assicurato

Sport sulla neve, ma in sicurezza! Stöckli Outdoor Sports offre in ogni filiale una vasta gamma di caschi da sci o snowboard delle marche più rinomate, come ad esempio Giro, Smith, Poc o Alpina. Troverete sicuramente il casco che fa per voi, sicuro e alla moda. **Solo da Stöckli Outdoor Sports beneficate del 25 percento di sconto su tutto l'assortimento dei caschi per gli sport sulla neve. In aggiunta beneficate anche del bonus Stöckli del 5 percento.**

È possibile acquistare i caschi per sport invernali in ciascuna delle 15 filiali Stöckli mostrando il tagliando per lo sconto (un casco per ciascun assicurato). Si prega di esibire la tessera di assicurato. L'offerta è valida fino al 31 dicembre 2013 o fino a esaurimento scorte e non è cumulabile con altri sconti e promozioni. Per maggiori informazioni consultate il sito www.visana-club.ch. Per informazioni sui prodotti rivolgetevi alla filiale Stöckli più vicina a casa vostra www.stoekli.ch/standorte, oppure tramite e-mail: info@stoekli.ch.

25% di sconto di 1 casco per sport invernali presso Stöckli Outdoor Sports

Ritagliare il tagliando e mostrarlo in una delle 15 filiali Stöckli assieme alla vostra tessera d'assicurato. L'offerta è valida fino al 31 dicembre 2013 o fino a esaurimento scorte.

STÖCKLI
outdoor sports



7613144555416

1001 idee fantastiche da tutto il mondo: adesso è possibile con Praktikus

Da oltre 50 anni, Praktikus offre prodotti esclusivi e di qualità provenienti da tutto il mondo. Beneficiate anche voi di una scelta unica di novità e innovazioni. **Rendete indimenticabile il Natale 2013 dei vostri cari e usufruite dell'eccezionale promozione: 20 percento di sconto su tutto l'assortimento.**

Immergetevi in un mondo di idee sul sito www.praktikus.ch e lasciatevi ispirare. Ecco come procedere: per gli ordini online, nella panoramica degli ordini (Bestellübersicht) che troverete nel campo «Dringende Bemerkungen», inserite il codice VISANA. Lo sconto non viene visualizzato nell'ordine, ma viene comunque detratto. Potete anche ordinare il catalogo e fare il vostro ordine tramite il tagliando di ordinazione su cui inserire il codice VISANA e vi sarà detratto il 20 percento di sconto dalla fattura. Non è necessario effettuare un'ordinazione minima. L'offerta è valida fino al 15 dicembre 2013. Per maggiori informazioni consultate il sito www.visana-club.ch o rivolgetevi direttamente a Praktikus Versand AG, Laubisrütistrasse 72, 8712 Stäfa, telefono (anche per richiedere il catalogo): 044 927 27 27, fax: 044 927 27 57, e-mail: info@praktikus.ch.



Visitate regolarmente
Visana Club al sito
www.visana-club.ch

Läckerli Huus – feste all'insegna della dolcezza

In esclusiva per i membri di Visana Club, Läckerli Huus offre una vasta scelta di squisite specialità. **La preziosa scatola di latta «Tannenwald» contiene 1240 grammi di leccornie al prezzo speciale di CHF 59.90 (incl. spese di spedizione) anziché CHF 73.90.** L'offerta può essere acquistata solo tramite il tagliando di ordinazione. L'offerta è valida fino al 15 dicembre 2013 o fino a esaurimento scorte (offerta limitata).



Tagliando d'ordinazione

Desidero ordinare pezzi dell'offerta esclusiva di Läckerli Huus. N. art.: 16674

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Assicurato n. _____

Telefono _____

Compilare il tagliando e inviare per posta, fax o e-mail a Läckerli Huus AG, Visana Spezialangebot, Teichweg 9, 4142 Münchenstein; fax 061 264 23 24; e-mail: info@laeckerli-huus.ch. Le ordinazioni online o l'acquisto diretto nel negozio non sono possibili. Spedizione solo in CH e FL.

Riduzione dei premi: un aiuto concreto

Un sostegno in caso di situazioni economiche modeste. Se disponete di mezzi finanziari limitati avete il diritto a una riduzione dei premi dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS). Per ottenere questi vantaggi bisogna soddisfare le condizioni del vostro Cantone di residenza.

Le persone assicurate che vivono in condizioni economiche modeste hanno diritto alla riduzione dei premi. Dal 2014, i Cantoni versano di norma alle casse malati la riduzione dei premi e l'importo forfetario concesso dai Cantoni ai beneficiari di prestazioni complementari AVS per l'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie. Le casse malati detraggono quindi i contributi sulla fattura dei premi. Visto che ciò non è ancora stato confer-

mato da tutti i Cantoni, restano riservate le deroghe alle direttive. Le condizioni per beneficiare di una riduzione dei premi AOMS sono regolate a livello cantonale, così come l'importo e la modalità di versamento. La riduzione dei premi può costituire un importante contributo per lo sgravio del bilancio familiare. La panoramica indica a chi dovete rivolgervi nel vostro Cantone per far valere il diritto alla riduzione dei premi.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione dei premi (RP)?	Termine di domanda per la RP 2014	Disbrigo
AG Ufficio comunale dell'Istituto delle assicurazioni sociali del comune di domicilio (definizione precedente: Ufficio comunale AVS) Per ulteriori informazioni: www.sva-ag.ch/dienstleistungen/individuelle-praemienverbilligung/	Gli assicurati possono far valere il loro diritto alla riduzione dei premi 2014 inviando un formulario di domanda al loro Comune di domicilio.	31 maggio 2013 per il 2014 (il termine è già estinto).	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
AI Gesundheitsamt Hoferbad 2 9050 Appenzell 071 788 94 52 www.akai.ch/dynamic/page.asp?seiid=27	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto.	nessuno	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
AR Ausgleichskasse Appenzell A.Rh. Kasernenstrasse 4 9102 Herisau 2 071 354 51 51 www.ahv-iv-ar.ch/site/index.cfm?id_art=5052&actMenuID=2985&vsprache/de	Di regola, il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto o può essere richiesto all'ufficio AVS del Comune.	31 marzo 2014 presso l'ufficio AVS del Comune di domicilio al 1° gennaio 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
BE Amt für Sozialversicherungen Abt. Prämienverbilligung Forelstrasse 1 3072 Ostermündigen 0844 800 884 (Hotline) www.igk.be.ch/igk/de/index/praemienverbilligung/praemienverbilligung.html	Normalmente, il diritto alla riduzione dei premi viene verificato automaticamente sulla base dei dati delle imposte. Le persone aventi diritto vengono informate per iscritto dall'ufficio «Amt für Sozialversicherung und Stiftungsaufsicht des Kantons Bern (ASV)».	La domanda è inoltrabile in ogni momento, tuttavia solo per l'anno civile in corso.	Le riduzioni dei premi continuano, senza interruzione, ad essere dedotte dal premio anche nel nuovo anno se persiste il diritto. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione dei premi (RP)?	Termine di domanda per la RP 2014	Disbrigo
BL Ausgleichskasse Basel-Landschaft Abt. Prämienverbilligung Hauptstrasse 109 4102 Binningen 061 425 24 00 www.sva-bl.ch/de/leistung.aspx?page=H0000&pic=praemienverbilligung&zeile=8&spalte=0	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Il formulario deve essere solo completato, firmato e rinviato.	31 dicembre 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
BS Amt für Sozialbeiträge Basel Grenzachstrasse 62 4058 Basel 061 267 87 11 www.asb.bs.ch/leistungen/praemienverbilligung.htm	Gli assicurati devono sottoporre una domanda di riduzione dei premi all'ufficio «Amt für Sozialbeiträge». Vengono determinati d'ufficio soltanto i beneficiari delle prestazioni complementari.	La domanda può essere inoltrata in qualsiasi momento. La riduzione dei premi viene accordata dal mese successivo alla presentazione della proposta.	Le riduzioni dei premi continuano, senza interruzione, a essere dedotte dal premio anche nel nuovo anno se persiste il diritto. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
FR Kantonale AHV-Ausgleichskasse Impasse de la Colline 1 1762 Givisiez 026 305 52 52 www.caisseavsfr.ch/de/que-faisons-nous.asp/0-0-921-0-0-0/1-6-884-4-1-0-0/	Gli assicurati che hanno già ottenuto la riduzione dei premi nel 2013, vengono determinati automaticamente d'ufficio e continuano a ricevere i contributi. Tutti gli altri devono inviare il formulario di domanda entro il 31 agosto 2014 alla cassa di compensazione AVS.	31 agosto 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
GE Service de l'assurance maladie Rte de Frontenex 62 1207 Genève 022 546 19 00 www.ge.ch/assurances/maladie/subsides-assurance-maladie-2013.asp	Di regola, il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto. Chi è assoggettato alle imposte alla fonte e chi ha un'età compresa fra i 18 e i 25 anni deve richiedere per iscritto il formulario di domanda. Tutti gli altri interessati possono richiederlo presso l'ufficio competente.	Al momento della chiusura di redazione il termine di domanda non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
GL Kantonale Steuerverwaltung Fachstelle Prämienverbilligung Hauptstrasse 11/17 8750 Glarus 055 646 61 50 www.gl.ch/xml_1/internet/de/application/d1256/d31/d298/f728.cfm	Di regola, il formulario di domanda viene inviato a tutte le economie domestiche presenti nel Cantone. Il formulario di richiesta deve essere compilato entro i termini e inoltrato insieme alle attuali polizze assicurative dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie all'ufficio competente delle RIP dell'amministrazione cantonale delle contribuzioni.	31 gennaio 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo la ricezione della rispettiva notifica di decisione formale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. I primi mesi vengono accreditati a posteriori.
GR Sozialversicherungsanstalt des Kantons Graubünden Ottostrasse 24 Postfach 7001 Chur 081 257 42 10 www.sva.gr.ch/index.php?idcat=8	Dopo la modifica di procedimento, i moduli per la richiesta non vengono più inviati automaticamente. Essi possono essere ritirati presso l'Istituto delle assicurazioni sociali del Cantone dei Grigioni oppure online nei vari Comuni.	31 dicembre 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
JU Caisse de compensation du Canton du Jura Rue Bel-Air 3 Case postale 368 2350 Saignelégier 032 952 11 11 www.caisseavs.jura.ch/fr/que-faisons-nous.asp/0-0-913-0-0-0/1-6-349-4-1-0-0/	Normalmente, il diritto alla riduzione dei premi viene verificato automaticamente sulla base dei dati delle imposte e gli interessati vengono informati per iscritto. In caso di bisogno, il formulario di domanda può essere richiesto presso l'ufficio competente.	Al momento della chiusura di redazione il termine di domanda non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. I primi mesi vengono accreditati a posteriori.
LU Ausgleichskasse Luzern Würzenbachstrasse 8 Postfach 6000 Luzern 15 041 375 05 05 www.ahvluzern.ch/site/index.cfm?id_art=24810&actMenuID=13995&vsprache/de/Ausgleichskasse_Luzern_IPV.cfm	Gli assicurati che avevano diritto a ricevere la riduzione dei premi già nel 2013, ricevono automaticamente il formulario di domanda da inoltrare alla cassa di compensazione. Le altre persone devono fare domanda presso la cassa di compensazione.	31 ottobre 2013 (il termine è già estinto). In caso di presentazione in ritardo della richiesta nell'anno di diritto, il diritto alla riduzione dei premi sussiste a partire dal mese successivo.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
NE Office cantonal de l'assurance-maladie (OCAM) Espace de l'Europe 2 Case postale 716 2002 Neuchâtel 032 889 66 30 www.ne.ch/neat/site/jsp/rubrique/rubrique.jsp?StyleType=bleu&CatId=1443	Normalmente, il diritto alla riduzione dei premi viene verificato automaticamente sulla base dei dati delle imposte e gli interessati vengono informati per iscritto. In caso di bisogno, il formulario di domanda può essere richiesto presso l'ufficio competente.	Al momento della chiusura di redazione il termine di domanda non era ancora noto.	Nell'anno nuovo le riduzioni dei premi concessi vengono dedotte dal premio senza interruzione, ovvero fino all'ottenimento di una nuova decisione. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
NW Steuerverwaltung der Wohngemeinde Per ulteriori informazioni: www.nw.ch/de/online/main/dienstleistungen/?dienst_id=2190	Normalmente, il diritto alla riduzione dei premi viene verificato automaticamente sulla base dei dati delle imposte e gli interessati vengono informati per iscritto. In caso di bisogno, il formulario di domanda può essere richiesto presso l'ufficio competente.	30 aprile 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione dei premi (RP)?	Termine di domanda per la RP 2014	Disbrigo
OW Gesundheitsamt Obwalden St. Antonistrasse 4 Postfach 1243 6061 Sarnen 041 666 63 05 www.ow.ch/de/verwaltung/aemter/?amt_id=976	Gli assicurati devono sottoporre una domanda di riduzione dei premi all'ufficio Gesundheitsamt Obwalden. Vengono determinati d'ufficio soltanto i beneficiari delle prestazioni complementari.	31 maggio 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
SG Sozialversicherungsanstalt des Kantons St. Gallen Brauerstrasse 54 9016 St. Gallen 071 282 66 33 www.sg.ch/home/gesundheitspraemienverbilligung.html Oder die AHV-Zweigstelle der Wohngemeinde, welche auch für Fragen zuständig ist.	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Essi ricevono automaticamente nel corso del mese di gennaio un certificato di autorizzazione sotto forma di modulo d'iscrizione da completare e inviare al Sozialversicherungsanstalt del Cantone di San Gallo. Chi non ha ricevuto il formulario entro fine gennaio e pensa di aver diritto alla riduzione, può stampare domanda da internet e inviarla all'ufficio AVS del proprio Comune.	31 marzo 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
SH Sozialversicherungsamt Schaffhausen (SVA) Oberstadt 9 8200 Schaffhausen 052 632 61 11 www.svash.ch/site/index.cfm?id_art=11390&actMenuitemID=6602&vsprache/de	Per richiedere i formulari o in caso di domande rivolgersi al Sozialversicherungsamt Schaffhausen (SVA) competente per la riduzione dei premi.	Al momento della chiusura di redazione il termine di domanda non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
SO Ausgleichskasse des Kantons Solothurn Postfach 116 4501 Solothurn 032 686 22 09 www.akso.ch/index.php?id=26&L=0	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Queste persone ricevono un formulario di domanda, che devono completare e rinviare alla Cassa di compensazione entro 30 giorni.	31 luglio 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
SZ Ausgleichskasse Schwyz Rubiswilstrasse 8 Postfach 53 6431 Schwyz 041 819 04 25 www.aksz.ch/dynamic/page.asp?seid=27 Für Fragen wenden Sie sich bitte an die AHV-Zweigstelle Ihrer Wohngemeinde.	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Coloro che non ricevono il formulario di domanda, possono richiederlo all'ufficio AVS del proprio Comune e riconsegnarlo compilato.	30 settembre 2013 (il termine è già estinto)	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
TG Comune di domicilio Per ulteriori informazioni: www.gesundheitsamt.tg.ch/xml_61/internet/de/application/d13291/f13292.cfm	In linea di principio, gli aventi diritto sono determinati d'ufficio. Queste persone ricevono un formulario di domanda che devono compilare e rinviare entro 30 giorni al Comune di domicilio. Chi non lo riceve può fare domanda al proprio Comune di domicilio.	31 dicembre 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
TI Istituto delle assicurazioni sociali Servizio Sussidi assicurazione malattia Via C. Ghiringhelli 15a 6501 Bellinzona 091 821 93 11 www3.ti.ch/DSS/sw/struttura/dss/ias/AssicurazioneobbligatoriaLAMA1_04.htm	Gli assicurati che hanno già percepito la riduzione dei premi nel 2013 ricevono automaticamente un formulario di domanda, che devono rinviare dopo averlo firmato. Tutte le altre persone possono richiedere il formulario presso il loro comune di domicilio.	31 dicembre 2013 In caso di rinvio tardivo del formulario, può essere presentata una domanda individuale. In questo caso, la riduzione di premio viene concessa dal momento della convalida, sempre che sussista il diritto.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
UR Amt für Gesundheit Klausenstrasse 4 6460 Altdorf 041 875 22 42 www.ur.ch/de/verwaltung/dienstleistungen/?dienst_id=3519	Normalmente, il diritto alla riduzione dei premi viene verificato automaticamente sulla base dei dati delle imposte e gli interessati vengono informati per iscritto. In caso di bisogno, il formulario di domanda può essere richiesto presso l'ufficio competente.	30 aprile 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
VD Office vaudois de l'assurance-maladie (OVAM) Ch. de Mornex 40 1014 Lausanne 021 557 47 47 www.caisseavsvalud.ch/fr/autres-branches.asp/0-0-12-0-0-0/1-6-349-4-1-0-0/	Chi non ha ancora percepito RIP deve compilare un formulario presso il comune. Gli aventi diritto ricevono automaticamente la relativa decisione. La riduzione dei premi viene dedotta a partire dalla data d'invio del formulario di richiesta.	La domanda è inoltrabile in ogni momento, ma solo per l'anno civile in corso. La riduzione dei premi è concessa dal momento della convalida.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione dei premi (RP)?	Termine di domanda per la RP 2014	Disbrigo
VS Ausgleichskasse des Kantons Wallis Av. Pratifiori 22 1950 Sion 027 324 92 92 www.avs-vs.ch/siteAVS/Allemand/reduction_cm_legislation_r.jsp	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Se non avete ancora ricevuto alcuna notifica, siete pregati di contattare la cassa di compensazione.	31 dicembre 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
ZG Comune di domicilio Per ulteriori informazioni: www.zg.ch/behoerden/gesundheitsdirektion/direktionssekretariat/praemienverbilligung/?searchterm=None	Gli assicurati con reddito basso vengono contattati d'ufficio. Il formulario ricevuto va inoltrato al Comune di domicilio. Coloro che pensano di avere diritto alla RIP possono compilare il formulario presso il comune di domicilio.	30 aprile 2014	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale (con effetto retroattivo alla data in cui è insorto il diritto). La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.
ZH Sozialversicherungsanstalt des Kantons Zürich Röntgenstrasse 17 8087 Zürich 044 448 53 75 (Hotline) www.svazurich.ch/internet/de/home/produkte/praemienverbilligung.html	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Tutti gli assicurati ricevono un formulario di domanda personale per richiedere le RIP e da inoltrare all'assicuratore malattia. Se non avete ancora ricevuto alcun formulario, siete pregati di contattare il vostro Comune di domicilio.	Se la domanda non viene firmata e rinviata al Sozialversicherungsanstalt (SVA) entro 2 mesi dalla ricezione, il diritto alla RIP decade.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione.

Prestazioni complementari

Se la vostra AVS o AI e gli altri redditi non bastano a coprire il minimo fabbisogno vitale, potete richiedere a determinate condizioni una prestazione complementare.

Le prestazioni complementari (PC) all'AVS e all'AI sono di aiuto quando le rendite e gli altri vostri redditi o il patrimonio non riescono a coprire il minimo fabbisogno vitale.

Prestazioni e rimborso delle spese

Le prestazioni complementari vengono erogate dai Cantoni. Esse sono composte da prestazioni in denaro e riduzione delle spese di malattia e d'invalidità.

Le spese di malattia e d'invalidità vengono rimborsate separatamente se non sono già coperte da un'assicurazione. Vengono rimborsati, a determinate condizioni, ad esempio, l'aliquota percentuale e la franchigia dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie, le cure dentarie, l'aiuto domestico, le spese di trasporto e le cure prescritte dal medico.

Presentare richiesta

Se volete far valere il vostro diritto a ricevere le prestazioni complementari, rivolgetevi all'ufficio competente dove potete anche ritirare il modulo per la richiesta. Gli uffici Prestazioni Complementari dei Cantoni e dei Comuni sono a disposizione per fornire maggiori informazioni. Rivolgetevi alla vostra cassa di compensazione cantonale o all'ufficio AVS del vostro Comune di domicilio che vi forniranno l'opuscolo informativo con ulteriori indicazioni e con esempi concreti di calcolo. Potete trovarlo anche in internet al seguente indirizzo www.avs-ai.info. Per verificare se avete diritto alle prestazioni complementari, potete fare un calcolo sul sito internet di Pro Senectute: www.pro-senectute.ch > Prestazioni > Calcolare il proprio diritto alle PC.

Peter Rüegg
Comunicazione aziendale

Spot

Domande frequenti

Da qualche settimana mi sono trasferito dall'Oberland bernese a Berna città. Ho notato, però, che i premi sono aumentati. Per quale motivo?

Gli importi dei premi vengono fissati dagli assicuratori malattie in base alle differenze cantonali di costi. Questo determina il motivo per cui i premi nella Svizzera occidentale sono più alti rispetto a quella centrale e orientale. Nei Cantoni di medie e grandi dimensioni, come ad esempio il Cantone di Berna, ci sono al proprio interno regioni di premio diverse, al massimo tre. Pertanto, tali differenze intercantionali tra zona rurale, agglomerato e centri urbani trovano riscontro nei premi. L'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) stabilisce le regioni di premio in modo uniforme per tutte le assicurazioni malattie. Lei è passato dalla regione di premio 3 alla regione di premio 1 e, pertanto, i premi sono aumentati. Le differenze di premio intercantionali nascono dal fatto che l'offerta medica nella città di Berna è più ampia e il numero di specialisti è più elevato rispetto all'Oberland bernese.

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 specifiche consultate anche il sito Internet 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.

La Schmerzklinik di Basilea entra nella lista della limitazione della scelta ospedaliera (stato 2 maggio 2013)

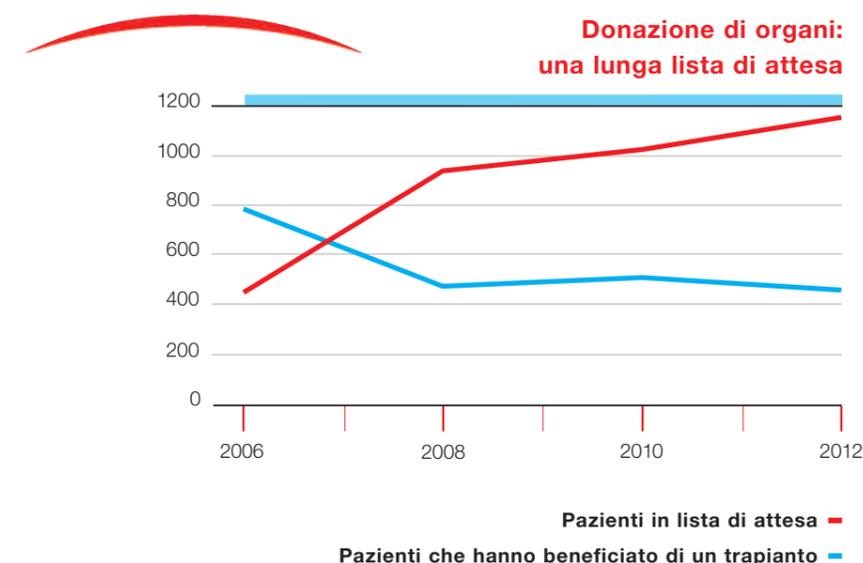
Le ultime trattative tariffali avvenute con la Schmerzklinik di Basilea per il trattamento in reparto semiprivato non hanno, purtroppo, portato a tariffe ragionevoli né per noi né per i nostri assicurati. In seguito a ciò, dal 2 maggio 2013 l'ospedale figura nella lista della limitazione della scelta ospedaliera.

Quali conseguenze ci sono per voi? Le persone con assicurazione complementare Ospedale reparto semiprivato oppure Ospedale Flex partecipano al 50, rispettivamente al 100 per cento ai costi se decidono di eseguire un trattamento nel reparto semiprivato in uno degli enti ospedalieri riportati sulla lista seguente. Sono esclusi i trattamenti d'emergenza.

Cantone	Località	Ospedale/Clinica
AI/AR	Teufen	Augenklinik/Laserzentrum, Dr. Aldo Scarpatetti
BL	Liestal	Praxisklinik Ergolz
	Muttenz	Praxisklinik Rennbahn
BS	Basilea	Schmerzklinik Basel
BE	Biel	Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie
TG	Tägerwilten	Bindersgarten Klinik (clinica di riabilitazione)

Potete trovare la lista della limitazione della scelta ospedaliera aggiornata sul nostro sito web: www.visana.ch > Servizio > Downloads > Liste > Lista della limitazione della scelta ospedaliera.

Il grafico attuale



La disparità tra il numero delle persone che aspetta di ricevere un organo e quello di coloro che sono pronti a donarlo è molto grande. Dopo un lieve aumento dei donatori nel 2010, il numero è nuovamente calato negli ultimi anni. (Fonte: Swisstransplant)

Il libretto di vaccinazione elettronico sostituisce la versione cartacea

«Il libretto di vaccinazione elettronico sostituisce la versione cartacea». Con questo slogan l'Ufficio federale per la sanità pubblica (UFSP) pubblicizza il libretto di vaccinazione elettronico. Chiunque si registri sulla pagina Internet www.lemievaccinazioni.ch può creare in un ambiente protetto un libretto di vaccinazione elettronico personale nel quale è possibile registrare le vaccinazioni eseguite. Il libretto elettronico di vaccinazione permette di accedere velocemente alle informazioni importanti sullo stato di salute, inoltre, possono essere indicate anche le allergie o le malattie croniche. Su richiesta, si può ricevere un sms o una mail per ricordarsi di eseguire una vaccinazione di richiamo.

Adeguare gli ordini permanenti di pagamento

Pagate i vostri premi d'assicurazione mediante un ordine permanente? Allora non dimenticate di adeguare tempestivamente l'ordine ai premi 2014 presso la vostra banca o presso PostFinance. In tal modo contribuite ad evitare inutili costi e spese per tutti gli interessati. A proposito: potete saldare le vostre fatture in modo ancora più semplice mediante il sistema di addebito diretto o Debit Direct. Per maggiori informazioni consultate il sito www.visana.ch > Contatto > LSV/Debit Direct.

Gruppo Visana con servizio di ricezione dei dati certificato

Quasi un anno prima che venisse prescritta dal Consiglio federale, il Gruppo Visana ha istituito il cosiddetto servizio di ricezione dei dati, certificato dall'Associazione Svizzera per Sistemi di Qualità e di Management (SQS), un'organizzazione indipendente che offre servizi per la valutazione e la certificazione della qualità. In questo modo, il Gruppo Visana può ricevere ed elaborare sistematicamente le fatture ospedaliere e i dati sui trattamenti medici (MCD) nel pieno rispetto delle disposizioni sulla protezione dei dati.

Grazie a un regolamento standardizzato, il Gruppo Visana garantisce la protezione dei dati di tutti gli assicurati permettendo un conteggio delle fatture con gli ospedali rapido e orientato alla clientela. Tramite l'introduzione del nuovo servizio di ricezione dei dati, il controllo delle fatture ospedaliere per degenze stazionarie avverrà in maniera elettronica, standardizzata e conforme alle disposizioni sulla protezione dei dati. Per gli assicurati questo nuovo regolamento non implicherà alcun tipo di cambiamento.

Suole antiscivolo in caso di neve e ghiaccio



Con l'inverno arriva anche il ghiaccio e il rischio di cadute aumenta. Per poter indossare le normali scarpe e muoversi in sicurezza, Bon-Walker offre soles antiscivolo che garantiscono una buona presa sul ghiaccio e sulla neve.

- Per potersi muovere in sicurezza sulle strade ghiacciate
- Si indossano e si tolgono facilmente
- Adatte a ogni tipo di calzatura grazie a una chiusura elastica e a strappo
- Prodotto svizzero, realizzato dalla Fondazione «Wendepunkt» di Zugo



Le soles antiscivolo «Bon-Walker» si adattano a ogni calzatura e sono impercettibili. Il pacchetto è composto da una pratica borsa e soles di ricambio.

Tagliando d'ordinazione

- Bon-Walker-Set **misura S** (36–39)
per 48 franchi (anziché 73 franchi)
- Bon-Walker-Set **misura M** (39–44)
per 48 franchi (anziché 73 franchi)
- Bon-Walker-Set **misura L** (44–47)
per 53 franchi (anziché 78 franchi)

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Data, Firma _____

Inviare il talloncino a: Motio AG, Casella postale 304, 3250 Lyss. Per maggiori informazioni telefonare allo 032 387 00 60 o inviare una e-mail a info@motio.ch, www.motio.ch.



«Tutti possono donare gli organi»

Una vita nuova grazie alla donazione di organi. Ogni anno in Svizzera circa 500 persone possono continuare a vivere grazie alla donazione di organi. Tuttavia, le liste di attesa sono lunghe e le difficoltà molte (vedi grafico a pagina 19).

«Ci sono troppo pochi donatori» constata il Dott. med. Franz Immer, direttore di Swisstransplant, Fondazione nazionale per la donazione e il trapianto di organi. A colloquio con «VisanaFORUM», Franz Immer invita tutti a confrontarsi con il tema della donazione degli organi e a prendere posizione, poiché «riguarda tutti noi».

«VisanaFORUM»: Chi è il tipico donatore di organi?

Dott. med. Franz Immer: Il donatore più frequente è sulla cinquantina e di solito è una donna. La donatrice più anziana, di cui sono a conoscenza, aveva ben 91 anni. Il marito, allora 97enne, aveva dato il suo consenso a donare gli organi. In altre parole: tutti possono donare gli organi e fino in età avanzata.

E ciononostante ci sono troppo poche donazioni in Svizzera?

Gli ospedali di piccole e medie dimensioni dispongono di poco personale e poche risorse per gestire la donazione di organi. Nonostante sia dettato dalla legge, non tutti i Cantoni mettono a disposizione abbastanza fondi finanziari, inoltre, troppe poche persone si interessano di questo argomento.

Perché no?

Donare gli organi significa confrontarsi con la morte e ci si rammenta che la vita non è infinita. Ci sono però anche molti pregiudizi.

Per esempio che in caso di emergenza i donatori ricevono trattamenti peggiori?

Sì, questo è un esempio. Posso però garantire, in base alla mia esperienza come medico, che ciò non succede

mai. Al momento del trattamento, e in particolare in caso di emergenza, cerchiamo di salvare o allungare le vite. In quei momenti nessuno pensa alla donazione degli organi. Questa possibilità viene presa in considerazione solo in caso di decesso.

Quando una persona è dichiarata morta?

Questo punto è chiaramente disciplinato dalla legge. Si può procedere alla donazione degli organi solo quando è stata accertata la morte cerebrale. In Svizzera ciò significa che l'intero cervello non viene più irrorato di sangue. È molto importante spiegare ai familiari, anche mostrando immagini, che cosa significa e che questo stato è irreversibile. Per poter procedere con la donazione degli organi occorre avere il consenso del paziente deceduto o dei suoi congiunti.

Attualmente, la legge che disciplina i trapianti di organi, è in consultazione presso il Parlamento federale. Cosa ne pensa?

Approvo la legge e sono a favore che tutti gli ospedali in Svizzera dispongano delle condizioni, affinché sia possibile riconoscere e sostenere i donatori e le loro famiglie.

Perché dovrei donare i miei organi?

Le rispondo con un'altra domanda: in caso di malattia accetterebbe il trapianto di un organo?

Probabilmente sì.

Allora dovrebbe essere pronto anche a donare e contribuire a migliorare la qualità di vita di altre persone.

Fegato distrutto dall'eccessivo consumo di alcol, reni distrutti dall'abuso di farmaci; perché queste persone dovrebbero ricevere nuovi organi?

La probabilità che necessitino di un organo è da sei a otto volte maggiore rispetto a quella di donarlo. Inoltre, i casi di malattie causate per colpa propria sono un'assoluta minoranza. La maggior parte delle persone si trovano in lista d'attesa senza alcuna colpa, sono persone come lei e me.

Cosa succede se dopo la morte non voglio donare i miei organi?

Bisogna rispettare le decisioni di tutti. È importante che lei abbia comunicato la sua decisione ai suoi congiunti.

Qual è il momento migliore per farlo?

Oggi. Adesso.

Intervista:

Christian Beusch

Responsabile Comunicazione aziendale

Il giusto riposo

Franz Immer è abituato a grandi moli di lavoro, «tuttavia, non rinuncio ai momenti di riposo». L'arte del giusto riposo consiste nel trovare momenti in cui si sta bene con se stessi. «Sono convinto che ognuno di noi sa dove riesce a ricaricare meglio le batterie», afferma. Per lui la cosa migliore è organizzare il tempo libero «insieme alla mia splendida moglie e ai miei bambini». A ciò si aggiunge però anche il saper apprezzare il semplice stare a casa.

Da chirurgo a direttore

Il cardiocirurgo Dott. med. Franz Immer è direttore di Swisstransplant e responsabile della coordinazione e sviluppo a livello nazionale dei trapianti di organi, tessuti e cellule. La Fondazione coordina l'assegnazione degli organi disponibili ai pazienti in attesa di un trapianto. Immer è anche docente privato di chirurgia cardiaca e vascolare toracica presso l'Università di Berna.

La vostra tessera personale

Con la tessera di donatore ognuno può dichiarare se e quali organi, tessuti e cellule vuole donare o meno in caso di decesso. Chi lo desidera, può delegare questa decisione a una persona di fiducia. La tessera di donatore può essere scaricata e stampata da internet (www.swisstransplant.ch) oppure richiesta direttamente presso la Fondazione Swisstransplant. Importante è portare la tessera sempre con sé come si fa con la carta di identità o la patente di guida. Sia i donatori che i riceventi rimangono anonimi. Chi desidera sostenere finanziariamente Swisstransplant, può farlo con una donazione sul seguente conto corrente postale 80-14916-8.