

Concours

Gagnez un assortiment de jeux de voyage

Jeux et divertissement sur le chemin des vacances. Les vacances d'été approchent à grands pas. Pour vous aider à prendre votre mal en patience pendant les trajets, dans les embouteillages ou à l'aéroport, nous tirons au sort dix assortiments de jeux de voyage, comprenant chacun douze jeux.



Si vous avez encore de la place dans votre bagage à main et que vous souhaitez une alternative aux jeux sur tablette ou téléphone portable, participez à notre tirage au sort pour tenter de remporter l'un des dix assortiments de jeux de voyage. Ces derniers contiennent douze jeux de dés, de damier et de cartes (Hâte-toi lentement,

Pierre Noir, Ciao Sepp, Yatzy, Chicago, Zanzi, Tangram, Macao, Le sacré trois et Commando), qui vous garantiront des heures d'amusement sur le chemin des vacances. Envoyez-nous le talon de participation ou participez au tirage au sort en ligne sur www.visana.ch. Bonne chance!

Talon de participation

Je souhaite gagner un assortiment de jeux de voyage.

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

E-mail _____

Collez le talon sur une carte postale et envoyez-le jusqu'au 30 juin 2015 à:
VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3015 Berne.

Les gagnantes et gagnants seront informés d'ici au 17 juillet 2015. Aucune correspondance ne sera tenue au sujet du concours. La voie juridique est exclue. Les prix ne peuvent pas être remis en espèces. Par votre participation au concours, vous acceptez que Visana utilise vos indications à des fins de marketing. Ce droit peut être révoqué en tout temps. Une seule participation est admise par personne.



Stand-up paddle
Le sport de l'été
Page 4



Visana Club
Notre petit plus pour vous:
nos offres estivales
Page 12



Heinz Brand
Entretien avec le président de santésuisse
Page 22



Sommaire

- 3 Visana ouvre de nouvelles agences
- 4 Stand-up paddle: une tendance devenue incontournable
- 6 Notre conseiller de vente à Zurich
- 8 Cadeaux de naissance en provenance d'Oberburg
- 10 Un apprentissage pour sportifs et sportives chez Visana
- 12 Les offres estivales exclusives de Visana Club
- 14 Recommander Visana est payant!
- 15 La Route du cœur pour les familles
- 16 En contact avec Visana
- 17 Grand quiz de la santé sur We-Feel-Good.ch
- 18 Réseaux de médecins: réduire les coûts avec Managed care
- 19 MyVisana, le portail pour la clientèle en ligne
- 20 Informations diverses
- 22 Entretien avec Heinz Brand
- 24 Concours



Impressum: «VisanaFORUM» est une publication du groupe Visana. Le groupe Visana comprend Visana, sana24 et vivacare. Il paraît quatre fois par année. Rédaction: Stephan Fischer, David Müller, Peter Rüegg, Isabelle Bhend. Adresse: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. Mise en page: Natalie Fomasi, Elgg. Photo de couverture: perretfoto.ch. Impression: Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. Internet: www.visana.ch

Changements d'adresse: si l'adresse est incorrecte ou si vous recevez trop d'exemplaires de «VisanaFORUM», veuillez en informer votre agence Visana (vous trouverez l'adresse et le numéro de téléphone sur votre police).

Editorial



Chère lectrice, cher lecteur,

Les premiers beaux jours de l'année sont déjà derrière nous et l'été approche à grands pas. Le nouveau «VisanaFORUM» vous propose un éventail de thèmes varié pour vous donner un avant-goût de la plus belle période de l'année.

Souhaitez-vous par exemple pratiquer un sport qui vous procurera une bonne dose de plaisir? Alors le stand-up paddle est ce qu'il vous faut! Simple tendance il y a encore peu de temps, le stand-up paddle s'est aujourd'hui démocratisé en Suisse. Il est donc grand temps de grimper sur une planche! «VisanaFORUM» vous donne toutes les clés pour débiter le stand-up paddle et goûter aux joies de la glisse cet été!

Quatre de nos 23 apprentis/es n'ont rien de sportifs débutants. Ils profitent de la possibilité offerte par Visana de concilier apprentissage et sport de haut niveau. Dans «VisanaFORUM», les jeunes talents suisses racontent leur quotidien professionnel. Swiss Olympic a décerné à Visana le label «Entreprise formatrice favorable au sport de performance».

Quelle que soit la saison, la naissance d'un enfant est toujours un heureux événement, pour nous également. C'est pourquoi nous offrons à tous les nouveau-nés dont les parents sont assurés chez Visana un linge de bain brodé à leur prénom. Les broderies sont cousues dans les ateliers protégés d'Oberburg dans le canton de Berne. «VisanaFORUM» a suivi le parcours d'un linge de bain, de sa création jusqu'au moment où il a été offert aux jeunes parents.

Nous vous souhaitons une agréable lecture.

Albrecht Rychen
Président du conseil d'administration

Urs Roth
Président de la direction

PS: un grand merci pour votre participation à notre sondage des lecteurs et lectrices. Nous tiendrons compte des évaluations lors du développement de notre magazine destiné à la clientèle.

Des visites de la clientèle «personnalisées»

Nouvelles agences. Chez Visana, nous voulons que les visites de la clientèle soient «personnalisées». Les commentaires de notre clientèle le confirment: elle apprécie le conseil professionnel et individuel offert avec engagement par nos collaboratrices et collaborateurs.

Qui n'a pas déjà connu ce sentiment désagréable ressenti quand on se retrouve à un guichet sans âme, séparé de notre interlocuteur par une vitre? Chez Visana, ça ne se passe pas comme ça: toutes les visites de notre clientèle sont personnalisées. Afin de pouvoir créer une atmosphère encore plus agréable, nous modernisons nos 130 agences, étape par étape.

Nous investissons dans l'équipement, le mobilier, les inscriptions à l'extérieur et l'éclairage. Nous voulons que les salles de réception soient faciles à atteindre, agréables, lumineuses et adéquates. Et si possible aussi adaptées aux usagers handicapés.

Espaces de conseil bien éclairés

Les questions qui touchent à la santé sont très personnelles. Elles ne devraient pas être abordées dans des halls de guichets. Pour les entretiens confidentiels entre la clientèle et les spécialistes en assurance, nous créons des espaces de conseil discrets et bien éclairés. En accord avec cette philosophie, nous avons déjà rénové, remeublé ou même ouvert de nouvelles agences en 15 emplacements choisis. L'année dernière, les agences d'Aarberg, de Baar, de Coire, de Genève, d'Herzogenbuchsee, d'Ittigen, de Lucerne, de Moutier et de Schwarzenburg ont fait peau neuve.

Isabelle Bhend



Nous vous offrons un conseil compétent et personnalisé, par exemple dans la nouvelle agence Visana d'Aarberg.

Nouvelles agences et agences rénovées

Cet été, les agences de Berne et de Schaffhouse seront complètement rénovées. En outre, de nouvelles agences ouvriront cette année à Wil SG, Münsingen, Wangen a. Aare, Uetendorf/Uttigen et Lyss.

Nous vous conseillons volontiers

En cas de question relative à votre assurance, n'hésitez pas à nous contacter personnellement en tout temps. Nous vous conseillons volontiers. Vous trouverez le numéro de téléphone et l'adresse de votre personne de contact sur votre police d'assurance.



Photos: Christian Perret

Stand-up paddle: le sport de l'été

Une tendance devenue incontournable. Au cours des dernières années, le stand-up paddle, ou SUP, a conquis les lacs et cours d'eau de Suisse. Amusant et facile d'accès, ce sport consistant à pagayer debout sur une planche vous fera goûter aux sensations vécues par les professeurs de surf hawaïens.

«Un lac, une planche, une pagaie, le bonheur»: ainsi pourriez-vous décrire votre expérience si vous vous essayez au stand-up paddle cet été. Ce sport est en effet un jeu d'enfant, même si quelques chutes dans l'eau fraîche ne sont évidemment pas à exclure, notamment chez les néophytes.

Une offre en pleine expansion

L'arrivée d'un nouveau sport provoque généralement l'effervescence sur le marché. Les fabricants d'articles de sport sont très vite au courant des nouvelles tendances et s'empressent d'élargir l'éventail de l'offre en appareils et accessoires, ce qui a un impact favorable sur les prix. Pour une planche de SUP et une pagaie, il faut compter entre quelques centaines de francs pour du matériel de débutant et plusieurs milliers de francs pour un équipement haut de gamme. De nombreux lacs et cours d'eau offrent également la possibilité de louer le matériel à l'heure pour seulement quelques francs.

Les planches de SUP mesurent entre 2,5 et 5,5 mètres de long, pour 55 à 90 centimètres de large, et ressemblent à des planches de surf. Rien d'étonnant à cela, puisque les professeurs de surf hawaïens ont redécouvert le stand-up paddle dans les années 1950 et 1960. Ils avaient ainsi une meilleure vue sur leurs élèves et disposaient d'un moyen confortable de se déplacer, leur permettant de rejoindre plus rapidement le rivage. Connu depuis plusieurs centaines d'années, le stand-up paddle a été inventé à l'origine par des pêcheurs péruviens ou polynésiens, selon les sources.

A chaque usage son type de planche

Si vous envisagez l'achat d'une planche de SUP et que vous avez défini votre budget, vous avez tout intérêt à demander conseil à un magasin de sport spécialisé, qui vous présentera les avantages des deux types de planches: rigides et gonflables. Ou mieux encore: testez-

les par vous-mêmes. Les planches rigides sont généralement plus lourdes, plus robustes et plus stables, tandis que les planches gonflables présentent l'avantage d'être faciles à transporter. Concernant le modèle, vous aurez l'embaras du choix, de nombreuses planches de SUP misant fortement sur le côté esthétique.

Le choix de la pagaie (en aluminium, en fibre de verre, en bois ou en carbone) est souvent plus simple, car le design joue un rôle moins important. En revanche, la longueur de la pagaie est déterminante pour pouvoir adopter une posture efficace sur la planche. Une règle à retenir: compter 20 à 30 cm de plus que sa taille. Une pagaie réglable vous permettra de trouver la longueur qu'il vous faut et pourra en plus être utilisée par toute la famille.

Allier forme et plaisir

Le SUP est un sport amusant, que l'on peut pratiquer à tout âge (il nécessite seulement de savoir nager, pour des raisons évidentes). C'est à vous de décider si vous souhaitez glisser sur les eaux calmes d'un lac en admirant le paysage ou faire de ce loisir une véritable activité physique. Le fait est que le SUP est un entraîne-

ment exigeant et complet, qui ménage les articulations. Si vous pensiez que seuls les bras sont mis à contribution, les courbatures que vous ressentirez dès le lendemain dans l'ensemble du corps vous prouveront le contraire.

Stephan Fischer

Planche de SUP: offre du Visana Club

Si vous êtes assuré/e auprès de Visana, vous êtes automatiquement et gratuitement membre de Visana Club. Sur www.visana-club.ch, vous trouverez de nombreuses offres de nos partenaires à des conditions préférentielles, par exemple une planche de stand-up paddle pour cet été. Jetez un œil sur www.visana-club.ch!

Cinq conseils pour les débutants en SUP

- 1. Manier la pagaie:** la pale de la pagaie présente une forme particulière. La méthode la plus efficace est de tenir la pagaie à la verticale et de ramer en utilisant toute la surface de la pale.
- 2. Regarder devant soi:** au début, il est souvent difficile de porter son regard devant soi et non sur ses pieds. Efforcez-vous néanmoins de le faire. Vous aurez ainsi davantage de stabilité et pourrez en plus profiter du paysage.
- 3. Utiliser l'ensemble du corps:** le SUP renforce l'ensemble du corps, pas seulement les bras. Accompagnez les mouvements avec le haut du corps, le dos et les jambes. Si vous n'utilisez que vos bras, vous vous fatiguerez rapidement.

- 4. Avec un cordon de sécurité:** procurez-vous un cordon de sécurité, aussi appelé leash. Cette lanière reliant la planche à votre cheville évitera que votre planche ne s'échappe. Attention: n'utilisez jamais le leash dans les rivières, il pourrait s'accrocher aux obstacles.

- 5. Précautions à prendre pour le transport:** les planches sont fragiles. En cas de chute, elles peuvent se fissurer ou se briser. Pour transporter votre planche sur le toit de votre voiture, utilisez un système de fixation adapté. Un serrage excessif risque d'endommager la planche.



Stand-up paddle pour personnes expérimentées.



«Etre à l'écoute des besoins de chaque cliente et client»

Entretien avec Emanuel Grossmann. En tant que conseiller de vente dans le canton de Zurich, Emanuel Grossmann représente Visana en première ligne et donne un visage à l'entreprise. Son activité, marquée par de nombreux contacts intéressants avec la clientèle, implique une charge de travail importante.

Les vendeurs de produits d'assurances-maladie ne jouissent pas de la meilleure réputation auprès du public. Il s'agit souvent d'intermédiaires indépendants qui nuisent à l'image de la branche, en vendant à la clientèle de faux produits ou des assurances superflues par le biais de méthodes agressives et malhonnêtes.

Créer un climat positif

Emanuel Grossmann est conscient que ces «moutons noirs» jettent une lumière négative sur son travail. «Lors des entretiens de conseil, je suis toutefois capable de dissiper rapidement ces réserves et de prouver que chez Visana, nous travaillons avec sérieux.» Il ajoute que les clientes et clients sont tout à fait en mesure de faire la distinction entre les vendeurs honnêtes et les escrocs.

Depuis près de deux ans, Emanuel Grossmann est conseiller de vente chez Visana dans la région de Zurich. Il passe toutefois peu de temps dans son bureau de Dietikon. Le plus souvent, il va à la rencontre des clientes et clients pour leur conseiller la couverture d'assurance idéalement adaptée à leurs besoins. Il doit impérativement prodiguer des conseils personnalisés, honnêtes et transparents, car les commissions ne lui sont octroyées que lorsque la clientèle est satisfaite à long terme et reste chez Visana.

Un état d'esprit ouvert

Après un apprentissage d'employé de commerce dans la branche des assurances, Emanuel Grossmann a suivi une formation de sociothérapeute et travaillé comme éducateur de rue durant ses études. «Les contacts interpersonnels ont toujours revêtu une importance cruciale à mes yeux, que ce soit avec des gens fortunés ou des personnes ayant tout juste le minimum vital», explique-t-il.

La persévérance, l'étendue du réseau relationnel, l'ouverture d'esprit et une approche dénuée d'idées préconçues représentent à ses yeux les clés du succès pour les conseillers et conseillères de vente. «Il s'agit d'un travail très exigeant. On ne peut se permettre d'être dans un mauvais jour; il faut adopter une attitude positive lors de chaque entretien de vente», déclare Emanuel Grossmann. Ce n'est qu'ainsi qu'il peut conseiller les clientes et clients de manière optimale pour leur offrir le produit d'assurance adapté à leurs besoins, et être, partant, un vendeur efficace.

Un conseil compétent sur place

Emanuel Grossmann obtient une partie des rendez-vous de conseil par l'intermédiaire de ses collègues du service interne de l'agence. Certains clients et clientes souhaitent que le premier entretien de conseil se déroule à leur domicile, d'autres disposent déjà de l'assurance de base chez Visana et sont intéressés par une offre pour des assurances complémentaires, une assurance-ménage ou une assurance de responsabilité civile. Emanuel Grossmann apprécie beaucoup cette collaboration avec l'agence de Visana, qui fonctionne selon lui à merveille. «J'ai une équipe formidable, qui m'apporte un soutien précieux.»

Il obtient une autre part importante de ses rendez-vous de conseil par le biais de ses contacts personnels. Emanuel Grossmann consacre une bonne partie de son temps de travail et de son temps libre à entretenir son réseau relationnel. Il a des facilités à engager la conversation et prend plaisir à nouer de nouveaux contacts, que ce soit dans la rue, à l'association des artisans locale, au centre de fitness ou au café. «Chaque contact est une opportunité», affirme-t-il.

Opportunités et risques

Il est notoire que les possibilités de gain pour un/e conseiller/ère de vente efficace sont élevées. Certaines personnes voient cela d'un œil méfiant, mais Emanuel Grossmann n'y prête pas attention. L'argent qu'il gagne grâce aux conclusions, il le doit uniquement à ses compétences spécialisées, à la qualité des produits proposés et à la transparence de ses conseils. Toute autre approche finirait par se retourner contre lui, car il doit restituer les commissions s'il prodigue de mauvais conseils à la clientèle.

«Ce n'est pas un métier que l'on exerce toute sa vie; il ne faut pas sous-estimer la pression permanente à la vente», résume Emanuel Grossmann. Il se voit encore conseiller de vente pendant quelques années, et souhaiterait par la suite s'orienter vers le domaine du marke-



Du hockey sur glace au bodybuilding

Emanuel Grossmann (34 ans) est d'origine péruvienne. Il a été adopté par un couple suisse lorsqu'il était enfant, et a grandi à Langenthal. Ancien joueur de hockey sur glace, il est parvenu à entrer dans l'équipe nationale junior. Alors qu'il était sur le point d'intégrer le Club des Patineurs de Berne, plusieurs blessures l'ont amené à faire une croix sur une éventuelle carrière de sportif d'élite. Il vit aujourd'hui à Oberengstringen dans le canton de Zurich. Il s'entraîne presque quotidiennement dans un centre de fitness et suit une préparation intensive pour participer à son premier concours de bodybuilding l'année prochaine.

Intermédiaires et conseillers/ères de vente

Les conseillers et conseillères de vente de Visana bénéficient d'un poste fixe et travaillent exclusivement pour Visana, tandis que les intermédiaires indépendants (courtiers, brokers) peuvent collaborer avec plusieurs assurances. Ils travaillent seuls ou se regroupent en entreprises.

ting. Mais ce n'est pas pour demain; pour l'instant, ce qui compte avant tout pour lui, c'est son prochain rendez-vous de conseil. A cet égard, il marque des points grâce aux atouts de Visana: l'orientation à la clientèle, une qualité de service supérieure à la moyenne et un contact personnalisé.

Stephan Fischer



Cadeaux de naissance en provenance d'Oberburg

Serviettes de bain brodées dans un atelier protégé. Visana offre à tous ses assurés/es, pour la naissance d'un enfant, une serviette de bain brodée au prénom du nouveau-né. Les broderies sont cousues au sein des ateliers protégés d'Oberburg. «VisanaFORUM» a suivi le parcours de l'un de ces linges jusqu'à sa destinataire.

«VisanaFORUM» a visité les ateliers protégés d'Oberburg (BEWO) près de Berthoud, peu après la journée portes ouvertes organisée à l'occasion du trentième anniversaire de leur création. A l'intérieur de l'atelier lumineux, il règne une odeur de jacinthe, de bois de sapin et de matières textiles. Quatre collaborateurs et collaboratrices de l'atelier d'occupation et de développement y brodent des serviettes de bain pour bébé à la machine à coudre.

Création du prénom brodé

Dans un premier temps, les collaborateurs et collaboratrices marquent l'emplacement du prénom sur le linge. Ils placent ensuite un renfort de broderie sous le tissu et entrent le prénom du bébé dans la machine, qui apparaît alors sur le linge,

sous la conduite du pied à broder. Les collaborateurs et collaboratrices retirent le renfort et envoient le linge à la laverie, où il sera nettoyé avec des produits doux pour la peau des bébés.

Quel dommage que les collaborateurs et collaboratrices ne puissent pas voir les nourrissons! Ils ne connaissent que leur prénom et ignorent où sera expédié leur produit. Chaque semaine, l'atelier BEWO envoie un lot de ces serviettes moelleuses au siège principal de Visana, où elles seront préparées pour être expédiées aux parents.

Un mandat important

«Le mandat de Visana revêt une importance cruciale pour BEWO, car il contribue au rendement brut de la société coopérative», déclare Priska Fischer, responsable de l'ate-

Visana soutient les ateliers protégés d'Oberburg.
Une collaboratrice de l'atelier de couture brode le prénom d'un bébé sur un linge de bain.

BEWO

Fondée le 15 mars 1985, la société coopérative BEWO à Oberburg est reconnue par l'AI et la direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne. Dans ses ateliers protégés, elle offre des places de travail et de réhabilitation à des personnes handicapées physiques et mentales en situation psychosociale difficile, qui requièrent un encadrement particulier. La société BEWO leur propose un travail utile, afin de leur redonner confiance et de développer leurs compétences professionnelles et sociales.



lier d'occupation et de développement. Claudia Bieri, responsable de l'atelier de couture, ajoute: «Le mandat est très apprécié des collaborateurs et collaboratrices. Il est exigeant et stimule leur motivation.»

Chaque semaine, une centaine de serviettes de bain sont brodées, lavées puis expédiées. Depuis 2002, plus de 35 000 nouveau-nés dans toute la Suisse ont été enveloppés, séchés et réchauffés avec l'un de ces linges à la sortie du bain.

Ces serviettes blanches sont de petite taille, mais paraissent immenses à côté d'un nourrisson. Manuela Koller, responsable de l'agence d'Uetendorf/Uttigen, a eu le plaisir de remettre personnellement l'un de ces linges à de jeunes parents et de présenter ses meilleurs vœux à la famille, qui compte désormais quatre personnes.

Peter Rüegg

Bien assurés dès la naissance

En Suisse, tous les enfants sont couverts en cas de maladie et d'accident, dès le premier jour de leur vie. La plupart des parents concluent l'assurance-maladie avant la naissance. Attendez-vous aussi prochainement un heureux événement? Avez-vous déjà effectué l'inscription prénatale de votre enfant? Vous trouverez le lien correspondant sur: www.visana.ch > Contact > Assurance-maladie pour votre bébé

Une personne de contact dans votre région

Visana est fortement liée à la région et dispose d'un réseau d'agences couvrant toute la Suisse, vous garantissant ainsi un/e interlocuteur/trice personnel/le, tout près de chez vous. Vous trouverez votre agence sur: www.visana.ch > Contact > Recherche d'agence



Un cadeau personnalisé: Tanja et Sven Schultness, avec leurs enfants, se voient remettre le linge de bain par Manuela Koller, responsable de l'agence de Visana d'Uetendorf/Uttigen (à gauche).



Entreprise formatrice favorable
au sport de performance



Visana: une entreprise formatrice favorable au sport de performance

Concilier avec succès sport et apprentissage. Chez Visana, il est possible d'avoir le beurre et l'argent du beurre. Grâce à l'apprentissage pour sportifs et sportives, les talents de demain peuvent pratiquer un sport de haut niveau tout en jetant les fondements de leur future vie professionnelle.

Sur l'ensemble de la Suisse, Visana forme 23 apprenties et apprentis, dont quatre suivent un apprentissage pour sportifs et sportives. «Les jeunes talents doivent avoir la possibilité de concilier sport d'élite et formation de base dans un cadre bien défini. Ils jettent ainsi les fondements de leur avenir professionnel», déclare Marcel Kutter, responsable RH chez Visana. «Nous nous positionnons comme une entreprise qui s'engage en faveur du sport dans le cadre de la prévention de la santé et sponsorise

diverses manifestations dans ce domaine. L'apprentissage pour sportifs et sportives souligne d'autant plus notre engagement à cet égard», ajoute Angélique Hulliger, responsable Développement et formation du personnel.

Concilier sport d'élite et apprentissage

Le sport de performance n'admet pas de compromis de la part des jeunes talents qui visent le plus haut niveau. Le plus souvent, ils doivent choisir très tôt entre le sport

d'élite et une formation de base solide. L'apprentissage pour sportifs et sportives proposé depuis quelques années leur évite d'avoir à prendre une telle décision en leur permettant de mener de front leur carrière sportive et une formation professionnelle.

Visana propose quatre places d'apprentissage dans le domaine commercial, une chaque année. Les jeunes talents suivent ainsi une formation d'employé/e de commerce sur quatre ans au lieu de trois, qui comprend «seulement» vingt heures hebdomadaires en entreprise et huit heures à l'école, et leur permet mieux combiner la formation professionnelle avec leurs ambitions sportives. A titre de distinction pour son offre d'apprentissage pour sportifs et sportives, Visana reçoit depuis quelques années le label «Entreprise formatrice favorable au sport de performance» de Swiss Olympic, l'Association faitière du sport suisse (www.swissolympic.ch).

Les mêmes objectifs pour tous

A l'école comme en entreprise, les objectifs évaluateurs sont les mêmes pour tous. Les jeunes sportifs et sportives ne bénéficient à cet égard d'aucun traitement de faveur par rapport à celles et ceux qui suivent un apprentissage en trois ans. Visana laisse toutefois à ses apprentis et apprenties sportifs une grande part de flexibilité, car le sport pratiqué peut les amener à devoir s'absenter davantage.

Pour pouvoir suivre un apprentissage et être admis par l'école, les jeunes sportifs et sportives doivent être titulaires d'une «Swiss Olympic Talent Card». Il s'agit d'une reconnaissance de la performance sportive et du développement des jeunes athlètes qui font partie du cadre d'une fédération ayant mis en œuvre un concept de promotion reconnu. En d'autres termes: bien avant de débiter leur apprentissage, les jeunes talents doivent avoir prouvé leur potentiel sportif et montré qu'ils sont prêts à poursuivre des objectifs ambitieux.

Stephan Fischer

L'apprentissage pour sportifs et sportives facilite bien des choses



«L'apprentissage pour sportifs et sportives me facilite la vie. Tous les formateurs et formatrices me connaissent et savent que je ne suis pas toujours présent de manière régulière. Grâce aux temps de travail raccourcis, je subis moins de stress et pour cela, je suis volontiers prêt à effectuer une quatrième année. Je n'ai jamais envisagé de miser uniquement sur ma carrière sportive. Le risque serait en effet trop important, sachant que tous les jeunes sportifs et sportives ne parviennent pas à passer professionnels.»

Aron Krähenbühl (16 ans, joueur de hockey sur glace auprès du SC Berne, première année d'apprentissage)

Un apprentissage riche d'enseignements



«L'apprentissage nous enseigne de nombreuses compétences utiles pour notre carrière sportive, telles que la persévérance, l'efficacité et l'aptitude à planifier. Ce n'est que grâce au soutien et à la flexibilité de Visana que je peux poursuivre mon entraînement de manière conséquente et participer avec succès à des compétitions. Comme je connais à présent depuis déjà quelques années la double charge de travail imposée par le sport et l'apprentissage, j'éprouve moins de difficultés à tout concilier. Nico Kyprian (17 ans, golfeur auprès du GC Thunersee, deuxième année d'apprentissage)

Un soutien qui ne va pas de soi



«J'ai d'abord entrepris la formation commerciale normale en trois ans, avant de constater que je ne parvenais pas à tout intégrer dans mon emploi du temps. Visana m'a proposé l'apprentissage pour sportifs et sportives, que j'ai pu débiter en été 2014, lorsqu'une place s'est libérée à l'école de sport. Le fait que Visana m'ait offert cette solution et m'apporte un soutien important ne va pas de soi, d'autant plus qu'un jeune sportif dans la même année que moi bénéficiait déjà d'une place d'apprentissage.» Nina Seiler (17 ans, athlète auprès du ST Berne, deuxième année d'apprentissage)

L'autodiscipline, une valeur essentielle



«Parvenir à concilier le sport, le temps passé dans l'entreprise formatrice et les obligations qu'implique la formation à l'école demande une planification minutieuse ainsi qu'une bonne dose d'autodiscipline et de volonté. Pour réussir, il faut y prendre plaisir. Je pense qu'il est très important d'entreprendre une formation en parallèle à une carrière sportive. En cas d'échec sur le plan sportif, on a un autre atout dans sa manche.» Timo Tuominen (20 ans, footballeur auprès du FC Thoun, troisième année d'apprentissage)

En forme pour l'été

Visana Club: un plus pour vous. Qu'il s'agisse de dips riches en vitamines pour la saison des grillades ou de bracelets connectés de Garmin, les offres du Club Visana vous préparent à l'été.

Visana Club: un plus pour vous. Si vous êtes client/e de Visana, vous êtes automatiquement et gratuitement membre de Visana Club et vous bénéficiez donc sans restriction des offres de nos partenaires. Visana n'utilise pas le moindre centime de prime pour le Visana Club. Vous trouverez d'autres offres et informations sur www.visana-club.ch.

Les bracelets connectés de Garmin sont esthétiques et malins



Avec vivosmart, le bracelet connecté de Garmin, vous disposez non seulement de vos données de fitness, mais vous êtes aussi informé/e des appels, messages et courriels entrant sur votre smartphone. Vivosmart suit vos progrès 24 heures sur 24 et sa batterie a une autonomie de sept jours. Vous pouvez le porter même sous la douche ou en nageant (étanche jusqu'à 50 mètres de profondeur).

L'écran est esthétique et invisible. Mais dès qu'un message arrive ou que vous tapotez le bracelet, il s'affiche et vous montre le nombre de pas effectués, la distance parcourue, la consommation de calories, l'heure et plus encore.

Caractéristiques du produit:

- indication du nombre de pas, de la consommation de calories, de la distance et de l'heure
- vibration en cas d'appel, de message et de courriel sur le smartphone
- utilisation simple en tapotant ou en glissant le doigt sur l'écran
- alarme d'inactivité pour vous rappeler qu'il est temps de bouger.

vivosmart existe en différentes couleurs (rose, violet, turquoise, gris ou noir), dans les tailles S et L.

Avec vivosmart de Garmin, passez des journées actives, au prix spécial du Club Visana: 140 au lieu de 179 francs (frais de port et deux ans de garantie inclus). Commandez le vivosmart sur www.visana-club.ch, par courriel order@garmin.ch, au moyen du talon de commande ou par fax au 032 755 95 79. L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2015 ou jusqu'à épuisement du stock. Vous trouverez plus d'informations sur www.visana-club.ch ou www.garmin.ch. Pour de plus amples informations sur le produit, adressez-vous à: support@garmin.ch.

Talon de commande

Garmin vivosmart, 140 francs, y compris les frais de port
Veuillez cocher la couleur et la taille souhaitées:

rose S/□ L; violet S/□ L;
 turquoise S/□ L; gris S/□ L; noir S/□ L

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Découper le talon et l'envoyer à:
Bucher + Walt, Rte de Soleure 8, 2072 St-Blaise

Solis X-Change Mixer – un seul appareil tout en un

Broyer, moudre, mixer, battre, émulsionner, passer, malaxer, réduire en purée ou hacher – le X-Change Mixer sait tout faire! Grâce à ses quatre accessoires interchangeables, le nouveau mixer de Solis vous permet de préparer rapidement d'innombrables recettes pour des repas sains, des entrées aux desserts, en passant par les plats principaux. Livraison comprenant: bloc moteur, mélangeur, quatre accessoires, clé, bol mélangeur (600 ml), bol hachoir (120 ml)

Que diriez-vous de dips sains pour la saison des grillades? N'hésitez plus et commandez le Solis X-Change Mixer pour 72.90 au lieu de 99.90 francs.

Inclus dans le prix: frais de port, taxe de recyclage et deux ans de garantie.



Commandez maintenant sur www.visana-club.ch ou au moyen du talon de commande. L'offre est valable jusqu'au 30 septembre 2015 ou jusqu'à épuisement du stock. Plus d'informations sur www.solis.ch. Informations sur le produit: sales.ch@solis.com

Talon de commande

1 Solis X-Change Mixer à 72.90 francs

y compris frais de port et taxe de recyclage prélevée à l'avance

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Découpez le coupon et envoyez-le à:
Solis of Switzerland SA, Visana-Angebot, Verkaufsinendienst,
Europastrasse 11, 8152 Glattbrugg

Micro mini2go – un bolide fourre-tout

Ouvrez le tiroir, mettez-y les jouets, et en avant toute! Avec le nouvel engin mini2go de la marque Micro, vous et vos enfants avez tout à portée de main.

A la fois bolide et bagage

Dès que vos affaires ou les sandwiches pour le pique-nique sont rangés dans le tiroir, votre petit s'assoit simplement dessus et démarre. La conduite se fait par déplacement du poids et favorise la motricité et le sens de l'équilibre des enfants. Éliminez le siège et le tiroir, et vous transformez le mini2go en Mini Micro classique. Le Micro mini2go est conçu pour des enfants âgés entre 18 mois et environ cinq ans et existe en rose et en bleu.

Pour votre prochaine excursion en famille: le mini2go est disponible pour 89.90 au lieu de 119.90 francs. (La TVA et les frais de port sont compris dans le prix.)

Commandez maintenant: www.visana-club.ch.

L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2015 ou jusqu'à épuisement du stock. Elle ne peut pas être cumulée à d'autres actions ou rabais. Pour plus d'informations, consultez la page www.microscooter.ch. Pour de plus amples informations sur les produits, veuillez contacter Micro par téléphone au numéro 044 910 11 22 ou par courriel à l'adresse: info@micro.ms.



Consultez régulièrement les offres de Visana Club sur www.visana-club.ch

Recommander Visana est payant pour vous!

Recommandez-nous: tout le monde y gagne! Convincez votre entourage de notre offre et profitez ensemble: vous gagnez 100 francs, et la nouvelle personne assurée aussi. Le tout sans effort!

Vous êtes satisfait/e de Visana? Convincez vos amis et connaissances des avantages que présentent nos multiples produits et notre service rapide, et vous serez gagnant/e. Visana récompense chaque recommandation qui aboutit à une conclusion en offrant la somme de 100 francs. Votre

profit augmente avec le nombre de conclusions réalisées. La nouvelle personne assurée en profite aussi (à partir de l'âge de 18 ans). Elle reçoit 100 francs pour la conclusion de l'assurance obligatoire des soins avec l'assurance complémentaire Hôpital et une autre assurance complémentaire (p. ex. Médecine complémentaire ou Traitements ambulatoires).

Talon de recommandation

Mon adresse

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
E-mail _____
N° d'assuré/e _____

Mes propositions de recrutement

Madame Monsieur

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
Tél. prof. _____ privé _____
E-mail _____
Date de naissance _____

Madame Monsieur

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
Tél. prof. _____ privé _____
E-mail _____
Date de naissance _____

Découper le talon et l'envoyer à Visana Services SA, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15. Pour éviter les frais d'envoi, faites vos propositions sous www.visana.ch/recommandation.

Pas de charge administrative

Recommander Visana est un jeu d'enfants. En quelques étapes, c'est réglé: il vous suffit d'indiquer le nom et l'adresse de votre connaissance sur le coupon ci-contre, d'ajouter votre propre adresse et votre numéro d'assuré/e et de retourner le coupon. Visana se charge de tout le reste. En cas de conclusion, vous recevrez 100 francs et la nouvelle personne assurée également. La recommandation en ligne s'effectue encore plus simplement, sur www.visana.ch/recommandation. Vous y trouverez également les conditions relatives aux recommandations. En outre, votre agence Visana vous conseillera volontiers.

Franziska Lehmann



Aventure dans l'Emmental

La Route du cœur pour les familles. En collaboration avec la Route du cœur, Visana vous propose une nouvelle offre familiale. Partez à la découverte de l'Emmental avec le vélo électrique Flyer et une remorque pour enfants.

La Route du cœur est un parcours de randonnée pour vélos électriques, qui relie Rorschach, au bord du lac de Constance, à Lausanne, au bord du lac Léman. Cet été, les familles entreprenantes pourront profiter d'une offre attrayante proposée par Visana et découvrir les plus belles contrées de Suisse en deux-roues.



Louez un vélo électrique Flyer avec remorque et partez à la découverte des paysages vallonnés de l'Emmental. Vous débutez votre tour à Berthoud, passerez par Lützelflüh et terminerez la balade à Affoltern, dans l'Emmental, avant de revenir à votre point de départ. Grâce au soutien du moteur électrique, vous gravirez sans effort les 260 mètres de dénivelé.

Fromagerie de démonstration de l'Emmental: sur la piste de la clé perdue!

A Affoltern, vous apprendrez tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le thème du fromage. Quant aux enfants, ils pourront jouer les détectives: équipés d'une loupe et d'un mètre ruban, ils partiront en quête de la clé de la cave à fromage, tout en s'initiant aux secrets de fabrication de l'emmental.



Après une petite collation sur place, vous reprendrez la route vers Berthoud. Pour le chemin du retour, vous pouvez également choisir d'emprunter le raccourci passant par Heimiswil.

Esther Trüssel

Offre familiale de Visana

L'offre familiale comprend la location de deux vélos électriques, avec une remorque pour enfants et/ou deux vélos pour enfants au maximum, ainsi qu'un repas de midi pour quatre personnes à la fromagerie de démonstration. L'offre complète coûte 179 francs. Les réservations et inscriptions se font auprès de la Route du cœur, par courriel à l'adresse mail@herzroute.ch ou par téléphone au numéro 034 408 80 99. Vous trouverez de plus amples informations dans la brochure «Circuits en famille. Les 10 plus belles promenades à vélo pour les familles». La brochure peut être téléchargée sous www.visana.ch/bike.

En tant que partenaire principal de la Route du cœur depuis 2006, Visana encourage l'activité sportive et soutient des offres de loisirs attrayantes pour toute la famille. Parce que la santé nous tient à cœur.



Foto: Visana

En contact avec Visana

Communiquer en toute simplicité. Certaines personnes accordent une grande importance au contact personnel, tandis que d'autres souhaitent pouvoir communiquer de manière simple et rapide avec leur assurance par voie électronique. C'est pourquoi Visana est également présente sur diverses plateformes de médias sociaux.

Chaque personne a des besoins qui lui sont propres. Tous les individus n'ont donc pas les mêmes attentes, selon qu'ils soient hommes ou femmes, jeunes ou moins jeunes, etc. Les clients et clientes de Visana ont toutefois un point commun: ils apprécient le conseil personnalisé que leur garantit Visana.

Visana est proche de ses clientes et clients. Grâce à un réseau d'environ 130 agences réparties dans toute la Suisse, les assurés et assurées peuvent compter sur les conseils d'un/e spécialiste en cas de questions sur leur assurance-maladie.

Certaines personnes préfèrent toutefois contacter une entreprise par le biais des réseaux sociaux, de manière simple, rapide et informelle. Pour répondre à ce besoin, Visana est présente depuis plusieurs années sur diverses plateformes de réseaux sociaux. Pour le moment, la communication se fait encore presque exclusivement en allemand.

Vous pouvez nous contacter sur les plateformes suivantes:

- Facebook
- Twitter
- Google+
- LinkedIn
- Xing
- YouTube



Peter Rüegg

Portail en ligne sécurisé

Si vous souhaitez communiquer en ligne avec Visana sans devoir renoncer à la sécurité des données, un portail en ligne sécurisé est à votre disposition sur www.myvisana.ch (voir page 19).

We-Feel-Good.ch – Grand quiz de la santé

Promotion de la santé ludique. La santé est notre bien le plus précieux, mais elle a un prix. Une meilleure sensibilisation aux questions de santé permet de réduire significativement les coûts dans ce domaine. Testez vos connaissances en participant au grand quiz de la santé sur We-Feel-Good.ch et tentez de remporter de superbes prix.

Combien de kilomètres en moyenne annuelle sont parcourus par les femmes pendant le shopping: a) 50, b) 214 ou c) 978 kilomètres? Le grand quiz de la santé de Visana vous propose de répondre à ce type de questions et bien d'autres encore sur les thèmes du mouvement, du repos et de l'alimentation, sur la plate-forme en ligne We-Feel-Good.ch. La participation au concours vaut doublement la peine.

Collecter des points

Tout au long de l'année, We-Feel-Good organise plusieurs concours, d'une durée de huit semaines chacun. Pour gagner des points, il vous suffit de répondre correctement aux 24 questions du quiz (trois nouvelles questions sont publiées chaque semaine) ainsi qu'aux six questions bonus. En invitant vos amis/es et connaissances à participer au jeu, vous recevez également des points supplémentaires.

Les points Feel-Good vous permettent de profiter régulièrement d'offres spéciales exclusives d'entreprises partenaires. Ces offres sont limitées dans le temps, et parfois aussi en nombre. «Les plus rapides seront donc les mieux servis!»



Tirage au sort et magazine We-Feel-Good

En participant au quiz, vous prenez également part au tirage au sort de prix attrayants, d'une valeur totale de 5000 francs, quel que soit le nombre de points disponibles sur votre compte. Cet été, nous mettrons de plus en ligne le magazine We-Feel-Good, qui contiendra des articles intéressants et des conseils sur le thème de la santé. Bonne chance!

Simon Achermann

PS: la bonne réponse à la question du début était (b).

Réseaux de médecins: des soins de base de qualité

Réduire les coûts avec Managed Care. Les réseaux de médecins et les cabinets de groupe forment la base des modèles Managed Care. Ces derniers proposent une prise en charge médicale optimale à des primes avantageuses.

Les modèles Managed Care offrent aux personnes assurées la possibilité de recevoir des soins gérés par un seul et même service. En s'adressant toujours en premier lieu au médecin de famille qu'elles ont choisi, elles contribuent à réduire les coûts du système de la santé. Visana collabore avec des fournisseurs Managed Care répartis dans toute la Suisse, tels que le réseau de médecins SeelandNet, www.seelandnet.ch. «VisanaFORUM» a demandé à Barbara Rentsch, la gérante de SeelandNet, quels sont les avantages des réseaux de médecins et comment ces derniers garantissent la qualité des soins de base.

«VisanaFORUM»: Quels sont les avantages d'un réseau de médecins?

Barbara Rentsch: Notre objectif est de proposer aux patientes et patients une prise en charge médicale de base de qualité optimale. SeelandNet est un réseau de médecins certifié. Pour être y être admis, un cabinet doit également être titulaire d'une certification de qualité.

Nos collaboratrices et collaborateurs suivent régulièrement des formations continues obligatoires. Nous disposons en outre d'un conseil chargé de représenter les intérêts des patientes et patients et d'organiser des projets tels que le conseil aux diabétiques, auxquels ils peuvent participer à moindre frais. Nous assurons également les remplacements et réglons les successions au sein des cabinets médicaux.



Photo: zVg

Managed Care sur Internet

Vous trouverez de plus amples informations sur les avantages de Managed Care sur www.visana.ch > Clientèle privée > Offre > Assurance-maladie > Assurances de base.

Comment un réseau de médecins permet-il de réduire les coûts?

Le premier traitement est toujours effectué par le fournisseur de prestations de base, lequel coordonne également la suite du traitement. La collaboration avec les spécialistes se fonde sur des critères clairement définis. Grâce au personnel médical qualifié formé à l'interne, les examens et traitements inutiles sont réduits au minimum, ce qui permet d'optimiser les coûts.

Comment Visana et SeelandNet collaborent-ils?

La collaboration avec des partenaires importants tels que Visana nous est indispensable pour pouvoir optimiser les coûts tout en proposant aux patientes et patients des prestations de qualité. En travaillant ensemble, nous pouvons proposer à nos patients/es des solutions de contrat Managed Care à des primes avantageuses.

Entretien: Hannes Bichsel

Gagnez un iPhone 6 avec MyVisana

Portail en ligne pour la clientèle. Sur MyVisana.ch, vous pouvez accéder en tout temps à vos documents personnels d'assurance, en quelques clics seulement. De plus, vous économisez du papier et contribuez ainsi à préserver l'environnement.

«VisanaFORUM» a demandé au responsable de projet Markus Mutti quels sont les avantages du portail en ligne du point de vue de la clientèle et comment il évoluera à l'avenir.



«VisanaFORUM»: Quels sont les avantages offerts par MyVisana?

Markus Mutti: Le portail vous permet de gérer vos assurances-maladie via Internet, de manière simple et rapide. Vous gagnez ainsi du temps et gardez une vue d'ensemble sur vos assurances-maladie. MyVisana n'est pas une plateforme impersonnelle et anonyme, bien au contraire. Vous y trouverez les coordonnées de votre agence et des conseillers/ères à la clientèle sur place et pouvez prendre contact avec eux. En renonçant à l'envoi de documents sous format papier, vous contribuez de plus activement à la protection de l'environnement.

Quelles sont les possibilités offertes par MyVisana?

MyVisana vous offre un aperçu de tous vos contrats d'assurance et décomptes de prestations, tels que les factures d'hôpitaux, de pharmacies, de médecins, etc. L'ensemble des documents que vous recevez aujourd'hui par voie postale y sont disponibles sous forme électronique au format PDF. Le portail vous garantit en outre une communication électronique sécurisée avec Visana, via Secure-Mail. Vous n'avez donc aucune concession à faire en matière de sécurité, comme c'est le cas dans le cadre de la communication par courriel. MyVisana propose également des services supplémentaires: vous pouvez par exemple modifier votre franchise, obtenir des attestations pour la déclaration d'impôt, annoncer un changement d'adresse, modifier le mode de paiement ou commander des étiquettes.

Comment mes données sont-elles protégées?

MyVisana bénéficie d'une triple protection. Outre le numéro d'identification et le mot de passe personnel, un code de sécurité supplémentaire protège l'accès au portail. Ce code figure sur une carte matrice ou est envoyé par SMS au moment de la connexion.

Tous les documents destinés à clientèle seront-ils à l'avenir disponibles uniquement sur MyVisana?

Ce n'est pas dans les intentions de Visana. Vous choisissez librement de renoncer aux envois sous format papier et de consulter vos documents exclusivement en ligne sur MyVisana. Nous souhaitons continuer à vous offrir cette liberté de choix à l'avenir, conformément à notre conception du service.

Entretien: Michael Wüthrich

Gagnez un iPhone 6



Inscrivez-vous en ligne sur www.myvisana.ch. A l'occasion d'un tirage au sort, nous mettons en jeu un iPhone 6 (64 GB, gris sidéral) d'une valeur de 799 francs parmi toutes les nouvelles inscriptions.

Bon à savoir

«VisanaFORUM» en double voire en triple exemplaire?

Toute personne assurée chez Visana a en principe droit à un exemplaire de «VisanaFORUM». Si plusieurs personnes affiliées à Visana vivent dans le même ménage, seule celle indiquée comme étant le membre principal de la famille reçoit normalement le magazine de la santé de Visana. Si plusieurs personnes vivent en colocation ou si une même adresse est par exemple orthographiée différemment (rue Général-Guisan au lieu de rue du Général Guisan), «VisanaFORUM» est envoyé en plusieurs exemplaires.

Afin de préserver l'environnement et de réduire les coûts, dans l'intérêt de toutes les personnes assurées, Visana souhaite éviter ces envois multiples non souhaités. Aidez-nous en indiquant à votre agence Visana, dont les coordonnées figurent sur votre police d'assurance, les adresses auxquelles il n'est plus nécessaire d'envoyer «VisanaFORUM». Vous pouvez également nous communiquer les numéros d'abonnement concernés par courriel: forum@visana.ch. Nous vous remercions de votre collaboration.



Informations importantes

Avez-vous des questions?

Si vous avez des questions concernant votre assurance, vous pouvez vous adresser en tout temps à Visana. Vous trouverez le numéro de téléphone et l'adresse de votre interlocuteur sur votre police actuelle et de nombreuses explications sur Internet, sous www.visana.ch > Clientèle privée > Service > Questions fréquentes > Questions techniques.

Visana Assistance

En cas d'urgence à l'étranger, Visana Assistance vous offre son soutien 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, au numéro de téléphone +41 (0)848 848 855. Ce numéro figure également sur votre carte d'assuré/e.

Conseil médical

En tant qu'assurés/es du groupe Visana, vous pouvez bénéficier de conseils médicaux gratuits au numéro de téléphone suivant: 0800 633 225 – 365 jours par an et à toute heure.

Contact pour la protection juridique en matière de santé

Pour faire valoir vos droits en vue de l'obtention de dommages-intérêts, appelez le n° de tél. 031 389 85 00.

Visana Newsletter

Si vous voulez éviter à l'avenir de passer à côté d'un concours ou d'une offre attrayante du club, vous pouvez vous inscrire sur www.visana.ch pour recevoir sans frais notre Newsletter.

Votre pyramide alimentaire personnelle en ligne

Grâce à l'offre «Ma pyramide» vous pouvez créer gratuitement sur www.mapyramide.ch une pyramide alimentaire contenant vos aliments préférés.

L'offre en ligne «Ma pyramide» de la Société suisse de nutrition (SSN) et de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) met l'accent sur une alimentation variée et savoureuse, en proposant à chacune et chacun de créer sa pyramide alimentaire personnelle. L'offre vous indique le nombre de portions à consommer chaque jour pour les différents groupes d'aliments et vous permet de faire votre choix en fonction de vos préférences alimentaires personnelles.

«Ma pyramide» sert de guide pour adopter une alimentation équilibrée. Elle fournit des informations utiles, prodigue des conseils pratiques et montre que la pyramide n'est pas un plan alimentaire rigide: il est tout à fait possible de suivre les recommandations

sans renoncer à ses goûts personnels. Vous trouverez de plus amples informations et des jeux interactifs sur www.sge-ssn.ch/lebensmittelpyramide



Vacanza: l'assurance de voyage pratique

Si vous avez conclu chez Visana l'assurance complémentaire Hôpital, Traitements ambulatoires ou Basic, vous bénéficiez automatiquement et gratuitement de l'assurance de voyage et de vacances Vacanza. Elle vaut pour des voyages durant jusqu'à huit semaines au maximum et couvre les frais de guérison en cas de maladie et d'accident à l'étranger. Elle inclut en outre les prestations suivantes.

- **Aide immédiate 24 heures sur 24:** l'assistance de Vacanza vous apporte un soutien sur place à toute heure, règle pour vous le paiement des dépôts exigés, organise votre retour en Suisse ou votre rapatriement en cas de prescription médicale pour un tel transport.
- **Assurance des bagages:** l'assurance couvre les bagages en cas de vol et de détournement ainsi que d'endommagement, jusqu'à un montant maximum de 2000 francs par voyage. Elle est valable dans tous les pays sauf en Suisse.

- **Assurance des frais d'annulation:** si vous devez annuler votre voyage à court terme, Visana prend en charge les frais d'annulation dans le monde entier (également en Suisse) jusqu'à la somme maximale de 20 000 francs par voyage.
- **Remplacement des cartes de crédit:** si au cours d'un voyage on vous vole votre porte-monnaie, avec des pièces de légitimation et cartes de crédit, un appel à Visana suffit. Nous nous chargeons alors de bloquer les cartes auprès des instituts émetteurs. Vous recevez jusqu'à 500 francs par an pour les frais de remplacement de vos cartes et papiers d'identité. Cela est valable en Suisse et à l'étranger.

Afin de pouvoir bénéficier pleinement des prestations de Vacanza, ces dernières doivent être coordonnées par Visana Assistance. En cas de prestations, appelez le numéro +41 (0)848 848 855 (ce dernier figure également au dos de votre carte d'assuré/e). Vous trouverez de plus amples informations sur l'assurance de voyage Vacanza sur www.visana.ch/vacances.

Retrouvez-nous sur facebook!
www.facebook.com/visana2



Photo: Saskia Widmer

«La qualité n'est pas la perfection»

Davantage de responsabilité individuelle. Il faut réduire les coûts. Pour le conseiller national Heinz Brand, il ne fait aucun doute que cela doit passer par un renforcement de la responsabilité individuelle. C'est pourquoi il encourage un rejet de la pensée de consommation ainsi qu'une garantie systématique de la qualité.

Le nouveau président de l'association faïtière des assureurs-maladie santésuisse se considère avant tout comme un représentant des intérêts des personnes assurées. Dans l'entretien qui suit, il décrit les principaux défis à relever dans le système de la santé.

«VisanaFORUM»: Que représente santésuisse pour les personnes assurées?

Heinz Brand: Un porte-parole engagé, qui défend leurs intérêts de manière conséquente, aussi bien vis-à-vis des différents fournisseurs du système de la santé qu'envers les autorités et la politique.

Comment cela se traduit-il?

Nous veillons à ce que les personnes assurées n'aient pas à assumer des coûts trop élevés, en soumettant des propositions d'amélioration concrètes dans le cadre du processus politique; récemment, nous avons par exemple encouragé une baisse des prix des médicaments suite à la diminution des coûts d'importation. Nous participons à la fixation des tarifs pour les prestations médicales et veillons à ce que les fournisseurs de prestations ne facturent pas des coûts trop élevés. Sans nous, les coûts seraient certainement bien supérieurs.

Quels sont les principaux défis à relever?

Assurer le maintien du niveau de qualité actuel et maîtriser l'évolution des coûts. Ces deux thématiques revêtent une importance décisive si nous voulons parvenir, également à l'avenir, à proposer des prestations de qualité pour des primes abordables.

Comment faire baisser les coûts?

Nous devons à nouveau prendre conscience que l'utilisation de prestations médicales ne va pas de soi. La consommation débridée doit cesser et la responsabilité personnelle sur le plan financier doit être renforcée. Des corrections sont également nécessaires au niveau des incitations financières. Il faut renforcer la concurrence entre les fournisseurs.

Par quels moyens?

L'introduction de la liberté de contracter pour les assureurs-maladie, dans le cadre de conditions claires, est une possibilité. Les assureurs-maladie pourraient ainsi collaborer avec les fournisseurs qui remplissent certains critères clés, tels que l'économicité et la qualité, ce qui conduirait automatiquement à une concurrence accrue, une amélioration de l'offre et une réduction des coûts.

Le progrès médical n'entraîne-t-il pas toujours une hausse des coûts?

Non. Les progrès de la médecine permettent de guérir plus rapidement de nombreuses maladies, ce qui diminue la charge médicale. Bien des traitements pour lesquels une hospitalisation était autrefois nécessaire sont aujourd'hui effectués en ambulatoire. Cette efficacité accrue permet clairement une baisse des coûts, bien que cette dernière se reflète trop peu dans le porte-monnaie des personnes assurées.

Où passent donc ces économies de coûts?

C'est une bonne question. De mon point de vue, il est clair que ces économies doivent profiter en premier lieu aux personnes assurées. Cela suppose une transparence totale du financement. Dans le domaine hospitalier, il subsiste encore de fausses incitations financières.

Avons-nous trop d'hôpitaux?

Malheureusement, certains cantons maintiennent des hôpitaux non rentables et des structures obsolètes pour des questions politiques, bien que cela ne soit pour eux plus justifié sur le plan économique et médical. Ce sont les contribuables et les personnes assurées qui en payent les frais.

Que pensez-vous de la qualité de notre système de la santé?

Elle est élevée, et ce, dans toutes les régions de Suisse. L'accès aux soins est de plus garanti en tout temps, à chacune et chacun d'entre nous. Je me demande toutefois si nous avons vraiment atteint un niveau optimal.

Porte-parole des personnes assurées

Le conseiller national Heinz Brand préside le conseil d'administration de santésuisse depuis une centaine de jours. L'association, dont Visana est également membre, représente les intérêts des assureurs-maladie vis-à-vis des acteurs du système de la santé. Président de l'UDC dans le canton des Grisons, Heinz Brand était, jusqu'à la fin de l'année dernière, à la tête du conseil de la fondation Flury Gesundheitsversorgung Schiers, qui assure l'approvisionnement en soins dans le Prättigau.

«Mouvement et modération»

A la question de savoir quels sont ses loisirs, Heinz Brand précise qu'il «essaie de réaliser ce qu'il attend des autres». Il fait ainsi du sport deux à trois fois par semaine, du vélo en été et du ski de fond en hiver. Il se déplace également souvent à pied, s'efforce de prendre les escaliers au lieu de l'ascenseur – «également pour monter!» – et veille à adopter une alimentation saine. «J'applique le principe de Paracelse, selon lequel seule la dose fait le poison. Tout avec modération.»

En doutez-vous?

Nous devons mieux mesurer la qualité et orienter l'offre en conséquence. Si par exemple, le nombre d'opérations de pontage coronarien dans une certaine région est bien supérieur à la moyenne nationale, quelque chose ne va pas. Ce n'est pas lié à une recrudescence des problèmes cardiaques, mais à un sur-approvisionnement de médecins spécialistes. Nous devons corriger ce type de situations.

Sommes-nous trop choyés?

Sans doute exploitons-nous parfois à l'extrême l'offre à notre disposition. Dans le domaine médical et celui des soins, il faudrait toujours réfléchir à ce qui est justifiable et pertinent, et non à tout ce qui est médicalement possible. La qualité ne désigne ni la perfection, ni l'exploitation maximale, mais un traitement optimal adapté à chaque cas. A cet égard, une responsabilité individuelle accrue est de mise. Cela vaut pour chacune et chacun d'entre nous. La consultation médicale ne doit pas devenir une routine, encore moins une activité de loisir.

Entretien: David Müller