

# BusinessNews

Das Magazin für Unternehmenskunden von Visana



### 3 Unternehmensporträt

Armin Strom – transparentes  
Uhrenhandwerk

### 6 Moderne Arbeitswelt

Visana eröffnet Coworking-  
Space in Bern

### 12 Unfallprävention im Schnee

Sicher unterwegs am  
«Stop Risk Day Wintersport»

**3**  
Armin Strom –  
dem Uhrenkunsthand-  
werk verschrieben

**6**  
Modernes Arbeiten im  
Coworking-Space

**8**  
Visana-Mitarbeiterin  
im Fokus

**10**  
Digitales Angebot für  
gesundheitsförderndes  
Arbeitsverhalten

**11**  
BGM: Feierabend-  
Austausch von Visana

**12**  
Unfallprävention  
am «Stop Risk Day  
Wintersport»



## Liebe Leserinnen und Leser

Bereits befinden wir uns wieder mitten im Herbst, und die Gesundheitskosten sind wie beinahe jedes Jahr ein breit diskutiertes Thema. Wir von Visana sind davon überzeugt, dass unsere Prämien sowohl im Unternehmens- als auch im Privatkundenbereich attraktive Chancen für 2023 bieten. Mein Team und ich sind topmotiviert, Ihnen auch dieses Jahr optimale Lösungen bereitzuhalten.

Sie haben die neue Ausgabe der «Business News», unseres Magazins für Unternehmenskunden, in den Händen. Wir verschicken es in Folie verschweisst. Diese dient dem Schutz und führt immer wieder zu Reaktionen. Die Empa St. Gallen hat im Auftrag des «Kassensturzes» die Ökobilanzen im Magazinversand untersucht. Das Ergebnis: Plastikfolie schneidet besser ab als das Papiercouvert. Mehr dazu auf [altpapier.ch](http://altpapier.ch). Wir beobachten die Entwicklung aber genau. Die Umwelt ist uns ein grosses Anliegen. Vielen Dank für Ihre Rückmeldungen!

Zwei beliebte Visana-Anlässe stehen im November 2022 respektive im Januar 2023 auf dem Programm: der Feierabend-Austausch, also unser Forum für Betriebliches Gesundheitsmanagement, sowie der «Stop Risk Day Wintersport». An beiden Events können Sie wie gewohnt gratis mit dabei sein. Erfahren Sie mehr darüber auf den Seiten 11 und 12.

Geniessen Sie den hoffentlich goldenen Herbst und viel Spass bei der Lektüre der «Business News». Ich freue mich auf anregende Gespräche und Begegnungen – analog und digital. Und am allerwichtigsten ist: Bleiben Sie gesund!

Patrizio Bühlmann

Leiter Unternehmenskunden / Mitglied der Geschäftsleitung



 Folgen Sie uns auf Facebook,  
[facebook.com/visana.krankenversicherung](https://facebook.com/visana.krankenversicherung)

 auf Instagram  
[instagram.com/visana.krankenversicherung](https://instagram.com/visana.krankenversicherung)

 und auf LinkedIn.  
[linkedin.com/company/visana](https://linkedin.com/company/visana)

**Impressum.** «Business News» ist eine Publikation der Visana Services AG für ihre Unternehmenskunden. Redaktion: Stephan Fischer, Karin Roggli. Adresse: Visana, Business News, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 16. E-Mail: [business@visana.ch](mailto:business@visana.ch). Gestaltung: Komet Werbeagentur AG, Bern. Layout: Natalie Fomasi, Elgg. Titelbild: Mauro Mellone. Druck: Appenzeller Druckerei. Internet: [visana.ch/business](https://visana.ch/business)



# Dem Uhrenkunsthandwerk verschrieben

Es werden wieder vermehrt Uhren am Handgelenk getragen. Wer sich etwas Besonderes leisten möchte und Freude an handgefertigten mechanischen Uhren aus Schweizer Produktion hat, liebäugelt vielleicht mit einem Exemplar der Marke «Armin Strom». Die Nachfrage nach Qualitätsuhren aus der Bieler Manufaktur ist gross.

Text: Stephan Fischer | Bilder: Mauro Mellone



«Die Fertigung einer Uhr dauert zwei bis drei Wochen.»

Rund 500 Uhren produziert das Unternehmen mit seinen knapp 30 Mitarbeitenden pro Jahr. Die Wartezeit ab Bestellung beträgt – je nach Modell – acht Monate und länger. Der Sammlermarkt für Uhren wie solche der Marke «Armin Strom» wächst, und der gute Name der Bieler befeuert die Nachfrage zusätzlich. Darum planen Serge Michel und Claude Greisler, Gründer und Co-Geschäftsführer, die Kapazität in den nächsten Jahren auf 1000 bis 1500 Stück auszubauen. Das stellt sie vor mehrere Herausforderungen.

## Mehr Raum

Wäre da kein Schriftzug an der Aussenwand, könnte man das unscheinbare Firmengebäude auch für ein gewöhnliches Wohnhaus halten. Im Innern arbeiten jedoch mehr als zwei Dutzend Leute hochkonzentriert an den gefragten Kunstwerken. Bis jetzt genügte die Produktions- und Bürofläche, denn die Uhrenproduktion ist eher platz-

sparend. «Unsere Lager sind kleine Schubladen», sagt Serge Michel und lacht. Aber für die angestrebte Expansion brauche es in den kommenden Jahren mehr Personal und mehr Platz. Entsprechend halte man Ausschau nach einem grösseren Produktionsstandort in der Region.

## Keine Toleranz für Fehler

Die Uhren von Armin Strom sind «Swiss made». Die Teile werden im Firmensitz in Biel gefräst, geschliffen, poliert, dekoriert

und zur Uhr zusammengesetzt. «Zwei bis drei Wochen dauert die Fertigung einer Uhr», sagt Serge Michel. Jedes Exemplar wird zusammengesetzt, getestet, wieder auseinandergenommen, komplett gereinigt und erst dann definitiv zusammengestellt. Die Preise für die verschiedenen Modelle bewegen sich zwischen 14 000 und 380 000 Franken. Verständlich, dass die Kundinnen und Kunden dafür allerhöchste Qualität und Perfektion erwarten. Bereits der geringste Kratzer auf einer Schraube oder ein Staubkorn im Uhrwerk wären absolute No-Gos.

### Abtauchen ins Uhrwerk

Wer bei Armin Strom Uhren fertigt, ist Uhrmacherin oder Uhrmacher aus Passion. Claude Greisler besitzt diese Passion. Sie wurde ihm quasi in die Wiege gelegt, bereits sein Grossvater war Uhrmacher. «Mich fasziniert, wie man mit Stahl, Messing, Rädern und Federn eine Uhr kreieren und zum Ticken bringen kann, die dann die genaue Zeit

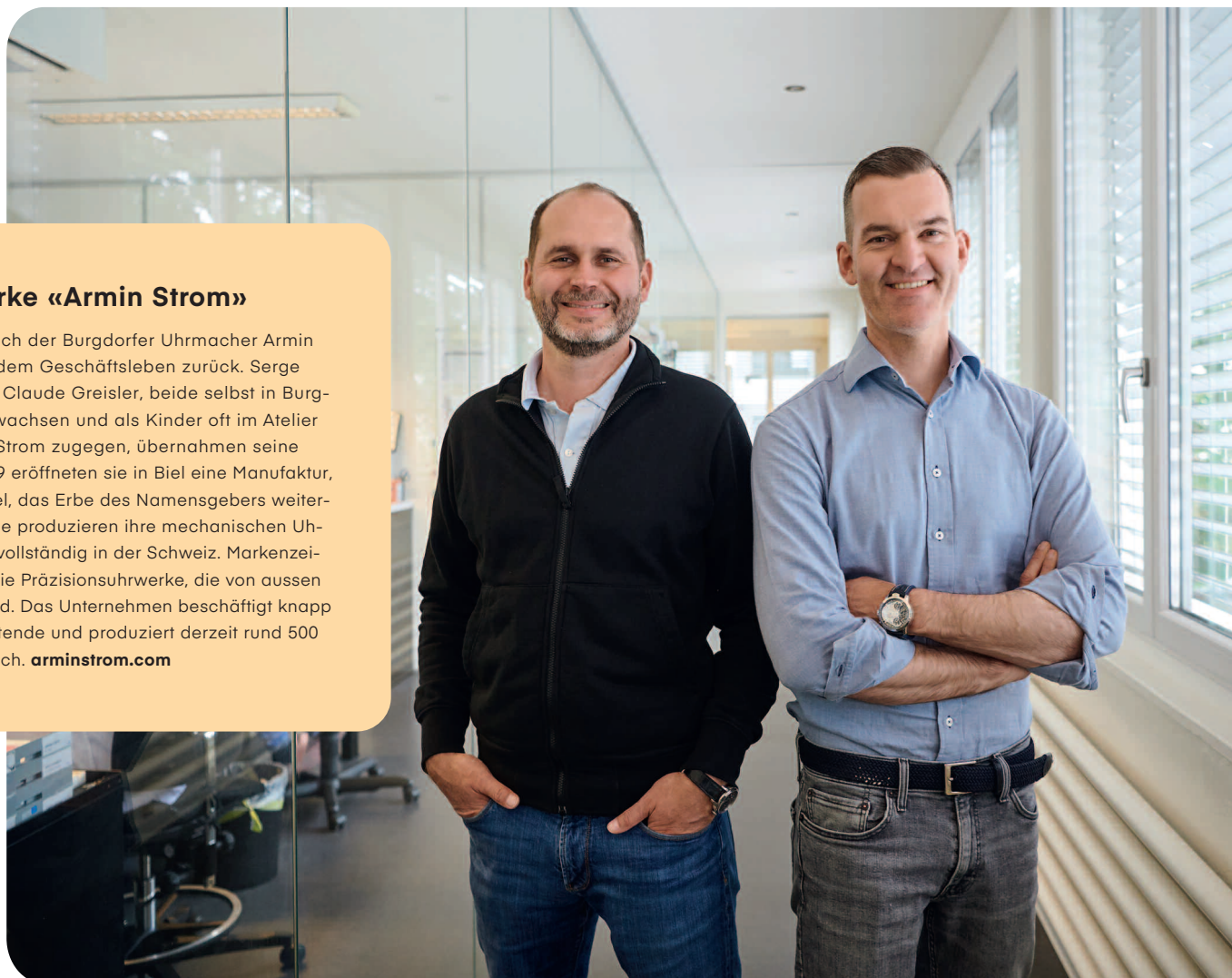
anzeigt.» Damit dies klappe, müsse von Anfang an alles perfekt sein, denn bereits beim kleinsten Fehler funktioniere eine Uhr nicht, so Greisler. «Als Uhrmacher taucht man buchstäblich ins Uhrwerk ein und blendet dabei wie ein Sportler im Stadion die tobende Masse aus. Wenn man ins Uhrwerk eintaucht, wird dieses immer grösser, bis man sich quasi in der Uhr bewegen kann. Dies zu erleben, ist für mich das Schönste an diesem Beruf.»

### Perfektion gehört zum Berufsstolz

Für Claude Greisler, den Co-Geschäftsführer und Verantwortlichen für Design und Entwicklung der Uhren, sind die Momente rar geworden, in denen er selbst eine Uhr zusammensetzt. Aber er weiss natürlich bestens, welche Qualitäten seine Mitarbeitenden aufweisen müssen,

## Die Marke «Armin Strom»

2006 zog sich der Burgdorfer Uhrmacher Armin Strom aus dem Geschäftsleben zurück. Serge Michel und Claude Greisler, beide selbst in Burgdorf aufgewachsen und als Kinder oft im Atelier von Armin Strom zugegen, übernahmen seine Marke. 2009 eröffneten sie in Biel eine Manufaktur, mit dem Ziel, das Erbe des Namensgebers weiterzuführen. Sie produzieren ihre mechanischen Uhren seither vollständig in der Schweiz. Markenzeichen sind die Präzisionsuhrwerke, die von aussen sichtbar sind. Das Unternehmen beschäftigt knapp 30 Mitarbeitende und produziert derzeit rund 500 Uhren jährlich. [arminstrom.com](http://arminstrom.com)



Jugendfreunde, Gründer und Co-Geschäftsführer von Armin Strom: Serge Michel (links) und Claude Greisler.



## «Bei uns arbeiten Individualisten, Künstler, Freaks.»

um bei Armin Strom die hochgesteckten Ansprüche erfüllen zu können. «Ich mache gern den Vergleich mit der Gastronomie: Wir arbeiten in einem Betrieb mit 18 oder 19 Gault-Millau-Punkten. Wie in der Spitzenküche arbeiten auch bei uns Individualisten, Künstler, Freaks. Perfektion gehört zum Berufsstolz der Uhrmacher.» Dies habe zur Konsequenz, dass man die Mitarbeitenden entsprechend führen müsse. «Uhren anzufertigen ist ein Kunsthandwerk, bei dem jeder ein wenig anders arbeitet.» Das Ziel, sprich das fertige Produkt, sei jedoch klar vorgegeben. «Die grosse Kunst ist nun, die Kreativität unserer Mitarbeitenden zu fördern, ohne dass wir sie aus den Leitplanken ausbrechen lassen», so Greisler.

### Weltweite Vernetzung

Der wichtigste Absatzmarkt für Uhren von Armin Strom sind die USA. Aber auch in China und Japan sind viele Sammler auf die Schweizer Marke aufmerksam geworden. In Whatsapp-Gruppen und via Instagram tauschen sich Uhrenliebhaber weltweit aus und diskutieren die Feinheiten der einzelnen Modelle. Die Weiterempfehlungen innerhalb einer stetig wachsenden Community sind beste Werbung für eine Luxusmarke wie Armin Strom. «Wir stellen momentan ein reges Interesse bei IT-Spezialisten aus dem Silicon Valley fest. Vielleicht, weil die mechanische Uhr einen willkommenen Kontrast zur schnelllebigen, oft übertechnisierten Welt darstellt», schätzt Serge Michel.

### Steiniger Aufstieg

Der Erfolg von Armin Strom fiel den beiden Firmengründern nicht in den Schoss. Zu Beginn ging es keineswegs steil aufwärts mit dem Unternehmen, im Gegenteil: «Die ersten Jahre waren steinig, wir haben einige Rück-



Filigranes Kunsthandwerk mit Hang zur Perfektion.

schläge erlitten. Wir lernten, dass es manchmal zuerst zwei Schritte vorwärts und dann wieder einen Schritt zurück geht. Und dass das Produkt und seine Qualität das A und O ist», erinnert sich Serge Michel. «2010 produzierten wir unser erstes Kaliber. Für uns war es damals das beste, das wir uns vorstellen konnten. In der Praxis stellte sich aber heraus, dass es noch einige Kinderkrankheiten aufwies, die es auszumerzen galt. Darum kamen relativ viele Uhren zurück, die wir revidieren mussten.» Nach 13 Jahren auf dem Markt ist Armin Strom eine gut etablierte Marke, während andere in dieser Zeit wieder verschwunden sind. Der Grundstein für die Fortführung der Erfolgsgeschichte ist gelegt.

### Der Gründer – ein Meister der Handskelettierung

Sein Uhrmachergeschäft gründete Armin Strom (84) im Jahr 1967. Parallel zur klassischen Tätigkeit des Uhrmachers bot er einen prominenten Restaurierungsservice an. Er eignete sich die höchste Kompetenz in der Kunst der Handskelettierung an. Beim Skelettieren wird ein bestehendes Uhrwerk in Filigranarbeit mit Säge und Feile wie ein gotisches Kirchenfenster durchbrochen, damit man fast ungehindert hindurchblicken kann. Die stehen gebliebenen Metallteile werden graviert und poliert, um sie noch feiner wirken zu lassen. 1990 brachte ihm sein Kunsthandwerk einen «Guinness-Buch»-Weltrekord für die Herstellung der kleinsten handskelettierten Uhr der Welt ein.



## Visana eröffnet einen Coworking-Space am Bärenplatz in Bern

Die Arbeitswelt bewegt sich. Neue spannende Formen der Zusammenarbeit sind entstanden und gewinnen an Beliebtheit. In Coworking-Spaces treffen Mitarbeitende unterschiedlicher Unternehmen und Branchen aufeinander. Am 3. November 2022 öffnet Visana die Tore zum eigenen Coworking-Space in Bern.

Text: Benjamin Stupan | Bild: Alfonso Smith

Visana hat sich den modernen Arbeitswelten verschrieben: nach innen und neu auch nach aussen. Dabei steht stets die Gesundheit der Menschen im Fokus.

### **Moderne Arbeitswelten gegen innen**

Das Homeoffice bleibt auch nach der Pandemie ein wichtiges Thema für Visana. Mit dem Flexwork-Ansatz bestimmen die Mitarbeitenden zu mindestens 40 Prozent der Einsatzzeit selbst, wo sie arbeiten. Dabei ist das Homeoffice beliebter denn je. Nebst dem Corporate Office stehen den Mitarbeitenden aber auch interne Coworking-Arbeitsplätze an rund 30 Visana-Standorten zur Verfügung.

### **Moderne Arbeitswelten gegen aussen**

Nun steht der nächste Schritt an. Unser Coworking-Space am Bärenplatz öffnet am 3. November 2022 seine Türen für Unternehmens- und Privatkunden. Mitten in Bern, unweit vom Bundeshaus und nur gerade 500 Meter vom Hauptbahnhof entfernt, stehen ein umfangreiches Angebot an Arbeitsplätzen, Begegnungszonen, Konferenz- und Workshop-Räumen sowie ein Eventbereich für 50 Personen zur Nutzung bereit. Arbeitsplätze können für einzelne Stunden, Tage oder gleich im Abonnement gebucht werden. Das gesamte Angebot richtet sich an Einzelpersonen und Teams. Die moderne Infrastruktur fügt sich symbiotisch und sanft in die historische Bausubstanz ein. Für die Umsetzung zeichnet das Unternehmen Raum und Design verantwortlich.

### **Gesundheit als Thema Nummer 1**

Visana setzt einen Schwerpunkt beim gesundheitsbewussten Arbeiten. Coworkerinnen und Coworker werden dazu motiviert und auf Wunsch entspre-

## Unsere Partner

Der führende Anbieter von Workspaces in der Schweiz ist FlexOffice (**flexoffice.swiss**). Mit der Vision von zeitgemässen Raumkonzepten für hybride Arbeitskulturen bietet das Unternehmen schweizweit Workspaces für mittlere und grosse Teams zu flexiblen Konditionen an Topstandorten. Inklusiv spezieller Services und Vorteile wie kostenfreien Zugangs und Buchung von über 50 voll ausgestatteten Sitzungsräumen, Highspeed-Internet und Barista-Kaffee à discrétion.

Unter dem Leitsatz «Wo man sich gerne begegnet ...» plant Raum und Design (**raumunddesign.ch**) seit 2006 Wohn- und Geschäftsräume und begleitet Unternehmen in die neue Arbeitswelt. Kundinnen und Kunden profitieren von ihren Dienstleistungen, die sämtliche Aspekte der Raumgestaltung und -nutzung beinhalten: von der Analyse über die Gestaltung der Räume bis zum Umzug.

chend angeleitet. Referate und Inputs zu verschiedenen Themenbereichen runden das ganzheitliche Konzept der Coworking-Spaces von Visana ab.

### Begegnung: das A und O von New Work

Die Sitzungsräume sind mit ausgereifter Konferenztechnik ausgerüstet. Bei Sitzungen, die vor Ort stattfinden, können weitere Teilnehmende online dazugeschaltet werden. In den Workshop-Räumen treffen sich Gruppen zur Projektarbeit oder zur Vertiefung von strategischen Themen. Ausbildungen und Schulungen können ebenfalls durchgeführt werden.

Die Begegnung mit Menschen aus den unterschiedlichsten Wirtschaftszweigen ergibt sich nicht nur bei der Arbeit im Coworking-Space, sondern auch im Rahmen der entstehenden Community, die dem Grundsatz «Nach bi de Lüt» folgt und diese zusammenbringt. Wer zwischendurch lieber alleine ist, kann sich in einen der Fokusräume zurückziehen.

Visana konnte das Unternehmen FlexOffice für den Betrieb der Coworking-Spaces gewinnen. Damit treffen zwei Kernkompetenzen aufeinander: FlexOffice bringt das notwendige Know-how für die Führung der Coworking-Spaces mit, während Visana den Aspekt des gesunden Arbeitens in die Partnerschaft einbringt. Zusammen bürgt dies für höchste Qualität der Dienstleistungen.

### Vorteile für Visana-Kundinnen und -Kunden

Privat- und Unternehmenskunden von Visana profitieren von vergünstigten Preisen bei der Buchung der Angebote. Es lohnt sich also noch mehr, Kundin oder Kunde von Visana zu sein. Buchungen erfolgen ganz einfach über die Web-Plattform oder direkt vor Ort.



Möchten Sie unsere Coworking-Spaces besuchen? Dann kommen Sie an einem unserer Tage der offenen Türe vorbei. Die Einzelheiten dazu erfahren Sie auf **visana.ch/coworkingspace**.


Mehr zum Thema Coworking:

↓ [visana.ch/coworking](https://visana.ch/coworking)

## Begriffe

<b>Corporate Office</b>	Der Arbeitsort nach Arbeitsvertrag
<b>Coworking</b>	Externe Coworking-Spaces sind neutrale Orte, die von privaten Organisationen betrieben werden. Dort arbeiten Angestellte und selbstständig Erwerbstätige Seite an Seite zusammen. Interne Coworking-Spaces sind alternative Arbeitsorte innerhalb einer Organisation, die zum üblichen Arbeitsplatz nach Arbeitsvertrag (Corporate Office) angeboten werden.
<b>Flexwork</b>	Gibt den Mitarbeitenden die Möglichkeit, ihren Arbeitsort in Absprache mit dem Unternehmen selbst zu wählen.
<b>New Work</b>	Fasst Veränderungsprozesse in der Arbeitswelt im digitalen Zeitalter zusammen.





**«Ich muss hinter  
dem stehen,  
was ich mache.»**



# Von der Lernenden zur Underwriterin

Ein Berufseinstieg wie aus dem Bilderbuch: Arjah Rahimi wurde nach ihrer Lehre bei Visana direkt als Underwriterin weiterbeschäftigt. Dort berechnet sie Offerten für ganz unterschiedliche Unternehmenskunden. Ein Bereich, in dem Erfahrung von Vorteil ist. Arjah Rahimi lernt täglich dazu und weiss inzwischen, was sie kann.

Text: Melanie von Arx | Bild: Remo Buess

«Ich fühlte mich sehr geschmeichelt, als ich noch während der Lehre ein Angebot für eine Festanstellung bei Visana erhielt», erinnert sich Arjah Rahimi an den Moment im zweiten Lehrjahr als kaufmännische Angestellte. Die junge Frau wusste zu überzeugen und wurde ohne zusätzliches Vorstellungsgespräch angestellt. «Im letzten halben Jahr der Lehre arbeitete ich bereits in meiner künftigen Abteilung, wo es mir super gefiel.» Die Lehre mit Schwerpunkt Privatversicherungen schloss sie 2020 erfolgreich ab.

## Nesthäkchen im Team

Im Underwriting sei Erfahrung hilfreich, erzählt Arjah Rahimi. «In unserem Team sind die meisten Mitarbeitenden sehr erfahren. Ich bin klar die Jüngste», ergänzt sie. Es brauche einige Jahre, bis man in die Materie eingearbeitet sei. Doch ihr Team stärkt Arjah Rahimi den Rücken: «Ich erhalte viel Unterstützung durch meinen Chef und die anderen Teammitglieder – wenn ich sie brauche.» Jede Offerte sei anders und müsse individuell beurteilt werden, da seien Vergleichswerte im persönlichen Erfahrungsschatz sehr wertvoll. Zudem lebe ihre Arbeit von vernetztem Denken, das sich mit jedem Fall weiterentwickle.

## Auf den Hund gekommen

Arjah Rahimi (21) hat bei Visana eine KV-Lehre im Bereich Privatversicherungen gemacht und wechselte nachher direkt als Underwriterin ins Ressort Unternehmenskunden. Die Bielerin ist ein Familienmensch und verbringt gerne Zeit mit ihrer Schwester und der Nichte. Arjah Rahimi besitzt einen Chihuahua namens Chanel: «Ich bin oft mit ihr draussen, sie ist zwar bereits eine ältere Dame, aber noch topfit.» Damit sie selbst fit bleibt, geht Arjah Rahimi gerne ins Fitness.

## Individuelle Angebotskalkulation

Welche Aufgaben hat Arjah Rahimi im Underwriting von Visana? Unternehmen wollen sich bei Visana versichern und arbeiten diesbezüglich oft mit einem spezialisierten Broker zusammen. Dieser tritt mit einem Unternehmensberater von Visana in Kontakt. Der Unternehmensberater übergibt alle Details zum Unternehmen und zur gewünschten Versicherung dem Underwriting. Arjah Rahimi berechnet als Underwriterin die Offerte, die dem Unternehmen wiederum durch den Unternehmensberater oder Broker unterbreitet wird. Bei ihren Berechnungen geht es um die Risikobeurteilung des Unternehmens. Dabei zählen harte Fakten wie Anzahl Mitarbeitende, Lohnsumme oder Schadensverlauf beim Vorversicherer, doch es ist für die individuelle Berechnung auch viel Gespür nötig. Pro Offerte benötige sie je nach Komplexität des Falls von einer Viertelstunde bis zu einem ganzen Tag.

Manchmal gibt es Rückfragen ans Underwriting, oder die Offerte wird nachgebessert. «Ich muss zu meiner Arbeit und meinen Berechnungen stehen, diese gegebenenfalls auch gegenüber dem Unternehmensberater verteidigen», erklärt Arjah Rahimi. Dafür sei Selbstbewusstsein nötig. «Ich kann das Schadenmanagement von Visana mit meiner Arbeit positiv beeinflussen, dies ist eine verantwortungsvolle Aufgabe», meint die 21-Jährige.

## Es passt perfekt

Die Zusammenarbeit mit «ihrem» Unternehmensberater sei sehr gut. Arjah Rahimi arbeitet als Tandem mit dem Leiter der Zürcher Unternehmensberater. «Wir haben ein hervorragendes Verhältnis zueinander», erzählt die junge Underwriterin.

Generell sei sie zufrieden, wie sich ihr Berufseinstieg entwickelt habe: «Schon als ich das Jobangebot erhielt, dachte ich mir, dass die Stelle perfekt passen würde. Dies denke ich auch heute noch. Ich arbeite gerne bei Visana.»

# Online-Assessment zum Thema Selbstgefährdung und Selbstsorge

Im Rahmen eines gemeinsamen Projektes entwickeln Visana und die Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW) ein digitales Angebot für gesundheitsförderndes Arbeitsverhalten. Ziel: Mitarbeitende im Umgang mit steigendem Druck und Tempo in der Arbeitswelt stärken.

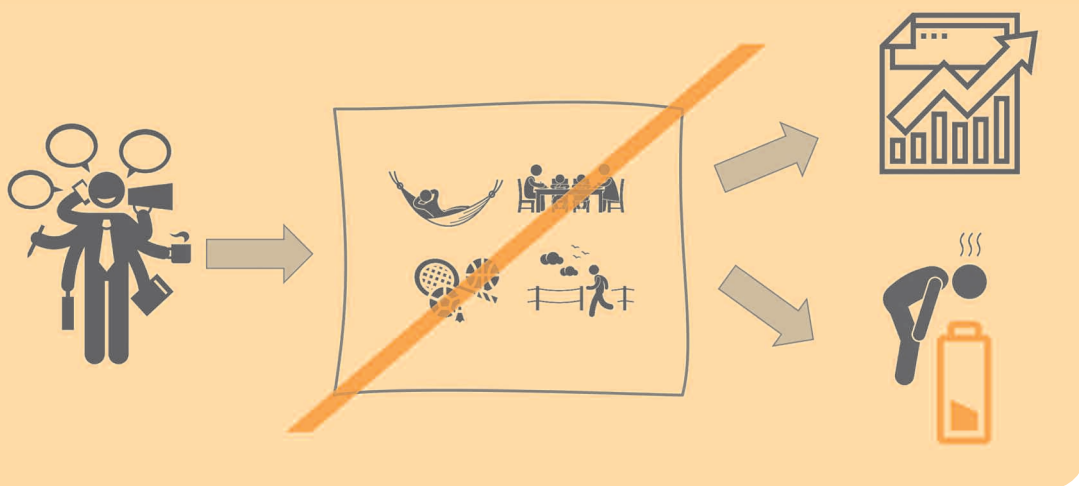
Text: Adrian Gilgen | Illustration: FHNW

Treiber für die Entwicklung dieses Angebots sind die Digitalisierung und die Beschleunigung der Arbeitswelt sowie die Übergabe von Verantwortung für Geschäftsziele in Form von Kennzahlen an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Unter diesen Bedingungen stossen insbesondere engagierte Mitarbeitende an ihre Grenzen und verausgaben sich. Sie entwickeln Verhaltensroutinen, die zwar kurzfristig den Druck reduzieren, aber auf Dauer zu langen Ausfällen führen können.

## Verhaltensroutinen erkennen lernen

Ziel des digitalen Angebots: Die Mitarbeitenden unserer Unternehmenskunden erhalten ein Werkzeug, das sie dabei unterstützt, frühzeitig gesundheitsschädliche Verhaltensroutinen bei sich zu erkennen und selbstständig entsprechende Massnahmen dagegen einzuleiten.

Ist Ihr Unternehmen am neuen Tool interessiert? Melden Sie sich bei uns via E-Mail: [bgm@visana.ch](mailto:bgm@visana.ch). Gerne kontaktieren wir Sie, sobald das Online-Assessment bereitsteht.



Um den Erfolg der eigenen Arbeit zu sichern oder Misserfolge zu vermeiden, wird auf Ausgleich verzichtet. Damit wird die Gefährdung der eigenen Gesundheit willentlich in Kauf genommen.

## Wettbewerb: Gewinnen Sie 3 x 2 Teleskop-Spiesse

Eine feine Wurst am wärmenden Lagerfeuer zu grillieren, ist auch im Winter ein lohnendes Erlebnis. Mit unseren Teleskop-Spiessen sparen Sie sich das Schnitzen eines «Stäckens». Wir verlosen 3 x 2 Stück dieser praktischen Grillier-Helfer. Machen Sie bei unserem Wettbewerb mit, indem Sie die folgende Frage richtig beantworten:

**In welcher Stadt eröffnet Visana einen Coworking-Space?** Basel, Bern oder Biel?

Nehmen Sie auf [visana.ch/verlosung](https://visana.ch/verlosung) an der Verlosung teil, oder scannen Sie den QR-Code und gelangen damit direkt zum Wettbewerbsformular. Teilnahmechluss ist der 4. November 2022.







Jonny Fischer und Rüdiger Böhm: Motivationsspeaker im Doppelpack.

## Wie weiter nach einer Krise?

Am Feierabend-Austausch von Visana, dem Forum für Betriebliches Gesundheitsmanagement, dreht sich alles ums Thema Resilienz. Hochkarätige Redner – Jonny Fischer und Rüdiger Böhm – erwarten Sie Mitte November in Bern und Winterthur.

Text: Simone Hubacher | Bild: Rüdiger Böhm

Resilienz ist ein Ausdruck, der seit Corona an Bedeutung gewonnen hat. Die Rede ist von der psychischen Widerstandsfähigkeit («resilire» heisst auf Lateinisch «zurückspringen»), also der Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und sie als Anlass für die persönliche Entwicklung zu nutzen. Jeder Mensch ist anders – und doch haben wir dies gemeinsam: Resilienz können wir bewusst fördern und entwickeln.

### Erfahren im Umgang mit Herausforderungen

Am Feierabend-Austausch in Bern und Winterthur dreht sich heuer alles ums Thema Resilienz. Auf eine humorvolle, aber auch ernste Art – weil beide schon grosse Tiefs in ihrem Leben gemeistert haben – werden Jonny Fischer (eine Hälfte des berühmten Schweizer Komiker-Duos Divertimento) und Rüdiger Böhm (deutscher Extremsportler, Speaker und Motivationstrainer) aufzeigen, wie man positiv mit Herausforderungen umgehen kann. Sie stehen dafür gemeinsam auf der Bühne.

### Wie sieht es bei Ihnen aus?

Wie gehen Sie selbst mit Krisen, Herausforderungen und Extremsituationen um, und wie Ihre Mitarbeitenden? Was tun Sie, wenn plötzlich alles anders ist, wenn Sie sich von einem auf den anderen Moment nicht mehr auf das verlassen können, was einmal war? Nehmen Sie Ihr Stresslevel und Ihre Energie persönlich wahr, oder ist Achtsamkeit

### Feierabend-Austausch 2022

#### Resilienz – der Schlüssel zum Erfolg in turbulenten Zeiten

mit Jonny Fischer und Rüdiger Böhm

16. November 2022 in Winterthur

17. November 2022 in Bern

16.30 Uhr Referat

17.30 Uhr Diskussion

18.00 Uhr Apéro

Anmelden auf: [visana.ch/feierabendtausch](https://visana.ch/feierabendtausch)

Hier finden Sie mehr Informationen zum Event und den Link zu weiteren BGM-Seminaren.

eher ein Fremdwort für Sie? Und welchen Einfluss hat diese auf Ihren persönlichen und auf Ihren unternehmerischen Erfolg?

Gerne diskutieren wir diese Fragen gemeinsam mit Ihnen. Lassen Sie sich inspirieren. Wir freuen uns auf Sie.



#### **Visana engagiert sich für Unfallprävention**

In den Bergen halten sich viele Menschen oft und gerne auf. Verständlich, dass es dabei auch zu Freizeitunfällen kommt. Visana setzt sich deshalb intensiv für die Unfallprävention im Wintersport ein. Wie sich mit einfachen Massnahmen das Unfallrisiko eindämmen lässt, erfahren Teilnehmende am 19./20. Januar 2023 am «Stop Risk Day Wintersport» 2023 – sowohl in der Theorie wie auch in der Praxis.

## «Stop Risk Day Wintersport» 2023

Visana lädt Unternehmenskunden und ihre Mitarbeitenden am 19./20. Januar 2023 zum «Stop Risk Day Wintersport» ein. Neuer Austragungsort ist Adelboden-Lenk.

Text: Simone Hubacher | Bild: Schweiz Tourismus

Mit einfachen Massnahmen lässt sich das Unfallrisiko im Wintersport oft deutlich reduzieren. Visana lädt Unternehmenskunden und deren Mitarbeitende auch nächstes Jahr (Anfang 2022 musste der Präventionsanlass wegen der Pandemie abgesagt werden) zur kostenlosen Teilnahme am «Stop Risk Day Wintersport» ein. Die Wintersporttage werden in Zusammenarbeit mit ausgewiesenen Partnern durchgeführt und von der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) fachlich unterstützt. 2023 finden sie erstmals in der Skiregion Adelboden-Lenk statt.

#### **Die Qual der Wahl**

Die Teilnehmenden entscheiden sich vorgängig, ob sie sich fürs Tagesprogramm Schneeschuhwandern, Ski/Snowboard oder Langlauf anmelden. Die Kurs-sprachen sind Deutsch und Französisch; wir freuen uns aber auf Teilnehmende aus der ganzen Schweiz.

Der Event ist kostenlos, inklusive Tagesskipass, Verpflegung, Instruktion durch Schneesportlehrer oder Bergführerinnen, individueller Beratung, eines Event-Geschenks und vielem mehr. Die Anreise geht zulasten der Teilnehmenden.

**Jetzt anmelden auf:  
[visana.ch/stopriskday](https://visana.ch/stopriskday)**