

Concorso

In palio un kit di pronto soccorso

Per piccoli incidenti. Un kit di pronto soccorso è quel che ci vuole per sentirsi sicuri quando si è fuori casa: durante le escursioni, in campeggio, in bicicletta o in auto. Partecipando all'estrazione potete vincere uno dei dieci kit di pronto soccorso in palio.



Muoversi fa bene alla salute, non c'è dubbio. Basta solo non esagerare. Purtroppo, però, non sempre si ha la fortuna di tornare a casa illesi. In caso di imprevisti fuori casa, un piccolo kit d'emergenza non può che rivelarsi provvidenziale. Visana mette in palio dieci pratici kit di pronto soccorso.

Un kit di pronto soccorso contiene un pacchetto di medicazione, una compressa, una fascia di garza, una benda per fasciature, un rotolo cerotto adesivo, un paio di guanti in vinile, cerotti di diverse misure, un paio di forbici multiuso, una coperta isotermica, un fazzoletto triangolare, una pinzetta e cinque fazzoletti disinfettanti.

Approfittatene e partecipate all'estrazione con il tagliando o sul nostro sito www.visana.ch. Buona fortuna!

Tagliando di concorso

Desidero vincere un kit di pronto soccorso Visana.

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

E-mail _____

Ritagliare il tagliando, incollarlo su una cartolina postale (la busta non serve) e inviarlo entro il 25 novembre 2011 a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Sul concorso non viene tenuta alcuna corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali e i premi non possono essere convertiti in contanti. Le vincitrici e i vincitori saranno informati entro l'8 dicembre 2011.

Prevenzione:
la nostra pelle
La cura adatta,
anche d'inverno

Pagina 8

Visana Club
Vi aspettano
attraenti
offerte invernali

Pagina 12

Erika Forster
A colloquio con
la Consigliera di
Stato sangallese

Pagina 22

Il vostro vantaggio

visanaclub



Sommario

- 3 Managed Care: meglio tardi che mai!
- 4 La medicina complementare torna nell'AOMS
- 5 Passaparola tra i clienti
- 6 Interpretare correttamente i sintomi di una malattia
- 8 Rigori invernali a fior di pelle
- 10 Il biglietto da visita di Visana
- 12 Visana Club: l'inverno si avvicina
- 14 Riduzione dei premi e prestazioni complementari
- 18 Assegno Surprise
- 19 Notizie diverse
- 22 A colloquio con Erika Forster
- 24 Concorso

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

Qualcosa si sta muovendo nella nostra politica sanitaria: le Camere federali si sono espresse a favore del progetto Managed Care, muovendo in questo modo un passo importante in direzione della riforma del settore sanitario. Si tratta effettivamente di una piccola riforma, ciononostante merita sostegno.

Dopo otto anni di consultazioni parlamentari, al progetto è stato risparmiato il destino del pacchetto per la riduzione dei costi, rimasto vittima un anno fa della politica distruttiva della destra e della sinistra.

L'obiettivo della revisione di legge è l'incentivazione delle reti di assistenza integrata. Questi sistemi raggruppano medici di famiglia, specialisti e altro personale medico specializzato, con l'obiettivo di coordinare l'assistenza medica. Soprattutto in caso di malati cronici ciò dovrebbe comportare una migliore assistenza medica a costi più contenuti. Per maggiori informazioni sul contenuto del progetto consultate la pagina a fianco.

Valutando la revisione di legge non si può tralasciare un aspetto in particolare: essa comporta un'ulteriore ottimizzazione della compensazione dei rischi. Un passo inevitabile e a lungo atteso per mettere finalmente la parola fine all'insensata caccia ai così detti «buoni rischi», controproducenti dal punto di vista politico-economico. Gli assicuratori malattie dovrebbero distinguersi dagli altri grazie a una concorrenza improntata sulle prestazioni e i servizi, e non tramite attività di marketing equivocate e costose.

Contro il progetto Managed Care è stato lanciato per diversi motivi un referendum: incomprensibile dal punto di vista oggettivo, ma democraticamente legittimato. In occasione della campagna di votazione dell'anno prossimo bisognerà mostrare agli elettori perché il progetto merita il loro sostegno.



Albrecht Rychen
Presidente del Consiglio
di Amministrazione



Peter Fischer
Presidente della Direzione



Managed Care: meglio tardi che mai!

Un buon modello diventa uno standard. I modelli Managed Care non sono nuovi in Svizzera e hanno dimostrato il loro valore. Le Camere federali hanno quindi deciso di renderli uno standard.

A fine settembre la dura lotta parlamentare in merito al Managed Care (denominato anche assistenza integrata) ha finalmente trovato fine. La decisione del Parlamento ha scaturito una raccolta di firme per un referendum. Una parte dei medici, nonché la sinistra, cercano ora di far naufragare questa revisione della legge. L'ultima parola toccherà l'anno prossimo ai cittadini.

Managed Care: non è più un concetto sconosciuto

Laddove la cerchia dei medici è tradizionalmente restia alle influenze esterne, la sinistra deve incassare il rimprovero di bloccare qualsiasi tentativo di riforma, per non togliere vento al suo obiettivo dichiarato della cassa unica. Nonostante ciò, la lotta politica per il Managed Care mostra anche aspetti positivi: secondo quanto dimostrato dal recente sondaggio di santésuisse «sondage santé», il 75 per cento della popolazione conosce il concetto di assistenza integrata. In parte ciò è dovuto agli sforzi degli assicuratori che convincono i propri assicurati della validità dei modelli Managed Care.

Visana accoglie favorevolmente la revisione di legge...

Visana accoglie favorevolmente la revisione di legge. Se i medici si raggruppano in reti, ciò va a favore della qualità dell'assistenza medica, dà spazio a idee innovative e risparmia costi.

Questi vantaggi rendono più facile agli assicuratori la scelta di un modello Managed Care e la rinuncia all'assoluta libera scelta del medico. Il fatto che il progetto preveda di richiedere un'aliquota percentuale maggiore a coloro che perseverano sull'assoluta libera scelta del medico, è giustificato.

...e si impegna per un'assistenza integrata

Indipendentemente dall'esito del referendum, Visana continuerà a impegnarsi per convincere i propri assicurati dei vantaggi e del valore aggiunto dell'assistenza integrata e per aumentare il numero di reti di medici; non unicamente per l'effetto risparmio, di cui infine approfitteremo tutti, ma principalmente per l'incremento della qualità e dell'efficienza dei trattamenti nel quadro dell'assistenza integrata. Il sempre maggiore numero di modelli Managed Care, e degli assicurati che li scelgono, ci danno ragione.

Fabian Baer
Economista sanitario

Il mito della libera scelta del medico

Gli oppositori alla revisione della legge inneggiano al mito della libera scelta del medico. Ciononostante, quest'ultima è già oggi limitata. La libera scelta del medico non esiste negli ospedali e al pronto soccorso. Inoltre, coloro che cercano o necessitano di uno specialista, domandano al medico di famiglia da chi andare. Anche in questo caso la libera scelta del medico non è possibile.



Nota editoriale: VisanaFORUM è una pubblicazione di Visana ed esce quattro volte all'anno.

Redazione: Stephan Fischer, Fabian Baer, Peter Rüegg. **Indirizzo:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15.

Fax: 031 357 99 32. **E-mail:** forum@visana.ch. **Grafica:** Natalie Fomasi, Volketswil. **Layout e foto:** Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Zurigo. **Stampa:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Internet:** www.visana.ch

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).



La medicina complementare nell'AOMS

I motivi per mantenere o stipulare l'assicurazione integrativa «Complementare». Dal 2012, e provvisoriamente fino a fine 2017, cinque metodi di medicina complementare (medicina antroposofica, omeopatia, terapia neurale, fitoterapia e medicina tradizionale cinese) saranno rimborsati a determinate condizioni dall'assicurazione di base (AOMS).

Questo è quanto ha deciso quest'anno il Consiglio federale. Ciononostante, conviene ancora mantenere o stipulare l'assicurazione integrativa «Complementare», se si desiderano cure con metodi di medicina complementare.

Perché scegliere «Complementare»

Nonostante la decisione del Consiglio federale è ancora consigliabile mantenere o stipulare un'assicurazione integrativa «Complementare». Perché?

- L'introduzione dei cinque metodi nel catalogo delle prestazioni dell'assicurazione di base è valida per il momento unicamente per 6 anni. Come si presenterà la situazione in seguito non è tuttora chiaro.
- Per far sì che l'assicurazione di base rimborsi il trattamento, quest'ultimo deve essere eseguito da un medico con una speciale formazione nel relativo campo di specializzazione (i terapeuti non sono ammessi). L'assicurazione integrativa «Complementare» riconosce invece alcuni terapeuti non medici ammessi da Visana. In questo modo viene offerta una scelta più ampia.
- Questo vale anche per i metodi: l'assicurazione integrativa «Complementare» copre con 40 ulteriori forme terapeutiche un vasto spettro di metodi di trattamento alternativi.

- Con le assicurazioni integrative «Complementare II e III» potete sottoporvi a una terapia anche senza prescrizione medica.
- Con «Complementare» non viene riscossa nessuna franchigia (al contrario dell'assicurazione di base), ma esclusivamente l'aliquota percentuale.
- Le prestazioni relative ai cinque metodi alternativi saranno rimborsate dall'assicurazione di base per un periodo limitato. A determinate condizioni l'assicurazione integrativa «Complementare» si fa carico dei costi dal momento in cui è esaurito l'obbligo di prestazione dell'assicurazione di base.

Affidabile e ampia protezione a lungo termine

L'assicurazione integrativa «Complementare» vi offre a lungo termine una protezione finanziaria ampia e affidabile. Questa assicurazione è quindi un'importante e sensato complemento all'assicurazione di base, nel caso in cui si voglia sottoporvi a trattamenti di medicina complementare. Rivolgetevi alla vostra agenzia per informazioni più dettagliate.

Andreas Westermann
Responsabile Product Management

Raccomandare Visana conviene

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

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

Ed è facilissimo!

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

Talloncino di segnalazione

Il mio indirizzo

Cognome _____
Nome _____
Via, n. _____
NPA, luogo _____
Assicurato n. _____

Vi segnalo le seguenti persone

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

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

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



Interpretare correttamente i sintomi di una malattia

Le assenze dal lavoro dovute a malattie psichiche sono in aumento. Corsi mirati aiutano le aziende a trovare il modo giusto di gestire questo tipo di situazioni, riducendo così malattia e assenza.

Il 40 per cento di tutte le assenze dal lavoro per malattia sono dovute a disturbi psichici quali forme di depressione, sindrome da burnout o dipendenze. Più di un terzo di tutte le rendite AI hanno come causa una malattia psichica. Per quanto concerne le nuove rendite, la percentuale tocca addirittura il 43 per cento.

Riconoscere tempestivamente

Molte aziende non hanno gli strumenti adatti per affrontare la situazione e talvolta reagiscono troppo tardi o non reagiscono affatto. Più del 60 per cento di tutti i malati psichici non ricevono in tempo un aiuto professionale. Ciò è quanto afferma il Dottor Mario Renz, direttore medico del centro di psichiatria di Münsingen: «Prima si avvia una terapia contro un disturbo psichico, maggiori sono le probabilità di guarigione.»

All'origine di una malattia psichica c'è sempre una causa scatenante. Il posto di lavoro può avere un ruolo importante. Ai datori di lavoro si chiede quindi di vigilare su ciò che accade e di interpretare correttamente eventuali sin-

tomi. Sintomi che possono essere, ad esempio, calo del rendimento, stanchezza, assenze ripetute o anche la tendenza generale a isolarsi dagli altri.

Formare i dirigenti

Visana ha reagito all'importante aumento delle assenze dal lavoro per malattie psichiche e al bisogno delle aziende di essere aiutate ad affrontare questo problema. Lo ha fatto tramite workshop durante i quali i responsabili del personale e i dirigenti imparano a trattare con i collaboratori che soffrono di una malattia psichica. Oltre a ricevere informazioni sulle malattie psichiche, e a essere sensibilizzati sui sintomi che aiutano a identificarle, essi imparano, con l'aiuto di esperti, ad affrontare i cambiamenti comportamentali dei dipendenti e a elaborare insieme possibili soluzioni.

Un primo colloquio dovrebbe aver luogo il prima possibile. Seguendo un filo conduttore ben preciso, si devono affrontare gli aspetti più evidenti e valutare l'eventualità di intervenire coi primi aiuti. Il colloquio serve a infondere sicurezza

ai collaboratori e a non farli sentire abbandonati. Tuttavia, il datore di lavoro non deve lasciarsi indurre a formulare diagnosi. Il medico di famiglia è sempre la prima persona a cui rivolgersi per una valutazione medica. Con gli interessati viene affrontata anche la questione della comunicazione con i collaboratori. Stabilire regole di linguaggio chiare pone fine a eventuali malintesi, fermo restando che la protezione dei dati deve essere garantita in qualsiasi momento.

Un ambiente didattico inconsueto

Gli workshop si tengono nei centri psichiatrici al fine di sconfiggere il tabù che ancora è legato a questo tipo di malattie. «Un centro psichiatrico è un ospedale come gli altri e una malattia psichica è un disturbo che può essere curato e dal quale spesso si può guarire», sostiene Mario Renz. E aggiunge: «Aiutiamo i pazienti a superare la loro malattia per far sì che continuino a condurre la loro vita nel contesto abituale.»

La responsabilità delle aziende

Le malattie psichiche vengono affrontate nell'intento di permettere agli interessati di restare il più possibile integrati nel processo lavorativo. Spesso questo obiettivo può essere raggiunto adeguando il carico di lavoro o il tipo di mansioni alla situazione. Di fronte invece a un'assenza prolungata, un aspetto fondamentale è organizzare scrupolosamente il rientro al lavoro. Il problema può essere affrontato con successo solo con un approccio che non trascuri nessuno dei tre aspetti fondamentali: rilevamento tempestivo, cura della malattia e reintegrazione nel posto di lavoro.

Anche se gli assicuratori malattie offrono un sostegno fondamentale, ad esempio nell'ambito di un Case Management, le aziende devono capire che l'assistenza ai malati psichici è un compito gestionale che non può essere delegato ad altri. Le aziende hanno la responsabilità, sancita anche dalla legge, di prendersi cura dei propri collaboratori.

www.gesundheitsmanagement-visana.ch

Rita Buchli

Specialista in Gestione aziendale della salute

Cercare subito il colloquio

Beatrice Zimmermann è assistente del personale presso la Zaugg AG, azienda tecnica e meccanica. Per questa PMI che conta 150 dipendenti, ogni assenza dal lavoro significa costi e problemi. «È nel nostro interesse riconoscere in tempo eventuali problemi. Finora però non avevamo alcuna esperienza in materia di malattie psichiche. Sapere come interpretare correttamente certi sintomi ci è di grandissimo aiuto.» Per Beatrice Zimmermann è decisivo cercare il prima possibile il colloquio con gli interessati. Si tratta di trovare il giusto equilibrio tra comprensione e obbligo. Il modo migliore per aiutare l'interessato è afferrare il punto di vista del collaboratore formulando domande aperte e raggiungere accordi concreti e verificabili. Poi si dovranno fissare ulteriori colloqui e i collaboratori interessati verranno seguiti per tutto il processo.



Rigori invernali a fior di pelle

Il freddo e il riscaldamento mettono a dura prova la pelle che reagisce disidratandosi, diventando più sensibile e screpolata. D'inverno la pelle ha bisogno di cure particolari. Tuttavia la cosmesi da sola non risolve il problema. Per avere una pelle sana, creme ed emulsioni non bastano.

L'importanza che oggi viene data alla pelle si misura, ad esempio, dalle somme esorbitanti che l'industria farmaceutica investe in pubblicità e dal fatto che anche nel linguaggio comune la pelle è un termine piuttosto utilizzato. Basti pensare a tutte quelle espressioni

come: «difendere cara la pelle», «non stare più nella pelle», «essere amici per la pelle», «vendere cara la pelle» o «entrare nella pelle» sono tutti modi dire che descrivono uno stato emotivo.

Più di un semplice involucre

Con una superficie di quasi due metri quadrati, la pelle è l'organo più grande e maggiormente innervato del corpo umano. È costituita da tre strati interdipendenti che si influenzano a vicenda: epidermide, derma e ipoderma.

In quanto schermo protettivo, la pelle svolge molte funzioni. La più importante è quella di barriera contro gli agenti atmosferici dannosi come il vento, l'acqua, il sole e il freddo. Al contempo la pelle protegge l'organismo dall'attacco degli agenti patogeni esterni e dalla disidratazione, a condizione però che sia sana. La pelle è tanto perfetta (e di questo dobbiamo essere grati alla natura!) quanto vulnerabile nella sua struttura e nella sua funzionalità.

Organo di contatto e di senso

La pelle è un importante organo di comunicazione che reagisce rapidamente e in modo evidente agli influssi esterni e ai cambiamenti dello stato d'animo. La pelle avverte il caldo, il freddo, la pioggia e il vento, il contatto, la pressione e il dolore. Se mentiamo o se siamo in imbarazzo arrossiamo, se abbiamo un attacco di panico o se siamo colti dall'ansia iniziamo a sudare e se subiamo uno shock impallidiamo. Infine, alcune emozioni – siano esse positive o negative – ci fanno venire la «pelle d'oca». La pelle e la psiche sono strettamente legate tra loro. Lo dimostra il fatto che coloro che sono sottoposti a uno stress prolungato sono soggetti a malattie della pelle.

Cura invernale

Se il bilancio idrico è «in rosso», la nostra pelle si screpola, si secca e si squama. D'inverno sono soprattutto i locali riscaldati, il freddo, il vento e il sole a stressare la pelle. Tra l'altro, anche alcuni farmaci e cosmetici possono seccarla. Per compensare o, meglio ancora, per impedire la disidratazione, dobbiamo prenderci cura della pelle sia dall'interno che dall'esterno (v. riquadro).

Un sufficiente apporto di liquidi e una sana alimentazione ricca di vitamine e sali minerali favoriscono la salute della pelle dall'interno. Può essere di aiuto anche praticare un'attività fisica all'aria aperta e dormire a sufficienza. Il mantello acido protettivo che avvolge lo strato più esterno della nostra pelle le impedisce di seccarsi. Quando esso è integro, i germi patogeni non hanno alcuna possibilità di penetrarlo. Per fare in modo che la pelle si mantenga così, occorrono cure quotidiane. In linea di massima, nella stagione fredda si raccomanda di usare soprattutto creme idratanti e grasse. Per quanto concerne la frequenza con la quale usarle, vale la regola: talvolta meno è meglio.

Anna Schaller
Pubblicista

Come mantenere la pelle sana d'inverno

- **Bevete a sufficienza:** nei mesi invernali da 1,5 a 2 litri al giorno d'acqua e tè o tisane non zuccherati. Quando fa molto caldo, in caso di attività sportiva o di malattia (febbre, diarrea, vomito), aumentate l'apporto di liquidi.
- **Seguite un'alimentazione equilibrata,** ricca di vitamine e sali minerali: cereali, frutta, verdura, pesce, carne magra e olio vegetale di buona qualità.
- **Fate regolarmente il pieno d'aria fresca con una bella passeggiata quotidiana** anche quando fa freddo e il tempo non è bello. Indossate abiti caldi e proteggete la pelle con una crema nutriente senza trascurare le labbra.
- **Non esponetevi al sole per troppo tempo e mai senza protezione solare.**
- **Dormite a sufficienza.** Non a caso il riposo notturno è detto anche «sonno di bellezza».
- **Fate docce brevi e non troppo calde.** Dopo la doccia applicate una crema nutritiva per il corpo e una crema idratante per viso e collo.
- **D'inverno evitate di usare trattamenti contenenti mentolo o alcool** perché seccano la pelle.
- **Arieggiate brevemente i locali riscaldati più volte al giorno.**





Il biglietto da visita di Visana

A colloquio con Pie Gonzalez. Chi si reca alla sede centrale di Visana a Berna non sfugge all'occhio attento del team della reception. Pie Gonzalez e le sue tre colleghe sono il biglietto da visita di Visana per coloro che la visitano o telefonano.

Dal 1994 Maria Piedad Gonzalez, alias «Pie», accoglie i clienti e risponde alle telefonate presso la sede centrale. Si può dire che insieme a Rosalba Lopez, Margrit Neuhaus e Rosmarie Rasori è il biglietto da visita di Visana. Il quar-

tetto è responsabile per la prima impressione dell'azienda verso l'esterno. Un compito spesso sottovalutato.

Tutta una questione di comunicazione

Cortesia, competenza, disponibilità e attenzione per qualsiasi richiesta degli assicurati: secondo Pie Gonzalez queste sono le premesse chiave per avere successo in questa professione. Anche una certa propensione per le lingue è d'obbligo. Oltre allo spagnolo (lingua madre),

Pie Gonzalez parla anche tedesco, francese e italiano. «Quando ero piccola mia madre non voleva che imparassi il dialetto bernese e quindi mi ha iscritto alla scuola francese», ricorda. L'italiano lo ha imparato dai bambini del quartiere dove viveva e che ospitava molte famiglie di lavoratori stranieri.

Dopo 40 anni la regione di Berna è ormai diventata casa sua. Ciononostante, durante uno scontro diretto Spagna-Svizzera, le risulta difficile scegliere da che parte stare, poiché il cuore batte per entrambe le squadre. Un pareggio sarebbe sicuramente una soluzione salomonica per questo dilemma «sentimentale».

Occhi attenti

Circa 500 persone lavorano presso la sede centrale di Berna e Pie Gonzalez è una delle poche che conosce praticamente tutti. Al ritorno dalle vacanze si accorge subito dei nuovi collaboratori arrivati durante la sua assenza. È importante conoscere tutti le colleghe e i colleghi. Non solo perché semplifica il trasferimento delle chiamate alla persona richiesta, ma anche perché può rifiutare l'accesso alle persone non autorizzate.

Durante le ore di apertura della reception sono sempre in due o in tre: accolgono gli ospiti e gli assicurati, preparano i badge per i visitatori e si occupano della gestione del parcheggio. «Una volta quando si avvicinava il fine settimana o le vacanze c'era meno lavoro. Oggi non è più così e c'è costantemente movimento. Non possiamo assolutamente definirlo un lavoro monotono», spiega Pie Gonzalez ridendo.

Tutto sotto controllo

Soprattutto a settembre e ottobre, quando vengono inviate le nuove polizze, bisogna far fronte a un incremento delle chiamate e delle visite. Grazie all'esperienza maturata negli anni riescono tuttavia a far fronte anche a queste fasi concitate. Ci vuole efficienza. «Spesso basta che il cliente pronunci una sola parola e so subito a chi trasferire la chiamata.»

Pie Gonzalez apprezza il contatto con le persone, anche se certe chiamate possono essere piuttosto spiacevoli. «Non bisogna prenderla sul personale. Non attaccano la mia persona, ma

l'azienda», afferma Pie Gonzalez. Alla reception si sono presentate anche situazioni delicate, per le quali è stato necessario l'intervento della polizia. Tuttavia non ha mai avuto paura che potesse succederle qualcosa.

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale

Vecchie passioni riemergono

Pie Gonzalez, di prima formazione estetista, vive con il suo partner a Bätterkinden. Qualche volta i colleghi vanno a trovarla se desiderano un trattamento di cosmesi e Pie Gonzalez è felice di aiutarli. Sebbene non abbia nessuna intenzione di tornare al suo vecchio lavoro, in tutti questi anni la cosmesi è rimasta un hobby molto presente. Gli attrezzi del mestiere sono sempre a portata di mano. Fra le sue passioni ci sono inoltre anche i due gatti, la cucina e i viaggi. Ama scoprire nuovi posti ed esplorare luoghi sconosciuti: al momento il suo interesse è incentrato sull'Europa del nord e quella dell'est, più precisamente la Polonia e la Germania.



L'inverno si avvicina

Le offerte per l'inverno di Visana Club. Le numerose offerte di Visana Club rallegrano l'inverno e il periodo natalizio. Lo shopping natalizio non potrà che essere divertente!

visanaclub

Pixie Electric: piccolo formato, grande piacere



Godetevi il vero piacere del caffè con la più piccola delle macchine Nespresso.

Dal design moderno, Pixie Electronic della Nespresso è disponibile in sei diversi colori ed è il perfetto accessorio per esclusivi momenti di piacere.

I vantaggi in un colpo d'occhio:

- prodotti di qualità di Koenig e Turmix
- design moderno in sei diversi colori
- pronta all'uso in soli 25 secondi
- sistema a capsule con espulsione automatica
- dimensioni: altezza x larghezza x profondità: 23x11x32 cm

Per ulteriori informazioni sul prodotto consultate il sito www.visana-club.ch.

Il piacere del caffè al prezzo speciale Visana Club: solo 179* invece di 244 franchi, incluso un buono del valore di 80 franchi per l'acquisto di capsule Nespresso.

Ordinatela ora su www.visana-club.ch oppure telefonando allo 043 411 85 75, parola chiave «Visana Club». L'offerta è valida fino al 21 gennaio 2012 o fino a esaurimento scorte.

*IVA, tassa di riciclaggio anticipata e spese di spedizione di 15 franchi incluse.

Visana Club – il vostro vantaggio

In quanto clienti Visana siete iscritti automaticamente e gratuitamente a Visana Club e potete beneficiare senza limiti delle vantaggiose offerte dei nostri partner. Per Visana Club, Visana non impiega neanche un centesimo dei premi incassati. Per ulteriori informazioni consultate il sito www.visana-club.ch oppure chiamate l'infoline 031 357 94 09.

Canon PIXMA MG6250 – per momenti indimenticabili

Non è mai stato così facile stampare fotografie brillanti e nitide e con qualità da fololaboratorio. La stampante multifunzione Canon PIXMA MG6250 con il suo sistema di gestione intelligente, i 6 serbatoi per l'inchiostro separati (incl. grigio), l'interfaccia LAN/WLAN, il display TFT da 7,5 cm e la compatibilità con Apple-AirPrint, definisce nuovi criteri in quanto a design e impiego. Stampate la vostra fotografia preferita senza bordo (10x15 cm) in soli 20 secondi. Adatta anche per la stampa su CD, DVD e dischi BluRay®. **Prezzo speciale esclusivamente per i membri di Visana Club: 149 invece di 229 franchi (IVA e spese di spedizione incluse).**

Ordinatela ora al sito www.visana-club.ch oppure telefonando allo 043 411 85 75 (dalle ore 10.00 alle 12.00 e dalle ore 14.00 alle 16.00, giorni della settimana), parola chiave «Visana Club». L'offerta è valida fino al 31 gennaio 2012 o fino a esaurimento scorte. Per ulteriori informazioni (anche sulla consegna) e immagini visitare il sito www.visana-club.ch oppure www.canon.ch. Per domande di carattere tecnico rivolgetevi al numero di telefono Canon 0848 833 838.



Specialità natalizie direttamente dalla Lächerli Huus

Anche quest'anno la Lächerli Huus offre in esclusiva ai membri di Visana Club la confezione regalo a forma di albero di natale che contiene 650 g di prelibatezze della tradizionale azienda basilese. **Prezzo speciale per i membri di Visana Club: CHF 42 anziché 54.60 (spese di spedizione incluse).** L'ordinazione può essere effettuata esclusivamente con il tagliando. L'offerta è valida fino al 15.12.2011 o fino a esaurimento scorte (offerta limitata).



Tagliando d'ordinazione

Desidero ordinare confezioni dell'offerta esclusiva di Lächerli Huus. N. art. 15982

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Assicurato n. _____

Telefono _____

Compilare e inviare il tagliando a Lächerli Huus AG, Offerta speciale Visana, Teichweg 9, 4142 Münchenstein. Le ordinazioni online o l'acquisto in negozio non sono possibili.

Riduzione dei premi: un aiuto concreto

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

Le persone assicurate con condizioni economiche modeste hanno diritto alla riduzione dei premi. Le condizioni per beneficiare di una riduzione individuale 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, come far valere la riduzione individuale dei premi, quali sono i termini per presentare la domanda e come funziona lo svolgimento e il versamento.

Come fare per beneficiare nel 2012 della riduzione individuale dei premi (RIP)?

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione individuale dei premi (RIP)?	Termine di domanda per la RIP 2012	Disbrigo ad opera di Visana o del Cantone
AG Gemeindegemeinschaft der Sozialversicherungsanstalt in der Wohngemeinde (frühere Bezeichnung: AHV-Zweigstelle)	Gli assicurati possono far valere il loro diritto alla riduzione dei premi 2012 inviando un formulario di domanda al loro Comune di domicilio. Coloro che hanno beneficiato della RIP nel 2011 ricevono il formulario direttamente, tutti gli altri possono richiederlo all'ufficio competente.	31 maggio 2011 per l'anno successivo	La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. Importante: non viene inviato un secondo annuncio RIP. I contributi RIP successivamente calcolati vengono versati direttamente alle persone assicurate dal SVA Aargau. Versamento a cassa malati/assicurato.
AI Gesundheitsamt Hoferbad 2 9050 Appenzell 071 788 94 52	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto.	Nessuno	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Versamento all'assicurato /dedotto dalle imposte non ancora riscosse.
AR Ausgleichskasse Appenzell A.Rh. Kasernenstrasse 4 9102 Herisau 2 071 354 51 51	Di regola il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto o può essere richiesto all'ufficio AVS del Comune.	31 marzo presso l'ufficio AVS del Comune di domicilio al 1° gennaio.	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. Versamento alla cassa malati.
BE Amt für Sozialversicherungen und Stiftungsaufsicht Abt. Prämienverbilligung Forelstrasse 1 3072 Ostermündigen 0844 800 884	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'Amt für Sozialversicherung und Stiftungsaufsicht des Kantons Bern (ASVS). Ulteriori informazioni sul sito internet www.be.ch/asvs , alla hotline 0844 800 884 o recandosi allo sportello.	La domanda è inoltrabile in ogni momento, ma solo per l'anno civile in corso.	Le riduzioni dei premi continuano ad essere dedotte dal premio anche nel nuovo anno. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. Versamento alla cassa malati.
BL Ausgleichskasse Basel-Landschaft Abt. Prämienverbilligung Hauptstrasse 109 4102 Binningen 061 425 25 25	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Il formulario deve solamente essere completato, firmato e rinviato.	Al momento della chiusura di redazione il termine di inoltro non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dalla cassa di compensazione. Versamento agli assicurati.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione individuale dei premi (RIP)?	Termine di domanda per la RIP 2012	Disbrigo ad opera di Visana o del Cantone
BS Amt für Sozialbeiträge Basel Grenzacherstrasse 62 4058 Basel 061 267 86 65	Gli assicurati devono sottoporre una domanda di riduzione dei premi all'Amt für Sozialbeiträge. Vengono determinati d'ufficio soltanto i beneficiari delle prestazioni complementari.	La domanda può essere inoltrata in qualsiasi momento. RIP dal momento dell'esercizio del diritto.	Le riduzioni dei premi continuano a essere dedotte dal premio anche nel nuovo anno. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. Versamento alla cassa malati.
FR Comune di domicilio	Gli assicurati che hanno già ottenuto la riduzione dei premi nel 2011, vengono determinati automaticamente d'ufficio. Tutti gli altri devono inviare il formulario di domanda al loro Comune di domicilio.	La domanda è inoltrabile in ogni momento, ma solo per l'anno civile in corso. RIP dal momento dell'esercizio del diritto.	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. Versamento alla cassa malati.
GE Service de l'assurance maladie 62, Rte de Frontenex 1207 Genève 022 546 19 00	Di regola il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto. Chi è assoggettato alle imposte alla fonte e chi è ha un'età compresa fra i 18 e i 25 anni deve inoltrare domanda scritta.	31 dicembre 2012	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. Versamento alla cassa malati.
GL Kantonale Steuerverwaltung Hauptstrasse 11/17 8750 Glarus 055 646 61 50	Di regola il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto. La domanda deve essere compilata e rispedita all'ufficio competente.	Al momento della chiusura di redazione il termine di inoltro 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. Versamento alla cassa malati.
GR SVA Graubünden Ottostrasse 24 Postfach 7001 Chur	Di regola il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto o può essere richiesto all'ufficio AVS del Comune.	31 dicembre 2012	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Versamento agli assicurati.
JU Caisse de compensation du canton du Jura Rue Bel-Air 3 2350 Saignelégier 032 952 11 11	Di regola il formulario di domanda viene inviato automaticamente all'avente diritto o può essere richiesto all'amministrazione comunale.	31 dicembre 2012	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo la 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 Ufficio comunale AVS	Gli assicurati che avevano già diritto alla RIP nel 2011 ricevono automaticamente un formulario di domanda, che devono trasmettere al Comune di domicilio. Le altre persone devono fare domanda presso il Comune di domicilio.	30 aprile 2012	Normalmente la riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Tuttavia, nel caso in cui è già stato emesso un attestato di carenza beni per la persona assicurata, l'AVS Lucerna pagherà i contributi cantonali direttamente alla cassa malati. Le casse malati deducono a loro volta questo importo dall'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie. Versamento a cassa malati/assicurato.
NE Service cantonal de l'assurance-maladie Faubourg de l'Hôpital 3 2000 Neuchâtel 032 889 66 30	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto.	Al momento della chiusura di redazione il termine di inoltro non era ancora noto.	Le riduzioni dei premi continuano ad essere dedotte dal premio anche nel nuovo anno, ovvero fino all'ottenimento di una nuova decisione. La riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. Versamento alla cassa malati.
NW Comune di domicilio	Gli assicurati devono compilare un formulario di domanda e inviarlo al Comune di domicilio.	Al momento della chiusura di redazione il termine di domanda non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Versamento agli assicurati.
OW Cancelleria comunale/Contabilità comunale	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Questi ultimi ricevono ad aprile una disposizione di riduzione dei premi. Tutti gli altri devono richiedere il formulario al Comune. La domanda deve essere compilata e rispedita al Comune.	31 maggio 2012	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Versamento agli assicurati.
SG Ufficio comunale AVS	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Questi ultimi ricevono automaticamente nel corso del mese di gennaio un certificato di autorizzazione sotto forma di modulo d'iscrizione. Coloro che non hanno ricevuto il formulario entro la fine di febbraio e pensano di avere diritto alla riduzione, possono inviare un formulario di domanda al loro Comune di domicilio.	La domanda deve essere inoltrata entro 20 giorni all'Ufficio AVS del Comune di domicilio. Per motivi importanti il termine d'inoltro può essere prolungato fino al 31 dicembre.	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. Versamento alla cassa malati.

Ufficio competente	Come richiedere la riduzione individuale dei premi (RIP)?	Termine di domanda per la RIP 2012	Disbrigo ad opera di Visana o del Cantone
SH Ufficio comunale AVS	Gli assicurati devono fare domanda presso il Comune di domicilio. Il relativo formulario può essere richiesto e riconsegnato al Comune.	La domanda deve essere inoltrata entro 20 giorni all'Ufficio AVS del Comune di domicilio. Per motivi importanti il termine d'inoltro può essere prolungato fino al 30 settembre.	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. Versamento alla cassa malati.
SO Ausgleichskasse des Kantons Solothurn Postfach 116 4501 Solothurn 032 686 22 00	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Queste persone ricevono un formulario di domanda che devono completare e rinviare entro 30 giorni alla cassa di compensazione.	31 luglio dell'anno in cui si ha diritto.	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. Versamento alla cassa malati.
SZ Ausgleichskasse Schwyz Postfach 53 6431 Schwyz	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Coloro che non ricevono il formulario di domanda, possono richiederlo all'agenzia comunale AVS e riconsegnarlo compilato.	Al momento della chiusura di redazione il termine di inoltro non era ancora noto.	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone.
TG Comune di domicilio	In linea di principio gli aventi diritto vengono determinati d'ufficio. Queste persone ricevono un formulario di domanda che devono completare e rinviare entro 30 giorni al Comune di domicilio. Chi non lo riceve può fare domanda al proprio Comune di domicilio.	31 dicembre 2012	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone.
TI Istituto delle assicurazioni sociali Via Ghiringhelli 15a 6500 Bellinzona 091 821 91 11	Gli assicurati che hanno già percepito la riduzione dei premi nel 2011 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 2012	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	In linea di massima, gli aventi diritto vengono rilevati d'ufficio e ricevono un formulario di domanda. Chi non lo riceve può fare domanda al proprio Comune di domicilio.	Il formulario di domanda deve essere inoltrato presso l'Ufficio della sanità entro il 30 aprile 2012.	La riduzione dei premi viene svolta direttamente dal Cantone. Versamento agli assicurati.
VD Comune di domicilio	Chi non ha ancora percepito una RIP deve compilare un formulario presso il Comune. Gli aventi diritto ricevono automaticamente la relativa decisione. La RIP viene dedotta a partire dalla data d'invio della decisione.	La domanda è inoltrabile in ogni momento, ma solo per l'anno civile in corso. RIP dal momento dell'esercizio del 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. Versamento alla cassa malati.
VS Caisse de compensation du canton du Valais Avenue Pratifiori 22 1950 Sion 027 324 91 11	I beneficiari RIP del 2011 ricevono d'ufficio un relativo formulario di rinnovo. Coloro che non hanno ricevuto la RIP l'anno scorso, possono inviare una domanda personale alla cassa cantonale di compensazione.	31 dicembre 2012	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. Versamento alla cassa malati.
ZG Comune di domicilio	Gli assicurati con reddito basso vengono contattati d'ufficio. Il formulario ricevuto deve essere consegnato presso il Comune di domicilio. Coloro che pensano di avere diritto alla RIP, possono compilare il formulario presso il Comune di domicilio.	30 aprile 2012	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. Versamento alla cassa malati.
ZH Sozialversicherungsanstalt des Kantons Zürich Röntgenstrasse 17 8087 Zürich 044 448 50 00	Il Cantone determina d'ufficio gli aventi diritto. Tutti gli assicurati ricevono un formulario di domanda personale che deve essere firmato per far valere il diritto alla RIP 2012 presso l'assicuratore malattia.	Se la domanda non viene firmata entro 2 mesi dalla ricezione e rinviata alla Sozialversicherungsanstalt (SVA), il diritto alla RIP decade.	La riduzione dei premi viene dedotta dal premio solo dopo ricezione della rispettiva notifica cantonale. Questa riduzione è riportata sulla fattura dei premi, sulla polizza invece il premio risulta senza deduzione. Versamento alla cassa malati.

Chi ha diritto alle prestazioni complementari

Per il fabbisogno vitale. Se la vostra AVS o la vostra AI e gli altri redditi non riescono a coprire il minimo vitale, in determinate circostanze potete richiedere prestazioni complementari.

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

Prestazioni e rimborso dei costi

Le prestazioni complementari vengono erogate dai Cantoni e consistono, da un lato, in prestazioni annuali versate mensilmente e, dall'altro, nel rimborso delle spese di malattia e disabilità.

Può ricevere le prestazioni complementari

- chi ha diritto a una rendita AVS (anche in caso di rendite anticipate) o, a certe condizioni, chi percepisce una rendita AI o un assegno per grandi invalidi dell'AI
- chi è domiciliato in Svizzera
- chi ha la cittadinanza svizzera; anche gli stranieri possono percepire le prestazioni complementari se soddisfano determinate condizioni.

Le spese di malattia e disabilità vengono rimborsate separatamente se non sono già coperte da un'assicurazione. A certe condizioni vengono rimborsati, ad esempio, l'aliquota percentuale e la franchigia dell'assicurazione obbligato-

Ulteriori informazioni
Per informazioni rivolgetevi agli uffici delle PC dei Cantoni e dei Comuni oppure alla cassa di compensazione cantonale o all'ufficio AVS del vostro luogo di domicilio. Qui riceverete un opuscolo informativo con ulteriori indicazioni e con esempi di calcolo concreti. Questo opuscolo si trova in Internet al sito: www.ahv.ch

Per vedere se avete diritto alle PC, potrete fare un calcolo provvisorio al sito Internet della Pro Senectute: www.pro-senectute.ch > Prestazioni > Calcolare il proprio diritto alle PC.

ria delle cure medico-sanitarie, cure dentarie, aiuto domestico, spese di trasporto e cure prescritte dal medico.

Presentare domanda

Se volete far valere il vostro diritto alle prestazioni complementari, rivolgetevi all'ufficio competente (v. riquadro) dove potete anche ritirare il modulo per la domanda. Oltre che dall'avente diritto, il modulo può essere inoltrato anche da un suo parente stretto o da un suo rappresentante.

Peter Rüegg

Comunicazione aziendale

Riscuotete ora il vostro assegno Wellness Surprise

Training computer a un prezzo imbattibile. L'orologio da polso Polar FT7 offre agli sportivi e agli amanti del fitness la possibilità di divertirsi di più e di controllare meglio il loro programma di allenamento. Ora, grazie al franco forte, il prezzo è ancora più interessante.

Se non avete ancora riscosso il vostro assegno Surprise 2011 o se vi siete persi questa magnifica opportunità, potete approfittarne ora: l'orologio da polso Polar FT7 è ancora disponibile a un prezzo speciale fino al 31 gennaio 2012. Grazie al franco forte, l'offerta già interessante è diventata addirittura imperdibile. **60 franchi di sconto. I clienti Visana possono avere il Polar FT7 a soli 99 franchi anziché 159.90.**

Allenamento sotto controllo

Quest'orologio da polso è pensato per coloro che vogliono sapere se la loro forma fisica sta migliorando o se stanno bruciando grassi. Sulla base della misurazione



Ordinate l'orologio Polar FT7 per i vostri allenamenti: «Black Silver» (links) o «Black Gold» a soli 99 franchi anziché 159.90.

della variabilità della frequenza cardiaca, l'orologio indica il passaggio dall'allenamento del metabolismo lipidico a quello della forma fisica. A prescindere dalla disciplina sportiva praticata e dall'obiettivo di allenamento che vi siete proposti (dimagrire, rilassarvi o allenarvi) questo apparecchio vi svela in tempo reale il vero effetto del vostro allenamento.

Su www.polarpersonaltrainer.com trovate diversi software con cui potete ottimizzare il vostro allenamento. I dati registrati dall'orologio da polso possono essere inviati alla piattaforma interattiva con una semplice trasmissione dati (disponibile come optional). Avete domande su questo prodotto? Rivolgetele alla Motio AG chiamando lo 032 387 00 60.

Tagliando di ordinazione

pz. orologio da polso Polar FT7 «Black Silver» a Fr. 99.- anziché Fr. 159.90 (prezzo di vendita consigliato)

pz. orologio da polso Polar FT7 «Black Gold» a Fr. 99.- anziché Fr. 159.90 (prezzo di vendita consigliato)

Le spese di spedizione sono comprese nel prezzo. Allegate l'assegno Wellness Surprise che avete trovato su «Visana-FORUM» 3/10. Potete scaricarlo anche dal sito www.visana.ch inserendo «assegni Wellness» nella finestra di ricerca.

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

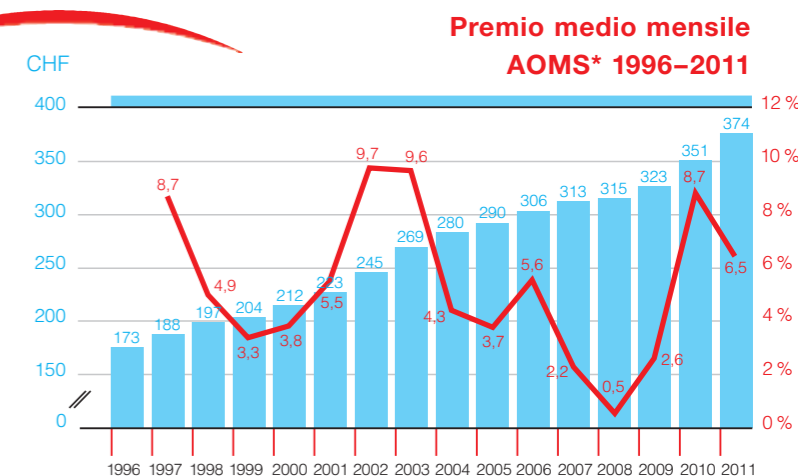
Telefono _____

Firma _____

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

Spot

Il grafico attuale



Premio medio mensile AOMS per adulti con Franchigia ordinaria, incl. copertura infortuni

Cambiamento in percentuale rispetto all'anno precedente (Fonte: UFSP)

*AOMS: Assicurazione di base

Informazioni importanti

Avete delle domande?

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

> 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.

Domande frequenti

L'assicurazione di base assume i costi in caso di infortunio o malattia all'estero?

Sì, ma in modo limitato. Nei Paesi in cui i trattamenti medici sono particolarmente costosi, le prestazioni fornite dall'assicurazione di base non sono sufficienti. Per questo motivo è consigliato stipulare un'assicurazione complementare, per esempio Basic. Nei Paesi non appartenenti all'UE l'assicurazione di base assume le prestazioni solo in casi di emergenza, fino a un massimo del doppio della tariffa che verrebbe conteggiata per lo stesso trattamento nel Cantone di domicilio; per i Paesi UE vale invece l'accordo sulla libera circolazione delle persone. Per ulteriori informazioni in merito all'ottimizzazione della vostra protezione assicurativa all'estero rivolgetevi alla vostra agenzia.

Lista della limitazione della scelta dell'ospedale (stato del 15 gennaio 2011)

Per l'assicurazione complementare ospedale semiprivato, la Visana Assicurazioni SA tiene una «lista della limitazione della scelta dell'ospedale», sulla base della quale sono ravvisabili gli ospedali che non possono essere scelti per la cura stazionaria nel reparto ospedaliero semi-privato. Nel caso di una degenza stazionaria in un ospedale che figura sulla «lista della limitazione della scelta dell'ospedale», i costi non coperti dall'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie vengono assunti soltanto al 50%, ad eccezione dei ricoveri d'emergenza. La «lista della limita-

zione della scelta dell'ospedale» viene continuamente adeguata e può essere consultata presso l'agenzia competente oppure se ne può richiedere un estratto.

Cantone	Località	Ospedale/clinica
AI/AR	Teufen	Augenklinik/Laserzentrum Dott. Scarpatetti Aldo
BL	Liestal	Praxisklinik Ergolz
	Muttenz	Praxisklinik Rennbahn
BE	Bienne	Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie
TG	Tägerwilten	Bindersgarten Klinik (Rehaklinik)
VS	Crans-Montana	Clinique Bernoise Montana

Questa panoramica potrà subire delle modifiche.

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 2012 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 più informazioni consultate il sito www.visana.ch.

Anche nel 2012 due eventi «Women Sport Evasion»

Quasi 2500 sportive hanno partecipato alla «Women Sport Evasion» di giugno a Losanna e a quella di settembre a Langenthal. In queste due occasioni le partecipanti, con un'età compresa fra i 16 e i 78 anni, si sono lasciate rapire da ritmi calienti ed esercizi all'avanguardia. L'ampia offerta fitness con Aroha, Pilates, Body Combat, Tae Bo, Zumba, Ragga Dance e molti altri corsi hanno convinto proprio tutti. Alla fine di questo week end era chiaro per tutte le partecipanti che la «Women Sport Evasion» si sarebbe dovuta tenere anche nel 2012. La pensa così anche Visana, sponsor principale della manifestazione. Le date per il 2012 sono già state fissate:

Losanna: 23/24 giugno 2012

Langenthal: 1/2 settembre 2012

Nuovi partner per il servizio di assistenza immediata

Spendere denaro per un'assicurazione viaggi? Non ce n'è bisogno! L'assicurazione di viaggio «Vacanza», compresa gratuitamente nelle assicurazioni complementari Ambulatoriale, Basic e Ospedale, vi protegge fino a 8 settimane per viaggio. «Vacanza» non include solamente le assicurazione bagaglio, spese di annullamento, carte di credito/tessere clienti e protezione giuridica, ma vi offre anche Assistance, un servizio di assistenza immediata 24 ore su 24 che vi aiuta nei casi di emergenza durante i vostri viaggi.

Dal 1° gennaio 2012 Visana ha affidato la gestione di tali sinistri a nuovi partner.

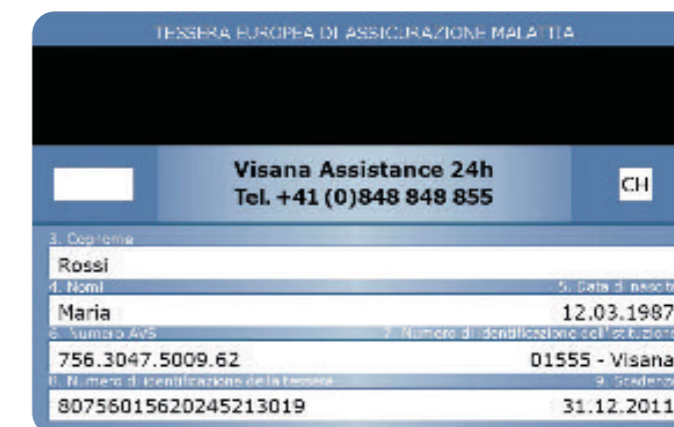
- Il servizio di assistenza immediata 24 ore su 24 è ora garantito dalla Medical AG di Brüttsellen (finora: Inter Partner Assistance [IPA], Ginevra).
- L'assicurazione bagagli, spese di annullamento viaggi, carte di credito e tessere clienti è ora di competenza della EUROPEA Assicurazioni Viaggi SA (ERV) di Basilea (finora: IPA, Ginevra).
- I casi relativi all'assicurazione di protezione giuridica all'estero sono invece evasi dalla bernese Protekta Assicurazione di protezione giuridica SA (finora: IPA, Ginevra).

Detentrici delle suddette assicurazioni sono la EUROPEA Assicurazioni Viaggi SA e la Protekta Assicurazione di protezione giuridica SA.

Nessun cambiamento

La collaborazione con i nuovi partner assicurativi non comporta alcun cambiamento a livello di prestazioni erogate secondo le condizioni generali del contratto d'assicurazione (CGA) dell'assicurazione viaggi Vacanza. Anche il numero di telefono per le emergenze all'estero rimane invariato.

Numeri d'emergenza sulla tessera d'assicurato



Sul retro della vostra tessera d'assicurato troverete il numero di telefono di Assistance: 0848 848 855 (cfr. riquadro a pagina 19). In caso di malattia o infortunio all'estero, chiamate questo numero.



Sul lato anteriore della vostra tessera d'assicurato vi è invece il recapito telefonico di Visana: 0848 848 899. Chiamatelo qualora aveste domande sulla vostra assicurazione.



«I cambiamenti necessitano di molto tempo»

La Svizzera non può che essere orgogliosa del suo settore sanitario. È ciò che afferma l'ex Consigliera di Stato Erika Forster-Vannini. Al contempo però, esige molta forza di volontà orientata ai cambiamenti. Un bilancio dopo sedici anni di politica sanitaria.

Con il suo ritiro dal Consiglio di Stato, avvenuto in questi giorni, il Parlamento federale perde un'esperta nel campo della politica sanitaria, la quale negli ultimi anni ha lasciato il segno.

«VisanaFORUM»: Qual è il suo bilancio dopo sedici anni di attività?

Erika Forster-Vannini: In questi anni abbiamo raggiunto molti traguardi. Possiamo vantarci di un'assistenza sanitaria di prima classe e, grazie alla legge sull'assicurazione malattie LAMal, di solide basi.

Il suo più grande successo?

Sono fiera di essere riuscita a convincere il Parlamento del fatto che l'attuale compensazione dei rischi deve essere adattata. In questo modo si crea un equilibrio finanziario tra gli assicuratori malattia con assicurati giovani

e sani e quelli con assicurati meno giovani e più malati. Di conseguenza si argina l'infelice ricerca dei «buoni rischi». Tuttavia, per quanto concerne la parte ambulatoriale, c'è ancora margine di miglioramento.

Che cosa l'ha delusa?

La più grande delusione è stata per me il fallimento della revisione LAMal del 2003. In questo modo si sono allungati i tempi per i dovuti adeguamenti. Oggigiorno si discute molto, ma si raggiunge poco.

Perché?

Molti attori si impuntano sulle loro posizioni. Soprattutto nel Consiglio nazionale domina la politica di partito piuttosto che quella di concreti obiettivi politici. La ricerca di consensi viene improvvisamente vista come una debolezza. Ma senza consensi non ci sono soluzioni.

La Consigliera di Stato, Erika Forster-Vannini, è fiera di essere riuscita a convincere il Parlamento ad adattare la compensazione del rischio, anche se «per quanto concerne la parte ambulatoriale, c'è ancora margine di miglioramento.»

Stiamo troppo bene?

La volontà di cambiare non è ovunque sentita in egual misura. Anche il sistema delle riduzioni dei premi risolve molti problemi. La pressione in certi ambiti non sembra essere ancora sufficiente.

Un esempio?

Senza ombra di dubbio i medici fanno moltissimo. Ogni tanto dovrebbero però sforzarsi e vedere la parte positiva dei cambiamenti. È evidente che a molti medici mancano le conoscenze economico-aziendali per poter vedere le opportunità. Comunque, questo vale anche per altri gruppi d'interessati.

Dove colloca la maggiore necessità di agire?

Il fatto che abbiamo 26 Cantoni quasi indipendenti per quanto concerne la politica sanitaria non è sempre un vantaggio. Si dovrebbe prendere in considerazione anche la possibilità di centralizzare singoli compiti affinché possano essere svolti in maniera più efficiente ed economica. Non viviamo più nel XIX secolo.

Una cassa unica potrebbe aiutare?

Al contrario. Avere una cassa unica sarebbe come viaggiare su un binario morto, appena si incontra il prossimo problema si rimane bloccati, senza più via d'uscita. La conseguenza sarebbe costi ancora più alti. No, una cassa unica non risolverebbe il problema.

Di cosa possiamo essere orgogliosi?

Sicuramente della nostra assistenza medica. Il progresso è enorme. Stiamo invecchiando, ma tendenzialmente siamo più sani. Tuttavia, ciò non è gratuito. Per questo motivo dobbiamo abbassare i costi.

Come?

Per esempio tramite un rafforzamento della responsabilità. Dobbiamo limitare la nostra tendenza al consumo. Non significa che tutti i malesseri sono sintomi di malattie e che dobbiamo correre dal medico. A 70 anni il corpo non è più in forma come a 20, e questo lo si dovrebbe accettare.

Il suo augurio al nuovo Parlamento federale?

Non perdere la vista dell'insieme concentrandosi solo su singoli elementi e decidere in tempi utili. Inoltre, un po' di movimento e dinamica non farebbero male. Oggigiorno tendiamo ad aspettare che siano gli altri a fare il primo passo.

Intervista a cura di:

Christian Beusch

Responsabile Comunicazione aziendale

«Non prendersi troppo sul serio»

Erika Forster-Vannini non si definisce una persona bisognosa di riposo. È importante però essere soddisfatti del proprio lavoro e non vederlo come un peso. «Non bisogna prendersi sempre troppo sul serio», afferma. Naturalmente le abitudini sane fanno parte di una vita equilibrata. Per questo motivo preferisce fare le scale piuttosto che prendere l'ascensore e si concede piacevoli passeggiate nella natura. Inoltre, rinuncia anche all'alcol, «non per convinzione, ma perché semplicemente non mi piace.»

Esperta in politica sanitaria

Per sedici anni Erika Forster-Vannini ha lavorato nella politica sanitaria svizzera. In questo lasso di tempo ha seguito diversi dossier e promosso soluzioni sia per quanto riguarda temi economici che sociopolitici. «Bisogna essere testardi» afferma la Consigliera di Stato del Canton San Gallo ritiratasi quest'autunno. D'ora in poi il suo impegno sarà dedicato all'azienda tessile di famiglia. Con un po' di malinconia ammette che le mancheranno le discussioni con la popolazione e «in generale la politica sanitaria: per me è la cosa più avvincente che esista.»