



**Dominique Gisin:  
ihr neues Leben**

SEITE 4

**KOSTEN  
IM FOKUS**

Vergnügen am Strand –  
ohne Reue

Seite 8



**VOR ORT**

Élodie Schwab,  
Mutter mit viel  
Energie

Seite 14





**4** MITTENDRIN  
**Dominique Gisin**

**8** KOSTEN IM FOKUS  
**Vergnügen am Strand – ohne Reue**

**9** GESUNDHEITSTIPP  
**Schweizer Superfoods**

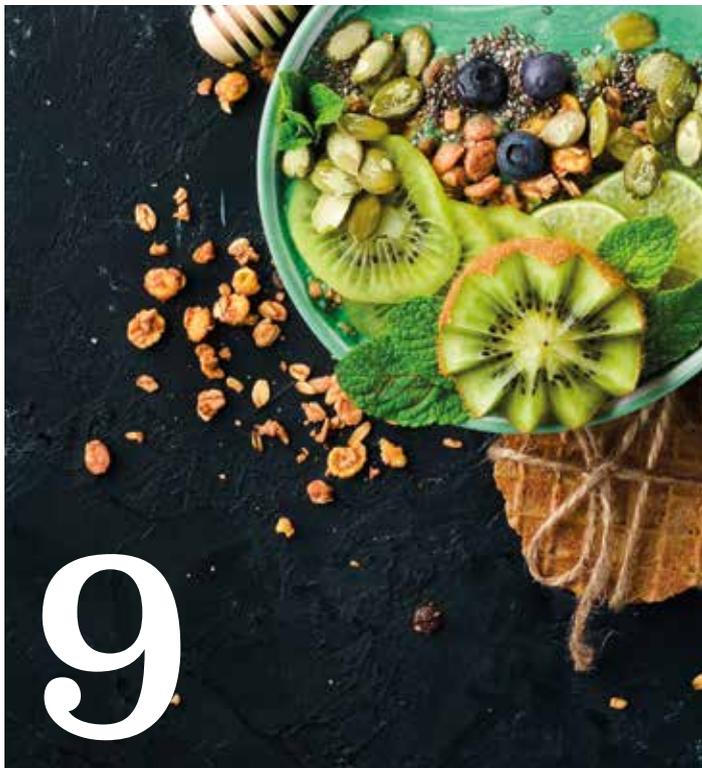
**10** INFOGRAFIK  
**Datenschutz**

**12** NÜTZLICHE TIPPS  
**HomeProtect und SelfProtect**

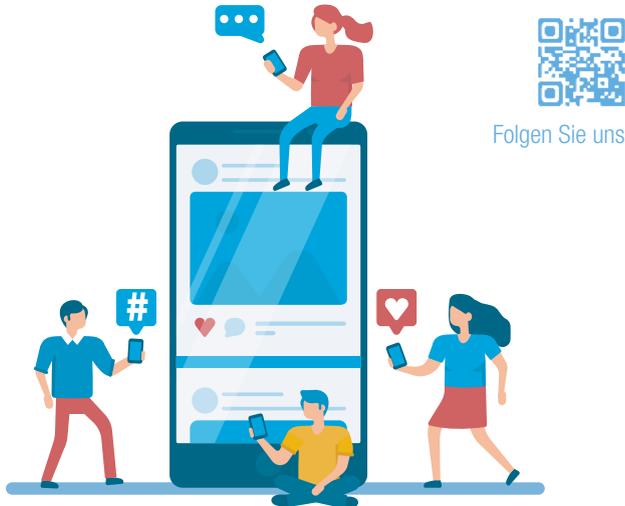
**13** ENTDECKUNGSREISE  
**Team Groupe Mutuel**

**14** VOR ORT  
**Élodie Schwab**

**16** LECLUB  
**Stimulierende Angebote**



23 000



So viele Follower hat die Groupe Mutuel in den sozialen Netzwerken. Im Durchschnitt kommen jeden Monat 500 neue Fans dazu. Und Sie, folgen Sie uns schon?

Facebook ist der beliebteste Kommunikationskanal unserer Community. Sie können uns dort Fragen zu Ihren Versicherungen stellen oder Meinungen zu verschiedenen Themen austauschen. Auf Instagram finden Sie unser Engagement für Kultur und Sport, auf Twitter veröffentlichen wir eher Hintergrundinformationen zum Gesundheitssystem.

Unsere auf B2B ausgerichteten Posts auf LinkedIn helfen unseren Kunden, ihre beruflichen Tätigkeiten zu entwickeln. Die Marke als Arbeitgeber wird mit unserem Engagement für die Ausbildung und mit unseren Stellenanzeigen systematisch gefördert.

## GEWUSST WIE

## Die Versichertenkarte: So gehts

DIE VERSICHERTENKARTE IST SEHR PRAKTISCH, WENN MAN WEISS, WELCHE MÖGLICHKEITEN SIE BIETET. SIE IST EIN WAHRES KRAFTPAKET UND HAT, UNTER ANDEREN, ZWEI SEHR WICHTIGE FUNKTIONEN:

### Eine Karte, die das Leben leichter macht

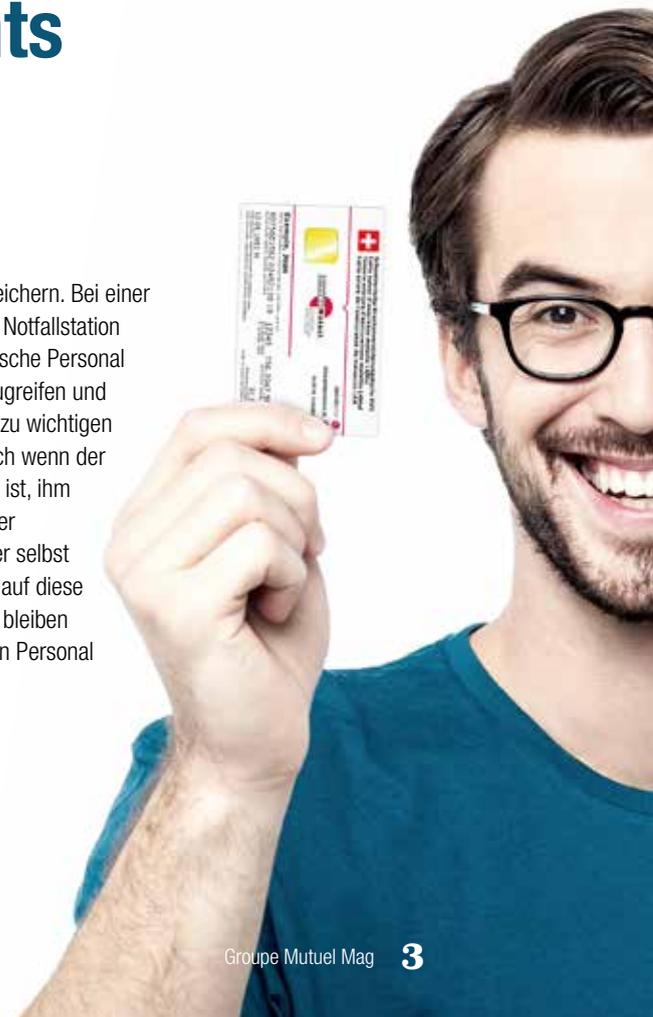
Bei der Groupe Mutuel wird – ausser beim SUPRA-Modell – das Tiers-payant-System angewendet. Medizinische Rechnungen müssen so nicht zuerst vom Versicherten bezahlt werden. Der Versicherer bezahlt die Rechnungen direkt dem Leistungserbringer und stellt dem Versicherten danach die Kostenbeteiligung in Rechnung. In diesem System wird die Versichertenkarte gewissermassen zur Kreditkarte. Beim Vorweisen der Versichertenkarte werden alle Informationen zur Rechnungsstellung in Verbindung mit dem Versicherten an den

Leistungserbringer übermittelt. Es muss weder Geld vorgeschossen noch eine Rechnung eingereicht werden. So wird das Potenzial für Fehler stark reduziert, und zudem kann damit Papier gespart werden.

### Eine Karte, die Ihnen das Leben retten kann

Zusätzlich zu ihrer Kreditkartenfunktion für medizinische Leistungen kann die Versichertenkarte auch das Leben ihres Inhabers retten. Es ist nämlich möglich, seinen Arzt zu bitten, darauf wichtige Informationen wie Blutgruppe, Allergien, Behandlungen und

vielen mehr zu speichern. Bei einer Einlieferung in die Notfallstation kann das medizinische Personal auf diese Daten zugreifen und hat somit Zugang zu wichtigen Informationen, auch wenn der Patient nicht fähig ist, ihm diese zu geben. Der Krankenversicherer selbst hat keinen Zugriff auf diese Informationen, sie bleiben dem medizinischen Personal vorbehalten.



# «SIE BRAUCHEN UNS – UND WIR SIE»

DOMINIQUE GISIN (33), ABFAHRTS-OLYMPIASIEGERIN, BOTSCHAFTERIN, REFERENTIN UND DELEGIERTE DES STIFTUNGSRATS DER SCHWEIZER SPORThILFE, HAT PHYSIK STUDIERT UND ERWIRBT AKTUELL DIE BERUFSPILOTENZENZ. DAMIT DIE JUNGE ENGELBERGERIN ALLES UNTER EINEN HUT BRINGEN KANN, SETZT SIE PRIORITÄTEN. GANZ OBEN AUF IHRER LISTE STEHT DIE STIFTUNG SCHWEIZER SPORThILFE. MIT IHREM ENGAGEMENT SCHAFFT SIE FÜR NACHWUCHSHOFFNUNGEN EINE FINANZIELLE BASIS UND UNTERSTÜTZT SIE AUF IHREM WEG AN DIE WELTSPITZE.

Wie so oft in ihrem Leben ist Dominique Gisin mal wieder sportlich unterwegs. Vor unserem Treffen im Ruderclub Zürich am Mythenquai hat sie bereits eine ordentliche Strecke im Zweier-Ruderboot zurückgelegt. «Das Rudern hat mich schon immer fasziniert. Aber wenn man aus den Bergen kommt, ist es schwierig, sich diesem Sport zu widmen», sagt Gisin. Jetzt ist sie oft in der Stadt und rudert regelmässig auf dem Zürichsee. «Die Stimmung frühmorgens ist herrlich. Da wird mir immer wieder bewusst, was für ein schöner Sport das Rudern ist.» Dominique Gisin liebt als ehemalige Spitzensportlerin nicht nur das Skifahren oder das Rudern. Sie begeistert sich für jegliche Arten von Sport. Auch für Sportarten, in denen sie nach eigener Aussage total talentfrei sei. Sie ist vor allem von den Athletinnen und Athleten fasziniert, die mit ihrer Leidenschaft bereit sind, alles für den Sport zu geben. Dominique Gisin weiss: «Das Leben als Spitzensportlerin ist extrem intensiv und geprägt von Höhen, Tiefen und Rückschlägen.» Oft herrscht auch finanzielle Unsicherheit, denn die finanzielle Situation hängt stark von der Leistung und der gewählten Sportart ab.

## **GMmag: Wieso engagieren Sie sich so stark für die Stiftung Schweizer Sporthilfe?**

Dominique Gisin: Die Sporthilfe bietet den Athletinnen und Athleten eine finanzielle Grundlage, damit sie sich auf ihre Karriere konzentrieren können und den Sprung in die Weltelite schaffen. Ich weiss aus eigener Erfahrung, wie schwierig es ist, sich zu finanzieren, bevor die grossen Erfolge und Sponsorengelder kommen. Zudem bin ich der festen Überzeugung, dass die Erfolge von Schweizer Athletinnen und Athleten einen Mehrwert für unsere Gesellschaft darstellen und ein verbindendes Identitätsgefühl schaffen. Aus diesen Gründen engagiere ich mich bei der Sporthilfe mit viel Herzblut.

## **Heisst das, es fehlt den Sportlerinnen und Sportlern in der Schweiz an Geld?**

Viele sind sich nicht bewusst, wie tief das Durchschnittseinkommen der besten Schweizer Athletinnen und Athleten ist. Ein grosser Teil von ihnen verdient weniger als 14 000 Franken – im Jahr!

## «Viele Topathletinnen und -athleten verdienen weniger als 14 000 Franken im Jahr.»



Ich finde, dass wir als Gesellschaft verpflichtet sind, unsere Spitzensportlerinnen und -sportler von morgen zu unterstützen. Also engagiere ich mich persönlich mit der Stiftung Schweizer Sporthilfe dafür, dass die Schweizer Bevölkerung auch in 20 oder 30 Jahren Medaillen feiern kann. Ein erfolgreicher olympischer Medaillenspiegel bereitet allen grosse Freude. Und diese Freude darf nicht verloren gehen, nur weil Nachwuchshoffnungen das nötige Geld auf ihrem Weg zur Spitze fehlt.

#### **Viele Sportler haben doch einen Job?**

Die Zeiten, als man als Amateursportlerin oder -sportler an der Weltspitze noch mitmischen konnte, sind in vielen Sportarten vorbei. Heute muss man als Profi sehr viel Energie aufwenden. Für eine Festanstellung nebenbei fehlt oft schlicht die Zeit. Die Stiftung Schweizer Sporthilfe unterstützt Sporttalente, die finanzielle Hilfe brauchen. Es geht dabei nicht nur darum, dass sie ihre sportlichen Ziele verfolgen können. Wir ermöglichen ihnen, die von der Gesellschaft geforderten Topleistungen zu erbringen. Sie sind schliesslich die Athletinnen und Athleten, die unser Land international vertreten.

#### **Wie kann die Gesellschaft da mithelfen?**

Natürlich können sich alle, die einen Beitrag leisten möchten, an die Stiftung Schweizer Sporthilfe wenden. Wichtig ist, dass unser Sportnachwuchs in die Gesellschaft eingebunden wird. Ich frage mich oft, wie junge Sportprofis mit einem solch tiefen Einkommen überhaupt über die Runden kommen. Viele machen sich diese Gedanken nicht. Unsere Aufgabe ist es, die Bevölkerung für diese Situation zu sensibilisieren.

## «Wir müssen die Champions von morgen unterstützen.»

#### **Und was gibt Ihnen die Stiftung zurück?**

Letztes Jahr war ich an einem Nachwuchswettbewerb zu Gast und zeigte dort meinen Weg vom Spitzensport zur Stiftung Schweizer Sporthilfe auf. Ich erklärte, was unsere Arbeit ist und welche Ziele wir verfolgen. Der Blick ins Publikum hat mich berührt. Ich sah junge Athletinnen und Athleten weinen. Einige kamen zu mir und erzählten mir ihre Sporterlebnisse. Ich spürte die Leidenschaft und ihre Bereitschaft, alles für den Sport zu geben. Nicht aus finanziellen Interessen. Es ist ihr innerer Antrieb. Diese Champions von morgen müssen wir unterstützen. Und wenn ich ihnen auch nur ein wenig helfen kann, ist das für mich ein grosser Triumph.

#### **Welche Präventionstipps geben Sie dem Nachwuchs mit?**

Da Spitzensportlerinnen und -sportler immer Vollgas geben, müssen sie topfit sein. Ich rate ihnen, die nötige Zeit und Energie in die körperliche Fitness zu investieren. Eine gute Fitness ist die beste Prävention. Und effiziente Unfallprävention ist für Athletinnen und Athleten entscheidend. Denn ihr Körper ist ihr Kapital. Und wenn auch die Familie hinter einem steht, kommt man auch nach einem Unfall wieder auf die Beine. Ich weiss, wovon ich spreche. Nachdem ich den Skisport nach etlichen Verletzung fast hatte aufgeben müssen, gewann ich dank der Unterstützung meiner Familie 2014 in Sotschi Olympiagold.



Das Interview im Video entdecken

Seit rund 50 Jahren steht die Stiftung Schweizer Sporthilfe mit Sitz in Ittigen (BE) Schweizer Athletinnen und Athleten auf ihrem Weg an die Weltspitze zur Seite. Besonders im Nachwuchsalter und in Randsportarten, wo mediale Präsenz, grosse Sponsoren und hohe Preisgelder ausbleiben, hilft die Sporthilfe leistungsorientierten Sporttalenten und ihrer Familie, die finanzielle Herausforderung zu bewältigen. Die Groupe Mutuel schliesst sich dieser Initiative an und sponsert jedes Jahr zehn Sportlerinnen und Sportler aus der ganzen Schweiz mit einer Sporthilfe-Patenschaft.



Sommerzeit heisst Badezeit und viel Sonne. Eine Kopfbedeckung, reichlich Sonnencreme und die Mittagspause im Schatten sind die beste Prävention, um einen schmerzenden Sonnenbrand oder gar einen Sonnenstich zu vermeiden. Doch ist der Körper schon krebsrot gebrannt, ist es zu spät für die Prävention. Viel Feuchtigkeit für die Haut und Kühlung sind angesagt. Bei schlimmen Sonnenbränden ist auch der Gang zum Arzt erforderlich, um sich eine Spezialsalbe verschreiben zu lassen. Die Konsultation kostet laut Ärztetarif Tarmed um 35 Franken und eine spezielle Salbe 20 bis 40 Franken. Kommt eine Sonnenallergie hinzu, wird es teurer.

Beim Sonnenstich ist Ruhe die beste Medizin – doch in kritischen Situationen muss ein Arzt über die Behandlung entscheiden, entsprechend unterschiedlich hoch sind die Kosten. In seltenen Fällen, wenn der Kreislauf durch übermässige Sonneneinstrahlung vollkommen aus dem Gleichgewicht geraten ist, kann auch ein Spitalaufenthalt erforderlich sein. Die Kosten steigen dann schnell auf mehrere hundert Franken bis zur Entlassung.

#### **Aufpassen auf Seeigel oder Glas im Sand**

Ein anderes Thema am Strand sind Verletzungen durch Gegenstände im Sand wie Glas, scharfe Plastik- oder Metallteile oder gar verloren gegangene Rüstmesser. Aber auch unter Wasser gibt es Gefahren – vor scharfkantigen Steinen, stacheligen Fischarten oder Seeigeln schützt man sich am besten mit Plastikschuhen. Passiert dann doch etwas, gilt dies versicherungstechnisch als Unfall, dessen Kosten je nach Schwere variieren.

# Vergnügen am Strand – ohne Reue



## WIE FUNKTIONIERTS?

# Spitalabteilung – allgemein, halbprivat oder privat?



Bei einem Spitalaufenthalt in der Schweiz haben Versicherte die Wahl, in welcher Abteilung sie behandelt werden möchten. Die Grundversicherung übernimmt in jedem Fall die Kosten in der allgemeinen Abteilung eines auf der kantonalen Spitalliste aufgeführten Spitals. Wer mehr Komfort und einen bestimmten Arzt oder in jedem Fall den Chefarzt für die Behandlung wünscht, entscheidet sich für die halbprivate (Zweibettzimmer) oder private Abteilung (Einbettzimmer). Dies hat zwar eine höhere Prämie zur Folge, doch übernimmt die entsprechende private und freiwillige Zusatzversicherung die Kosten.

# Superfoods: auch aus der Schweiz!

## Sich mit lokalen Produkten etwas Gutes tun, wenn der Magen knurrt?

Man hört oft von Goji- und Açaí-Beeren und von Chia-Samen. Doch Schweizer Superfoods haben die gleiche Wirkung und zudem den Vorteil, dass sie keine Flugreise unternehmen müssen, um auf unseren Tellern zu landen. Sie sind also nicht nur gut für uns, sondern auch für die Umwelt.

Die Superfoods sind das Tüpfelchen auf dem i mit grosser Wirkung. Prall gefüllt mit Mikronährstoffen fördern sie die Gesundheit. Kombiniert mit einer gesunden, ausgewogenen Ernährung geben sie unserem Immunsystem einen Boost und helfen uns sogar, bestimmte Arten von Krebs fernzuhalten.

## Heidelbeeren, Brombeeren, Himbeeren und Knoblauch: Antioxidantien zur Vorbeugung von Krebs und Infekten

Zu Stosszeiten durch Zürich oder Genf fahren für die Zustellung einer wichtigen Lieferung: die reine Hölle. So geht es manchmal auch dem Lymphsystem. Doch bei einem feindlichen Angriff auf unseren Körper spielt dieses eine wesentliche Rolle, denn es liefert die nötigen Lymphozyten für den Kampf zur Erhaltung unserer Gesundheit. Und da kommen die Antioxidantien ins Spiel. Sie fördern die Durchblutung und sorgen dafür, dass der Verkehr in unseren Lymphgefässen fliesst. Dadurch erreichen unsere Kämpferzellen das Schlachtfeld schneller. Mit einer so kurzen Reaktionszeit halten es unsere Feinde nicht lange aus.

## Nüsse, Olivenöl und Forelle: gutes Fett zum Schutz des Herzens

Gutes Fett ist jenes, das ungesättigte Fettsäuren enthält, die berühmten Omega-3-, Omega-6- und Omega-9-Fettsäuren. Sie regulieren den Cholesterinspiegel im Blut, aber auch die Insulinsensitivität, und helfen dem Körper bei der Verstoffwechslung von Kohlehydraten. Die regelmässige Aufnahme von gutem Fett hilft uns im Kampf gegen Übergewicht, Herzinfarkte und bestimmte Arten von Diabetes. Also, Fett nicht weglassen, sondern das richtige wählen.

## Einen weiteren nährstoffreichen Schweizer Superstar entdecken Sie in unserem Blog.



# Die Groupe Mutuel schützt Ihre Privatsphäre...

...AUCH WENN DIES IHREN ALLTAG MANCHMAL KOMPLIZIERTER MACHT. WIR ERKLÄREN IHNEN, WESHALB EINE VOLLMACHT IN BESTIMMTEN SITUATIONEN MEHR ALS NUR GESETZLICH VORGESCHRIEBEN IST UND WESHALB WIR IHRE PRIVATSPHÄRE SCHÜTZEN. DAZU SECHS BEISPIELE.

## Trennung

Nach einer schwierigen Trennung oder Scheidung ruft der/die ehemalige Partner/-in die Groupe Mutuel an oder fragt in einer Agentur nach Informationen über den Ex-Partner oder die Ex-Partnerin. Weiss die Groupe Mutuel von der Trennung, geben ihre Mitarbeitenden keine Information heraus.



# 1



# 2

## Volljährige Kinder

Ein volljähriges Kind lebt in seiner eigenen Wohnung. Die Eltern sorgen sich und möchten wissen, ob die Tochter oder der Sohn die Rechnungen bezahlt. Das Call-Center wird kontaktiert, um zu erfahren, ob Prämienausstände bestehen. Ohne Vollmacht für die anrufende Person in den Unterlagen kann diese Information nicht weitergegeben werden.

# 3



## Versicherungsvermittler

Bestimmte Versicherungsvermittler verfügen über Informationen zu den Versicherten. Ein Vermittler ruft unser Call-Center an und bittet für die Beratung eines Versicherten um dessen Versicherungspolice. Wir überprüfen die Situation und stellen fest, dass keine Vollmacht vorliegt. Folglich können wir keine Auskunft geben.

### Schützenhilfe

WO FINDE ICH DAS VOLLMACHTSFORMULAR UND WIE FÜLLE ICH ES AUS?

1. Auf unserer Webseite über folgenden Link:  
<https://www.groupemutuel.ch/de/Privatkunden/Kundendienst/Antworten-auf-häufige-Fragen/Anfrage-von-Dokumenten.html>
2. Verlangen Sie das Formular per Telefon. Sie erhalten es danach per Post.
3. Fragen Sie in einer unserer 34 Agenturen.

Die Unterschrift und eine Ausweiskopie beider Personen (Vollmachtgeber und -nehmer) sowie der Grund für die Anfrage sind obligatorisch.

Viele von Ihnen nehmen über unser Call-Center Kontakt mit uns auf. 2018 haben wir rund zwei Millionen Anrufe beantwortet. Grosse Überraschung: Einer von zehn Anrufen betraf das Datenschutzgesetz (DSG). Seit dem 1. Januar 2019 haben wir rund 35 000 Anrufe erhalten, bei denen wir aufgrund des DSG eine angefragte Information nicht erteilen konnten. An den Schaltern unserer 34 Agenturen haben wir zusätzlich mehr als 500 dieser Anfragen erhalten. Möglicherweise haben Sie das Gefühl, die Groupe Mutuel mache Ihnen das Leben schwer. Doch das ist eigentlich nicht der Fall, wie folgende sechs Beispiele zeigen. Bringen wir Licht ins Dunkel.

**Auch wenn es den Versicherten manchmal schwerfällt, unser striktes Vorgehen zu verstehen, möchten wir damit nur ihre Privatsphäre schützen.**

# 4

## Todesfall

Nach dem Tod einer/eines Versicherten sind wir verpflichtet, den Erbschein zu verlangen, um die Namen der Erben zu erfahren. Das Kind der verstorbenen Person möchte uns seine Bankdaten für die Überweisung von ausstehenden Rückerstattungen mitteilen. Ohne Erbschein können wir in der Sache jedoch nicht tätig werden. Achtung: In diesem häufigen Fall ist es wichtig, dass die Erben zeitnah reagieren, damit keine Wartezeiten entstehen und keine grösseren Kostenvorschüsse geleistet werden müssen.



# 5

## Beistandschaft

Ein Versicherter hat vor Kurzem einen Beistand erhalten. Der Beistand möchte die finanzielle Situation unseres Versicherten erfahren und schickt uns eine Anfrage per E-Mail. Wir haben noch keinen Entscheid der Erwachsenenschutzbehörde erhalten, weshalb wir ihm keine Informationen geben.



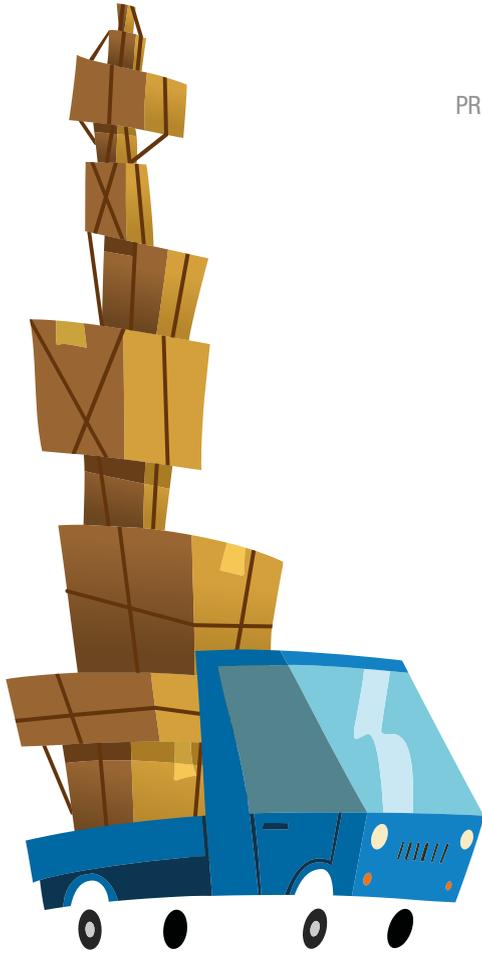
# 6

## Konkubinatspartner

Ein/-e Konkubinatspartner/-in sieht eine Abrechnung der Kostenbeteiligung zu einer Apothekenrechnung seiner Partnerin bzw. ihres Partners und möchte den Namen des verrechneten Medikaments erfahren. Er oder sie ruft das Call-Center an, verfügt aber über keine Vollmacht und erhält deshalb die Auskunft nicht. Wieder schützt die Groupe Mutuel Ihre Privatsphäre. In diesem besonderen Fall darf aus einem einfachen Grund nicht bekannt gegeben werden, welches Medikament verschrieben wurde: Stellen Sie sich vor, eine Person erfährt vom Versicherer von einer schweren Erkrankung ihres Partners oder ihrer Partnerin.



# WELCHE VERSICHERUNG FÜR DIE WIRTSCHAFT VON MORGEN?



## PRIVATHAFTPFLICHT- UND HAUSRATVERSICHERUNG IM ZEITALTER DER ONLINE-PLATTFORMEN

Sie basieren auf dem Austausch von Gütern (Wohnung, Auto etc.), Dienstleistungen (z. B. Lieferung) oder Wissen (z. B. IT- oder Yoga-kurs) zwischen Privatpersonen, mit oder ohne Geldfluss – die Rede ist von den Online-Plattformen, die Anbieter und Kunden direkt miteinander in Kontakt bringen und so den klassischen Handel umgehen.

Doch was geschieht bei Streitfällen, die Anbietern bei dieser «kollaborativen Wirtschaft» entstehen? Sind sie von der Hausrat- oder Privathaftpflichtversicherung der Groupe Mutuel gedeckt? Auch wenn diese Frage nicht einfach mit Ja oder Nein beantwortet werden kann, machen die folgenden Beispiele den Sachverhalt etwas klarer.

### Beispiel 1

Ich vermiete meine Wohnung gelegentlich wochenweise über Airbnb: «Wenn der Mieter einen Schaden verursacht (Feuer- oder Wasserschaden), deckt meine Hausratversicherung HomeProtect dann den Schaden?»

Ja, für solche Schäden sind Sie gedeckt. Die «Stufe plus» der Versicherung HomeProtect deckt zudem Bruchschäden an Mobiliarverglasungen. Hingegen wäre ein Diebstahl durch den Mieter der Wohnung nicht versichert.

### Beispiel 2

Parallel zu meiner Haupttätigkeit möchte ich eine Nebentätigkeit aufnehmen, die schrittweise meine Haupttätigkeit ersetzen soll. Im Rahmen dieser Nebentätigkeit würde ich gelegentlich als Lieferant für ein Möbelhaus arbeiten. «Wenn mir beim Entladen ein Karton aus den Händen gleitet und dabei ein neben mir geparktes Auto beschädigt, übernimmt meine Privathaftpflichtversicherung dann die Kosten?» Ja, der Schaden wird von der Versicherung SelfProtect gedeckt, sofern Ihr Jahresumsatz bei dieser Nebentätigkeit 20 000 Franken nicht übersteigt. Mögliche Schäden an den transportierten Waren sind jedoch nicht gedeckt. Dafür muss eine Risikoversicherung für Selbstständigerwerbende abgeschlossen werden.

Zwar sind diese Versicherungen in der Schweiz nicht obligatorisch, doch im täglichen Leben erweisen sie sich als sehr nützlich.

Unsere Beraterinnen und Berater sind für zusätzliche Auskünfte zu den Versicherungen HomeProtect und SelfProtect gern für Sie da. Sie erreichen sie unter 0800 808 848 oder per E-Mail an [offerten@groupemutuel.ch](mailto:offerten@groupemutuel.ch)

## HEUTE IST MORGEN SCHON GESTERN

# In eine andere Haut schlüpfen – bald möglich?

Das von der Universität Zürich gegründete Startup Cutiss will Patienten eine massgeschneiderte und sichere Lösung zur Behandlung von Hautdefekten bieten: denovoSkin. Es handelt sich dabei um eine personalisierte Therapie auf Basis von Gewebe des Patienten selbst. Mit dieser Therapie kann Haut produziert werden (vorerst nur weisse). Laut Dr. Daniela Marino, CEO und Mitbegründerin von Cutiss, ist denovoSkin nicht einfach ein weiteres Produkt für eine Elite oder eine Minderheit, sondern ein innovativer Ansatz, der im Endeffekt

zur Routinebehandlung werden soll. Bei einer Verbrennung könnten Sie eine neue Haut erhalten. Oder wenn Sie hier oder da ein Stück Haut entfernen müssen oder aus ästhetischen Gründen entfernen lassen wollen, können Sie die Haut stellenweise ersetzen. Das Verfahren ist derzeit in der klinischen Phase und folglich noch nicht auf dem Markt erhältlich. Wird es dank denovoSkin bald möglich sein, in eine andere Haut zu schlüpfen?

[www.cutiss.swiss](http://www.cutiss.swiss)

# Team Groupe Mutuel 2019



JETZT WIRDS ERNST!

AUCH IN DIESEM JAHR WERDEN 50 BEGEISTERTE LÄUFERINNEN UND LÄUFER AUSGEWÄHLT, UM AN EINEM EINZIGARTIGEN SPORTLICHEN ABENTEUER TEILZUNEHMEN. OB BLUTIGER ANFÄNGER ODER BEWÄHRTER ATHLET, DIE MITGLIEDER DES TEAMS 2019 SIND BEREIT, GEMEINSAM HERAUSFORDERUNGEN ANZUGEHEN.

Ihre Geschichte hat mit dem Kick-off im März ihren Anfang genommen, bei dem sich die Teilnehmenden zum ersten Mal getroffen und ihr Material erhalten haben. Das Abenteuer ist in Fahrt gekommen.

In Sitten begann dann das zweite Kapitel für unsere Swisstrotters. Das Swiss Olympic Medical Center organisierte gleichzeitig in Sitten und Bellikon Ausdauerests, um die Gesundheit

und das Laufniveau der Teilnehmenden zu beurteilen und optimale Trainingseinheiten planen zu können.

Der Startschuss ist also gefallen: Die Läuferinnen und Läufer nehmen einmal pro Monat an gemeinsamen Trainings teil und absolvieren gleichzeitig im Alltag ihr individuelles Programm. Erster Ernstkampf war der GP Bern.

Die Teilnehmenden sind mit voller Geschwindigkeit und viel Teamgeist in das Abenteuer gestartet und über sich selbst hinausgewachsen.

## Zwei neue Frauenläufe werden unterstützt

Die Groupe Mutuel unterstützt 2019 zwei neue Frauenläufe. Nach Basel im Mai findet in Winterthur am 23. Juni 2019 der nächste Frauenlauf statt. Diese einmalige Laufveranstaltung steht ganz im Zeichen der Venus. Frauen, Jugendliche und Mädchen kommen rund um den Sport zusammen und teilen einen besonderen Moment.



Weitere  
Informationen

# ÉLODIE SCHWAB

## “Gesundheit ist die Grundlage für alles”

ÉLODIE SCHWAB (33) IST VERHEIRATET UND MUTTER ZWEIER TÖCHTER IM ALTER VON SECHS UND VIER JAHREN. SIE WOHT IN ST. GALLEN. FAMILIE, BERUF UND HOBBYS STEHEN IM VORDERGRUND. ABER AUCH ACTION UND EMOTIONEN SIND IHR WICHTIG.

Energie, Motivation und Freude. Schon in den ersten Sekunden der Begegnung mit unserer Versicherten Élodie Schwab in einem Winterthurer Café kommt es herüber und verwandelt sich dann in Gewissheit: Élodie steht



Élodie Schwab ist Projektleiterin Sponsoring und Events bei einer ortsansässigen Bank. Sie wurde am 28. März 1986 geboren, lebt in St. Gallen, ist verheiratet und hat zwei Töchter, Jennifer (6) und Johanna (4).

voll im Leben. «Wie ich mich beim Aufstehen fühle? Ich freue mich auf einen neuen Tag und auf die täglichen Herausforderungen. Wenn ich morgens aufwache, bin ich immer gut drauf, nach einer Tasse Kaffee sogar noch besser.»

Die energische junge Frau führt ein ausgeglichenes und erfülltes Leben: «Meine Familie hat oberste Priorität, dann sind da mein Job – ich liebe ihn – und meine Hobbys, die mir viel Spass machen.» Fangen wir gleich mit den Hobbys an: Lieber Filme oder TV-Serien? «Am liebsten Kinofilme. Auf die Schauspieler kommt es an.» Eher Brad Pitt oder George Clooney? «George Clooney. Oder James Bond. Daniel Craig ist Spitzenklasse, finden Sie nicht?»

Erscheint Ihnen James Bond nicht etwas machoartig? «Vielleicht ein wenig, wobei ich nichts gegen Männlichkeit einzuwenden habe: etwas dominierend, gut aussehend und sportlich.»

Eine Lieblingsschauspielerin? «Da würde ich Gal Gadot wählen, die Darstellerin von Wonder Woman. Eine natürliche Schönheit. Auch sie hat Kinder. Mutter und Wonder Woman zu sein, ist also nicht unvereinbar!» (lacht). Ist es wichtig für eine Mutter, Frau zu bleiben? «Unbedingt. Sie soll nicht nur in ihrer Mutterrolle, sondern auch als Frau und im Beruf wahrgenommen werden.»

Das Leben ist kein langer, ruhiger Fluss. «Das erinnert mich an den Beginn meines Studiums in St. Gallen. Der Deutschschweizer Dialekt stellte ein ziemlich grosses Hindernis dar. Ich büffelte wie verrückt, und nach drei Monaten war es, als hätten sich in meinem Gehirn neue Verbindungen gebildet. Heute bin ich trotz meinem leichten Westschweizer Akzent sehr gut integriert.»

Élodie macht gern Sport – Fitness, Velofahren, Wandern und Skifahren – und interessiert sich für Kosmetik. «Als ich klein war, zeichnete ich viel. Heute lebe ich meine Kreativität beim Schminken aus. Es macht mir viel Freude, Frauen für ihre Hochzeit oder andere Anlässe zu schminken und so ihre natürliche Schönheit zur Geltung zu bringen.»



Familie und Kinder verändern das Leben. «Das kann man wohl sagen. Die Geburt meiner ersten Tochter hat mein ganzes Leben auf den Kopf gestellt. Und als meine zweite Tochter geboren wurde, hatte ich schlicht keine Zeit mehr für mich. Durch die Familie lernt man, flexibel zu sein, Geduld zu haben und Ruhe zu bewahren, auch wenn man dich mal anschreit. Man lernt, besser zu werden, um ein gutes Beispiel zu sein.» Hilft Ihr Ehepartner mit? «Ja, zweimal die Woche bringt er die Kinder in die Kita und holt sie wieder ab. Er leert die Spülmaschine und kümmert sich um das Baden der Kinder, während ich das Essen zubereite.»

Was sind Ihrer Ansicht nach Ihre persönlichen Stärken? «Ich bin ehrgeizig und mache mir selber viel Druck. Weiter bin ich positiv eingestellt, interessiere mich für Menschen und tausche mich gern mit ihnen aus.» Und was wäre verbesserungsfähig? «Ich sollte mehr Geduld aufbringen. Manchmal muss man warten können, das finde ich sehr schwierig.»

## «Mutter und Wonder Woman zu sein, ist nicht unvereinbar!»

Kennen Sie Ängste? «Ja, die Angst, meine Familie zu verlieren oder an einer schweren Krankheit zu sterben. Ohne Gesundheit hat auch der reichste Mensch nicht viel vom Leben. Gesundheit ist Energie und die Grundlage für alles.»

Haben Sie Vorbilder? «Meine Grossmutter väterlicherseits, sie ist 99 Jahre alt. Mit ihrem – sehr schweren – Leben war sie immer zufrieden. Sie war nie neidisch auf irgendjemanden.»

Waren Sie schon einmal krank oder haben Sie sich verletzt? «2009 hatte ich einen schweren Velounfall, dabei wurden mein Kiefer, meine Zähne und meine Leber verletzt. Es war schlimm, doch es hat sich alles zum Guten gewendet. Ich konnte wieder lächeln – und das ist sehr wichtig. Die Groupe Mutuel hat mich gut betreut und mir die medizinischen Leistungen rückerstattet.»

### Hören Sie gern Musik?

Ja, sehr. Es vergeht kein Tag ohne Musik. Ich habe lange Klarinette gespielt und liebe auch klassische Musik, sie entspannt mich. Im Auto höre ich eher Radio, die aktuellen Pop- und Rock-Hits, manchmal auch Technomusik.

### Haben Sie Lieblingsplätze in St. Gallen?

Ich liebe den Drei-Weiher-Park, im Sommer ein Muss. Es ist dort ideal zum Entspannen, und man geniesst eine wunderbare Aussicht. Oder die Altstadt mit ihren Schaufenstern, Geschäften und Cafés. Aber auch den Tierpark «Peter und Paul» mit seinen Hirschen, Gämsen, Wildschweinen und Murmeltieren. Da erlebt man die Jahreszeiten wunderschön. In St. Gallen findet man einfach alles: Die Stadt ist nicht zu gross und nicht zu klein, sehr angenehm, man fühlt sich sicher und wohl – ein perfekter Ort zum Leben.



Event LeClub



MAAG Music & Arts AG



Peacefulfamily



Au Fil des Mois



Bernerhof Gstaad



HelloFresh Suisse AG



Unter [www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub) finden Sie alle LeClub®-Angebote.

Abonnieren Sie unseren Newsletter, und Sie erhalten die neuen Angebote als exklusive Vorpremiere: [www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub).

Die LeClub®-Angebote werden vollständig von den Partnergesellschaften finanziert und stehen in keinem Zusammenhang mit den Versicherungsprämien, mit Ausnahme der Angebote MAAG Music & Arts AG und Event LeClub in dieser Ausgabe.

Ihre persönlichen Daten werden nicht bei der Auswahl und Ausarbeitung unserer Angebote benutzt.

Sie werden nicht an unsere Partner übermittelt. Einzig Ihre Adressdaten werden für die Verbreitung dieser Angebote berücksichtigt.

## Event LeClub

# FAMILIENAUSFLUG AM SAMSTAG, 14. SEPTEMBER 2019

# GRATIS FÜR KINDER

Entdecken Sie mit der Groupe Mutuel am Samstag, 14. September 2019, einen von 19 Orten in der Schweiz und profitieren Sie vom kostenlosen Eintritt für Kinder und einem Rabatt ab 50% auf den Eintritt für Erwachsene. Wir haben für Sie folgende Parks und Museen ausgewählt:

### LISTE DER PARKS UND MUSEEN

- Alpamare, Pfäffikon
- aquabasilea, Pratteln
- Tierpark, Bern
- Heididorf, Maienfeld
- Schweizer Kindermuseum, Baden
- Vogelwarte, Sempach
- Swiss Science Center Technorama, Winthertur
- Ebium, Fisibach
- Aquaparc, Le Bouveret
- Swiss Vapeur Parc, Le Bouveret
- Fondation Barry, Martigny
- Unterirdischer See, Saint-Léonard
- Western City, Martigny
- Grottes de Vallorbe
- Papiliorama, Kerzers
- Aquatis Aquarium-Vivarium, Lausanne
- Chaplin's World, Vevey
- Swissminiatur, Melide
- Splash & Spa, Tamaro

### IHRE VORTEILE

- Entdecken Sie am Samstag, 14. September 2019, den Park oder das Museum Ihrer Wahl. Es gelten die üblichen Öffnungszeiten.
- Gratisertritt für Kinder und ab 50% Rabatt auf den Eintritt für Erwachsene

### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Gehen Sie auf [www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub), wählen Sie das Angebot «Event LeClub» und folgen Sie den Anweisungen, um die Eintritte in den Park oder das Museum Ihrer Wahl zu erhalten.

### GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 6. September 2019, solange Vorrat. Maximal vier Tickets pro Versicherte/-n.

[www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub)



AB **20%** RABATT

## AUF ALLE TICKETS FÜR «BREAK THE TANGO»



«Break the Tango» macht vom 22. Oktober bis 5. November 2019 wieder Halt in der MAAG Halle Zürich. Profitieren Sie als Groupe-Mutuel-Versicherte/-r von mindestens 20% Rabatt auf die Tickets aller Kategorien.

«Break the Tango» bricht alle Regeln und lässt zwei ganz unterschiedliche Tanzstile aufeinandertreffen. Während die Tangotänzer – darunter zwei Tangoweltmeisterpaare – elegant über das Parkett schweben, mischen die athletischen Breakdancer Milonga-Traditionen auf. «Break the Tango» zeigt, wie feurig, explosiv und mitreissend der Mix von Tango und Streetdance sein kann, und begeistert nicht nur Tango- und Breakdance-Fans. Begleitet wird die Compagnie von einer fünfköpfigen Liveband, die Elektrotango-Hits von Otros Aires und Popsongs von Adele bis Beyoncé zum Besten gibt.

### IHR VORTEIL

**Mindestens 20% Rabatt** auf alle Tickets

### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Angebot unter <https://breakthetango.ch/groupemutuel/> aufrufen
- Gewünschte Plätze an Ihrem Wunschkdatum auswählen, max. vier Tickets pro Versicherte/-n
- BAG-Nummer (auf Ihrer Versichertenkarte) als Rabattcode eingeben

### GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 5. November und solange Vorrat. Es können maximal vier Tickets pro Versicherte/-n bezogen werden.

Die Gesellschaften, die der Groupe Mutuel angeschlossen sind und/oder von ihr verwaltet werden, beteiligen sich finanziell an der Ermässigung, die Sie mit diesem Angebot nutzen können.

## ADOPTIERE EIN BIZZY

**25%** RABATT

### DIE ZEIT VOR DEM BILDSCHIRM SPIELERISCH EINSCHRÄNKEN

Verbringen Ihre Kinder zu viel Zeit vor dem Bildschirm? Entdecken Sie Bizzy, der Ihr Kind beim Regulieren seiner Zeit vor dem Bildschirm begleitet.

Die spielerische Methode wurde von einer Mutter entwickelt und beruht auf Taschengeld und Verantwortung: Mit Zeitguthaben soll Ihr Kind lernen, die wöchentlich vor dem Bildschirm verbrachte Zeit einzuteilen, damit auch Spiel, Kreativität und Spass mit der Familie nicht zu kurz kommen. Schweizer Konzept und Design. Umweltverträglich, ohne Batterien, langlebig und lokal hergestellt (in geschützten Werkstätten im Kanton Waadt). Mit Bizzy ist die Zeiteinteilung ein Kinderspiel!

### IHR VORTEIL

**25% Rabatt** beim Kauf von Bizzy: Fr. 104.– statt Fr. 139.–

### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Geben Sie bei Ihrer Bestellung auf [www.peacefulfamily.ch](http://www.peacefulfamily.ch) unter Boutique den Aktionscode **Gmbizzy** an.

### GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 31. Juli 2019, solange Vorrat. Kostenlose Lieferung innerhalb der Schweiz.



[info@peacefulfamily.ch](mailto:info@peacefulfamily.ch)  
[www.peacefulfamily.ch](http://www.peacefulfamily.ch)





Au Fil des Mois

## STERNFÖRMIGE SPIELUHR MELLIPOU

# 25% RABATT

### ORIGINELLE MUSIKDEKO FÜR DAS BABYZIMMER

Die Spieluhren von Mellipou mit modernem Design und coolen Melodien – Adele, Amélie Poulain, Stevie Wonder, The Doors oder Game of Thrones – trösten Ihr Baby und helfen ihm beim Einschlafen. **100% Baumwolle, maschinenwaschbar und made in France.**

#### IHR VORTEIL

**25% Rabatt** auf die sternförmigen Spieluhren: Fr. 36.75 statt Fr. 49.–

#### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Wählen Sie auf [www.aufildesmois.ch](http://www.aufildesmois.ch) die sternförmige Spieluhr und geben Sie bei der Bestellung den Aktionscode **mellipou19** an. Zzgl. Versandkosten (Fr. 7.–).
- Weisen Sie das Angebot im Laden «Au Fil des Mois» an der Avenue du Midi 9 in 1950 Sitten vor.

#### GÜLTIGKEIT

Angebot gültig bis 31. Juli 2019

027 323 73 42  
aufildesmois@teltron.ch  
[www.aufildesmois.ch](http://www.aufildesmois.ch)

**mellipou**<sup>®</sup>  
MUSIC BOX

### Bernerhof Gstaad

## Wanderferien in Gstaad

# FAST 25% RABATT

Das Wander- und Gourmethotel Bernerhof mitten im autofreien Zentrum von Gstaad. In diesem unkomplizierten Hotel mit dem erfrischenden Spirit erleben Sie genau das, was Ihnen zuhause alle gewünscht haben: schöne Ferien.

#### IHR VORTEIL

Aufenthalt im Doppelzimmer Kategorie «Style»:

- Drei Übernachtungen: **Fr. 417.–** pro Person statt Fr. 555.–
- Fünf Übernachtungen: **Fr. 695.–** pro Person statt Fr. 925.–

#### GÜLTIGKEITEN UND BEDINGUNGEN

Das Angebot ist gültig vom 1. Juni bis 31. Oktober 2019, je nach Verfügbarkeit, mit Ausnahme des 22. bis 25. August. Zuschlag Doppelzimmer zur Alleinbenützung Fr. 10.– pro Tag (statt Fr. 20.–). Zuschläge für andere Zimmerkategorien auf Anfrage. Dieses Angebot ist nicht kombinierbar mit Pauschalangeboten. Exkl. Kurtaxe Fr. 3.60 pro Tag/Person.

033 748 8844  
info@bernerhof-gstaad.ch  
[www.bernerhof-gstaad.ch](http://www.bernerhof-gstaad.ch)



#### INBEGRIFFENE LEISTUNGEN

- Frühstücksbuffet, Picknickbuffet
- Bernerhof Card, die Sie berechtigt, in den vier Bernerhof Restaurants für Fr. 55.– pro Tag/Person zu konsumieren
- Kostenlose Nutzung der E-Mountainbikes Thömus Lightrider E1
- Freie Nutzung von Kneipp-Zone, Sauna, Dampfbad und Hallenbad

#### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Reservation per Telefon oder E-Mail direkt beim Swiss Quality Hotel Bernerhof Gstaad mit dem Code **Groupe Mutuel**.
- Weisen Sie beim Check-in Ihre Versichertenkarte vor (eine Karte pro Zimmer).

SWISS   
QUALITY HOTELS<sup>®</sup>  
INTERNATIONAL

  
**Bernerhof Gstaad**  
Das Wander- und Gourmethotel

FR. **50.—** RABATT

## FRISCHE ZUTATEN UND REZEPTE AN IHRER HAUSTÜR!



Kochen ist Leidenschaft, aber auch ein zeitintensives Hobby. Und genau da verkürzt HelloFresh den Zeitplan, denn dank der Kochboxen brauchen Sie sich um den Einkauf nicht mehr zu kümmern. Es werden Ihnen vielfältige Rezepte und die nötigen Zutaten, perfekt abgemessen und gekühlt, direkt an Ihre Haustür geliefert.

Wählen Sie unter vielfältigen Rezepten einfach Ihre drei Favoriten aus und genießen Sie Ihre Lieblingsmenüs ganz ohne Einkaufsstress! Egal, ob Classic Box oder Veggie Box, mit HelloFresh wird ausgewogene Ernährung zum Kinderspiel.

### IHR VORTEIL

- **Fr. 50.— Rabatt** auf Ihre erste Kochbox
- **15% Rabatt** auf alle weiteren Kochboxen

### WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Erstellen Sie auf [www.hellofresh.ch](http://www.hellofresh.ch) in wenigen Schritten ein Kundenkonto.
- Wählen Sie Ihre Kochbox aus.
- Geben Sie den Gutscheincode **HFMUTUEL** im Warenkorb ein.

### GÜLTIGKEITEN UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 31. Juli 2019. Der Gutschein über Fr. 50.— gilt einmalig pro Neukunde und Haushalt beim Kauf der Kochbox. Anschliessend wird automatisch ein Rabatt von 15% auf alle weiteren Bestellungen gewährleistet. Die Lieferung kann flexibel bis Mittwoch, 23.59 Uhr, für die Folgeweche unterbrochen oder beendet werden.

043 508 72 70  
kundenservice@hellofresh.ch  
[www.HelloFresh.ch](http://www.HelloFresh.ch)



## Wettbewerb GMmag

Gewinnen Sie mit unserem Partner Swiss Quality Hotels International einen der folgenden Preise:

**1.–3. Preis: Eine Nacht für zwei Personen in einem Swiss Quality Hotel, mit Frühstück, im Wert von Fr. 300.—**

### Frage 1:

Wofür engagiert sich Dominique Gisin persönlich?

### Frage 2:

Nennen Sie mindestens drei Schweizer Superfoods.

### Frage 3:

Wo befindet sich das Hotel Bernerhof, Mitglied der Hotelgruppe Swiss Quality Hotels International?

### Ihre Antworten

-----

-----

-----

Name und Vorname: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

BAG-Nummer (auf Ihrer Versichertenkarte): \_\_\_\_\_

### Teilnahmebedingungen

Teilnahme bis 15. Juli 2019 unter [www.groupemutuel.ch/wettbewerb](http://www.groupemutuel.ch/wettbewerb) oder per Post mit diesem Coupon in einem frankierten Couvert an folgende Adresse: Groupe Mutuel, Kommunikation, Rue des Cèdres 5, Postfach, 1919 Martigny. Die Antworten finden Sie im GMmag und auf [www.SwissQualityHotels.com](http://www.SwissQualityHotels.com). Es besteht kein Kaufzwang. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Die Gewinner/-innen werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Preise werden nicht bar ausbezahlt und können nicht übertragen werden.

Die Gewinner/-innen sind einverstanden, dass ihr Name veröffentlicht wird. Mitarbeitende der Groupe Mutuel und der Swiss Quality Hotels International sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

## 34 Agenturen, 5 Service-Center

Öffnungszeiten: 7.45 – 12.00 Uhr und 13.30 – 17.30 Uhr  
(freitags und vor Feiertagen bis 17.00 Uhr)



Unser Kundendienst ist von  
Montag bis Freitag von  
8.00 bis 18.00 Uhr für Sie da:

**0848 803 111**



Agentur Lugano: Jeannette, Giacomo, Dayana und Sonia

### REGIONALE AGENTUREN

<b>5000 Aarau</b>	Bucherstrasse 12	<b>1218 Grand-Saconnex</b>	Route de Ferney 211	<b>1950 Sitten</b>	Rue de la Blancherie 41
<b>5400 Baden</b>	Stadtturmstrasse 19	<b>1914 Isérables</b>	Place de l'Eglise 3	<b>4500 Solothurn</b>	Lagerhausstrasse 1
<b>4052 Basel</b>	St. Alban-Anlage 46	<b>1006 Lausanne</b>	Av. de la Rasude 8	<b>9000 St. Gallen</b>	Poststrasse 12
<b>1996 Basse-Nendaz</b>	Chemin de la Place 30	<b>1010 Lausanne</b>	Route d'Oron 1	<b>7500 St. Moritz</b>	Via Maistra 24
<b>3011 Bern</b>	Waisenhausplatz 25	<b>6900 Lugano</b>	Viale Stefano Francini 40	<b>3600 Thun</b>	Frutigenstrasse 24E
<b>2502 Biel/Bienne</b>	Mühlebrücke 2	<b>6003 Luzern</b>	Hirschmattstrasse 40	<b>1872 Troistorrents</b>	Place du Village 24
<b>3902 Brig-Glis</b>	Gliserallee 10	<b>1920 Martigny*</b>	Rue des Cèdres 5	<b>1752 Villars-sur-Glâne</b>	Rte du Petit-Moncor 6
<b>1630 Bulle</b>	Rue de Vevey 11	<b>1870 Monthey</b>	Avenue du Théâtre 4	<b>8400 Winterthur</b>	Tösstalstrasse 7
<b>7000 Chur</b>	Grabenstrasse 9	<b>2000 Neuenburg</b>	Faubourg de l'Hôpital 9	<b>8001 Zürich</b>	Widdergasse 1
<b>2800 Delémont</b>	Quai de la Sorne 22	<b>4600 Olten</b>	Ringstrasse 15	<b>8050 Zürich-Oerlikon</b>	Birchstrasse 117
<b>1700 Freiburg</b>	Rue de Locarno 9	<b>1937 Orsières</b>	Route du St-Bernard 61		
<b>1201 Genf</b>	Rue Argand 3	<b>3960 Siders</b>	Rue de Pradec 1		

\* Hauptsitz



#### Krankenversicherung

0848 803 111  
info@groupemutuel.ch



#### Lebensversicherung

0848 803 999  
leben@groupemutuel.ch



#### Vermögensversicherung

0848 803 222  
kunden@groupemutuel.ch

**Mag** Groupe Mutuel



### IMPRESSUM

<b>Herausgeber:</b>	Groupe Mutuel, Rue des Cèdres 5, Postfach, CH-1919 Martigny
<b>Redaktion:</b>	Tanya Lathion, Jean-Christophe Aeschlimann, Christian Feldhausen, Serkan Isik, Pascal Vuistiner
<b>Konzept und Gestaltung:</b>	Julie Lovey & Jean Philippe Chevassu
<b>Erscheinungsweise:</b>	vierteljährlich auf Deutsch, Französisch und Italienisch
<b>Internet:</b>	www.groupemutuel.ch/gmmag
<b>E-Mail:</b>	gmmag@groupemutuel.ch
<b>Fotos:</b>	Sophie Stieger (Seiten 1, 2, 5, 6, 7, 14 und 15), Nicolas Bachmann (Seite 20), Adobe Stock
<b>Druck:</b>	media-f sa, Druckerei Saint-Paul, Freiburg Gesamtauflage: 850 000 Exemplare

Groupe Mutuel Mag ist eine Publikation für die Versicherten der Groupe Mutuel.



**Sie mögen keine Papierstapel?**  
Mit GMnet und GMapp tauschen Sie sich kosten- und papierlos mit der Groupe Mutuel aus – einfach und gut gesichert.  
Mehr dazu:  
[www.groupemutuel.ch/gmnet](http://www.groupemutuel.ch/gmnet)



gedruckt in der  
**schweiz**