



Dominique Gisin: la sua nuova vita

PAGINA 4

QUANTO COSTA?

Godersi pienamente le gioie dell'estate

Pagina 8



INCONTRO CON UN'ASSICURATA

Elodie Schwab, mamma attiva

Pagina 14





4 VICINI A VOI
Dominique Gisin

8 QUANTO COSTA?
Godersi pienamente le gioie dell'estate

9 CONSIGLI PER LA SALUTE
Superalimenti svizzeri

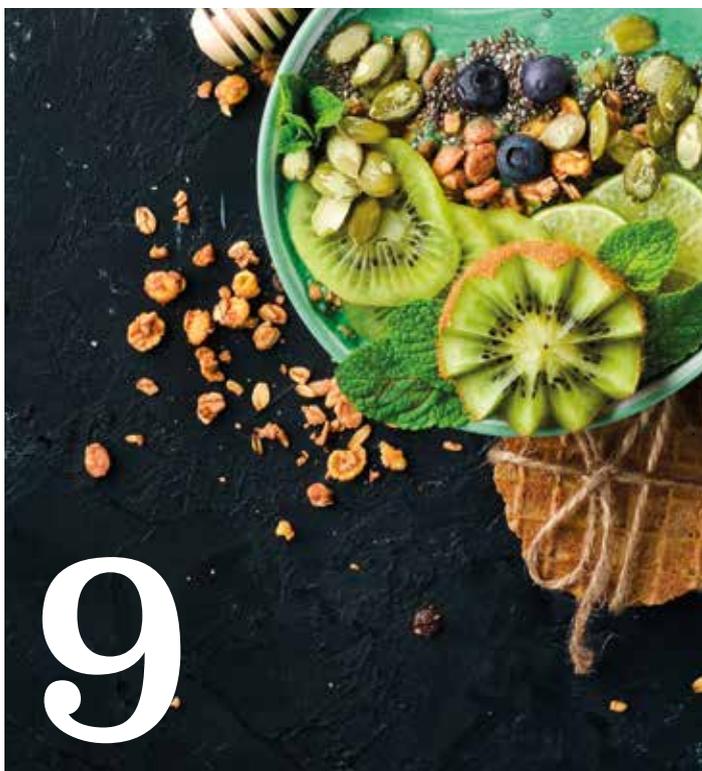
10 L'INFOGRAFIA
Protezione dei dati

12 AL VOSTRO SERVIZIO
HomeProtect e SelfProtect

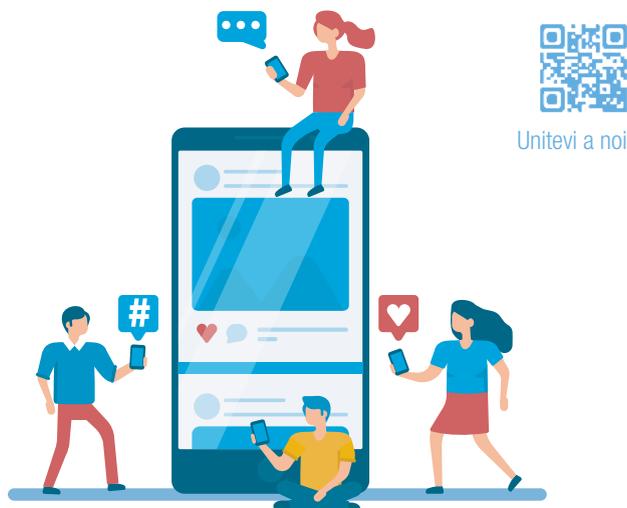
13 ZOOM
Team Groupe Mutuel

14 INCONTRO CON UN'ASSICURATA
Elodie Schwab

16 LECLUB
Offerte entusiasmanti



23 000



Unitevi a noi

È il numero totale di fan sui social network del Groupe Mutuel. In media, ogni mese, si abbonano 500 nuovi fan. Siete già abbonati?

Facebook è il canale di comunicazione più popolare nella nostra comunità. Vi permette di inviarci le vostre domande sulle assicurazioni, ma anche di scambiare le vostre opinioni su una moltitudine di argomenti. Su Instagram, troverete i nostri impegni culturali e sportivi, mentre su Twitter pubblichiamo domande di fondo relative al sistema sanitario.

Infine, su LinkedIn, le nostre pubblicazioni B2B aiutano i nostri clienti a sviluppare le loro attività professionali. Il marchio del datore di lavoro è sistematicamente promosso con i nostri impegni in materia di formazione, ma anche con annunci di posti di lavoro vacanti.

PER SEMPLIFICARVI LA VITA

La tessera d'assicurazione: manuale d'uso

LA TESSERA D'ASSICURAZIONE È ESTREMAMENTE PRATICA, A CONDIZIONE CHE SI CONOSCANO TUTTE LE POSSIBILITÀ CHE OFFRE. QUESTO VERO E PROPRIO CONCENTRATO DI INFORMAZIONI HA, TRA L'ALTRO, DUE FUNZIONALITÀ PARTICOLARMENTE IMPORTANTI.

Una tessera che facilita la vita

Al Groupe Mutuel, ad eccezione del modello SUPRA, vige il sistema del terzo pagante. Ciò significa che gli assicurati non devono anticipare denaro per pagare le fatture di cura. L'assicuratore salda direttamente le fatture ai fornitori di cure e poi sollecita gli assicurati per il pagamento della loro partecipazione. In questo tipo di sistema, la tessera d'assicurazione diventa come una carta di credito. Quando si esibisce la tessera d'assicurazione, tutte le informazioni relative all'assicurato sono trasmesse al fornitore di cure. Non occorre anticipare

denaro; non vi sono fatture da trasmettere; le possibilità di errore nell'incarto sono quindi molto ridotte. Inoltre, ciò permette di risparmiare carta.

Una tessera che può salvare la vita

Oltre a fungere da carta di credito per le prestazioni mediche, la tessera d'assicurazione può anche salvare la vita del suo titolare. Infatti, è possibile chiedere al medico di registrare nella tessera informazioni importanti come il gruppo sanguigno, le allergie, i trattamenti e molto altro. Al momento dell'ammissione al pronto soccorso, il personale

medico sarà in grado di leggere questi dati e di accedere alle informazioni fondamentali, anche se il paziente non è in grado di fornirle. L'assicuratore malattia, invece, non ha accesso a questo tipo di informazioni, riservate esclusivamente al personale medico.



«HANNO BISOGNO DI NOI E NOI DI LORO»

DOMINIQUE GISIN (33 ANNI) È CAMPIONESSA OLIMPICA DI DISCESA LIBERA; AMBASCIATRICE, PORTAVOCE E DELEGATA DEL CONSIGLIO DI FONDAZIONE D'AIDE SPORTIVE SUISSE. HA STUDIATO FISICA E STA OTTENENDO LA LICENZA DI PILOTA COMMERCIALE. PER POTER CONCILIARE TUTTE LE SUE ATTIVITÀ, LA GIOVANE ORIGINARIA DI ENGELBERG STABILISCE DELLE PRIORITÀ. IN CIMA ALLA LISTA: L'AIDE SPORTIVE SUISSE. CON IL SUO INVESTIMENTO, INTENDE FORNIRE ASSISTENZA FINANZIARIA AI GIOVANI TALENTI E SOSTENERLI NEL LORO CAMMINO VERSO I TRAGUARDI PIÙ AMBIZIOSI.

Quando incontriamo Dominique Gisin al Rowing Club di Zurigo, sul Mythenquai, è, come spesso nella sua vita, in piena azione: ha appena percorso una notevole distanza nella sua imbarcazione da canottaggio a due posti. "Il canottaggio mi ha sempre affascinato. Ma quando si viene dalla montagna, non è facile dedicarsi a questo sport", spiega Dominique Gisin. Attualmente, è spesso in città e si allena regolarmente sul lago di Zurigo. "La mattina presto, l'atmosfera è magica. E' in questi momenti che mi rendo conto di quanto il canottaggio sia un magnifico sport".

L'ex atleta di alto livello non è appassionata soltanto di sci e di canottaggio, ma di tutti i tipi di sport, anche quelli per i quali dice di non essere portata. E' particolarmente affascinata dagli atleti che sono disposti a sacrificare tutto per la loro passione. Dominique Gisin lo sa: "La vita di un atleta di alto livello è estremamente intensa, ritmata da alti e bassi, e piena di ostacoli". Spesso si aggiunge l'incertezza finanziaria, in quanto il reddito dipende in larga misura dalle prestazioni e dal tipo di sport scelto.

GMmag: Per quale motivo si investe così tanto per l'Aide sportive suisse?

Dominique Gisin: L'Aide sportive suisse sostiene finanziariamente gli atleti per aiutarli a concentrarsi sulla loro carriera e ad accedere all'élite mondiale. So per esperienza quanto sia difficile trovare finanziamenti, prima che arrivino il successo e il denaro degli sponsor. Sono convinta che i successi degli atleti svizzeri rappresentino un valore aggiunto per la nostra società e rafforzino il senso di identità collettiva. Per questo motivo mi impegno a favore dell'Aide sportive suisse.

Questo significa che gli atleti non hanno soldi in Svizzera?

Molte persone non hanno idea di quanto sia basso il reddito medio dei migliori atleti svizzeri. Gran parte di loro guadagna meno di 14'000 franchi l'anno! Penso che, come società, abbiamo il dovere di sostenere i nostri futuri atleti di alto livello. Mi impegno personalmente in favore dell'Aide sportive suisse, affinché la popolazione svizzera possa ancora festeggiare la vincita di medaglie tra 20 o 30 anni.

«Alcuni atleti di alto livello guadagnano meno di 14000 franchi l'anno.»



Portare a casa le medaglie olimpiche procura grande gioia a tutti. E questa gioia non deve andare perduta semplicemente perché i giovani talenti non hanno i mezzi finanziari per raggiungere i traguardi più ambiziosi.

Molti atleti hanno un lavoro accessorio, non è abbastanza?

In molti sport, sono finiti i giorni in cui gli atleti dilettanti potevano diventare campioni del mondo. Oggi, gli atleti professionisti devono spendere molte energie. Spesso non abbiamo tempo da dedicare ad un lavoro fisso. L'Aide sportive suisse sostiene gli atleti di talento che hanno bisogno di un aiuto finanziario. Senza questo, non potrebbero perseguire i loro obiettivi sportivi. Consentiamo loro di raggiungere i livelli di performance che la società si aspetta da loro. Dopo tutto, sono gli atleti che rappresentano il nostro paese sulla scena internazionale.

Come può la società aiutare gli atleti?

Chiunque desideri fare una donazione può naturalmente contattare l'Aide sportive suisse. È importante che i nostri giovani talenti siano integrati nella società. Mi chiedo spesso come fanno i giovani atleti con un reddito così basso a far quadrare il bilancio familiare. Molte persone non ci pensano nemmeno. Il nostro compito è quello di sensibilizzare l'opinione pubblica su questo problema.

«Dobbiamo sostenere i campioni di domani.»

Cosa le apporta questo suo investimento in favore della fondazione?

L'anno scorso, ho assistito a un concorso per giovani talenti. In quell'occasione, ho descritto il mio passaggio dallo sport di alto livello all'Aide sportive suisse. Ho spiegato quale fosse il nostro lavoro e quali fossero i nostri obiettivi. La reazione del pubblico mi ha molto commosso; ho visto giovani atleti piangere. Alcuni si sono poi avvicinati per raccontarmi le loro esperienze sportive. Ho sentito la passione e la volontà di dare tutto per lo sport. Non per interesse finanziario, ma piuttosto per una motivazione interiore. Dobbiamo sostenere questi campioni di domani. Se posso aiutarli anche soltanto un po', è già molto per me.

Quali consigli di prevenzione darebbe ai giovani atleti?

Dato che gli atleti di alto livello vivono a 100 km all'ora, devono essere sempre in ottima forma. Consiglio loro di investire il tempo e l'energia necessaria per essere sempre in ottime condizioni fisiche. Una buona condizione fisica è la migliore prevenzione. E un'efficace prevenzione degli infortuni è fondamentale per i giovani atleti. Perché il loro corpo è il loro capitale. E se anche la famiglia li sostiene, è possibile sempre rimettersi in piedi dopo un incidente. So di cosa sto parlando: dopo aver quasi smesso di sciare a causa di vari infortuni, ho vinto l'oro olimpico a Sochi nel 2014, grazie al sostegno della mia famiglia.

Da quasi 50 anni l'Aide sportive suisse, basata a Ittigen (BE), aiuta gli atleti svizzeri a raggiungere l'apice. Questo sostegno è rivolto in particolare ai giovani talenti e agli sport marginali che non beneficiano della presenza dei media, del sostegno dei grandi sponsor e di bonus elevati. L'Aide sportive suisse offre quindi il suo sostegno agli atleti di talento e alle loro famiglie per superare la sfida finanziaria. Il Groupe Mutuel si associa a questa iniziativa e sponsorizza ogni anno dieci atleti provenienti da tutta la Svizzera attraverso l'Aide sportive suisse.



QUANTO COSTA?

Le temperature estive invitano ad uscire all'aria aperta e a godersi le gioie di una bella nuotata. Però, scottature o colpi di sole possono rovinare il piacere. E' quindi meglio uscire coperti, pensare alla protezione solare ed evitare le ore calde, perché quando il danno è fatto, la prevenzione non serve più a nulla. Sarà quindi necessario idratare e lenire la pelle. Se il dolore diventa troppo forte, sarà necessario consultare un medico, che prescriverà una pomata appropriata. Secondo TARMED, la consultazione avrà un costo di circa 35 franchi e la pomata un costo compreso tra i 20 e i 40 franchi. Quando a ciò si aggiunge un'allergia al sole, i costi aumentano.

In caso d'insolazione, il riposo è il rimedio migliore.

Se la situazione peggiora, invece, sarà il medico a decidere cosa fare. I costi variano in funzione della cura richiesta. In rari casi, quando la circolazione del sangue è gravemente alterata a causa dell'eccessivo sole, sarà necessaria una degenza ospedaliera. I costi relativi a questo ricovero ospedaliero possono raggiungere diverse centinaia di franchi.

Attenzione ai ricci di mare e ad altri pericoli nascosti

Il sole non è l'unica minaccia. La giornata in spiaggia può anche essere guastata da ferite causate da oggetti appuntiti sepolti nella sabbia o da pericoli celati sott'acqua. Se indossate i sandali di plastica, sarete efficacemente protetti contro pietre appuntite, pesci con aculei e persino ricci di mare. E se, nonostante queste precauzioni, un incidente dovesse verificarsi, dal punto di vista dell'assicuratore sarà considerato un infortunio, con costi variabili a seconda della gravità.

Godersi pienamente le gioie dell'estate



COME FUNZIONA

La scelta del reparto ospedaliero Comune, semiprivato o privato?



In caso di degenza ospedaliera in Svizzera, gli assicurati possono scegliere il reparto in cui farsi curare. L'assicurazione di base assume i costi delle prestazioni del reparto comune di un ospedale che figura nell'elenco cantonale degli ospedali. Se l'assicurato desidera un maggiore comfort o se desidera essere curato dal primario o da un altro medico di sua scelta, opterà per il reparto semiprivato (camera con due letti) o privato (camera singola). Ciò costa di più in termini di premi, ma i costi della cura saranno assunti tramite l'assicurazione complementare privata e facoltativa che l'assicurato avrà stipulato.

Superalimenti svizzeri: ne esistono!

E se ci facessimo del bene, quando abbiamo fame, ma con prodotti locali?

Spesso sentiamo parlare di bacche di goji, semi di chia e bacche di acai. Eppure, i superalimenti svizzeri sono altrettanto efficaci e hanno il vantaggio di non percorrere migliaia di chilometri per arrivare nei nostri piatti. E' buono sia per noi che per il pianeta.

I superalimenti sono quei piccoli extra che hanno grandi benefici. Sono pieni di micronutrienti necessari per mantenerci in buona salute. Associati a una dieta sana ed equilibrata, rafforzano le nostre difese immunitarie e possono anche tenerci lontani da certi tipi di cancro.

Mirtilli, more, lamponi e aglio: antiossidanti per prevenire il cancro e le infezioni.

Attraversare Ginevra o Zurigo all'ora di punta, per una consegna tanto urgente quanto importante? Un incubo! È questo che vive spesso la linfa. Eppure, in caso di intrusione nefasta nel nostro corpo, essa svolge un ruolo capitale nel fornire i linfociti necessari per lottare per la preservazione della nostra salute.

E' qui che entrano in gioco gli antiossidanti. Attivando la circolazione sanguigna e fluidificando la circolazione nei canali linfatici, permettono alle nostre cellule killer di raggiungere il campo di battaglia più velocemente. Con una tale velocità di intervento, i nostri nemici non resisteranno a lungo.

Noci, olio d'oliva e trota: buoni grassi per proteggere il cuore.

I grassi buoni sono quelli che contengono acidi grassi insaturi. Sono i famosi Omega-3, Omega-6 e Omega-9. Regolano non solo i livelli di colesterolo nel sangue, ma anche la sensibilità all'insulina, aiutando il nostro corpo a metabolizzare i carboidrati.

Il regolare consumo di grassi buoni ci aiuta a combattere l'obesità, i problemi cardiovascolari e persino ad evitare il diabete. Allora, non eliminiamo completamente i grassi, selezioniamoli!



Il Groupe Mutuel tutela la vostra vita privata...

...ANCHE SE A VOLTE PUÒ COMPLICARE LA VITA QUOTIDIANA. VI SPIEGHIAMO PERCHÉ UNA PROCURA NON SOLO È OBBLIGATORIA PER LEGGE, IN DETERMINATE SITUAZIONI, MA SOPRATTUTTO PERCHÉ CI IMPEGNAMO A PROTEGGERE LA VOSTRA PRIVACY. ECCO COME IL GROUPE MUTUEL SI PRENDE CURA DI VOI IN SEI ESEMPI.

1

La separazione

A seguito di una separazione o di un difficile divorzio, l'ex-partner si reca in un'agenzia o telefona per cercare di ottenere informazioni sul suo ex-partner. Se il Groupe Mutuel è a conoscenza della separazione, i dipendenti non forniscono alcuna informazione.



2

Il figlio maggiorenne

Un figlio, maggiorenne, vive nel suo appartamento. Sua madre è preoccupata e vuole sapere se suo figlio sta pagando le fatture. Contatta il call center per sapere se suo figlio è in regola con il pagamento dei premi. Poiché nell'incarto non c'è alcuna procura a favore della madre, queste informazioni non possono essere fornite.

3

I mediatori

Alcuni intermediari assicurativi posseggono informazioni sulle persone assicurate. Un mediatore chiama il nostro call center e desidera ottenere una polizza assicurativa per scoprire come la persona è assicurata e per proporre altre assicurazioni. Dopo aver verificato, constatiamo di non aver alcuna procura a suo favore e non forniamo pertanto alcuna informazione.



Per semplificarvi la vita.

DOVE TROVARE E COME COMPILARE UNA PROCURA?

1. Sul nostro sito Internet, cliccando direttamente su questo link:
<https://www.groupemutuel.ch/it/clienti-privati/i-nostri-servizi/domande-più-frequenti/richiesta-di-documenti.html>
2. Richiedendo l'apposito modulo per telefono. Vi sarà inviato per posta.
3. Recandovi direttamente in una delle nostre 34 agenzie.

Sono necessarie la firma e la copia di un documento d'identità di entrambe le persone (il richiedente-rappresentante e la persona rappresentata dal richiedente), nonché la motivazione della richiesta.

Molti di voi ci contattano attraverso il nostro Call Center. Nel 2018, abbiamo ricevuto quasi due milioni di telefonate! E, sorprendentemente, una telefonata su dieci riguarda la legge sulla protezione dei dati (LPD). Dal 1° gennaio 2019 abbiamo ricevuto quasi 35 000 telefonate nell'ambito della LPD per le quali ci siamo rifiutati di fornire le informazioni richieste. Per gli sportelli delle nostre 34 agenzie, si annoverano più 500 casi supplementari. Avrete certamente l'impressione che il Groupe Mutuel vi complichì la vita. Eppure, ciò avviene solo raramente, come dimostrano i seguenti sei esempi. Capirete molto rapidamente!

Anche se a volte gli assicurati hanno difficoltà a comprendere il nostro rigore, lo facciamo per proteggere la loro privacy.

4

Il decesso

A seguito del decesso di una persona assicurata, siamo tenuti ad ottenere il certificato d'eredità per conoscere le persone legate alla successione. Il figlio dell'assicurato deceduto desidera fornirci le sue coordinate bancarie per le varie fatture in attesa di rimborso. Poiché non abbiamo ancora ottenuto il certificato d'eredità, non possiamo entrare nel merito della sua richiesta. Attenzione, in questi casi frequenti, l'attesa può essere lunga, con conseguenti anticipi di spese considerevoli per gli eredi. La situazione può quindi diventare facilmente più complessa, da cui l'importanza di agire rapidamente.



5

La curatela

Un assicurato è stato recentemente posto sotto curatela. Il curatore desidera conoscere la situazione finanziaria dell'assicurato e ci invia una richiesta via e-mail. A tutt'oggi non abbiamo ricevuto alcuna decisione da parte dell'autorità addetta alla protezione degli adulti, quindi non possiamo fornire alcuna informazione al curatore.



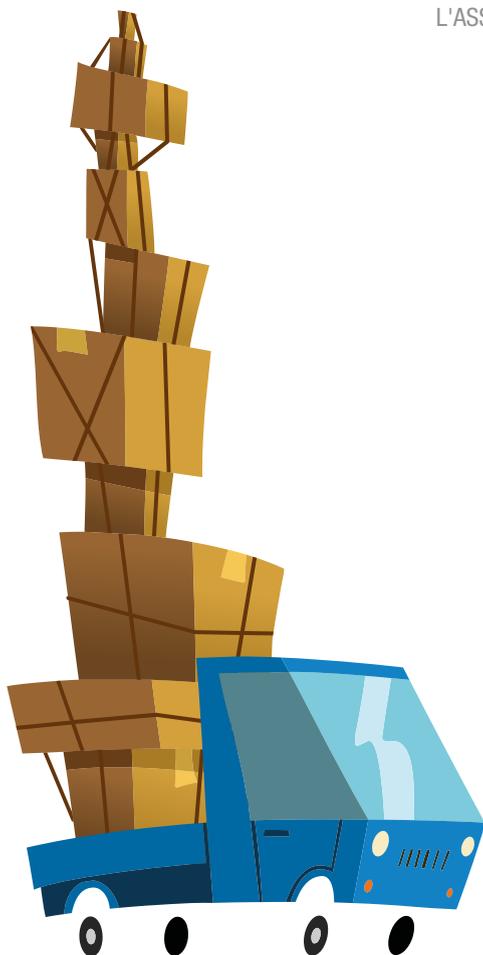
6

Il concubino

Il concubino vede un conteggio delle partecipazioni per una fattura della farmacia e desidera conoscere il nome del farmaco fatturato. Chiama il call center per ottenere l'informazione, ma dato che non ha alcuna procura a suo nome, non gli vengono fornite le informazioni. Ancora una volta, il Groupe Mutuel protegge la vostra privacy. In questo caso specifico, il nome del farmaco prescritto non deve essere divulgato, per ovvi motivi: immaginate cosa succederebbe se una persona assicurata scoprisse, attraverso l'assicuratore, che il suo concubino è affetto da una grave malattia!



COME ASSICURARE L'ECONOMIA DI DOMANI?



L'ASSICURAZIONE DI RESPONSABILITÀ CIVILE PRIVATA
E DI ECONOMIA DOMESTICA NELL'ERA
DELLE PIATTAFORME ONLINE

Si basa sulla condivisione o sullo scambio di beni tra privati (alloggio, auto ecc.), di servizi (ad esempio, consegna) o anche di conoscenze (corsi di informatica, di yoga ecc.) con o senza scambio monetario (vendita, noleggio, fornitura di servizi). Il fornitore e il cliente si contattano direttamente attraverso una piattaforma online, eludendo i tradizionali fornitori di servizi.

Le assicurazioni di economia domestica e di responsabilità civile privata del Groupe Mutuel coprono i sinistri che insorgono quale fornitore dell'"economia collaborativa"? Se non è possibile rispondere semplicemente a questa domanda, ecco due esempi concreti.

Esempio 1

Affitto il mio appartamento a settimana, occasionalmente, tramite la piattaforma Airbnb: "Se l'inquilino causa un danno coperto dalla mia assicurazione di economia domestica (incendio o danni delle acque), sarò assicurato dalla mia assicurazione di economia domestica HomeProtect?"

Sì, la copertura è acquisita per questo tipo di sinistri. Nell'ambito dell'assicurazione HomeProtect "Livello Plus", tale copertura si estende anche alla rottura dei vetri del mobilio. Tuttavia, l'assicurazione di economia domestica non copre i furti commessi da un inquilino dell'appartamento.

Esempio 2

Parallelamente alla mia attività professionale principale, sto intraprendendo un'attività accessoria, sperando di potervi dedicare il 100% del mio tempo. Vorrei lavorare occasionalmente come fattorino per un negozio di mobili. "Se, durante lo scarico, una scatola di cartone mi sfugge di mano e danneggia un veicolo parcheggiato, la mia assicurazione di responsabilità civile privata coprirebbe tale sinistro?". Fino a quando l'attività lucrativa non supera un fatturato annuo di CHF 20'000.-, i danni causati al veicolo sono coperti dall'assicurazione SelfProtect. Tuttavia, eventuali danni causati alle merci trasportate nell'ambito di questo servizio non saranno risarciti in quanto si tratta di un rischio di lavoratore autonomo.

Al di là di questi esempi, queste assicurazioni sono essenziali nella vita quotidiana, anche se non sono obbligatorie a livello federale.

Per maggiori informazioni sulle assicurazioni HomeProtect e SelfProtect, i nostri collaboratori sono a vostra disposizione allo 0800 808 848 o via e-mail all'indirizzo offerte@groupemutuel.ch

È SUCCESSO DOMANI

Cambiare pelle sarà presto possibile

La start-up Cutiss, nata dall'Università di Zurigo, desidera offrire ai pazienti una soluzione su misura e sicura per il trattamento dei difetti cutanei - denovoSkin, una terapia personalizzata basata sui tessuti provenienti dal paziente stesso. Una terapia che consente di produrre pelle (bianca). Come dice la dottoressa Daniela Marino, CEO e co-fondatrice di Cutiss, denovoSkin non è solo un altro prodotto destinato a una "elite" o una minoranza, bensì un approccio innovativo che diventerebbe, a

termine, parte di un trattamento di routine. Se vi ustionate, potrete avere una pelle nuova; come pure, se avete bisogno di rimuovere un pezzo di pelle qua e là, anche per motivi estetici. Attualmente in fase clinica, non ancora commercializzata, la terapia denovoSkin potrebbe significare che "cambiare pelle" non sarà più solo un modo di dire.

www.cutiss.swiss

Team Groupe Mutuel 2019

LE COSE SERIE SONO INIZIATE!
QUEST'ANNO, CINQUANTA APPASSIONATI CORRIDORI SONO STATI SELEZIONATI
PER PARTECIPARE A UN'AVVENTURA UMANA E SPORTIVA.
CHE SIANO ALLA PRIMA ESPERIENZA DI CORSA O GIÀ BEN RODATI,
I MEMBRI DEL TEAM 2019 SONO PRONTI AD AFFRONTARE INSIEME QUALSIASI SFIDA.



La loro storia è iniziata a marzo. Alla riunione iniziale, i membri si sono incontrati per la prima volta e hanno ricevuto la loro attrezzatura e il loro programma di formazione individuale. L'avventura cominciava a prendere forma.

È a Sion e a Bellikon che è iniziato il capitolo 2 dei nostri swiss-trotter. Lo Swiss Olympic Medical Center ha organizzato in queste due cittadine test

fisici per valutare il livello e lo stato di salute di ogni individuo e per adattare gli allenamenti in base alle esigenze.

È stato poi dato il fischio d'inizio. Da quel momento, i corridori hanno partecipato ad allenamenti comuni, una volta al mese, seguendo il loro programma giornaliero specifico. A maggio, l'inizio del GP di Berna è stato, per i nostri corridori, l'inizio di una stagione diversa dalle altre. Tra la voglia di superarsi e lo spirito di squadra, si sono imbarcati nell'avventura a passi da gigante.

Due nuove gare femminili sostenute

Il Groupe Mutuel ha deciso di sponsorizzare due nuove gare femminili nel 2019. Dopo Basilea, a maggio, sarà la volta di Winterthur ad ospitare il Frauenlauf, il 23 giugno 2019. Questa corsa unica nel suo genere è tutta al femminile. Donne, adolescenti e ragazze si riuniscono intorno allo sport per un momento condiviso ed esclusivo.



Maggiori
informazioni

ELODIE SCHWAB

“La salute è la base di tutto”

ELODIE SCHWAB HA 33 ANNI, UN MARITO E DUE FIGLIE DI 6 E 4 ANNI. VIVE A SAN GALLO. FAMIGLIA, LAVORO, HOBBY, AMA TUTTO QUELLO CHE FA E APPREZZA ANCHE LA VELOCITÀ E LE EMOZIONI.

Energia. Intensità. Sorriso. Le scintille del momento brillano già dopo pochi secondi, quando incontriamo la nostra assicurata, Élodie Schwab, in un bar a Winterthur (ZH) per GMmag. Questo è certo: con Elodie, non ci si annoia.



Nata il 28 marzo 1986, Elodie Schwab è project manager in sponsorizzazioni ed eventi presso una banca locale. È sposata e ha due figlie piccole (Jennifer, 6 anni, e Johanna, 4 anni) e vive e lavora a San Gallo.

"Perché mi alzo la mattina? Per trascorrere una bella giornata e affrontare le sfide quotidiane. Sono sempre di buon umore quando mi sveglio, e ancora di più quando ho bevuto il caffè."

Nella vita di Elodie, oggi, non mancano le emozioni, ne è ricca e colma: "Prima di tutto, la mia famiglia, il mio lavoro, che adoro, e i miei hobby, che mi piacciono molto." Parleremo della famiglia tra un attimo, ma ora iniziamo con gli hobby: "Piuttosto film, cinema, o serie televisiva? – Cinema. Per me, sono gli attori che sono importanti". Piuttosto Brad Pitt o George Clooney? "George Clooney. O James Bond. Daniel Craig è forte, vero?"

Non è un po' maschilista, James Bond? "Forse, ma mi piacciono gli uomini virili e un po' dominanti, che hanno un bell'aspetto e sono atletici".

E le attrici? "Direi Gal Gadot, l'interprete di Wonder Woman. Una bellezza naturale. Anche lei è una madre di famiglia. Madre di famiglia e Wonder Woman non è incompatibile!" È importante per una madre rimanere donna? "Sì! Non solo per essere considerata nel suo ruolo di madre, ma anche come donna e nella sua professione".

La vita non è un lungo fiume tranquillo. "Un momento difficile è stato quando ho iniziato i miei studi a San Gallo, mi sono sentita persa nella svizzera tedesca. Lavoravo come una pazza e dopo tre mesi il mio cervello si è aperto. Oggi sono completamente integrata, anche se ho un piccolo accento francofono".

Elodie ama lo sport - fitness, ciclismo, escursionismo, sci. E i cosmetici. "Quando ero piccola, adoravo disegnare. Oggi esprimo la mia creatività nel trucco. Mi piace molto truccare le donne per il loro matrimonio o per una serata, per metterle in risalto".

La famiglia, i figli: cambiano la vita? "Certo. Tutta la mia vita è cambiata all'improvviso con la nascita della mia prima figlia. Quando è nata la mia seconda figlia, quasi non avevo tempo per me stessa."



La famiglia ti insegna a diventare molto flessibile e più paziente, a mantenere la calma anche se ti urlano contro, a diventare migliore per dare l'esempio". Il marito di Elodie è coinvolto in tutto ciò? "Sì, porta i bambini all'asilo due volte a settimana e va a prenderli, sistema sempre la lavastoviglie e fa il bagno alle bambine mentre cucino".

E come vede Elodie le sue doti? "Sono ambiziosa e mi metto pressione da sola. Sono positiva e molto interessata alle persone, mi piace scambiare". Cosa potrebbe migliorare in lei? "Essere meno impaziente. A volte bisogna sapere aspettare, ma è difficile".

“Madre di famiglia e Wonder Woman non è incompatibile!”

Esiste per lei la paura? "Direi quella di perdere la mia famiglia o di morire di una grave malattia. Anche se si avessero tutti i soldi del mondo, ma non la salute, non ci si potrebbe godere le cose. «La salute è energia e la base di tutto».

Modelli, Elodie, ne ha qualcuno? "Sì, mia nonna paterna, ha 99 anni. E' sempre stata soddisfatta della sua vita, che è stata molto dura, e non è mai stata invidiosa di nessuno".

Elodie è mai stata un po' malata o ferita? "Nel 2009, ho avuto un grave incidente in bicicletta, mandibola e denti distrutti, fegato danneggiato. E 'stato molto difficile, ma alla fine tutto si è risolto, sono stata in grado di sorridere di nuovo, il sorriso è molto importante. Il Groupe Mutuel mi è stato utile, tutte le mie cure sono state prese in considerazione e rimborsate".

Una musica?

Adoro la musica. Non passa giorno senza che ascolti musica. Suono il clarinetto da molto tempo e mi piace anche la musica classica, mi rilassa. In macchina, ascolto piuttosto la radio: musica pop rock con i successi del momento, o a volte un po' di techno.

Luoghi preferiti a San Gallo?

Mi piace molto il bellissimo parco di "Drei Weiher"; in estate è fantastico, si respira un'atmosfera rilassante e il panorama è stupendo. Oppure il centro storico con le sue vetrine, i negozi e i bei bar. Oppure il parco zoo "Peter und Paul", con i suoi cervi, i camosci, i cinghiali e le marmotte. Vi si possono ammirare le varie stagioni ed è stupendo. San Gallo è una città che ha tutto, né troppo grande né troppo piccola; molto piacevole, ci si sente al sicuro, è perfetta per viverci.



Event LeClub



MAAG Music & Arts AG



Peacefulfamily



Au Fil des Mois



Bernerhof Gstaad



HelloFresh Suisse AG



Scoprite tutte le offerte LeClub® sul sito www.groupemutuel.ch/leclub

Abbonatevi alla nostra newsletter e accedete in anteprima alle nuove offerte: www.groupemutuel.ch/leclub

Tutte le offerte LeClub® sono interamente finanziate dalle società partner, senza alcun legame con i premi d'assicurazione, ad eccezione delle offerte MAAG Music & Arts AG ed Event LeClub pubblicate in questo numero. I vostri dati personali non sono per nessun motivo utilizzati nell'ambito della selezione e dell'elaborazione delle offerte. Non sono per nessun motivo trasmessi ai nostri partner. Per la diffusione delle suddette offerte, utilizziamo esclusivamente i dati relativi all'indirizzo.

Event LeClub

GIORNATA DI SCOPERTA IN FAMIGLIA SABATO 14 SETTEMBRE 2019

GRATUITO

PER I BAMBINI

Il Groupe Mutuel vi propone 19 luoghi in tutta la Svizzera da scoprire in famiglia sabato 14 settembre 2019 con ingresso gratuito per i bambini e dal 50% di sconto sui biglietti d'ingresso per gli adulti. Abbiamo selezionato per voi i seguenti parchi e musei.

ELENCO DEI PARCHI E MUSEI

- Swissminiatur, Melide
- Splash & Spa, Tamaro
- Alpamare, Pfäffikon
- aquabasilea, Pratteln
- Parco zoologico di Berna
- Museo svizzero dei bambini, Baden
- Heididorf, Maienfeld
- Vogelwarte, Sempach
- Swiss Science Center Technorama, Winthertur
- Ebianum, Fisibach
- Aquaparc, Le Bouveret
- Swiss Vapeur Parc, Le Bouveret
- Fondation Barry, Martigny
- Lac Souterrain, St Léonard
- Western City, Martigny
- Grottes de Vallorbe
- Papiliorama, Kerzers
- Aquatis Aquarium-Vivarium, Lausanne
- Chaplin's World, Vevey

I VOSTRI VANTAGGI

- Sabato 14 settembre 2019, appuntamento al parco o al museo di vostra scelta, agli orari di apertura abituali.
- Ingresso gratuito per i bambini e dal 50% di sconto sui biglietti d'ingresso adulti.

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

Appuntamento sul sito www.groupemutuel.ch/leclub, selezionare l'offerta «Event LeClub» e seguire la procedura per ottenere i biglietti d'ingresso al parco o al museo di vostra scelta.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 6 settembre 2019 nei limiti dei posti disponibili. Massimo quattro biglietti per assicurato.

www.groupemutuel.ch/leclub



DAL **20%** DI SCONTO

SU TUTTI I BIGLIETTI PER «BREAK THE TANGO»



"Break the Tango" sarà nuovamente in programma al MAAG Halle Zürich dal 22 ottobre al 5 novembre 2019. Quali assicurati del Groupe-Mutuel, potrete beneficiare di uno sconto di almeno il 20% sui biglietti di tutte le categorie.

"Break the Tango" infrange tutte le regole e permette a due stili di danza molto diversi di incontrarsi. Mentre i ballerini di tango - tra cui due coppie di campioni del mondo di tango - volteggiano elegantemente sul pavimento, i ballerini di breakdance mescolano le tradizioni milonga. "Break the Tango" mostra come il mix di tango e streetdance può essere ardente, esplosivo e stimolante e ispira non solo gli appassionati di tango e breakdance. La troupe di ballerini è accompagnata da una live band di cinque musicisti, che eseguono successi di tango elettrico dagli Otros Aires e canzoni pop da Adele a Beyoncé.

IL VOSTRO VANTAGGIO

Sconto di almeno il 20% su tutti i biglietti.

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

- Appuntamento sul sito <https://breakthetango.ch/groupemutuel/>
- Selezionare i posti desiderati nella data desiderata (max. quattro biglietti per assicurato)
- Inserire il numero OFSP (iscritto sulla tessera d'assicurazione), come codice promozionale

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 5 novembre 2019 e fino ad esaurimento scorte. Massimo quattro biglietti per assicurato.

Le società del Groupe Mutuel e/o da lui amministrate partecipano finanziariamente alla riduzione proposta in questa offerta.

ADOTTA UN BIZZY

25% DI SCONTO

PER UNA GESTIONE SERENA DEGLI SCHERMI CON IL VOSTRO BAMBINO

Gli schermi occupano troppo spazio nella vita familiare? Scoprite Bizzy, il compagno che aiuta il vostro bambino a regolare il tempo passato davanti allo schermo.

Un divertente metodo di gestione del tempo, creato da una mamma e ispirato alla paghetta, che aiuta il bambino a limitare il tempo passato davanti allo schermo, rendendolo più responsabile.

Il vostro bambino impara a utilizzare crediti di tempo durante la settimana per dare più spazio al gioco, alla creatività e alla condivisione, per una vita familiare più armoniosa!

Concetto e design svizzeri. Eco-responsabile, senza batterie, durevole e locale (prodotto in officine protette del cantone di Vaud).

Con Bizzy, la gestione del tempo diventa un gioco da ragazzi!

IL VOSTRO VANTAGGIO

25% di sconto sull'acquisto di un Bizzy: Fr. 104.- anziché Fr. 139.-

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

Sul sito www.peacefulfamily.ch inserite il codice promozionale **Gmbizzy** nello shop al momento dell'acquisto.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 31 luglio 2019, fino a esaurimento scorte. Spedizione gratuita in Svizzera.



info@peacefulfamily.ch
www.peacefulfamily.ch

 **peacefulfamily**



Au Fil des Mois

CARILLON A FORMA DI STELLA MELLIPOU

25% DI SCONTO

SCEGLIETE UNA DECORAZIONE MUSICALE ORIGINALE

I carillon Mellipou sono ideali per facilitare il sonno del vostro bambino, grazie alle dolci ninnenanne di nuova generazione! Soffermatevi sulle melodie e non stupitevi di ascoltare una canzone di Adele, Amelie Poulain, Stevie Wonder, The Doors o addirittura di Game of Thrones per cullare il vostro bambino! **100% cotone, interamente lavabile in lavatrice e Made in France.**

IL VOSTRO VANTAGGIO

25% di sconto sui carillon a forma di stella: Fr. 36.75 anziché Fr. 49.–

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

- Sul sito www.aufildesmois.ch, selezionare il carillon e inserire il codice promozionale **mellipou19** al momento dell'ordine. Spese di spedizione Fr. 7.–.
- Nel negozio Au Fil des Mois, Avenue du Midi 9, 1950 Sion, esibendo la presente offerta.

VALIDITÀ

Offerta valida fino al 31 luglio 2019.

027 323 73 42
aufildesmois@teltron.ch
www.aufildesmois.ch

mellipou[®]
MUSIC BOX

Bernerhof Gstaad

Vacanze ed escursioni a Gstaad

CIRCA **25%** DI SCONTO

L'hotel per escursionisti e gastronomi Bernerhof Gstaad si trova proprio nel centro della cittadina. In questo semplice e accogliente albergo, vivrete esattamente quello che tutti vi hanno augurato: una buona vacanza.

IL VOSTRO VANTAGGIO

Soggiorno in camera doppia, categoria «Style»:

- 3 notti: **Fr. 417.–** a persona anziché Fr. 555.–
- 5 notti: **Fr. 695.–** a persona anziché Fr. 925.–

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida dal 1° giugno al 31 ottobre 2019, secondo le disponibilità, ad esclusione del periodo dal 22 al 25 agosto 2019. Supplemento camera doppia occupazione singola Fr. 10.–/giorno (anziché Fr. 20.–). Supplemento per altre categorie di camera, su richiesta. Non cumulabile con altre promozioni. Tassa di soggiorno Fr. 3.60/giorno a persona esclusa.

033 748 8844
info@bernerhof-gstaad.ch
www.bernerhof-gstaad.ch



PRESTAZIONI INCLUSE

- Colazione a buffet, picnic a buffet
- Carta Bernerhof, che consente di mangiare nei quattro ristoranti del Bernerhof al prezzo di Fr. 55.– al giorno e a persona
- Utilizzo gratuito del "Thömus" eMountain Bike Lightrider E1
- Utilizzo gratuito dell'area Kneipp, sauna, hammam e piscina coperta

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

- Prenotare per telefono o via e-mail direttamente presso lo Swiss Quality Hotel Bernerhof Gstaad con il codice **«Groupe Mutuel»**
- Esibire la tessera d'assicurazione al momento del check-in (una tessera per camera)

SWISS 
QUALITY HOTELS[®]
INTERNATIONAL


Bernerhof Gstaad
Das Wander- und Gourmethotel

HelloFresh Suisse AG

FR. **50.—** DI SCONTO

**INGREDIENTI FRESCHI
E RICETTE FACILI
DA REALIZZARE!**



Cucinare è una passione, ma anche un hobby che richiede tempo. Ed è proprio il tempo che HelloFresh fa risparmiare: grazie ai box di cibi già pronti, non dovrete più preoccuparvi di fare la spesa. Una varietà di ricette e gli ingredienti necessari, perfettamente dosati e freschi, consegnati direttamente a casa vostra.

Scegliete semplicemente i vostri tre piatti preferiti da una selezione di svariate ricette e godetevi i vostri menu preferiti senza lo stress della spesa! Che si tratti di Classic Box o Veggie Box, HelloFresh rende la dieta equilibrata un gioco da ragazzi.

I VOSTRI VANTAGGI

- **Fr. 50.— di sconto** sul primo box
- **15% di sconto** sui box successivi.

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

- Sul sito www.hellofresh.ch, create con pochi click un account cliente.
- Selezionate il box desiderato.
- Inserite il codice promozionale **HFMUTUEL** nel carrello.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 31 luglio. Il buono di Fr. 50 è valido una sola volta per ogni nuovo cliente e famiglia al momento dell'acquisto del primo box. Poi, uno sconto del 15% è automaticamente applicato su tutti gli altri ordini. La consegna può essere sospesa e terminata in modo flessibile fino alle ore 23.59 di mercoledì per la settimana successiva.

043 508 72 70
kundenservice@hellofresh.ch
www.HelloFresh.ch



SWISS 
QUALITY HOTELS®
INTERNATIONAL

Concorso GMmag

Vincete, col nostro partner Swiss Quality Hotels International, uno dei seguenti premi:

1° al 3° premio: una notte per due persone in uno Swiss Quality Hotel, colazione inclusa, del valore di Fr. 300.—

Domanda 1:

Per quale causa s'impegna personalmente Dominique Gisin?

Domanda 2:

Potete citare almeno tre superalimenti svizzeri?

Domanda 3:

Dove si trova l'hotel Bernerhof, membro del gruppo Swiss Quality Hotels International?

Risposte

Cognome e Nome: _____

CAP/Luogo: _____

E-mail: _____

Indirizzo: _____

Numero UFSP (iscritto sulla tessera d'assicurazione): _____

Condizioni di partecipazione

Sul sito www.groupemutuel.ch/concorso, fino al 15 luglio 2019 o per posta tramite la presente cartolina da inviare in busta chiusa al seguente indirizzo:
Groupe Mutuel - Comunicazione d'impresa - Rue des Cèdres 5 - Casella postale - 1919 Martigny

Trovate le risposte nel giornale GMmag o sul sito www.SwissQualityHotels.com. Nessun obbligo d'acquisto. Nessuna corrispondenza sarà inviata in merito al concorso. I vincitori saranno informati per iscritto. È escluso il ricorso alle vie legali. Nessun pagamento in contanti, né trasferimento del premio. I vincitori accettano che il loro nome sia pubblicato. I collaboratori del Groupe Mutuel e di Swiss Quality Hotels International non sono autorizzati a partecipare.

34 agenzie 5 centri servizi

Orari: dalle 7:45 alle 12 e dalle 13:30 alle 17:30
(fino alle 17:00 il venerdì e i prefestivi)



Il nostro servizio clienti
è a disposizione dalle 8:00 alle 18:00
dal lunedì al venerdì al numero

0848 803 111



Agenzia di Lugano: Jeannette, Giacomo, Dayana e Sonia.

AGENZIE REGIONALI

5000 Aarau	Buchserstrasse 12	1218 Grand-Saconnex	Route de Ferney 211	1950 Sion	Rue de la Blancherie 41
5400 Baden	Stadtturmstrasse 19	1914 Isérables	Place de l'Église 3	4500 Soleure	Lagerhausstrasse 1
4052 Bâle	St. Alban-Anlage 46	1006 Lausanne	Av. de la Rasude 8	9000 Saint-Gall	Poststrasse 12
1996 Basse-Nendaz	Chemin de la Place 30	1010 Lausanne	Route d'Oron 1	7500 Saint-Moritz	Via Maistra 24
3011 Berne	Waisenhausplatz 25	6900 Lugano	Viale Stefano Franscini 40	3600 Thoun	Frutigenstrasse 24E
2502 Biel/Bienne	Mühlebrücke 2	6003 Lucerne	Hirschmattstrasse 40	1872 Troistorrents	Place du Village 24
3902 Brigue-Glis	Gliserallee 10	1920 Martigny*	Rue des Cèdres 5	1752 Villars-sur-Glâne	Rte du Petit-Moncor 6
1630 Bulle	Rue de Vevey 11	1870 Monthey	Avenue du Théâtre 4	8400 Winterthur	Tösstalstrasse 7
7000 Coire	Grabenstrasse 9	2000 Neuchâtel	Faubourg de l'Hôpital 9	8001 Zurich	Widdergasse 1
2800 Delémont	Quai de la Sorne 22	4600 Olten	Ringstrasse 15	8050 Zurich-Oerlikon	Birchstrasse 117
1700 Fribourg	Rue de Locarno 9	1937 Orsières	Route du St-Bernard 61		
1201 Genève	Rue Argand 3	3960 Sierre	Rue de Pradec 1		

* Sede principale



Assicurazione malattia

0848 803 111
info@groupemutuel.ch



Assicurazione vita

0848 803 999
vita@groupemutuel.ch



Assicurazione patrimonio

0848 803 222
clienti@groupemutuel.ch

Mag Groupe Mutuel



IMPRESSUM

Editore:	Groupe Mutuel, rue des Cèdres 5, casella postale, CH-1919 Martigny
Redazione:	Tanya Lathion, Jean-Christophe Aeschlimann, Christian Feldhausen, Serkan Isik, Pascal Vuistiner
Concezione e creazione:	Julie Lovey & Jean Philippe Chevassu
Pubblicazione:	Trimestrale in italiano, francese e tedesco
Internet:	www.groupemutuel.ch/gmmag
E-mail:	gmmag@groupemutuel.ch
Fotografie:	Sophie Stieger (Pagine: 1, 2, 5, 6, 7, 14 e 15), Nicolas Bachmann (Pagina: 20), Adobe Stock
Stampa:	media-f sa, Imprimerie Saint-Paul, Fribourg Tiratura totale: 850'000 copie

Groupe Mutuel Mag è una pubblicazione per gli assicurati del Groupe Mutuel.



Troppe scartoffie nella vostra vita?
Gestite gratuitamente i vostri rapporti col
Groupe Mutuel grazie a GMnet e GMapp,
in modo semplice e sicuro!
Maggiori informazioni su:
www.groupemutuel.ch/gmnet



stampato in
svizzera