

# LOGIN

Nummer 2 – April 2018  
JAB 1920 Martigny

## LeClub

Wettbewerb Eni/Agip  
Gewinnen Sie Tankgutscheine!  
Heftmitte

## Zermatt Unplugged mit der Groupe Mutuel

Die Success Story in den  
Worten des Gründers  
Seite 11

## Internationaler Ex-Fussballer Stéphane Griching:

«Sport bedeutet Gesundheit.»  
Seite 13



Versichert. Genau jetzt.

## Dossier

# Kundendienst Ihre Bedürfnisse erfüllen



Korrespondenz



Telefon



Agenturen



Soziale Netzwerke



Website



Kundenplattformen



Ignilife

eLOGIN

Code  
scannen  
und das  
digitale  
LOGIN lesen



**Hauptsitz:**Rue des Cèdres 5, Postfach, **1919 Martigny****Agenturen: 7.45 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 17.30 Uhr  
(freitags und vor Feiertagen bis 17.00 Uhr)**

- 5000 Aarau** Buchserstrasse 12  
**5400 Baden** Stadtturmstrasse 19  
**4052 Basel** St. Alban-Anlage 46  
**1996 Basse-Nendaz** Chemin de la Place 30  
**3011 Bern** Waisenhausplatz 25  
**2502 Biel/Bienne** Mühlebrücke 2  
**3902 Brig-Glis** Gliserallee 10  
**1630 Bulle** Rue de Vevey 11  
**7000 Chur** Grabenstrasse 9  
**2800 Delémont** Quai de la Sorne 22  
**1700 Freiburg** Rue de Locarno 9  
**1201 Genf** Rue Argand 3  
**1218 Grand-Saconnex** Route de Ferney 211  
**1914 Isérables** Place de l'Eglise 3  
**1006 Lausanne** Av. de la Rasude 8  
**1010 Lausanne** Route d'Oron 1  
**6900 Lugano** Viale Stefano Franscini 40  
**6003 Luzern** Hirschmattstrasse 40  
**1870 Monthey** Avenue du Théâtre 4  
**2000 Neuenburg** Faubourg de l'Hôpital 9  
**4600 Olten** Ringstrasse 15  
**1937 Orsières** Route du St-Bernard 61  
**3960 Siders** Rue de Pradec 1  
**4500 Solothurn** Lagerhausstrasse 1  
**9000 St. Gallen** Poststrasse 12  
**7500 St. Moritz** Via Maistra 24  
**3600 Thun** Frutigenstrasse 24E  
**1872 Troistorrents** Place du Village 24  
**1752 Villars-sur-Glâne** Route du Petit-Moncor 6  
**8400 Winterthur** Tösstalstrasse 7  
**8001 Zürich** Widdergasse 1  
**8152 Glattbrugg** Alpenstrasse 3

**Sitten – neue Adresse:**

Die Agentur und das ServiceCenter Sitten sind in neue Räumlichkeiten gezogen:  
**Rue de la Blancherie 41, 1950 Sitten**

# LOGIN

**LOGIN ist eine Veröffentlichung der Groupe Mutuel, Association d'assureurs, Martigny.**

**Redaktion:** Jean-Christophe Aeschlimann, Christian Feldhausen

**Erscheinungsweise:**

vierteljährlich auf Deutsch, Französisch und Italienisch

**Internet:** [www.groupemutuel.ch/login](http://www.groupemutuel.ch/login)

**E-Mail:** [login@groupemutuel.ch](mailto:login@groupemutuel.ch)

**Fotos:** Thinkstock

**Druck:** CIR, Sitten – Gesamtauflage: 850'000 Exemplare

**Krankenversicherung:**

0848 803 111 – [info@groupemutuel.ch](mailto:info@groupemutuel.ch)

**Vermögensversicherungen:**

0848 803 222 – [kunden@groupemutuel.ch](mailto:kunden@groupemutuel.ch)

**Lebensversicherung:**

0848 803 999 – [leben@groupemutuel.ch](mailto:leben@groupemutuel.ch)



## Fragen unserer Versicherten

# Wie viel kostet Ihr Anruf bei der Groupe Mutuel?

Wir bieten unseren Kunden eine 0848er-Nummer als Kontakt Nummer an, damit sie uns von überall in der Schweiz zu einem einheitlichen Tarif erreichen können. Einige Telefonanbieter, insbesondere Mobilfunkanbieter, verrechnen ihren Kunden jedoch Zusatzgebühren für einen Anruf bei uns.

Unsere Kontakt Nummern mit der Vorwahl 0848 sind Nummern mit geteilten Kosten. Von überall in der Schweiz gilt daher eine einheitliche Verbindungsgebühr. Für Anrufe aus dem Festnetz beträgt der Einheitstarif maximal 7,5 Rappen pro Minute (+MwSt.).

**Zusatzgebühr**

Es kann jedoch eine Zusatzgebühr von wenigen Rappen bis zu über einem Franken pro Minute verrechnet werden, wenn der Anruf von einem Mobiltelefon, einer Telefonkabine oder aus dem Ausland kommt. Dieser Zuschlag wird von Ihrem Telefonnetzbetreiber in Rechnung gestellt und eingenommen. Ihr Krankenversicherer erhält dieses Geld in keinem Fall; auch er bezahlt für die Dienstleistungen seines Betreibers. Meist sind die 0848-Service Nummern nicht in Handy-Abos für Anrufe innerhalb der Schweiz enthalten. Die genaue Zusatzgebühr pro Minute finden Sie in den Vertragsbedingungen Ihres Abos. Sie können sich auch direkt bei Ihrem Mobilfunkanbieter erkundigen. So sind die Kosten Ihres Anrufs bei uns jederzeit nachvollziehbar.

**Informationen auf unserer Website und Auskünfte per E-Mail oder Post**

Sie möchten Telefonkosten reduzieren? Besuchen Sie uns auf [www.groupemutuel.ch](http://www.groupemutuel.ch). Viele Fragen unserer Kunden werden in den Rubriken «Kundendienst» und «Häufig gestellte Fragen» beantwortet. Die Angaben dazu finden Sie auf dieser Seite. Ausserdem haben Sie die Möglichkeit, Ihren Vertrag direkt und unabhängig kostenlos über unsere Plattform GMnet oder unsere Mobile-Applikation GMapp zu verwalten.

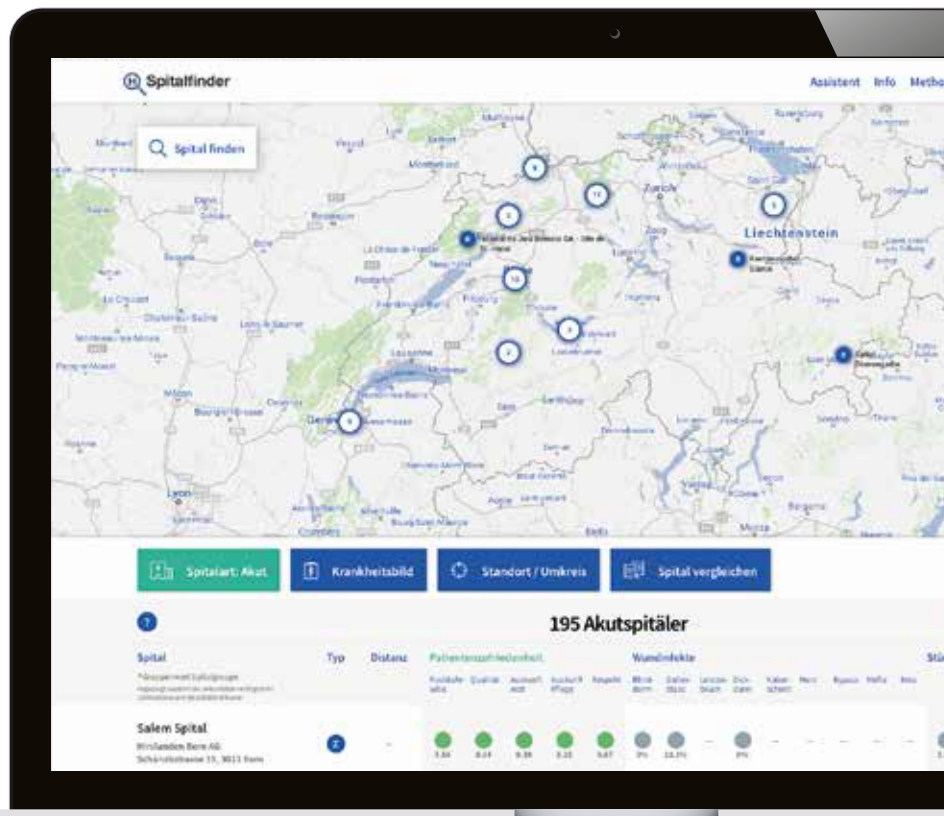
Scannen Sie den QR-Code auf der ersten Seite und lesen Sie so das **eLogin**, die digitale Ausgabe von Login. Erscheint am Ende eines Login-Artikels eines dieser Symbole, können Sie im eLogin dazu **exklusive Zusatzinformationen** in Form von Videos, Diashows und Websites sowie E-Mail-Adressen und direkte Telefonnummern aufrufen.



**Spitalfinder**

# Wie findet man das richtige Spital?

Eine neue Online-Plattform bewertet Spitäler nach verschiedenen Kriterien und erleichtert so die Spitalwahl. Das benutzerfreundliche und umfassende Vergleichsportal bietet Zugang zu Informationen über die Qualität der Spitäler.



Die Plattform Spitalfinder fasst alle Indikatoren zu Behandlungsqualität und Patientenzufriedenheit in Spitälern zusammen. Dort finden Sie Daten wie die Anzahl der durchgeführten Behandlungen sowie die Häufigkeit von Infektionen und Stürzen. Die Zufriedenheit der Patienten nach einem Spitalaufenthalt wird mit subjektiven Kriterien wie die von Ärzten abgegebenen Informationen oder die wahrgenommene Qualität gemessen.

**Spitäler einfach vergleichen**

Bewertet werden Akutspitäler, psychiatrische Kliniken und Rehabilitationskliniken. Die Ergebnisse ermöglichen es, die Spitäler auf einen Blick zu vergleichen: Bewertungen, die unter dem Durchschnitt liegen, sind rot, solche über dem Durchschnitt grün, und wenn sie dem Durchschnitt entsprechen, grau markiert.

**Wie funktioniert der Spitalfinder?**

Ein «Assistent» (oder Gesprächsagent) erleichtert die Suche nach diversen Kriterien:

- > **Name des Spitals**  
Der Nutzer erhält die Ergebnisse des ausgewählten Spitals.
- > **Krankheitsbild**  
Der Nutzer wählt den betreffenden Körperteil oder medizinischen Bereich aus, anschliessend den konkreten Fall (z. B. Krankheit oder Operation).

> **Standort**

Der Nutzer wählt einen Ort und einen Umkreis sowie die Art des Spitals (Akutspital, psychiatrische Klinik oder Rehabilitationsklinik). Spitäler in der Region werden angezeigt, mit ihren Qualitätsergebnissen.

**Mehr Transparenz**

Ziel der Vergleichs-Plattform ist es, mehr Transparenz bei der Qualität von Spitälern zu schaffen. Seit 2012 können Patienten ihr Spital frei wählen (Art. 41 Abs. 1 bis KVG). Ihnen fehlen aber oft die Informationen, um die richtige Wahl zu treffen.

**Eine gemeinsame Initiative**

Spitalfinder ist das Ergebnis einer gemeinsamen Initiative vom Schweizerischen Krankenversicherungsverband santésuisse und dem Konsumentenforum kf. Das 2016 eingeführte Tool wurde kontinuierlich weiterentwickelt, damit der Patient die bestmögliche Spitalwahl treffen kann.

**Mehr dazu:**  
[www.spitalfinder.ch](http://www.spitalfinder.ch)



## Kundendienst

# Ihre Fragen und Bedürfnisse – unsere oberste Priorität

Sie haben Fragen zu Ihrem Versicherungsvertrag, möchten uns etwas mitteilen oder benötigen Informationen? Der Kundendienst der Groupe Mutuel ist Ihre Anlaufstelle. Rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns in einer Agentur. Wir sind für Sie da, um optimal auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Ein Überblick über Ihre Kontaktmöglichkeiten bei und mit uns.

Ihre Bedürfnisse möglichst genau zu verstehen, Ihre Fragen und Anliegen so gut es geht zu beantworten und sie manchmal sogar vorwegzunehmen: Die Groupe Mutuel widmet diesen Punkten höchste Aufmerksamkeit. Dazu gehören die Zahlungs- und Bearbeitungsfristen wie auch die Bearbeitung von Reklamationen. Das bedeutet die kontinuierliche Weiterentwicklung der Verfügbarkeit aller Kommunikationskanäle (Call-Center, E-Mail, Postweg, Internet, soziale Netzwerke usw.) sowie die stetige Verbesserung aller Prozesse. Unsere Ziele für Sie: Optimierung und Kontrolle der Qualität, Vereinfachung des Informationsaustauschs, sowie die Entwicklung und Förderung der Kompetenzen unserer Mitarbeitenden.

Die Qualität und rasche Abwicklung im Kundenservice, die günstigste Prämie sowie die Effizienz bei der Erstattung der Rechnungen sind entscheidende Kriterien für Ihre Zufriedenheit und Treue als Kundin oder Kunde. Wir bei der Groupe Mutuel haben uns dies zu unserer Priorität gemacht.



## Soziale Netzwerke

Die Groupe Mutuel ist nun auch in den sozialen Netzwerken aktiv. Wir freuen uns, auf diesem Weg mit Ihnen zu kommunizieren und laden Sie ein, uns auf den verschiedenen Plattformen zu folgen. Treten Sie auf **Facebook** unserer Community von 12'000 Followern bei und entdecken Sie unsere Tätigkeiten. Bald sind wir auch auf **Twitter** präsent. Gerne geben wir Ihnen allgemeine Auskünfte und vernetzen Sie mit den Abteilungen und Fachbereichen, die spezifische Anfragen bearbeiten.



## Korrespondenz

Schreiben Sie uns auf dem Postweg an **Groupe Mutuel, Rue des Cèdres 5, Postfach, 1919 Martigny**, oder via unsere Website, ohne sich eine E-Mail-Adresse merken zu müssen. Sie können uns auch ein E-Mail schicken an [info@groupemutuel.ch](mailto:info@groupemutuel.ch).



## Telefon

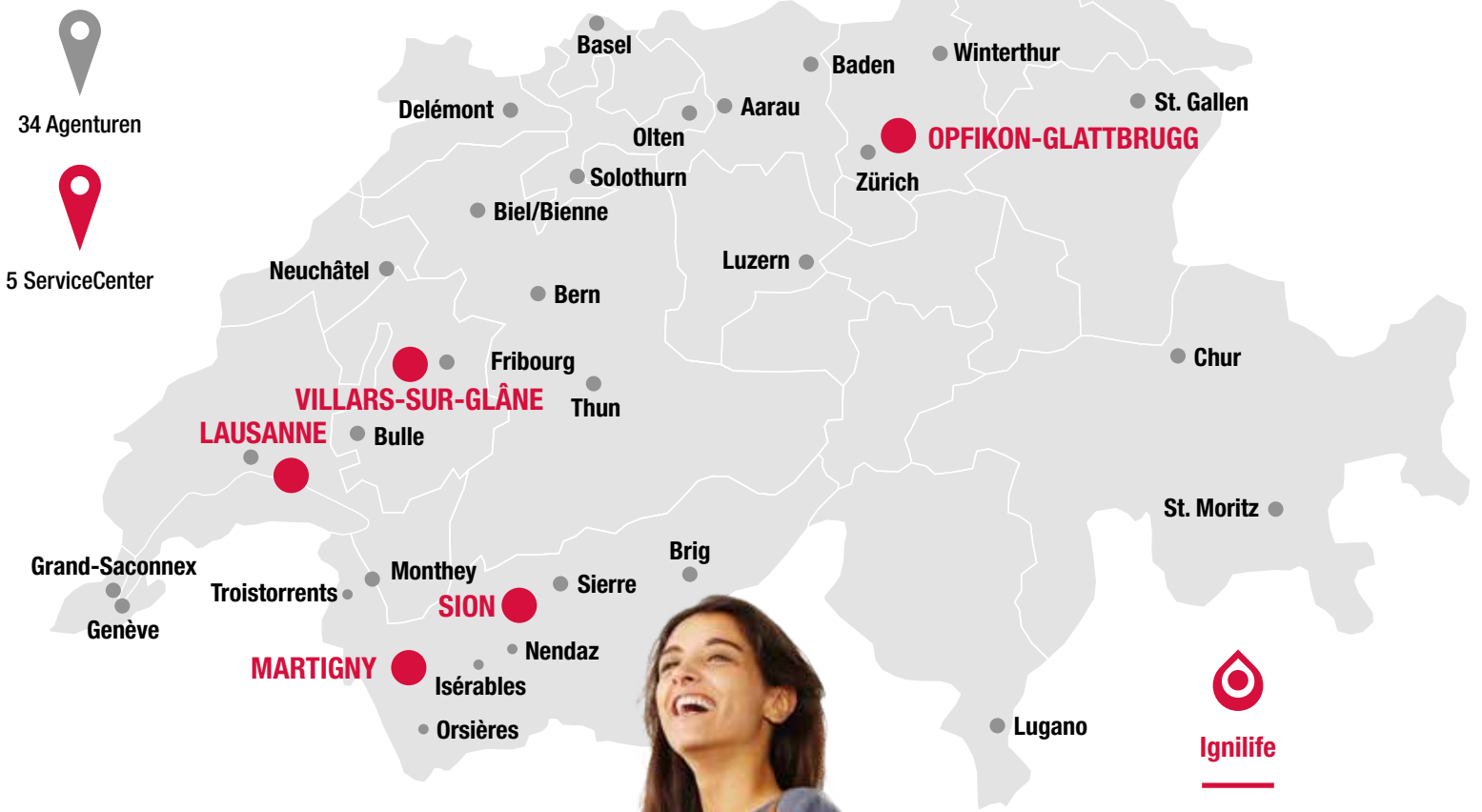
Seit einigen Monaten ist das Call-Center der Groupe Mutuel von Montag bis Freitag durchgehend von 8.00 bis 18.00 Uhr für Sie da. Für alle Fragen zur Krankenversicherung steht Ihnen neu eine einheitliche Telefonnummer zur Verfügung: **0848 803 111**. Für Vermögensversicherungen (0848 803 222) und Lebensversicherungen (0848 803 999) bleiben die Nummern unverändert.



## Agenturen

34 Agenturen stehen Ihnen in der ganzen Schweiz für alle Fragen rund um Ihre Versicherungsverträge und -prämien zur Verfügung. **Von 7.45 bis 12.00 Uhr und von 13.30 bis 17.30 Uhr (freitags und vor Feiertagen bis 17.00 Uhr)** können Sie unsere effizienten und kompetenten Mitarbeitenden persönlich fragen. 2017 haben uns 350'000 Kundinnen und Kunden besucht (siehe Liste der Agenturen auf Seite 2).





Website

Die Website der Groupe Mutuel mit ihrer sehr komfortablen Navigation bietet Ihnen neue Möglichkeiten, sich zu informieren und uns zu kontaktieren. So können Sie leichter Anfragen stellen, Unfälle oder Schadenfälle melden, online Ihre Angaben ändern oder eine Leistungsabrechnung verstehen. Und vieles mehr (siehe nächste Seiten). [www.groupemutuel.ch](http://www.groupemutuel.ch)

GMNET · GMAPP

GMnet – GMapp

Digital, praktisch und mobil: Immer mehr von Ihnen verzichten auf Papier und erledigen Ihre Fragen rund um die Krankenversicherung auf digitalem Weg. Ob mit der Plattform GMnet oder der mobilen Applikation GMapp, Sie können alle Möglichkeiten nutzen – Informationen finden, Dokumente schicken usw. – völlig unabhängig. Zudem können Sie Ihre Rechnungen direkt zur Rückerstattung einreichen (siehe nächste Seiten).



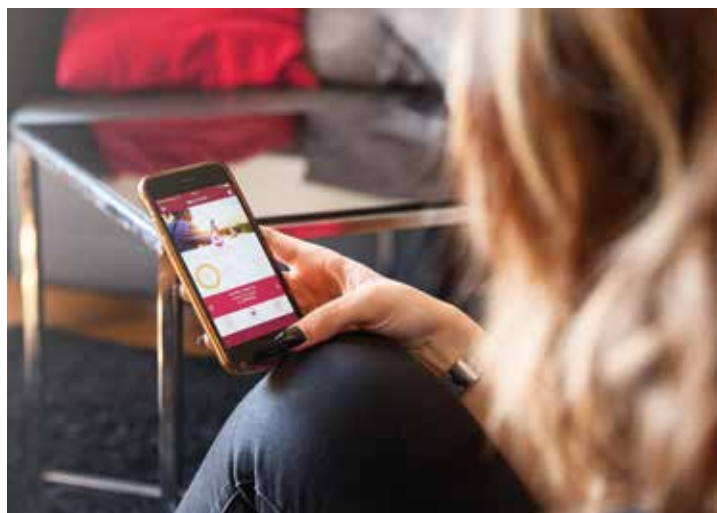
Bis heute haben sich mehr als 30'000 von Ihnen für Ignilife entschieden, die digitale Coaching-Plattform, die es ermöglicht, sich vorteilhafte Verhaltensweisen bei der Prävention und für die Gesundheit anzueignen. Diese App, die Sie exklusiv als Versicherte/r der Groupe Mutuel seit 2015 für Mobiltelefone, Tablets und Computer erhalten können, bietet Ihnen individuelle Beratung und Unterstützung in den Bereichen Ernährung, körperliche Aktivität und psychische Gesundheit (siehe nächste Seiten). Zugleich ist der Schutz Ihrer gesammelten Daten gewährleistet.



## GMnet – GMapp Praktisch und mobil

2016 haben wir die Online-Plattform **GMnet** und die kostenlose Mobilapplikation für Sie eingeführt, um Ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Seither werden sie kontinuierlich verbessert und aktualisiert. Dank der intuitiven Navigation von **GMnet** finden Sie Informationen ganz einfach. Wenn Sie neue Korrespondenz in Ihrem Online-Konto haben, erhalten Sie systematisch eine Benachrichtigung per E-Mail. Auf **GMnet** haben Sie die vollständige Übersicht über Ihren eigenen Versicherungsvertrag und die Verträge Ihrer Familienmitglieder.

Sie können den Stand der jeweiligen Franchisen sowie die Leistungs- und Prämienrechnungen einsehen oder mit wenigen Klicks Ihre Unterlagen online einreichen.



Um den Kontakt mit Ihnen noch einfacher zu machen und Ihre Anliegen so schnell wie möglich zu beantworten, können Sie Fragen auch online stellen, Spezialangebote nutzen oder eine neue Versichertenkarte bestellen.

**GMapp** ergänzt unser digitales Angebot für Sie. Damit können Sie Rechnungen einreichen, den Status von Rückerstattungen, den Kontostand und die Zahlungsfristen abfragen oder einen Zahlungsaufschub beantragen. In der App finden Sie alle spezifischen Telefonnummern und Sie erreichen so die richtige Ansprechperson. Mit der App können Sie auch unterwegs jederzeit auf Ihr Konto zugreifen.

### So erhalten Sie Zugang

Machen Sie sich mit unserer neuen Online-Plattform vertraut. Füllen Sie dafür das Anmeldeformular für den Zugang zu **GMnet** auf [www.groupemutuel.ch](http://www.groupemutuel.ch) unter dem Tab «Mein Bereich» (oben rechts am Bildschirm) aus und akzeptieren Sie die Nutzungsbedingungen. Um die Vorteile der **GMapp** nutzen zu können, müssen Sie zuerst Zugang zu **GMnet** beantragen.



## Ignilife Die kostenlose digitale Gesundheitsplattform

Seit 2015 ist die digitale Gesundheits- und Präventionsplattform **Ignilife** für Mobiltelefone, Tablet sowie Computer verfügbar und bietet originelle Möglichkeiten, gesunde Verhaltensweisen im Alltag zu übernehmen. Die Groupe Mutuel ist überzeugt, dass es sinnvoll ist, sich mit Präventionsmassnahmen zu beschäftigen, vor allem weil wir heute gesünder und länger leben.

Mit dieser exklusiven App profitieren Sie von Programmen in den Bereichen Ernährung, körperliche Aktivität und psychische Gesundheit. Die Plattform passt sich Ihren Bedürfnissen an. Ob Sie Ihre körperliche Aktivität steigern oder mehr über Prävention wissen möchten, Sie finden immer wertvolle Informationen, die Ihren Alltag verändern werden. Dank den zahlreichen Inhalten (Übungsvideos, Herausforderungen, Quiz, praktische Tipps) können Sie Ihre Entscheidungen umsetzen, Ihre Fortschritte überwachen, überprüfen, was Sie schon erreicht haben, und sich neue Ziele setzen. Für eine bessere Nachverfolgung ist **Ignilife** mit mehr als 1'000 Smart-Objects und Applikationen kompatibel.

Die Programme von **Ignilife** wurden von medizinischen Experten nach strengen Qualitätskriterien entwickelt. Sie bieten umfassende und interessante Erfahrungen, damit jeder seine Gesundheit selbst in die Hand nehmen kann. Um die Vertraulichkeit der Daten zu garantieren, wendet **Ignilife** höchste Sicherheits- und Vertraulichkeitsnormen an. Diese verschiedenen Massnahmen gewährleisten beispielsweise die Anonymisierung Ihrer Daten und die Sicherheit bei den Zugangsberechtigungen.



2'243  
Mitarbeitende



1'233'013 und 1'465'364  
Grundversicherte und Privatkunden



4'500  
Beiträge pro Woche



CHF 20'000'000  
rückerstattete Leistungen pro Tag

## Neue Website Praktisch, ansprechend und leistungsstark

Seit zwei Monaten haben Sie auf unserer neuen Website zusätzliche Möglichkeiten. So können Sie beispielsweise unter «Kundendienst», in der Rubrik «Anfrage und Meldungen» einen Unfall oder einen Schaden melden oder Ihre Angaben ändern. Sie können auch den Betrag Ihrer Franchise ändern, eine neue Versichertenkarte beantragen oder einen Wegzug ins Ausland melden.

Auf dem Blog finden Sie viele Tipps sowie Aktuelles über die Groupe Mutuel. Lesen Sie beispielsweise das Interview mit unserem neuen Leiter Innovation.

Einfache und übersichtliche Musterabrechnungen ermöglichen es Ihnen, Ihre Leistungsabrechnung leichter zu verstehen.

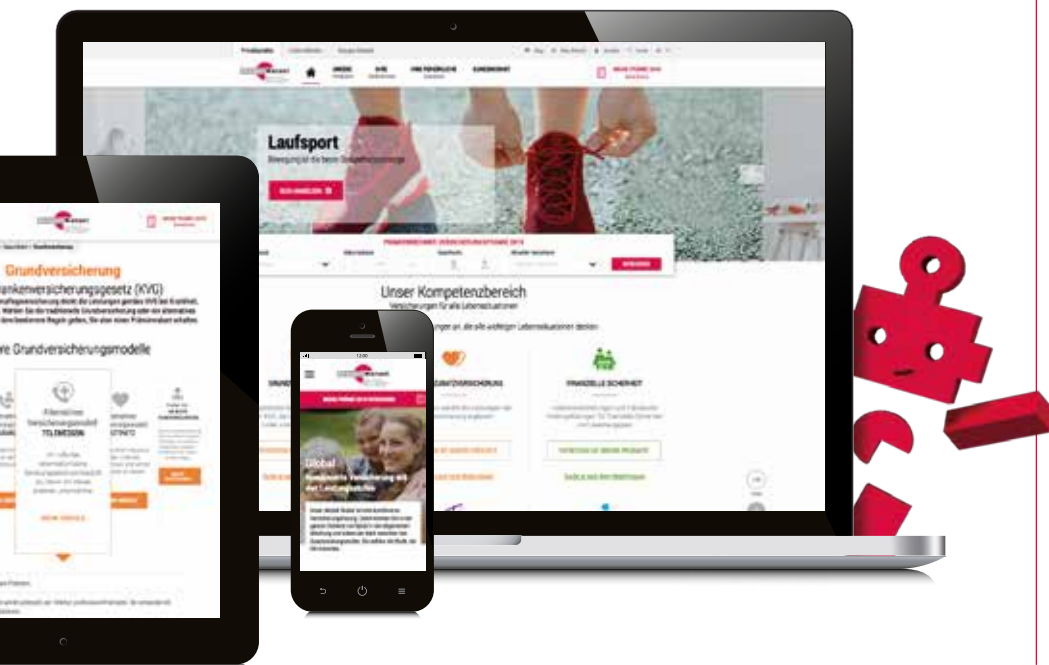
Dank neuen Kontaktformularen können Sie einfacher Kontakt aufnehmen und Ihre Anfrage wird schneller bearbeitet.

In der Rubrik «Rückerstattung» beantworten wir Ihre häufigsten Fragen zur Bearbeitung Ihrer eingereichten Dokumente.

Darüber hinaus können Sie auf den Seiten «Anerkannte Einrichtungen und Leistungserbringer» mehr über die Kostenübernahme erfahren, bevor Sie einen bestimmten Therapeuten aufsuchen.

Wenn Sie unseren Newsletter erhalten möchten, können Sie diesen direkt auf unserer Website abonnieren.

**Entdecken Sie diese neuen Funktionen auf [www.groupemutuel.ch](http://www.groupemutuel.ch). Viel Spass beim Surfen!**



**Jean-Pierre Zala, Leiter Kundendienst der Groupe Mutuel**

### Wie kann ich als Kunde den Kundendienst der Groupe Mutuel erreichen?

Sie können wählen, welches Kommunikationsmittel Sie bevorzugen – traditionelle Kanäle (Post, Telefon oder Agentur) oder digitale und elektronische Medien (E-Mail, Web oder Mobiltelefone). Und bei der Groupe Mutuel kann jeder Mitarbeitende eine Reklamation erfassen, die er von einem Kunden erhalten hat, sei es per Telefon, E-Mail, Website, GMnet, GMapp, Agentur oder auf anderem Weg.

### Wie bewältigen Sie die fast zwei Millionen Telefonanrufe pro Jahr bei der Groupe Mutuel?

Wir investieren viel Zeit in die Schulung unserer Mitarbeitenden und deren Fähigkeit, Kundenanfragen jeglicher Art klar und präzise zu beantworten. Auch die Leistung und Verfügbarkeit des Call-Centers haben wir 2017 optimiert, um die Wartezeit der Versicherten auf ein Minimum zu reduzieren. Heute können wir zwischen 60 und 70% der Anrufe nach einer Wartezeit von 30 Sekunden bis maximal 1 Minute entgegennehmen. Und auch hier geht die Optimierung weiter. Im letzten Jahr wurden die Telefonzeiten auf durchgehend von 8.00 bis 18.00 Uhr erweitert. Ausserdem gibt es neu für alle Fragen zur Krankenversicherung eine einheitliche Telefonnummer – 0848 803 111.

### Was tut sich bei GMnet und GMapp?

2017 wurden neue Funktionen entwickelt. Und in Kürze können Sie als Versicherte/r selbst Änderungen veranlassen – die Franchise ändern, Unfalldeckung ein- oder ausschliessen usw. Generell wird eine Mehrkanal-Strategie umgesetzt. Das Schlüsselwort heisst Qualität – die Qualität der Kundenbetreuung, ergänzt durch die Weiterbildung der Mitarbeitenden. Für uns zählen die Qualität der Dienstleistungen und die Kundenzufriedenheit zu den wesentlichen Faktoren für den Erfolg der Groupe Mutuel.



22'000

Unternehmenskunden



6'950

Telefonanrufe pro Tag



18'000

eingehende Briefe pro Tag



71'000

verschickte Briefe pro Tag



213'600

ausgedruckte Seiten pro Tag



## Wie teuer ist es wirklich?

# Die Operation des Karpaltunnels

Die Operation des Karpaltunnels verdeutlicht die Gesundheitskosten und die finanziellen Konsequenzen hinsichtlich der Behandlungswahl. Schnell (in etwa 15 Minuten) und oft durchgeführt, kostet dieser Eingriff ambulant Fr. 1'247.–, in der halbprivaten oder privaten Spitalabteilung jedoch bis zu zehnmal mehr.

Das Karpaltunnelsyndrom beginnt schleichend mit einem Kribbeln in der Hand und kann in schweren Fällen zur Lähmung der Hand führen. Seine Häufigkeit steigt mit zunehmendem Alter und erreicht um die 50 Jahre den Höhepunkt. Von der Bevölkerung sind ungefähr 11% der Frauen und 3,5% der Männer betroffen. Hält der Schmerz auch nach mehreren Behandlungsmonaten noch an, ist eine Operation unumgänglich (vgl. Artikel unten).

Die Operation erfolgt meist ambulant oder aber stationär (der Patient bleibt mindestens eine Nacht im Spital), wenn dies medizinisch erforderlich ist. Diese Wahl hat erheblichen Einfluss auf die Kosten des Eingriffs, wie unsere Zahlen zeigen.



### Kosten einer ambulanten Operation: Fr. 1'247.–

Die Analysen der Groupe Mutuel für das Jahr 2017 ergaben 2'442 ambulante Operationen des Karpaltunnelsyndroms. Die durchschnittlichen Kosten dafür betragen gemäss Tarmed Fr. 1'247.– und werden vollumfänglich von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) und somit von den Prämienzahlern übernommen.

### Stationäre Kosten in der allgemeinen Abteilung: Fr. 1'793.– plus Kostenanteil des Kantons

Im Jahr 2017 verzeichnete die Groupe Mutuel bei ihren Versicherten 31 stationäre Eingriffe, die über eine Fallpauschale (SwissDRG) entsprechend ihrer Komplexität fakturiert wurden. Aufgrund der Einführung der neuen Spitalfinanzierung im Jahr 2012 finanzieren Krankenversicherer (die Prämienzahler) und Kantone (die Steuerzahler) diese Pauschale gemeinsam; ab 2017 bezahlen die Versicherer 45% und die Kantone übernehmen 55%. Im Jahr 2017 beliefen sich die durchschnittlichen Kosten der Eingriffe zulasten der Grundversicherung auf Fr. 1'793.–, hinzu kommt der Anteil des Kantons in Höhe von Fr. 2'191.–.

### Rund Fr. 12'066.– in der halbprivaten oder privaten Abteilung

Wird der Patient in der halbprivaten oder privaten Abteilung behandelt, dann sind die Kosten höher. Für die 6 Eingriffe in der halbprivaten oder privaten Abteilung bei der Groupe Mutuel im Jahr 2017 beliefen sich die durchschnittlichen Kosten auf Fr. 9'875.–. Mit dem Kantonsanteil erreichen die Gesamtkosten pro Operation durchschnittlich Fr. 12'066.–, wohingegen der ambulante Eingriff, mit vergleichbarer gesundheitlicher Wirkung für den Patienten, Fr. 1'247.– kostet.

### Listen gegen falsche finanzielle Anreize

Der stationär durchgeführte Eingriff beim Karpaltunnelsyndrom kann das Gesundheitssystem also bis zu zehnmal mehr kosten als eine ambulante Operation, ohne zusätzlichen medizinischen Nutzen. Aus diesem Grund haben vier Kantone Listen von Operationen festgelegt, die primär ambulant durchgeführt werden sollen, darunter auch die Operation des Karpaltunnels. Weitere Kantone werden folgen und auch der Bund hat eine erste Liste mit sechs Operationen erlassen.

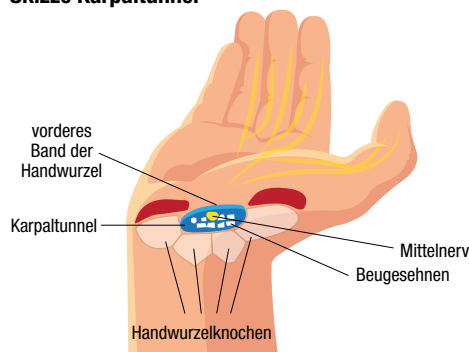
## Die Operation des Karpaltunnels

Das Karpaltunnelsyndrom ist eine Einengung des Mittelnervs im Bereich der Handwurzel. Dieser Nerv verläuft durch einen Kanal (Karpaltunnel) vom Handgelenk in die Hand und ist mit den Beugesehnen der Finger verbunden. Er ist verantwortlich für die Empfindungsfähigkeit des Daumens, des Zeige- und Mittelfingers sowie für die dem Mittelfinger zugewandte Hälfte des Ringfingers. Ausserdem kontrolliert er die Steuerung bestimmter Handmuskeln an der Daumenwurzel.

Ein chirurgischer Eingriff wird nötig, wenn die Schmerzen nach mehreren Behandlungsmonaten anhalten und die berufliche Tätigkeit ein Rückfallrisiko birgt. Durch die Operation wird der Druck im Karpaltunnel gesenkt und der Mittelnerv wird befreit. Es ist ratsam, den Eingriff nicht aufzuschieben: Wird der Nerv zu lange eingeeengt, besteht das Risiko einer dauerhaften Schädigung.

Bei der gängigsten Variante wird ein 3 bis 4 cm langer Hautschnitt in die Handfläche gemacht, um das Handgelenksband zu durchtrennen und den Nerv zu entlasten. Eine andere Technik ist die Endoskopie, bei der ein oder zwei Hautschnitte von zirka 1 cm am Handgelenk und an der Handfläche gemacht werden.

### Skizze Karpaltunnel



## Wie vorbeugen?

Die primäre Prävention des Karpaltunnelsyndroms besteht darin, das Abstützen des Handgelenks einzuschränken und bestimmte Positionen und Bewegungen der Hand zu vermeiden. Es empfiehlt sich, Bewegungen abwechselnd mit der linken und der rechten Hand auszuführen, Hände und Handgelenke bei repetitiven Bewegungen und Tätigkeiten regelmässig ausruhen zu lassen und falsche Arbeitspositionen zu ändern. Es ist auch ratsam, Gegenstände in der Hand zu halten anstatt mit den Fingerspitzen zu tragen, was das Handgelenk zu sehr beansprucht.

Mehr dazu:  
[www.onmeda.de](http://www.onmeda.de)







### Gesundheitstipp

## Wenn das Herz schwächelt

Eine Herzinsuffizienz schreitet normalerweise langsam voran, beispielsweise nach einer Schädigung durch einen Herzinfarkt, einen Herzklappenfehler oder die Ermüdung des Herzens nach jahrelangem unbehandeltem Bluthochdruck. Eine von zehn Personen über 70 Jahren ist davon betroffen.

Bei einer Herzinsuffizienz handelt es sich um die Unfähigkeit des Herzmuskels (Myokard), ausreichend Blut in die verschiedenen Organe zu pumpen. Das Blut verbleibt so in den Gefässen und im Gewebe. Diese Erkrankung ist häufig und betrifft eine von zehn Personen über 70 Jahren. Leider ist die Sterberate dabei hoch.

#### Folgende Anzeichen können auf eine Herzinsuffizienz hindeuten:

- Atemlosigkeit: Der Patient beklagt sich über Atemnot beim Treppensteigen, zuerst nach zwei Etagen, dann nach einer und schliesslich bereits nach einigen Stufen.
- Gewichtszunahme
- Wassereinlagerungen oder Ödeme: Die Beine und die Füsse schwellen an, man kann die Schuhe nicht mehr anziehen.
- Erschöpfung
- trockener Husten
- häufiges nächtliches Wasserlassen (Nykturie)
- Appetitlosigkeit mit Völlegefühl

#### Weshalb ermüdet der Herzmuskel?

- Bluthochdruck
- koronare Herzerkrankung
- Entzündung des Herzmuskels (Myokarditis)
- Herzklappenerkrankung
- Schilddrüsen-Überfunktion
- erbliche Herzfehler
- Einnahme von Medikamenten, die schädlich für das Herz sind
- Folgen einer Strahlentherapie des Brustkorbes

Zudem kann unser Lebensstil bei andauerndem übermässigem Alkoholkonsum oder zu salziger oder süsser Nahrung zu einer Herzinsuffizienz führen.

Zur Diagnosestellung wird der Arzt nach den Symptomen fragen und eine vollständige körperliche Untersuchung sowie ein Elektrokardiogramm durchführen. Ausserdem kann bei der Blutentnahme ein spezifischer Biomarker festgestellt werden, der auf eine Herzinsuffizienz hinweist: proBNP. Endgültig bestätigt wird die Herzinsuffizienz mit einer Ultraschalluntersuchung am Herzen durch den Kardiologen.

Die Behandlung erfolgt medikamentös (harntreibende und blutdrucksenkende Arzneimittel, Digoxin, Cordarone u. a.). In schweren Fällen wird ein Herzschrittmacher eingesetzt.

Wer an einer Herzinsuffizienz leidet, sollte verstecktes Salz in der Nahrung meiden und sein Gewicht täglich kontrollieren. Dadurch verbessert sich die Lebensqualität und das Schreckgespenst zunehmender Herzschwäche und eines Spitalaufenthalts kann gebändigt werden.

**Schweizerische Herzstiftung** [www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)

**Schweizerisches Gesundheitsobservatorium** [www.obsan.admin.ch/de](http://www.obsan.admin.ch/de)

**Schweizerische Ärztezeitung** [www.saez.ch](http://www.saez.ch)

Dr. Hannelore LUY, Allgemeine Medizin FMH

Siehe auch Seite 16 zu den Symptomen des Herzinfarktes.



## Finanzielle Absicherung

# Sparen und gleichzeitig Ihre Nächsten absichern

Mit Global vie integral verfolgen Sie Ihr Sparziel und nutzen dabei alle Steuervorteile. Global vie integral ist aber auch eine Risikoversicherung:

Dank einer sofortigen Kapitalauszahlung bei Tod oder Invalidität können anstehende Verpflichtungen erfüllt werden.

### Was bietet diese kombinierte Lebensversicherung?

#### › Schutz Ihrer Familie

Global vie integral garantiert im Todesfall die sofortige Auszahlung des versicherten Kapitals an Ihre Angehörigen. Bei Tod infolge Unfalls verdoppelt sich der Betrag des ausbezahlten Kapitals.

#### › Finanzielle Sicherheit bei Invalidität

Bei Invalidität durch Krankheit oder Unfall zahlt Ihnen die Groupe Mutuel Leben GMV AG das versicherte Kapital vorzeitig aus, damit Sie die neue Situation besser meistern können. Im Fall einer Teilinvalidität wird das Kapital proportional zum festgestellten Invaliditätsgrad ausbezahlt. Und bei Erwerbsunfähigkeit übernehmen wir Ihre Versicherungsprämien.

#### › Sicherheit im Ruhestand

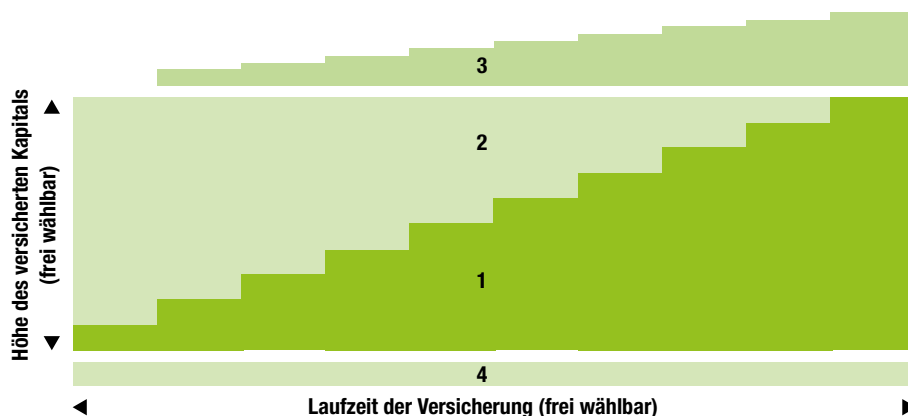
Global vie integral ist gleichzeitig eine Sparversicherung, mit der Sie alle Steuervorteile der 3. Säule nutzen können. Bei Vertragsablauf erhalten Sie das versicherte Kapital und dazu kommt eine Überschussbeteiligung.

Die Lebensversicherung Global vie integral garantiert Ihnen optimalen Schutz für Ihre Angehörigen, Sie verfügen über eine Sparversicherung und gleichzeitig ergeben sich viele Steuervorteile. So können Sie zuversichtlich in die Zukunft blicken und das Leben in vollen Zügen geniessen.

Global vie integral – ein innovatives Produkt, das in einer einzigen Versicherung optimale Sicherheit bietet, wie sie bisher nur mit mehreren Versicherungspolicen möglich war.

### Eine Lebensversicherung – viele Vorteile

1. Garantierte Auszahlung Ihres Sparguthabens plus Überschussbeteiligung bei Ablauf der Versicherung
2. Sofortige Kapitalauszahlung bei Invalidität oder Tod vor Ablauf der Versicherung
3. Auszahlung der Überschussbeteiligung mit dem Todesfallkapital oder bei Ablauf der Versicherung
4. Übernahme Ihrer Versicherungsprämien bei Erwerbsunfähigkeit



Mehr dazu:

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

Kontaktieren Sie uns:

Groupe Mutuel Leben GMV AG

Rue des Cèdres 5

Postfach – 1919 Martigny

Tel. 0848 803 999

E-Mail: [leben@groupemutuel.ch](mailto:leben@groupemutuel.ch)





## Zermatt Unplugged mit der Groupe Mutuel

# Success Story vor grandioser Bergkulisse

Die Groupe Mutuel ist Partner von Zermatt Unplugged, dem Kultur-Event des Frühlings am Fuss des Matterhorns. Wir haben uns mit Thomas Sterchi unterhalten, dem freiheitsliebenden Musikfreund, Gründer und Ideengeber eines Festivals, das neue Massstäbe setzt.



Thomas Sterchi

**Guten Tag, Thomas. Sie empfangen uns hier in den Räumen Ihrer Firma Tom Talent am Zürichsee mit wunderschönem Blick auf die Stadt. Und auch Zermatt ist etwas vom Feinsten...**

Sie haben Recht, ich habe ein Faible für schöne Orte. Das Festival Zermatt Unplugged findet an einem der eindrucksvollsten Orte der Welt statt (Anm. d. R.: vom 10. bis 14. April 2018). Die Idee dabei war, etwas Authentisches zu schaffen, nicht einfach etwas, wo man sehen und gesehen werden kann.

### Wie fing es an?

2004 haben Marco Godat und ich einen Clubbereich im Heinz-Julen-Design mit Kino, Bar, Restaurant und Galerie lanciert, für Konzerte und Partys. Nach zwei leidlich erfolgreichen Saisons haben wir 2007 das Zermatt Unplugged Festival auf die Beine gestellt, in einem zwar noch bescheidenen Rahmen, aber bereits unter Mitwirkung von Chris de Burgh und Suzanne Vega. 2008 haben wir ein Zirkuszelt aufgestellt für die

Shows von Alanis Morissette, Gotthard, Reamonn und John Lord, Ex-Deep-Purple-Mitglied. Schon damals war es unser Wunsch, das ganze Dorf einzubeziehen. Am Festival-Wochenende verzeichnet Zermatt eine praktisch gleich hohe Belegungsrate wie in der Neu-jahrszeit (Anm. d. R.: 29'000 Festivalbesucher im Jahr 2017). Heute erfreut sich das Festival eines hohen Bekanntheitsgrads, der auch Zermatt und unseren Partnern, dabei neu die Groupe Mutuel, zugutekommt.

### Das Festival fördert auch neue Talente...

Rund 15 aufsteigende Newcomers verteilen sich auf fünf oder sechs New Talent Stages, wo jede Band zwei- bis dreimal auftritt. Das Gesicht der neuen Zermatt-Unplugged-Kampagne ist Max Prosa aus Berlin, letztes Jahr war es die Doppelbürgerin Schweiz/Norwegen Debrah Scarlett. Für den Besuch der Newcomer-Bühnen während des ganzen Festivals gibt es den Unplugged-Pass für 50 Franken; das sind 26 Konzerte, Events und After Show Partys. Insgesamt zählt Zermatt Unplugged 40 Konzerte, rund 15 davon auf den Hauptbühnen.

### Welche Momente sind Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Da gibt es viele. Das Akustik-Konzert von Reamonn 2008 auf der Zeltbühne, den Bandleader Rea Garvey kenne ich gut, Band und Publikum waren zu einer Einheit verschmolzen. Oder letztes Jahr zum 10-Jahres-Jubiläum die Jam Sessions im Mont-Cervin, das überwältigende Zusammenspiel der Ronnie Scott Band mit Paolo Nutini und LP (Anm. d. R.: Laura Pergolizzi) – noch heute bekomme ich Gänsehaut.

### Ihre Vision für die nächsten Jahre?

Das Zermatt Unplugged geht jeweils Schritt für Schritt vorwärts. Letztes Jahr ist die kulinarische Oase «Taste Village» mit einer Newcomer-Bühne entstanden. Mir ist es wichtig, den besonderen und exklusiven Zermatt-Unplugged-Touch beizubehalten – das Festival muss man sich erst zu eigen machen.

### Was sind Sie für ein Mensch, Thomas?

#### Wie würden Sie sich beschreiben?

Ich orientiere mich nicht an sozialen Normen, liebe Unabhängigkeit und Freiheit. Für mich sind Teamarbeit und menschliche Beziehungen entscheidend.

#### Stichwort Musik...

Ich habe eine Vorliebe für Musik und guten Rotwein. Wenn ich wählen müsste, würde ich mich für die Musik entscheiden. Sie kann so unglaublich starke Emotionen auslösen. Und Musik ist das Herzstück des Zermatt Unplugged.

#### Welches Sprichwort passt zu Ihnen?

Dieser Satz von Seneca: «Glück ist, was passiert, wenn Vorbereitung auf Gelegenheit trifft.» Du musst in groben Zügen wissen, was du machen möchtest, und gleichzeitig offen sein für die Gelegenheiten, die sich bieten. Und wenn beides zusammentrifft, erlebst du einen wahren Glücksmoment.

*Mehr Engagements der Groupe Mutuel in den Bereichen Kultur und Musik finden Sie auf Seite 15 dieser Ausgabe.*

## Auf Erfolgskurs

1997 gründet Thomas Sterchi (48) mit jobs.ch das erste Stellenportal der Schweiz. 10 Jahre später verkauft er es an eine amerikanische Beteiligungsgesellschaft. Seine Tätigkeiten sind unter der Holding Tom Talent vereint, die 150 Mitarbeitende beschäftigt. Die Tom Talent Gruppe gestaltet Produkte für den digitalen Raum (Teleboy.ch und Cineman.ch), bietet Rekrutierungslösungen (Prospective) und ist in der Gastronomie (Restaurant Rüsterei in Zürich) sowie in der Kultur (Zermatt Unplugged und Filmproduktion) tätig.

**Team Groupe Mutuel**

# Ein neuer Anmelderekord für das Laufteam

Das Interesse am Laufprojekt der Groupe Mutuel wächst von Jahr zu Jahr. Waren im vergangenen Jahr rund 1'400 Bewerbungen eingegangen, so haben dieses Mal fast 2'100 Versicherte ihr Glück versucht. Dementsprechend schwer fiel die Auswahl.

Das Laufprojekt «Team Groupe Mutuel» bietet auch dieses Jahr 50 Versicherten die Möglichkeit, mit einem Coach und einem individuellen Trainingsplan die sportlichen Ziele zu erreichen. Von dieser Chance wollten so viele Versicherte wie noch nie profitieren: Rund 2'100 Personen haben sich zwischen Dezember und Januar für das Laufteam eingeschrieben.

Nach 120 telefonischen Bewerbungsgesprächen stand das Team fest: Gleich viele Läuferinnen wie Läufer aus der Deutschschweiz und der Romandie mit verschiedenen Niveaus stellen sich der Herausforderung. Das jüngste Teammitglied ist 1996 geboren, das älteste hat den Jahrgang 1957. Wir wünschen viel Spass, Erfolg und Motivation!

Erfahren Sie im nächsten Login, welche 50 Personen für das Team ausgewählt wurden und wie sie den ersten Ernstkampf, den GP Bern, gemeistert haben.

**Sponsoring**

## Neue Partnerschaft mit dem Hallwilerseelauf

Die Groupe Mutuel tritt in diesem Jahr zum ersten Mal als Sponsor des Hallwilerseelaufs auf. Der Aargauer Lauf bietet Läuferinnen und Läufer aller Niveaus eine tolle Wettkampfmöglichkeit. Als Versicherte/r profitieren Sie, wie immer, von 50% auf Ihr Startgeld.

Er gilt in der Schweizer Läuferzene als einer der schönsten Halbmarathons: Der Hallwilerseelauf. Vorbei am Schloss Hallwyl, auf Uferwegen entlang des Sees, kann man das Aargauer Seetal sportlich entdecken.

Aber nicht nur erfahrene Läufer kommen beim Hallwilerseelauf auf ihre Kosten. Neben einem Kurzlauf von 7 km, einem Rennen über 10 km und mehreren Nordic Walking Distanzen wird auch ein Erlebnislauf angeboten, bei dem Sie selbst wählen können, ob Sie die 21,1 km joggen oder walken wollen. Sie geniessen die aussergewöhnliche Strecke ohne jeglichen Zeitdruck, werden aber dennoch auf der Strecke gepflegt, mit Applaus empfangen und in der Rangliste aufgeführt.

Als Versicherte/r profitieren Sie von 50% Rabatt auf Ihr Startgeld. Dieser Rabatt gilt nur für Onlineanmeldungen bis zum 30. September 2018.

**Mehr Informationen finden Sie unter**  
[www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub)



**Stéphane Grichting**

# «Das Wichtigste ist, dass man Spass hat an dem, was man tut.»

Die Fussballkarriere des Schweizer Stéphane Grichting mit 45 internationalen Einsätzen war von Beständigkeit und Stabilität geprägt. Der Walliser aus Savièse, der bei der Groupe Mutuel versichert ist, bleibt weiterhin in Form.

**Deine Karriere sticht durch eine grosse Beständigkeit heraus.**

Ich hatte das grosse Glück, praktisch während meiner ganzen Karriere ohne Verletzung oder Ausfall zu spielen, ob dies bei Sion, dem Club, der mich ausgebildet hat, bei Auxerre, wo ich 10 Jahre lang gespielt habe, oder bei den Grasshoppers war. Es waren ein Kindheitstraum und neunzehn Jahre Glück.

**Du hast deine Träume verwirklicht.**

Als Kind war mein grösster Traum, für den FC Sion zu spielen. Als ich es in die erste Mannschaft geschafft hatte, fragte ich mich: «Was kann ich nun tun?». Der nächste Schritt war, ins Ausland zu gehen. Dort hatte ich immer meinen Kindheitstraum, das rote Trikot mit dem weissen Kreuz zu tragen.

**Du bist immer du selbst geblieben, ohne den Boden unter den Füssen zu verlieren, obwohl der Fussball von grossen Herausforderungen, viel Geld, Druck und Versuchungen geprägt ist.**

Wenn man mit 18 Jahren ins kalte Wasser geworfen wird, mit Versuchungen hinter jeder Ecke, ist der Charakter entscheidend. Meine Frau und ich wurden sehr früh ein Paar, das hat sicher geholfen. Man muss mit beiden Beinen fest auf dem Boden stehen und sich auch infrage stellen können. Als ich nach 19 Jahren meine Karriere beendet habe, war ich 36 Jahre alt und war weder erschöpft noch verletzt. Dies war der richtige Augenblick, um für meine Frau Valérianne und meine Kinder Zora (14), Ilan (12) und Elias (7) ins Wallis zurückzukehren.

**Wie gestaltet sich die Umstellung danach?**

So intensiv, lang und harmonisch meine Karriere war, so kompliziert ist nun die Umstellung. Als professioneller Sportler denkt man immer an den nächsten Termin oder den nächsten Match und wenn es dann vorbei ist, fehlt diese Intensität. Ich hätte direkt in den Trainer-Beruf wechseln können, aber im Augenblick ist

dies wegen meiner familiären Pflichten noch zu früh. Momentan betätige ich mich ungefähr in einem 30%-Pensum als Sport- und Fitness-Instruktor in einem Club in der Nähe meines Wohnorts in Savièse, wo ich Gruppenkurse leite. Gleichzeitig möchte ich zum Fussball zurückkehren, aber eher im Bereich Training; die Arbeit mit Jugendlichen interessiert mich.

**Welches sind die Vorzüge des Amateursports? Was möchtest du unseren Versicherten sagen?**

Sport bedeutet Gesundheit. Dies gilt für alle Stufen, ob Profi oder Anfänger. Das Wichtigste ist, dass man Spass hat an dem, was man tut.

**Was tust du, um in Form zu bleiben?**

Ich mache Fitness und im Spätsommer einige Geländeläufe. Zudem spiele ich Tennis und Fussball mit meinem Sohn, fahre Ski und wandere.

**Tipps zur Ernährung?**

Im Wallis lieben wir gutes Essen und wir feiern gerne (lacht), deshalb passe ich schon auf, verderbe mir aber auch nicht den Spass. Ich esse viele Früchte und Gemüse. Das Wichtigste ist, sich ausgewogen zu ernähren.

**Was bedeutet es für dich, sich gut zu fühlen?**

Wenn man sich in seinem Körper wohl fühlt. Die Grundlage dafür ist Bewegung zweimal pro Woche. Die Intensität ist dabei zweitrangig, es kann eineinhalb Stunden Spazieren oder ein Besuch im Schwimmbad sein.

**Welche Orte laden dich zum Träumen ein?**

Ein ruhiges Plätzchen zum Erholen. Zum Beispiel mein Chalet in Les Crêtaux, oberhalb von Isérables, oder aber die unendlichen Weiten Kanadas.

## Reisen Sie gelassen an die Fussball-Weltmeisterschaft in Russland

Die Fussball-Weltmeisterschaft in Russland findet schon bald statt. Russland wie auch Indien, Saudi-Arabien, China, Kuba und weitere Länder verlangen eine Bestätigung über eine zusätzliche Heilungskostenversicherung, bevor sie ein Visum erteilen. Auf dieser Bestätigung muss eine Mindestdeckung im Ausland von meist 30'000 Euro garantiert sein sowie die Repatriierung in die Schweiz bei Gesundheitsproblemen. Die Versicherung Mundo für Auslandsreisen und -aufenthalte erfüllt diese Bedingungen vollständig. Wenn Sie eine Reise in diese Länder planen, können Sie jederzeit bei unserem Kundendienst unter 0848 803 111 eine entsprechende Bestätigung beantragen oder für den Abschluss der Versicherung Mundo unsere Offertenabteilung kontaktieren: 0800 808 848.

\*Mit der FAN-ID (von den russischen Behörden gefordertes Identitätsdokument) reisen ausländische Staatsangehörige, die Eintrittskarten für die Weltmeisterschaft gekauft haben, ohne Visum nach Russland. Sie können in das Land einreisen und sich während des Zeitraums von 10 Tagen vor dem ersten bis 10 Tage nach dem letzten Match der Weltmeisterschaft im Land aufhalten. Eine FAN-ID wird auch benötigt, um Russland wieder zu verlassen, wenn sie zur visumfreien Einreise benutzt wurde. Für weitere Informationen: [www.fan-id.ru](http://www.fan-id.ru).



## Union Cycliste Internationale (UCI)

# Im Herzen des internationalen Radsports

In Aigle (VD), im Centre Mondial du Cyclisme UCI (CMC UCI), umgeben von Weinbergen und Alpen, befindet sich der Sitz der «Union Cycliste Internationale (UCI)» – ein Unternehmenskunde der Groupe Mutuel.

Die am 14. April 1900 in Paris gegründete Union Cycliste Internationale (UCI) ist der Weltverband des Radsports. Seine Mission: den Radsport weltweit in all seinen Variationen weiterentwickeln und überschauen. Die komplette Pyramide des Radsports spiegelt sich darin wider: vom Transport- und Fortbewegungsmittel über Freizeitaktivitäten bis hin zum Leistungssport.

Die UCI leitet und fördert so die globale strategische Entwicklung des Radsports in allen Disziplinen: Strasse, Bahn, Mountainbike, BMX, Paracycling, Radquer, Trial und Hallenradport.

Das Centre Mondial du Cyclisme UCI (CMC UCI), in Aigle (VD), inmitten der herrlichen Landschaft der Weinberge und Berggipfel des Chablais, beherbergt den Sitz der UCI. Das Centre d'entraînement Olympique, ein hochmodernes Trainings- und Ausbildungszentrum auf hohem Niveau, wurde 2002 eingeweiht und ist allein schon einen Blick wert.

Es verfügt über ein 200 Meter langes hölzernes Velodrom mit 680 Sitzplätzen und eine 250 Meter lange Leichtathletikbahn mit Kunststoffbelag, eine Kunstturn- und Trampolinhalle, einen Fitnessraum, eine Mehrzweckhalle für bis zu 960 Personen, eine 400 Meter lange BMX-Supercross-Bahn und eine 500 Meter lange Finnenbahn. Nicht zu vergessen das Restaurant mit 120 Plätzen und Terrasse am Ufer der Rhone sowie Konferenz- und Kursräume für bis zu 110 Personen.

Neben dem Trainingszentrum ist das CMC UCI auch aktiv tätig bei der Talentsuche, der Ausbildung von Trainern und Mechanikern sowie bei Prüfungsabnahmen für Sportdirektoren und Laufbetreuer. Es empfängt Athleten aus der ganzen Welt im Streben nach den besten Leistungen in ihren jeweiligen Disziplinen. Ausserdem trainiert und unterstützt das CMC UCI jährlich rund 100 Athleten in drei olympischen Disziplinen (Strasse, Bahn und BMX).

Das ist eine seiner Besonderheiten: Das Centre Mondial du Cyclisme UCI steht seiner Umgebung offen für Führungen, Tagungen, Seminare sowie verschiedenste Veranstaltungen im privaten oder geschäftlichen Rahmen. Eine Gelegenheit, den Radsport in den Mittelpunkt des täglichen Lebens zu stellen; ein Sport, der in den letzten Jahren auf allen Kontinenten ein stetiges Wachstum erfahren hat,

wie die Rekordzahlen 2018 zeigen – mehr als 2'000 registrierte Veranstaltungen und rund 500 Teams.

Die UCI stützt sich auf das Fachwissen und die Unterstützung der fünf Kontinentalverbände, den Dachorganisationen der Nationalverbände in Europa, Asien, Amerika, Afrika und Ozeanien. Zweigstellen des UCI CMC existieren in Südafrika (Potchefstroom), Japan (Shuzenji), Südkorea (Yeongju) und Indien (Neu-Delhi), die 2015 eingeweiht wurde.

Aus strategischer Sicht sind Bildung und Wissensaustausch zwei wesentliche Säulen des Entwicklungsprogramms der UCI.

Die UCI ermöglicht den Nationalverbänden ihr Wissen und ihre Erfahrungen bei Seminaren, Workshops und Treffen auszutauschen. Sie unterstützt zudem die Nationalverbände durch das Programm «UCI Bikes for the World», das seit 2010 die fehlende Ausrüstung zur Verfügung stellt, damit talentierte junge Radsportler weltweit Fortschritte machen können.

Laut ihrer Generaldirektorin, der Franko-Marokkanerin Amina Lanaya, sind die Herausforderungen für die nächsten fünf Jahre klar definiert: «Unsere Mission ist es, Männern und Frauen aus allen Teilen der Welt unseren Sport und all seine Disziplinen näherzubringen. Im Centre Mondial du Cyclisme UCI wollen wir junge Talente aufspüren und fördern, die bei Weltmeisterschaften der UCI und an den Olympischen Spielen Medaillen gewinnen können. Und nicht zuletzt sind wir bestrebt, den olympischen Status des Radsports zu festigen und weiterzuentwickeln, der in Tokio 2020 die dritte Sportart mit Medaillenauszeichnung sein wird.» Eine spannende und ehrgeizige Vision.

### Union Cycliste Internationale (UCI)

**Ch. de la Mêlée 12**  
**1860 Aigle – Schweiz**  
**Tel. +41 24 468 58 11**  
**Fax +41 24 468 58 12**  
**admin@uci.ch**  
**www.uci.ch**

## Zusammenarbeit mit der Groupe Mutuel

Die Union Cycliste Internationale (UCI) ist bei der Groupe Mutuel versichert für die Krankentaggeldversicherung nach VVG sowie die Unfallversicherung nach UVG und die UVG-Zusatzversicherung. «Wir sind mit der Zusammenarbeit sehr zufrieden», hält der Pressesprecher Louis Chenaille fest. «Wir schätzen die Kundennähe der Groupe Mutuel, ihren direkten Kontakt, ihre rasche und effiziente Bearbeitung. Ausserdem teilen wir die gleiche Motivation für herausragende Leistungen.»





## Kultursponsoring

# Unique Moments im Landesmuseum Zürich

Nach dem erfolgreichen Start mit Patent Ochsner im vergangenen Jahr findet das exklusive Festival diesen Sommer seine Fortsetzung mit einem einzigartigen Programm – «Unique» eben.

### Time of my life – albums of a generation

Die Unique Moments überraschen 2018 wieder mit einem einzigartigen Musikkonzept und einer Hommage an das Musikalbum; Travis mit «The Man Who», Stephan Eicher & Martin Suter mit «Song Book», Patti Smith mit «Horses» und Kraftwerk mit «Trans Europa Express» sind anlässlich der zweiten Ausgabe der Unique Moments vom 6. bis 9. Juni 2018 live zu erleben. Die vier Künstler performen jeweils das Album live und exklusiv in voller Länge vor der malerischen Kulisse des Innenhofs vom Landesmuseum Zürich. Im Publikumsbereich gibt es zudem eine Pop-up-Ausstellung über die wichtigsten Alben der Pop- und Rock-Musikgeschichte zu entdecken. Ein Muss für jeden Musikliebhaber.

Als Kunde der Groupe Mutuel profitieren Sie von einem Rabatt von 20% auf Stehplatztickets.

Mehr Informationen finden Sie unter:  
[www.groupemutuel.ch/leclub](http://www.groupemutuel.ch/leclub)



**Login lesen  
und tolle Preise  
gewinnen!**

## Login- Wettbewerb

### Neuer Wettbewerb in dieser Ausgabe

Beantworten Sie die drei Fragen in der LeClub-Beilage und gewinnen Sie einen Preis unseres Partners Eni/Agip:

- > 1. Preis: einen Treibstoff-Gutschein im Wert von Fr. 200.–
- > 2. bis 6. Preis: einen Treibstoff-Gutschein im Wert von Fr. 100.–
- > 7. bis 16. Preis: einen Treibstoff-Gutschein im Wert von Fr. 50.–

Die Antworten finden Sie in den Login-Artikeln oder in der LeClub-Beilage. Benutzen Sie für die Teilnahme am Wettbewerb den Antwortcoupon in der LeClub-Beilage oder gehen Sie auf [www.groupemutuel.ch/wettbewerb](http://www.groupemutuel.ch/wettbewerb).

### Wir gratulieren den Gewinnerinnen und Gewinnern unseres letzten Wettbewerbs (Login-Ausgabe Januar 2018)

Folgende 5 Gewinner der Verlosung erhalten ein Geschenk von unserem Partner, dem Hotel Hof Weissbad in Appenzell Innerrhoden:

- > 1. und 2. Preis: Übernachtungsgutschein für zwei Personen: Joëlle Pfeumer (BL) und Sandro Stendardo (ZH)
- > 3. bis 5. Preis: Restaurant-Gutschein im Wert von Fr. 100.–: Marc Bonelli (ZH), Désirée Leimer (ZH) und Yvonne Nussbaum (LU)



# Ein Kapital für die finanzielle Absicherung Ihrer Angehörigen

Ereignisse wie Unfälle, Herzinfarkte oder Schlaganfälle treten unvermittelt ein und können tödliche Folgen haben. Genau jetzt bietet die Groupe Mutuel mit SafeCapital eine neue Art der Todesfallversicherung an.

Wenn ein Verkehrsunfall, ein Herzanfall oder ein Hirnschlag zum plötzlichen Tod führt, ist dies für die Nahestehenden neben der emotionalen Belastung mit grosser Unsicherheit verbunden ist. Um mit den finanziellen Folgen eines plötzlichen Todesfalls zurecht zu kommen, wurde als Exklusivität in der Schweiz eine einfache und günstige Versicherung entwickelt: SafeCapital. Mit dieser Versicherung garantieren Sie Ihren Liebsten ein Kapital bis zu CHF 100'000.– für den Fall Ihres Todes durch einen Unfall oder eine der zehn plötzlichen Erkrankungen, die in den Allgemeinen Versicherungsbedingungen aufgeführt sind.

## Ihre Hauptvorteile

- Abschluss ohne Gesundheitsfragebogen (bestimmte medizinische Vorgeschichten können jedoch gemäss den Allgemeinen Versicherungsbedingungen des Produkts zu einem Leistungsausschluss führen)
- freie Bestimmung einer oder mehrerer Personen, die das versicherte Kapital erhalten (Begünstigte)
- freie Verwendung des ausgezahlten Kapitals
- Auszahlung des Kapitals unabhängig von den Leistungen anderer Sozial- oder Privatversicherungen
- bei Fehlen von Begünstigten: Übernahme der Bestattungskosten bis zu Fr. 10'000.–

## Aufnahmebedingungen

Die Versicherung kann von Personen zwischen 15 und 55 Jahren mit Wohnsitz in der Schweiz abgeschlossen werden.

## Versichertes Kapital und Prämie

Das versicherte Kapital und die Prämie sind nach Altersklasse der versicherten Person abgestuft:

Alter der versicherten Person	Versichertes Kapital (fixe Versicherungssumme)	Monatsprämie
15–25	CHF 80'000.–	CHF 7.20
26–60*	CHF 100'000.–	CHF 9.–

\*Der Versicherungsvertrag endet am 1. Januar des Jahres nach dem 60. Geburtstag des Versicherten.

## Sind Sie interessiert?

**Kontaktieren Sie uns für eine Beratung oder eine Offerte:**

Tel. 0800 808 848

E-Mail: [offerten@groupemutuel.ch](mailto:offerten@groupemutuel.ch)

## Im Notfall zählt jede Minute!

# Richtiges Verhalten im Ernstfall

Hirnschlag und Herzinfarkt zählen zu den häufigsten Notfällen in der Schweiz. Das Lebensrettungsprogramm HELP der Schweizerischen Herzstiftung beschreibt die Anzeichen eines Herz-Kreislauf-Notfalls. Erkennen Sie solche Situationen und alarmieren Sie den Notruf (Tel. 144).

## Symptome eines Hirnschlags



- plötzliche Lähmung, Gefühlsstörung oder Schwäche, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein)
- plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge) oder Doppelbilder
- Sprachstörungen oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen
- heftiger Schwindel mit Gehunfähigkeit
- plötzlicher, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz

## Symptome eines Herzinfarkts



- **heftiger, beengender Druck** und klemmende Schmerzen in der Brustmitte von mindestens 15 Minuten Dauer, oft ausstrahlend in Schultern und Arme (meist links), den Hals, Unterkiefer oder Oberbauch
- **unerklärliche Übelkeit**, Schwäche, Schwitzen, eventuell kalte blasse Haut
- Angstgefühl, **Atemnot**

Achtung: Bei Frauen und älteren Personen sind die grün markierten Symptome nicht selten alleinige Anzeichen eines Herzinfarkts.

Weitere Informationen: [www.swissheart.ch/notfall](http://www.swissheart.ch/notfall)

Laden Sie die kostenlose App «HELP Notfall» der Schweizerischen Herzstiftung auf Ihr Smartphone: [www.swissheart.ch/notfallapp](http://www.swissheart.ch/notfallapp)

