



Groupe Mutuel

Februar 2021

Mag^{#1}

Das Versichertenmagazin

Gesundheit | Prävention | Infos | Nähe



Diabetes „Man darf sich nicht schämen“

SEITE 4

Ein Erfahrungsbericht aus Genf.
Kevin Brady, 63, ist Diabetiker



Versichert. Genau jetzt.

SKIUNFÄLLE

Sie haben einen Preis:
610 Millionen jährlich

Seite 8



PATOUCH

Ein Verein mit
noblen Zielen

Seite 13



25 000

Das ist die Höhe des Betrags, in Franken, der von der Stiftung Groupe Mutuel im Rahmen der Spendenaktion «Cœur à Cœur» 2020 gesammelt wurde.



DER BETRAG KAM INNERHALB EINER WOCHE ZUSAMMEN. ER WURDE DER ORGANISATION AM 18. DEZEMBER 2020 VON DER STIFTUNG GROUPE MUTUEL ÜBERGEBEN. INSGESAMT WURDEN DIESES JAHR ÜBER 2 MILLIONEN FRANKEN GESAMMELT.

Die Spendenaktion des Westschweizer Radiosenders RTS und der Glückskette wurde von sieben regionalen Westschweizer Radiostationen unterstützt. Auch die fünfte Ausgabe von «Cœur à Cœur» hatte zum Ziel, über die Glückskette möglichst viele Spenden zu sammeln für Projekte zur Unterstützung von Kindern, die Opfer von körperlicher oder seelischer Gewalt, Vernachlässigung oder sexuellem Missbrauch geworden sind.



4

GESUNDHEIT

Man darf sich nicht schämen

8

WAS KOSTET DAS?

610 Millionen für Skiunfälle

9

TIPPS

So schützen Sie sich vor Cybermobbing

10

INFOGRAFIK

Wir sind für Sie da

12

HEUTE IST MORGEN SCHON GESTERN

Der Kinderarzt 2.0

13

IM FOKUS

Patouch: Im Namen des Kindes

14

VOR ORT

Porträt von Anita Stecher

16

LECLUB-ANGEBOTE

Exklusive Rabatte für Sie

AM 1. JANUAR 2021 IST EINE NEUE BRANCHENVEREINBARUNG IN KRAFT GETRETEN. DIE VEREINBARUNG ENTHÄLT REGELN, UM GEGEN UNERWÜNSCHTE TELEFONANRUF VORZUGEHEN. WIE KANN MAN HERAUSFINDEN, OB ES BEI EINEM ANRUF WIRKLICH UM DIE GROUPE MUTUEL GEHT? HIER EIN PAAR TIPPS DAZU.

Unerwünschte Anrufe? Nein, danke!

Die Groupe Mutuel gehört zu den ersten Initiatoren und Unterzeichnern des Branchenabkommens und freut sich über die Marktregulierung. Im Zentrum steht der Verzicht auf die telefonische Kaltakquise, also auf unerbetene Werbeanrufe.

Leider gehen einige Call-Center trotzdem sehr aggressiv vor. Sie operieren aus dem Ausland oder geben sich als Mitarbeitende der Groupe Mutuel aus. Solche Taktiken schaden dem Image der gesamten Versicherungsbranche.

Stellen Sie Sicherheitsfragen

«Name, Geburtsdatum und Adresse? Hat noch jemand Vollmacht für Ihr Konto?»

Wer kennt sie nicht, die Sicherheitsfragen, die wir als Kunde bei Banken oder Versicherungen beantworten müssen.

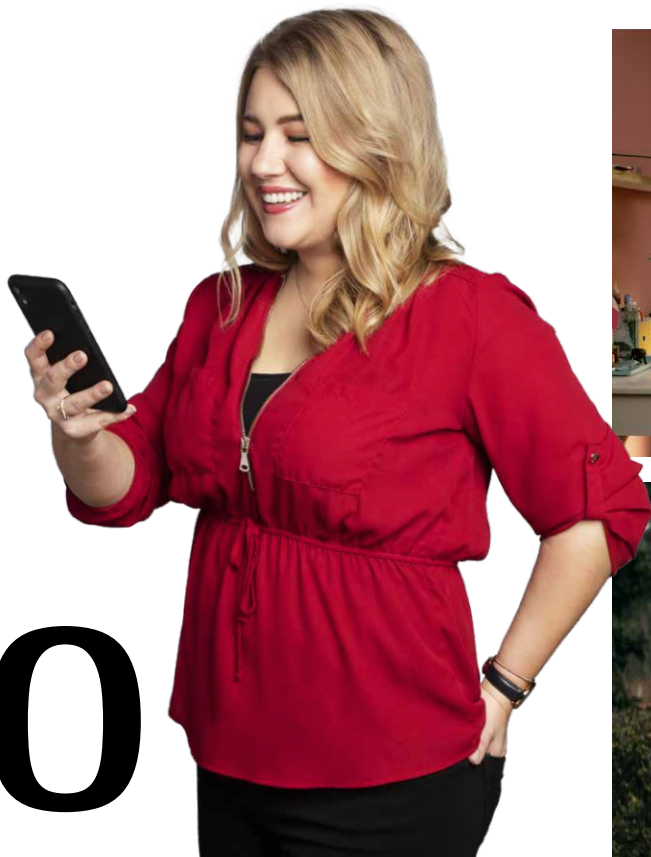
Drehen Sie, wenn Ihr Telefon klingelt, den Spiess einfach um. Gibt sich eine unbekannte Person als Mitarbeitender der Groupe Mutuel aus, stellen Sie folgende drei Sicherheitsfragen:

- Wie ist Ihr Name sowie Vorname und von welcher Agentur oder welchem Service-Center rufen Sie an?
- Auf welche Telefonnummer kann ich sie zurückrufen?
- Bei welcher Kasse (Mutuel, Easy Sana, Philos etc.) und in welcher Form bin ich bei Ihnen versichert?

Will oder kann die Person die Fragen nicht beantworten, so handelt es sich mit grösster Sicherheit um eine Kaltakquise, die nichts mit der Groupe Mutuel zu tun hat. Sie können also unbesorgt auflegen.



10



14



KEVIN BRADY IST 63 JAHRE ALT UND WOHT IN GENÈVE. GEBOREN, AUFGEWACHSEN UND ZUR SCHULE GEGANGEN IST ER IN DUBLIN (IRLAND). SEINEN DIABETES HAT ER HEUTE UNTER KONTROLLE, ABER ER HAT EINEN LANGEN WEG HINTER SICH.

«Man darf sich vor allen Dingen nicht schämen»

«Ich war mir des Zusammenhangs zwischen dem, was ich verschlang, und meinem Körper nicht bewusst.»

Kevin Brady kam 1975 in die Schweiz, um am Konservatorium in Genf Violine zu studieren. Anschliessend spielte er zehn Jahre im Orchestre de la Suisse Romande (OSR). Wegen Gehörproblemen sattelte er auf Informatik um, eröffnete ein Geschäft in Genf und arbeitete dann für eine amerikanische Firma. Er reiste viel, vor allem nach Asien und ins europäische Ausland. Nach dem 11. September 2001 wollte Kevin wieder mehr in Genf sein, bei seiner Frau und den vier Kindern. Er begann eine neue Tätigkeit im Bereich Autosattlerei, die er bis zu seiner Pensionierung im Jahr 2020 ausführte.

Kevin hat in seinem Berufsleben viel Stress erfahren. «Ich ass unregelmässig, vor allem wenn ich unterwegs war. Ich war mir des Zusammenhangs zwischen dem, was ich verschlang, und meinem Körper nicht bewusst.» Erst im Rückblick wurde Kevin klar, wie über die Jahre mehrere Faktoren zusammentrafen: Bewegungsmangel, der Hang, zu viel und zu unregelmässig zu essen, und die Angewohnheit, negative Gefühle mit Essen zu kompensieren.

«2011 habe ich am HUG (Hôpitaux Universitaires de Genève) an einer Studie zum Thema Blutzuckerspiegel und Adipositas teilgenommen. Damals wog ich 120 Kilo, heute bin ich bei 97. Mir wurde gesagt, dass ich prädiabetisch sei, aber das wars auch schon. Als Prädiabetiker funktioniert man noch, da arbeitet man wie alle anderen. Man hat irgendwie das Gefühl, dass alles normal ist.» Das böse Erwachen kam 2016. «Da sind dann die Symptome aufgetreten. Alle zwei Stunden Harndrang, Tag und Nacht, Energielosigkeit, ständiger Durst und Sehstörungen, vor allem

frühmorgens. Ich konnte nicht mehr. Die Diabetologin hat mich in die Notaufnahme des HUG geschickt.»

Und was passierte dann? «Man muss sich jeden Tag Insulin spritzen.» Kevins Blutzucker sank in weniger als einem Jahr auf einen akzeptablen Wert. «Als Erstes habe ich angefangen, Sport zu treiben – Radfahren, Schwimmen und Laufen – immer samstagsmorgens mit dem Verein diabete-geneve.ch.»

In Kevins Fall konnte der Diabetes gut behandelt werden (sein Wert heute: 5,9%). Doch ganz ohne Komplikationen ging es nicht ab: «Meine Arterien waren verkalkt, eine Folge des Diabetes. 2018 musste ich mich einer Bypass-Operation unterziehen, ein grosser Eingriff, aber es ging alles gut.» Kevin hat einiges durchgemacht.

Isst er heute anders? «Ich meide Kohlenhydrate und süsse Lebensmittel. Ich esse Eiweiss, Käse, Fleisch, viel Gemüse, im Sommer Salat und Früchte.»

Welchen Rat würde Kevin Menschen mit Prädiabetes geben? «Sich damit zu beschäftigen.» Und Menschen mit Diabetes? «Sich zu informieren. Und die Gesellschaft von Betroffenen zu suchen. Über 10 Prozent der Bevölkerung leiden an dieser Erkrankung. In jedem Kanton gibt es eine Diabetesgesellschaft, eingegliedert in die nationale Dachorganisation (diabetesschweiz.ch). Wenn Sie unter Diabetes leiden, ist es sehr wichtig, Kontakt zu anderen Betroffenen zu suchen, um miteinander zu reden, sich auszutauschen, Fragen zu stellen. Auch ist es wichtig, sich nicht zu schämen – besonders bei Übergewicht – und sich nicht schuldig zu fühlen. Man sollte sich auf keinen Fall zurückziehen.»



Zum Interview
www.groupe-mutuel.ch/youtube



www.diabetesschweiz.ch

Kevin Brady, 63 Jahre
Rentner, Genf (GE)

“Ich kann alles machen, ausser Insulin”

Loïc Ledormeur

35 Jahre, verheiratet, zwei Kinder
Genf



LOÏC LEDORMEUR, 35 JAHRE, WURDE IN GENÈVE GEBOREN; SEINE MUTTER STAMMT AUS DER BRETAGNE UND SEIN VATER AUS ITALIEN. SEIT SEINEM 18. LEBENSJAHR LEIDET ER AN TYP-1-DIABETES.

Loïc ist mit Vi verheiratet, deren Familie aus Vietnam stammt. Sie haben zwei Kinder, Océane (neun Jahre alt) und Elian (zweieinhalb). Nach dem Wirtschaftsstudium war Loïc in den Bereichen Märkte, Sicherheit und Verkauf tätig. Später wurde er Mitglied der Gesellschaft Diabète Genève und arbeitet nun dort in der Verwaltung. «Mit den Lockdowns haben Diabetes und Prädiabetes zugenommen, das zeigen unsere Risikotests», berichtet Loïc.

Und: «Heute erkranken immer mehr Menschen immer später an Typ-1-Diabetes. Gleichzeitig tritt der Typ-2-Diabetes immer früher auf, schon im Alter von 15 oder 20 Jahren.»
Wie hat es bei ihm angefangen? «Ich erinnere

mich an die erste Nacht, wo ich nicht mehr schlafen konnte. Man muss dann alle 5 oder 10 Minuten urinieren, ich trank 10 bis 15 Liter Wasser pro Tag.»

«Am Anfang ist es sehr schwierig. Aber man gewöhnt sich daran, man ändert seinen Rhythmus, setzt sich die Spritzen (Anm. d. Red.: eine bei jeder Mahlzeit und eine zusätzliche, die über den ganzen Tag wirkt) und fängt an, Sport zu treiben, in meinem Fall Fitness. Heute lebe ich mit den Einschränkungen von Diabetes. Aber wenn man die Therapie richtig befolgt, kann man damit ein normales Leben führen. Es gibt den Spruch: «Ich bin Diabetiker – ich kann alles machen ausser Insulin!»»

www.diabete-geneve.ch



MyDiabCheck Die App der Groupe Mutuel

MyDiabCheck ist ein Angebot für Menschen, die ein Risiko von Typ-2-Diabetes haben oder daran erkrankt sind. Der Nutzen der App basiert auf der Beobachtung, dass Risikopersonen und Betroffene das Fortschreiten dieser chronischen Erkrankung aufhalten oder sogar einen Rückgang der Symptome herbeiführen können. Die App bietet Zugang zu Präventionsmöglichkeiten und zu einem Coach, der einem dabei hilft, persönliche Ziele zu setzen und zu erreichen. Ausserdem hält MyDiabCheck digitale Lerninhalte bereit.

 **myDiabCheck**

Das alles finden Sie auf:
www.mydiabcheck.ch

5 Tipps

zur Vorbeugung gegen
Typ-2-Diabetes



Gewöhnen Sie Kinder daran, gesund zu essen und sich viel zu bewegen.



Machen Sie einen
Online-Risikotest:
www.diabetesschweiz.ch oder
www.mydiabcheck.ch.



Steigen Sie eine Station
früher aus den öffentlichen
Verkehrsmitteln aus und
gehen Sie den Rest des
Weges zu Fuss.



Finden Sie Alternativen zu
gesüssten Getränken.



Lassen Sie Ihren Blutzucker
regelmässig kontrollieren.

«Diabetesprävention fängt in der Kindheit an»

Oda Machemer ist eine von rund 200 Diabetesfachberaterinnen und -beratern in der Schweiz. Im Interview erklärt sie die Unterschiede zwischen Diabetes Typ 1 und Typ 2 und begründet, wieso es richtig ist, die Stoffwechselerkrankung als «unsichtbare Gefahr» zu bezeichnen.

Frau Machemer, wo steht die Schweiz in Sachen Diabetes?

Bei der Diabetesversorgung gab es im Europavergleich Verbesserungspotenzial, insbesondere bei der Früherkennung, bei den empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen sowie bei Selbstmanagementschulungen. Heute begleiten viele Praxen Diabetespatienten enger, schulen sie besser und führen Vorsorgeuntersuchungen konsequenter durch. Ich sehe Patienten häufig erst, wenn sie bereits Spätkomplikationen haben. Ich wünschte mir, dass Schulungen zum Selbstmanagement allen Diabetesbetroffenen zu Beginn der Erkrankung angeboten würden.

Welches sind die häufigsten Diabetes-Typen?

Wenn von Diabetes gesprochen wird, ist meistens Typ 2 gemeint. Es ist die häufigste Form des Diabetes. Früher hat man ihn als Altersdiabetes bezeichnet, weil er eher in der zweiten Lebenshälfte auftritt. Eine halbe Million Menschen sind in der Schweiz von der chronischen Stoffwechselerkrankung betroffen. Diabetes Typ 1 ist seltener und betrifft eher Kinder und junge Erwachsene.

«Online-Risikotests helfen bei der Prävention.»

Was ist der Hauptunterschied?

Bei Typ-2-Diabetes produziert der menschliche Körper selber Insulin. Die Behandlung erfolgt deshalb hauptsächlich mit der Umstellung des Lebensstils, mit Ernährungsanpassung und mehr Bewegung. Bei Typ-1-Diabetes fehlt bereits bei Krankheitsbeginn das Insulin im Körper und muss von aussen zugeführt werden.



Oda Machemer
Diabetesfachberaterin,
Endokrinologie Diabetologie
Bern

Typ-2-Diabetes wird oft als «unsichtbare Gefahr» bezeichnet. Ist das korrekt?

Das stimmt. In der Tat wissen Menschen häufig nicht, dass sie ein Risiko von Typ-2-Diabetes aufweisen. Unser Körper ist es gewohnt, sich anzupassen. Wenn der Blutzucker über Jahre nur leicht ansteigt, fehlen die starken Warnsignale. Es ist dann schwieriger, sich zu motivieren, etwas für die Gesundheit zu tun.

Und wie kann diese Motivation gestärkt werden?

Etwa die Hälfte der Betroffenen sagen erst mal, dass sie sich gut fühlen und nichts vom erhöhten Zucker im Körper merken. Wenn ich aber jeweils nachfrage, werden nicht selten Zeichen einer Diabeteserkrankung bewusst wahrgenommen. Solche Zeichen sind Durst, häufiges Wasserlösen, Schwächegefühl, Muskelkrämpfe, Müdigkeit, Konzentrationsschwäche und Stimmungstiefs. Es ist wichtig, nach solchen Beschwerden zu fragen. Was wir selbst spüren, ist uns näher als ein Blutzuckermesswert.

Bei Diagnose Typ-2-Diabetes kann es schon zu spät sein. Wie erkenne ich, dass ich Risikopatient bin?

Ein Online-Risikotest auf www.diabetesschweiz.ch liefert bereits erste Empfehlungen. Bei erhöhten Blutzucker-, Blutdruck- und Cholesterinwerten ist eine regelmässige Überprüfung durch den Hausarzt notwendig.

Was halten Sie von Gesundheitscoaching per Videocall?

Man erreicht damit auch Gruppen, die nicht zu uns in die Praxis kommen würden. Bei der Beratung ein Gesicht zu sehen, finde ich hilfreich. Was die Prävention betrifft, bin ich der Meinung: Je mehr Kanäle vorhanden sind, desto mehr Menschen können wir erreichen.



WAS KOSTET DAS?

In unserem Land werden jedes Jahr 90 000 Wintersportunfälle registriert. An erster Stelle steht wenig überraschend das Skifahren mit durchschnittlich rund 52 320 Fällen, gefolgt von Snowboarden (11 060), Schlitteln (6460), Skilanglauf (5440), Eishockey (5010), Eislaufen und Eiskunstlauf (3780) sowie Skitouren (970).

610 Millionen für Skiunfälle

DIE SCHWEIZER LIEBEN DEN WINTERSPORT. ABER DIESER BIRGT AUCH UNFALLRISIKEN, DIE MIT KOSTEN VERBUNDEN SIND.

Diese Unfälle haben einen Preis. Beim Skifahren beträgt er im Durchschnitt 610 Millionen Franken (Snowboard: 74 Millionen). Diese Summe setzt sich wie folgt zusammen: Leichtverletzte 100 Millionen Franken, Mittelschwerverletzte 182 Millionen, Schwerverletzte 235 Millionen, Invalide 49 Millionen und Todesopfer 44 Millionen. Beeindruckende Zahlen und zugleich der Beleg für einen Kostenanstieg, den die Suva auf rund 70 Prozent in 15 Jahren veranschlagt. Die Ursachen für diesen Anstieg liegen besonders in der Weiterentwicklung der Ausrüstung und dem Aufkommen des Carvings,

der Pistenpräparierung, der künstlichen Beschneidung und schliesslich auch im Alter der Skifahrenenden (am stärksten betroffen sind die 40- bis 59-Jährigen).

Beim Alpinski fahren sind die am häufigsten betroffenen Körperteile das Knie (30,9%; Snowboard: 15,2%), Schultergürtel und Oberarme (24,1%; Snowboard: 23,4%), Unterschenkel und Knöchel (13,8%; Snowboard: 13,1%), der Rumpf (13,7%; Snowboard: 19%) sowie Handgelenke, Hände und Finger (11,8%; Snowboard: 13,1%).

Was kostet ein Beinbruch im Durchschnitt? Die Suva schätzt die Kosten auf 22 500 Franken (alle Versicherungen zusammen).

Sie appelliert deshalb an die Sportlerinnen und Sportler, verantwortungsvoll zu fahren, auf ihre körperliche Verfassung zu achten und ihre Fähigkeiten nicht zu überschätzen.

Die Zahlen sowohl zur Unfallhäufigkeit als auch zur Kostenverteilung beruhen auf Schätzungen der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU).



WISSENSWERT

Daueraufträge für 2021 schon angepasst?

Ein Jahreswechsel zieht immer Änderungen nach sich. Auch bei laufenden Versicherungsverträgen geht schnell mal vergessen, das eine oder das andere anzupassen. Die Prämien zum Beispiel richten sich nach der Entwicklung der Gesundheitskosten in der Schweiz. So gelten in der Regel ab Jahresbeginn neue Prämien. Die Digitalisierung und Automatisierung nimmt uns zwar viel Arbeit ab, spätestens beim Jahreswechsel sollten aber Daueraufträge oder Kundenkonto-Angaben für reibungslose Zahlungen auf ihre Aktualität überprüft werden.

**Haben Sie Fragen zu den Zahlungsmodalitäten?
Möchten Sie uns ein neues Bankkonto für Leistungen mitteilen?
Unser Kundendienst hilft Ihnen unter 0848 803 111 gern weiter.**



So schützen Sie sich vor Cybermobbing

WARUM GIBT ES IM WEB SO VIEL HASS? «DER BILDSCHIRM SCHAFFT DISTANZ UND ERHÖHT SOMIT DAS GEFÜHL VON STRAFFREIHEIT BEIM AUTOR. WEIL SIE SICH ALLMÄCHTIG FÜHLEN, WERDEN MOBBER VIEL SCHNELLER AUSFALLEND ALS IM ECHTEN LEBEN», ERKLÄRT GAËTAN THEYTAZ, VERANTWORTLICH FÜR SOCIAL MEDIA BEI DER GROUPE MUTUEL.

Was genau ist Cybermobbing?

Die Verbreitung von Gerüchten, das Bashing in einer Gruppe, Beleidigungen, wiederholte diskriminierende Äusserungen, Erpressung mit intimen Fotos, Sexting, Mord- oder Vergewaltigungsdrohungen oder die Aufforderung zum Selbstmord gehören zu den häufigsten Formen von Cybermobbing. Hasskommentare beeinträchtigen das psychische Wohlbefinden, obszöne Äusserungen oder Bilder wirken sich auf die sexuelle Integrität aus, und Drohungen erhöhen das Gefühl von Unsicherheit. Schlimmer noch, durch Tracking und Standortdaten kann uns das Cybermobbing bis ins echte Leben verfolgen. In jedem Fall kann es für die Opfer schnell zur Hölle werden. Vor allem bei Jugendlichen ist Cybermobbing ein häufiges Selbstmordmotiv.

Unsere Tipps, um sich zu schützen

- Verwenden Sie vorzugsweise eine gesicherte Internetverbindung. Senden Sie keine privaten E-Mails oder Nachrichten über ein öffentliches WLAN.
- Sortieren Sie Ihre persönlichen Daten im Internet und begrenzen Sie die persönlichen Informationen auf Ihren Profilen.
- Denken Sie gut nach, bevor Sie ein Foto von sich und Ihren Angehörigen posten. Versenden Sie NIEMALS intime Fotos, egal, an wen.
- Überprüfen Sie die Datenschutzeinstellungen in Ihren sozialen Netzwerken und Apps immer wieder aufs Neue (privat/öffentlich, Standortdaten, Identifizierung der anderen Nutzer usw.).

Entdecken Sie CyberProtect

Um den Versicherten beim Schutz ihrer digitalen Identität zu helfen, lancierte die Groupe Mutuel 2020 CyberProtect. Diese neue Versicherung bietet Ihnen IT-Assistance und Rechtshilfe sowie konkrete Präventionstools.

www.cyber-protect.ch



1. PREIS VIDEO «Meilleur du Web» 2020



Unsere letzte Werbekampagne für die Versicherung CyberProtect wurde im Wettbewerb «Meilleur du Web» 2020 mit dem Preis für das «Video des Jahres» ausgezeichnet. Die von der Agentur Franz & René erstellte digitale Kampagne besteht aus zwei Videos, die für die Gefahren im Internet sensibilisieren und das neue Versicherungsprodukt in den Fokus stellen. Sie können die Videos auf unserem Youtube-Kanal ansehen.

WIR SIND FÜR SIE DA

DIE GROUPE MUTUEL STEHT IHNEN BEI IHREN FRAGEN UND ANLIEGEN ZUR SEITE. JEDEN TAG BEANTWORTEN ÜBER 150 MITARBEITENDE IHRE ANRUFEN, E-MAILS UND NACHRICHTEN PER GMAPP ODER IN DEN SOZIALEN MEDIEN. VIER VON IHNEN STELLEN SICH HIER VOR, ERZÄHLEN VON IHRER ARBEIT, IHRER MOTIVATION UND PLAUDERN EIN WENIG AUS DEM NÄHKÄSTCHEN.

«Ich beantworte Fragen unserer Kunden, die uns via soziale Medien wie Facebook und Instagram erreichen. Für manche ist es einfacher, uns auf diesem Weg zu kontaktieren, da sie einfach eine kurze Nachricht schreiben können. Die Versicherten schätzen es, wenn wir ihnen schnell und unkompliziert antworten können. Das ist je nach Anfrage eine richtige Herausforderung. Ich darf nicht jede Art von Frage über eine Privatnachricht beantworten. Die Versicherten haben dafür zum Glück Verständnis und sind sehr dankbar für meine Hilfe. Das zeigt mir, dass meine Arbeit wichtig ist und geschätzt wird. Die Arbeit ist sehr abwechslungsreich, und ich finde es schön, mit meinen Posts auch mal hinter die Kulissen der Groupe Mutuel blicken zu lassen. Jemand hat einmal eine Versichertenkarte in Kolumbien gefunden und uns per Facebook ausfindig gemacht. Da die betroffene Person nicht mehr bei uns versichert war, konnten wir die Vernichtung der Karte veranlassen.»

Livia Zimmermann
Community Manager,
Martigny



Yves Zaugg

Senior Kundenberater,
Contact-Center
Villars-sur-Glâne



«Meine Aufgabe besteht darin, unseren Versicherten bei Fragen und Anliegen bestmöglich zur Seite zu stehen und sie kompetent zu beraten. Täglich führe ich dabei um die 50 bis 60 Telefonate. Mein Motto lautet: Der Kunde ist König. Die Zufriedenheit unserer Kunden hat für mich immer oberste Priorität. Obwohl die Tätigkeit an sich immer die gleiche ist, ist kein Gespräch wie das vorherige. Die Versicherten dort abzuholen, wo sie es benötigen, ist meine tägliche Motivation. Ich schätze es sehr, ihnen weiterhelfen zu können, und freue mich darüber, wenn mir dies besonders gut gelingt. Hierbei kommt mir meine offene Art sehr entgegen. Bei meinen Gesprächen erfahre ich auch viel Persönliches unserer Kunden, und es kann auch mal lustig werden. Obwohl ich eine ziemlich männliche Stimme habe, werde ich zum Beispiel oft mit «Frau Zaugg» angesprochen.»



Oscar Sottile

Teamleiter,
Verträge
Sitten

«In meiner Abteilung beantworten wir unter anderem Kundenanfragen, die uns per E-Mail erreichen. Dieser Kanal gewinnt stetig an Bedeutung, da die Menschen vermehrt online unterwegs sind. Als Teamverantwortlicher bin ich dabei für die Anleitung und Unterstützung meiner Mitarbeitenden und für komplexere Fälle zuständig. Es ist mir wichtig, dass sie bei mir immer auf ein offenes Ohr stossen und dass ich ihnen helfen kann, unsere Versicherten zufriedenzustellen. Dabei versetze ich mich immer in die Lage des Kunden und stelle mir vor, was ich in dieser Situation benötigen würde. Den direkten Kontakt mit unseren Versicherten schätze ich sehr. Meine täglichen Aufgaben sind sehr vielfältig und anspruchsvoll. Es wird nie langweilig! Zu Beginn meiner Tätigkeit habe ich einmal spät abends noch einen Anruf für eine Kollegin entgegengenommen, obwohl ich eigentlich auf den Zug musste. Eine nette ältere Dame hat mir so viele interessante Dinge aus ihrem Leben berichtet, dass ich auch die nächsten zwei Züge verpasst habe.»



Laura Morganella

Senior Kundenberaterin,
Contact-Center
Sitten

«Im direkten Austausch mit den Leuten zu stehen, macht mir viel Spass. Jeder Kunde hat seine eigenen Ansichten, seine eigenen Bedürfnisse und Sorgen. Mich ihnen bei jedem Telefongespräch anzupassen und ihnen weiterzuhelfen, spornt mich immer wieder aufs Neue an. Wir beraten, erklären Dinge, die sie nicht verstanden haben, oder nehmen auch Reklamationen entgegen. Wenn die Kunden glücklich sind, bin ich es auch. Falls ein Gespräch einmal schwieriger war, weiss ich, dass ich mein Bestes gegeben habe. Wir sind alle nur Menschen, und jeder hat mal einen schlechten Tag. Zu meinen Aufgaben gehört es auch, meinen Arbeitskollegen zur Seite zu stehen und neue Mitarbeitende in die Tätigkeit bei uns einzuführen. Diese gegenseitige Unterstützung ist extrem wertvoll. Mit meiner neunjährigen Erfahrung habe ich am Telefon bereits einiges erlebt. Bei einem meiner ersten Anrufe war ein Kunde so glücklich darüber, dass ich eine Lösung für sein Anliegen finden konnte, dass er meinen Namen am Bahnhof von Sion ausrufen wollte, damit alle davon erfahren.»

KENNZAHLEN

Täglich

6000

Anrufe

Täglich

110

telefonisch verfügbare
Mitarbeitende

Monatlich

67 000

E-Mails

GMapp

Durchschnittlich

260 000

monatliche Verbindungen

Täglich

2200

eingehende Rechnungen

Soziale Medien

41 000

Personen sind bei der
Groupe Mutuel abonniert

0848 803 111

info@groupemutuel.ch

Unfälle passieren: Schutz für Ihre Kinder



Die Wintersaison hat schon vor einiger Zeit begonnen. Bei vielen weckt der erste Schnee den Wunsch, die Ski, die Schlittschuhe oder den Schlitten aus dem Keller zu holen. Auch bei dem achtjährigen Pierre* und seinem Freund ist die Freude riesig. Fröhlich sausen sie auf ihren Schlitten den Hügel hinter dem Ferienchalet hinunter. Doch dann passiert das Unglück, Pierre und sein Freund stossen zusammen. Pierre muss ins Spital, wo er sich mehreren Untersuchungen unterziehen muss; zum Glück hat er nur eine leichte Gehirnerschütterung erlitten. Dies ist eines von vielen Beispielen, denn in der Schweiz ereignen sich jedes Jahr mehr als 6000 Schlittenunfälle, 60 Prozent davon betreffen Kinder unter 16 Jahren. Diese Unfälle können Kosten verursachen, die von der obligatorischen Krankenversicherung nicht oder nur teilweise übernommen werden, darunter insbesondere:

- Transportkosten (beispielsweise Transport mit dem Hubschrauber)
- Kosten für den Spitalaufenthalt in der privaten Abteilung (Einzelzimmer und freie Spital-/Arztwahl)
Leistung für Versicherte, die Acrobat eco oder Acrobat standard abgeschlossen haben
- Kosten für die Nachholung des verpassten Schulstoffs bei längerer Abwesenheit

Die Versicherung Acrobat übernimmt diese Kosten, und bei schweren Fällen, die zu permanenter Invalidität führen, wird einmalig ein Kapital von bis zu 700 000 Franken ausbezahlt, je nach erlittenen körperlichen Schäden. Für eine monatliche Prämie von CHF 3.40 (je nach gewählter Versicherungsoption) versichern Sie Ihr Kind gegen Unfälle, ob zuhause, in der Schule, bei Freunden, auf Reisen oder beim Sport.

* Vorname geändert

Weitere Informationen:
www.groupemutuel.ch/acrobat

Haben Sie Interesse? Lassen Sie sich beraten oder fordern Sie eine Offerte an:
Tel. 0800 808 848
E-Mail:
offerten@groupemutuel.ch

HEUTE IST MORGEN SCHON GESTERN

«Was sagt der Kinderarzt?»

DER ERSTE PÄDIATRISCHE TELEKONSULTATIONS-DIENST IN DER SCHWEIZ

Die Öffnungszeiten von Kinderarztpraxen sind heutzutage nur schwer mit dem Alltag von aktiven oder Einelternfamilien kompatibel. Und die Notaufnahmen sind überlastet. Der erste pädiatrische Telekonsultationsdienst der Schweiz, «Que dit le pédiatre?», ermöglicht es Eltern, an sieben Wochentagen einen Kinderarzt zu konsultieren. Die Konsultation findet im Rahmen einer Videokonferenz statt. Im Anschluss kann der Arzt online ein Rezept ausstellen, falls Medikamente erforderlich sind. Und bei Bedarf rät der Arzt dem Elternteil, einen Spezialisten zu konsultieren. Im ersten Quartal 2021 eröffnet «Que dit le pédiatre» die erste «phygitale» (physische und digitale) Arztpraxis in Vevey (VD).



www.queditlepediatre.ch Diese Webseite existiert momentan nur auf Französisch.



DIE STIFTUNG GROUPE MUTUEL ist eine 2018 gegründete Einrichtung ohne Gewinnstreben, die das Wohlbefinden, die **Gesundheitsförderung** und die Prävention in der Schweiz fördert. Ihr Engagement nimmt drei Formen an: Sie verwaltet einen **Förderungsfonds** für Institutionen, Vereine und Personen, die sich in der Schweiz für die Gesundheit einsetzen, sie **unterstützt einzelne Versicherte** mit einmaligen und gezielten Hilfen, und sie **unterstützt die Forschung**.



DER VEREIN PATOUCH IST EINER DER BEGÜNSTIGTEN, DIE IM JAHR 2020 FÖRDERMITTEL VON DER STIFTUNG GROUPE MUTUEL ERHALTEN HABEN. SEIN ZIEL: SEXUELLEN MISSBRAUCH SOWIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GEWALT GEGEN KINDER UND JUGENDLICHE VERHINDERN UND BEKÄMPFEN.

Die Optimus-Studie hat aufgezeigt, dass in der Schweiz jedes Jahr 30 000 bis 50 000 Kinder Opfer von Übergriffen werden. Bernard Jaquet, Präsident und Gründer von Patouch, weist darauf hin, dass «nur 10 Prozent der Fälle von Gewalt gegen Kinder bei den Behörden bekannt sind».

PATOUCH: IM NAMEN DES KINDES

Der gemeinnützige Verein Patouch agiert in drei zentralen Bereichen: Präventionskampagnen, Kurse in den Schulen und Sportclubs sowie Ausbildung der Pädagogen und Betreuer, um es den Kindern zu ermöglichen, sich vor Gewalt und Missbrauch zu schützen, und schliesslich die Einrichtung und Erweiterung von Patouch-Zufluchtszonen.

Bernard Jaquet, früher Inspektor bei der Kriminalpolizei, betont: «Es ist wesentlich, die Kompetenzen der Kinder zu fördern. Sie lernen, mit ihrer Angst umzugehen, zu erkennen, dass ihr Körper nur ihnen gehört, eine akzeptable von einer inakzeptablen Geste zu unterscheiden, Gefahren zu vermeiden, sich zu verteidigen und den Notruf zu wählen.» Und natürlich, angesichts der zunehmenden Digitalisierung «im Web auf der Hut zu bleiben».

«Die Augen öffnen und handeln»

«Die Augen öffnen und handeln», so lautet der Titel der aktuellen Kampagne, die auf Plakaten im öffentlichen Raum und in sozialen Netzwerken zu sehen ist. Sie wird namentlich von Léonard Gianadda unterstützt, dem charismatischen Unternehmer und Gründer der Stiftung Gianadda in Martigny, der sich mit einem Präventions-Spot beteiligt: www.groupemutuel.ch/youtube

Patouch-Zufluchtszone

Der Verein Patouch empfiehlt öffentlichen Einrichtungen, gegen alle Formen von Gewalt zu mobilisieren. Als Unterzeichner einer Charta verpflichten sie sich, Personen in Not zu helfen, indem eine Zufluchtszone eingerichtet wird, die hauptsächlich Kindern und Jugendlichen offen steht, aber auch allen Personen, die sich unsicher fühlen. Durch einen Aufkleber vorn an ihrem Briefkasten weisen die Unternehmen (Restaurants, Boutiquen usw.) darauf hin, dass sie eine Patouch-Zufluchtszone sind.

**Verein Patouch – Route de Chandoline 25 E – 1950 Sitten
info@patouch.ch – 0800 800 140 – 079 661 55 83**

«BEWEGUNG IST WIE ZÄHNEPUTZEN: TÄGLICHE ROUTINE»

OB JOGGEN, VELOFAHREN ODER YOGA: BEWEGUNG GEHÖRT ZUM ALLTAG VON ANITA STECHER, UNSERER VERSICHERTEN. SPASS UND GESUNDHEIT STEHEN DER PASSIONIERTEN MARATHONLÄUFERIN DABEI IM VORDERGRUND. AUCH IHR BERUFLICHES LEBEN PACKT DIE TIROLERIN MIT VIEL ELAN AN. NEBEN IHREM VOLLZEITJOB IN DER KOMMUNIKATION SCHREIBT SIE MOMENTAN IHRE DISSERTATION AN DER UNI.

Wenn sich Anita Stecher, 38, ein Ziel setzt, dann erreicht sie es auch. Die gebürtige Österreicherin wollte nach einem Praktikum, das sie mit 17 Jahren im Engadin absolviert hatte, immer mal in Zürich wohnen. Et voilà, einige Jahre später hat sich die Leiterin Marketing und Kommunikation eines grossen Schweizer Verbands in Zürich-Hottingen niedergelassen.

Sie schätzt die Nähe zur Natur, zu ihren Freunden sowie die zum Flughafen. Auch sonst hat sie es gern abwechslungsreich: «An meinem Job mag ich die Vielfalt. Kein Tag ist wie der andere. Und ich hab mit den verschiedensten Menschen zu tun.» Besonderen Spass bereitet es ihr, grosse Projekte zu organisieren. «In unserem Jubiläumsjahr durften wir tolle Sachen machen und Events für 4000 Personen sowie Sonderzugfahrten auf die Beine stellen.» Daneben soll ebenfalls keine Routine aufkommen, dafür hat Anita gesorgt und zuerst nebenbei einen zweiten Masteritel erlangt und nun ein Doktoratsstudium begonnen. «Ich wollte schon immer irgendwann einmal einen höheren Uniabschluss haben. Aber ich wollte meinen Beruf dafür nicht aufgeben. Als ich erfahren habe, dass das nicht zwingend nötig ist, hab ich losgelegt.»

Doch wie bringt sie dies alles unter einen Hut? «Ich bin sehr diszipliniert. Das kommt auch vom Sport. Ausserdem organisiere ich meine Tage so, dass ich zum Beispiel in der Mittagspause joggen gehe oder auch mal zwischendurch sauber mache. Und ich habe keinen Fernseher – das spart sehr viel Zeit.»



Anita Stecher (38),
Marketing- und Kommunikationsleiterin



“Sende ein Lächeln in die Welt, und es kommt ein Lächeln zurück.”

In Kürze

Anita Stecher arbeitet Vollzeit als Marketing- und Kommunikationsleiterin und schreibt eine Dissertation in Kommunikationswissenschaften über künstliche Intelligenz.

Ein Sprichwort oder eine Devise?

«Sende ein Lächeln in die Welt, und es kommt ein Lächeln zurück.»

Ihre Lieblingsmusik?

Vor einem Rennen bringt sich Anita mit «Can't Stop the Feeling» von Justin Timberlake in Stimmung.

Sport und Bewegung generell nehmen einen grossen Platz im Leben von Anita ein. «Ich komme aus einer sehr sportlichen Familie, wir haben uns immer gern bewegt.»

Zum Marathonlaufen kam sie eher per Zufall. «Ich war in Wien und hatte vom Wien Marathon gehört, also hab ich mich einfach angemeldet.» Zuerst musste sie jedoch auf die Warteliste. «Ich habe Ende Januar Bescheid bekommen, und der Lauf war im April. Da musste ich schnurstracks mit der Vorbereitung beginnen, hatte aber keine Ahnung, wie man so etwas angeht. Ich war einfach sehr viel auf dem Laufband.» Trotz der kurzen Vorbereitung absolvierte Anita ihren ersten Marathon mit Erfolg. Und das Feuer war entfacht:

“Mein Ziel war einfach durchzukommen, aber es hat mir so viel Spass bereitet.”

Mittlerweile läuft Anita zwei bis drei Marathons pro Jahr. Am liebsten einen im Frühjahr und einen im Herbst. Gern kombiniert sie die Läufe auch mit ihrer zweiten Leidenschaft: dem Reisen. Nach Florenz, Nizza und Amsterdam kamen bald New York, Boston, Hawaii und auch Japan und Südafrika dazu. «Dadurch werden ganze

Erlebnisse daraus. Es sind tolle Läufe, und man lernt auch die Menschen und die Kultur des Landes kennen. So verbringe ich meine Ferien. Gern nehme ich auch mal meine Eltern dazu mit.»

Obwohl sie auch Wettkämpfe läuft, hat sich Anita keine spezifischen Ziele gesetzt. «Sport muss immer Spass machen. Ich laufe mit einem Lächeln im Gesicht. Die Zeit, die du dann läufst, hängt sowieso von der Tagesform ab. Mir ist es einfach wichtig, mich jeden Tag zu bewegen. Seien es zwanzig Minuten oder zwei Stunden. Das ist wie Zähne putzen – es gehört einfach dazu.»

2019 war Anita Teil des Teams Groupe Mutuel, das zusammen trainiert und an Laufveranstaltungen teilnimmt. «Dort hab ich mich zum ersten Mal mit Dingen wie Pulsfrequenz und Trainingsplan befasst. Den Unterschied hab ich gleich gemerkt. Ich lief anders und habe die Distanzen anders eingeteilt.»

Obwohl im letzten Jahr wegen Corona viele Läufe abgesagt waren, hat Anita Wege gefunden, sich zu bewegen und zu trainieren. «Ich hab viel Krafttraining gemacht und meine Rumpfmuskulatur gestärkt, um Verletzungen vorzubeugen. Und ich hab auch gelernt, mal einen Gang runterzuschalten. Wir müssen froh sein, wenn wir gesund sind.»

Auch neben dem Sport beschäftigt sich die 38-Jährige oft mit Gesundheitsthemen: «Ich esse gern frisch und koche jeden Tag. Einfach eine Dose aufmachen gibt es bei mir nicht.» Sich in der Nacht zu erholen, ist ihr sehr wichtig: «Das Handy kommt mir nicht ins Schlafzimmer.»

Anita hat ihren Rhythmus und ihr inneres Gleichgewicht gefunden. «Die Menschen sollten zufriedener mit sich sein und nicht ständig Anerkennung suchen oder das Gefühl haben, dass sie noch mehr leisten oder kaufen müssten.»

LeClub®



weekend4two.ch



DOMO



Au Fil des Mois



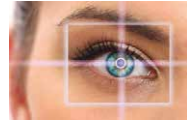
Diego Benaglio
Sports



ZZZZ



SUN STORE



SWISS VISIO



Unter www.groupemutuel.ch/leclub finden Sie alle LeClub®-Angebote.

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

Unsere grössten Vorteile finden Sie in den vier Ausgaben von GMmag sowie in den Flyern, die im Mai und im November mit den Rechnungen verschickt werden. Die LeClub®-Angebote werden vollständig von den Partnergesellschaften finanziert und stehen in keinem Zusammenhang mit den Versicherungsprämien. Ihre persönlichen Daten werden nicht bei der Auswahl und Ausarbeitung unserer Angebote benutzt. Sie werden nicht an unsere Partner übermittelt. Einzig Ihre Adressdaten werden für die Verbreitung dieser Angebote berücksichtigt.

weekend4two.ch

EINZIGARTIGE KURZURLAUBE UND TAGESAUSFLÜGE

20%

RABATT AUF
AUSGEWÄHLTE
ANGEBOTE

Kurzurlaube und Tagesausflüge zu zweit sind die Spezialität von weekend4two – sei es zum selber erleben oder verschenken.

- Qualitativ hochstehende Angebote
- Handverlesene Partner und selber zusammengestellte Erlebnisse
- Unkomplizierte und persönliche Beratung sowie faire Preise

Natürlich steht weekend4two als kompetenter Ansprechpartner vom Buchungseingang bis zur Anreise jederzeit und kostenfrei zur Verfügung. So bleibt mehr Zeit für die Vorfreude auf das perfekt organisierte Erlebnis zu zweit.

IHR VORTEIL

20% Rabatt auf ausgewählte Angebote

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Auf weekend4two.ch/groupemutuel



GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 30. April 2021.

Buchungen können selbstverständlich für einen späteren Zeitpunkt getätigt werden. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen von weekend4two.

weekend**4two**.ch

031 542 00 90

office@weekend4two.com

www.weekend4two.ch

DOMO

DANK CLEVEREM NOTRUF ZUHAUSE LÄNGER EIGENSTÄNDIG LEBEN

25%

RABATT AUF
EIN NOTRUF-ABO

Der clevere Notruf von DOMO bietet rund um die Uhr Sicherheit zuhause. Sein einzigartiges System DOMO 360° erkennt ungewöhnliche Situationen und löst automatisch einen Notruf aus, ohne dass ein Knopf gedrückt werden muss.

- Alarmiert bei jeder Tages- oder Nachtzeit die Angehörigen oder die Notrufzentrale
- Einfach zu installierende Lösung mit diskreten, kabellosen Sensoren, die nach dem Einrichten selbstständig funktionieren
- Gewährleistet den Schutz der Privatsphäre (ohne Mikrofon oder Kamera)
- Diskrete Uhr, Medaillon oder Armband mit Notrufknopf, um auch jederzeit manuell Hilfe anzufordern
- Kostenlose App zur individuellen Einstellung des Alarms sowie einer nützlichen Chat-Funktion im Notfall



DOMO gibt seinen Kunden und ihren Angehörigen ein beruhigendes Gefühl. Warum nicht auch Ihnen?

IHR VORTEIL

- **25% Rabatt** auf eines der drei Notruf-Mietabos für ein Jahr: DOMO START, NACHT oder 360°
- z. B. DOMO 360° ab Fr. 59.25/Monat oder DOMO Sicherheit START bereits **ab Fr. 32.25/Monat**

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Per Telefon oder über www.domo-safety.com/leclub. Geben Sie den Code **LECLUB2021** an.

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 30. Juni 2021. Nicht gültig auf Zubehör, Installationskosten sowie Zusatzleistungen und nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.

058 800 58 00
info@domo-safety.com
www.domo-safety.ch



Au Fil des Mois

STIMULIEREN SIE DAS GEHIRN IHRES KINDES

25%

RABATT AUF
DAS KITIBOOK



Das Buch ist zu 100% individualisierbar und fördert entsprechend dem Alter des Kindes die Entwicklung unterschiedlicher Fähigkeiten.

- Entwickelt mit Logopäden und Psychomotorik-Therapeuten
- Ökologisch
- Keine Erzeugnisse mit tierischer Herkunft

IHR VORTEIL

25% Rabatt auf das Kitibook

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Gestalten Sie auf www.aufildesmois.ch Ihr Buch und geben Sie bei der Bestellung den Rabattcode **kitibook21** an.
- Weisen Sie im Laden «Au Fil des Mois» an der Avenue du Midi 9 in 1950 Sitten Ihre Versichertenkarte vor.

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 30. April 2021. Es gelten die allgemeinen Verkaufsbedingungen von Au Fil des Mois.



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



Diego Benaglio Sports FIT FÜRS LEBEN

BIS ZU **30%** RABATT

Ganz gleich, ob Sie beim Yoga Wasser trinken oder nach einem Training im Fitnessstudio einen Recovery Shake mischen, das durchdachte Design der Mantra Glasflasche sorgt für ein erfrischendes Erlebnis.

- Trinköffnung mit Schraubverschluss
- Clearsip™ Trinköffnung aus Glas
- Abnehmbare Trageschlaufe
- Frei von BPA und Phthalaten

Profitieren Sie ebenfalls von der besonders rutschfesten Yogamatte aus Kork. Sie ist 100% recycelbar, frei von Schadstoffen, PVC und Latex und für Allergiker geeignet.

IHR VORTEIL

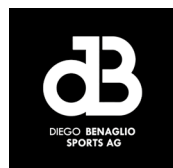
- Mantra Glasflasche: **Fr. 27.90** statt Fr. 39.90
- Yogamatte aus Kork: **Fr. 48.90** statt Fr. 69.90

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Senden Sie ein E-Mail an info@dbsports.ch und geben Sie den Code **Mutuel30** an. Geben Sie ausserdem die gewünschten Produkte, eine Lieferadresse, eine Rechnungsadresse sowie die gewünschte Farbe für die Flasche an.

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 30. April 2021. Versandkosten Fr. 10.-.
Versandkostenfrei ab einem Bestellwert von Fr. 100.-.



044 683 22 00
info@dbsports.ch
www.shop.dbsports.ch/de

ZIZZZ

ZIZZZ SORGT FÜR IHREN SCHLAF

25% RABATT



Entdecken Sie die Vorteile von biologischen, ökologischen und nachhaltigen Bettwaren. Mit der hochwertigen Produktlinie von Zizzz finden Sie traumhaften Schlaf.

- Bettwäsche aus GOTS® Bio-Baumwolle, 100% natürlich, in sechs Farben und sechs Grössen erhältlich
- Ökologische Wollduvets und -kissen, 100% natürlich, Swisswool® Füllung und Bio-Baumwolle, maschinenwaschbar
- Ökologische Daunenduvets und -kissen, 100% natürlich, mit DownPass® Gänse- oder Entendaunen

IHR VORTEIL

25% Rabatt auf Bettwäsche, Duvets, und Kissen aus Wolle und Federn

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Geben Sie bei Ihrer Bestellung auf www.zizzz.ch/de den Code **mutuel25** an.

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 31. August 2021.



022 575 24 74
info@zizzz.ch
www.zizzz.ch/de

SUN STORE

PROFITIEREN SIE VON ATTRAKTIVEN VORTEILEN

50%

RABATT AUF
IHRE SUNCARD

- 10% Sofortrabatt bei jedem Kauf
- 19% Rabatt jeweils am 10. jeden Monats auf das berechnete Sortiment (siehe AGB auf www.sunstore.ch/de/agb)
- 10% zusätzlicher Rabatt zu Ihrem Geburtstag
- 30%-Gutschein bei jeder Kartenverlängerung

IHR VORTEIL

- **Fr. 15.–** statt Fr. 30.– für ein Jahr
- **Fr. 25.–** statt Fr. 50.– für zwei Jahre
- Versicherte des Versicherungsmodells **PrimaPharma** erhalten die Karte kostenlos

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

Weisen Sie in Ihrer SUN STORE Apotheke/Parfümerie Ihre Versichertenkarte vor.

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gültig bis 31. Dezember 2021. Es gelten die allgemeinen Verkaufsbedingungen von SUN STORE.



058 852 81 81
info@sunstore.ch
www.sunstore.ch

Swiss Visio

BESSER SEHEN – OHNE BRILLE, OHNE KONTAKTLINSEN

FR. **1600.–** PRO
AUGE

Die refraktive Chirurgie ist eine Gruppe von Laser-Augenbehandlungen, mit denen Sehstörungen wie Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Astigmatismus und Alterssichtigkeit korrigiert werden. Diese präzise, schnelle und schmerzfreie Behandlung kann in Winterthur, Lausanne oder Neuenburg durchgeführt werden.

IHR VORTEIL

Fr. 1600.– pro Auge statt Fr. 2400.–

WIE LÖSE ICH DAS ANGEBOT EIN?

- Kontaktieren Sie das gewünschte Behandlungszentrum, um einen Termin für eine Erstuntersuchung zu vereinbaren und geben Sie an, dass Sie bei der Groupe Mutuel versichert sind. Falls eine Operation nicht möglich ist, werden Ihnen die Kosten der Erstuntersuchung in Rechnung gestellt (Fr. 200.–).
- Diese Operation wird von der Krankenversicherung nicht übernommen.
- Kontakt: Winterthur (058 274 23 30), Lausanne (058 274 23 00) und Neuenburg (058 274 22 40).

GÜLTIGKEIT UND BEDINGUNGEN

Angebot gilt bis 31. Dezember 2021
für Operationen mit Femto-Laser-Technik.



refractive@swissvisio.net
www.laservision.swissvisio.net



Wettbewerb GMmag

Gewinnen Sie bei unserem Partner Mizuno einen der folgenden Preise:

- 1. Preis: Laufsportausrüstung im Wert von Fr. 500.–**
- 2. Preis: 1 Paar Laufschuhe im Wert von Fr. 200.–**
- 3. bis 5. Preis: 1 Gutschein im Wert von Fr. 100.–**

Frage 1:

Wie viele Personen sind schweizweit von Typ-2-Diabetes betroffen?

Frage 2:

Wie hoch sind die Kosten, die Skiunfälle durchschnittlich pro Jahr verursachen?

Frage 3:

Welche Technologie steckt in den Laufschuhen von Mizuno?

Ihre Antworten

☐ Gel ☐ Wave ☐ Booster

Name und Vorname: _____

PLZ/Ort: _____

E-Mail: _____

Adresse: _____

BAG-Nummer (auf Ihrer Versichertenkarte): _____

Teilnahmebedingungen

Auf www.groupemutuel.ch/wettbewerb, bis zum 11. April 2021 oder per Post mit diesem Coupon in einem frankierten Couvert an folgende Adresse:
Groupe Mutuel, Unternehmenskommunikation, Rue des Cèdres 5, Postfach, 1919 Marligny

Es besteht kein Kaufzwang. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Die Gewinner/-innen werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Preise werden nicht bar ausbezahlt und können nicht übertragen werden. Die Gewinner/-innen sind einverstanden, dass ihr Name veröffentlicht wird. Mitarbeitende der Groupe Mutuel und von Mizuno sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

34 Agenturen, 5 Service-Center

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



Unser Kundendienst ist von
Montag bis Freitag von
8.00 bis 18.00 Uhr für Sie da:
0848 803 111



In Delémont (JU) für Sie da:
Laure, Nathalie und Elisa (v. l. n. r.) in der neuen Generalagentur Neuchâtel-Jura.

REGIONALE AGENTUREN

5000 Aarau	Buchserstrasse 12	1218 Grand-Saconnex	Route de Ferney 211	1950 Sitten	Rue de la Blancherie 41
5400 Baden	Stadtturmstrasse 19	1914 Isérables	Place de l'Église 3	4500 Solothurn	Lagerhausstrasse 1
4052 Basel	St. Alban-Anlage 46	1006 Lausanne	Av. de la Rasude 8	9000 St. Gallen	Poststrasse 12
1996 Basse-Nendaz	Chemin de la Place 30	1010 Lausanne	Route d'Oron 1	7500 St. Moritz	Via Maistra 24
3011 Bern	Waisenhausplatz 25	6900 Lugano	Viale Stefano Francini 40	3600 Thun	Frutigenstrasse 24E
2502 Biel/Bienne	Mühlebrücke 2	6003 Luzern	Hirschmattstrasse 40	1872 Troistorrents	Place du Village 24
3902 Brig-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 Chur	Grabenstrasse 9	2000 Neuenburg	Avenue de la Gare 3	8001 Zürich	Widdergasse 1
2800 Delémont	Quai de la Sorne 22	4600 Olten	Ringstrasse 15	8050 Zürich-Oerlikon	Birchstrasse 117
1700 Freiburg	Rue de Locarno 9	1937 Orsières	Route du St-Bernard 61		
1201 Genf	Rue Argand 3	3960 Siders	Rue de Pradec 1		

* Hauptsitz



Krankenversicherung

0848 803 111
info@groupemutuel.ch



Lebensversicherung

0848 803 999
leben@groupemutuel.ch



Vermögensversicherung

0848 803 222
kunden@groupemutuel.ch



IMPRESSUM

Herausgeber:	Groupe Mutuel, Rue des Cèdres 5, Postfach, CH-1919 Martigny
Redaktion:	Jean-Christophe Aeschlimann, Lisa Flueckiger, Serkan Isik, Christelle Travelletti, Pascal Vuistiner
Konzept und Gestaltung:	Jean Philippe Chevassu, Sébastien Delarue
Erscheinungsweise:	Vierteljährlich auf Deutsch, Französisch und Italienisch
Internet:	www.groupemutuel.ch/gmmag
E-Mail:	gmmag@groupemutuel.ch
Fotos:	AMOI Sàrl (Seite 20), Thomas Egli (Seiten 3, 7, 14 et 15), Thomas Masotti (Seiten 1, 3, 5, 6, 10 et 11), Adobe Stock
Druck:	media-f sa, Druckerei Saint-Paul, Freiburg Gesamtauflage: 850 000 Exemplare

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

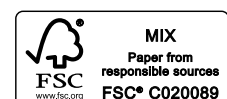


Keine Papierberge mehr!

Ihr Online-Kundenbereich GMnet und die Mobile-Applikation GMapp erleichtern Ihnen das Leben.

Mehr Informationen unter:

www.groupemutuel.ch/gmnet



gedruckt in der
schweiz