

LOGIN

Dossier

GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ PSYCHOSOZIALE RISIKEN



9

Laufsport

Werden Sie Mitglied des Teams Fit for SwissMove!

13

LeClub

Operative Sehkorrekturen:
exklusives Angebot

16

PrimaTel

Neues vorteilhaftes
Versicherungsmodell

Code
scannen
und das
digitale
LOGIN lesen



Editorial

FREUDE AN DER ARBEIT ODER PLAGE?

Ein wesentlicher Teil unseres Lebens spielt sich am Arbeitsplatz ab – das ist nichts Neues. Logische Folge davon ist, dass dieses Umfeld unser Wohlbefinden massgeblich beeinflusst und sporadisch oder dauerhaft auch Unwohlsein hervorrufen kann.

In den letzten Jahren hat die Medizin auf allen Gebieten und bei allen Leistungen durch Innovation rasante Fortschritte erzielt. Der Anstieg der Gesundheitskosten bestätigt dies. Wir haben das Glück, in einem hochentwickelten, wohlhabenden Land zu leben, weshalb uns praktisch keine Investition im Gesundheitsbereich zu teuer ist.

Dies gilt auch für psychische Krankheiten. Im Gegensatz zu früher wird heute über solche Krankheiten gesprochen und nach deren Ursachen gesucht – auf verschiedene, jeweils angemessene Weise, weil jede Person einzigartig ist. Folglich sollte jeder betroffenen Person eine therapeutische Betreuung angeboten werden, die für sie auch annehmbar ist. Das ist die erste Voraussetzung, um wieder gesund zu werden und Selbstachtung zurückzugewinnen.

In diesem Sinn haben wir in unserer Eigenschaft als Unternehmensversicherer ein Betreuungskonzept entwickelt, das sowohl Arbeitnehmern als auch Arbeitgebern Mittel in die Hand gibt, um schwierige Phasen im Berufsleben erfolgreich zu meistern.

Unsere 15-jährige Erfahrung zeigt, dass es durchaus möglich ist, frühzeitig auf Unbehagen und Unwohlsein am Arbeitsplatz zu reagieren. In unserem Dossier erfahren Sie mehr über die Grundlagen unseres Konzepts (Seite 6). Es ist uns ein wichtiges Anliegen, das Konzept weiterzuentwickeln, denn der Mensch wie auch die Arbeitswelt, in der er sich bewegt, sind in stetigem Wandel.



Yves Seydoux
Leiter Unternehmenskommunikation

PRÄMIEN 2016

Dauerauftrag und E-Banking

WENN SIE IHRE RECHNUNGEN PER DAUERAUFTRAG,
E-BANKING ODER E-FINANCE BEGLEICHEN,
SOLLTEN EINIGE REGELN EINGEHALTEN WERDEN,
DAMIT IHRE ZAHLUNGEN OPTIMAL ABGEWICKELT WERDEN KÖNNEN.

- Verwenden Sie jeweils den ESR, den Sie mit der Rechnung erhalten, ohne den Betrag zu ändern (1).
- Addieren Sie nicht die Beträge verschiedener Einzahlungsscheine.
- Jeder Krankenversicherer hat seine eigene Kontonummer (2).
- Die Referenznummer ist für jede Rechnung und jeden Kunden einmalig (3).

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta	Einzahlung Giro	Verserment Virement	Versamento Girata
Prämien Oktober 2015 Zahlung bis 30. September 2015 CHF 00-0000000-0 112 09116 22360 65857 Hans Muster Musterstrasse 1 1001 Lausanne	Name des Krankenversicherers Rue des Cèdres 5 1919 Martigny Prämien Oktober 2015 Zahlung bis 30. September 2015 CHF 00-0000000-0 1043 55 112 09116 22360 65857 Hans Muster Musterstrasse 1 1001 Lausanne	Name des Krankenversicherers Rue des Cèdres 5 1919 Martigny CHF 00-0000000-0 1043 55 609	000 00000 00000 00000 Hans Muster Musterstrasse 1 1001 Lausanne 000000000> 000000000>

NEUE ADRESSE

Die Groupe Mutuel verfügt über eine eigene Postleitzahl: 1919 Martigny.
Schicken Sie deshalb Ihre Briefe und Rechnungen bitte nur noch an folgende Adresse:
Groupe Mutuel – Rue des Cèdres 5 – Postfach – 1919 Martigny

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 Somme 22
1700 Fribourg Rue de Locarno 9 **1201 Genève** Rue Argand 3 **1218 Grand-Saconnex** Route de Ferney 211
1914 Isèrables Place de l'Eglise 3 **1006 Lausanne** Av. de la Rasude 8 **1010 Lausanne** Route d'Oron 1
6900 Lugano Viale Stefano Francini 40 **6003 Luzern** Hirschmattstrasse 40 **1870 Monthey** Avenue du Théâtre 4
2000 Neuchâtel Faubourg de l'Hôpital 9 **4600 Olten** Ringstrasse 15 **1937 Orsières** Route du St-Bernard 61
3960 Sierre Rue de Pradec 1 **1950 Sion** Avenue de la Gare 23 **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-s/Glâne** Route du Petit-Moncor 6
8400 Winterthur Tösstalstrasse 7 **8001 Zürich** Widdergasse 1 **8050 Zürich-Oerlikon** Birchstrasse 117

LOGIN

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

Redaktion: Jean-Christophe Aeschlimann, Yves Seydoux, Christian Feldhausen

Erscheinungsweise: vierteljährlich auf Deutsch, Französisch und Italienisch

Internet: www.groupemutuel.ch/de/login – E-Mail: login@groupemutuel.ch

Fotos: Thinkstock

Druck: CIR, Sitten – Auflage: 850'000 Exemplare

Rückerstattung Ihrer Rechnungen: 0848 803 333 – leistungen@groupemutuel.ch

Versicherungsvertrag und Prämien: 0848 803 555 – kunden@groupemutuel.ch

Lebensversicherung: 0848 803 999 – leben@groupemutuel.ch

Übrige Fragen: 0848 803 111 – info@groupemutuel.ch

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





NÜTZLICHE INFORMATIONEN

Prämienverbilligung 2016: Gut zu wissen

JE NACH IHRER WIRTSCHAFTLICHEN SITUATION HABEN MANCHE VERSICHERTE ANSPRUCH AUF PRÄMIENVERBILLIGUNGEN. ÜBER DIESEN ANSPRUCH ENTSCHEIDET ABER NICHT IHR KRANKENVERSICHERER, SONDERN EINZIG DER WOHNKANTON. DIE PRÄMIENVERBILLIGUNGEN WERDEN JEDES JAHR NEU BERECHNET.

Der Betrag der Prämienverbilligung ist nicht auf dem Versicherungsausweis Ihres Krankenversicherers angegeben (Krankenversicherungsverordnung KVV, Art. 106 c, Abs. 4).

Wenn auf dem Entscheid zur Prämienverbilligung 2016 Ihrer kantonalen Behörde der falsche Versicherer steht, empfehlen wir Ihnen, dies zu melden und eine Kopie des neuen Versicherungsausweises 2016 direkt an die zuständige kantonale Behörde zu schicken.

Sobald uns die entsprechende Stelle ihren Entscheid mitteilt, wird die Verbilligung auf Ihrer Prämienabrechnung berücksichtigt.

Zuständige kantonale Stellen

Falls Sie Fragen zu den Prämienverbilligungen haben, wenden Sie sich bitte an die zuständige Behörde Ihres Wohnorts.

AUSWAHL ZUSTÄNDIGER BEHÖRDEN

		Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Website
AG	SVA Aargau	Kyburgerstrasse 15 – 5001 Aarau – Tel. 062 836 81 81 info@sva-ag.ch – www.sva-ag.ch
BL	SVA Basel-Landschaft	Hauptstrasse 109 – 4102 Binningen Tel. 061 425 25 25 – info@sva-bl.ch – www.sva-bl.ch
BS	Kanton Basel-Stadt – Amt für Sozialbeiträge Prämienverbilligung	Grenzacherstrasse 62 – 4005 Basel Tel. 061 267 87 11 – asb-pv@bs.ch – www.asb.bs.ch
BE	Amt für Sozialversicherungen	Abteilung Prämienverbilligung & Obligatorium – Forelstrasse 1 3072 Ostermundigen – Tel. 0844 800 884 asv.pvo@jgk.be.ch – www.jgk.be.ch/jgk/de/index.html
FR	Ausgleichskasse des Kantons Freiburg	Impasse de la Colline 1 – Postfach 176 – 1762 Givisiez Tel. 026 305 45 01 – ecasfrppi@fr.ch – www.caisseavsfr.ch
LU	Ausgleichskasse Luzern	Würzenbachstrasse 8 – Postfach – 6000 Luzern 15 041 375 08 88 – ipv@ahvluzern.ch – www.ahvluzern.ch
SG	SVA (Sozialversicherungsanstalt des Kantons St. Gallen)	Brauerstrasse 54 – 9016 St. Gallen – Tel. 071 282 66 33 info@svasg.ch – www.svasg.ch
SO	AKSO (Ausgleichskasse des Kantons Solothurn)	Allmendweg 6 – 4528 Zuchwil – Tel. 032 686 22 09 ipv@akso.ch – www.akso.ch
TG	Krankenkassenkontrollstelle der Wohngemeinde	
VS	Ausgleichskasse des Kantons Wallis	Av. Pratifori 22 – 1950 Sitten – 027 324 92 92 subvention@avs.vs.ch – www.avs.vs.ch
ZH	SVA Zürich	Röntgenstrasse 17 – Postfach – 8087 Zürich Tel. 044 448 50 00 – info@svazurich.ch – www.svazurich.ch

MEHR INFORMATIONEN

Die Angaben aller zuständigen Behörden in der Schweiz (Telefonnummern und Internetadressen) finden Sie auf der Website der Groupe Mutuel:
www.groupemutuel.ch/verbilligungen



GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

Umgang mit psychosozialen Risiken

DIE ARBEITSWELT HAT SICH IN DEN LETZTEN JAHRZEHNEN FUNDAMENTAL VERÄNDERT. IM ZUGE DIESES WANDELS GEWINNT DAS BETRIEBLICHE GESUNDHEITSMANAGEMENT IMMER GRÖSSERE BEDEUTUNG. ES LOHNT SICH, MIT UNTERSTÜTZUNG DES CORPORATECARE-KONZEPTS DER GROUPE MUTUEL IN DIESEN BEREICH ZU INVESTIEREN.

In der Schweiz ereignen sich jährlich 250'000 Arbeitsunfälle (-12% innerhalb von 10 Jahren). 670'000 Arbeitnehmerinnen und -nehmer haben Muskel-Skelett-Beschwerden und 1'300'000 geben an, oft oder sehr oft am Arbeitsplatz gestresst zu sein, was einem Anstieg von 30% innerhalb von 10 Jahren entspricht.

In einer Arbeitswelt, die sich immer schneller verändert und immer komplexer wird, gewinnen die sogenannten psychosozialen Risiken immer stärkere Bedeutung.

Auswirkungen auf Körper und Geist

Unter psychosozialen Risiken versteht man Faktoren, welche die persönliche Integrität und

die Gesundheit der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz beeinträchtigen können, wie beispielsweise Stress, Konflikte, Mobbing, Burnout, sexuelle Belästigung, Diskriminierung und Gewalt. Sie entstehen im beruflichen Umfeld aufgrund von unfairer oder mangelnder Organisation und angespannten Beziehungen und wirken sich auf Körper wie auf Geist aus.

Umfragen in der Schweiz haben ergeben, dass 36% der Arbeitnehmenden angespannte Beziehungen am Arbeitsplatz erleben, 8% von Mobbing betroffen sind, 24% sich erschöpft fühlen und bei 14% bereits eine Depression diagnostiziert wurde, die in zwei Drittel der Fälle auf berufliche Überbelastung zurückgeführt

wird. Zudem schätzen 15% der Mitarbeitenden, dass sie die Hälfte ihrer Leistungskraft wegen Konflikten verlieren.

Gesetzlich sind die Arbeitgeber verpflichtet, die Gesundheit und die persönliche Integrität der Arbeitnehmer mit allen Massnahmen, «die nach der Erfahrung notwendig, nach dem Stand der Technik anwendbar und den Verhältnissen des Betriebes angemessen sind», zu schützen. Was ist also zu tun?

WAS IST BERUFLICHER STRESS?

Stress entsteht, wenn die qualitativen und quantitativen Anforderungen, die eine Person erfüllen muss, ihre Mittel und Fähigkeiten übersteigen. Dieses Ungleichgewicht führt zu Anspannung und Unruhe; die Person fühlt sich bedroht. Kann die Zeit, die für Erholung zur Verfügung steht, nicht dafür genutzt werden, schwinden die Ressourcen für die Bewältigung der Anforderungen mehr und mehr. Das Erholungsbedürfnis wächst, kann jedoch immer weniger befriedigt werden, was sich mittel- und langfristig negativ auf die Gesundheit auswirkt.

UND WAS BEDEUTET BURNOUT?

Burnout bezeichnet einen Erschöpfungszustand mit reduzierter Leistungsfähigkeit. Am Anfang steht grosses berufliches Engagement und der Wille, die Leistungsfähigkeit um jeden Preis aufrechtzuerhalten. Kommen hohe Arbeitsbelastung und fehlende Erholungsphasen hinzu, entsteht Überlastung. Wenn diese Situation längere Zeit andauert, kommt es zu psychischer Erschöpfung. Burnout ist ein schleichender Prozess, von dem die betroffene Person lange gar nichts merkt.



Motivierende Belastungen

Im betrieblichen Gesundheitsmanagement versteht man unter dem Sammelbegriff «psychische Belastung» alle Faktoren mit Einfluss auf den psychischen Zustand. Die Belastungen der Arbeitswelt sind nicht per se gesundheitsgefährdend; erst ihre Auswirkungen können die Gesundheit beeinträchtigen. Je nach Art und Intensität der Belastung sowie individueller Veranlagung reagiert jede Person anders. Zum Beispiel passen sich einige Mitarbeitende bei der Einführung einer neuen IT-Plattform begeistert an, andere hingegen bekunden grosse Mühe. Bei der Bewältigung psychosozialer Risiken tragen daher Unternehmen und Mitarbeitende einen Teil der Verantwortung.

Herausforderungen, die mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen bewältigt werden können, sind motivierend, geben der Arbeit Sinn und wirken sich positiv auf die Gesundheit aus.

Negative Belastungen

Hingegen können negative psychische und körperliche Belastungen zu Motivationsverlust, Unzufriedenheit am Arbeitsplatz und verminderter Leistungsfähigkeit führen, oder gar zu gesundheitlichen Problemen wie Muskel-Skelett-Beschwerden, Herz-Kreislaufkrankungen und psychischen Störungen.

Erholung ist in solchen Situationen enorm wichtig. Wird dieses Bedürfnis nicht oder nicht ausreichend erfüllt, treten verschiedene Symptome auf: Unfähigkeit, nach der Arbeit abzuschalten, Schlafstörungen und nicht sinnvolle Nutzung der Freizeit.

Kosten für das Unternehmen

Durch die verminderte Leistungsfähigkeit und die Absenzen aufgrund der verschlechterten Arbeitsbedingungen entstehen den Unternehmen hohe Kosten. Die auf Stress zurückzuführenden wirtschaftlichen Kosten belaufen sich in der Schweiz auf jährlich rund 5,6 Mrd. Franken (+25% innerhalb von 10 Jahren).

Zentrale Rolle der Prävention

Die Unternehmen stehen also vor der Herausforderung, einerseits die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden zu schützen und zu fördern und verstärkt die psychosozialen Risiken zu berücksichtigen und sich andererseits die dafür nötigen Kompetenzen zu verschaffen. Mittel- und langfristig wirkt sich die Berücksichtigung dieser Risiken positiv aus: erhöhte Zufriedenheit am Arbeitsplatz, verbesserter Teamgeist und mehr Kreativität, Leistungssteigerung und nicht zuletzt bessere Produkte und Dienstleistungen.

Klare und systematische Stellenbeschreibungen für alle Mitarbeitenden sind für gezielte Präventionsmassnahmen zentral.

Grundlegende Voraussetzungen

■ **Arbeitsinhalte:** Die zu erfüllenden Aufgaben sind klar beschrieben. Sie müssen den Fähigkeiten, dem Wissensstand und der Erfahrung des jeweiligen Mitarbeitenden entsprechen, ganzheitlich, vielseitig und sinnvoll sein

sowie die persönliche und berufliche Weiterentwicklung fördern.

- **Arbeitsorganisation:** Eine zweckmässige Organisation schafft optimale Bedingungen zur Erfüllung der Aufgaben und Unternehmensziele.
- **Soziale Beziehungen:** Der Umgang und das Miteinander zwischen Kollegen, Vorgesetzten und auch Dritten (Kunden) sind für die Arbeitsleistung als auch die individuelle Gesundheit wichtig.

Frühzeitige Erkennung von Problemen

Verschiedene Frühwarnzeichen wie Veränderungen bei wichtigen Unternehmenskennzahlen, deutlich verminderte Arbeitsleistung eines oder mehrerer Mitarbeitenden oder auch Verhaltensauffälligkeiten erlauben Rückschlüsse auf die Zunahme psychosozialer Risiken.

Beispiele von Indikatoren im Unternehmen:

- Absenzen (Krankheit, Unfall)
- Fluktuationsquote der Mitarbeitenden
- Reklamationen (Kollegen, Kunden, Lieferanten)
- Schlussfolgerungen aus Mitarbeiterbefragungen

Beispiele von Verhaltensindikatoren:

- Motivationsmangel
- Müdigkeit und Erschöpfung
- Spannungen

Effizienzsteigerung

Präventionsbemühungen können nur Früchte tragen, wenn das gesamte Unternehmen das betriebliche Gesundheitsmanagement unterstützt und bei der täglichen Arbeit umsetzt. Berücksichtigt das Unternehmensmanagement die psychosozialen Risiken, fördert es die Gesundheit der Mitarbeitenden und steigert gleichzeitig die Effizienz des Unternehmens.

Mehr Informationen

www.stressnostress.ch
www.seco.admin.ch – Arbeit – Betriebliche Gesundheitsförderung
www.sexuellebelaestigung.ch
www.kmu-vital.ch
www.psyatwork.ch

UMGANG MIT PSYCHOSOZIALEN RISIKEN

Die psychosozialen Belastungen stellen eine Herausforderung dar, die eine enge Zusammenarbeit des Managements mit allen Spezialisten des betrieblichen Gesundheitsmanagements erfordert (Human Resources, Sicherheitsverantwortliche u. a.).

Die Meinung, psychosoziale Risiken könnten weder beeinflusst noch beherrscht werden, ist weitverbreitet. Doch sie können genauso systematisch wie andere Risiken des betrieblichen Gesundheitsmanagements angegangen werden.

Jedes Unternehmen sollte sich mit den nachfolgenden Fragen auseinandersetzen:

- Haben wir klare Stellenbeschreibungen und Definitionen der Aufgaben?
- Wird die Arbeitszeit fortlaufend festgehalten?
- Finden in regelmässigen Abständen Mitarbeitergespräche statt, die psychosoziale Aspekte berücksichtigen?
- Gibt es Reglemente und Informationen zum Schutz der persönlichen Integrität (z. B. Bestimmungen zum Umgang mit Mobbing)?
- Gibt es bei Problemen Ansprechpersonen?
- Wurden Massnahmen zur frühzeitigen Erkennung psychischer Belastungen getroffen (durch Mitarbeiterbefragung, als regelmässiges Sitzungsthema u. a.)?
- Werden Schutzmassnahmen konsequent umgesetzt und überprüft?

VERANTWORTUNG DES ARBEITGEBERS

Im Arbeitsgesetz (ArG), der zugehörigen Verordnung 3 (ArGV 3) und dem Obligationenrecht (OR) ist festgehalten, dass der Arbeitgeber alle nötigen Massnahmen zum Schutz der körperlichen und psychischen Gesundheit seiner Mitarbeitenden treffen muss.

Er hat dafür zu sorgen, dass keine übermässige Arbeitsbelastung entsteht und die Arbeit nicht zu monoton ist. Zudem muss die persönliche Integrität der Mitarbeitenden im Unternehmen gewährleistet sein. Die Erfüllung dieser gesetzlichen Pflichten und die Schaffung von guten Arbeitsbedingungen bringen folgende Vorteile:

- zufriedene und motivierte Mitarbeitende
- weniger Fehler und folglich höhere Qualität der Arbeit
- gute Kommunikation innerhalb des Unternehmens und gutes Arbeitsklima
- weniger Absenzen und Reduzierung der entsprechenden Kosten



UNSER MEHRWERT FÜR UNTERNEHMEN

Psychosoziale Störungen reduzieren

MIT DEM KONZEPT CORPORATECARE BIETET DIE GROUPE MUTUEL IHREN UNTERNEHMENSKUNDEN MASSGESCHNEIDERTE UNTERSTÜTZUNG BEIM MANAGEMENT PSYCHOSOZIALER RISIKEN UND ZUR REDUZIERUNG DER KOSTEN.

Das CorporateCare-Konzept für betriebliches Absenzen- und Gesundheitsmanagement ist seit 15 Jahren in den Versicherungsleistungen der Groupe Mutuel für Unternehmen inbegriffen. Proaktive Bearbeitung jeder Arbeitsunfähigkeit, Umsetzung eines Absenzenmanagements, Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung: Das Konzept CorporateCare – in den Versicherungsprämien inbegriffen – bietet unseren Kunden massgeschneiderte Unterstützung im Umgang mit krankheits- und unfallbedingten Absenzen. In Bezug auf die psychosozialen Risiken lassen sich drei Ebenen unterscheiden: Tertiär-, Sekundär- und Primärprävention.

Tertiärprävention

Ziel der Tertiärprävention ist, die Folgen von bestehenden Krankheiten in Grenzen zu halten und Rückfällen vorzubeugen. Hier geht es in erster Linie um die Behandlung eines aktuellen Falles. Das psychosoziale Risiko hat sich konkret ausgewirkt. In solchen Fällen unterstützt die Groupe Mutuel ihre Unternehmenskunden (entsprechend der ersten Stufe der CorporateCare-Pyramide «Jede Arbeitsunfähigkeit steuern»), indem sie zum Beispiel einen Wiedereingliederungsspezialisten – Case Manager – zur Verfügung stellt.

Als einer der wenigen Kranken- und Unfalltaggeldversicherer verfügt die Groupe Mutuel über interne Case Management-Spezialisten mit fundierter Ausbildung und langjähriger beruflicher Erfahrung bei der Bewältigung hochkomplexer Situationen wie Burnout oder Konflikten am Arbeitsplatz. Ihre Aufgabe besteht darin, die Mitarbeiterin oder den Mitarbeiter während der Genesung zu unterstützen und die Wiederaufnahme der Arbeit zu fördern. Auf diese Weise wird die Dauer und der Grad der Absenz reduziert, was dem betroffenen Mitarbeitenden, dem Arbeitgeber und auch dem Taggeldversicherer zugutekommt.

DIE CORPORATECARE-MASSNAHMEN

Beratung und Unterstützung bei der Umsetzung von Massnahmen zur Gesundheitsförderung und Unfallverhütung

Unterstützung bei Einführung und Optimierung des Absenzenmanagements im Unternehmen

Proaktive Fallbearbeitung und gezielte Unterstützung durch unsere Spezialisten zur Verringerung der Absenzdauer

Sekundärprävention

Diese Art Prävention zielt darauf ab, eine Krankheit frühzeitig, möglichst vor einer Arbeitsunfähigkeit, zu erkennen. Die CorporateCare-Spezialisten der Groupe Mutuel besuchen dafür das Unternehmen und erarbeiten gemeinsam zweckmässige Massnahmen.

Eine der Schlüsselmassnahmen ist die Ausbildung des mittleren Managements und der Teamleiter. «Die direkten Vorgesetzten spielen bei der Verminderung psychosozialer Risiken eine wichtige Rolle», bestätigt CorporateCare-Spezialist Martin Romang. «Trotz ihrer eher schwierigen Position zwischen Geschäftsleitung und Mitarbeitenden erkennen sie Risiken meist als Erste». Dazu müssen sie jedoch über die notwendigen Kompetenzen verfügen: «Ein Manager ohne entsprechende Ausbildung ist in problematischen Situationen oft hilflos und greift womöglich nicht ein – aus Angst, er könne sie nur noch verschlimmern. Wird schliesslich die Hierarchie eingeschaltet, ist die Situation meist schon zu verfahren. Als einzige Massnahme bleibt die Entlassung – das ist Ressourcenverschwendung», so Martin Romang. Damit sich solche Fehlentwicklungen nicht wiederholen, schlagen die CorporateCare-Spezialisten den versicherten Unternehmen verschiedene Massnahmen vor: von der Sensibilisierung für Frühwarnzeichen von Burnout bis hin zur praktischen Ausbildung für Mitarbeitergespräche bei Absenzen und zur Wiederaufnahme der Arbeit. Sinnvoll ist auch die Optimierung der Prozesse zum Risikomanagement.

Primärprävention

Die Primärprävention setzt an den Ursachen und Rahmenbedingungen an. Dazu gehören sowohl Massnahmen zur Stärkung der Schutzfaktoren der Mitarbeitenden (z. B. Stressmanagement oder gewaltfreie Kommunikation) als auch solche zur Verringerung der Belastungsfaktoren.

Martin Romang betont: «Am effizientesten sind sicher die Massnahmen, die bei den Belastungsfaktoren ansetzen. Sie sind aber auch die kostenintensivsten und verlangen das höchste Engagement.» Beispielsweise werden die Arbeitsprozesse und Aufgabenteilung überdacht, die Stellenbeschreibungen und die Ausstattung von Arbeitsplätzen angepasst und optimale Rahmenbedingungen für ein gesundes Arbeitsklima im Team und zwischen den Hierarchiestufen geschaffen.

Dazu erstellen die CorporateCare-Spezialisten eine erste Analyse des Ist-Zustandes für das Unternehmen und beraten es bei der Wahl zweckmässiger Massnahmen und deren Umsetzung.

corporatecare@groupemutuel.ch

PSYCHOSOZIALE RISIKEN: HANDELN ODER HINNEHMEN?

Kosten der psychosozialen Risiken

Aus finanzieller Sicht

- Lohnzahlung ohne Arbeitsleistung
- Löhne für temporäre Stellvertreter
- Kosten für Anstellung und Ausbildung der Stellvertreter

Aus HR-Sicht

- Zusatzbelastung der Kollegen und Vorgesetzten
- erhöhtes Unfallrisiko
- mehr krankheitsbedingte Absenzen
- höhere Fluktuationsquote

Aus Unternehmenssicht

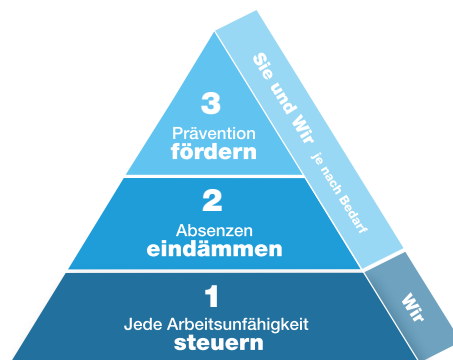
- Lieferverzögerungen, Qualitätseinbussen, Imageschaden
- kein Ersatz für Schlüsselpersonen
- Gefahren für die Unternehmenstätigkeit

DREI PRÄVENTIONSEBENEN BEISPIEL: STRESS

Primärprävention: die Stressfaktoren am Arbeitsplatz noch vor Auftreten von Problemen reduzieren, indem bei der Organisation der Arbeit, dem Managementstil und den Arbeitsbedingungen angesetzt wird

Sekundärprävention: den Mitarbeitenden Instrumente an die Hand geben zur besseren Bewältigung des eigenen Stresses und zum Umgang mit spezifischen Stresssituationen

Tertiärprävention: in kritischen Situationen psychologische Unterstützung bieten (groses Unbehagen, Aggression am Arbeitsplatz u. a.)



WIE TEUER IST ES WIRKLICH?

Medikamente für seltene Krankheiten

GEWISSE KRANKHEITEN KOMMEN ZUM GLÜCK SEHR SELTEN VOR.
HEUTE GIBT ES MEDIKAMENTE, UM EINIGE DIESER SELTENEN KRANKHEITEN ZU BEHANDELN (ORPHAN DRUGS).
SIE SIND JEDOCH SEHR TEUER. DIE HERAUSFORDERUNGEN
FÜR DAS KRANKENVERSICHERUNGSSYSTEM SIND GROSS – WIE AUCH DIE KOSTEN.

Gemäss der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften (SAMW) gilt eine Krankheit als selten, wenn sie in weniger als 5 Fällen pro 10'000 Einwohner vorkommt und lebensbedrohlich oder chronisch einschränkend ist. Arzneimittel für seltene Leiden, sogenannte Orphan Drugs, sollen diese Krankheiten behandeln. Das «Institut universitaire de médecine sociale et préventive» in Lausanne geht davon aus, dass in der Schweiz mehr als 500'000 Menschen an insgesamt 6'800 verschiedenen seltenen Krankheiten erkrankt sind.

Kostspielige Arzneimittel für seltene Leiden

Aufgrund der geringen Anzahl der Betroffenen sind die Kosten der Arzneimittel für seltene Leiden sehr hoch (siehe Beispiele rechts). Die von den Krankenversicherern übernommenen Orphan Drugs machen ungefähr 3% der Gesamtausgaben für Medikamente aus (d. h. mehr als 150 Millionen von den über 5 Milliarden Franken zulasten der obligatorischen Krankenpflegeversicherung 2013).

Anerkennung durch swissmedic

Die Schweizerische Zulassungs- und Aufsichtsbehörde für Heilmittel, swissmedic, erstellt eine Liste der anerkannten Arzneimittel für seltene Krankheiten. Sie haben einen besonderen Status und ihre Anzahl nimmt laufend zu (siehe Grafik). Am 30. September 2015 waren 171 Arzneimittel für 256 verschiedene Indikationen (Anwendungsbereiche) anerkannt.

Regeln für die automatische Kostenübernahme

Ungefähr 70% der Orphan Drugs stehen auf der

Spezialitätenliste. Auf dieser vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) erstellten Liste sind die Medikamente aufgeführt, die von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung übernommen werden. Demnach gibt es auch anerkannte Orphan Drugs, die nicht automatisch übernommen werden, und seltene Krankheiten, für die es keine von swissmedic anerkannten Medikamente gibt. Für diese Fälle hat der Gesetzgeber Regeln zur Kostenübernahme durch die Krankenversicherer vorgesehen.

Analyse der Kostenübernahme gemäss Artikel 71a/b KVV

Wenn das Medikament für die Behandlung einer seltenen Krankheit nicht auf der Spezialitätenliste aufgeführt ist oder die Indikation nicht der Limitierung entspricht (Dosierung, Arzneiform u. a.), richtet sich der Versicherer nach der Krankenversicherungsverordnung (Art. 71a/b KVV), welche die Kostenübernahme unter bestimmten Bedingungen vorsieht (z. B. muss es sich um eine schwere oder lebensbedrohliche Krankheit handeln, keine Alternativen geben usw.).

Verhandeln für den besten Preis

Um den Schutz der medizinischen Daten zu gewährleisten, analysiert ausschliesslich der vertrauensärztliche Dienst das Patientendossier. Anschliessend gibt dieser seine Empfehlung für die Kostenübernahme. Wenn der Vertrauensarzt die Behandlung als angemessen und wirksam erachtet, verhandelt die Groupe Mutuel mit der Herstellerfirma über den bestmöglichen Preis.

BEISPIELE FÜR ORPHAN DRUGS

Myozyme: Das Medikament ist in der Spezialitätenliste und die seltene Krankheit unter der Indikation.

Das Medikament Myozyme wird zur Behandlung der Muskelerkrankung Morbus Pompe verwendet. Myozyme ist auf der Spezialitätenliste aufgeführt und wird somit für Patienten, die spezifische Kriterien erfüllen, von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung übernommen. In der Schweiz sind weniger als 20 Personen von dieser Krankheit betroffen. Für einen 60 kg schweren Patienten belaufen sich die durchschnittlichen Kosten auf Fr. 370'000.– pro Jahr.

Mabthera: Das Medikament ist auf der Spezialitätenliste, aber die seltene Krankheit ist nicht unter der Indikation aufgeführt.

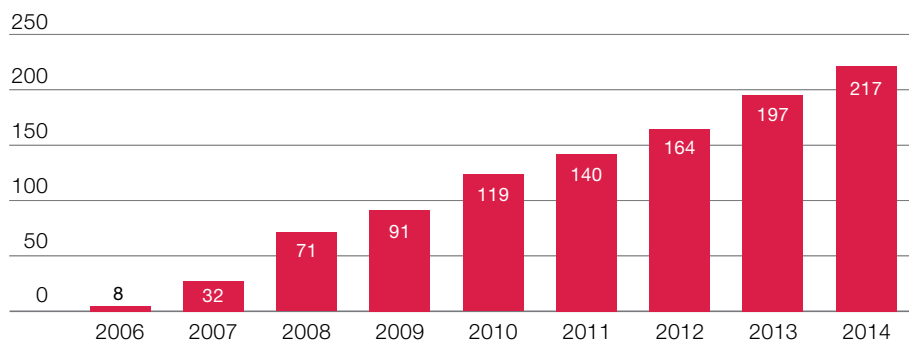
Das Medikament Mabthera ist in der Spezialitätenliste für mehrere Indikationen aufgeführt. Es wird für die Behandlung von Immunthrombozytopenie (ITP) verwendet, eine seltene Autoimmunerkrankung, die sich durch einen Mangel an Blutplättchen kennzeichnet. Diese Indikation ist nicht auf der Spezialitätenliste, Mabthera ist jedoch von swissmedic als Orphan Drug für diese Indikation anerkannt. Die Kosten werden somit gemäss Artikel 71a KVV für Fälle übernommen, die der Vertrauensarzt befürwortet. Die Behandlung besteht aus einer Infusion pro Woche während 4 Wochen. Die durchschnittlichen Kosten belaufen sich auf Fr. 10'000.–.

Kyprolis: ein ausländisches Medikament, das nicht auf der Spezialitätenliste aufgeführt ist

Kyprolis ist ein in der Schweiz nicht registriertes Medikament. Es ist jedoch auf der Liste der Arzneimittel für seltene Krankheiten von swissmedic unter der Indikation «Behandlung des Multiplen Myeloms» aufgeführt. Je nach Beurteilung des gesamten Dossiers des Patienten durch den Vertrauensarzt des Versicherers kann das Medikament in bestimmten Fällen gemäss Artikel 71b KVV übernommen werden. Jedes Jahr erkranken in der Schweiz ungefähr 530 Personen an einem Multiplen Myelom. Die durchschnittlichen Kosten für Kyprolis belaufen sich auf Fr. 93'000.– pro Jahr.

ANZAHL INDIKATIONEN MIT ORPHAN-DRUG-STATUS

Grundgesamtheit: 138 Medikamente mit Orphan-Drug-Status (2014)¹



Quelle: swissmedic, 2015

¹ Ausschlaggebend ist das Datum, an dem der Orphan-Drug-Status verliehen wurde. Medikamente, deren Orphan-Drug-Status entzogen wurde, wurden nicht miteinbezogen.





RONALD AUDERSET

«Ich habe gelernt, am Tag X bereit zu sein.»

DER FREIBURGER ROLAND AUDERSET GEHÖRT ZU DEN 20 BESTEN SKELETONFAHRERN WELTWEIT. ER HAT HOHE AMBITIONEN UND IST EIN KLUGER KOPF. WIR HABEN DEN EHRGEIZIGEN UND SYMPATHISCHEN JUNGEN MANN GETROFFEN.

Wie bist du zum Skeletonsport gekommen?

Mit 16 Jahren hat mich mein Sportlehrer im Kollegium, der im Skeleton-Nationalteam war, an ein Training mitgenommen. Es hat mir gefallen und ich wurde für das Team ausgewählt. Die darauf folgende Saison habe ich meine ersten Rennen am Europacup bestritten.

Kann man in kurzer Zeit ein hohes Niveau erreichen?

Das geschieht nach und nach, indem man immer schwierigere Routen fährt. Ich habe drei Jahre gebraucht, um alle Strecken des Europacups fahren zu können.

Wie oft trainierst du?

Anfangs ein- oder zweimal pro Woche, heute sind es drei Kraft- und zwei Sprinttrainings.

Welches sind die stärksten Länder im Skeleton?

Lettland, Russland, Deutschland und England. Der Skeletonsport wurde von Engländern in St. Moritz erfunden.

Was sind die Voraussetzungen dafür?

Die physische Verfassung ist wichtig. Es braucht viel Kraft, um den Zentrifugalkräften in den Kurven, die 4-5 g betragen, entgegenwirken zu können, und einen raschen Start.

Du steuerst mit den Schultern?

Mit den Schultern und den Knien – entweder mit der rechten Schulter und dem linken Knie oder mit der linken Schulter und dem rechten Knie.

Aus welchem Material besteht ein Skeleton?

Der Rahmen ist aus Stahl und die Schale aus

Kunststoff, mit einer dünnen Schicht Neopren überzogen. Die Kufen sind aus Stahl.

Das Lenken muss unglaublich präzise sein.

Ein kleiner Steuerfehler und der Schlitten dreht sich. Man verliert rasch eine oder zwei Zehntelsekunden bei einem Lauf, der häufig mit fünf Hundertstelsekunden entschieden wird...

Wie lange dauert ein Lauf?

Eine Minute. Beim Weltcup oder dem Europacup gibt es jeweils zwei Durchgänge.

Wo befinden sich die acht Pisten des Weltcups?

In Winterberg, Altenberg und Königsee (Deutschland), in Innsbruck (Österreich), in St. Moritz (Schweiz), in La Plagne (Frankreich), in Lillehammer (Norwegen), in Sigulda (Lettland), in Sotschi (Russland), in Whistler Mountain und Calgary (Kanada), in Lake Placid und Park City (USA) und in Nagano (Japan). Ab diesem Jahr gibt es auch eine in Pyeongchang in Südkorea.

Wie lange dauert der Start?

Ungefähr fünf Sekunden für dreissig Meter. Je besser der Start gelingt, desto schneller ist man, wenn man auf den Schlitten springt und umso schneller ist die Durchschnittsgeschwindigkeit.

Absolvierst du auch ein mentales Training?

Ich habe dieses Jahr angefangen, mit einem Mentaltrainer zu arbeiten, insbesondere während der Pausen und Erholungszeiten.

Wie sieht es finanziell aus?

Eine Weltcupssaison kostet ungefähr Fr. 25'000.–. Der Verband stellt den Trainer zur Verfügung, organisiert die Reisen und die Trainings auf der Piste, aber der Sportler muss Unterkunft, Ausrüstung, Flug, Benzin und Automiete selbst zahlen. Das Sponsoring macht etwa die Hälfte meines Budgets aus, die andere zahle ich selbst.

Was hast du beim Skeleton über dich gelernt?

Mich zu organisieren und am Tag X bereit zu sein – beruflich, im Studium, bei Reisen, privat. Ich habe auch gelernt, auf meinen Körper zu hören. Eine Saison dauert lang und ist anstrengend.

Gibt es magische Momente auf dem Schlitten?

Vor allem wenn einem bewusst wird, dass es gut läuft und man eine saubere Linie fährt. Dies merkt man jedoch erst beim Überfahren der Ziellinie, da der Lauf so schnell vorbeigeht.

Was hast du für sportliche Ziele in der nächsten Zeit?

Diesen Winter beim Weltcup unter die Top 15 zu gelangen, 2018 an den Olympischen Spielen in Südkorea teilzunehmen und an der nächsten Weltmeisterschaft Ende Februar 2016 in Innsbruck dabei zu sein, auf meiner Lieblingsspiste.

Was möchtest du unseren Versicherten mitgeben?

Immer auf den eigenen Körper zu hören. Er sagt uns, ob er Bewegung oder Erholung braucht. Auch wenn der Kopf nicht will, muss man auf gewisse Dinge verzichten oder sich motivieren, auch wenn die Bedingungen nicht ideal sind.



EIN GROSSES TALENT

Ronald Auderset ist am 19. Dezember 1989 geboren und wohnt in Düdingen (FR). Seine Karriere im Skeleton (olympische Disziplin seit 2002) hat in der Saison 2007/2008 begonnen. Er gehört zu den weltweit 20 besten Skeletonfahrern und studiert im Master an der Fachhochschule Westschweiz. Er arbeitet zudem an der Fachhochschule Freiburg an einem Projekt zur Optimierung des Schlittens. Seine grössten Erfolge: 10. Rang Junioren Weltmeisterschaft 2008 (Iglis); 4. Platz Europacup 2012-2013 (Königsee); 2 x 3. Rang und 1 x 4. Rang Europacup 2012-2013 (Iglis); 20. Rang Gesamtweltcup 2014-2015.

www.ronald-auderset.ch



LAUFSPORT

Werden Sie Mitglied des Teams Fit for SwissMove 2016!

SEIT ZWEI JAHREN BEGEISTERT DAS PROJEKT TEAM FIT FOR SWISSMOVE UNSERE MITARBEITENDEN (SIEHE KASTEN). ÜBER DIE FACEBOOKSEITE VON SWISSMOVE HABEN UNSERE VERSICHERTEN MIT IHRER WERTVOLLEN UNTERSTÜTZUNG EBENFALLS ZU DIESEM ERFOLG BEIGETRAGEN. DESHALB ERHALTEN 20 VERSICHERTE DIE GELEGENHEIT, IM JAHR 2016 AN DIESEM PROGRAMM TEILZUNEHMEN.

Mit der Fortsetzung des Konzepts SwissMove «Bleiben Sie in Form!» möchte die Groupe Mutuel Bewegung fördern. Das Abenteuer «Team Fit for SwissMove» zeigt, dass alles möglich ist. Stellen Sie sich dieser Herausforderung – auch mit wenig oder gar keiner Erfahrung im Laufsport. Fangen Sie mit unserer Unterstützung wie das Team 2015 mit dem Laufsport an oder verbessern Sie Ihre Kondition.

Zu einer Herausforderung gehört natürlich ein Ziel. Alle ausgewählten Teilnehmenden können kostenlos an zwei der schönsten Schweizer Läufe mitmachen, die von der Groupe Mutuel gesponsert werden: am Grand Prix von Bern und am SwissCityMarathon – Lucerne (Distanz wählbar).

Passendes Training

Damit Sie Ihr Ziel erreichen, stellt das Swiss Olympic Medical Center in Sitten den ausgewählten Kandidaten seine Kompetenzen im Amateursport durch ein Personal Coaching zur Verfügung. Nach einem Sporttest in Sitten oder Bellikon wird Ihr Coach einen Ihrer Kondition angepassten Trainingsplan für Sie erstellen.

Jeden Monat können Sie an einem Treffen mit einem Laufsport-Spezialisten und den anderen Teammitgliedern in der Region Bern, Zürich, Lausanne oder Sitten (je nach Ihrem Wohnort) teilnehmen. Mit der Kleidung und den Laufschuhen von Asics können Sie zudem unter optimalen Bedingungen trainieren.

Teilen Sie Ihre Eindrücke

Sie haben die Möglichkeit, Ihre Eindrücke via Fotos und Erfahrungsberichte mit der SwissMove-Community zu teilen. Diese werden auf unseren Social Media veröffentlicht. Auf diese Weise werden auch Sie viele dazu motivieren, mit dem Laufsport anzufangen oder weiterzumachen, um fit zu bleiben.

Fortschritte erzielen

Das Projekt Team Fit for SwissMove beginnt Mitte April und schliesst Ende Oktober mit dem SwissCityMarathon – Lucerne. Die Groupe Mutuel offeriert Ihnen sechs Monate Personal Coaching, damit Sie Freude am Laufsport finden und Fortschritte erzielen.



ICH MÖCHTE MITGLIED DES TEAMS FIT FOR SWISSMOVE 2016 WERDEN.



WIE GEHE ICH VOR?

Gehen Sie auf www.groupemutuel.ch/de/Team2016 und füllen Sie das Anmeldeformular aus. Vergessen Sie nicht, Ihre Motivation für die Teilnahme am Team 2016 kurz zu erläutern. Das Auswahlverfahren dauert bis am 15. Februar 2016. Die ausgewählten Kandidaten werden persönlich benachrichtigt.

Unter dem Link www.groupemutuel.ch/de/Team2016 sind die allgemeinen Teilnahmebedingungen verfügbar. Bei Fragen zu diesem Projekt kontaktieren Sie die Groupe Mutuel per E-Mail an: community@groupemutuel.ch

Wir freuen uns auf Ihre Kandidatur. Ein Hoch auf das Team Fit for SwissMove 2016!

BILANZ DES TEAMS FIT FOR SWISSMOVE 2015 UND ERGEBNISSE DES SWISSCITYMARATHON – LUCERNE

Ein grosses Bravo an alle! Die Läuferinnen und Läufer des Teams Fit for SwissMove haben die Herausforderung am SwissCityMarathon – Lucerne am 25. Oktober hervorragend gemeistert. Nach sechs Monaten intensiver Vorbereitung haben Carole, Caroline und Jérémy ihren ersten Marathon in unter vier Stunden geschafft! Nicolas und Patrick haben den Halbmarathon in 2.07, beziehungsweise 1.54 Stunden bewältigt. Eine hervorragende Teamleistung, tolle Stimmung, Sonnenschein und zahlreiche Zuschauer haben diesen Lauf zu einem besonderen Erlebnis gemacht.

Die Mitglieder des Teams waren das ganze Jahr über engagiert dabei und verzeichneten dank den Ratschlägen ihres Coachs und ihrem eisernen Willen laufend Fortschritte. Der einzige Wermutstropfen war Cristinas Verletzung sechs Tage vor dem Lauf in Luzern. Deshalb konnte sie leider nicht teilnehmen, obwohl sie sehr zuversichtlich war, die 21,1 km zu schaffen.



DNATA SWITZERLAND AG

Am Flughafen: Services für Fluggäste, Airlines und Luftfracht

DNATA SWITZERLAND SORGT MIT IHREN DIENSTLEISTUNGEN DAFÜR, DASS FLUGREISENDE UND IHR GEPÄCK, ABER AUCH FRACHTGUT, ZUVERLÄSSIG, SCHNELL UND SICHER AN DEN FLUGHÄFEN ZÜRICH UND GENÈ ABGEFERTIGT WERDEN. EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN DER SCHWEIZER TOCHTER EINER INTERNATIONALEN GRUPPE MIT 27'000 MITARBEITENDEN.



Wenn Sie das nächste Mal in die Ferien fliegen oder beruflich von den Flughäfen Zürich oder Genève abfliegen, tragen wahrscheinlich auch dnata-Mitarbeitende zum reibungslosen und sicheren Abflug Ihrer Maschine bei. dnata Switzerland erbringt vielfältige Dienstleistungen in den Bereichen Passagierdienst, Ground Logistics und Frachtabfertigung für über 60 Fluggesellschaften wie Air France / KLM, British Airways / Iberia, Qatar Airways, Etihad Airways und Emirates.

Vom Check-In bis ins Flugzeug

Zum Bereich Passagierdienst gehören Dienstleistungen der Passagierabfertigung wie das Check-In, das Ausstellen von Flugtickets, die Bedienung in Airline-Lounges, am Gate, aber auch die Behandlung von verlorenen oder gefundenen Gepäckstücken und Gegenständen (Lost & Found).

Pünktlichkeit ist oberstes Gebot

Gegenüber ihren Airline-Kunden ist dnata dafür verantwortlich, dass alle Passagiere pünktlich ins Flugzeug gelangen. Nur so kann die Maschine auch im vorgesehenen «Slot» abfliegen. Verzögert sich der Start, hat dies bei den dicht gedrängten Flugplänen Folgen: Andere Flugzeuge werden vom Tower zum Starten vorgezogen, Passagiere mit Anschlussflügen laufen Gefahr, ihren nächsten Flug zu verpassen, oder sorgen Tausende von Kilometern entfernt für Verzöge-

rungen im Flugbetrieb. Wegen dieser Domino-Effekte muss ein verspäteter Fluggast am Gate leider meist abgewiesen werden, auch wenn die Maschine noch in der Parkposition steht. Denken Sie das nächste Mal daran, wenn Sie mit dem Flugzeug reisen.

Sicher und professionell am Boden

Am Flughafen fallen vor Start und Landung zahlreiche Arbeiten an, die schnell und sicher erledigt werden müssen. Neben dem Be- und Entladen des Flugzeugs mit Gepäck und Fracht, der Gepäcksortierung und der Flugzeuginnenreinigung übernehmen dnata-Mitarbeitende auch die Berechnung des Ladegewichts, die Kontrolle der einzuhaltenden Vorschriften sowie in der kalten Jahreszeit die wichtige Enteisung der Flugzeuge.

Wenn's eilig ist, per Luftfracht

Mit zunehmender Tendenz befördern Flugzeuge ausser dem Gepäck der Fluggreisenden in ihren Laderäumen eilige Güter wie Luftpost, Verderbliches (Lebensmittel und Blumen) oder auch wertvolle Gegenstände wie zum Beispiel Kunstwerke für internationale Ausstellungen. dnata fertigt solche Frachtobjekte ebenfalls sicher und zuverlässig ab.

Eindrucksvolle Zahlen

Im Jahr bedient dnata in der Schweiz über 35'000 Abflüge (100 pro Tag), fertigt über 3 Millionen Passagiere ab (8'000 Personen täglich),

und schlägt knapp 70'000 Tonnen Fracht um (200 t pro Tag). Im Jahresdurchschnitt arbeiten 1'225 Mitarbeitende verschiedenster Nationalitäten für dnata Switzerland, die als Teil der internationalen dnata zur Emirates-Gruppe in Dubai gehört. Hervorgegangen ist die Schweizer Tochter aus dem 2007 verkauften Bereich Bodenabfertigung von Jet Aviation.

Potenzial im Gesundheitsmanagement

Alle Mitarbeitenden von dnata Switzerland sind bei der Groupe Mutuel für ihr Krankentaggeld versichert. «Wir schätzen an der Zusammenarbeit mit der Groupe Mutuel vor allen den unkomplizierten und persönlichen Kontakt mit den für uns verantwortlichen Ansprechpersonen», meint Karin Knöpfel, Corporate Human Resources Manager. «Die Bearbeitungs- und Reaktionszeit bei Anfragen und Problemen ist sehr gut, wie auch die Bereitschaft, kundenspezifische Wünsche zu erfüllen.»

Ein Schwerpunkt der Zusammenarbeit soll in den nächsten Jahren in die Intensivierung des CorporateCare-Konzepts der Groupe Mutuel gesetzt werden, denn «aus unserer Sicht könnte die gute Dienstleistung durch die Erweiterung des Gesundheitsmanagements (Absenzen- und Case Management) zusätzlich verbessert werden», so Karin Knöpfel. Hier besteht Potenzial für beide Seiten.

www.dnata.ch



SICHER IM WINTERSPORT

Die Groupe Mutuel und die bfu setzen sich für Unfallverhütung ein

IM WINTER FAHREN IN DER SCHWEIZ RUND 2,5 MILLIONEN PERSONEN SKI UND UMGEFÄHR 400'000 SNOWBOARD.

DIE VERSCHNEITEN LANDSCHAFTEN UND TRAUMPISTEN HABEN ABER AUCH IHRE SCHATTENSEITE: IN JEDER SAISON VERUNFALLEN FAST 66'000 SKIFAHRER UND SNOWBOARDER.

Diese Unfälle haben einen Preis: etwa 500 Millionen Franken. Nicht in diesem Betrag enthalten sind die indirekten Kosten, die für die Unternehmen entstehen, wenn ein Mitarbeiter, der sich beim Wintersport verletzt, nicht mehr arbeiten kann.

Menschliche und finanzielle Kosten

«Für ein Unternehmen verursacht jede Abwesenheit eines Mitarbeiters bestimmte Kosten», erklärt Marc Mariéthoz, Leiter CorporateCare bei der Groupe Mutuel. «Neben den Kosten, die vom Versicherer übernommen werden, gehen die indirekten Kosten zulasten des Arbeitgebers. Er muss beispielsweise die Arbeit des abwesenden Mitarbeiters neu verteilen, Vertreter anstellen und zusätzliche Ausbildungen organisieren. Diese indirekten Kosten betragen zwischen ein- und fünfmal die direkten Kosten.» Es ist bekannt, dass die Anzahl Unfälle beim Wintersport aus verschiedenen Gründen von Jahr zu Jahr stark schwankt (Schnee- verhältnisse und Witterungsbedingungen, Pistennutzung etc.). Prävention ist die beste Reaktion, auch für Unternehmen, beziehungsweise für gegen Nichtberufsunfälle versicherte Personen in Unternehmen.

Material prüfen

Die Prävention fügt sich zu einem Ganzen, erinnert Christian Wyssmüller, Berater für Unternehmen in der Westschweiz und im Tessin bei der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu): «Es ist sehr wichtig, das Material vor Saisonbeginn zu kontrollieren. Dazu gehört, die Kanten zu schleifen und die Bindungen in einem Sportgeschäft mit einem Prüfgerät einstellen zu lassen. Dies wird durch eine bfu-Vignette bestätigt. Auch das Tragen eines Helms, welcher der europäischen Norm EN 1077 entspricht, und für Snowboarder Handgelenkschoner sind grundlegend. Die Schweiz schneidet übrigens mit einer Helmtragequote von 85% hervorragend ab.»

Die zehn FIS-Regeln

Es ist nicht nur wichtig, sich vorzubereiten und angemessenes Material zu haben, sondern auch die Regeln des FIS (Internationaler Ski Verband) zu beachten. Zu den häufigsten Unfallursachen zählen nämlich unzureichendes Risikobewusstsein, überhöhte Geschwindig-

keit, Müdigkeit und mangelnde körperliche Verfassung. Die zehn FIS-Verhaltensregeln – von der Rücksichtnahme über das Anhalten am Pistenrand bis zur Anpassung der Geschwindigkeit und der Fahrweise (siehe Kasten) – sind gemäss Rechtsprechung verbindlich und

sollten allen Skifahrern und Snowboardern bekannt sein.

Mehr dazu auf der Webseite

<http://www.groupemutuel.ch/content/gm/de/accueil/entreprises/CorporateCare/unfallverhuetung.html>



DIE ZEHN FIS-REGELN

- Niemanden gefährden
- Die Fahrweise und Geschwindigkeit dem Können und den Bedingungen anpassen
- Den vor einem fahrenden Skifahrer oder Snowboarder nicht gefährden
- Mit angemessenem Abstand überholen
- Vor Schwüngen hangaufwärts Blick nach oben
- Am Rand der Piste oder an gut sichtbaren Stellen anhalten
- Aufstieg und Abstieg nur am Rand der Piste
- Markierung und Signalisation beachten
- Hilfe leisten und Rettungsdienst alarmieren
- Beteiligte und Zeugen geben bei Unfällen ihre Personalien an

ANGEBOT FÜR BEI DER GROUPE MUTUEL UVG/UVGZ-VERSICHERTE UNTERNEHMEN

Im Rahmen des CorporateCare-Konzepts erhielten die Mitarbeitenden von bei der Groupe Mutuel versicherten Unternehmen einen attraktiven Rabatt auf den Service für die Wintersport-ausrüstung. Anfangs Saison gab es Vorzugspreise für den Kauf eines Skihelms. Das sind einfache und konkrete Möglichkeiten, um Ski- und Snoboardunfälle und ihre Folgen zu verhindern.

Die bei der Groupe Mutuel versicherten Unternehmen können bei ihren Mitarbeitern eine Sensibilisierungskampagne zur Prävention durchführen. Das neue SafetyKit Ski/Snowboard, das gemeinsam mit der bfu erarbeitet wurde, ist ein nützliches Hilfsmittel, das ihnen dazu zur Verfügung steht. Es ist gratis und enthält nützliche und gebrauchsfertige Instrumente:

- A3-Plakat mit den drei wichtigsten Präventionsbotschaften
- Flyer mit Tipps und einem Multifunktionstuch für die Mitarbeitenden
- Präsentation (PowerPoint) für Informationsveranstaltungen zur Sensibilisierung mit konkreten Empfehlungen
- Video über das Thema, für das Intranet oder Informationsveranstaltungen

Mehr dazu auf der Webseite www.groupemutuel.ch/bfu





ANALYSE IHRER BEDÜRFNISSE

Sicher und zuversichtlich in die Zukunft

WIE HOCH WÄRE MEIN EINKOMMEN IM INVALIDITÄTSFALL?
 WAS WÜRD MEINE FAMILIE IM FALL MEINES VORZEITIGEN TODES ERHALTEN?
 REICHEN MEINE FINANZIELLEN MITTEL IM RENTENALTER?

EINE GEZIELTE BERATUNG KANN SEHR NÜTZLICH UND SINNVOLL SEIN.

DIE BERATER DER GROUPE MUTUEL LEBEN GMV AG HELFEN IHNEN BEI IHRER INDIVIDUELLEN VORSORGE.

Die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) und die berufliche Vorsorge (BVG), auch 1. und 2. Säule genannt, sind Sozialversicherungen, die den Versicherten im Fall eines vorzeitigen Todes, bei Invalidität oder bei der Pensionierung Mindestleistungen als Ersatz für ein Erwerbseinkommen zahlen.

Hauptziel der 1. Säule ist, die Grundbedürfnisse zu decken und zusammen mit der 2. Säule den bisherigen Lebensstandard aufrechtzuerhalten. Es ist jedoch unwahrscheinlich, dass die beiden Säulen allein die Ansprüche jeder Person erfüllen können, denn die individuellen Bedürfnisse und Erwartungen sind sehr verschieden.

Die 3. Säule beruht auf Eigenverantwortung und bildet einen unentbehrlichen Zusatz und festen Bestandteil des Vorsorgesystems in der Schweiz. Jeder kann dadurch frei nach seinen Wünschen und finanziellen Mitteln die 1. und 2. Säule ergänzen.

Daher ist es wichtig, den Leistungsumfang Ihrer Versicherungsdeckungen in den nachstehenden Fällen genauestens zu prüfen:

- Arbeitsunfähigkeit
- Invalidität
- Tod
- Alter (Pensionierung)

Mit dieser Analyse können Sie Ihre Bedürfnisse ermitteln und so Ihr Budget planen. Dadurch erhalten Sie eine Übersicht über Ihre Finanzlage und die Ihrer Familie. Das Leben ist voller Veränderungen, die sich auf die Vorsorgebedürfnisse auswirken (z. B. Geburt, Heirat, Stellenwechsel, Einkommensveränderungen, Erwerb von Wohneigentum oder Firmengründung). Im Beratungsgespräch werden all diese Aspekte berücksichtigt. Als Erstes werden Ihre Ziele und Erwartungen sowie Ihre aktuelle Situation besprochen. Die dabei ermittelten Abweichungen zwischen Soll- und Ist-Zustand werden mit individuellen Versicherungslösungen ausgeglichen.

Unsere Berater nehmen sich gerne Zeit für Sie, um auf Ihre Wünsche einzugehen und Ihre Ziele und Mittel zu berücksichtigen. In einer umfassenden Beratung erhalten Sie innert kurzer Zeit einen Lösungsvorschlag, der Ihren Bedürfnissen bezüglich der privaten Vorsorge entspricht.

Schutz Ihrer Angehörigen

stabiles Zuhause

Steuern sparen

**UMFASSENDE
ANALYSE**

beste Zukunftsaussichten
für Ihre Kinder

Träume realisieren

Wohlbefinden im Alter

nachhaltige Vermögensbildung

Kontaktieren Sie uns

Groupe Mutuel Leben GMV AG
 Rue des Cèdres 5 - Postfach - 1919 Martigny
 Tel. 0848 803 999
 E-Mail: leben@groupemutuel.ch

Für mehr Informationen

www.groupemutuel.ch/lebensversicherungen



REFRAKTIVE CHIRURGIE

Exklusiv für die Versicherten der Groupe Mutuel

DIE VERSICHERTEN DER GROUPE MUTUEL PROFITIEREN BEI DEN VON SANTÉ VISION DURCHFÜHRTEN EINGRIFFEN DER REFRAKTIVEN AUGENCHIRURGIE VON EINEM SONDERTARIF. BISLANG HABEN ÜBER 7'000 VERSICHERTE IHRE KURZ-, WEIT-, STAB- ODER ALTERSSICHTIGKEIT KORRIGIEREN LASSEN. FOKUS AUF EIN EXKLUSIVES ANGEBOT.

Scharf sehen ohne Brille oder Kontaktlinsen, und dies obwohl über die Hälfte der Weltbevölkerung unter eingeschränktem Sehvermögen leidet: Die jüngsten medizinischen und technologischen Fortschritte lassen diesen Traum immer öfter wahr werden. Die Techniken der refraktiven Korrektur wurden in den letzten Jahrzehnten wissenschaftlich anerkannt sowie klinisch getestet und bieten heute eine attraktive Alternative zum Tragen von Brillen oder Kontaktlinsen.

Die minimalinvasiven Methoden zur Diagnose und Behandlung haben in den letzten Jahren neue Massstäbe in der modernen Medizin gesetzt, denn ein minimalinvasiver Eingriff ist meist mit geringfügigen Beeinträchtigungen und einer schnelleren Genesung für den Patienten gleichzusetzen.

Renommiertes Operationszentrum

Seit 2006 werden im Operationszentrum von Santé Vision in Lausanne, das sich national und international einen Namen gemacht hat, zukunftsweisende Diagnose- und Behandlungsmethoden angewandt und laufend perfektioniert. In den Räumlichkeiten an der Avenue de Rhodanie werden rund 1'500 Patientinnen und Patienten (also 3'000 Augen) behandelt.

«Heute gelten wir als Referenzzentrum für Zeiss, den führenden Anbieter von Präzisionsoptik», erklärt Pierre-André Gobet, Direktor von Santé Vision. «Zeiss verfügt weltweit über drei Zentren, die klinische Studien durchführen: Lausanne, London und Riga (Lettland), insbesondere weil dort eine ausreichend grosse kritische Masse gebildet werden konnte. Bei unserer Gründung 2006 korrigierten wir nur Kurzsichtigkeit. Heute behandeln wir ausserdem Alterssichtigkeit, Weitsichtigkeit und Hornhautverkrümmung.»

Neue Lasertechnologie

Seit 2013 bietet Santé Vision seinen Kunden als Schweizer Premiere die neue Lasertechnologie ReLEx SMILE an, eine der fortschrittlichsten Methoden zur schonenden Korrektur von Fehlsichtigkeit. Eine minimalinvasive Behandlungsmethode in einem Schritt, ein schnelles Verfahren, das die weitreichende Erfahrung und den hohen Sicherheitsgrad der traditionellen Korrekturverfahren mit zahlreichen innovativen Vorteilen verbindet.

Die Patientinnen und Patienten bei Santé Vision sind im Allgemeinen zwischen 20 und 60 Jahre alt – ein Unterschied zu den Augenzentren, die sich auf Grauen Star spezialisiert haben, deren Patientenschaft im Durchschnitt älter ist. «In der heutigen Zeit sind Menschen zwischen 45 und 60 Jahren oft sehr aktiv. Einige fahren pro Jahr zwischen 5'000 und 10'000 km Velo. Dabei möchten sie nicht nur die Landschaft betrachten, sondern ihre Trittfrequenz und ihren Puls auf dem Zähler überwachen, ohne von Gleitsichtgläsern behindert zu werden. Anderes Beispiel: Mit 55 Jahren möchten Frauen immer noch gefallen und sich schminken, was bei Alters- oder Weitsichtigkeit schwierig ist», so Pierre-André Gobet.

Maximale Sicherheit

Im Team von Santé Vision arbeiten fünf Augenärzte und fünf Optometristen. Optometristen sind die Ingenieure der Augenoptik, spezialisiert auf die Messung des Sehvermögens. «All unsere Fachärzte haben ihre Praxis und arbeiten selbstständig», präzisiert Pierre-André Gobet. «Also eine sehr schlanke und flexible Struktur. Wir konzentrieren uns auf das Wesentliche und versuchen, pragmatisch zu handeln – als technische Vorreiter, jedoch ohne abenteuerliche Experimente und immer gemäss den bewährten Techniken. So bieten wir maximale Sicherheit, optimale Vorhersagbarkeit und bestmögliche Ergebnisse.»



EXKLUSIVES ANGEBOT FÜR DIE VERSICHERTEN DER GROUPE MUTUEL

Die refraktive Chirurgie ist relativ teuer. Da es sich um eine sogenannte Komfort-Operation handelt, wird sie weder von der Grundversicherung noch von den Zusatzversicherungen übernommen. Deshalb hat die Groupe Mutuel für alle Versicherten ihrer Mitglieds-krankenversicherer, unabhängig von der Versicherungsdeckung, einen Sondertarif ausgehandelt.

Der Standardeingriff zur Korrektur des Sehvermögens kostet Fr. 1'800.– pro Auge (Normaltarif: Fr. 3'000.–). Für die Behandlung mit der Lasertechnologie ReLEx SMILE wird ein Zuschlag von Fr. 250.– (statt Fr. 300.–) pro Auge erhoben. Bisher haben 7'000 Versicherte der Groupe Mutuel dieses Angebot genutzt und ihre Sehstörung (Kurz-, Weit-, Stabsichtigkeit (Hornhautverkrümmung) u. a.) bei Santé Vision korrigieren lassen.

Sie sind interessiert? Oder brauchen mehr Informationen?**Dann kontaktieren Sie einen unserer Partner:**

Santé Vision AG – 1007 Lausanne und 6003 Luzern
Tel. 021 613 10 30 – info@santevision.ch – www.santevision.ch/de
Centro Laser Lugano SA – 6912 Lugano-Pazello
Tel. 091 973 10 88 – www.centrolaser.ch

Mehr Informationen im LeClub-Angebot in der Beilage.



AUSGEWOGENE ERNÄHRUNG

Vitamine und ihre positive Wirkung

VITAMINE SIND FÜR DIE PHYSISCHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT UNABDINGBAR UND INTEGRALER BESTANDTEIL EINER AUSGEWOGENEN ERNÄHRUNG. DIE FOLGENDE ÜBERSICHT ERKLÄRT, WOZU DIE VERSCHIEDENEN VITAMINE DIENEN UND IN WELCHEN LEBENSMITTELN MAN SIE FINDET.

Die Empfehlungen von Fachpersonen aus dem Bereich Gesundheit sind auf drei Themen ausgerichtet: regelmäßige körperliche Bewegung, Verzicht auf Tabak und Drogen sowie gesunde Ernährung. Zur Vorbeugung von physischen und psychischen Krankheiten spielt die Ernährung eine wesentliche Rolle. Die mediterrane Ernährungsweise wird aufgrund ihrer Reichhaltigkeit an Gemüse und Früchten besonders empfohlen.

Vitamine und Ernährung

Vitamine sind für das Funktionieren des Organismus unerlässlich. Da sie nicht vom Körper selbst produziert werden können, müssen sie ihm durch die Nahrung zugeführt werden.

Eine Übersicht der wichtigsten Vitamine:

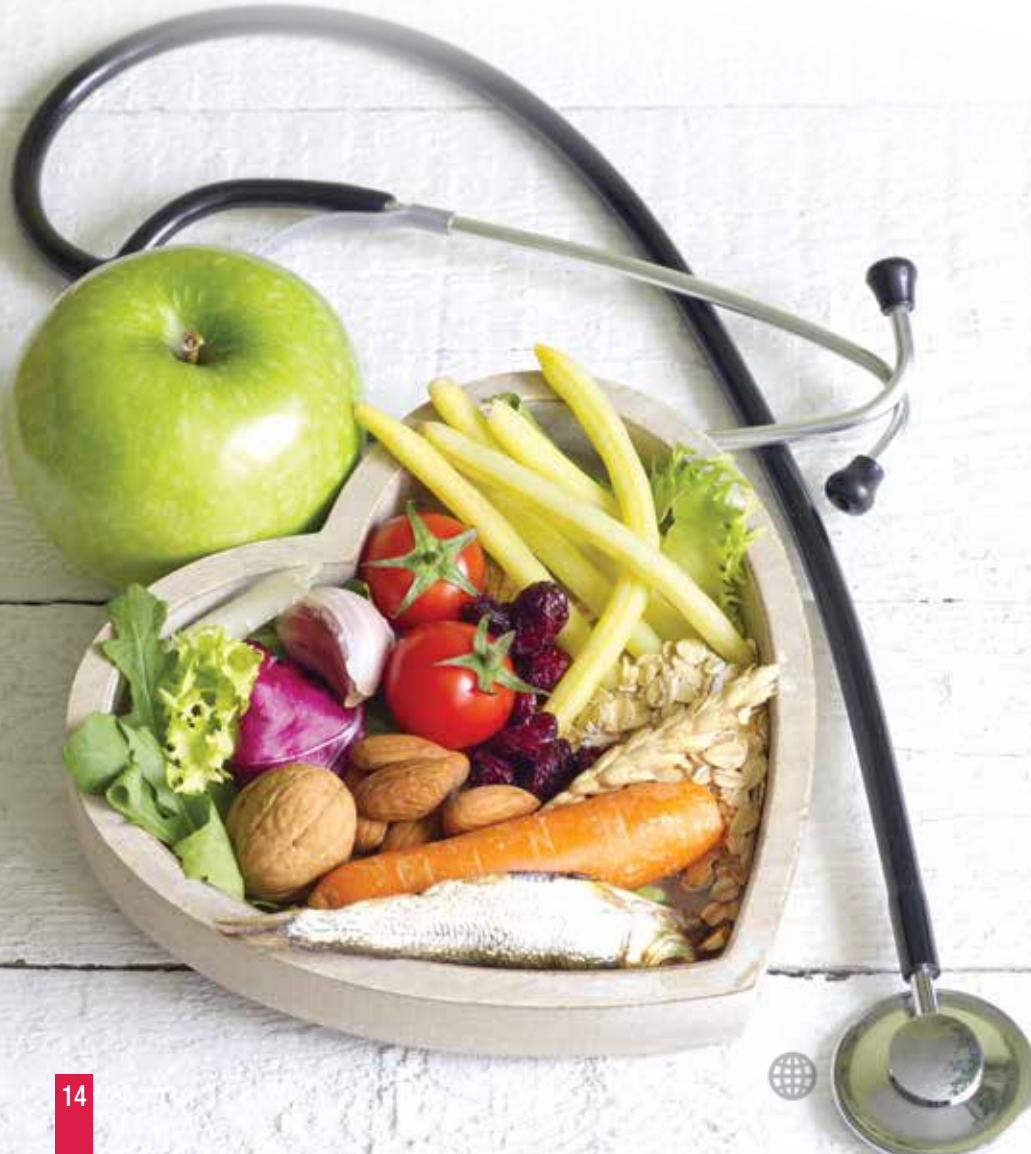
- Vitamin A (Retinol): trägt zum Knochenwachstum bei und ist unentbehrlich für ein gutes Sehvermögen sowie für die Immunabwehr. Eigelb, Butter, Thon, Leber, Camembert und Roquefort enthalten viel Vitamin A.
- Vitamin B1 (Thiamin): Ein Mangel an Vitamin B1 kann zu einer Polyneuritis (Nervenentzündung) führen. Es findet sich in Getreide, Eiern und Hülsenfrüchten.
- Vitamin B2 (Riboflavin): wird vom Körper zur Herstellung von Enzymen und für die Verdauung benötigt. Vitamin B2 kommt vor allem in Hefen, Leber und Ziegenkäse vor.
- Vitamin B3 (Niacin): Bei einem Mangel an Vitamin B3 treten Haut-, Verdauungs- und Nervenprobleme auf. Es kommt vor allem in Fleisch, Innereien und Hülsenfrüchten vor.
- Vitamin B6 (Pyridoxin): Ein Mangel kann zu Hautbeschwerden, Depressionen und Anämien führen. Vitamin B6 findet sich in Vollkornreis, Vollkornbrot, Bananen, Hühner- und Rindfleisch.
- Vitamin B9 (Folsäure): Ein Mangel führt zu Anämien und Depressionen, bei schwangeren Frauen führt er zu Missbildungen des Nervensystems des Fötus (spina bifida).
- Vitamin B12 (Cobalamin): Bei einem Mangel an Vitamin B12 kommt es vor allem zu einer Anämie. Das Vitamin kommt ausschliesslich in tierischen Produkten vor (Fleisch, Fisch, Schalentiere sowie Milchprodukte).
- Vitamin C (Ascorbinsäure): stärkt das Immunsystem. Vitamin C hat eine starke antioxidative Wirkung und begünstigt die Aufnahme von Eisen. Ein Mangel an Vitamin C verursacht die heute seltene Krankheit Skorbut, bei der Müdigkeit, Gelenkschmerzen und Zahnfleischbeschwerden auftreten. Früchte wie schwarze Johannisbeere, Kiwi und Zitrusfrüchte sowie Pfeffer und Blumenkohl weisen einen hohen Vitamin C-Gehalt auf.
- Vitamin D: hilft dem Organismus bei der Aufnahme von Kalzium und liefert damit einen wichtigen Beitrag zur Knochenstabilität. Auch für den Muskelaufbau spielt das Vitamin eine wichtige Rolle: Es trägt zur Verbesserung der Muskelstärke bei und reduziert somit das Sturzrisiko. Vitamin D findet sich in fetthaltigem Fisch wie Lachs, Sardinen, Thon sowie in Leber, Eiern und Milchprodukten.
- Vitamin E (Tocopherol): trägt zum Schutz der Zellen im Organismus bei. Es kommt in Sonnenblumen-, Oliven- und Erdnussöl vor.
- Vitamin K: spielt eine wichtige Rolle bei der Blutgerinnung und findet sich in Kohl, Spinat und Tomaten.

Alles nach Mass

Vitamine haben insgesamt einen guten Ruf: Sie verringern die Müdigkeit und «boosten» den Organismus. Da gerät man schnell in Versuchung, die nötigen Vitamine in Form von Nahrungsergänzungsmitteln einzunehmen. Studien haben jedoch kürzlich gezeigt, dass eine übermässige Einnahme von Vitaminen nicht empfehlenswert ist. Letztendlich ist alles eine Frage des Masses. Es sollte aber vor allem auf eine ausgewogene Ernährung mit einer täglichen Zufuhr an frischem Gemüse und frischen Früchten geachtet werden.

Bei Fragen kontaktieren Sie Ihren Hausarzt. Er wird Ihnen dabei helfen, Ihre Bedürfnisse einzuschätzen, und Ihnen nützliche Ratschläge geben.

Dr. Hannelore Luy
Allgemeine Medizin FMH

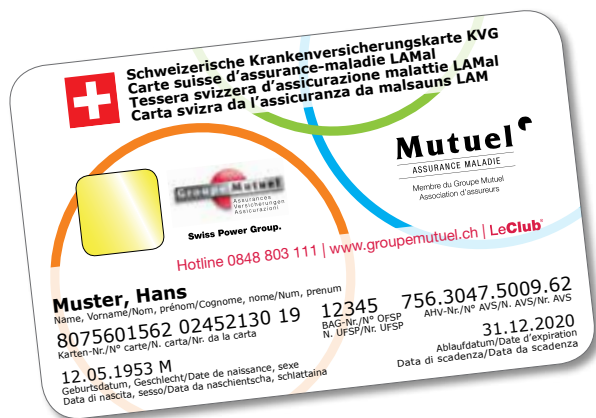


VERSICHERTENKARTE – IMMER DABEI

Die Versichertenkarte stets in Griffnähe

ALS VERSICHERTER IN DER SCHWEIZ HABEN SIE EINE VERSICHERTENKARTE, MIT DER SIE LEISTUNGEN DER KRANKENVERSICHERUNG ERHALTEN. DIE VERSICHERTENKARTE IST GEWISSERMASSEN DIE KREDITKARTE FÜR IHRE GESUNDHEIT. DESHALB MUSS SIE SORGFÄLTIG AUFBEWAHRT WERDEN UND BEI EINEM ARZTBESUCH, IM SPITAL ODER IN DER APOTHEKE IMMER GRIFFBEREIT SEIN.

Die Versichertenkarte ist Ihr Zugang zu Leistungen der Krankenversicherung in der Schweiz und im Ausland. Sie garantiert Ihnen, jederzeit medizinische Leistungen in Anspruch nehmen zu können, ohne sich um deren Bezahlung zu sorgen. Sie funktioniert wie eine Kreditkarte: Es genügt, sie beim Arzt, im Spital oder in der Apotheke vorzuweisen, um eine medizinische Behandlung oder verschriebene Medikamente zu erhalten. Die Leistungen sind unbegrenzt, solange sie dem Leistungskatalog der obligatorischen Krankenpflegeversicherung oder den Versicherungsbedingungen entsprechen.



Die schweizerische Krankenversicherungskarte wurde im Januar 2010 eingeführt. Sie bestätigt den Leistungserbringern, dass Sie krankenversichert sind. Auf Wunsch können Sie Ihre persönlichen medizinischen Notfalldaten von Ihrem Arzt abspeichern und die Informationen schützen lassen. Mit der Karte erhalten Sie ausserdem Zugang zu interessanten LeClub-Angeboten, die wir mit unseren Partnern in den Bereichen Gesundheit, Prävention, Wellness, Sport, Kultur und Reisen ausgehandelt haben.

MEHR INFORMATIONEN

Unter www.groupemutuel.ch/Versichertenkarte
Sperrung der Versichertenkarte bei Verlust oder Diebstahl: Die Schweizer Krankenversicherer haben den Versicherten eine zentrale Telefonnummer zur Verfügung gestellt, über welche die Versichertenkarte bei Verlust oder Diebstahl gesperrt werden kann, um Missbrauch zu verhindern.

Die Telefonnummer 032 625 42 29 wird rund um die Uhr und sieben Tage die Woche in den drei Schweizer Amtssprachen (Deutsch, Französisch und Italienisch) betreut.

Ihre neue Versichertenkarte können Sie zu den üblichen Bürozeiten direkt bei Ihrem Krankenversicherer der Groupe Mutuel unter der Nummer 0848 803 555 bestellen. Bei medizinischen Behandlungen vor Erhalt der neuen Karte können Sie eine Kopie Ihres Versicherungsausweises mitnehmen oder dem Leistungserbringer Ihre Situation erklären, damit er die notwendigen Überprüfungen vornehmen kann.

FÜR DIE VERSICHERTEN DER SUPRA

In Gegensatz zu den anderen Mitgliedskrankenversicherern der Groupe Mutuel wendet Supra das im Gesetz vorgesehene System des Tiers garant für in der Apotheke bezogene Medikamente an, die unter das Bundesgesetz über die Krankenversicherung (KVG) fallen. Der Versicherte zahlt in diesem Fall seine Rechnungen selbst und erhält die Kosten vom Versicherer rückvergütet, sobald die Jahresfranchise erreicht ist.

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 vom Romantik & Boutique-Hotel GuardaVal****:

- 1. Preis: 3 Übernachtungen für 2 Personen im Wert von Fr. 900.–
- 2. Preis: 1 Übernachtung für 2 Personen im Wert von Fr. 320.–
- 3. Preis: 1 Abendessen für 2 Personen im Wert von Fr. 186.–

Die Antworten finden Sie in den Login-Artikeln und 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.

Wir gratulieren den Gewinnerinnen und Gewinnern unseres letzten Wettbewerbs! (Login-Ausgabe Oktober 2015)

Folgende 3 GewinnerInnen der Verlosung erhalten ein Geschenk von Ochsner Sport:

- 1. Preis: ein Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 500.–: Delphine Savary, Ursy (FR)
- 2. Preis: ein Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 300.–: Diego Masucci, Viganello (TI)
- 3. Preis: ein Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 200.–: Angela Franco, Heiden (AR)





OBLIGATORISCHE KRANKENPFLEGEVERSICHERUNG

PrimaTel – das neue Versicherungsmodell, das Ihr Budget schont

DIE GROUPE MUTUEL BIETET IHNEN PRIMATEL AN, EIN NEUES ALTERNATIVES VERSICHERUNGSMODELL, DAS TELEMEDIZIN UND HAUSARZTMODELL VERBINDET. MIT DIESEM INNOVATIVEN VERSICHERUNGSPRODUKT KÖNNEN SIE VON EINEM PRÄMIENRABATT BIS ZU 16% PROFITIEREN.

Das Angebot der Groupe Mutuel im Bereich der obligatorischen Krankenversicherung umfasst die traditionelle Grundversicherung sowie mehrere alternative Versicherungsmodelle, welche Massnahmen für eine optimale Koordination der medizinischen Leistungen vorsehen und die Eigenverantwortung der Versicherten fördern. Im Rahmen der Versicherung SanaTel verpflichten sich die Versicherten, vor der Konsultation eines Arztes jeweils den medizinischen Telefondienst Medi24 anzurufen, der sie kostenlos über das weitere therapeutische Vorgehen berät. Mehr als 236'000 Versicherte der Groupe Mutuel haben sich für diese besondere Versicherungsform entschieden.

Bei anderen Versicherungsmodellen sind die Versicherten verpflichtet, als Erstes ihren Hausarzt zu konsultieren, bevor sie einen Termin bei einem Spezialisten vereinbaren (Gatekeeping).

PrimaTel

Um das Einsparpotenzial bei den Kosten zu erhöhen – und somit auch die Prämienrabatte für die Versicherten –, hat die Groupe Mutuel beschlossen, die Grundsätze der Versicherungsmodelle SanaTel und «Hausarzt» im neuen Produkt PrimaTel zu verbinden.

Beim Abschluss dieses Modells müssen die Versicherten, ausser in Not- und Ausnahmefällen und bei Behandlungen durch den Augenarzt,

Gynäkologen oder Kinderarzt, das medizinische Call-Center Medi24 anrufen, das die weiteren therapeutischen Schritte bestimmt:

- Bei leichteren Erkrankungen gibt Medi24 dem Versicherten Anweisungen zur Selbstbehandlung.
- Stellt sich beim Telefongespräch heraus, dass eine Arztkonsultation notwendig ist, muss der Versicherte den beim Beitritt gewählten Hausarzt aufsuchen. Dieser wird folglich nur bei grösseren Gesundheitsproblemen konsultiert. Er übernimmt die Behandlung des Patienten oder leitet ihn, wenn nötig, an einen Spezialisten weiter.

Die Vorteile von PrimaTel

PrimaTel-Versicherte können 7 Tage die Woche rund um die Uhr auf eine kompetente und kostenlose medizinische Beratung zählen und so unnötige Behandlungen vermeiden. Sie sparen nicht nur die Zeit, sondern auch die Kostenbeteiligung an einer Konsultation in der Arztpraxis oder auf der Notfallstation. Die medizinischen Anweisungen von Medi24 werden den Versicherten jeweils als Zusammenfassung per SMS geschickt.

Versicherte, die sich für PrimaTel entscheiden, können ihren aktuellen Hausarzt, der sie am besten kennt (Allgemeinmediziner oder Pädiater), als Hausarzt des Modells PrimaTel wählen.

Die Wahl ist nicht auf eine Ärzteliste oder eine Liste des Versicherers beschränkt.

Das Versicherungsprodukt PrimaTel ist in der ganzen Schweiz verfügbar. Die Versicherten haben Anspruch auf die gleichen Leistungen wie in der traditionellen Grundversicherung und erhalten bis zu 16% Prämienrabatt.

Medi24

Die telefonische Beratung wird vom medizinischen Call-Center Medi24 gewährleistet, mit dem die Groupe Mutuel schon seit mehreren Jahren erfolgreich zusammenarbeitet. Das 1999 gegründete Telemedizin-Unternehmen mit Sitz in Bern ist schweizweit tätig. Es zählt über 80 Mitarbeitende, darunter mehrere Ärzte, die bis heute mehr als 2 Millionen Personen – an Spizentagen sind es bis zu 3'000 – in medizinischen Fragen beraten haben. Der Service wird auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch angeboten.

Sind Sie interessiert? Kontaktieren Sie uns für eine Beratung oder eine Offerte:

**Groupe Mutuel – Rue des Cèdres 5
Postfach – 1919 Martigny**

Für mehr Informationen

**Tel. 0800 808 848 – E-Mail: offerten@groupemutuel.ch
www.groupemutuel.ch/de/PrimaTel**

