



Groupe Mutuel

Ottobre 2020

Mag^{#4}

Il giornale degli assicurati

Info | Tendenze | Benessere | Salute



Ufficio del futuro Logitech ci apre le porte

PAGINA 4



Assicurato. Proprio ora.

CYBERPROTECT

Nuova assicurazione
per rischi e litigi su
internet

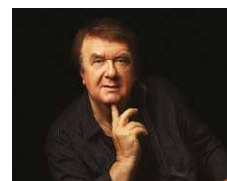
Pagina 12



ALAIN MORISOD

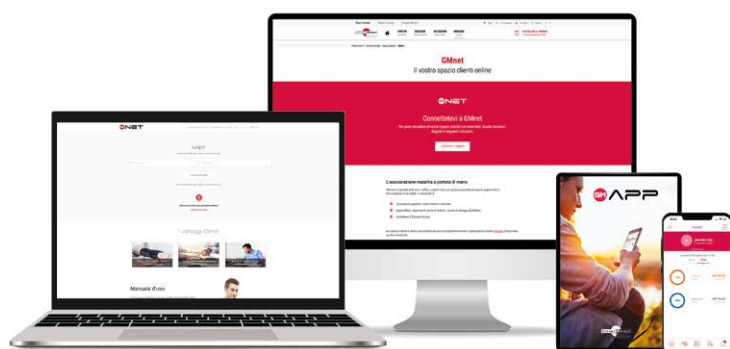
“Sono un jukebox
vivente”

Pagina 14



250 000

Numero di utenti del portale web GMnet e dell'applicazione mobile gratuita GMapp.



GMNET E GMAPP, IL PORTALE WEB E L'APPLICAZIONE MOBILE GRATUITA DEL GROUPE MUTUEL, CONTINUANO A PROGREDIRE.

250 000 assicurati ormai li usano.

Sicuri, chiari, rapidi, il portale e l'applicazione sono intuitivi e interattivi, con scambio di informazioni in tempo reale, senza attesa né perdita di tempo. Al 100% digitali, consentono adesso all'assicurato di scegliere se desidera ricevere le fatture dei premi e di partecipazione in formato cartaceo.

È inoltre possibile per più componenti della stessa famiglia connettersi a un solo e stesso account GMapp. Infine, su GMapp, l'utente ha accesso alla propria tessera d'assicurazione digitale.

4 VICINI A VOI
L'ufficio del futuro è progettato in Svizzera

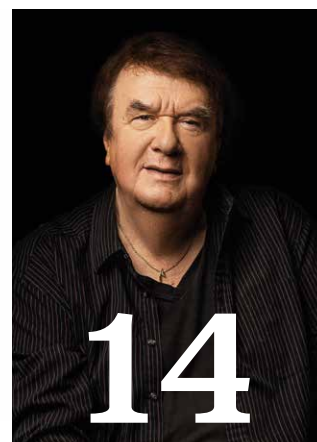
7 VICINI A VOI
Il mal di schiena in numeri

8 VICINI A VOI
Lo sviluppo dell'ergonomia negli anni

11 COME FUNZIONA
Per rimborsi rapidi e sicuri

12 AL VOSTRO SERVIZIO
Nuova assicurazione per rischi e litigi su Internet

14 INCONTRO CON UN ASSICURATO
Alain Morisod, una delle figure più popolari del paese



CON LA COMUNICAZIONE DEI NUOVI PREMI PER IL 2021, OCCORRE RICORDARSI CHE ESISTONO MEZZI PER RIDURRE LA PROPRIA FATTURA ED OTTIMIZZARE AL CONTEMPO LA COPERTURA.

Come ridurre il premio dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie

Il Groupe Mutuel propone due soluzioni: aumentare la franchigia annua oppure optare per un modello alternativo d'assicurazione. Inoltre, queste due opzioni possono essere abbinate.

1. Franchigia opzionale più elevata

Se scegliete una franchigia più elevata, beneficate di un risparmio sui premi fino a Fr. 1540 l'anno con una franchigia annua di Fr. 2500 e fino a Fr. 420 l'anno, per ogni bambino di età inferiore ai 19 anni, con una franchigia annua di Fr. 600 l'anno.

Franchigia annua (dai 19 anni):

Fr. 500, Fr. 1000, Fr. 1500, Fr. 2000 o Fr. 2500

Franchigia annua (0 a 18 anni):

Fr. 100, Fr. 200, Fr. 300, Fr. 400, Fr. 500 o Fr. 600

2. Modello alternativo

In funzione delle vostre esigenze in termini di salute e del vostro stile di vita, potete scegliere tra la nostra vasta gamma di modelli alternativi che vi consentono di risparmiare. Con il modello Telemedicina, ad esempio, potete beneficiare di una riduzione fino al 16% sul vostro premio.

Medico di famiglia: PrimaCare; SUPRAcare.

Consulto presso il medico di famiglia prima di qualsiasi trattamento. In tutta la Svizzera.

Telemedicina: SanaTel; PrimaTel.

Consultazione telefonica presso il nostro partner Medi24, prima di qualsiasi consulto dal medico. In tutta la Svizzera.

Teleconsulto: CalIDoc.

Consultazione telefonica presso il nostro partner Medi24. In caso di necessità, consultazione medica per telefono o videochiamata, prima di qualsiasi consulto dal medico. In tutta la Svizzera.

Reti di cure: BasicPlus; Reti di cure.

Consultazione presso il medico di primo ricorso scelto dall'elenco dei medici della rete, prima di qualsiasi altro consulto.

BasicPlus: in tutta la Svizzera, eccetto FR, GE, GL, JU, NW, OW, TI, VS

Rete di cure: FR, GE, VD

Farmacia: PrimaPharma.

Consultazione in una delle nostre farmacie partner (Amavita, Sun Store e Coop Vitality) prima di qualsiasi altro consulto. In tutta la Svizzera.



www.groupemutuel.ch/assicurazionemalattia
www.groupemutuel.ch/risparmiare
www.groupemutuel.ch/complementare



Lars Lauridsen

Mistero e attese. Non capita tutti i giorni che Logitech, leader mondiale delle periferiche per computer, apra le porte del suo Ergo Lab. L'azienda, che si trova sul sito del Politecnico federale di Losanna (EPFL), in Svizzera, è in piena crescita e la diffusione dell'home office non fa che rafforzare questa tendenza.

L'UFFICIO DEL FUTURO È PROGETTATO IN SVIZZERA

VISITA ESCLUSIVA DELL'ERGO LAB DI LOGITECH ALL' EPFL, DOVE SI PROGETTANO I MOUSE E LE TASTIERE ERGONOMICHE DEL FUTURO. IN PIENO PERIODO DI PANDEMIA; IN PIENO BOOM DELL'HOMEOFFICE IN TUTTO IL MONDO, IL LEADER MONDIALE CI HA APERTO LE PORTE.

SERVIZIO E INCONTRO CON UN TEAM DI SPECIALISTI ALL'AVANGUARDIA DELL'INNOVAZIONE E DELLA RIFLESSIONE PER IL BENESSERE DEGLI UTENTI E PER UNA MIGLIORE SALUTE SUL LAVORO.



A modello di tastiera ERGO K860

B modello di mouse MX VERTICAL



C modello di mouse MX ERGO



A - Scrivere in modo naturale con una tastiera curva, che migliora la postura di scrittura. **B** - Mantenere una posizione della mano naturale, per ridurre la tensione muscolare sui polsi e sugli avambracci. **C** - Spostare il cursore senza muovere il polso o la mano e guadagnare spazio.

Sono le 9 del mattino. Fa già caldo nel campus di Losanna. Nell'Innovation Park, i dipendenti di Logitech e delle altre aziende innovative presenti sul sito arrivano a poco a poco. In bicicletta, con lo scooter, a piedi, ma tutti con le mascherine. Qui il Covid-19 ha colpito e le mascherine sono ormai d'uso. Per entrare nell'edificio che ospita la sede centrale di Logitech, è necessario prima sottoporsi alla misurazione della temperatura. C'è un po' d'apprensione... ma va tutto bene; le porte si aprono. Da marzo, il test è obbligatorio per tutti. Molti lavorano da casa. Si avverte una strana atmosfera e questa volta non sono le vacanze estive o il torpore del lago di Ginevra, ma le conseguenze della pandemia mondiale.

Lucie Torrigiani ci dà il benvenuto. Sorridente e motivata, lavora da un anno e mezzo nel settore del marketing e della comunicazione. Sarà la nostra guida per la mattinata. Poco più avanti, ci aspettano Lars Lauridsen e Agnès Lisowska Masson, i due esperti che progettano i nuovi prodotti ergonomici. Nonostante la mascherina, si possono percepire i sorrisi. Tutti sembrano rilassati. È un buon inizio.

La visita inizia nel seminterrato, per la parte design, con Lars. «Logitech, e questo è sempre stato parte del nostro DNA, fa tutto il possibile per capire quali sono le attese degli utenti», dice lo specialista danese del design thinking. «È un lavoro di gruppo, fin dal primo minuto. I nuovi progetti sono pilotati da Losanna, ma coinvolgono anche l'Asia e gli Stati Uniti. Siamo tutti concentrati sullo stesso obiettivo. Trovare il miglior prodotto che offra un reale vantaggio dal punto di vista ergonomico, curandone l'aspetto in modo che gli utenti abbiano voglia di utilizzarlo e possano in fine beneficiare delle caratteristiche ergonomiche». In poche frasi, Lars ha detto quasi tutto. Ha svelato tutto. I suoi occhi brillano quando ci mostra i prototipi di mouse e tastiere e i processi di progettazione che ha implementato. Si avverte la passione che lo divora. Tutti i tipi di materiali vengono utilizzati, testati, rielaborati. È letteralmente del «learning by doing» (imparare facendo) fino a creare un nuovo prodotto. Le ore scorrono. Il tempo passa troppo in fretta.



Agnès Lisowska Masson



Olivier Girard

Seconda tappa, il primo piano. Qui è dove Agnès ha il proprio laboratorio per i test. «Qui utilizziamo diversi sensori muscolari per testare tutta una serie di parametri, con un unico obiettivo: trovare scientificamente l'equilibrio ottimale tra l'attività muscolare, la postura di un utente e le prestazioni del prodotto che utilizza, per ridurre il rischio di dolori e disturbi muscolo-scheletrici», spiega subito la ricercatrice. Ogni individuo è diverso. Dobbiamo tenerne conto nei nostri lavori scientifici e adattarci per garantire la massima performance possibile del prodotto. Logitech, che era già all'avanguardia su questi temi, ha deciso tre anni fa di internalizzare la ricerca e lo sviluppo della nuova gamma ergonomica. E da allora, tutto avviene e si progetta a Losanna, nella massima riservatezza.

Allora, questa nuova gamma di prodotti ergonomici, funziona? Per Greg Dizac, responsabile del team Digital Wellness, l'avvio, le vendite e soprattutto i feedback e la soddisfazione degli utenti sono straordinari. «Questa nuova gamma migliora la vita dei nostri utenti. Stando ai primi studi, l'80% degli utenti del mouse MX Vertical dichiara che il dolore alle mani e alle braccia è scomparso o si è notevolmente ridotto. Abbiamo lanciato questi prodotti a gennaio 2020 negli Stati Uniti e a marzo 2020 in Germania e nel Nord Europa. Per di più, forniscono un reale valore aggiunto in termini di ergonomia e comfort, senza compromessi sulla performance, sia nella postazione di lavoro che nell'home office e, quindi, in ultima analisi, migliorano la salute generale. Logitech sta compiendo veri e propri sforzi per migliorare la vita delle persone attraverso queste innovazioni ergonomiche».

Olivier Girard, CEO di Erg'OH Conseil, ergonomista ed esperto di postura e problemi alla schiena, non aggiunge altro. «Il genio di Logitech è quello di aver anticipato, prima del mercato, il cambiamento di rotta che l'industria sta compiendo a livello mondiale, per questi nuovi prodotti che forniscono un sollievo palese e scientificamente provato agli utenti di mouse e computer». Questo specialista, che insieme a quattro professori di fama mondiale in America e in Asia sono membri dello Scientific Advisory Board creato da Logitech per accompagnare e sostenere l'azienda su questi temi, prevede un futuro brillante. «La storia dell'ufficio del futuro è appena iniziata. Le potenzialità di questi nuovi prodotti sono enormi», conclude, molto ottimista.



Per ordinare
questi nuovi prodotti



LOGITECH IN NUMERI

Fondata il 2 ottobre 1981. 40 anni nel 2021
7000 dipendenti di cui 3500 non addetti alla produzione
in tutto il mondo, di cui oltre 300 a Losanna
30 nazionalità. 3 continenti
\$ 2.98 miliardi di fatturato per l'anno fiscale 2020,
il quinto esercizio che si conclude con una crescita
a due cifre o quasi.

E il ruolo del Groupe Mutuel, in questa storia?

Ma cosa c'entra il Groupe Mutuel in tutto questo? Per Nicolas Caloz, responsabile del Corporate Care, la risposta è chiara. «Il Groupe Mutuel propone alle aziende assicurate dei check-up sulla salute sul lavoro, tra l'altro con la consulenza esperta di Olivier Girard, su tutto ciò che riguarda i problemi alla schiena ad esempio. E dato che Logitech, che propone questa nuova gamma di prodotti ergonomici, è un nostro cliente, il collegamento tra le due aziende è ovvio», afferma sorridendo.

In caso di interesse:
www.groupemutuel.ch/il-nostro-approccio

IL MAL DI SCHIENA

in numeri

I dolori dorsali si manifestano più spesso nella parte bassa della schiena o nel collo.

80%

Più dell'80% degli svizzeri soffre di mal di schiena almeno una volta nella vita.

50%

Il 50% ha mal di schiena più volte a settimana o al mese.

13%

I disturbi muscoloscheletrici (dolori dorsali, artrosi, artrite, reumatismi e osteoporosi) sono al secondo posto tra le malattie più costose. Essi rappresentano il 13% dei costi totali del sistema sanitario.



In media, un qualsiasi individuo, in Svizzera, rimane seduto per sei ore al giorno.



Per prevenire i dolori dorsali, si raccomanda un minimo di movimento di 150 minuti a settimana.

Fonti: Lega contro i reumatismi

«L'ERGONOMIA NON È UNA SEMPLICE MEDICINA»

SABINE BLUM VOLEVA DIVENTARE BALLERINA. OGGI, È CONTENTA DI AVER SCELTO UN APPRENDISTATO COMMERCIALE PRIMA DI DIVENTARE INSEGNANTE DI PEDAGOGIA DEL MOVIMENTO.

IL CAMPO DELL'ANATOMIA, DELLA FISIOLOGIA E DEL FUNZIONAMENTO DEL CORPO L'HA SEMPRE AFFASCINATA. IN QUESTA INTERVISTA, SPIEGA COS'È L'ERGONOMIA E COME SI È SVILUPPATA NEGLI ANNI QUESTA DISCIPLINA.



L'ergonomia è un concetto ampio. Quale parte riguarda la popolazione ?

La parola «ergonomia» deriva dal greco antico e combina i concetti di attività, lavoro e diritto. Il termine si riferisce quindi al luogo di lavoro. Oggi ci troviamo di fronte alla sfida di dover coniugare luogo di vita e luogo di lavoro.

Molti nomadi digitali si spostano da un luogo all'altro. Hanno allestito il loro ufficio nel loro soggiorno, in treno o in spazi di coworking. Quando si parla di ergonomia, ciò riguarda la maggior parte della popolazione, in quanto l'uso degli schermi tende a diffondersi.

Qual è la sua motivazione per migliorare la salute degli svizzeri ?

Quando ero insegnante di pedagogia del movimento, le persone mi parlavano spesso dei loro dolori alla schiena e alla nuca. Volevo capire il motivo di questi dolori. Così, mi sono specializzata nel campo dell'ergonomia del lavoro e ho fondato la mia azienda Ergolive GmbH.

Cosa ha constatato ?

Vent'anni fa, la consulenza ergonomica per il posto di lavoro era ancora agli inizi. Il concetto di «salute in ufficio» era limitato ai massaggi, a un cesto di frutta o all'attività fisica durante la pausa. Il problema principale, la mancanza di movimento durante il lavoro, non è stato affrontato in modo efficace.

Qual è la situazione attuale ?

Le conoscenze sul buon comportamento ergonomico esistono, ma spesso non vengono applicate ovunque. Che sia quando utilizziamo il cellulare, quando lavoriamo al computer, quando facciamo sport o quando portiamo un pacco all'ufficio postale: dobbiamo essere consapevoli che usiamo lo stesso sistema muscoloscheletrico in tutte le nostre attività.

Questo significa che le misure di prevenzione non funzionano ?

La motivazione per cambiare spesso arriva soltanto nel momento in cui si avvertono i dolori. Senza dolore, non c'è bisogno di agire. Tale comportamento impedisce qualsiasi impegno verso la prevenzione. Inoltre, l'essere umano tiene alle proprie abitudini ed è reticente al cambiamento.

Per essere adottato, un cambiamento deve essere benefico ed è importante che la prevenzione si basi su incentivi positivi. La persona deve essere incentivata: non solo per evitare dolori e malattie, ma per rimanere sana, in forma, attiva e radiosa. L'ergonomia non è una semplice medicina che si ingoia per farla agire.

In passato, non esistevano computer portatili o tablet. Come si è sviluppata l'ergonomia ?

È vero. Non esistevano allora i dolori al collo causati dai telefoni cellulari o la tendinite causata dai mouse. La gente passava meno tempo davanti agli schermi. La domanda fondamentale è: cosa voglio guardare?

Se si considerano i tre fattori di stress che sono il peso, la durata e la ripetizione, e se ci si rende conto dell'importanza che assumono gli schermi nella nostra vita, sin dall'infanzia, non c'è da stupirsi che i muscoli del collo si indeboliscano.

Ma come si può evitare il dolore alla nuca mentre si utilizza il cellulare ?

Quando si guarda costantemente lo schermo, la testa si sposta automaticamente in avanti, non è più centrata. Per evitare qualsiasi sensazione di disagio, il nostro peso deve essere centrato rispetto alla gravità, in modo che i nostri muscoli possano lavorare in una posizione equilibrata. In caso contrario, prima o poi si manifesteranno tensioni a livello dei muscoli cervicali. Quando il corpo è sbilanciato, c'è un rischio per la salute.

La crisi del coronavirus ha dato un enorme impulso all'home office. Quali sono le conseguenze ?

A casa, i dipendenti possono soddisfare meglio determinate esigenze. Si muovono più liberamente, si alzano prima, sono mobili e fanno stiramenti, fanno esercizio fisico o si sdraiano per qualche minuto per rilassare i muscoli. Farlo in ufficio è più difficile. D'altra parte, a casa ci si distrae più facilmente. Stabilire i confini tra lavoro e vita privata è una sfida. Quando si lavora da casa, si consiglia di definire in modo chiaro il proprio orario di lavoro. Non è necessario lavorare dalle 8:00 alle 18:00. La situazione diventa critica se i periodi di riposo non vengono rispettati.

Quanto è importante l'attrezzatura ergonomica ?

Sono grata alle aziende specializzate in attrezzature ergonomiche. È molto importante che le parti interessate possano testare l'apparecchiatura prima di acquistarla. Che si tratti di mouse ergonomici, mobili o altri dispositivi, la scelta è ampia. La consulenza e la possibilità di provare il materiale sono fattori decisivi. Gli strumenti ergonomici sono come un paio di scarpe: devono calzare bene. Non c'è dubbio che gli ausili appropriati favoriscano un buon comportamento ergonomico.

Secondo lei, come sarà l'ufficio del futuro ?

L'ufficio non sarà più in un unico luogo. Lavoreremo in luoghi diversi e saremo meno statici. I nuovi strumenti tecnici ci aiuteranno a guardare in direzioni diverse e a portare sempre meno peso. Sono convinta che in futuro ci sarà più tecnologia per promuovere il nostro benessere.

CONSIGLI SUL LUOGO DI LAVORO MOBILE:

- Mettetevi a lavorare in un luogo senza riverberi.
- Eliminate le fonti di rumore.
- Lavorate sul tavolo della sala da pranzo? Cambiate regolarmente l'appoggio in cui vi sedete (sedia, sgabello, palla, cuscino ecc.).
- I vostri piedi toccano appena il pavimento quando siete seduti? Utilizzate una scatola come poggiatesta.
- Su una scrivania, utilizzate sempre il vostro laptop su un supporto per laptop insieme a una tastiera e un mouse esterni.
- Il computer portatile può essere utilizzato anche seduti sul divano. Mettete in tal caso uno o due cuscini sulle cosce e poggiatevi sopra il laptop.
- Fate una breve pausa ogni 45 minuti.

Risparmiate fino al 14% sui premi

La crisi del coronavirus ha lasciato profonde cicatrici economiche nel sistema sanitario. I costi relativi al Covid-19 ammontano a centinaia di milioni di franchi.

Esistono diverse iniziative volte a ridurre questi costi e ad alleviare l'onere che grava sul nostro sistema sanitario. Una delle soluzioni è la telemedicina.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) raccomanda inoltre il ricorso alle consultazioni a distanza per un altro motivo: esse permettono di limitare il contatto diretto con i pazienti e quindi di arginare la diffusione del coronavirus.



Secondo la Federazione dei medici svizzeri (FMH), la domanda di teleconsulti è aumentata notevolmente. Per alleviare l'onere che grava sul sistema sanitario, c'è una richiesta non solo di teleconsulti video, ma anche di sistemi di smistamento dei pazienti. Per questo è importante che anche nel caso di un consulto medico a distanza, l'anamnesi del paziente venga conservata in modo da poter seguire i trattamenti.

Con il modello alternativo d'assicurazione CallDoc del Groupe Mutuel, i clienti beneficiano di una maggiore flessibilità e di un'assistenza medica rapida grazie alla telemedicina. Dopo una prima valutazione telefonica, gli assicurati possono consultare un medico generico

o uno specialista per telefono o tramite videochiamata, sette giorni su sette e 24 ore su 24. Ciò consente ai pazienti che non desiderano essere vincolati dagli orari di apertura dello studio medico o che preferiscono non avere contatti fisici durante un primo consulto, di ridurre il premio assicurativo. Rispetto all'assicurazione di base tradizionale, gli assicurati CallDoc beneficiano di una riduzione dei premi fino al 14%.

Maggiori informazioni:
www.groupemutuel.ch/calldoc

COME FUNZIONA?

Per rimborsi rapidi e sicuri

Il rimborso delle prestazioni mediche o dei premi, ad esempio in caso di sussidio, può essere effettuato in modo rapido, senza costi aggiuntivi e sicuro direttamente sul vostro conto bancario o postale. È quindi importante assicurarsi che le proprie coordinate bancarie siano costantemente aggiornate. Se non ci avete ancora fornito i vostri dati per il rimborso, vi invitiamo a farlo.



Per posta al seguente indirizzo:

Groupe Mutuel
Rue des Cèdres 5
Case postale CH-1919 Martigny

Oppure via e-mail all'indirizzo:

clients@groupemutuel.ch



L'assicurazione PrimaPharma è la soluzione per chi ha il buon riflesso di chiedere consiglio a un farmacista. Questo economico modello alternativo vi consente di beneficiare delle competenze della vostra farmacia di fiducia. I collaboratori di **Amavita, Sun Store e Coop Vitality** consigliano ogni giorno circa 100 000 clienti in oltre 350 farmacie partner in tutta la Svizzera.

PrimaPharma è questo!

Bernadett Baumgartner, la farmacista

Bernadett Baumgartner, è la responsabile efficiente e molto cortese della farmacia Amavita della Poststrasse di San Gallo.

«Con PrimaPharma, l'assicurato può guadagnare tempo ed evitare una visita inutile dal medico. Ascolto i sintomi che la persona mi descrive, la consiglio e garantisco il miglior monitoraggio possibile. Se l'automedicazione è sufficiente, tanto meglio. Se la situazione richiede una visita medica, trasmetto per via elettronica un buono di delega al Groupe Mutuel e la persona può prendere appuntamento con il medico, sia esso un medico di base o uno specialista».

«Direi anche che con PrimaPharma il farmacista si sente apprezzato e riconosciuto per le sue competenze. È motivante.»

Bojana Motika, l'assicurata

Bojana Motika, 23 anni, di Rohrschach (SG), è di origine serba ed è cresciuta in Germania. Abita in Svizzera da un anno. Ci sta bene. Incinta del suo primo figlio (previsto per il 29 novembre), ha temporaneamente interrotto la propria attività in un'agenzia di intermediazione, ma prevede di ricominciare presto. Felice, appagata, bella e piena di energia, Bojana è una giovane donna diretta e spontanea, molto legata alla famiglia. «Ho la fortuna di essere in buona salute. Con PrimaPharma, guadagno tempo ed evito di dover correre dal medico e di sprecare ore in sala d'attesa. Vado semplicemente in farmacia, spiego quello che mi succede e ottengo una risposta diretta. Le mie esperienze, fino ad oggi, sono state pienamente soddisfacenti».

Finora, Bojana ha utilizzato PrimaPharma due volte.

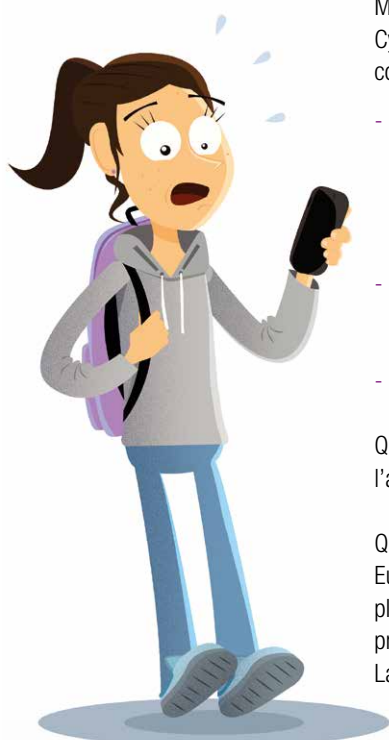
«La prima volta sono andata in farmacia perché avvertivo bruciori nella parte inferiore dell'addome. Mi è stato fatto un test per la cistite, che è risultato positivo. Così, sono tornata in farmacia e mi è stato detto che avrei dovuto vedere un medico perché avevo bisogno di antibiotici. È stato un processo molto semplice e veloce».

E la seconda volta? «Ero al terzo mese di gravidanza, quando ho avuto alcuni sintomi del Covid-19. Ho telefonato alla farmacia. La farmacista mi ha fatto molte domande sui sintomi e sui potenziali contatti con i portatori del virus. È arrivata rapidamente alla conclusione che avrei dovuto consultare un medico. Qualche istante dopo, mi ha inviato via e-mail una conferma di questa raccomandazione e poi mi ha richiamato per assicurarsi che l'avessi ricevuta. Mi è piaciuto questo modo di procedere. Alla fine della storia, si è scoperto che, per fortuna, non avevo contratto il virus».

Computer infettato da un virus o reso inutilizzabile da un hacker che chiede un riscatto per sbloccarlo; carta di credito addebitata per le transazioni online effettuate da un usurpatore; controversie su acquisti effettuati su Internet; problemi psicologici derivanti da atti di cybermobbing. Questi sono soltanto alcuni dei rischi ai quali si può essere confrontati e contro i quali le consuete misure di sicurezza non sono sufficienti.

CyberProtect

NUOVA ASSICURAZIONE PER RISCHI E LITIGI SU INTERNET CON ASSISTENZA 7 GIORNI SU 7



Per proteggersi da queste crescenti minacce, il Groupe Mutuel Assicurazioni GMA SA propone l'assicurazione CyberProtect. Questa copertura offre una protezione completa che include i servizi di:

- prevenzione, tra cui consulenza e software per la prevenzione dei rischi digitali, nonché la piattaforma «MyCyberProtect (www.mycyberprotect.ch)», che consente di monitorare l'uso sospetto dei dati personali degli assicurati in Internet;
- assistenza a distanza in caso di problemi informatici o atti dolosi come richieste di riscatto o danni alla personalità;
- difesa legale.

Quando queste misure non sono sufficienti, l'assicurazione copre le perdite finanziarie subite.

Questa assicurazione è fornita in collaborazione con Europ Assistance (Suisse) SA, che vanta un'esperienza pluriennale nell'assistenza informatica e nella prevenzione/gestione di casi di criminalità informatica. La difesa legale è assicurata dagli avvocati e dai giuristi

di Dextra Protezione giuridica SA, che collabora da diversi anni con il Groupe Mutuel e gode di un'ottima reputazione presso gli assicurati. Se necessario, l'assicurazione copre anche gli onorari di avvocati indipendenti o i costi di procedura.

Siete interessati? Richiedete una consulenza o un'offerta

Tel. 0800 808 848

E-mail: offerte@groupemutuel.ch

Per sottoscrivere online: www.cyber-protect.ch

Fr. 7.10/mese

Per un singolo individuo (copertura per il contraente e per le persone minorenni che soggiornano temporaneamente con il contraente).

Fr. 9.70/mese

Per una famiglia (copertura del contraente e delle persone che vivono con lui).

È SUCCESSO DOMANI

MyHealthCheck

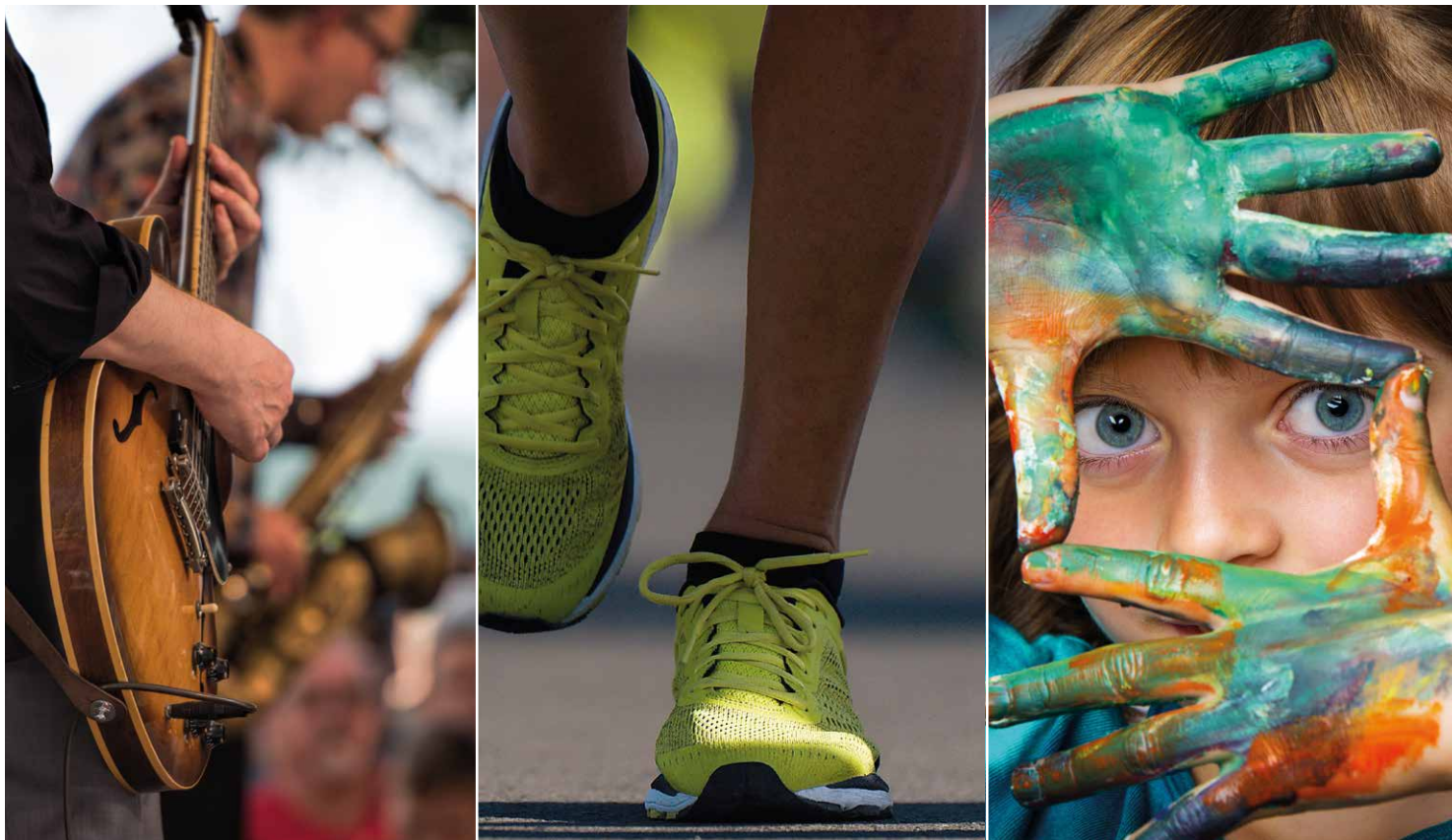


Lanciata alcune settimane fa, l'applicazione MyHealthCheck rende l'assistenza sanitaria più semplice. Permette ad ognuno di diagnosticare a distanza tutte le patologie benigne (24 ore al giorno, 7 giorni su 7). Fa inoltre evitare inutili consultazioni presso il medico. L'applicazione include anche un kit di analisi del sangue: mettendo una goccia di sangue su una piccola striscia, l'utente saprà se deve o meno consultare un medico.

Concepita dal Groupe Mutuel nell'ambito della propria trasformazione digitale, questa applicazione può essere utilizzata da tutti e non è legata ad alcuna assicurazione del Groupe Mutuel.



www.myhealthcheck.ch



Coronavirus, sponsoring e manifestazioni INSIEME CE LA FAREMO

L'ATTUALE PANDEMIA HA AVUTO UN FORTE IMPATTO SUL SETTORE DELL'ORGANIZZAZIONE DI EVENTI, IN CUI SONO COINVOLTI MOLTI DEI PARTNER DEL GROUPE MUTUEL. FINORA, LE CORSE PODISTICHE, I FESTIVAL E LE RAPPRESENTAZIONI CHE IL GROUPE MUTUEL DOVEVA SPONSORIZZARE QUEST'ANNO SONO STATI ANNULLATI. UNA CRISI CHE DOBBIAMO AFFRONTARE INSIEME.

Il 28 febbraio, verso mezzogiorno, il Consiglio federale ha vietato le manifestazioni con più di 1000 partecipanti. Al momento dell'annuncio, i preparativi per la Bremgarter Reusslauf, prevista per il giorno successivo, erano già in pieno svolgimento. La corsa è stata annullata, l'attrezzatura restituita e i partner sono stati informati in brevissimo tempo. Da allora, sono seguite molte altre manifestazioni, tra cui il Gran Premio di Berna, una delle più grandi corse podistiche della Svizzera con oltre 30'000 partecipanti. «L'annullamento dell'edizione 2020 ha messo il Gran Premio di Berna in difficoltà finanziarie. Il fatto che il Groupe Mutuel ci abbia sostenuto fin dall'inizio ci ha rassicurato molto», spiega Matthias Aebischer, Presidente del Gran Premio.

Il Groupe Mutuel non solo ha promesso un sostegno per quest'anno, ma ha anche prolungato anticipatamente tutti i contratti di sponsorizzazione. Un segno molto positivo in questi tempi difficili, come sottolinea Rolf Furrer, direttore dello Zermatt Unplugged. Grazie alla flessibilità di tutti i partner, è stato possibile superare le considerevoli ripercussioni finanziarie di questo annullamento dell'ultimo minuto. «E con il chiaro segnale del Groupe Mutuel per il 2021, ci proiettiamo positivamente verso il futuro».

Non sono state colpite soltanto le manifestazioni propriamente dette, ma anche le agenzie e i fornitori. Il coronavirus ha avuto un impatto particolarmente forte sulle piccole imprese. Anche in questo caso, il Groupe Mutuel ha potuto prestare il suo aiuto. «Sebbene il 90% delle manifestazioni cui avremmo dovuto partecipare grazie alla sponsorizzazione del Groupe Mutuel sia stato cancellato, non siamo

stati completamente abbandonati e abbiamo ricevuto piccoli mandati poco dopo il confinamento», afferma Sibylle Meier, proprietaria di neon tree GmbH. «Il Groupe Mutuel non intrattiene rapporti cliente-fornitore, ma si preoccupa delle sue partnership. Corona o meno».



ALAIN MORISOD, NATO NEL 1949, È UNA DELLE FIGURE PIÙ POPOLARI DEL PAESE. IL MUSICISTA DI STRAORDINARIA LONGEVITÀ HA VISTO TUTTO, HA LETTO TUTTO, HA BEVUTO TUTTO, COME CANTAVA JACQUES DUTRONC. E NON INTENDE FERMARSI QUI. INTERVISTA

Assicurato al Groupe Mutuel, Alain Morisod non ha esitato ad accogliere la redazione di GMmag per una piccola panoramica. E qualche bella frase su cui riflettere.

«SONO UN JUKEBOX VIVENTE»

Allora, come sta, Alain Morisod?

«Sto molto bene. Anche se potrebbe andar meglio, visto che ho un problema alla schiena. I dolori sono persistenti e mi impediscono di camminare normalmente. Ma, forse potrò presto correre la Morat-Fribourg, chi sa? Dopo un lungo contratto con la Televisione Svizzera Romanda, Alain Morisod ha firmato il suo ritorno sullo schermo sul canale Léman Bleu, che può essere visto in tutta la Svizzera. «Mi ha ridato energia e sono ripartito alla grande, con la trasmissione intitolata Super Sympa».

La televisione, lo spettacolo... è adrenalina, giusto?

«È tutto quello che ho fatto in vita mia. Alla mia età sono come un bambino su una giostra, cui i genitori dicono: 'bene, ora è finita, torniamo a casa' e lui dice: No, non voglio tornare a casa».

«La musica mi ha dato tutto: il divertimento, l'amicizia, i viaggi»

Il legame tra infanzia e musica risale a molto tempo fa. La madre di Alain, che suonava il pianoforte, ha incoraggiato il figlio a studiare il pianoforte. «Mi sono appassionato e all'età di 12 anni ho iniziato a suonare abbastanza bene. A 15 anni, accompagnavo con la musica gli spettacoli. Ma, all'epoca, fare musica non era una professione. Così, mi sono preso il mio diploma di maturità e poi ho frequentato per due anni la facoltà di giurisprudenza. Ho registrato un 45 giri, *Concerto pour un été*, nel 1971. L'idea era di venderne 400 copie e ne ho vendute 2 milioni».

E la musica si è trasformata in destino. «La musica mi ha dato tutto: il divertimento, l'amicizia, i viaggi. Ho partecipato a piccole manifestazioni di paese, così come a grandi festival, dove ho ottenuto premi e vittorie. Mi è piaciuto tutto».

Alain Morisod apprezza prima di tutto la bella melodia. I grandi compositori lirici, gli italiani, Verdi e altri, e anche la canzone popolare. «Ascoltavo questo tipo di musica da bambino; sono stato cullato dalla canzone francese. Un po' più tardi, ho scoperto il rock. Dopo, ho partecipato ad alcune serate danzanti, dove ho suonato i successi del momento. Quando suoni musica da sala, sei un jukebox vivente».

Il successo del singolo *Concerto pour un été* è stato come una favola. «Con questa canzone, o più tardi con il pezzo *Les oiseaux chantaient*, che aveva anch'esso avuto molto successo, una musica new age prima del tempo, ho venduto milioni di dischi, mi sono ritrovato in cima alle hit per alcune settimane. In Brasile, ad esempio, ero in classifica davanti ai Bee Gees,

ai Jackson Five, a Elton John e soprattutto a Elvis Presley. In Inghilterra, sono stato disco d'oro, davanti a Status Quo e Barbra Streisand.»

La salute per Alain Morisod, che cos'è?

«Non ho mai fatto particolarmente attenzione a questo aspetto, in vita mia. Il sovrappeso è sempre stato un piccolo problema, ma me ne frego un po'. Non sono molto portato sul biologico e nemmeno sul vegano. Mi piace la vita. Dormo molto poco, quattro - quattro ore e mezzo a notte, e non sono stanco. Sto bene come sono. Quindi ora, primo fastidio, primo conto da pagare: il mal di schiena. Ma spero di star presto meglio».

E il cibo?

«Mangio 365 giorni l'anno al ristorante. Le insalate e le cosine del genere non fanno per me. Mi piace la carne e il pesce».

E per quanto concerne il movimento?

«Mi piace camminare. Adesso, con questo mal di schiena, non riesco più a camminare bene come una volta e mi dà fastidio».



Cos'è per lei una bella canzone?

«Non ricordo chi l'ha detto, ma la definizione mi piace tanto: è un tentativo felice. Ci ricorda anche che non abbiamo alcun controllo su di essa».

Un motto? «Non mi fregheranno.»

Un posto preferito? «Il quartiere Eaux-Vives a Ginevra. Adoro questo quartiere, è vivo».

Quali canzoni su un'isola deserta?

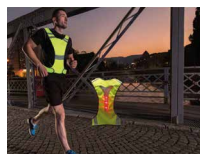
«Ne me quitte pas», di Jacques Brel. E un sacco di canzoni francesi. Ci sono tre compositori che stimo molto: Charles Trenet, Michel Berger, Serge Gainsbourg. Adoro le loro melodie.

LeClub®

Autunno 2020



Pharmalp



Bucher & Walt



Adatto™



Backgym



SUN STORE



BOAS Swiss Hotels



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

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

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

PHARMALP

COFANETTO DELLE ALPI

FINO AL **25%** DI SCONTO

Il piacere di regalare prodotti svizzeri e naturali

Il cofanetto contiene due prodotti a base di piante alpine svizzere bio, coltivate nel Vallese da agricoltori di montagna.

- **Sapone delle alpi per mani** (250 ml): sapone extra delicato a base di olio d'oliva e quattro piante alpine svizzere bio (edelweiss, pino silvestre, rosmarino, lavanda). Il 100% degli ingredienti è di origine naturale.
- **Pastiglie delle alpi per la gola** (30 unità): a base di piante alpine bio (edelweiss, sambuco, bacche di aronia, timo citronato) e zinco. Senza zuccheri aggiunti e aspartame. Ottime per la gola e ideali per rafforzare il sistema immunitario grazie all'azione dello zinco. Il 99% degli ingredienti è di origine naturale.

I VOSTRI VANTAGGI

- Fr. 45.- per due cofanetti (20% di sconto)
- Fr. 63.- per tre cofanetti (25% di sconto)
- Spese di spedizione gratuite per la Svizzera
- Offerta esclusiva e temporanea



COME BENEFICIARE DELL'OFFERTA?

Inviare l'ordine

- via mail all'indirizzo: contact@pharmalp.ch
- per posta all'indirizzo Pharmalp, Route des Eterpys 22, 1964 Conthey
- via fax allo 027 346 52 52
- Tutti gli invii sono effettuati per posta.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 14 dicembre 2020.



contact@pharmalp.ch
www.pharmalp.ch

Bucher & Walt

GILET CATARIFRANGENTE LED

40%

DI SCONTO

Per strada in tutta sicurezza e comfort

Il gilet catarifrangente LED di CONNECT offre massima protezione durante le attività all'aperto svolte all'imbrunire o di notte.

È disponibile in taglia unica, regolabile grazie al sistema di chiusura a velcro.

- Ideale per corridori, ciclisti, walker o escursionisti
- Ultra leggero, con illuminazione LED integrata
- Adatto a tutte le stagioni (autunno, inverno, primavera, estate)
- Certificato EN1150

I VOSTRI VANTAGGI

- **40% di sconto:** Fr. 26.95 al posto di Fr. 44.90
- Spedizione gratuita

COME BENEFICIARE DELL'OFFERTA?

Appuntamento sul sito www.garmingps.ch e inserire il codice promozionale

GMLED nel campo "Gutscheincode einlösen" (inserire codice promozionale); oppure inviare un'e-mail all'indirizzo electronic@bucher-walt.ch.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 31 dicembre 2020.

032 755 95 95
electronic@bucher-walt.ch
www.garmingps.ch

CONNECT

Cuscino ergonomico Adatto™

SUL CUSCINO ERGONOMICO PERSONALIZZABILE

30%

DI SCONTO

Siete soggetti a dolori muscolari, a mal di schiena o a dolori alla nuca?

Per ovviare efficacemente ai problemi che possono insorgere a livello del collo, degli specialisti provenienti da vari campi professionali hanno creato il cuscino ergonomico Adatto™. Il cuscino Adatto™ svolge un'azione preventiva, garantisce un buon sostegno della nuca e agevola il rilassamento muscolare.

Un prodotto naturale dalle molteplici varianti.

Grazie a imbottiture di spessori e durezza diverse, potete adattare il cuscino alle vostre esigenze.

I prodotti Adatto™ sono dotati di un'anima elastica e flessibile in latex naturale che possiede proprietà antibatteriche e garantisce un eccellente sostegno. Permette tra l'altro una buona regolazione dell'aria e dell'umidità e si può lavare facilmente.



IL VOSTRO VANTAGGIO

30% di sconto su tutti i modelli di cuscini Adatto™ (più spese di spedizione Fr. 9.-)

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

Sul sito www.trobo.shop, indicando il codice **adatto-gm**

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 31 dicembre 2020, in funzione delle disponibilità. Non cumulabile con altre promozioni.

www.trobo.shop

adatto™
Nackenstützkissen mit System

Backgym

ALLENATE LA VOSTRA POSTURA

20% DI SCONTO

È difficile adottare la giusta postura. Nonostante una rigorosa disciplina, si torna sempre alla vecchia postura, indipendentemente dall'età.

- Backgym classic abitua a mantenere la posizione eretta senza sostegno. Grazie alla trazione, l'utente assume una posizione eretta naturale.
- Backgym sport aiuta a mantenere una postura ottimale del corpo durante lo svolgimento di attività di resistenza, impedendo di adottare una postura sbagliata a causa dell'affaticamento.
- Sono sempre più numerosi i bambini che soffrono di seri problemi posturali. Backgym kids aiuta i bambini a stare dritti a scuola o davanti al computer, affinché crescano con una buona postura.

IL VOSTRO VANTAGGIO

20% di sconto su tutti i modelli Backgym (spese di spedizione escluse Fr. 9.–)

COME USUFRUIRE DELL'OFFERTA?

Sul sito **www.trobo.shop**, indicando il codice **backgym-gm**

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 31 dicembre 2020. Spese di spedizione escluse Fr. 9.–



www.trobo.shop


backgym

SUN STORE

SUNCARD



La vostra SUNCARD gratuita

La SUNCARD offre numerosi e allettanti vantaggi in tutte le farmacie-profumerie SUN STORE e nel negozio online www.sunstore.ch:

- 10% di sconto immediato a ogni acquisto
- 19% di sconto il 10° giorno di ogni mese sull'assortimento che dà diritto a sconto (cfr. CG di cui al sito www.sunstore.ch/it/cg)
- 10% di sconto supplementare per il compleanno
- Buono del 30% di sconto ordinando una nuova carta
- Offerte allettanti

I VOSTRI VANTAGGI

- Una SUNCARD gratuita per un anno (del valore di Fr. 30.–).
- Gli assicurati Groupe Mutuel già titolari di una SUNCARD ottengono un buono acquisto del 20% di sconto nel corso del mese di febbraio 2021.
- Buono del 20% di sconto inviato alla creazione di una SUNCARD, valido sull'assortimento online che dà diritto a sconto ai sensi delle CG di SUN STORE (www.sunstore.ch).

COME BENEFICIARE DELL'OFFERTA?

Basta rivolgersi alla propria farmacia-profumeria SUN STORE esibendo la propria tessera d'assicurazione.

VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 28 febbraio 2021.

A partire dal 1° marzo 2021 ai clienti con assicurazione base o complementare presso Groupe Mutuel verrà offerta la SUNCARD al prezzo preferenziale di Fr. 15.– al posto di Fr. 30.– per un anno, oppure di Fr. 25.– al posto di Fr. 50.– per due anni. Gli assicurati PrimaPharma continueranno a beneficiare gratuitamente della carta.

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

 **SUN STORE**

BOAS Swiss Hotels

SOGGIORNO BENESSERE E RELAX

20% DI SCONTO

Questo autunno, concedetevi una pausa all'insegna del benessere: approfittate di un soggiorno presso una delle strutture BOAS Swiss Hotels a un prezzo eccezionale.

I VOSTRI VANTAGGI

20% di sconto a partire da due notti

COME BENEFICIARE DELL'OFFERTA?

- Prenotate direttamente presso l'albergo desiderato comunicando il codice **GroupeMutuel2020**.
- Oppure prenotate online su www.boas-swiss-hotels.ch o sul sito web dell'albergo desiderato, inserendo il codice **GroupeMutuel2020**.

Al momento del check-in, esibite la tessera d'assicurazione (una tessera per camera).

Servizi inclusi

- Colazione a buffet
- Bottiglia d'acqua in camera all'arrivo
- Entrata a bagni, piscine o zona relax (a seconda della struttura; consultare le condizioni al momento della prenotazione)



VALIDITÀ E CONDIZIONI

Offerta valida fino al 30 aprile 2021.

Prezzo variabile a seconda del tipo di camera e del periodo di prenotazione.

Offerta valida esclusivamente su nuove prenotazioni, non cumulabile e in base alle disponibilità.

Recapiti delle strutture e periodi esclusi:

- **Nendaz 4 Vallées et Spa**, www.hotelnendaz4vallees.ch
Periodi esclusi: fino al 03/01/2021; dal 12/02/2021 al 27/02/2021; dal 02/04/2021 al 05/04/2021
- **Les Bains de Saillon**, www.bainsdesaillon.ch
Periodi esclusi: dal 19/12/2020 al 03/01/2021; dal 20/02/2021 al 28/02/2021; dal 02/04/2021 al 18/04/2021
- **Grand Hotel des Rasses**, www.grandhotelrasses.ch
Periodi esclusi: dal 16/11/2020 al 04/12/2020; dal 26/12/2020 al 03/01/2021
- **Grand Hôtel Yverdon-les-Bains**, www.bainsyverdon.ch
Periodo escluso: dal 26/12/2020 al 03/01/2021

www.boas-swiss-hotels.ch

BOAS  **HOTELS**



SWISSPEAK
RESORTS 

Concorso GMmag

In palio, in collaborazione con il nostro partner SWISSPEAK Resorts, uno dei seguenti premi negli SWISSPEAK Resorts di Meiringen, Vercorin o Zinal.

1° premio: una settimana per quattro persone in appartamento tre vani

2° premio: una settimana per due persone in appartamento due vani

3° premio: buono di Fr. 100.- da spendere in uno dei Bar/Ristorante

The Bistro by SWISSPEAK Resorts

Domanda 1

Sul sito di quale istituto si trova l'azienda Logitech?

Domanda 2

Come si chiama la nuova assicurazione del Groupe Mutuel, creata allo scopo di tutelarsi contro i rischi e i litigi connessi all'utilizzo di Internet?

Domanda 3

Quale paesino ospita la prima struttura SWISSPEAK Resorts?

Cognome e nome:

CAP/Luogo:

E-mail:

Risposte

☐ Meiringen

☐ Vercorin

☐ Zinal

Indirizzo:

Numero UFSP (che figura nella tessera d'assicurazione):

Condizioni di partecipazione

Sul sito www.groupemutuel.ch/concours, fino al 30 novembre 2020, o per posta tramite il presente tagliando da inviare in busta affrancata al seguente indirizzo:

Groupe Mutuel – Comunicazione d'impresa – Rue des Cèdres 5 – Casella postale – CH-1919 Martigny.

Nessun obbligo d'acquisto. Nessuna corrispondenza sarà inviata in merito al concorso. I vincitori saranno avvisati per iscritto. È escluso il ricorso alle vie legali.

Nessun pagamento in contanti, né trasferimento del premio. I vincitori accettano che il loro nome sia pubblicato. I collaboratori del Groupe Mutuel e di SWISSPEAK Resorts non sono autorizzati a partecipare.

34 agenzie 5 centri servizi

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



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

0848 803 111



Cécile, Anita e Sabrina al vostro servizio
nella nuova agenzia di Neuchâtel. Un concetto innovativo
e un nuovo design per accogliervi ancora meglio.

AGENZIE REGIONALI

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

* Sede principale



Assicurazione malattia

0848 803 111
info@groupemutuel.ch



Assicurazione vita

0848 803 999
vita@groupemutuel.ch



Assicurazione patrimonio

0848 803 222
clienti@groupemutuel.ch

Mag Groupe Mutuel



IMPRESSUM

Editore:	Groupe Mutuel, rue des Cèdres 5, casella postale, CH-1919 Martigny
Redazione:	Jean-Christophe Aeschlimann, Serkan Isik, Pascal Vuistiner
Concezione e creazione:	Jean Philippe Chevassu
Pubblicazione:	Trimestrale in italiano, francese e tedesco
Internet:	www.groupemutuel.ch/gmmag
E-mail:	gmmag@groupemutuel.ch
Fotografie:	Olivier Maire (Pagine 2, 4 e 6), Thomas Egli (Pagina 8) Thomas Masotti (Pagine 2, 11, 15 e 20), Adobe Stock.
Stampa:	media-f sa, Imprimerie Saint-Paul, Fribourg Tiratura totale: 850 000 copie

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



Dite addio alle scartoffie!

Lo spazio clienti online GMnet e
l'applicazione mobile GMapp
vi semplificano la vita!

Maggiori informazioni su:

www.groupemutuel.ch/gmnet



stampato in
svizzera