

Concorso

In palio: biglietti per Women Sport Evasion

Provare nuove discipline sportive assieme ad altre donne con gli stessi interessi. Il 27 e il 28 giugno 2009 si terrà a Losanna Vidy la seconda edizione di «Women Sport Evasion». Visana sostiene questa manifestazione riservata esclusivamente alle donne e mette in palio 100 biglietti gratuiti per una delle due giornate.

Vi piacerebbe conoscere nuove discipline sportive come Chi Ball o Pilates? L'evento «Women Sport Evasion» offrirà questo e altro il 27 e il 28 giugno 2009 in un enorme centro sui bordi del Lago di Ginevra a Losanna Vidy. «VisanaFORUM» estrarrà 100 biglietti d'ingresso gratuiti per una delle due giornate.

«Women Sport Evasion» è in Svizzera un evento unico nel suo genere, riservato esclusivamente alle donne a partire da 16 anni. Questa manifestazione vi dà l'opportunità di staccare la spina, di affrontare piccole e grandi sfide sportive e di scoprire qualcosa di nuovo – da sole o in gruppo. Visana crede in questa manifestazione, che l'anno scorso ha riscosso grande interesse, e la sostiene in qualità di sponsor principale.

Naturalmente anche gli uomini sono benvenuti in veste di sostenitori o spettatori. Troverete ulteriori informazioni su «Women Sport Evasion» alle pagine 3-5 di questo numero di «VisanaFORUM» o al sito www.womensportevasion.ch

Sfidate la fortuna e partecipate all'estrazione al sito www.visana.ch o inviandoci il tagliando sottostante. Fateci sapere se volete partecipare a «Women Sport Evasion» da sole o con delle amiche. Buona fortuna!

Tagliando del concorso

Desidero partecipare alla manifestazione «Women Sport Evasion» che si terrà a Losanna il 27 giugno/ 28 giugno (mettere una crocetta sulla data desiderata) assieme a (indicare il numero di persone) mie amiche. Partecipo dunque all'estrazione di 100 biglietti d'ingresso gratuiti per una giornata a mia/nostra scelta.

Cognome _____
 Nome _____
 Via, n. _____
 NPA, luogo _____
 E-mail _____

Ritagliare il coupon, incollarlo su una cartolina postale e inviarlo a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Il termine ultimo di partecipazione è il 16 marzo 2009. Le vincitrici saranno informate entro il 31 marzo 2009. Sul concorso non si terrà corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali e i premi non possono essere convertiti in contanti.



Women Sport Evasion
 Donne per una volta tra di loro

Pagina 3

Visana Club
 Sogni orientali e non solo

Pagina 12

Peter Zweifel
 A colloquio con il professore universitario zurighese

Pagina 23

Il vostro vantaggio

visana club

Sommario

- 3 Donne per una volta tra di loro
- 6 «I medici di famiglia sono la base dell'approvvigionamento medico»
- 8 Offerta ulteriormente ampliata
- 10 «Lo sport di punta è anche una scuola di vita»
- 12 Le offerte primaverili Visana Club
- 14 Passare a Visana conviene!
- 15 Una scelta sana
- 16 Pilates:
Forza proveniente dall'interno
- 18 Il diabete può essere evitato
- 19 Rinforzate la schiena!
- 20 Notizie diverse
- 22 A colloquio con Peter Zweifel
- 24 Concorso

Editoriale



Care lettrici, cari lettori,

Il Gruppo Visana rivolge uno sguardo retrospettivo ad un 2008 pieno di successo: il risultato d'esercizio è stato nuovamente positivo. Inoltre è aumentato ancora il numero di assicurati. Questi fatti dimostrano che ci troviamo sulla strada giusta. Questa viene tuttavia determinata anche da eventi esterni, al di fuori delle nostre possibilità d'influsso. E questi non destano gioia. Al contrario: le nuvole nere si stanno addensando.

Per il 2008 ne fa sicuramente parte la crisi dei mercati finanziari. Questa ha lasciato le sue tracce anche nel Gruppo Visana. La capacità di rischio del Gruppo Visana non è stata toccata tuttavia in nessuna fase. Siamo sempre stati in grado, e lo saremo anche in futuro, di adempiere ai nostri impegni nei confronti dei nostri assicurati – quindi nei vostri confronti – così come di ospedali, medici, farmacie ecc. Sulla base della nostra strategia d'investimento orientata a lungo termine possiamo offrirvi anche sicurezza a lungo termine. Il Gruppo Visana sarà qui per voi anche domani.

Ma molto più della crisi finanziaria, gli assicuratori malattia vengono toccati dall'aumento netto e continuo dei costi sanitari e dai premi dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie che vengono tenuti politicamente ad un basso livello e che quindi non rispecchiano l'effettivo sviluppo dei costi. I premi stabiliti dalle autorità distorcono la vera entità della problematica dei costi.

Ripeto: noi vi offriamo sicurezza a lungo termine. Questa si evince anche dalla fiducia che ci manifestano diverse decine di migliaia di nuovi assicurati. Diamo un caro benvenuto a tutte queste persone. Ringraziamo tutti i nostri assicurati per la fiducia accordata a Visana.

Albrecht Rychen
Presidente del Consiglio
di Amministrazione

Peter Fischer
Presidente della Direzione

Nota editoriale: VisanaFORUM è una pubblicazione di Visana ed esce quattro volte all'anno. Redazione: Stephan Fischer, David Roten, Peter Rüegg, Urs Schmid. Indirizzo: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. Grafica: Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Hittnau. Stampa: Weber Benteli AG, Brugg. Internet: www.visana.ch

Cambiamenti di indirizzo: se l'indirizzo è sbagliato oppure se avete ricevuto diverse copie di VisanaFORUM senza averle richieste, non esitate a rivolgervi alla vostra agenzia Visana (troverete l'indirizzo e il numero di telefono sulla vostra polizza).

Donne per una volta tra di loro

Visana sostiene la «Women Sport Evasion». Il weekend del 27/28 giugno 2009 avrà luogo a Losanna sulle sponde del lago di Ginevra la seconda edizione della «Women Sport Evasion» – un evento unico esclusivamente per donne a partire dai 16 anni.



Alla «Women Sport Evasion» le donne staranno per una volta tra di loro. L'offerta sportiva molto variata è quindi orientata pienamente alle loro esigenze e preferenze. Naturalmente gli uomini sono benvenuti come spettatori o assistenti.

Chi Ball, Pilates, Capoeira, Discofit, Autodifesa e Tiro all'arco sono solo alcuni degli allettanti workshop offerti. Non importa se siete principianti o quasi professioniste, sarete sicuramente soddisfatte. Anche del Village, dove riceverete interessanti informazioni sulla salute e la prevenzione.



Pilates

I workshop di Pilates hanno destato grande interesse alla Women Sport Evasion 2008. Pilates è un metodo di allenamento che comprende l'intero corpo e in particolare la muscolatura profonda che spesso è più debole. Questa provvede ad una postura corretta e sana. L'allenamento comprende esercizi di rafforzamento muscolare, stretching e respirazione controllata. Alle pagine 16 e 17 potete trovare maggiori informazioni sul metodo Pilates.

100 biglietti gratuiti in palio

Desiderate anche voi partecipare alla «Women Sport Evasion 2009» a Losanna e approfondire le vostre conoscenze o provare nuovi sport? Gratuitamente? Allora partecipate al concorso alla pagina 24 e vincete uno dei 100 biglietti gratuiti. Buona fortuna!

Un giorno o un intero weekend

Potete decidere in modo spontaneo sul posto quali workshop desiderate visitare. Inoltre potete scegliere tra il biglietto valido per un giorno e l'allettante pacchetto weekend.

Richiedete con il tagliando sottostante la documentazione per l'iscrizione alla «Women Sport Evasion». Potete anche iscrivervi subito al sito www.womensportevasion.ch.



Oppure partecipate al concorso a pagina 24 e vincete con un po' di fortuna uno dei 100 biglietti gratuiti offerti da Visana.

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale



 **Women Sport Evasion**
27.-28.06.2009 Lausanne · Vidy

Tagliando d'ordinazione

Sì, desidero ricevere opuscoli d'informazione «Women Sport Evasion» del 27/28 giugno 2009 (modulo d'iscrizione incl.).

Signora

Cognome

Nome

Via, n.

NPA, luogo

Ritagliare il tagliando, incollarlo su una cartolina postale e inviarlo a Women Sport Evasion, Casella postale 166, 1162 Saint-Prex. Potete anche iscrivervi online al sito www.womensportevasion.ch.

«I medici di famiglia sono la base dell'approvvigionamento medico»

I medici di famiglia sono sotto pressione in Svizzera. I motivi: mancano le giovani leve, vi è pressione per via del servizio d'emergenza e i tempi di presenza sono lunghi.

«VisanaFORUM» ha intervistato il signor Peter Fischer, CEO del Gruppo Visana, sulle eventuali misure per rafforzare il settore dei medici di famiglia e sulla proposta di soluzione che Visana ha messo in discussione per consolidare l'approvvigionamento di base.

«VisanaFORUM»: Le pongo una domanda provocatoria. Abbiamo ancora bisogno dei medici di famiglia?

Peter Fischer: Sì, i medici di famiglia sono la base dell'approvvigionamento medico. Costituiscono il fondamento di un approvvigionamento

efficiente e di alta qualità. Come rappresentante di un assicuratore malattie e come cittadino ci tengo a sottolineare che avremo bisogno anche domani di medici di famiglia qualificati e di una rete ospedaliera puntellata a livello regionale per garantire un approvvigionamento medico in tutta la Svizzera.

Delle condizioni quadro ottimizzate potrebbero rendere più allettante la professione del medico di famiglia.

Il problema non sono solo le condizioni quadro, bensì che il classico medico di famiglia, ossia il medico che si occupava di tutti i problemi, non corrisponde più alle

aspettative e alle esigenze dei nostri cittadini. Il medico di famiglia con studio medico singolo con un proprio apparecchio radiologico, ecografico e un laboratorio – una specie di negozio sotto casa in cui si trova di tutto – appartiene al passato. I pazienti non si fidano più di singoli medici, ma si informano e hanno le loro pretese nei confronti dell'assistenza medica.

Cosa si aspettano i pazienti?

Vogliono un'offerta completa, ampia e che si estende oltre allo studio medico, ossia un'offerta in cui vengono inclusi anche gli ospedali e le case di cura. Tali aspettative aumentate dei pazienti spiegano una parte dello spostamento delle consultazioni dai medici di famiglia agli specialisti.

Cosa devono fare i medici di famiglia per soddisfare le esigenze dei pazienti?

Il medico di famiglia moderno non è un combattente individuale. Le pretese dei pazienti richiedono un collegamento in rete dei fornitori di prestazioni, affinché il sostegno specialistico sia sempre disponibile. I pazienti rivendicano una consulenza e un trattamento competenti. Altrimenti consultano direttamente uno specialista il che è più costoso, ma non necessariamente più efficiente.

Con collegamento in rete intende i modelli di assistenza delle assicurazioni?

Non vogliamo l'introduzione di questi modelli di assistenza in tutto il territorio, ma la cooperazione tra i fornitori di prestazioni, ossia medici di famiglia, specialisti, ospedali, case di cure ecc. È proprio questo che esige il paziente. Solo una collaborazione assicura a lungo termine l'approvvigionamento di base. Il medico di famiglia deve diventare un «manager della salute». Assume i compiti che non possono essere assunti dallo specialista indirizzando i pazienti, se necessario, ai medici specializzati o in una struttura sanitaria stazionaria.

Cosa si attende Visana dalla politica?

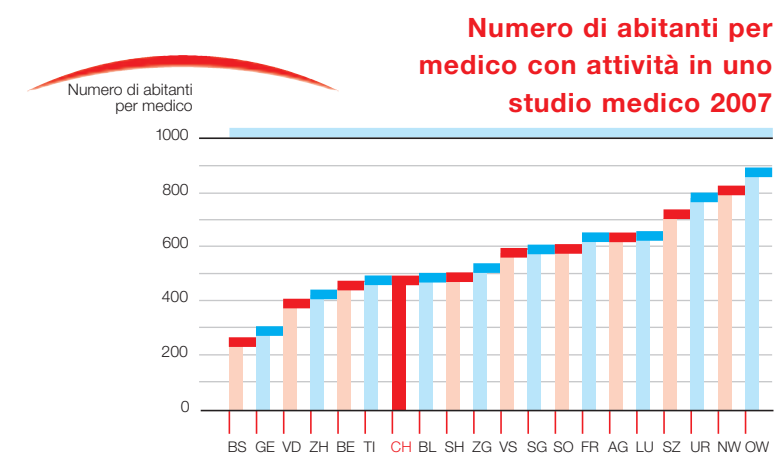
Visana si adopera affinché l'approvvigionamento di base venga rafforzato a favore dei pazienti e ha dunque messo in discussione una propria proposta. Pretendiamo che in linea di principio la popolazione abbia accesso a pre-

stazioni mediche specialistiche tramite medici di famiglia che possono essere scelti liberamente. I medici di famiglia scelti liberamente portano a termine il trattamento del paziente o indirizzano questo, a seconda dell'esigenza, ad un altro fornitore di prestazioni. Il medico di famiglia assume il ruolo del «manager della salute». In tal modo l'attività del medico di famiglia verrebbe valorizzata e, con la maggiore responsabilità, resa economicamente più interessante.

Intervista:

David Roten

Economista sanitario



In Svizzera attualmente non vi è alcuna mancanza di medici. 3,8 medici in Svizzera rispetto ai 3,1 della media OECD lasciano desumere piuttosto un sovrapprovvigionamento e non un sottoapprovvigionamento. I medici sono tuttavia distribuiti in modo ineguale nelle regioni svizzere. Nelle città e nelle agglomerazioni vi è tendenzialmente un sovrapprovvigionamento, nelle regioni rurali un sottoapprovvigionamento. (Fonte: santésuisse, Cantoni selezionati)



Offerta ulteriormente ampliata

Managed Care adesso anche nella Svizzera francese ed in Ticino. Visana collabora, da subito, con sei nuovi studi medici HMO Sanacare ad Aarau, Bienna, Schwyz, Lugano, Lucerna e San Gallo e, con il modello medico di famiglia di Réseau Delta a Losanna e Ginevra. Approfittatene e risparmiate sui premi.

Il medico di famiglia è la prima persona di contatto

All'infuori di poche eccezioni, il vostro medico HMO o medico di famiglia è la vostra prima persona di contatto per qualsiasi questione medica. Questo comporta numerosi vantaggi:

- Il vostro medico di famiglia conosce voi e la vostra anamnesi.
- Avete una sola persona di riferimento che – in caso di bisogno – vi indirizza ad uno specialista.
- Vengono evitati ripetuti esami e visite mediche che vi fanno perdere tempo e denaro.
- I medici HMO e i medici di famiglia collaborano strettamente con specialisti interni ed esterni, con terapisti e ospedali. Un'assistenza medica ottimale è garantita in ogni momento.

In caso di urgenza medica, di esami preventivi ginecologici, di prestazioni per maternità ed esami oftalmologici ambulatoriali (lenti di occhiali e lenti a contatto comprese) non dovete rivolgervi prima al vostro medico HMO o medico di famiglia.

Nuovo in lista: modello medico di famiglia Réseau Delta

A partire da subito, le persone assicurate da Visana possono assicurarsi con il modello medico di famiglia Réseau Delta nelle regioni di Losanna e Ginevra. Potete quindi scegliere un medico di famiglia figurante sull'Elenco dei medici al quale rivolgervi per ogni questione di salute. Oltre alle prestazioni mediche, Réseau Delta vi offre anche corsi di prevenzione della salute.

Per Managed Care s'intendono i modelli HMO (Health Maintenance Organization) e i modelli medico di famiglia. Questi perseguono l'obiettivo di garantire un'assistenza medica senza consultazioni multiple, al fine di mantenere i costi quanto più contenuti possibile. Visana è convinta di questi modelli e, di conseguenza, amplia costantemente la sua offerta. A partire da subito, gli assicurati Visana possono assicurarsi con altri sei modelli HMO e con un nuovo modello di medico di famiglia.

Approvvigionamento completo

Gli HMO sono poliambulatori nei quali lavorano medici di diverse specializzazioni e altro personale paramedico come fisioterapisti o consulenti nutrizionali. I poliambulatori HMO offrono anche diversi servizi: esami di laboratorio, radiologia, ECG, ergometria, sonografia, consulenza per la tutela della salute e offerte di medicina complementare.

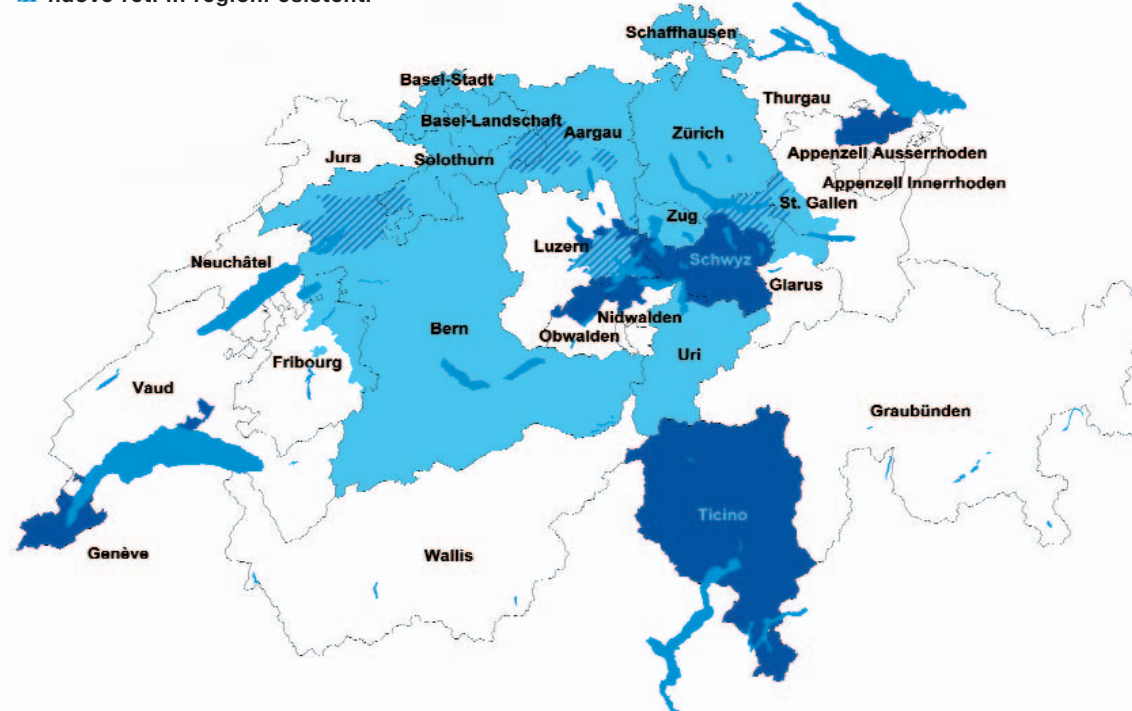
I modelli medico di famiglia sono reti di medici indipendenti attivi in una città o in una regione. Questi s'impegnano a garantire un'assistenza medica ottimale. Lo scambio d'idee tra medici e la richiesta di una seconda opinione medica si rivelano quindi semplici e rapidi. I medici definiscono insieme le diagnosi, si scambiano nozioni specifiche ed esperienze, discutono e accertano i metodi terapeutici necessari. Migliora pertanto la qualità delle prestazioni mediche. I medici che lavorano secondo il modello medico di famiglia curano i pazienti nel proprio studio medico.

Fino al 20 per cento di sconto

Optando per un modello Managed Care aiutate a frenare i costi del settore sanitario. Per

Reti Managed Care di Visana 2009

- reti esistenti
- nuove reti dal 1.1.2009
- nuove reti in regioni esistenti



contro vi potete avvalere di uno sconto sui premi fino al 20 per cento per l'assicurazione di base e per le assicurazioni complementari. Tutto ciò mantenendo una copertura assicurativa ottimale.

Potete passare al modello medico di famiglia o HMO in ogni momento dell'anno. Troverete

ulteriori informazioni ai siti Internet:

www.visana.ch, www.sanacare.ch e www.reseau-delta.ch. Con il calcolatore automatico al sito Visana potete calcolare facilmente i vostri premi Managed Care.

Devica Larizza

Responsabile dei prodotti Clienti privati

I nuovi poliambulatori HMO

Le persone assicurate da Visana che abitano nelle rispettive regioni possono assicurarsi, da subito, con un modello HMO presso gli studi medici Sanacare con i quali Visana collabora ex novo.

Aarau

Sanacare HMO-Praxis
Kasinostrasse 30
5000 Aarau
hmo-aarau@sanacare.ch

Lugano

Sanacare HMO-Praxis
Studio medico
via Ferruccio Pelli 7, 6900 Lugano
hmo-lugano@sanacare.ch

Schwyz

Sanacare HMO-Praxis
Oberer Steisteg 18/20
6430 Schwyz
hmo-schwyz@sanacare.ch

Bienna

Sanacare HMO-Praxis
Neumarktstrasse 27
2503 Bienna
hmo-biel@sanacare.ch

Lucerna

Sanacare HMO-Praxis
Paulusplatz / Obergrundstrasse 73
6003 Lucerna
hmo-luzern-paulusplatz@sanacare.ch

San Gallo

Sanacare HMO-Praxis
Rosenbergstrasse 16
9000 San Gallo
hmo-st.gallen@sanacare.ch



«Lo sport di punta è anche una scuola di vita»

A colloquio con Cornelia Gerson. Sulla scrivania della bernese 44enne si accatano abitualmente le richieste di offerte provenienti dalla Svizzera romanda. Lavorare sotto pressione non è tuttavia affatto un problema per Cornelia Gerson. Quando faceva parte della squadra nazionale di pallavolo ha imparato a convivere.

Il palmares di Cornelia Gerson è impressionante. È stata più volte campionessa svizzera (2000-2003) e vincitrice della coppa con il club di pallavolo Zeiler Köniz e quale punto saliente personale è stata eletta «giocatrice dell'anno 1989». Le esperienze fatte in tale periodo l'hanno sempre aiutata nella sua attività professionale.

Spirito di squadra e resistenza allo stress

«Grazie allo sport ho imparato a trattare con tutte le persone, anche con quelle che non mi vanno a genio», dice Cornelia Gerson. Quando si gioca in una squadra si acquisisce lo spirito di corpo e questa è una caratteristica peculiare che la contraddistingue anche nei momenti frenetici della quotidianità lavorativa. «Quello che altri definiscono stress, non mi manda fuori

strada». Per la madre di due figli ciò costituisce un «effetto collaterale» piacevole della sua carriera sportiva.

Quale interlocutrice per i consulenti dei clienti aziendali è il caposaldo nella gestione delle offerte. In base alle richieste dei clienti, che riceve dai consulenti aziendali, deve elaborare offerte interessanti quanto più rapidamente possibile. «Visto che il mercato è oggetto di forte contesa, devo tenere sempre d'occhio la concorrenza e questo è estremamente avvincente», spiega Cornelia Gerson.

Luci sempre puntate sul mercato

Per essere al corrente delle tendenze del mercato, Cornelia Gerson dipende dalle informazioni che riceve dall'esterno. Una rete di assistenti per i broker e consulenti aziendali la aiutano nell'osservazione del mercato. Cornelia Gerson deve tenersi costantemente aggiornata. Solo in questo modo può continuare ad offrire, per Visana, premi interessanti per le assicurazioni d'indennità giornaliera e LAINF.

Per questo mantiene contatti stretti con i consulenti aziendali della Svizzera romanda. «La collaborazione funziona molto bene. Non sono bilingue, ma non ho inibizioni per quanto riguarda le conversazioni in francese. Per questo anche la comunicazione funziona benissimo», dice Cornelia Gerson.

Competente e responsabile

L'aspetto interessante del suo lavoro è dato dalla grande responsabilità personale e dalle competenze delle quali dispone. Il rovescio della medaglia sta nel fatto che la responsabilità è sua anche se qualcosa dovesse andare storto, confessa Cornelia Gerson con una strizzatina d'occhio. Ma è ovvio che questo non succede praticamente mai.

A Cornelia Gerson, che lavora presso Visana al 70 per cento, non si può sicuramente rimproverare di non avere talento organizzativo. Grazie al fatto che, nonostante l'attività sportiva di punta, ha sempre lavorato occupandosi nel contempo della famiglia e delle faccende di casa, nel corso degli anni ha potuto perfezionare le sue capacità organizzative. «Ciò è stato naturalmente possibile solo grazie ad un datore di lavoro flessibile.»

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale



La pallavolo nel sangue

Cornelia Gerson è cresciuta a Zollikofen, comune periferico di Berna. Già all'età di 14 anni giocava a pallavolo nella lega nazionale B. Dopo un tirocinio di commercio si è trasferita negli USA grazie a una borsa di studio, dove ha iniziato gli studi sportivi, che ha però interrotto dopo un anno perché le condizioni di base non le erano congeniali. Nonostante la sua esemplare carriera nella pallavolo (giocatrice della squadra nazionale, diversi titoli svizzeri e coppe, ecc.) e le numerose offerte di passare al professionismo, ha sempre lavorato, quanto meno a tempo parziale. Dal 1° agosto del 2007 fa parte del gruppo Clienti aziendali di Visana.

Sogni orientali e non solo

visanaclub

Novità dal Visana Club. Puntuale con l'inizio della primavera Visana-Club vi attende con delle offerte che risvegliano tutti i sensi. Il primo in lista è Hammam & Spa Oktogon a Berna.

Il bagno turco hammam ha una lunga tradizione. I primi hammam del mondo islamico sono sorti nel medioevo in Giordania e affondano le loro radici nelle terme greco-romane dei bizantini. Oggi questo rito orientale rilassante di purificazione è diffuso anche in Occidente.

Fare il pieno di benessere e di energia

Il rito dell'hammam si basa sul riscaldamento progressivo e sulla purificazione del corpo. L'hammam è però anche un toccasana per l'anima. Il tiepido calore, la sinfonia di luce e profumi lasciano dimenticare ogni fatica. L'hammam di Berna si trova nell'ex officina del gas (ottagonale) della città di Berna che risale al 19° secolo. Il rito è suddiviso in otto tappe e vi è inoltre una grande scelta di massaggi e di cure di bellezza.

Il percorso «Rito Oktogon» a otto tappe

- 1 Bagno di vapore con erbe aromatiche a 35°C
- 2 Peeling con il kese (quanto esfoliante)

- 3 Rilassamento nell'acqua calda a 38°C della vasca principale della sala alta 13 metri
- 4 Bagno di vapore con erbe aromatiche caldo a 45°C che consente di espellere le tossine e di liberare la pelle dalle impurità con – a scelta – un massaggio alla schiuma di sapone
- 5 Peeling con il sapone all'olio di oliva e con il kese
- 6 Pausa di riposo per stendersi sulla grande «pietra ombelicale» riscaldata con una maschera all'argilla tonificante (rhassoul)
- 7 Rinfresco arabo con tè e delizie orientali e – a scelta – un massaggio all'olio
- 8 Rilassamento sui morbidi cuscini e materassi nella sala relax



Offerte Visana-Club nell'hammam di Berna

Le persone assicurate con Visana possono avvalersi all'Oktogon di due offerte esclusive a prezzi speciali:

Classic

Entrata all'hammam con trattamento rhassoul (maschera all'argilla marocchina) per 45 franchi al posto di 58.

Deluxe

Entrata all'hammam con trattamento rhassoul (maschera all'argilla marocchina) e un massaggio alla schiuma di sapone per 83 franchi al posto di 103.

Visana Club: più vantaggi per voi.

In quanto clienti Visana siete iscritti automaticamente e gratuitamente al Visana Club e potete beneficiare illimitatamente delle vantaggiose offerte dei nostri partner. Visana non spende neanche un centesimo dei vostri premi per il Visana Club.

Per maggiori informazioni contattate il sito www.visana-club.ch o l'Infoline: 031 357 94 09.

Gli intramontabili

Potrete continuare a beneficiare anche di queste offerte. Maggiori informazioni su www.visana-club.ch.

Pacchetto sport invernali regione della Jungfrau

Prezzi speciali per 5 pernottamenti e skipass di 5 giorni. Validità: 8.3.–10.4.2009

Speciale Leukerbad: neve e terme

Prezzi speciali per 5 pernottamenti, skipass e acquapass di 5 giorni. Validi fino al 17.4.2009.

Alpamare

15% di sconto per lei e 3 persone che l'accompagnano. Valido fino al 31.03.2009.

Le offerte primaverili in sintesi

Le offerte dettagliate sono allegate alla rivista Club e si trovano al sito www.visana-club.ch



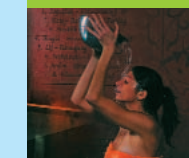
Corso «Schiena in forma»

120.– al posto di 150.–



Corso di snowkiting a Leukerbad

185.– al posto di 245.–



Hammam & Spa Oktogon Berna

Risparmiate fino a 20.–



Notebook VAIO Serie FW di Sony

Offerta limitata!



Läderli Huus Sélection

8 specialità per soli 49.90 al posto di 66.60



ExtraFilm Album fotografici e stampe

14.50 regalati!



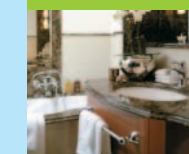
Massaggio Hot Stone da Marionnaud

150.– al posto di 180.–



Camera digitale DSC-S950 di Sony, NOVITÀ!

163.– al posto di 219.–



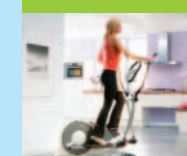
Grand Hotel Hof Ragaz*****

Sconti fino al 30%



Midweek-Packages Davos

Risparmiate fino a 324.–



Crosstrainer cross !me di Kettler

879.– al posto di 1099.–



LeapPad

99.90 al posto di 139.70

Passare a Visana conviene!

Assicurazione domestica: assicurazioni e sconti interessanti. Se avete l'assicurazione malattie Visana ricevete il dieci per cento di sconto sui premi delle assicurazioni mobilia domestica, responsabilità civile privata e stabili Directa. Per i proprietari d'immobili gli sconti sono ancora più notevoli.

L'assicurazione di responsabilità civile privata Directa protegge il vostro patrimonio assumendo risarcimenti di danni giustificati e difendendovi da pretese ingiustificate.

Gli assicurati Visana e i membri della vostra famiglia ottengono uno sconto del dieci per cento sui premi già di per sé convenienti. Questo vale naturalmente anche per i premi aggiuntivi per l'utilizzo di veicoli a motore di terzi che possono essere inclusi nell'assicurazione.

Includere i figli con formazione terminata a prezzi moderati

I figli maggiorenni non sposati che si trovano in fase di formazione sono assicurati tramite l'assicurazione di responsabilità civile privata dei loro genitori. Non appena portano a termine la loro formazione, la protezione assicu-

rativa si estingue. Se però continuano a vivere con i genitori, Directa offre loro una soluzione allettante: per soli 20 franchi all'anno possono farsi includere, come persona assicurata supplementare, nell'assicurazione dei genitori.

Assicurazione di mobilia domestica individuale

Per l'assicurazione di mobilia domestica potete stabilire individualmente le somme d'assicurazione per danni dovuti a furto o causati dall'acqua. Così risparmiate sui premi, visto che il fuoco può distruggere tutti i vostri beni mentre un ladro non può portarsi via tutti gli oggetti che tenete in casa. Anche la rottura di un tubo dell'acqua non inonda la casa intera.

Directa non applica il sistema delle sottoassicurazioni. Ricevete in ogni caso l'intero importo del danno fino all'ammontare della somma assicurata. Anche qui gli assicurati Visana ricevono il dieci per cento di sconto sui premi.

Altri 10 per cento di sconto per i proprietari d'immobili

L'assicurazione domestica Directa offre soluzioni su misura anche per le assicurazioni di immobili. Se disponete dell'assicurazione malattie Visana e stipulate, assieme all'assicurazione di protezione civile privata e di mobilia domestica, anche l'assicurazione di stabili ricevete un ulteriore sconto cumulativo del dieci per cento sull'intero premio.

Abbiamo destato il vostro interesse? Al sito www.visana.ch trovate maggiori informazioni e potete calcolare comodamente il vostro premio Directa. Se preferite, potete inviarci il tagliando di risposta. La vostra agenzia vi contatterà per offrirvi una consulenza non vincolante.

Hannes Bichsel
Marketing Clienti privati

Tagliando di risposta

Vorrei approfittare delle assicurazioni Directa. Vi prego di contattarmi. In particolare mi interessa l'assicurazione

- domestica
 di responsabilità civile privata
 di stabili

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

N. d'assicurato _____

Telefono casa _____

Cellulare _____

E-mail _____

Orario di reperibilità _____

Spedire il tagliando a: Visana Services SA, Directa,
Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15

Una scelta sana

Assegno Surprise: cuscini elsa a prezzi speciali. Fate qualcosa di buono per la vostra spina dorsale. Con un cuscino elsa attingete dal riposo nuova forza ed energia. Lo speciale elsa Espanso Minerale® vi permette di sdraiarsi in modo ergonomicamente corretto e senza causare contratture.

I cuscini elsa non solo sono molto comodi, ma anche facili da lavare e acquistabili in varie dimensioni – più grandi se a casa, più compatti se in viaggio. Sentirete la differenza: il cuscino ortopedico per cervicale consente un riposo più leggero e ristoratore. Le spalle, la nuca e le vertebre cervicali vi ringrazieranno. Ordinate ora con l'assegno wellness il vostro cuscino benessere ad un prezzo speciale.

Le nostre offerte



**Standard –
il più venduto**
(50 x 33 x 11 cm)
Fr. 139.– anziché Fr. 164.–



**De Luxe –
il maxi-cuscino**
(70 x 33 x 11 cm)
Fr. 179.– anziché Fr. 204.–



**Viaggio – piccolo per
quando si è in giro**
(33 x 33 x 11 cm)
Fr. 109.– anziché Fr. 134.–

Disponibili nei seguenti colori:

1: ■ Ecru, 2: ■ Royal, 3: ■ Celeste, 4: ■ Arancione



A proposito: elsa Espanso Minerale possiede una caratteristica singolare: è lavabile! Potete lavare il cuscino nella lavatrice a 60°C. La garanzia è di tre anni.

Trovate ulteriori informazioni sui cuscini elsa in Internet al sito www.elsaint.com

Ordinate il vostro cuscino elsa telefonicamente al numero 032 387 00 62, per e-mail a visana-shop@motio.ch o con il tagliando d'ordinazione (prego allegare l'assegno wellness del VisanaFORUM 3/08).

Tagliando d'ordinazione

Desidero ordinare:

- pezzi Standard per Fr. 139.–, Colore n. (vedi a sinistra)
 pezzi De Luxe per Fr. 179.–, Colore n. (vedi a sinistra)
 pezzi Viaggio per Fr. 109.–, Colore n. (vedi a sinistra)
(incl. spese di spedizione)

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Firma _____

Spedire il tagliando d'ordinazione a:
«Visana vitness», Casella postale 304, 3250 Lyss.



Forza proveniente dall'interno

Dopo le star di Hollywood il metodo Pilates conquista un vasto pubblico. L'allenamento fisico sviluppato da Joseph Hubertus Pilates in America riscontra successo da decenni.

Sono soprattutto le ballerine e i ballerini professionisti, gli sportivi a livello agonistico così come attrici e attori, modelle e modelli a seguire Pilates per rafforzare la muscolatura, migliorare la mobilità e mantenersi in forma fisica.

Pilates, un metodo dolce

L'allenamento muscolare tradizionale non convince o non convince più tante persone. Spesso

sono le donne a cercare metodi più dolci per restare in forma. Questo è sicuramente uno dei motivi per i quali il sistema Pilates da alcuni anni ha trovato seguaci anche in Europa.

La chiave per l'equilibrio

Pilates è un metodo di allenamento completo che comprende corpo e anima. Con la mente viene guidato ogni movimento, il corpo viene percepito in modo cosciente. Esercizi precisi, fluidi, accompagnati da una respirazione regolare si concentrano sul centro del corpo. Ed

è nella «centrale» che la muscolatura pelvica e la muscolatura profonda del tronco viene elaborata dall'interno verso l'esterno.

L'obiettivo del metodo Pilates è di ottenere un buon senso del corpo e una migliore postura. Un allenamento regolare non solo agevola l'equilibrio tra forza e mobilità, ma favorisce anche l'efficienza e aiuta a ridurre lo stress. Ci si sente più equilibrati, elastici, forti e si è meno soggetti agli infortuni. Gli esercizi Pilates contrastano inoltre le sollecitazioni unilaterali del corpo e favoriscono la simmetria del corpo.

Joseph Pilates: ginnasta, atleta e combattente sportivo

Joseph Hubertus Pilates, nato in Germania nel 1883 ha iniziato già all'età di 10 anni a rafforzare mediante ginnastica e body building la sua costituzione indebolita dall'asma e dalla rachitide.

A 32 anni è emigrato in Inghilterra ed ha continuato a sviluppare il suo concetto. Durante un breve soggiorno in Germania si è lasciato ispirare da importanti teorici della danza e del movimento.

Nel 1923 Joseph «Joe» Pilates ha aperto il suo primo centro di fitness a New York. Il suo metodo di allenamento che ha perfezionato per tutta la sua vita, si è diffuso in breve tempo in tutta l'America. Anche dopo la morte di Pilates nel 1967 viene applicato con successo.

Anna Schaller
Pubblicista

Corsi di prova alla «Women Sport Evasion»

Cogliete l'occasione per conoscere il metodo Pilates durante la «Women Sport Evasion» che si terrà a Losanna il 27 e 28 giugno 2009 (vedi anche pagine 3 e 24). Per entrambi i giorni vi sono sul programma dei corsi di prova che sono tenuti da istruttori Pilates esperti.



Pilates: quali costi rimborsa Visana?

Gli assicurati Visana che dispongono delle assicurazioni complementari Ambulatoriale, Basic o Managed Care Ambulatoriale approfittano degli assegni wellness di Visana. L'assegno n. 3 del valore di 50 franchi può tra l'altro essere utilizzato per i corsi Pilates se questi comprendono almeno otto lezioni. Trovate l'assegno nel VisanaFORUM 3/08 il quale può essere consultato anche elettronicamente su www.visana.ch.

Il diabete può essere evitato

Prevenire il diabete con uno stile di vita attivo. Il diabete di tipo 2, la cosiddetta «malattia dello zucchero» può essere evitato con un'alimentazione equilibrata e tanto movimento – anche se si è geneticamente predisposti.

In Svizzera circa 250.000 persone sono affette da diabete e il numero cresce rapidamente. Il diabete denominato spesso «senile» colpisce sempre di più anche bambini e giovani. Il rischio di ammalarsi di diabete di tipo 2 aumenta se in famiglia la malattia è già presente. Il rischio che il figlio di una persona affetta da diabete di tipo 2 si ammali più tardi della stessa malattia è circa del 30 per cento. Se entrambi i genitori hanno il diabete, la probabilità statistica addirittura si raddoppia.

La colpa non è solo dei geni

In confronto al diabete di tipo 1 nel quale le cellule che producono l'insulina e dunque regolano la glicemia vengono distrutte dal sistema immunitario del corpo, per il diabete di tipo 2, oltre alla predisposizione svolgono un ruolo importante anche numerosi altri fattori. Sovrappeso, mancanza di movimento o un'alimentazione non equilibrata sono tipici fattori responsabili per il diabete di tipo 2 – quasi il 90 per cento degli interessati sono obesi al momento della diagnosi.

Prevenire per restare in salute

È soprattutto il grasso depositatosi all'interno del ventre che costituisce un grave fattore di rischio. Diversi studi dimostrano che già una riduzione del sovrappeso del sette per cento diminuisce della metà il rischio di diabete. Vale dunque la pena anche per le per-

sone molto predisposte muoversi a sufficienza e nutrirsi in modo equilibrato per prevenire attivamente questa malattia.

Il diabete di tipo 2 si sviluppa di regola in modo silente per anni senza provocare sintomi. Se il diabete viene tuttavia diagnosticato in uno stadio precoce, le opportunità di terapia sono buone. Nel 60 per cento delle persone con diabete in stadio iniziale si riesce a normalizzare di nuovo il tasso glicemico mediante un adattamento delle abitudini alimentari e più movimento fisico.

Urs Schmid

Comunicazione aziendale

action d – prevenire attivamente il diabete

action d è un progetto nazionale che dal 2001 si dedica attivamente alla prevenzione del diabete ed è sostenuto da assicurazioni malattie, tra cui Visana, e da Promozione Salute Svizzera.

Sul sito Internet www.actiond.ch trovate tra l'altro consigli, ricette e un breve test mediante il quale potete valutare il vostro rischio di diabete. A primavera del 2009 action d offrirà diversi corsi dedicati al diabete sui quali chiameremo l'attenzione anche nel VisanaFORUM.

Rinforzate la schiena!

Seminari per rinforzare i muscoli della schiena. La maggior parte della gente soffre di mal di schiena. Nel seminario di primavera «Rinforzate la schiena!» imparerete a rinforzare la schiena e a stabilizzare i punti deboli. Questo seminario apre la serie di seminari «Visana vitness».

Il mal di schiena è causato solitamente da una postura errata della colonna vertebrale, dalla mancanza di movimento, da sollecitazioni unilaterali o dallo stress.

Diverse cause

Per molti il mal di schiena è all'ordine del giorno e nonostante tutti gli ausili tecnici e i minori sforzi fisici richiesti sul lavoro non ne soffriamo meno di un tempo. Per natura il nostro corpo non è fatto per l'era sedentaria di oggi, in cui ci si sposta in auto, si sta seduti per ore su una sedia, si usano ascensori, scale mobili e altre comodità offerte dalla civilizzazione moderna.

Una postura errata, diventata abitudine, movimenti sbagliati e la mancanza di moto, comportano difetti di portamento che possono provocare il mal di schiena. Ma per

ovviare a questi problemi, qualcosa di più si può fare: regolare correttamente l'altezza della scrivania e della sedia sul posto di lavoro, sollevare e portare correttamente i pesi, ma anche un po' di allenamento muscolare sono un buon investimento nel futuro. Al seminario serale «Rinforzate la schiena!» nell'ambito della serie «Visana vitness» imparerete questo e altro.

Troverete ulteriori informazioni sul seminario al centro dell'opuscolo Visana Club.

Doro Engels

Marketing Clienti privati

Tagliando d'iscrizione

Mi iscrivo/Ci iscriviamo al seminario «Rinforzate la schiena!» a _____ (inserire la località):

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Firma _____

Persona accompagnante:

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Inviare a «Visana vitness», casella postale 304, 3250 Lyss. Potrete iscrivervi al seminario anche telefonicamente (tel. 032 387 00 62), via fax (032 387 00 69) o per e-mail visana-vitness@motio.ch, dove riceverete ulteriori informazioni.

Al seminario «Rinforzate la schiena!» vi daremo importanti consigli e informazioni di base, oltre a insegnarvi come lenire o evitare problemi alla schiena:

- origine e cause del mal di schiena
- posizione corretta di sedia, scrivania e schermo
- ausili di seduta e posizioni di seduta alternative
- esercizi ginnici funzionali per prevenire e lenire il mal di schiena
- portamento quotidiano corretto per la schiena
- apprendimento di semplici tecniche di rilassamento

Bellinzona: 14 aprile 2009 Lucerna: 7 aprile 2009

Berna: 17 marzo 2009 Winterthur: 28 aprile 2009

Coira: 21 aprile 2009 Zurigo: 24 marzo 2009

Losanna: 31 marzo 2009

I seminari dureranno dalle ore 18:00 alle 20:30 e costano 120 franchi, la persona accompagnante (una al massimo) paga solo 90 franchi.

Spot

Effettuate i pagamenti senza contanti

Se pagate le vostre fatture dei premi o le vostre partecipazioni alle spese presso lo sportello postale, la Visana non riceve l'intero importo perché Postfinance trattiene una tassa a carico del destinatario. Ad esempio, per pagamenti fra 100 e 1000 franchi la tassa ammonta a 1,75 franchi a pagamento.

Queste spese rincarano i premi e potrebbero invece essere risparmiate facilmente. Il versamento con ordine di pagamento postale o bancario o tramite Internet è gratuito e per di più vi evita di andare fino in posta o di fare code allo sportello. Basta avere un conto giallo presso PostFinance o un conto bancario.

Ancora più comode sono le procedure di pagamento automatiche LSV delle banche o Debit Direct di PostFinance. Usando di queste procedure, non dovrete più preoccuparvi né degli ordini di pagamento né delle scadenze. Troverete informazioni più dettagliate e il modulo di autorizzazione all'addebitamento presso la vostra agenzia Visana o al sito www.visana.ch

Informazioni importanti

Avete delle domande?

In caso di domande sulla vostra assicurazione, non esitate a rivolgervi a Visana in qualsiasi momento. Trovate il numero di telefono e l'indirizzo del vostro interlocutore sulla vostra polizza attuale.

Se avete domande sui moduli, troverete spiegazioni su Internet al sito www.visana.ch
> Privati > Servizio > Domande frequenti
> Domande specifiche.

Visana Assistance

In caso d'emergenza all'estero, Visana Assistance è al vostro fianco 24 ore su 24, 7 giorni su 7 al numero di telefono +41 22 819 44 11. Trovate questo numero anche sulla vostra tessera d'assicurazione.

Contatto

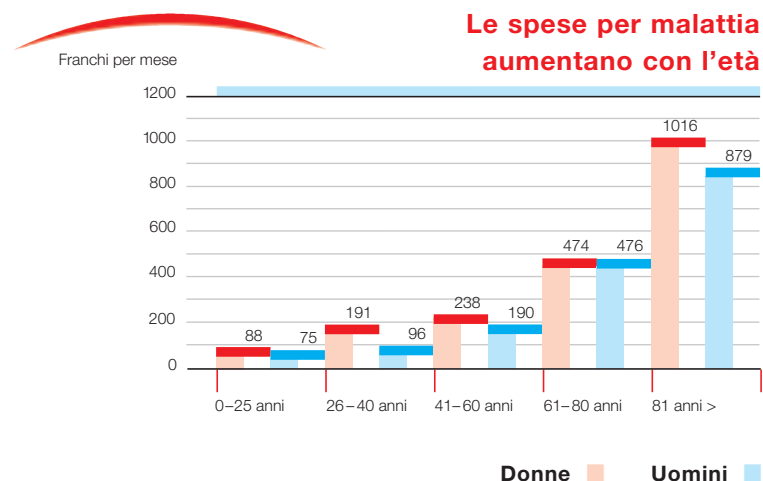
Protezione giuridica sanitaria

Se volete avvalervi della protezione giuridica sanitaria in caso di sinistro, rivolgetevi allo: 062 836 00 70.

Visana Newsletter

Se non volete perdervi mai più un concorso o un'offerta Club interessante, potete registrarvi per la newsletter gratuita su www.visana.ch

Grafico attuale



I costi a carico dell'assicurazione obbligatoria delle cure medico-sanitarie (AOMS), per assicurato e mese, aumentano con l'età. Questo è dimostrato dalle cifre rilevate per il 2007 dagli ultimi dati disponibili per i diversi gruppi d'età. Con il premio unitario viene praticato il concetto di solidarietà tra persone sane e malate, giovani e vecchie. (Fonte: Istituzione comune LAMal)

Vincitrici e vincitori dei concorsi VisanaFORUM 3/08 e 4/08

Le seguenti clienti e i seguenti clienti Visana che hanno partecipato agli ultimi due concorsi di «VisanaFORUM» sono stati fortunati: hanno vinto un Fatboy, un cuscino relax o un giro in mongolfiera con l'aerostato di MediService. La partecipazione al concorso per il giro in mongolfiera è stata strepitosa ed ha superato ogni aspettativa, la mailbox e le urne per le cartoline di partecipazione erano stracolme.

Fatboy

Clément Birklé, Neuchâtel
Fritz Zürcher, Selzach
Susanne Kobi, Rubigen

Cuscino relax

Hans Ueltschi, Zweisimmen
Hanni Holzer, Ostermundigen
Rosmarie Ramseier, Schüpbach
Lis Stüdeli, Bettlach
Christa Keller, Basilea
Jonas Fankhauser, Berna
Ana Karla, Treycovangnes
Julien Wisard, Losanna
Caroline Jacquod, Bramois
Tamara Hänggi, Wetzikon
Rita Zolla, Lugano
Monika Aeschlimann, Basilea
Peter Steiner, Wintertur
Alex Shreif, Erlenbach
Daniel Leuenberger, Safenwil
Chloe Müller, Berna
Lisa Schmid, Grenchen

Giro in mongolfiera

Hans Kuhnert, Stettlen
Fabienne Biedermann, Langenthal
Beat Zimmermann, Stregelbach

Domanda frequente

Che funzione hanno i codici a barre in bianco e nero sui conteggi delle prestazioni?

Quando ricevete un conteggio delle prestazioni avete forse già notato i due codici a barre in fondo al foglio e accanto all'indirizzo a destra. Questi codici a barre contengono informazioni necessarie per la stampa e l'imballaggio dei conteggi delle prestazioni. All'infuori dei numeri d'assicurato dei destinatari non sono registrati altri dati personali.

Mario Rossi
Via Verdi 1, 7000 Coira



Il codice a barre a destra dell'indirizzo contiene:

- numero d'assicurato del destinatario,
- numero cliente postale di Visana (per le rese),
- modo di spedizione (posta A, B),
- tipo di spedizione (raccomandata, personale)
- codice di controllo per l'imballatrice (controlla se tutte le buste per le quali vi è un ordine di stampa sono state veramente stampate).



000000045000001
00000000 001/003

Il codice a barre in fondo a sinistra sulla lettera

comprende oltre al numero d'assicurato del destinatario solo informazioni per la stampa e il controllo, ad esempio il numero di pagina, l'informazione se verrà aggiunto un bollettino di versamento o allegati e l'informazione per la piega.

«Gli incentivi devono premiare assicurati e medici»

Nel settore sanitario si potrebbe risparmiare molto di più. Questa è l'opinione del Professor Peter Zweifel dell'Università di Zurigo. Si presuppone però la possibilità di maggiori incentivi per assicurati e medici.

Da oltre dieci anni in Svizzera esistono modelli Managed Care con i quali gli assicurati s'impegnano a consultare dapprima sempre lo stesso medico. In cambio ricevono uno sconto sui premi. Nel nostro colloquio Peter Zweifel si mostra convinto che con sconti più alti i modelli riscotrebbero più successo.

VisanaFORUM: Professor Zweifel, può tirare le somme del modello Managed Care?

Peter Zweifel: l'obiettivo di risparmiare costi è stato raggiunto. Il numero di persone assicurate con i modelli Managed Care è, però, tuttora esiguo.

Perché?

Il tasso di sconto fissato dalla Confederazione per gli assicurati Managed Care è troppo basso. Al contempo a Berna si riflette come promuovere il Managed Care. È come se la Confederazione fosse alla guida di una macchina tenendo un piede sul gas e l'altro sul freno.

Cosa si deve fare?

Il legislatore deve affidare agli assicuratori-malattie la decisione sul tasso di sconto. Con uno sconto del 35 per cento più persone sceglierebbero Managed Care...

... accettando qualche restrizione?

Sì, ad esempio nella scelta del medico. Se sono disposto ad accettare qualche restrizione, pago meno. In caso contrario pago di più. Lasciamo la scelta a ognuno.

Uno sconto più alto può mettere in pericolo la solidarietà?

Oggi i premi non rispecchiano i costi effettivi. Gli assicuratori-malattie dovrebbero poter fissare i premi a seconda del rischio individuale. Nessuno impoverisce perché comporta un «rischio cattivo». Chi non è in grado di pagare riceve una riduzione dei premi. Non c'è nessuno che regola il mercato tessile solo perché tutti hanno bisogno di una maglietta.

La gioia del movimento

La ricetta del Professor Zweifel per stare in buona salute è il movimento regolare. «Non importa cosa si fa, conta solo farlo regolarmente e fare ciò che ci rende felici.» Peter Zweifel va spesso in giro con la bici, questo comporta anche il vantaggio che «aiuta a smaltire l'adrenalina». Inoltre ama lo sci di fondo, lo sci alpino e in estate le escursioni in montagna e praticare la vela «se trovo il tempo».



Qual è il punto forte di Managed Care?

Al medico incombe la responsabilità di budget. Egli non offre la massima assistenza bensì l'assistenza necessaria. La gestione del paziente è più efficiente. Questi fattori aiutano a risparmiare costi.

Ad esempio?

I medici che fanno parte della rete medica evitano ricoveri inutili. Una degenza ospedaliera media viene a costare 10 000 franchi. Se un medico manda in ospedale solo 3 pazienti in meno si risparmiano 30 000 franchi.

Managed Care va a scapito della qualità?

Un metodo di cura più conveniente non è necessariamente meno buono. Il paziente non deve

sottoporsi a ripetute visite mediche (costose) e il medico conosce a fondo i dossier dei pazienti.

Perché tanti medici sembrano diffidenti?

Solo pochi medici sono disposti ad assumere responsabilità di budget. Oggi mancano gli incentivi. Il sistema vigente è comodo per i medici.

Come si può cambiare questa sistema?

Non appena la pressione sui costi è abbastanza alta e le tariffe per i singoli trattamenti diminuiscono. E non appena viene a cadere la legge secondo la quale le prestazioni possono essere acquisite soltanto in Svizzera. La concorrenza dall'estero ha un effetto correttivo, sia per medici, ospedali e medicinali. La riabilitazione in Portogallo è come quella di qui solo che costa meno. E in più il clima è migliore.

Intervista:

Christian Beusch

Responsabile Comunicazione aziendale

Anche i medici lavorano secondo criteri economici

Nella sua attività di insegnamento e di ricerca il Professor Peter Zweifel si esprime in favore di un orientamento economico più perseverante del settore sanitario svizzero. La sua dissertazione che comprovava che anche i medici si comportano in prima linea secondo criteri economici, ha turbato tanto quanto le sue previsioni sui modelli Managed Care e HMO. Dopo critiche iniziali le sue previsioni si sono ampiamente verificate. Zweifel lavora presso l'Istituto socio-economico dell'Università di Zurigo.

Migliore coordinazione a prezzi più bassi

I modelli Managed Care comprendono le reti di medici, i modelli medico di famiglia e i poliambulatori (HMO). Perseguono l'obiettivo di gestire l'approvvigionamento sanitario da un'unica fonte. Il paziente si rivolge per primo sempre allo stesso medico che, fungendo da «Gatekeeper» decide sull'ulteriore modo di procedere. Si risparmiano quindi costi dei quali, a sua volta, approfittano gli assicurati con riduzioni dei premi.