

Visana

# Forum

Gesundheitsmagazin  
1/2023

**6**

Visana lanciert eine eigene  
Autoversicherung

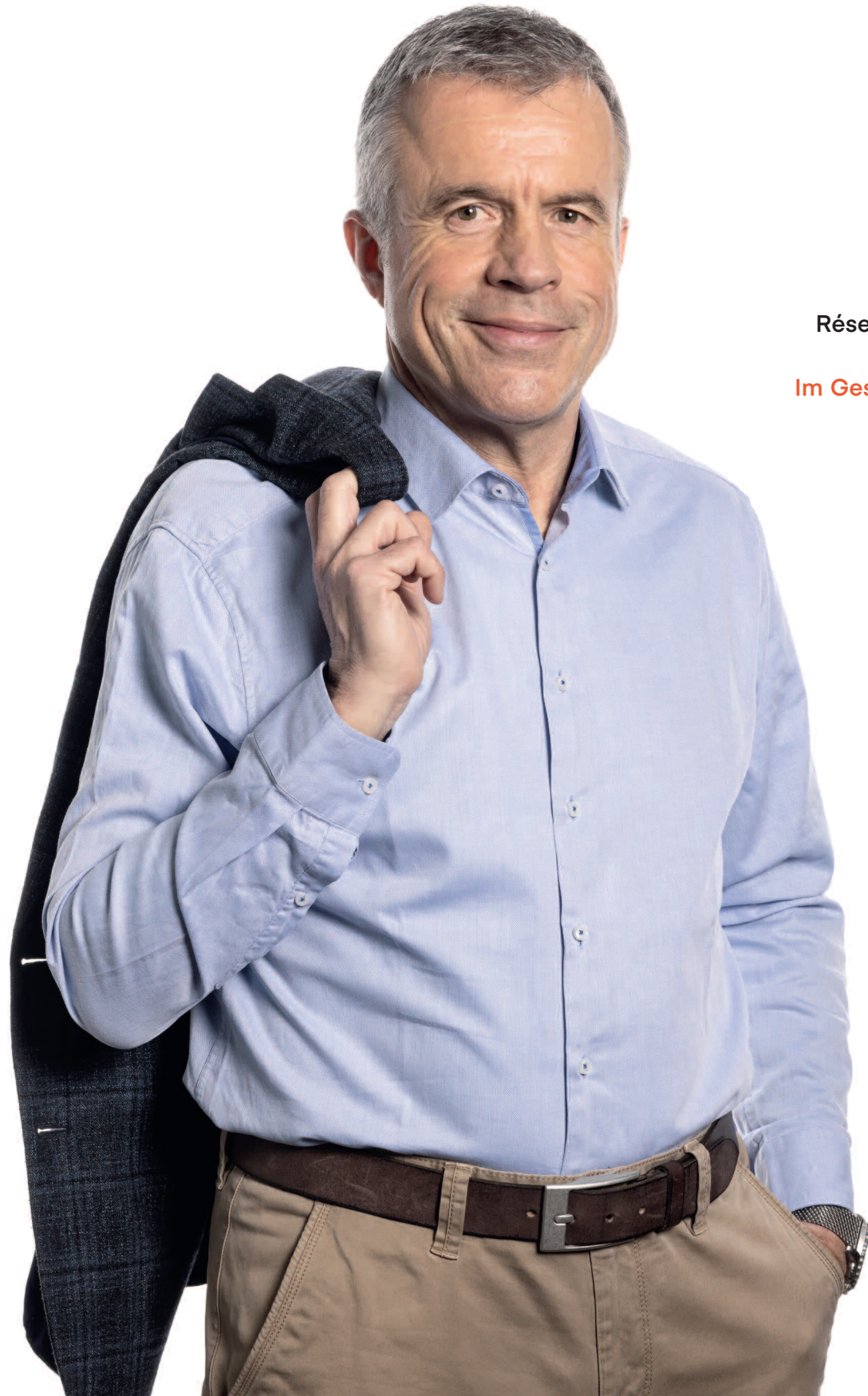
**26**

Réseau de l'Arc: Erste integrierte  
Versorgungsorganisation  
Im Gespräch mit Verwaltungsrats-  
präsident Lorenz Hess

**34**

Satirikerin Patti Basler  
im Interview

  
**visana**  
Wir verstehen uns.



## Gesundheit im Alltag

- 4 Schritt für Schritt zurück ins Leben
- 6 Das erste eigene Auto – klug versichert
- 8 Sicherheit im Strassenverkehr: Experteninterview
- 10 Visana-Mitarbeiterin im Porträt

## Engagement

- 12 Start frei zum Visana Sprint!
- 14 Wettbewerb
- 15 Christian Stucki bleibt Visana erhalten
- 16 Spitalzusatzversicherung und Schwangerschaft

## Fokus

- 18 Verstehen wir uns noch?
- 19 Gemeinsames Verständnis aus Sicht der Psychologie
- 22 CEO Angelo Egli erklärt den Visana-Claim

## Service

- 24 myVisana – das nützliche Online-Kundenportal
- 25 Medizinischer Rat via Well-App
- 26 Ein neues Zeitalter: Projekt Réseau de l'Arc
- 28 Wasserspass im Aquaparc
- 29 Sonnenbrillen schützen Ihre Augen
- 30 Attraktive Angebote im Visana Club
- 32 Gut zu wissen
- 34 Im Gespräch mit Patti Basler

# 18

«Wir verstehen uns» lautet der Visana-Claim. Aber was braucht es, damit wir uns wirklich verstehen? Dieser Frage gingen wir nach.



## Herzlich willkommen beim neuen «VisanaForum»!

Liebe Leserin, lieber Leser

Unser Kundenmagazin erscheint mit dieser Ausgabe erstmals im neuen Kleid. Spannende Inhalte treffen auf ein frisches Design. Ich freue mich, wenn Ihnen die neue Aufmachung genauso gut gefällt wie mir.

«Wir verstehen uns»: Das ist es, was Sie als Kundin und Kunde mit uns als Ihrer Krankenversicherung so eng verbindet. Wir begegnen einander auf Augenhöhe. Wir möchten Sie auf Ihrem Lebensweg jederzeit rundum betreuen und bestmöglich begleiten. Wir sind immer da, wenn es für Sie wirklich zählt, und unterstützen Sie mit unserem vollsten Engagement. Sich verstehen heisst die gleiche Sprache sprechen. Erfahren Sie hier, was gegenseitiges Verständnis aus psychologischer Sicht ausmacht und auslöst. Und warum wir von Visana «nach bi de Lüt» sind und darum mit voller Überzeugung sagen können: «Wir verstehen uns.»

Mit unserem Engagement und unserer Expertise schaffen wir Vertrauen. Und mit unserer Leistungs- und Innovationskraft bringen wir dem Schweizer Gesundheitswesen wichtige Impulse und notwendige Veränderungen. Zum Beispiel mit dem neuartigen Modell der integrierten Versorgung und der Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc im Berner Jura. Eine Pionierleistung in der Schweiz! Lesen Sie mehr dazu im Interview mit unserem Verwaltungsratspräsidenten Lorenz Hess.

Und last, but not least: Schauen Sie sich unsere erste eigene Autoversicherung mit vorzüglichen Kundenrabatten an, lesen Sie das interessante Gespräch mit der bekannten Satirikerin Patti Basler, nehmen Sie an unserem beliebten Wettbewerb teil – und gewinnen Sie. Viel Glück!

Ich wünsche Ihnen inspirierende Lesefreude.



**Herzlich grüsst Sie**  
Ihr Angelo Egli, CEO

A handwritten signature in blue ink, reading "A. Egli". The signature is fluid and cursive, written in a professional style.

# Schritt für Schritt zurück ins Leben

Nach einem Schlaganfall 2015 kann Nadja Knuchel wochenlang weder sehen noch gehen. Die damals 37-Jährige kämpft sich zurück und bestreitet 2021 sogar einen Marathon in Amsterdam. Ihre Geschichte ist bewegend und inspirierend.

Text

Fabian Ruch

Bild

Adriana Leibundgut

Den 9. September 2015 wird Nadja Knuchel nie mehr vergessen. Es ist der Tag, an dem ihr Leben auf den Kopf gestellt wird. Nach zehn Tagen mit extremen Kopfschmerzen geht es ihr im Büro so schlecht, dass sie wegen starken Gleichgewichtsstörungen nicht mehr gehen, kaum noch sehen und nicht mehr richtig sprechen kann. Zum Glück reagieren zwei Arbeitskolleginnen richtig und rufen sofort die Notfallnummer an. «Wäre ich nicht so schnell ideal umsorgt worden, hätte es noch viel schlimmer enden können», sagt Nadja Knuchel.

## «Zum Glück reagierten zwei Arbeitskolleginnen richtig.»

### Das Gehirn ist betroffen

Auch so ist für sie nach der Diagnose «spontane Dissektion» (lebensgefährliche Durchblutungsstörung im Gehirn) nichts mehr so, wie es vorher war. Zuerst im Lindenhofspital, später in der spezialisierten Klinik im Berner Inselspital und schliesslich zwei Monate in einem Rehasentrum in Tschugg oberhalb des Bielersees tastet sie sich Schritt für Schritt zurück ins Leben. In ihrem Gehirn ist vor allem jener Bereich beschädigt, der das Gleichgewicht, den Blutdruck, die Steue-

rung der Augennerven und den Hormonhaushalt reguliert. Und weil die Ärzte am Anfang keine Prognosen stellen können, dürfen und wollen, begleiten Nadja Knuchel schwere Gedanken: «Werde ich nie mehr richtig sehen können? Werde ich auf einen Rollstuhl angewiesen sein? Kann ich nicht mehr zu meiner zweieinhalbjährigen Tochter schauen?»

### Einige Rückschläge, regelmässige Fortschritte

Weil die damals 37-Jährige aber nach eigenen Aussagen einen «harten Walliser Kopf» und einen «sehr starken Willen» hat, akzeptiert sie die Situation sofort. Sie macht sich mit unerschütterlichem Optimismus daran, zum Beispiel wieder laufen zu lernen. Es ist ein langer Prozess, begleitet von Rückschlägen, vor allem aber von regelmässigen Fortschritten. Nadja Knuchel ist sehr dankbar, aufgrund ihrer Spitalzusatzversicherung bei Visana beste Bedingungen vorgefunden zu haben: «Ich wurde in allen Bereichen top unterstützt. Nicht nur bei der Reha, sondern auch später bei einer Haushaltshilfe.»

Nadja Knuchel erholt sich relativ gut vom Schlaganfall. Aber es gibt bis heute zahlreiche Beeinträchtigungen in ihrem Alltag. Sie spürt die rechte Gesichtshälfte und ab dem Hals die linke Körperseite nicht mehr richtig, hat ein enormes Schlafbedürfnis, fühlt sich bei Reizüberflutungen und

### Zur Person

*Der erste Eindruck: fröhlich, optimistisch, lachend. Nadja Knuchel ist eine aufgestellte Person – das bestätigt sich während des langen Gesprächs mit ihr. Den Lebensmut hat sich die 45-Jährige trotz ihrer langen Leidensgeschichte bewahrt. Die Walliserin lebt seit 2008 mit ihrem Mann in der Nähe von Bern, vor zehn Jahren wurde Tochter Nikita geboren. Nadja Knuchel joggt viel und gerne, zudem hat sie das Langlaufen für sich entdeckt.*

schnellen Bewegungen rasch überfordert. «Zudem kann ich nicht zwei Sachen auf einmal erledigen», sagt sie. Das führte auch dazu, dass sie sich vor zwei Jahren dazu entschied, nicht mehr zu arbeiten, um sich voll ihrer Tochter widmen zu können.

#### «Glück im Unglück gehabt»

Und so führt Nadja Knuchel heute ein entschleunigtes, aber glückliches Leben. «Ich bin froh, wie sich nach dem Schlaganfall alles entwickelt hat. Ich habe sicher Glück im Unglück gehabt.» Die Walliserin verschob in den letzten Jahren Grenzen, ihre Geschichte ist inspirierend. Sie lief 2021 sogar einen Marathon in Amsterdam, und diesen März nahm sie am Engadin Skimarathon teil. Wenn Nadja Knuchel heute stärkere Kopfschmerzen plagen, lässt sie sich sofort untersuchen. «Eine spontane Dissektion kann jede und jeden treffen. Aber ich habe keine Angst mehr davor, noch einmal davon betroffen zu sein.»



## Spitalzusatzversicherung – eine sinnvolle Lösung

Wünschen Sie sich mehr Komfort und eine bessere Privatsphäre im Spital? Dann ist die Zusatzversicherung Spital von Visana die perfekte Wahl. Denn die obligatorische Krankenpflegeversicherung deckt lediglich den Aufenthalt in der allgemeinen Abteilung eines Spitals ab. Die Spitalzusatzversicherung ermöglicht unter anderem die freie Wahl beim Spital sowie viele weitere Leistungen. Sie schützt vor möglichen Zusatzkosten und garantiert jederzeit den optimalen Service ganz nach den individuellen Bedürfnissen. Damit Sie wie Nadja Knuchel im Fall eines Notfalls bestens betreut sind.



→ [visana.ch/spital](https://visana.ch/spital)  
oder Beratung mit Antwortkarte  
auf dem Umschlag anfordern.



# Endlich mobil und unabhängig!

Der erste Arbeitsvertrag ist unterschrieben, die Freude ist gross, bald geht es los. Am neuen Arbeitsort stehen genügend Parkplätze zur Verfügung. Fehlt bloss noch das Auto plus Versicherung.

Text  
Stephan Fischer

Bilder  
Visana

## Vorteile der Visana-Autoversicherung

- Garantierte Fixprämie statt Bonus-Malus-System
- Prämienrabatt für Visana-Versicherte
- Einjahresverträge
- Freie Wahl der Werkstatt
- Umfassende Deckung bei Glasbruch
- Grobfahrlässigkeit ist abgedeckt
- Parkscha-den unbegrenzt versichert

## Unser Geschenk an Sie

Gehören Sie zu den ersten 100, die bei uns eine Autoversicherung abschliessen, erhalten Sie eine Coop-Geschenkkarte im Wert von 50 Franken für die nächste Tankfüllung oder den nächsten Einkauf. Aktion gültig bis 31. Dezember 2023.



Nina ist 27. Nach ihrem Studienabschluss im Februar ist sie zwei Monate lang mit dem Zug und dem Rucksack durch Europa gereist. Jetzt ist sie wieder zurück und tritt in wenigen Wochen ihre erste Stelle an. Sie arbeitet als Produktentwicklerin in der Industrie. Sie entscheidet sich dafür, ein eigenes Auto anzuschaffen, das sie schnell und bequem an den Arbeitsplatz bringt. Mobil und unabhängig von Fahrplänen sein, so lautet ihr Credo.

#### **Clever investieren**

Einen Neuwagen kann sich Nina nicht leisten, darum soll es ein Occasionsfahrzeug werden. Da es beim Kauf den einen oder anderen Fallstrick gibt – zumindest hat sie das in einem Online-Ratgeber gelesen –, bittet sie einen Kollegen um Unterstützung beim Kauf. Luca weiss, worauf man bei einem gebrauchten Auto schauen muss. Er rät Nina zudem, ihr Geld in ein Fahrzeug mit einem Notbrems- und einem Rückfahrassistentensystem zu investieren, statt in eines mit Speziallackierung und einer teuren Soundanlage – der Sicherheit zuliebe. Ausserdem empfehle das auch die Beratungsstelle für Unfallhütung (BFU). Das Argument überzeugt sie. Kurze Zeit später hat Nina ihr neues Auto gefunden. Es verfügt sogar über weitere Assistenzsysteme. Fehlt also nur noch die passende Autoversicherung.

#### **Visana-Rabatte ausnützen**

Bei ihrer Online-Suche stösst Nina auf die neue Autoversicherung von Visana. Da sie wie ihre Eltern bei Visana krankenversichert ist, winken zehn Prozent Rabatt auf die Jahresprämie der Autoversicherung. Zudem kann sie dank zwei Sparoptionen im Folgejahr nochmals bis zu 35 Prozent bei der Prämie sparen, indem sie unfallfrei bleibt und ihre jährliche Fahrleistung kilometergenau abrechnet. Sehr sympathisch findet sie auch, dass sie mit einem bescheidenen Unkostenbeitrag von 40 Franken pro Jahr ihre gefahrenen Kilometer (bis 15 000) klimaneutral kompensieren kann (**carbon-connect.ch**). Nina vereinbart online einen Beratungstermin mit ihrer Visana-Agentur. Sie ist zufrieden, dass sie es selbst beeinflussen kann, wie viel Prämien sie künftig spart.



➔ **visana.ch/autoversicherung**  
oder Beratung mit Antwortkarte  
auf dem Umschlag anfordern.



## 3 Fragen

an Michael von Arx

Leiter Produkte, Services & Partner

#### **Warum bietet Visana neu auch eine Autoversicherung an?**

Wir möchten unsere Kundinnen und Kunden rundum gut beraten und versichern. Viele schätzen es, wenn sie alle – oder fast alle – Versicherungen aus einer Hand beziehen können. Für die Autoversicherung haben wir uns mit AutoMate Insurance und der TSM Versicherungs-Gesellschaft zwei erfahrene Partner an Bord geholt.

#### **Gibt es für Visana-Versicherte einen Rabatt bei der Autoversicherung?**

Ja, wer mindestens eine Grund- oder eine Zusatzversicherung bei Visana abgeschlossen hat, erhält zehn Prozent Rabatt auf die neue Autoversicherung. Dies gilt übrigens auch beim Abschluss einer Hausrat-, Privathaftpflicht- oder Gebäudeversicherung

#### **Die Visana-Autoversicherung weist kein Bonus-Malus-System auf?**

Genau, wir haben bewusst darauf verzichtet. Stattdessen können im Folgejahr dank der App «Zahle wie du fährst» und der kilometergenauen Abrechnung der Fahrleistung bis zu 35 Prozent der Prämie gespart werden. Ein weiteres grosses Plus ist: Grobfahrlässigkeit ist automatisch versichert, und zwar sowohl bei der Haftpflicht als auch bei der Teilkasko- und Vollkaskoversicherung.

# «Wir sind noch lange nicht dort, wo wir hinwollen»

Die Zahl der Verkehrsteilnehmenden steigt kontinuierlich. Dennoch wird der Strassenverkehr immer sicherer. Noch rund 200 Todesfälle pro Jahr zählen wir – 90 Prozent weniger als vor 50 Jahren. Die Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) ist mitverantwortlich für die sinkenden Unfallzahlen.

Interview  
Stephan Fischer

Bild  
Mauro Mellone

Im Gespräch erklärt Markus Deublein, Leiter Abteilung Forschung Strassenverkehr bei der BFU, warum eine «Vision Zero» wichtig ist und welches Verkehrsgesetz er umgehend beschliessen würde.

## **Markus Deublein, fahren Sie Auto?**

Ja, aber im Alltag eher selten. Ich fahre in erster Linie in den Ferien. Zusammen mit meiner Familie verbringe ich unsere Ferien seit Jahren mit dem VW-Bus in Europa. Darum weiss ich auch, wie herausfordernd es sein kann, mit dem Auto auf fremden Strassen in einem anderen Land unterwegs und nicht ortskundig zu sein (lacht).

**«Wenn Sie etwas Geld für Extras übrighaben: Investieren Sie in einen Notbremse-Assistenten, nicht ins Soundsystem.»**

## **Wie sicher ist Ihr Bus?**

Er ist in seinem Alter sicher nicht auf dem aktuellen Stand der Technik. Die elektrischen Fensterheber und der Tempomat sind die fortschrittlichste Technologie, die er hat.

## **Welches sind die grössten Gefahren im Strassenverkehr?**

In der Strassenverkehrssicherheit betrachten wir den Menschen, das Fahrzeug und die Umwelt respektive die Infrastruktur. Der Mensch spielt oft die zentrale Rolle. Fehlerhaftes Verhalten und Selbstüberschätzung sind eine sehr grosse Gefahr. In der Analyse des Unfallgeschehens zeigt sich regelmässig, dass Ablenkung und Geschwindigkeitsübertretung die häufigsten Ursachen für schwere Unfälle sind. Die eigene Fahrfähigkeit richtig einzuschätzen, auch im Zusammenhang mit Substanzen wie Alkohol und Drogen, ist ein weiterer wichtiger Punkt.

## **Bezüglich Sicherheit: Kommt es darauf an, welches Auto ich kaufe?**

Ja, absolut. Das Alter und somit die Zuverlässigkeit der einzelnen Komponenten spielen eine Rolle, aber auch die Ausstattung. Der Fortschritt in der Technologie war ein Grund für den Rück-



gang bei den Getöteten und Verletzten, zum Beispiel durch die verpflichtende Ausstattung mit ABS und ESP. Darum gilt vereinfacht gesagt: Je moderner ein Auto, desto sicherer ist es. Ab 2024 werden deshalb gewisse sicherheitserhöhende Fahrerassistenzsysteme bei allen neu verkauften Fahrzeugen obligatorisch.

### **Lohnen sich Assistenzsysteme auch beim Gebrauchtwagen?**

Mein Rat ist ganz klar: Wenn Sie etwas Geld für Extras übrighaben, dann investieren Sie sie nicht ins Soundsystem, in Alufelgen oder Ledersitze, sondern in einen Notbrems-Assistenten. Er ist amortisiert, sobald er den ersten Auffahrunfall vermieden hat.

### **Die Unfallzahlen haben in den letzten 50 Jahren um rund 90 Prozent abgenommen. Warum?**

Unsere Verkehrssicherheitsarbeit im Zusammenspiel mit unseren Präventionspartnern hat ihren Beitrag geleistet, die Gründe sind aber vielfältig: Neben grossen Bemühungen bei der Verkehrserziehung sind auch die Fahrzeuge sicherer und intelligenter geworden, sie schützen besser und vermeiden Unfälle zum Beispiel durch den Notbrems-Assistenten. Ein weiterer Grund ist die Infrastruktur. Strassen und andere bauliche Massnahmen sind nicht mehr nur aufs Auto ausgerichtet, sondern auf die einzelnen Verkehrsgruppen, also auch auf Zufussgehende und Velofahrende. Hier wurde viel standardisiert, investiert und so gebaut, dass die Infrastruktur immer selbsterklärender und sicherer wird für alle, die sich darauf bewegen.

### **Also ist die Bilanz positiv?**

Wir haben bereits sehr viel erreicht. Und je weiter wir sind, desto schwieriger und aufwendiger wird es, noch mehr zu erreichen. Trotzdem stirbt noch alle 1,5 Tage ein Mensch im Schweizer Strassenverkehr. Jede halbe Stunde verletzt sich jemand. Wir sind noch lange nicht dort, wo wir hinwollen. Unser Auftrag ist es, hier weiterzumachen. Auch weil der Verkehr immer komplexer wird.

**Zur Person** Markus Deublein (43) ist Leiter der Abteilung Forschung Strassenverkehr bei der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) und Dozent für Strassenverkehrssicherheit an der ETH Zürich. Er und sein Team bei der BFU forschen neben zahlreichen anderen Themen auch zum Thema «Automatisiertes Fahren». **bfu.ch**

### **Sind null Verkehrstote je realistisch?**

Ich finde es wichtig, dass wir eine «Vision Zero» haben. Es ist an uns, Lösungsansätze zu finden, um diese Vision zu erreichen. Und zwar schrittweise, indem wir uns konkrete Ziele setzen, wo wir in 10 oder 20 Jahren stehen wollen. Das Astra, das Bundesamt für Strassen, hat das Ziel formuliert, dass wir 2030 bei 100 Getöteten sein wollen. Es ist wichtig, dass wir alle Kräfte bündeln und alle Möglichkeiten ausloten, um dorthin zu kommen.

### **Wenn Sie ein Strassenverkehrsgesetz erlassen könnten, welches wäre es?**

Persönlich müsste ich da nicht lange überlegen. Im Hinblick auf Verkehrssicherheit und Lebensqualität wäre das die Einführung von Tempo 30 innerorts. Aus der Physik kennt man die Rolle der Geschwindigkeit bei einer Kollision. Hier liesse sich schnell viel bewirken.

Vollständiges Interview:  
→ [visana.ch/forum](https://www.visana.ch/forum)



# Die Worte zum Klingen bringen

**Visana kommuniziert dreisprachig und ist in allen Landesteilen präsent. Damit die Ticinesi, die Suisses romands und die Deutschschweizer alle dasselbe verstehen, sind Fey Ounaies und ihre Teamkolleginnen für die Übersetzungen besorgt.**

Text

**Peter Rüegg**

Bild

**Alfonso Smith**

Fey Ounaies zitiert ein Übersetzerinnen-Klischee: «Sie sind still, introvertiert, ein wenig menschenscheu und stets über staubige Bücher gebeugt.» Sie muss selber darüber lachen.

## **Sprachversionen**

Fey Ounaies spricht in blitzschnellem Berndeutsch, dabei sind Französisch und Arabisch ihre Muttersprachen. Sie arbeitet im Übersetzungsteam von Visana, das aus zwei Italienisch- und vier Französisch-Übersetzerinnen besteht. Zusammen erstellen sie die Sprachversionen der deutschen Ausgangstexte.

Über den Schreibtisch von Fey Ounaies und ihren Kolleginnen geht alles, was im Austausch mit Kundinnen und Kunden, Jobsuchenden sowie Mitarbeitenden nötig ist. Am häufigsten sind Briefe an Versicherte. Dazu kommen die Versicherungsunterlagen und alles, was an Werbung und Öffentlichkeitsarbeit zum Einsatz kommt.

## **Wann ist eine Übersetzung gut?**

Die einzig wahre Übersetzung gibt es nicht, sondern immer nur eine Auswahl von Möglichkeiten. Übersetzen ist keine Mathematik. Jedes Wort und seine Stellung im Satz, seine Mehrdeutigkeit, seine Dynamik oder schlicht seine Länge hat eine Wirkung. Alles kann präzise eingesetzt und fein variiert werden. «Das Resultat meiner Arbeit muss so klingen, als wäre es das Original», sagt Fey Ounaies.

## **Zuerst den Text verstehen ...**

Die Arbeit beginnt mit dem Verstehen des deutschen Textes. Als Übersetzerin muss sie sowohl die eigentliche Botschaft als auch den Inhalt genau verstehen. Das ist gerade im versicherungstechnischen Umfeld eine Knacknuss. Fachsprache ist oft kompliziert. Sie soll exakt sein und juristisch wasserdicht. Dabei muss sie vor allem leicht verständlich sein.

**«Das Resultat meiner Arbeit muss so klingen, als wäre es das Original.»**

Fey Ounaies analysiert die Textsorte, an wen sich ein Text richtet und ob die Aussagen eher formell oder umgangssprachlich klingen sollen. Generell gilt: je einfacher und leichter lesbar, desto besser. «Ich wähle oft kurze Sätze, da das Französische mehr Wörter braucht als das Deutsche, um dasselbe auszusagen. Typisches Beispiel: «Was ist wichtig?» wird im Französischen zu «Qu'est-ce qui est important?»»



### Zur Person

Fey Ounaies arbeitet seit 2007 als Französisch-Übersetzerin für Visana. Daneben ist sie als interkulturelle Dolmetscherin im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer des Schweizerischen Roten Kreuzes für Flüchtlinge tätig. Sie engagiert sich nebenamtlich auch politisch für Geflüchtete. In ihrer Freizeit geht sie gerne ins Kino und trifft sich mit Freunden. Sie reist regelmässig nach Tunesien, dem Land ihrer Kindheit. Fey Ounaies hat eine erwachsene Tochter und lebt in Freiburg, «direkt am Röstigraben».

### ...dann geht es an die Vokabeln

Nun folgt die eigentliche Übersetzungsarbeit. Fey Ounaies nutzt dazu Software mit künstlicher Intelligenz. Diese erzeugt innert Sekundenbruchteilen einen Vorschlag. Entweder einen vom Team bereits früher erstellten oder einen neuen, maschinell erzeugten. Fey Ounaies ergänzt ihn, formuliert ihn um und setzt daraus eine passende Version zusammen, die sie einer Teamkollegin zum Gegenlesen vorlegt.

«Übersetzungsarbeit ist Teamarbeit. Einsames Schaffen gibt es auch bei uns nicht», sagt sie. Sie bespreche mit einer Kollegin die Korrekturen und alternative Lösungen. Meist sei die beste Lösung eine Mischung aus den Vorschlägen.

### Kreativ sein

Visana ist in allen drei Landesteilen präsent. Als im Jahr 2020 die Botschaft «Wir verstehen uns» entstand, hatte Fey Ounaies' Team die entsprechenden Sprachversionen zu entwerfen: «Wir fragten uns: Was klingt übersetzt genauso gut? Können wir die exakt gleiche Botschaft nehmen? Wie weit dürfen wir uns von den Ursprungsworten entfernen? Schliesslich liessen wir mehrere Varianten testen. Das Rennen machte am Ende «On se comprend». Das ist es auch, was ihr besonders liegt: die kreative Suche nach dem richtigen Klang von Wörtern, nach der feinen Nuance, die einen Satz einfärbt.



Jetzt auch auf  
Ukrainisch für Sie da!  
→ [visana.ch/ukrayina](https://visana.ch/ukrayina)



# «Der Visana Sprint kommt zu dir!»

Ob im Dorf oder inmitten der Stadt, barfuss oder in «Spikes» – beim Visana Sprint dürfen sich Kinder und Jugendliche aus allen Landesteilen wie einst Mujinga Kambundji fühlen und dabei unvergessliche Emotionen erleben. Emotionen, die sie mit ihren Liebsten teilen können. Bahn frei für die Saison 2023!

Text  
Manuel Stocker

Bilder  
Swiss Athletics



→ [visanasprint.ch](https://visanasprint.ch)

## Auf die Plätze, fertig, anmelden!

In der zweiten Saison des Visana Sprint können die Jahrgänge 2008 bis 2016 zeigen, wie schnell sie sind. Das nationale Nachwuchsprojekt von Swiss Athletics und Visana bietet mehr als 250 Startmöglichkeiten in der ganzen Schweiz. Begleiten Sie Ihr Kind zu einer Veranstaltung in der Nähe, oder besuchen Sie den Visana Sprint als Familie. Unterstützen Sie die Stars von morgen vor Ort, und lassen Sie sich auf und abseits der Bahn inspirieren. Vorbeischaun lohnt sich! Startmöglichkeiten und Online-Anmeldung: [visanasprint.ch](https://visanasprint.ch)

Die Visana-Arena bietet Spiel und Spass für die ganze Familie.

Wer ist der Schnellste? Die Frage ist so alt wie die Leichtathletik selbst. Beim ältesten Nachwuchsprojekt von Swiss Athletics geht es allerdings nicht bloss darum, wer sich als Erste oder Erster ins Ziel wirft. «Viel wichtiger ist der Spass und die Freude», betont Mujinga Kambundji. Die Visana-Botschafterin muss es wissen. Schliesslich hat auch sie, ermuntert durch die ältere Schwester und mit der Unterstützung ihrer Eltern, einmal als kleines Mädchen angefangen. «Klar war ich auf dem Schul- und Sportplatz immer unter den Schnellsten», schaut die Berner Welt- und Europameisterin auf ihre ersten Sprintwettkämpfe zurück, «aber am Schluss zählte das gemeinsame Erlebnis mit der Familie und den Freunden mehr als die Platzierung.»

#### Begeisterung bei Gross und Klein

Was damals für Mujinga galt, gilt erst recht für die Sprintgeneration von morgen. Letztere kommt beim Visana Sprint voll auf ihre Kosten. Vom Einlaufen mit den Vereins- und Schulkollegen über die Anfeuerungsrufe der stolzen Gotte und Geschwister bis zum verdienten Finisher-Geschenk nach den emotionsreichen 50, 60 oder 80 Metern: Der Visana Sprint begeistert Gross und Klein, Fans und Startende, Ehrenamtliche und Betreuende. Ein Sportfest für alle – mit packenden Rennen, spannenden Wettbewerben und attraktiven Gewinnspielen, die den Tag noch einzigartig machen.



#### Mujinga ganz «nach bi de Lüt»

Seit dem Frühling können sich 7- bis 15-Jährige für die Saison 2023 anmelden. Dabei kommen laufend neue «Schnällsch»-Veranstaltungen hinzu. Wer sich bei den lokalen Ausscheidungen durchsetzt, qualifiziert sich für einen der 26 Kantonalfinals. Dort wird nicht nur um die Startplätze für den Schweizer Final am 17. September 2023 in Freiburg gesprintet, sondern auch der «rote Teppich» ausgerollt. Zusätzlich zum grossen Saisonabschluss flitzen die flinksten Sprintraketen nämlich auch an einigen kantonalen Events über die mobile Conica-Laufbahn – mitten im Zentrum und ganz nah bei den Leuten. «Der Visana Sprint kommt zu dir!», lautet das Motto in den Kantonen Genf (Stadt), Bern (Interlaken) und Aargau (Brugg). Passend dazu wird Sprintkönigin Mujinga Kambundji ihre Nachfolgerinnen an ausgewählten Kantonalfinals küren und nicht nur bei den Schnellsten für leuchtende Augen sorgen.





# Gewinnen Sie zwei Direktflüge auf die Kanalinseln

**Wir verlosen Flüge für zwei Personen auf die Kanalinseln Jersey und Guernsey im Wert von 1710 Franken.**

Text  
**Nadja Osterwalder**

Bild  
**zVg**



→ [visana.ch/wettbewerb](https://visana.ch/wettbewerb)

Teilnahmeschluss: 30. Juni 2023. Machen Sie online mit oder schicken Sie uns die Antwortkarte auf dem Umschlag.

Die Gewinnerin oder der Gewinner wird bis 7. Juli 2023 benachrichtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg sowie die Barauszahlung der Preise sind ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass Visana und ihre Partner die angegebenen Daten zu Marketingzwecken verwenden dürfen. Die Nutzung kann jederzeit widerrufen werden.

Der Gewinn beinhaltet Tickets für den direkten Charterflug ab Zürich vom Reisespezialisten Rolf Meier Reisen, der die Inseln zwischen Mai und August anfliegt.

Die malerischen Inseln Jersey und Guernsey im Ärmelkanal locken mit faszinierenden Klippen, schönen Buchten und englischen Landhäusern. Hier trifft ein Hauch von französischem Savoir-vivre auf britische Tradition. Die sonnenverwöhnten Inseln sind der perfekte Ort, um runterzufahren und Natur und Ruhe zu geniessen. In der Hauptreisezeit von Mai bis August sind Jersey und Guernsey jeweils am Samstag bequem per Direktflug ab Zürich erreichbar. Anbieter des Flugs ist der Schweizer Reisespezialist Rolf Meier Reisen ([rolfmeierreisen.ch](https://rolfmeierreisen.ch)) mit Sitz in Neuhausen am Rheinfall. Der Reiseveranstalter stellt seit 50 Jahren massgeschneiderte Arrangements für Individual- und Gruppenreisen zusammen.

Auf Sie warten grüne Landschaften, englische Kultur und französische Küche. Schicken Sie uns die Antwortkarte auf dem Umschlag, oder nehmen Sie auf [visana.ch/wettbewerb](https://visana.ch/wettbewerb) an der Verlosung teil.

**Impressum:** «VisanaForum» ist eine Publikation der Visana-Gruppe. Zur Visana-Gruppe gehören Visana, sana24, vivacare und Galenos. «VisanaForum» erscheint zweimal jährlich. Redaktion: Stephan Fischer, Nicolas Hausammann, Simon Stettler, Yasmin Matthys. Adresse: VisanaForum, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 16. E-Mail: [forum@visana.ch](mailto:forum@visana.ch). Gestaltung: Bold AG Kommunikationsagentur, Bern. Layout: Natalie Fomasi, Elgg. **Titelbild:** Remo Neuhaus. Druck: Vogt-Schild Druck AG, Deringen. Internet: [visana.ch](https://visana.ch). **Adressänderungen:** Falls Ihre Adresse falsch ist oder Sie ungewünscht mehrere «VisanaForum» erhalten, melden Sie sich bitte bei Ihrer Visana-Agentur (Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Ihrer Police).



gedruckt in der schweiz



# Der Schwingerkönig bleibt Visana erhalten

Christian Stucki beendet Mitte Juni am Seeländischen Schwingfest in Lyss seine aktive Schwingerkarriere. Der sympathische Berner wird als Visana-Markenbotschafter seinen grossen Vorbildcharakter weiterhin zum Wohle des Nachwuchses einsetzen.

Text

Nicolas Hausammann

Bild

Stefan Wermuth

Ende März gab Christian Stucki auf seinen Social-Media-Kanälen bekannt, dass er sich in seiner Abschiedssaison als aktiver Schwinger auf einen letzten grossen Auftritt vorbereitet. Dieser soll passenderweise vor seiner Haustüre stattfinden: am Seeländischen Schwingfest vom 11. Juni 2023 in Lyss. Dort wird der Seeländer gebührend aus dem Sägemehl verabschiedet.

## Vorbild für Nachwuchs

Auch bei diesem letzten grossen Auftritt als aktiver Schwinger wird Visana ihren Markenbotschafter unterstützen. Die Partnerschaft mit dem Berner Seeländer endet nicht, sondern wird über die Schwingerkarriere von Christian Stucki hinaus weitergeführt. Visana ist davon überzeugt, dass er mit seiner Bodenständigkeit, seiner Leidenschaft und seinem Erfolgswillen auch in Zukunft ein besonderes Vorbild für junge Sportlerinnen und Sportler sein wird. So wird Christian Stucki als Namensgeber und Trainer bei den Visana-Schwingcamps im Oktober mit dem ambitionierten Schwingernachwuchs im Sägemehl steigen.



Das Visana-Schwingcamp mit Christian Stucki findet am 14. und 15. Oktober 2023 bereits zum dritten Mal statt. Der Schwingerkönig von 2019 trainiert die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Tag lang persönlich und gibt ihnen dabei wertvolle Tipps und Tricks. Möchte Ihr Kind auch dabei sein? Dann machen Sie mit bei unserem Wettbewerb auf [visana.ch/camps](https://visana.ch/camps), oder scannen Sie ganz einfach den QR-Code.

Mit etwas Glück steigt Ihr Nachwuchs schon bald mit «Chrigu» Stucki ins Sägemehl.





# Freie Spitalwahl und mehr Privatsphäre

Die obligatorische Grundversicherung deckt den Aufenthalt in der allgemeinen Abteilung im Spital. Wer sich mehr Komfort und Privatsphäre gönnen möchte, ergänzt die Leistungen am besten mit einer Spitalzusatzversicherung.

Text  
Michael von Arx

Bild  
Visana



# «Mit einer Spitalzusatzversicherung geniessen Sie freie Spital- und Arztwahl sowie mehr Privatsphäre und Komfort.»

Michael von Arx, Leiter Produkte, Services & Partner

Miriam und Eric erwarten ihr erstes Kind. Die Vorfreude ist gross, das Kinderzimmer ist eingerichtet und die kleinen Strampler liegen parat. Miriam freut sich riesig, ist aber auch ein bisschen aufgeregt und wünscht sich daher für die Geburt etwas mehr Komfort als üblich. Sie weiss, dass Frauen während der Schwangerschaft und der Geburt im Rahmen der Grundversicherung für das Wichtigste abgesichert sind. Trotzdem will die werdende Mutter auf Nummer sicher gehen.

## Mehr Privatsphäre und die Liebsten in der Nähe

Vor allem nach der Geburt möchte sie die ersten Stunden mit ihrem Kind in einem Ein- oder Zweibettzimmer geniessen. Mit einer Spitalzusatzversicherung kann sie die Leistungen der Grundversicherung ganz nach ihren Bedürfnissen ergänzen. Bei jedem Modell eingeschlossen sind die Reiseversicherung Vacanza, Beiträge an Bade- und Erholungskuren nach der Geburt sowie das sogenannte Rooming-in: Eric darf also ebenfalls in ihrem Zimmer übernachten und wird gepflegt.

## Pauschale bei alternativen Geburten

Miriam hat mit ihrer Freundin Laura über das Thema gesprochen. Laura überlegt sich, ihr erstes Kind bei einer Hausgeburt zur Welt zu bringen, weshalb sie sich speziell für diesen Fall interessiert. Die Spitalzusatzversicherung von Visana zahlt eine Geburtspauschale bei ambulanter Geburt, Hausgeburt oder im Geburtshaus. Miriam und Eric können diesen Betrag frei verwenden – und damit etwa die ersten Grosspackungen Windeln bezahlen. Die Beiträge unterscheiden sich je nach Versicherungsmodell: Spital Flex 500 Franken, Spital Flex Plus 1500 Franken, Spital halbprivat 1000 Franken und Spital privat 1500 Franken.

## Zusatzversicherung jederzeit abschliessen

Miriam ist sich noch nicht sicher, für welches Modell sie sich entscheiden wird. Zusammengefasst bietet Visana vier Kategorien an: Spital allgemein, Spital flexible Wahl (zum Beispiel Spital Flex Plus), Spital halbprivat und Spital privat. Mit diesen Optionen findet sicher auch die werdende Mutter die für sie passende Lösung. Abschliessen kann sie die Versicherung jederzeit.

### Ihre Vorteile mit der Spitalzusatzversicherung

- Freier Zugang zu allen Schweizer Akutspitälern
- Chefarztbehandlung im Spital
- Mehr Komfort und Privatsphäre im Ein- oder Zweibettzimmer
- Inklusive Reiseversicherung Vacanza
- 50 Prozent Rabatt auf die Zusatzversicherung ab dem zweiten Kind
- Beitrag an Bade- und Erholungskuren
- Rooming-in (Partner/Partnerin darf im Zimmer schlafen)



→ [visana.ch/spital](https://visana.ch/spital)  
oder Beratung mit Antwortkarte  
auf dem Umschlag anfordern.

# Verstehen wir uns noch?

Eigentlich möchten wir es alle – verstanden werden. Der Weg zum gegenseitigen Verständnis ist aber nicht immer einfach. Was braucht es also, damit uns das Gegenüber wirklich versteht? Wir unterhielten uns mit Rainer Greifeneder, Professor für Sozialpsychologie an der Uni Basel, und seiner Kollegin Fanny Lalot darüber, was die Voraussetzungen sind, damit wir uns (wieder besser) verstehen. Und wir fragten bei unserem CEO Angelo Egli nach, was der Visana-Claim «Wir verstehen uns» bedeutet. Die beiden spannenden Interviews lesen Sie auf den folgenden Seiten.

*Unser Botschafter  
Christian Stucki verkörpert  
den Visana-Claim  
«Wir verstehen uns» perfekt.*

## Wir verstehen Erholung.

Darum beteiligen wir uns an Ihren Kosten für Gesundheit und Wohlbefinden. [visana.ch](https://www.visana.ch)



Wir verstehen uns.

**visana**



# «Gemeinsame Werte und Respekt sind elementar»

Warum versteht man sich – und warum nicht? Wir haben mit Professor Dr. Rainer Greifeneder und Dr. Fanny Lalot darüber gesprochen, was es benötigt, damit man auch bei unterschiedlicher Meinung eine gemeinsame Basis finden kann.

Interview  
Fabian Ruch

Bilder  
Adriana Leibundgut

**Der Visana-Claim lautet: «Wir verstehen uns». Was verstehen Sie darunter?**

*Rainer Greifeneder:* In unserem Verständnis hat diese Aussage zwei Ebenen. Einerseits geht es um die gemeinsame Sprache. Und andererseits darum, dass Visana gut mit den Kundinnen und Kunden auskommt. Der Claim sagt: «Vertraut uns.» Es geht um Empathie und Sympathie. Mit jemandem, mit dem man sich versteht, will man Zeit verbringen.

**Was braucht es, damit wir drei uns verstehen?**

*Fanny Lalot:* Meistens untersucht die Forschung, warum wir uns nicht verstehen. Generell kann man sagen, dass Menschen die Welt häufig vor allem aus ihrer Perspektive sehen und nicht genügend berücksichtigen, dass andere anders denken könnten. Klare Kommunikation und Vertrauen sind entscheidend, damit wir uns verstehen.

*Greifeneder:* Es muss dabei nicht zwingend ein Vorteil sein, dass man sich gut kennt. Denken Sie an die vielen Konflikte innerhalb einer Familie.

*Lalot:* Machen wir ein konkretes Beispiel: Woher kommen Sie?

**Bei Ihnen hier im Büro in Basel würde ich antworten: «Aus Bern.» Im Ausland wohl: «Aus der Schweiz.»**

*Lalot:* Sie könnten auch antworten: «Vom Planeten Erde». Wir würden die Worte dieser Aussage verstehen. Richtig wäre sie auch, aber Sinn würde sie in unserem kommunikativen Kontext nicht ergeben. Sie sehen, wie wichtig gegenseitiges Verständnis ist. Am besten auf Augenhöhe.

**Eine klassische Situation ist das Gespräch zwischen Arzt und Patient. Da fehlt manchmal die Augenhöhe.**

*Greifeneder:* Zu dieser Konstellation wurde hier in Basel geforscht. Patientinnen und Patienten sind in diesen Gesprächen oft gestresst und nehmen nur einen Bruchteil aller Informationen so auf, wie sie gemeint sind.

**«Klare Kommunikation und Vertrauen sind entscheidend, damit wir uns verstehen.»**

**Wir unterhalten uns auf Englisch, es ist nicht unsere Muttersprache. Welchen Einfluss hat das aufs gegenseitige Verständnis?**

*Lalot:* Wenn man alle Wörter präzise versteht, ist das ein wertvolles Eintrittsticket für das Gespräch. Dass wir einen vergleichbaren Hintergrund und ein ähnliches Wertesystem haben, weil wir alle in der Schweiz und in Deutschland aufgewachsen sind, hilft für das Verständnis.

**Frau Lalot, Sie haben sich auf das Gebiet «Vertrauen» spezialisiert. Erzählen Sie von den wichtigsten Erkenntnissen.**

*Lalot:* Vertrauen bedeutet, sich in einer Situation verletzbar zu machen, weil wir positive Erwartungen an das Verhalten anderer haben. Diese Erwartungen sind natürlich sehr subjektiv: Verschiedene Menschen erwarten unterschiedliche Dinge, und es kann zu Missverständnissen darüber kommen, wie man sich in einer bestimmten Situation verhalten sollte.

*Greifeneder:* Ein einfaches Beispiel zu verschiedenen Erwartungen aus meinem Leben: Ich kam gestern Abend zu spät nach Hause, weil ich im Büro beschäftigt war. Für meine Frau war klar, dass ich etwas hätte anders machen können. Und für mich war klar, dass andere etwas hätten anders machen können, damit ich nicht so spät noch E-Mails beantworten muss.

**Wie ist der Effekt aufs gegenseitige Verständnis, wenn jemand nicht aufrichtig ist?**

*Lalot:* Man vertraut weniger. Wenn wir jemanden kennenlernen oder beispielsweise die Krankenkasse wechseln, gehen wir im Idealfall ohne Vorurteile vor. Tiefes Vertrauen herzustellen, ist ein langer Prozess, oft wird das sehr früh in der Kennenlernphase definiert. Handelt jemand unehrlich, wirft das die Beziehung weit zurück.

**Ich war an der Fussball-WM in Katar. Mir fehlte das Verständnis für die schwierige Menschenrechtslage dort und dafür, dass Frauen und Homosexuelle weniger Rechte haben. Wie versteht man einander, wenn die Ansichten zu einem Thema derart diametral entgegengesetzt sind?**

*Lalot:* Gemeinsame Werte und Respekt sind elementar. Wir müssen eine gemeinsame Grundlage finden, um einen Dialog zu beginnen. In diesem Fall sind beide Parteien davon überzeugt, im Recht zu sein. Hier geht es darum, dass man die andere Kultur akzeptiert, ohne sich total zu verbiegen.

**Menschenrechte sind nicht verhandelbar.**

*Greifeneder:* Aus unserer Sicht unbedingt. Aber in Katar sind Kultur, Denken und Handeln anders. Das ist wertfrei gemeint. Es gibt viele Beispiele, in denen sich zwei Gruppen fast unversöhnlich gegenüberstehen. Schauen Sie die Diskussion um die Waffenkontrolle in den USA an. Es gilt, eine gemeinsame Grundlage für das Gespräch zu finden, auf der man aufbauen kann. Selbst wenn diese sehr klein ist, gibt es bestimmt in der Mitte eine Insel. Darauf können wir uns einigen und so Vertrauen bilden.

**Stimmt der Eindruck, dass es aktuell viele Themen gibt, bei denen sich zwei Blöcke mit starken Meinungen gegenüberstehen – und man gar nicht mehr konstruktiv diskutiert: Corona, der russische Angriffskrieg, die Klimadebatte?**

*Lalot:* Vermutlich hat jede Generation das Gefühl, ihre Probleme seien so tief wie nie zuvor. Es wird stark emotionalisiert und pauschalisiert. Auch hier gilt es, auf die andere Seite einzugehen und eine gemeinsame Grund-



lage zu finden. Speziell an diesen drei Beispielen ist, dass sie die ganze Welt betreffen und unterschiedliche Kulturen und Werte eine grosse Rolle spielen.

**Eine provokative Frage: Warum ist es überhaupt wichtig, immer alles zu verstehen? Unsere Kinder möchten jeden Tag mehr Süssigkeiten essen und stundenlang auf dem Tablet spielen. Sie begreifen nicht, warum wir Regeln aufstellen.**

*Lalot:* Man findet dann hoffentlich genau diese gemeinsame Insel in der Mitte. Ab 6, 7 Jahren können sich Kinder zudem besser in die Lage anderer versetzen.

**Bleibt noch die Frage nach Social Media und den Blasen, in denen wir uns bewegen. Ist das nicht gefährlich, weil es so noch schwieriger wird, Menschen mit anderen Meinungen zu verstehen?**

*Greifeneder:* Blasen sind ein Problem, weil wir auf Social Media in unserem Denken bestärkt werden und keine Widerrede erhalten. Man verlernt, andere Perspektiven zu akzeptieren.

**Prof. Dr. Rainer Greifeneder** ist in Süddeutschland aufgewachsen. Er promovierte an der Universität in Mannheim und forschte an der University of Virginia (USA), der Radboud Universiteit Nijmegen (Holland) und der University of Southern California (USA). Der 45-Jährige ist Professor für Sozialpsychologie an der Universität Basel. Seine Hobbys sind Velofahren und Badminton.

**Dr. Fanny Lalot** kommt aus Genf, ist Doktorin der Philosophie und forschte an der Universität in Kent (England). Sie untersucht derzeit an der Universität Basel als wissenschaftliche Mitarbeiterin unter anderem das Thema «Vertrauen» in all seinen zwischenmenschlichen und politischen Facetten. In ihrer Freizeit geht die 33-Jährige gerne wandern und joggen – und sie liebt es, die Welt zu bereisen.

*Lalot:* Vor allem gibt es im Internet selten Mediatoren, die vermitteln. Oft kommen sie erst zum Einsatz, wenn schon viel Geschirr zerschlagen worden ist. Wichtig ist, dass die sozialen Medien nicht grundsätzlich schlecht sind. Wenn sie richtig genutzt werden, können sie ein erstaunliches Instrument sein, um mit Menschen aus aller Welt in Kontakt zu treten und sie zu verstehen.

**Dann verraten Sie uns bitte noch, was Sie vom Visana-Claim «Wir verstehen uns» halten.**

*Greifeneder:* Würden wir den Claim nicht gut finden, wäre das jetzt der Zeitpunkt, in dem wir sehr empathisch vorgehen müssten (lacht). Ernsthaft: Es ist ein schöner Claim. Doch er ist mit Risiken verbunden, weil sich Visana daran messen lassen muss, hohe Ansprüche zu erfüllen.

**Vielen Dank für das Gespräch. Finden Sie, wir haben uns gut verstanden?**

*Lalot:* Ja. Die Rollen und der Rahmen waren klar vorgegeben. Es gab ein gemeinsames Interesse an einem interessanten Dialog. Sie vertrauen uns, dass wir keine Unwahrheiten erzählen. Und wir vertrauen Ihnen, dass Sie uns korrekt zitieren. Am Ende haben wir uns verstanden.

# «Eine gemeinsame Sprache verlangt auch, einander zuzuhören»

«Wir verstehen uns» – so lautet der Visana-Claim.

CEO Angelo Eggli erzählt im Gespräch, was dieser Claim für Visana bedeutet und warum für ihn ganz persönlich das gegenseitige Verständnis so wichtig ist.

Interview  
Yasmin Matthys

Bild  
Remo Neuhaus

## Angelo Eggli, welche Sprachen sprechen Sie?

Deutsch, Italienisch, Französisch und Englisch. Sehr gerne würde ich noch Spanisch lernen.

## Sie sind Berner mit italienischen Wurzeln. Wie wichtig ist es für Sie, andere zu verstehen?

Dies ist elementar für unser Zusammenleben. Genau so wichtig ist, selber von den anderen verstanden zu werden. Für beides ist die Sprache fundamental. Nicht zuletzt dank meiner «Italianità» habe ich die Bedeutung von Kommunikation früh begriffen – und dass die richtigen Gesten dazugehören.

## Verstehen wir uns generell zu wenig?

Wir vergessen manchmal, dass der gleiche Dialekt nicht automatisch bedeutet, dass wir auch die gleiche Sprache sprechen. Letzteres verlangt, dass wir einander zuhören, uns in das Gegenüber versetzen und nicht vorschnell urteilen. In der Emotion neigen wir manchmal zu Fehlinterpretationen, was zu Missverständnissen führt.

## Wofür steht der Visana-Claim «Wir verstehen uns»?

Als Visana sind wir aus Tradition «nach bi de Lüt». Wir teilen die Werte unserer Kundinnen und Kunden, wir verstehen ihre Anliegen. Und weil wir wissen, woher wir kommen und wohin wir gehen, schaffen wir

höchste Verbindlichkeit. Mit «Wir verstehen uns» drücken wir aus, dass wir einander auf gleicher Augenhöhe begegnen, dass wir eine gemeinsame Sprache sprechen und dass wir immer für unsere Kundinnen und Kunden da sind.

## Welche Bedeutung hat der Claim für Visana?

Wir begleiten unsere Mitmenschen von der Geburt bis ins hohe Alter. Wir feiern ihre grössten Lebensmomente ebenso, wie wir sie in herausfordernden Situationen unterstützen – menschlich, nahbar und bodenständig. Unsere Kundinnen und Kunden fühlen sich bei uns gut aufgehoben und haben mit Visana immer eine Partnerin an ihrer Seite, die sie versteht. Darum vertrauen uns unsere Kundinnen und Kunden.

## Wie fördert Visana dieses gegenseitige Vertrauen?

Nähe, Verständnis und guter Service sind die entscheidenden Werte. Mit den rund 50 Agenturen schweizweit bieten wir unseren Kundinnen und Kunden eine heimatverbundene Anlaufstelle. Unsere Mitarbeitenden vor Ort kennen ihre Lebensgeschichte, pflegen einen engen Kundenkontakt und können schnell und unkompliziert auf individuelle Bedürfnisse eingehen. Unsere Leistungszentren werden für ihre schnelle Abwicklung bei



### Zur Person

Angelo Egli (55) ist seit 1. September 2019 CEO von Visana. Er studierte an der Universität Bern Jura und besitzt das Fürsprecherpatent (Rechtsanwalt). Der Berner mit italienischen Wurzeln ist verheiratet und lebt mit seiner Familie in der Nähe von Bern. Zu seinen Hobbys gehören das Reisen, Kunst, Tennisspielen und Fussball.

den Rückerstattungen geschätzt. Diese Mentalität der Zuvorkommenheit und des Respekts pflegen wir mit allen unseren Partnern.

### Schliesst der Claim auch ein, dass sich die Mitarbeitenden schweizweit untereinander verstehen?

«Wir verstehen uns» bringt unsere Unternehmenskultur gegen aussen und innen auf den Punkt. Wir finden gemeinsam Lösungen, wo andere nur die Herausforderung sehen. Wir sind gemeinsam innovativ, wo andere nur bewahren wollen. Wir gehen herzlich und jederzeit respektvoll miteinander um, wo andere nur fadengerade kritisieren, um sich selber in ein besseres Licht zu stellen. Uns geht es um die stetige und gemeinsame Verbesserung, nicht um den Eigennutz. Das ist so in unserer gelebten Unternehmenskultur verankert. Es funktioniert aber nur, weil wir uns verstehen. Visana beschäftigt rund 1450 Mitarbeitende. Wir sind stolz auf unsere Unternehmenskultur, die von Vielfalt in jeder Beziehung geprägt ist.

### Was können Kundinnen und Kunden tun, damit sie uns als Versicherer besser verstehen?

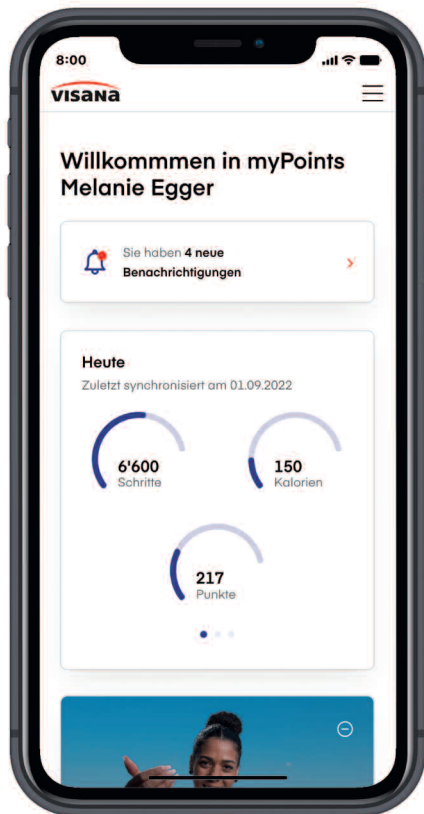
Wenn es uns gelingt, den Dialog mit ihnen hoch-

zuhalten und das Vertrauen dauerhaft zu bestätigen, dann verstehen unsere Kundinnen und Kunden auch, dass wir hin und wieder unpopuläre Entscheidungen treffen müssen. Entscheidend ist, dass wir unsere Kundinnen und Kunden und ihre Anliegen immer ernst nehmen.

### Was wünschen Sie sich für die Zukunft punkto Verständnis füreinander?

«Es gibt keine Freiheit ohne gegenseitiges Verständnis», hat der Schriftsteller Albert Camus gesagt. Die Geschichte ist voller Beweise dafür. Die Freiheit, die persönliche und die gesellschaftliche, muss es uns jederzeit wert sein, das gegenseitige Verständnis zu suchen und zu pflegen.

# Versicherungen digital verwalten



## Visana-App

Um myPoints zu nutzen, benötigen Sie ein Smartphone und die Visana-App (im Apple Store oder im Google Play Store herunterladen). Schritte und Kalorien werden über Fitbit, Garmin, Polar oder «Apple Health» sowie «Google Fit» synchronisiert.

Dank dem Online-Kundenportal myVisana und der Visana-App haben Sie Ihre Policen, Versichertenkarten und Abrechnungen jederzeit in Griffnähe.

Text  
Stephan Fischer

Illustration  
Visana

Alle Jahre wieder: Sie sitzen vor der Steuererklärung und möchten die Gesundheitsausgaben des vergangenen Jahres eintragen. Auf welchem Papierstapel waren doch gleich die Abrechnungen und die Policen der ganzen Familie? Egal, denn Sie finden all Ihre Unterlagen jederzeit bequem im Online-Kundenportal myVisana oder in der Visana-App.

## Sparen Sie Zeit und Papier

Das Online-Portal ([visana.ch/myvisana](https://www.visana.ch/myvisana)) und die App bilden ein starkes Duo, das seine Vorteile am effizientesten in Kombination miteinander entfaltet. So können Sie auf dem Laptop oder via Smartphone beispielsweise...

- auf Policen, Rechnungen und Leistungsabrechnungen der ganzen Familie zugreifen,
- Arztrechnungen hochladen und digital einreichen,
- Ihre Kostenbeteiligung und den Selbstbehalt überprüfen,
- Franchisevarianten prüfen und online ändern,
- Push-Nachrichten erhalten, wenn neue Dokumente eintreffen und
- Ihre Visana-Agentur kontaktieren.

## Belege einreichen und auf Punktejagd gehen

Besonders einfach ist das Einreichen von Rechnungen via Visana-App: Beleg fotografieren und direkt an uns weiterleiten, fertig. Ebenso bequem und rasch können Sie uns eine Schadenmeldung für die Privathaftpflicht-, die Hausrat- oder die Reiseversicherung zukommen lassen. Und als Tüpfelchen auf dem i können Sie mit myPoints Ihre Schritte und die verbrannten Kalorien in Geld umwandeln: bis zu 120 Franken jährlich (ab 12 Jahren, für Zusatzversicherung). Auf [mypoints.ch](https://www.mypoints.ch) erfahren Sie mehr über unser digitales Bonusprogramm. Dort können Sie sich auch gleich registrieren und umgehend Ihre ersten Punkte sammeln.





# Medizinischer Rat einfach via Well-App

Sie fühlen sich unwohl und möchten schnell und unkompliziert einen medizinischen Rat? Dann ist die Well-App das Richtige für Sie.

Text

Vanja Müller Gerber

Illustration

Visana

## Was kann der Symptom-Checker?

Beantworten Sie ein paar Fragen zu Ihren Symptomen, und erhalten Sie innert weniger Minuten eine fundierte Empfehlung für die nächsten Behandlungsschritte, zum Beispiel ein Hausmittel, ein Medikament oder einen Arzttermin.

## Was kann der Doctor Chat?

Chatten Sie mit einer Ärztin oder einem Arzt, und holen Sie so unkompliziert eine ärztliche Meinung ein – während 24 Stunden an 7 Tagen die Woche und kostenlos für Visana-Kundinnen und -Kunden.

Mit der Well-App verfügen Sie dank digitalen Rund-um-die-Uhr-Services, Anlaufstellen und Kontaktpersonen über vielseitige Möglichkeiten für eine medizinische Beratung. Neu unterstützt Sie in der Well-App der «Assistent». Diese praktische Funktion hilft Ihnen, wenn Sie sich nicht gut fühlen, und zeigt Ihnen auf einen Blick, welche Behandlungsoptionen Ihnen im Rahmen Ihres Grundversicherungsmodells zur Verfügung stehen.

**Assistent mit Ihren Services:** Abgestimmt auf Ihr Grundversicherungsmodell, werden Ihnen telemedizinische Optionen (Anruf, Rückruf), der ausgewählte Hausarzt und digitale Rund-um-die-Uhr-Services wie Symptom-Checker oder Doctor Chat angezeigt. Somit verfügen Sie über vielseitige Möglichkeiten, wenn Sie medizinischen Rat suchen. Gleichzeitig haben Sie die Gewissheit, dass Sie diejenigen Services nutzen, die im Rahmen Ihres Grundversicherungsmodells abgedeckt sind.

**Sichere Patientendaten:** Alle Gesundheitsdaten bei Well werden auf Schweizer Servern gespeichert und mit niemandem geteilt, auch nicht mit Visana. Der Datenschutz ist jederzeit gewährleistet, und die Hoheit über Ihre Patientendaten bleibt stets bei Ihnen.

**Well – die Gesundheits-App für die Schweiz:** Well verbindet zentrale Akteure des Gesundheitswesens miteinander und hilft umfassend bei Fragen rund um die Gesundheit. Well ist ein Gemeinschaftsprojekt von Visana, CSS, Medi24, Zur Rose, Galenica sowie Swiss Medical Network und führt das Schweizer Gesundheitswesen in die digitale Zukunft.

Weiterführende Informationen zur Gesundheitsplattform Well, zum neuen Assistenten, zum Serviceangebot sowie zu Ihren weiteren Vorteilen finden Sie auf

→ [visana.ch/well](https://visana.ch/well)



# «Wir läuten ein neues Zeitalter ein»

In Partnerschaft mit der Spitalgruppe Swiss Medical Network und dem Kanton Bern entwickelt Visana im Jurabogen die Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc und etabliert damit erstmals in der Schweiz das Modell der integrierten Versorgung.

Interview  
Stephan Fischer

Bilder  
Remo Neuhaus



## Zur Person

Lorenz Hess (61) ist seit 2017 Präsident des Verwaltungsrates der Visana-Gruppe und entwickelt das Unternehmen zielgerichtet weiter. Als langjähriger Nationalrat gehört er zu den profilierten Gesundheitspolitikern der Schweiz mit einer gewichtigen Stimme im Parlament. Er hat ausgewiesene Führungserfahrung in der Privatwirtschaft, in der Verwaltung und als Grossrat sowie als Gemeindepräsident in der Legislative und in der Exekutive.

Wir unterhielten uns mit Lorenz Hess, Präsident des Verwaltungsrates von Visana, darüber, warum Visana diese Pionierrolle übernimmt.

## Lorenz Hess, Visana engagiert sich wegweisend für das Modell der integrierten Versorgung. Warum?

Wir brauchen im Gesundheitswesen neue, zukunftsfähige Ansätze und den Mut, diese neuen Wege zu gehen...

## ...jetzt reden Sie als Nationalrat und Gesundheitspolitiker

...und als Verwaltungsratspräsident von Visana! Mit dem für die Schweiz neuartigen Modell der integrierten Versorgung zeigen wir unsere Innovationskraft. Aber auch, dass wir «nach bi de Lüt» sind, denn die integrierte Versorgung und die darauf abgestimmte Versicherungslösung werden für die Versicherten deutliche Mehrwerte bringen. Mit der Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc wollen wir ein neues Zeitalter im Schweizer Gesundheitswesen einläuten und zeigen, dass qualitativ hochwertige Medizin auch in Zukunft bezahlbar sein wird.

## Klären wir vielleicht zuerst den Begriff «integrierte Versorgung».

Bei der integrierten Versorgung werden alle medizinischen Leistungen – von der Grundversorgung über Spitalleistungen bis hin zur Spitex und Altenpflege – aus einer Hand erbracht und von einer Gesundheitsorganisation koordiniert. Dadurch wird die Patientenbetreuung ganzheitlich betrachtet, die Qualität in der medizinischen Versorgung verbessert und die Kosten werden deutlich gesenkt.



**Baumeister des Réseau de l'Arc:**

*Antoine Hubert (Delegierter des VR Swiss Medical Network), Pierre Alain Schnegg (Regierungsrat Kanton Bern) und Lorenz Hess (VR-Präsident Visana)*

**Ab wann wird die Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc aktiv sein?**

Sie nimmt ihre Tätigkeit im Jurabogen am 1. Januar 2024 auf. Mit unserem Engagement entwickelt Visana ein neuartiges, preislich attraktives Versicherungsprodukt, das das Angebot von integrierten Versorgungsmodellen mit Start im Jurabogen abdeckt. Das medizinische Zentrum ist das Hôpital du Jura bernois mit seinen beiden Standorten in Moutier und St. Imier. Weitere regionale Leistungserbringer werden die integrierte Versorgung laufend ergänzen.

**Wie wird die Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc funktionieren?**

Die Gesundheitsorganisation wirtschaftet mit den ihr zur Verfügung stehenden Versicherungsprämien so, dass alle medizinischen Leistungen für die Versicherten rentabel und mit hoher Qualität erbracht werden können. Die Kundinnen und Kunden sind nicht mehr «nur» Patientin und Patient oder Versicherungsnehmerin und -nehmer wie bei den traditionellen Modellen. Sie werden neu «Mitglieder» der Gesundheitsorganisation, die es durch qualitativ hochwertige medizinische Leistungen und tiefe Prämien zu überzeugen gilt.

**Wie werden Versicherte zu Mitgliedern?**

Wer sich dafür entscheidet, von den Mehrwerten der integrierten Versorgung zu profitieren, wird Mitglied der Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc. Das Réseau-de-l'Arc-Grundversicherungsprodukt wird grundsätzlich

für alle im Jurabogen wohnhaften Personen zugänglich sein, egal, bei welcher Krankenkasse sie bis dahin versichert sind. Ein Wechsel wird im Rahmen des jährlichen Wechselfensters auf 1. Januar 2024 möglich. Visana-Kundinnen und -Kunden können ihre bestehenden Visana-Versicherungsprodukte selbstverständlich auch beibehalten und bleiben wie bis anhin versichert.

**Will Visana mit dem Modell der integrierten Versorgung nach dem Jurabogen die ganze Schweiz erobern?**

Unser Fokus liegt jetzt auf der optimalen Entwicklung der Gesundheitsorganisation Réseau de l'Arc. Gleichzeitig verfolgen wir das klare Ziel, das Modell der integrierten Versorgung nachhaltig im Schweizer Gesundheitswesen und damit in weiteren Versorgungsregionen zu etablieren.



→ [reseau.delarc.net](https://reseau.delarc.net)



# Aquaparc – für die ganze Familie

Text

Nicolas Burnet

Bild

Aquaparc

Der Aquaparc bietet auf über 7000 Quadratmetern gedeckter Fläche Wasseraktivitäten für jedes Alter: 13 Rutschen, Wellenbäder, Flussbäder und ein Piratenschiff. Neu gibt es in der Nähe des Wellenbads zwei VIP-Hütten – gemütliche Räume, die Sie für einen entspannten Besuch mit der Familie reservieren können.

**Sie haben nun die Chance, eines von zehn Familienpaketen zu gewinnen.**

Um teilzunehmen, darf Ihr Kind den berühmten Hai Sharky sowie dessen Freunde zum Leben erwecken, indem es die Zeichnung ausmalt. Die schwarz-weiße Skizze finden Sie auf der Visana-Website oder durch Scannen des QR-Codes.

**Zur Erinnerung:** Als Visana-Versicherte oder -Versicherter profitieren Sie ganzjährig von 30 Prozent Rabatt auf die Tageseintritte für Erwachsene und Kinder. Gültig für bis zu vier Personen. Kostenloser Eintritt für Kinder unter 3 Jahren. [visana.ch/aquaparc](https://visana.ch/aquaparc)



***Junge Künstler an die Stifte!***

*Sharky braucht eure Hilfe, um  
das Leben farbig zu sehen.*

*Die schönsten Werke werden im Aquaparc aus-  
gestellt. Einsendeschluss ist der 19. Juli 2023.*

➔ [visana.ch/wettbewerb-aquaparc](https://visana.ch/wettbewerb-aquaparc)

# Der eleganteste Sonnenschutz

Schützen Sie Ihre Augen vor schädlicher UV-Strahlung mit einer qualitativ hochwertigen Sonnenbrille von Kochoptik.

Text  
Valentina Bagaric

Bild  
Kochoptik

Der Sommer steht in den Startlöchern! Doch zu viel Sonne kann neben der Haut vor allem auch die Augen schädigen. Die gefährliche UV-Strahlung erfordert einen guten Sonnenschutz – selbst bei bedecktem Himmel. Sonst können Folgen wie schmerzhaft Entzündungen der Binde- und Hornhaut bis hin zu bleibenden Netzhautschäden auftreten.

Wenn Sie also die Sonne bei einem Spaziergang in der Natur oder beim Wandern in den Bergen geniessen, schützen Sie dabei unbedingt Ihre Augen mit einer qualitativ hochwertigen Sonnenbrille von Kochoptik. Selbstverständlich erhalten Sie die meisten unserer Sonnenbrillen auch in Ihrer individuellen Korrektur, damit Sie die Welt so scharf sehen, wie Sie es von Ihrer persönlichen Sehlösung gewohnt sind.

Bei Kochoptik sieht Sonnenschutz richtig gut aus. Entdecken Sie die grosse Auswahl an aktuellen Sonnenbrillenmarken, und lassen Sie sich von den Expertinnen und Experten bei Kochoptik unverbindlich beraten. Kochoptik freut sich auf Ihren Besuch. Alle Filialen finden Sie auf [visana.ch/kochoptik](https://visana.ch/kochoptik)



## Nur für kurze Zeit:

**Visana-Kundinnen und -Kunden können von einem 20-Prozent-Rabatt auf eine Sonnenbrille profitieren.**

Gültig beim Kauf einer unkorrigierten Sonnenbrille. Ausgenommen sind Gold- und Hornbrillen sowie Modelle von Cartier, Chanel, Chopard und Lindberg. Gültig vom 1. Juni bis 8. Juli 2023.

**Profitieren Sie von weiteren exklusiven Vorteilen für Visana-Kundinnen und -Kunden:**

- Ein Prozent Rabatt pro Lebensjahr auf die Brillenfassung beim Kauf einer kompletten Brille (Gläser und Fassung). Ausgenommen sind Gold- und Hornbrillen sowie Modelle von Cartier, Chanel, Chopard und Lindberg
- Gratis DNEye-Augenscan im Wert von 43 Franken
- 200 Franken Kinderrabatt beim Kauf einer neuen Brille
- Ersatzbrille für Trägerinnen und Träger von Kontaktlinsen: Beim Kauf von Kontaktlinsen erhalten Sie für Ihre Ersatzbrille gratis eine Brillenfassung aus dem DbyD- oder Unofficial-Sortiment
- Kontaktlinsen-Nachkontrolle für nur 26 Franken statt für 68 Franken
- Drei Jahre Garantie auf Materialdefekt
- Kostenlose Services wie Reinigen, Richten und Kleinmaterial-Austausch

Weisen Sie dazu vor Ort Ihre Versichertenkarte vor. Rabatte nicht kumulierbar mit anderen Vergünstigungen und Pauschalangeboten.

# Visana Club



Jetzt von den  
exklusiven  
Club-Angeboten  
profitieren

Visana Club – das Plus für Sie. Als Visana-Kundin oder Visana-Kunde sind Sie automatisch und kostenlos Mitglied im Visana Club und profitieren uneingeschränkt von den Angeboten unserer Partner. Übrigens: Für den Visana Club setzt Visana keinen einzigen Prämienfranken ein. Viel Spass!



## Aufenthalt in Zermatt geniessen

Geniessen Sie unbeschwerte Ferien am Fusse des Matterhorns. Profitieren Sie von **20 Prozent Rabatt bei einer Buchung ab mindestens zwei Übernachtungen** im Hotel Continental im Herzen von Zermatt. Inklusive Frühstücksbuffet. Das Angebot ist im Juni, Oktober und November 2023 von Sonntag bis Freitag buchbar.

20 Prozent Rabatt  
→ [visana.ch/zermatt](https://visana.ch/zermatt)

## Ein Standmixer, der mehr kann

Zerkleinern, pürieren, kochen, erwärmen: Mit dieser Multifunktions-Küchenmaschine mit sieben Kochprogrammen bereiten Sie schnell und einfach eine grosse Vielzahl von gesunden, vitaminreichen Gerichten zu. Immer frisch und immer fein! Und das Beste daran: Während der Mixer ganz von alleine kocht, können Sie entspannt den Salat zubereiten, einkaufen gehen oder Ihre Freizeit geniessen! Das Sonderangebot gilt bis 31. Juli 2023.

50 Franken Rabatt  
119.95 anstatt 169.95 Franken  
→ [visana.ch/bettybossi](https://visana.ch/bettybossi)

Promocode: VA38PB26



## «Urban Garden Trolley»-Hochbeet

Sie haben keinen Garten oder nur wenig Platz? Die robusten und wetterbeständigen «Urban Garden Trolley»-Hochbeete bieten die Lösung. Ob zur Aufzucht von Gemüse und Kräutern oder einfach als dekorativer Pflanzkasten: Gärtnern war nie einfacher! Das Sonderangebot gilt bis 30. September 2023 oder solange Vorrat.

118.15 statt 139.00 Franken  
→ [visana.ch/urban-gardening](https://visana.ch/urban-gardening)

Promocode: VISANA\_Trolley



## Privater Musikunterricht

Matchspace Music ist die Plattform für privaten Musikunterricht in der Schweiz. Lernen Sie eines von über 80 Musikinstrumenten oder Gesang bei qualifizierten Lehrpersonen. Der Unterricht findet ganz flexibel bei Ihnen zu Hause, im Studio der Lehrperson oder online statt.

15 Prozent Rabatt

➔ [visana.ch/matchspace](https://visana.ch/matchspace)

## Sonnenliege zum Relaxen und Geniessen

Mit den Gartenliegen und -sesseln von Fiam ist ein entspannter Sommer so gut wie programmiert. Das italienische Design überzeugt optisch, während das robuste Aluminium langjährige Liegefreude garantiert. Das Sonderangebot gilt bis 30. September 2023 oder solange Vorrat.

Ab 140 statt 189 Franken

➔ [visana.ch/sonnenliege](https://visana.ch/sonnenliege)

Promocode: VISANA2023 (drei ausgewählte Modelle, inklusive Versandkosten)



## Neue Laufschuhe von Intersport

Wer regelmässig läuft, verbraucht zwangsläufig seine Laufschuhe. Nach rund zwölf Monaten Nutzungsdauer empfiehlt sich ein Wechsel des aktuellen Laufschuhs. Profitieren Sie deshalb beim Kauf von neuen Laufschuhen von 20 Prozent Rabatt. Das Sonderangebot gilt bis 30. Juni 2023.

20 Prozent Rabatt

➔ [intersport.ch](https://intersport.ch)

Promocode: Visana\_Run1 (beim Check-out eingeben)



### Häufige Fragen

Haben Sie Fragen zu Ihrer Versicherung? Wir helfen Ihnen gerne weiter. Auf Ihrer aktuellen Police finden Sie die Telefonnummer und Adresse Ihrer Kontaktperson. Antworten auf viele Fragen finden Sie auch auf [visana.ch/faq](https://www.visana.ch/faq).

### Visana-Agenturen

Die Kontaktdaten unserer Agenturen und Leistungszentren finden Sie auf [visana.ch/agenturen](https://www.visana.ch/agenturen).

### Hotline

Unsere Servicehotline ist unter **0848 848 899** erreichbar. Mittels Sprachsteuerung werden Sie zur gewünschten Kontaktstelle weitergeleitet. Die Nummer der Hotline befindet sich auf der Vorderseite Ihrer Versichertenkarte.

### Telemedizinische Beratung

Zur Grundversicherung bei Visana gehört die kostenlose medizinische Beratung unter **0800 633 225** – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr.

### Notfälle im Ausland

Die Visana-Assistance hilft Ihnen rund um die Uhr unter +41 (0)848 848 855. Sie finden diese Nummer auch auf der Rückseite Ihrer Versichertenkarte.

### Gesundheitsrechtsschutz

Schadenersatzansprüche beim Gesundheitsrechtsschutz (ist bei Visana in der Grundversicherung inbegriffen) können Sie unter **031 389 85 00** geltend machen.

### myVisana und Visana-App

Mit dem Online-Kundenportal myVisana ([visana.ch/myvisana](https://www.visana.ch/myvisana)) und der Visana-App haben Sie jederzeit Zugriff auf Ihre Versicherungsdokumente.

### Visana-Blog

Spannende Artikel zu Themen rund um Gesundheit und Ernährung lesen Sie auf unserem Blog auf [visana.ch/de/blog](https://www.visana.ch/de/blog).



Folgen Sie uns auf Facebook,  
[facebook.com/visana.krankenversicherung](https://facebook.com/visana.krankenversicherung)



auf Instagram  
[instagram.com/visana.krankenversicherung](https://instagram.com/visana.krankenversicherung)



und auf LinkedIn.  
[linkedin.com/company/visana](https://linkedin.com/company/visana)

# Gut zu wissen

## Bequem bei unseren Partner-Versandapotheken bestellen

Falls Sie regelmässig verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen müssen und sie bequem an eine von Ihnen gewählte Lieferadresse geliefert haben möchten, können die Angebote der Versandapotheken MediService oder Zur Rose nützlich sein.

Visana arbeitet mit beiden Partnern seit vielen Jahren zusammen und unterstützt die hilfreichen und entlastenden Services. Sie profitieren nicht nur von der sicheren, diskreten und portofreien Zustellung per Post, sondern werden zudem kompetent und kostenlos von pharmazeutischen Fachpersonen begleitet und beraten. Bei Bedarf erfolgt eine Abstimmung mit ihrem behandelnden Arzt, zum Beispiel um unerwünschte Wechselwirkungen und problematische Mehrfachverschreibungen zu eliminieren und dadurch eine sichere Medikamenteneinnahme zu unterstützen.

### Vorteilhafte Konditionen

Ein Medikamentenbezug bei einer der beiden Versandapotheken kann sich auch preislich lohnen. Dank vertraglich vereinbarten Konditionen verzichten MediService und Zur Rose auf die Verrechnung der üblichen Apothekertaxen (Medikamenten- und Bezugscheck) und gewähren – vor allem bei Generika (Nachahmerpräparate) – zusätzliche Rabatte. Die gelieferten Medikamente werden direkt mit Visana abgerechnet. Mehr dazu bei unseren Partnern:

*zur Rose*

**MEDI SERVICE**  
Ihre Spezialapotheke

### Versandapotheke Zur Rose

Telefon: 0800 711 222

E-Mail: [team@zurrose.ch](mailto:team@zurrose.ch)

➔ [zurrose.ch/visana](https://zurrose.ch/visana)

### Versandapotheke MediService

Telefon: 032 686 20 20

E-Mail: [contact@mediservice.ch](mailto:contact@mediservice.ch)

➔ [mediservice.ch/visana](https://mediservice.ch/visana)





Visana-Botschafterin Ditaji Kambundji tritt über die Hürden an.

## Hautnah am Citius- Leichtathletikmeeting in Bern

Möchten Sie ein atemberaubendes Leichtathletikfest der Sonderklasse mit den besten Leichtathletikstars der Schweiz hautnah in einer familiären Atmosphäre erleben? Mit etwas Glück sind Sie beim Leichtathletikspektakel live im Visana-Fancorner mit dabei. Wir verlosen 25x2 Tickets inklusive eines passenden Fan-Schals für das Citius-Meeting am 4. August 2023 im Leichtathletikstadion Wankdorf in Bern.

### 30 Prozent Rabatt auf Tickets

Falls Sie nicht zu den glücklichen Gewinnerinnen und Gewinnern zählen sollten, erhalten Sie als Visana-Kundin oder -Kunde exklusiv 30 Prozent Rabatt auf Tickets. Mehr Informationen zum Meeting und zum Ticketvorverkauf finden Sie auf [citius-meeting.ch](https://citius-meeting.ch).



➔ Infos und Wettbewerb

## AirBadminton – die neue Outdoor-Alternative

Ob indoor oder draussen im Sand: Badminton bleibt Badminton – könnte man meinen. Doch mit AirBadminton geht diesen Sommer eine neue Sportart auf die Überholspur. Die Outdoor-Alternative zum beliebten Badminton soll mittelfristig gar olympisch werden. Am 9. September 2023 organisiert Swiss Badminton im Strandbad «Strämu» in Thun die erste Schweizer Meisterschaft in AirBadminton. Sie verspricht Spass, ein tolles Rahmenprogramm und attraktive Preise.

In der Schweiz spielen rund 200 000 Personen regelmässig Badminton. Als Partnerin unterstützt Visana die Breitensportförderung von Swiss Badminton. Dank dieser Partnerschaft profitieren Verbandsmitglieder bei Visana von exklusiven Rabatten auf die Zusatzversicherungen und von anderen Mehrwerten.



➔ [visana.ch/khk/swissbadminton](https://visana.ch/khk/swissbadminton)

# Von Brauirössern, Glückshormonen und Beerdigungen

Patti Basler, Bauerntochter aus dem Fricktal, wirkt auf den ersten Blick furchteinflössend. Doch Angst muss man höchstens vor ihren unzimperlichen Instantprotokollen oder ihrer spitzen Zunge haben. Im Interview bleibt sie sich treu – wo Patti draufsteht, ist auch Patti drin.

Interview

Sara Steinmann

Bild

Mauro Mellone

**Gibt es Tage, an denen du dich komplett unlustig fühlst, aber abliefern musst? Wie überwindest du das?**

Ich werde den Teufel tun und hier meine Tricks verraten. Dafür biete ich Kurse an. Aber eigentlich fühle ich mich nie wirklich lustig, muss ich auch nicht. Meine Aufgabe ist es, Menschen zu erheitern oder zum Nachdenken anzuregen. Satire ist ein Spiegel der Wirklichkeit und daher auch nicht immer lustig. «Satire» im Spiegel gelesen und mit einem «v» am Anfang ergibt «veritas» (lat. Wahrheit). Aber klar hatte ich auch schon schlechte Tage. Doch das ist genau wie in anderen Jobs oder wenn du einen schlechten Lover hast: ein unbefriedigendes Erlebnis.

**«Satire ist ein Spiegel der Wirklichkeit»**

**Als Kabarettistin bist du immer gefordert.**

**Wie gehst du mit mentalem Druck um?**

Druck? Der weibliche Körper ist ja ein 3D-Drucker. Beim Gebären sogar komplett digitalisiert, Arbeiten unter WWW. Wehen habe ich zwar nicht im klassischen Sinne, da ich es mehr mit Kopfgeburten halte. Dort geht es gar nicht ohne Druck beim finalen Entstehungsprozess. Sei es ein Text für die Bühne oder für die Presse, ich spüre die Presswehen, das Abliefern ist eine einzige Pressekonferenz. Da das Maschineli im Kopf immer arbeitet, ist die Kunst ein wichtiger Druckabbau.

**Wie hast du es mit der Gesundheit?**

**Homöopathie oder Schulmedizin?**

Die «Globulisierung» ist nicht mein Thema. Ich bin der Wissenschaft verpflichtet. Doch leider fröne ich der Prokrastination, schiebe also immer alles auf. Beim Thema Gesundheit funktioniert das nicht, da hilft Prävention und Vorsorge. Glücklicherweise habe ich die Gesund-

### Zur Person

Patti Basler, Satirikerin, Autorin und Slam-Poetin, geboren und aufgewachsen auf einem Bauernhof im aargauischen Zeihen im Fricktal, überzeugt durch ihre schnelle Denke, ihr aussergewöhnliches sprachliches Talent und ihre Vielseitigkeit. Seit vielen Jahren ist Patti Basler eine feste Grösse der Schweizer Comedyszene. Neben zahlreichen weiteren Engagements instantprotokolliert sie in der «Arena» des SRF, an Kongressen oder Firmenevents, tritt auf Bühnen auf und wurde 2019 mit dem Salzburger Stier ausgezeichnet.

[pattibasler.ch](http://pattibasler.ch)

heit eines durchschnittlichen Brauereiros. Als Bauerntochter ging ich erst zum Arzt, wenn der Knochen herausragte und ich schon einen Liter Blut verloren hatte. Und auch dann nur zum Veterinär. Das habe ich beibehalten. Das Schlimmste, was mir passiert ist, war Long Covid, verbunden mit Gedächtnislücken und Wortfindungsstörungen.

### In deinem Job ist es sicher schwierig, sich abzugrenzen. Hast du eine gesunde Work-Life-Balance?

Mein Kopf arbeitet immer. Das muss raus, deshalb habe ich meine Diagnose zum Beruf gemacht. Ich brauche keine Work-Life-Balance. Wer das braucht, scheint bei der Arbeit kein Leben zu haben. Ich hingegen lebe am stärksten, wenn ich arbeite. Das liegt aber auch an meinem Beruf: Wenn du auf der Bühne stehst, Applaus erhältst, mit den Fans schäckerst, schüttet das unglaublich viele Hormone wie Dopamin, Adrenalin, Serotonin oder Oxytocin aus. Wie viel fehlt, wenn ich nicht auftreten kann, habe ich insbesondere während des Lockdowns gespürt. Ich trenne zwar Beruf und Privatleben, bleibe aber auch als Bühnenfigur ganz Patti Basler.



### Worüber darf man nicht lachen?

Je ernster und brisanter das Thema, desto mehr sollte man darüber lachen. Ich liebe den britischen Humor, weiss aber, dass das in der Schweiz nicht geht. Nehmen wir das Ende des Films «Monty Python's Life of Brian», als gekreuzigte Männer «Always Look on the Bright Side of Life» im Chor singen. Einfach grossartig, selbst im Angesicht des Todes den Humor nicht zu verlieren. Nirgends ist das Lachen befreiter oder befreiender als bei einer Beerdigung. Macht der Pfarrer einen Witz oder erzählt etwas Lustiges – natürlich voller Pietät –, wirkt das enorm. Und wenn die Anwesenden darüber lachen können und dürfen, ist das extrem befreiend.

Das ausführliche Interview und ein kurzes Video von Patti Basler finden Sie auf [visana.ch/forum](https://visana.ch/forum)





# Wir verstehen Schnelligkeit.

Darum erledigen Sie bei uns  
alles einfach und bequem per  
App. **visana.ch**

Wir verstehen uns.

**visana**