



75 entrate gratuite

In palio 50 entrate gratuite per la Women Sport Evasion di Losanna e 25 per il «YB Kids Camp» di Berna.

Testo e foto: Stephan Fischer



Visana mette in palio 50 entrate gratuite per la Women Sport Evasion, evento dedicato solo alle donne a partire dai 16 anni che si terrà il 25 e il 26 giugno 2016 a Losanna e 25 per il campo estivo «YB Kids Camp» per ragazzi e ragazze con anno di nascita dal 2002 al 2009 dall'11 al 15 luglio 2015 presso il campo sportivo Allmend di Berna. Inviateci il tagliando di partecipazione o partecipate all'estrazione online su www.visana.ch. Buona fortuna!

Tagliando di concorso

Desidero partecipare all'estrazione per vincere una delle seguenti entrate (apporre una crocetta sull'evento desiderato):

2 entrate gratuite per la Women Sport Evasion del
 25 giugno 2016 a Losanna / 26 giugno 2016 a Losanna
OPPURE

1 partecipazione gratuita al campo estivo «YB Kids Camp»
dall'11 al 15 luglio 2016 a Berna

Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

E-mail _____

Incollare il tagliando su una cartolina postale e inviarla entro il
16 aprile 2016 a: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3015 Berna.

Le vincitrici e i vincitori saranno informati direttamente entro il 29 aprile 2016. Sul concorso non si tiene alcuna corrispondenza. È escluso il ricorso alle vie legali e non si corrispondono premi in contanti. Con la vostra partecipazione autorizzate Visana all'utilizzo dei dati forniti per finalità di marketing. L'autorizzazione all'utilizzo dei dati può essere revocata in ogni momento. Ogni persona può partecipare al concorso una sola volta.

Visana **FORUM**

La rivista della salute 1/2016



04 Giornata Stop Risk dedicata alla famiglia
Sicurezza in bicicletta

10 Divertimento puro sull'itinerario del cuore
Esplorare la Svizzera in sella alle e-bike

11 Insieme contro gli incidenti in acqua
Collaborazione tra Visana e la SSS

Sommario

Salute

Cioccolato – alleato del buon umore	3
Giornata Stop Risk dedicata alla famiglia	4
Sicurezza dei più piccoli a casa	6

Impegno

Campo estivo «Young Boys Kids»	8
Women Sport Evasion a Losanna	9
Lungo l'itinerario del cuore	10
Partnership tra Visana e la SSS	11

Inside

Luci puntate su un collaboratore	12
Anno d'esercizio 2015	14
Un datore di lavoro premiato	15
Assicurazioni di capitale interessanti	16

Servizi

MyVisana tutela l'ambiente	17
Offerte primaverili di Visana Club	18
Buono a sapersi	20
A colloquio con David Schmid	22
Concorso	24

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

avete appena ricevuto il nuovo «Visana-FORUM» che presenta un layout più moderno e una nuova struttura dei contenuti. Ci auguriamo che il risultato sia di vostro gradimento e che leggerete la nostra rivista con più piacere.

Il primo numero del 2016 è dedicato alla dolcezza e alla primavera. Pasqua è ormai passata e con essa anche il consumo di cioccolata si è ridotto; ma quanto fa bene questo alimento?

A questa domanda posso rispondere in tutta tranquillità dicendo: «Più di quello che pensiate!». Per saperne di più vi invito a leggere a pagina 3.

Grazie alle nostre molteplici partnership siamo in grado di proporvi, in veste di nostri clienti, interessanti offerte primaverili ed estive che spaziano dai biglietti per i campi estivi YB Kids Camps dedicati ai più piccoli, alla scoperta della Svizzera lungo l'itinerario del cuore in sella a una e-bike, o partecipando alla Women Sport Evasion di Losanna con un'amica o ancora facendo un tuffo nell'acqua fresca. Non avete che l'imbarazzo della scelta.

A proposito dei tuffi in acqua: rispettate le regole d'oro per il bagnante della Società Svizzera di Salvataggio (SSS). Insieme ci impegniamo per ridurre il numero degli incidenti in acqua in Svizzera, pertanto è importante aumentare la visibilità di queste regole in tutto il territorio.

Vi auguro una piacevole lettura.



Albrecht Rychen
Presidente del Consiglio di Amministrazione



Nota editoriale

«VisanaFORUM» è una pubblicazione del Gruppo Visana. Visana, sana24 e vivacare appartengono al Gruppo Visana. «VisanaFORUM» esce quattro volte all'anno. **Redazione:** Stephan Fischer, David Müller, Peter Rüegg, Isabelle Bhend. **Indirizzo:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. **Impaginazione:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Grafica:** Natalie Fomasi, Elgg. **Frontespizio:** perretfoto.ch. **Stampa:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **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).



Fa bene al cuore e all'umore

Pasqua senza cioccolata e uova sarebbe come Natale senza l'albero. Se le uova fanno parte degli alimenti di base, la cioccolata, invece, è un genere voluttuario. In Svizzera ne vengono consumati circa dodici chili a persona ogni anno. Solo in Germania il consumo è maggiore.

Testo: Stephan Fischer | Foto: Alfonso Smith

Cailler, Suchard, Lindt, Tobler, Sprüngli, Munz, Frey o Camille Bloch sono i pionieri svizzeri del cioccolato. In tavoletta, praline, barrette o a forma di coniglio: il cioccolato svizzero è conosciuto in tutto il mondo. Inoltre, oltre a essere buono, fa anche bene alla salute.

Ottimo per ricaricare le batterie

Una tavoletta di cioccolato al latte contiene molti grassi e zuccheri e circa 550 chilocalorie (il cioccolato fondente qualcosa di meno e il cioccolato bianco di più). Ciò corrisponde a circa un quarto del fabbisogno energetico quotidiano e a 40 minuti di jogging, 50

minuti di nuoto o a tre ore di camminata. Il cioccolato non è proprio un alleato di chi vuole perdere peso.

Tuttavia, il cioccolato ha degli effetti positivi sulla salute: la teobromina (simile alla caffeina) presente nel cacao ha effetti stimolanti sul sistema nervoso e agisce sullo stato d'animo, infatti, è risaputo che la cioccolata metta di buon umore. Il cioccolato nero in particolare può aumentare per alcune ore il contenuto di antiossidanti nel sangue con effetti benefici sul cuore. Tuttavia, occorre evitare di bere contemporaneamente il latte che neutralizza tali effetti positivi.

Altri effetti positivi

Al cioccolato, anche se consumato in piccole dosi, si attribuiscono ulteriori benefici, tra cui ridurre la pressione sanguigna, favorire la cicatrizzazione delle ferite, avere un'azione antitussiva, prevenire le ulcere gastriche e ridurre il rischio di infarto. Non si esclude che in futuro questa lista di effetti positivi possa essere ancora ampliata. La corsa per acquistare i coniglietti di Pasqua, meglio se con un alto contenuto di cacao, possono, dunque, avere effetti benefici sulla salute.

Chi l'ha scoperta?

La pianta del cacao, materia base del cioccolato, proviene dall'America del sud e veniva coltivata già dai Maya nel 600. 1000 anni dopo gli Aztechi del Messico avevano creato una bevanda a base di acqua, cacao, vaniglia e pepe di Cayenna che chiamavano «xocolatl» (acqua amara), da cui deriva la parola cioccolata. Nel 19esimo secolo, la cioccolata liquida è stata sostituita dalla cioccolata solida. La prima produzione di cioccolato al latte è avvenuta nel 1875 a Vevey. www.chocosuisse.ch

stampato in
svizzera



Gratis alla giornata Stop Risk dedicata alla famiglia con Franco Marvulli

Il traffico sulle strade aumenta sempre di più e pone, soprattutto ai più giovani, grandi sfide. Il 29 maggio 2016 a Zurigo Oerlikon si terrà la giornata Stop Risk dedicata alla famiglia che affronterà il tema della prevenzione sulle due ruote e vedrà coinvolti i bambini con i loro genitori. Visana mette in palio 300 posti gratuiti.

Testo: Debbie Rychener | Foto: Simon Achermann/messa a disposizione

I bambini dovrebbero imparare già da piccoli ad andare in bici, per loro rappresenta un passo verso l'indipendenza. Per poter far fronte con successo ai pericoli del traffico devono avere buone competenze di guida, sicurezza e routine. In occasione della giornata Stop Risk dedicata alla famiglia possono esercitarsi in un ambiente protetto sotto la guida di professionisti. Un'esperienza istruttiva, ma anche piena di divertimento per tutta la famiglia.

Imparare dai professionisti

L'esperimento pilota della scorsa primavera ha dimostrato che c'era un forte bisogno di creare un evento per la prevenzione sulle due ruote dedicato alle famiglie. Visana è lieta di presentare il 29 maggio 2016 la seconda edizione della giornata Stop Risk dedicata

alla famiglia. Quest'anno si è scelto di svolgere l'evento presso il velodromo di Zurigo Oerlikon, un ambiente più spazioso che può ospitare 300 posti.

L'evento vedrà come moderatore il più volte campione del mondo e vice campione olimpico Franco Marvulli. Inoltre, sarà presente anche lo special guest Dan Hennig, uno dei migliori ciclisti di BMX al mondo e si esibirà in uno spettacolo flatland offrendo anche la possibilità di provare alcune bici BMX.

Imparare divertendosi

I professionisti hanno ben 15 workshop per mostrare ai genitori e ai loro figli come guidare in modo ancora più sicuro nel traffico: l'offerta comprende i corsi sulla tecnica di gestione della frenata e della curva, su come guidare le e-bike, migliorare la coordinazione e l'equilibrio, oppure consigli sulla riparazione. Per essere sicuri di non annoiarvi potete cimentarvi con le fun bike sul percorso carrera, giocare con le bike polo oppure provare il circuito pump track.

Iscrivetevi subito

La giornata Stop Risk dedicata alla famiglia è aperta ai clienti Visana e non solo, anche le famiglie amiche dei clienti possono partecipare. I corsi si svolgeranno in tedesco e l'evento avrà luogo con qualsiasi condizione meteorologica. Sono disponibili 300 posti. Le iscrizioni su www.visana.ch/stoprisk saranno prese in considerazione secondo l'ordine di ricezione. La partecipazione è gratuita, sono compresi il pranzo e gli spuntini. Il viaggio di andata e ritorno deve essere organizzato dai singoli partecipanti e occorre provvedere personalmente alle biciclette e ai caschi.

Svolgimento della giornata Stop Risk dedicata alla famiglia del 29 maggio 2016 a Zurigo Oerlikon

Ore 09:00	Caffè di benvenuto
Ore 09:30	Benvenuto e presentazione dello svolgimento della giornata
Ore 10:00	Workshop a libera scelta
Ore 12:00	Pranzo ed estrazione a sorte dei vincitori del concorso
Ore 14:00	Workshop a libera scelta
Ore 16:00	Conclusione



Più competenze di guida per tutta la famiglia.



Giornata istruttiva e ricca di emozioni

«È bello ricordare la giornata ricca di emozioni trascorsa presso la Stockhorn Arena di Thun. La giornata Stop Risk dedicata alla famiglia è un evento molto istruttivo e divertente. Apprezzo molto il fatto che Visana investa nella responsabilità personale dei suoi clienti mostrando considerazione. Anche nostro figlio si è divertito un mondo!»

(Regula Burger, Wimmis)

www.visana.ch/stoprisk



Puro divertimento in cucina

Per i più piccoli la cucina è un posto tutto da scoprire. Nei cassetti e negli armadi si nascondono molti oggetti interessanti e nel lavandino scorre l'acqua. Dai fornelli si sentono strani rumori e nuovi profumi, ma come rendere sicura la cucina anche per i più piccoli?

Testo: Peter Rüegg | Foto: Alfonso Smith

Sandra, 30 anni, è un po' agitata. Sua sorella vuole trascorre il fine settimana con il marito in montagna. I bambini Sami (1½) e Mara (4) dovrebbero rimanere da lei e sarebbe la prima volta sia per Sandra che per i bambini. Si sentiranno a loro agio i piccoli? Andrà tutto bene?

Pericoli in cucina

Sandra si informa in internet riguardo alla sicurezza dei bambini e una cosa è chiara: il suo bell'appartamento da single non è arredato a prova di bambino.

Basta uno sguardo in cucina: sul tavolo ci sono vasi, portacandele e un portafrutta, sul balcone ci sono due sedie, di fianco ai fornelli c'è un set di coltelli, dalla superficie di lavoro penzola il cavo del bollitore.

In nessun'altra stanza ci sono così tante cose da fare quanto in cucina che diventa la stanza più intrigante per i bambini. Da qui provengono suoni particolari e odori deliziosi, ecco perché vogliono vedere cosa succede oltre la loro altezza occhi e partecipare al lavoro dei grandi.

Lista di controllo

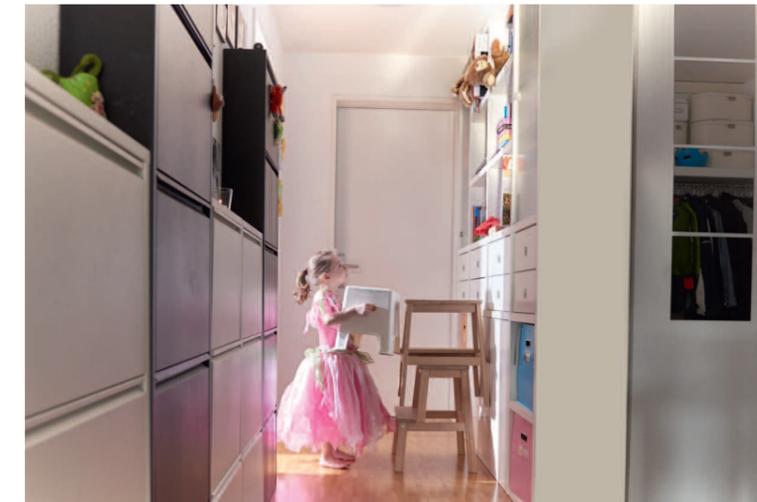
Prima di tutto Sandra prende in prestito due seggioloni per bambini dalla vicina (cfr. riquadro) che sono stabili, non si ribaltano facilmente e Sami può starci seduto da solo. Poi si annota tutti i pericoli in cucina e scrive una lista di controllo.

Cucina a prova di bambino: prima che arrivino i bambini

- Assicurarsi che tutti gli apparecchi elettrici siano fuori dalla portata dei bambini. Staccare le prese se gli apparecchi non sono in funzione.
- Non lasciare penzolare nessun cavo elettrico.
- Spostare i prodotti per la pulizia e solventi in alto negli armadi, affinché i bambini non li possano raggiungere. Lo stesso vale anche per i prodotti della lavastoviglie.
- Conservare le bibite alcoliche fuori dalla portata dei bambini negli scaffali più alti.
- Non lasciare incustoditi coltelli affilati sulla superficie di lavoro o sui tavoli. Assicurarsi che anche accendini e fiammiferi non siano a portata dei bambini.
- Spostare scalette e sgabelli dalla cucina.
- Rimuovere le tovaglie dai tavoli.
- Svuotare i cassetti che contengono cianfrusaglie tra cui batterie e piccoli pezzi.

Cucina a prova di bambino: quando i bambini sono in casa

- Cucinare solo sui fornelli posteriori.
- Girare i manici delle pentole sempre lontano dalla portata dei bambini.
- Durante i pasti lasciare le pentole bollenti sul fornello.
- Poggiare tazze e brocche contenenti bevande bollenti al centro del tavolo oppure lasciarli sul piano di lavoro.
- Non bere bevande bollenti mentre si tengono in braccio i bambini.
- Non lasciare mai i bambini da soli in cucina. Tenere sempre sott'occhio il forno e i fornelli.



Sicuri a tavola con il seggiolone «Vivi»

I seggioloni sono sedie robuste e resistenti che si possono adattare in modo da crescere insieme ai bambini. Cercate il modello ideale a un prezzo accessibile? A pagina 19 trovate l'offerta di Visana Club sul modello «Vivi» con uno sconto di 63 franchi. In quanto clienti Visana siete iscritti automaticamente a Visana Club e potete beneficiare di questa e altre vantaggiose offerte.

www.visana-club.ch



Partecipare gratuitamente allo YB Kids Camp

Cinque giorni di intenso allenamento con altri giovani e la possibilità di raccogliere gli autografi dei professionisti dello YB. Questo e molto altro è offerto dallo YB Kids Camp. Per l'evento che si terrà dall'11 al 15 luglio 2016 presso il campo sportivo Allmend di Berna Visana mette in palio 25 partecipazioni gratuite.

Testo: Stephan Fischer | Foto: YB

Hanno tutti il sorriso stampato sul volto gli oltre 300 ragazze e ragazzi che partecipano alla giornata di apertura del campo estivo presso lo Stade de Suisse. Non ci sono dubbi, partecipare allo YB Kids Camp è un'esperienza unica, anche perché i professionisti dello YB saranno i coach durante un allenamento e sono a disposizione dei più piccoli per foto e autografi.

I posti sono presto esauriti

Il programma di cinque giorni per i giovani appassionati di calcio è molto ricco e comprende due allenamenti giornalieri con allenatori professionisti, il vitto, le bevande, un biglietto gratuito per una partita giocata in casa dallo YB e l'attrezzatura da calcio completa composta da due magliette e due pantaloncini da calcio, due paia di calzettoni, uno zaino, un pallone, una borraccia e una giacca a vento.

I posti per lo YB Kids Camp sono molto ambiti e sono presto esauriti. Visana in qualità di sponsor da diversi anni dei giovani talenti dello YB mette in palio 25 posti del valore di 320 franchi ciascuno per il campo estivo presso l'Allmend di Berna dall'11 al 15 luglio 2016. Nota importante: hanno diritto di partecipare solo le ragazze e i ragazzi con anno di nascita dal 2002 al 2009.

Visana mette in palio 25 partecipazioni gratuite

Vostra figlia, vostro figlio o i vostri figliocci (anno di nascita dal 2002 al 2009) sono amanti del calcio e desiderano partecipare allo «YB Kids Camp» che avrà luogo dall'11 al 15 luglio 2016 presso il campo sportivo Allmend di Berna? Allora partecipate al nostro concorso a pagina 24 e con un po' di fortuna potete vincere una delle 25 partecipazioni gratuite. www.bscyb.ch/kids-camps



A Losanna per la Women Sport Evasion

L'evento sportivo dedicato alle donne si avvicina! Oltre 30 workshops nel campo del fitness, del wellness e della danza vi aspettano il 25 e 26 giugno 2016 alla Women Sport Evasion a Losanna. Sul lago Lemano sono attese 2800 partecipanti, un nuovo record.

Testo e foto: Stephan Fischer

La Women Sport Evasion è una storia di successo. Per il nono anno consecutivo lo Stade Pierre-de-Coubertin di Losanna sarà il punto di ritrovo per le 2800 partecipanti attese da tutta la Svizzera.

Quando si può scegliere...

Le partecipanti (a partire da 16 anni) possono scegliere tra oltre 30 attività sportive che vanno da Samba Fitness passando per il Chi Ball fino alla Pole Dance. Tutti i workshop saranno ripetuti più volte nell'arco della giornata e possono essere seguiti nell'ordine che si preferisce. Ogni partecipante allestisce individualmente il proprio programma.

Il forfait giornaliero (sabato o domenica) del costo di 60 franchi include la partecipazione ai workshop, il pranzo, gli spuntini e un piccolo regalo ricordo.

Se un giorno non fosse abbastanza, si può acquistare il biglietto per l'intero fine settimana del costo di 95 franchi (senza pernottamento). Buono a sapersi: i corsi si svolgeranno in francese e in parte in tedesco.

50 partecipazioni gratuite

In veste di Presenting Partner «VisanaFORUM» mette in palio 50 biglietti gratuiti per la Women Sport Evasion a Losanna. Partecipate al nostro concorso a pagina 24 e vincete due ingressi gratuiti per il 25 o il 26 giugno 2016. Buona fortuna! www.womensportevasion.ch

Numero di posti limitato

Il numero di partecipanti è stato fissato a 1400 al giorno, l'anno passato era di 2700 per l'intero fine settimana. Iscriversi già oggi conviene, dato che una volta raggiunto il limite non saranno più accettate ulteriori iscrizioni.

www.womensportevasion.ch



Esplorare la Svizzera in sella alle e-bike

La prima tappa del percorso ciclabile n. 99 si trova nell'Emmental. Le ulteriori tappe dell'itinerario del cuore (Herzroute) collegano il lago di Costanza e il lago Lemano. Il 2 e 3 aprile si è celebrata l'apertura della nuova stagione della Herzroute con una grande festa di primavera.

Testo: Peter Rüegg | Foto: Herzroute

L'origine dei percorsi per le e-bike si trova nel cuore della Svizzera, nella valle dell'Emmental e da qui l'itinerario del cuore si è sviluppato fino a raggiungere la lunghezza attuale. La Herzroute è il percorso ciclabile più interessante e spettacolare che collega il lago di Costanza e il lago Lemano. Con i suoi 720 chilometri e 13 percorsi offre la possibilità di scoprire le bellezze naturali svizzere altrimenti poco conosciute.

E proprio questo è il lato della Svizzera che i turisti nazionali e internazionali cercano: pittoresca con stradine e viuzze romantiche, villaggi storici, laghi idilliaci e un panorama mozzafiato sulle Alpi. Sui percorsi vi attendono anche ristoranti tipici dove potrete

soddisfare il vostro palato. Non sorprende, quindi, che gli amanti delle due ruote siano entusiasti dell'itinerario del cuore.

Perché la salute ci sta a cuore

Dal 2006 Visana si impegna nella realizzazione dei percorsi per e-bike e fornisce un contributo «con il cuore» alla promozione attiva ed efficiente della salute. Il 2 e 3 aprile 2016 è stata aperta la nuova stagione con una festa di primavera presso il caseificio tipico dell'Emmental ad Affoltern i. E. Organizzate un'escursione in coppia o in gruppo e rinforzate il vostro sistema cardio-circolatorio.

RAILBON

Rail Bon del valore di 20 franchi

Sconto sul noleggio giornaliero di una bicicletta elettrica Flyer sulla Herzroute.

Payserie 0216 0000 0034

L'offerta è valida dal 1° aprile al 31 ottobre 2016 presso tutte le stazioni della Herzroute. Il Rail Bon è valido sulla tariffa normale e non è cumulabile con altre riduzioni (AG, metà prezzo, carta Junior, sconti per gruppi o scolari). Non è possibile il versamento in contanti, né il rimborso. Il buono può essere riscosso su consegna presso una delle stazioni di noleggio della Herzroute Rent a Bike. Elenco delle stazioni di noleggio e prenotazione: www.rentabike.ch/Herzroute



Itinerario del cuore

Per maggiori informazioni relative alle mappe dei percorsi, al noleggio delle e-bike e alla guida ai percorsi gratuita consultate il seguente link www.herzroute.ch, oppure telefonate allo 034 408 80 99. **Consiglio:** Gli assicurati Visana hanno diritto a uno sconto di 300 franchi sull'acquisto di una bicicletta elettrica «edizione Herzroute». Per maggiori informazioni consultate il seguente link flyer.herzroute.ch > Kombiangebote (solo in tedesco).



Insieme contro gli incidenti in acqua

Probabilmente quasi tutti hanno visto almeno una volta le sei regole per il bagnante della Società Svizzera di Salvataggio (SSS), ma chi le conosce davvero? Visana e la SSS iniziano quest'anno una partnership pluriennale con l'obiettivo di incrementarne la notorietà e sensibilizzare al rischio di incidenti in acqua.

Testo: Stephan Fischer | Foto: SLRG

La scorsa estate è stata eccezionalmente calda e rimarrà ai primi posti tra le più torride della storia recente. Purtroppo però ai record delle temperature si sono aggiunti quelli della mortalità per incidenti acquatici, infatti, ben 48 persone nel 2015 hanno perso la vita nelle acque svizzere.

Sensibilizzare alle regole per il bagnante

Cosa c'è di meglio che tuffarsi in acqua fredda per rinfrescarsi in una calda giornata estiva? Spesso però

ci dimentichiamo i consigli dettati dal buon senso e dalla SSS: non tuffarsi mai sudati in acqua e in acque torbide o sconosciute.

Queste sono solo due delle sei regole «d'oro» per il bagnante elencate sulle tavole della SSS che è possibile trovare in molti laghi e fiumi, nelle piscine coperte o all'aperto, ma anche nelle zone di balneazione pubbliche. Tuttavia, in ancora molti luoghi le tavole non sono presenti. Il partenariato tra Visana in veste di «Partner ufficiale sulle regole per il bagnante» e la SSS si prefigge di colmare queste lacune.

La SSS in breve

La Società Svizzera di Salvataggio (SSS) è stata fondata nel 1933. Il suo obiettivo è diminuire il numero degli incidenti in acqua e da annegamento attraverso la prevenzione e la formazione. La SSS è un'organizzazione di pubblica utilità riconosciuta e comprende 129 sezioni con 27 500 membri in tutta la Svizzera. È, inoltre, membro della Croce Rossa Svizzera e di Swiss Olympic, società mantello per lo sport. www.slrgr.ch



Più sicurezza nel tempo libero

Da molti anni, Visana si impegna attivamente nella prevenzione degli infortuni, specialmente negli ambiti degli sport invernali, sulle due ruote e sulle montagne. Grazie alla nuova collaborazione con la SSS si sono aggiunti anche gli sport acquatici che completano il quadro delle attività per il tempo libero.



Alla continua ricerca della qualità

Avete domande sui vostri conteggi e abitate in Svizzera romanda? I collaboratori del team di Patrick Täschler di Losanna saranno lieti di aiutarvi. Nell'intervista racconta cosa gli piace di più del suo lavoro.

Testo: Peter Rüegg | Foto: Thierry Porchet

«Sono vodese», afferma il responsabile di team Patrick Täschler (46) in perfetto dialetto svizzero-tedesco dell'est. I suoi genitori sono originari di Gossau SG e del Freiamt argoviese, lui è cresciuto però sul Lago Lemano. Il bilinguismo è il punto di forza del suo team composto da nove collaboratori. Tutte le volte che i romandi parlanti tedesco hanno domande in merito ai loro conteggi di Visana, vengono messi in contatto con il team «Ambulatoriale 3» che ha sede in un palazzo ai confini della città vecchia di Losanna.

Tempistica e precisione

Il team di Patrick Täschler esamina con attenzione tutti i giustificativi di farmacie, terapeuti, ottici o medici. In seguito, gli esperti stabiliscono quale parte delle prestazioni è rimborsabile. Queste procedure richiedono molta precisione e devono essere svolte in breve tempo.

Oltre all'esperienza, i suoi collaboratori dispongono di approfondite conoscenze del settore. Secondo Patrick Täschler per i clienti non è fondamentale solo la velocità dei rimborsi delle prestazioni, bensì anche ricevere risposte cordiali e premurose.

Mentre indica una lunghissima pila di giustificativi afferma: «I pagamenti senza carta sono ancora un'utopia.» La digitalizzazione ha fatto passi avanti e praticamente tutte le fatture delle farmacie e dei laboratori vengono elaborate elettronicamente, tuttavia una buona parte continua a inviare i giustificativi per posta. «Se, per esempio, un assicurato si reca presso un terapeuta o acquista un nuovo paio di occhiali, la maggior parte delle volte riceviamo la fattura su carta. Spesso addirittura scritta a mano».

Musica e gastronomia

La porta dell'ufficio di Patrick Täschler è sempre aperta ai suoi collaboratori che possono contare su di lui in ogni momento. Non è amante delle riunioni su appuntamento e concede molta indipendenza.

Gli piace il contatto con le persone e non solo al lavoro, quando spiega a un cliente per telefono le disposizioni della Legge sull'assicurazione malattie.

Anche durante il tempo libero ama coltivare i suoi contatti. Da quasi 15 anni lavora come volontario per l'open air più grande della Svizzera, ovvero il Paléo Festival Nyon, in cui offre assistenza al pubblico. «La musica è parte della mia vita, la ascolto sempre e dovunque. L'unica cosa che non faccio è suonare o cantare.»

Inoltre, è anche molto sportivo. La borsa è sempre pronta per l'allenamento settimanale in palestra. Gli piace andare in montagna a fare escursioni e sciare e a casa si diletta tra i fornelli. «Uso prodotti di stagione e se possibile anche della regione. Per il pranzo della domenica ho preparato un gulasch, una specialità ungherese con crauti, peperoni e panna acida. Perché il piatto riesca bene ci vuole tempo e nessuna fretta.»

Qualità del servizio alla clientela

Patrick Täschler lavora da quasi 25 anni presso Visana. Che cosa gli piace di più del suo lavoro? Ci risponde: «Un complimento! Quando al telefono ci dicono: «Grazie per le informazioni. Mi avete aiutato», è molto motivante». Nella maggior parte dei casi ha sempre avuto un buon rapporto con i clienti.

Tuttavia, non vuole trascurare i riscontri negativi perché appena qualcuno ha qualcosa da ridire, incide immediatamente sulla qualità del servizio offerto. «Nel nostro settore non si raggiungono mai gli obiettivi», afferma Patrick Täschler. Offrire un servizio di qualità alla clientela è un compito costante e non possiamo riposarci sugli allori. «Nella ricerca continua della qualità non esiste il traguardo finale.»

«Un partner sicuro e affidabile»

La chiusura del Gruppo Visana per l'anno di esercizio 2015 è nuovamente positiva. L'assicuratore malattie e contro gli infortuni poggerà anche in futuro su solide basi finanziarie. Il numero degli assicurati rimane costante.

Testo: David Müller | Foto: Saskia Widmer

«VisanaFORUM» ha incontrato Urs Roth, CEO del Gruppo Visana per parlare del risultato d'esercizio 2015.

Visana è reputata un'assicurazione solvibile, è d'accordo?

Urs Roth: Assolutamente. Nonostante le difficili condizioni, siamo riusciti ad affermarci sul mercato raggiungendo un buon risultato sia nell'ambito delle assicurazioni di base che in quello delle assicurazioni complementari.

Più precisamente cosa significa?

Significa che nel settore assicurativo abbiamo raggiunto nuovamente un solido risultato positivo. Unitamente

al risultato del Gruppo che grazie agli investimenti finanziari è nuovamente in progresso, tutte le società del Gruppo Visana soddisfano i requisiti normativi minimi imposti dalle autorità di vigilanza nell'ambito delle assicurazioni di base e complementari.

Come si è sviluppato il numero degli assicurati nel 2015?

Nel settore dei Clienti privati il numero di assicurati è rimasto sostanzialmente invariato, mentre nel settore dei Clienti aziendali il numero di aziende assicurate presso Visana è lievemente aumentato. Con oltre 1,1 milione di assicurati, Visana si posiziona tra le compagnie assicurative per malattie e infortuni leader in Svizzera.

E come si evolve la situazione nell'ambito delle assicurazioni di base e complementari?

Nell'ambito delle assicurazioni di base, il numero degli assicurati è rimasto costante. Una delle sfide maggiori risiede nell'andamento dei costi delle prestazioni che ci hanno costretto ad adattare i premi. Gli effetti di tali provvedimenti sono più marcati presso sana24. In vivacare il numero è rimasto pressoché invariato. Presso Visana il numero di assicurati nell'ambito delle assicurazioni di base è aumentato, così come per le complementari.

Quali conclusioni trae da questi risultati?

Visana continua a operare su basi solide. Questo ci permette di proporci anche nel 2016 come partner forte e affidabile che convince per i suoi collaboratori motivati e competenti e per un servizio di alta qualità.

Rapporto di gestione 2015

Per maggiori informazioni relative all'anno d'esercizio 2015 consultate il nostro Rapporto di gestione alla pagina reports.visana.ch/it. Da qui potete ordinare il Rapporto di gestione anche in forma stampata che verrà consegnato a partire dal 19 aprile 2016.

Urs Roth, CEO del Gruppo Visana



Visana è un datore di lavoro premiato

Lo scorso ottobre, Visana è stata insignita del label «Friendly Work Space» da Promozione Salute Svizzera. Con questo riconoscimento la fondazione riconosce il nostro impegno pluriennale nell'offrire ai collaboratori di Visana posti di lavoro attenti alla salute e un contesto professionale motivante.

Testo: Marcel Kutter | Foto: Stephan Fischer

Visana conta circa 1300 dipendenti, di cui circa un terzo lavora a tempo parziale, anche in posizioni dirigenziali. In qualità di azienda moderna vogliamo offrire ai nostri collaboratori forme e modelli di lavoro flessibili, affinché possano conciliare vita privata e professionale raggiungendo un Work-Life-Balance equilibrato.

Possibilità di formazione continua interna ed esterna

La base della nostra azienda è formata da personale specializzato. Per tale motivo, Visana sostiene i suoi collaboratori con formazioni e formazioni continue mirate alla carriera specialistica e dirigenziale. In questo modo sono in grado di acquisire le necessarie competenze per svolgere al meglio il loro lavoro presso un assicuratore malattie.

È dimostrato che i collaboratori soddisfatti e motivati sono meno assenti per malattia. La Gestione aziendale della salute (GAS) contribuisce in modo determinante in questo ambito e include un'ampia gamma di misure, tra cui distributori di acqua potabile, posti di lavoro ergonomici e test sulla salute gratuiti,

coordinate dal nostro nuovo ufficio competente. Il label «Friendly Work Space» riconosce il nostro impegno e dimostra ai nuovi candidati che a Visana sta a cuore essere un datore di lavoro che promuove la salute.

Investiamo nelle nostre giovani leve

Visana si impegna con particolare attenzione nella formazione professionale. Nelle nostre sedi di Berna, Bienne, Thun, Zurigo e Losanna offriamo a 25 giovani la possibilità di svolgere un apprendistato nel settore commerciale e informatico. I talenti sportivi hanno, invece, anche la possibilità di svolgere un apprendistato sportivo, per cui siamo stati riconosciuti da Swiss Olympic, società mantello degli sport svizzeri, come azienda di formazione che sostiene lo sport di prestazione.

www.visana.ch > Visana
> Il datore di lavoro Visana

Entreprise formatrice favorable au sport de performance
swiss olympic APPROVED 2015/2016



Assicurazioni di capitale e di protezione giuridica vantaggiose

I costi che emergono in caso di invalidità di un bambino sono molto elevati. Infatti, oltre all'assistenza medica si aggiungono costi per i mezzi ausiliari oppure per lavori edili. Le assicurazioni di capitale in seguito a infortunio (TUP) o malattia (CDI) assicurano un capitale garantito.

Testo: Hannes Bichsel

Il servoscala, la doccia per disabili e le porte automatiche semplificano la quotidianità delle persone con problemi fisici, tuttavia, i costi per tali servizi sono elevati. Le assicurazioni di capitale in seguito a infortunio o malattia di Visana garantiscono la flessibilità finanziaria, infatti, il capitale assicurato viene versato in caso di invalidità indipendentemente dal suo scopo di utilizzo. Siete voi a decidere come impiegare il denaro e tutto questo per meno di nove franchi al mese.

sibilità finanziaria, infatti, il capitale assicurato viene versato in caso di invalidità indipendentemente dal suo scopo di utilizzo. Siete voi a decidere come impiegare il denaro e tutto questo per meno di nove franchi al mese.

Esempio di premio TUP/CDI (bambino fino 18 anni)

	Somma assicurata	Premio mensile
Capitale d'invalidità in seguito a infortunio (TUP)*	200 000.—	4.—
Assicurazione di capitale in seguito a malattia (CDI)**	200 000.—	4.80

* Incluso nell'assicurazione: capitale di decesso di 2500 franchi per bambini fino a 2,5 anni, rispettivamente di 10000 franchi per bambini fino a 18 anni.

** Incluso nell'assicurazione: capitale di decesso di 10000 franchi.

Protezione giuridica alle condizioni migliori

Chi ha stipulato l'assicurazione di base presso Visana beneficia automaticamente e gratuitamente della protezione giuridica per la salute che si può completare a un prezzo molto vantaggioso con l'assicurazione di protezione giuridica che offre un ottimo rapporto qualità-prezzo. Questo prodotto comprende la protezione giuridica privata e di circolazione stradale. L'assicurazione di protezione giuridica copre, tra l'altro, le spese giudiziarie e processuali, le spese di patrocinio e assistenza in giudizio, i costi per le perizie e di mediazione.

Questo prodotto comprende la protezione giuridica privata e di circolazione stradale. L'assicurazione di protezione giuridica copre, tra l'altro, le spese giudiziarie e processuali, le spese di patrocinio e assistenza in giudizio, i costi per le perizie e di mediazione.

Esempio di premio per l'assicurazione di protezione giuridica (protezione giuridica privata e di circolazione)

	Somma assicurata	Premio annuo
Adulto (con assicurazione di base presso Visana)	250 000.—	115.20
Adulto (senza assicurazione di base presso Visana)	250 000.—	144.—

Sono previsti premi agevolati per i bambini (fino a 18 anni), i giovani (19–25 anni), per la seconda e ogni ulteriore persona adulta che vive nella stessa economia domestica. L'assicurazione di protezione giuridica completa è riservata ai clienti di Visana che dispongono di una delle seguenti coperture: assicurazione di base, complementare Ambulatoriale, Ospedale o Basic.

Osservazione: i bambini fino a 18 che hanno l'assicurazione di base da Visana godono gratuitamente della protezione giuridica.

www.visana.ch/tupcdi

Risparmiare carta e tutelare l'ambiente con MyVisana

Con l'arrivo del computer negli anni Ottanta, si prevedeva l'era della burocrazia senza carta, anche se finora questa è rimasta solo un mito. Tuttavia, la riduzione del consumo di carta non è più un'utopia e MyVisana, il portale clienti di Visana, da il suo contributo.

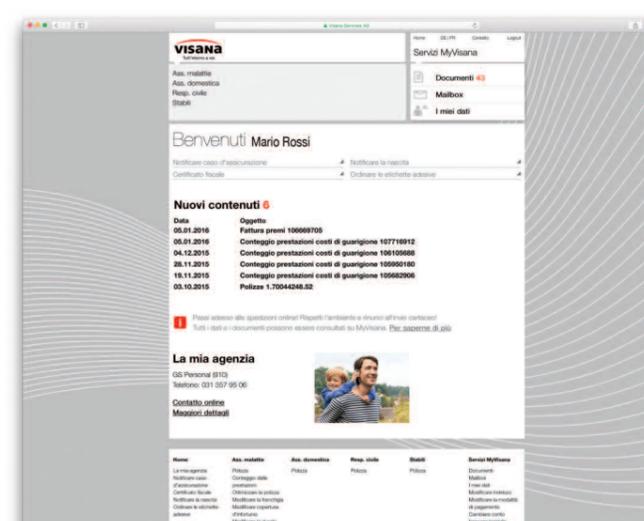
Testo: Michael Wüthrich | Foto: Debbie Rychener

Rinunciare completamente alla carta non sarà possibile nemmeno in futuro. Tuttavia, per tutelare l'ambiente è bene ridurre al minimo le stampe e le fotocopie dei documenti. MyVisana, il portale clienti di Visana, vi sostiene in tal senso, mettendovi a disposizione in formato elettronico tutti i vostri documenti assicurativi.

Cosa offre il portale clienti?

Sul portale MyVisana trovate i vostri contratti assicurativi e i conteggi delle prestazioni di medici, terapeuti e ospedali. Tutti i documenti che oggi ricevete per posta, li trovate in formato elettronico come PDF e, in caso di bisogno, li potete stampare in ogni momento. Ovviamente, siete liberi di decidere di ritornare al recapito dei documenti cartacei.

MyVisana vi offre, inoltre, altri servizi supplementari: potete modificare i vostri dati relativi all'indirizzo, alla franchigia o alle modalità di pagamento oppure ordinare gli estratti per la dichiarazione delle imposte e le etichette.



Sicuro? Sicuro!

Il portale clienti MyVisana è protetto tre volte. Oltre al numero di identificazione e la password personale è protetto da un ulteriore codice di sicurezza che trovate sulla carta matrice oppure che vi verrà inviato per SMS al momento dell'accesso.

www.myvisana.ch



In palio un Samsung S6 edge

Iscrivetevi sul sito web www.myvisana.ch. Tra le nuove iscrizioni pervenute entro il 30 aprile 2016 estrarremo il vincitore del Samsung S6 edge (32 GB, nero).

Visana Club

Primavera in movimento

Visana Club: più vantaggi per voi. In qualità di clienti Visana siete iscritti automaticamente e gratuitamente a Visana Club e potete beneficiare illimitatamente delle vantaggiose offerte dei nostri partner. Inoltre, per Visana Club non viene impiegato nemmeno un centesimo dei premi incassati. Trovate tutte le offerte e le informazioni sul sito Internet www.visana-club.ch.

vivoactive – lo Smartwatch di Garmin



L'orologio ultrasottile smartwatch con GPS e touchscreen a colori ad alta risoluzione comprende le applicazioni per i seguenti tipi di sport:

- corsa e camminata (misura la distanza, il tempo ecc.);
- ciclismo (compatibile con il GPS, registra il tempo, la distanza, la velocità e le calorie consumate ecc.);
- golf (database dei campi da golf con oltre 38 000 campi nel mondo. Misura la distanza dei colpi, le distanze dalla parte front, middle e back del green, aggiornamento automatico delle mappe e misurazione delle buche e par, ecc.);
- nuoto (rilevazione delle vasche, la distanza totale coperta e quella delle singole ripetute ecc.).

Ulteriori funzioni di vivoactive:

- visualizza passi, distanza percorsa, calorie bruciate, ora;

- avvisi di chiamata, SMS o e-mail sullo smartphone segnalati da una leggera vibrazione;
- semplice da maneggiare toccando o scorrendo lo schermo;
- allarme di inattività che segnala quando è tempo di muoversi.



vivoactive segue i vostri progressi 24 ore su 24 e la durata della batteria è garantita fino a 3 settimane in modalità orologio/fitness band e fino a 10 ore con il GPS attivato. Il dispositivo può essere portato anche quando si fa la doccia o il bagno (impermeabilità garantita fino a 50 m di profondità). vivoactive è disponibile nelle versioni con cinturino nero o bianco e con o senza fascia cardio (misurazione frequenza cardiaca).

Mantenetevi attivi con lo smartwatch di Garmin al prezzo speciale di 233 franchi con la fascia cardio (prezzo normale dell'offerente 329 franchi) e di 183 franchi senza la fascia cardio (prezzo normale dell'offerente 279 franchi), inclusi i costi di spedizione e 2 anni di garanzia.

Ordinatelo ora via e-mail all'indirizzo di posta elettronica order@garmin.ch, con il tagliando d'ordinazione oppure tramite Fax al numero 032 755 95 79. L'offerta è valida fino al 30 giugno 2016 o fino a esaurimento scorte. Per maggiori informazioni consultate il sito www.visana-club.ch o www.garmin.ch. Per informazioni sul prodotto scrivete a support@garmin.ch.

Tagliando d'ordinazione

Si prega di indicare l'opzione desiderata:

- Garmin vivoactive per 233 franchi inclusa la fascia cardio
- Garmin vivoactive per 183 franchi senza la fascia cardio
- bianco nero

- Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Inviare il tagliando a: Bucher + Walt, Rte de Soleure 8, 2072 St-Blaise

Sicuri a tavola con il seggiolone «ViVi»

In veste di azienda che si adopera per la comunità, Valida supera le barriere sociali offrendo alle persone bisognose di assistenza posti di lavoro e formazione e dando loro sostegno nella progettazione degli spazi. Il seggiolone per bambini «ViVi» è prodotto da Valida e si contraddistingue per essere un prodotto svizzero di alta qualità. In questo modo anche i più piccoli possono partecipare in tutta sicurezza alla vita familiare che si svolge intorno al tavolo da pranzo.

Sicuro, comodo e maneggevole:

- prodotto artigianale svizzero in legno fatto con materiali di prima categoria;
- lavorazione di qualità;
- laccatura resistente alla saliva.



Godetevi momenti indimenticabili seduti al tavolo con la vostra famiglia grazie al seggiolone per bambini «ViVi» al prezzo speciale Visana Club:

184 invece di 247 franchi (normale prezzo dell'offerente), inclusi IVA e costi di spedizione. Ordinate adesso tramite il tagliando, per e-mail scrivendo all'indirizzo info@valida.ch, oppure per telefono al numero 071 424 01 01, o ancora per fax allo 071 424 01 10. L'offerta è valida fino al 31 dicembre 2016 o fino a esaurimento scorte. Per maggiori informazioni rivolgetevi direttamente a Valida: numero di telefono 071 424 01 01 oppure scrivete una mail all'indirizzo www.visana-club.ch.

Tagliando d'ordinazione

Si prega di compilare:

_____ pezzo/pezzi del seggiolone per bambini «ViVi»
al costo di 184 franchi

- Signora Signor

Cognome _____

Nome _____

Via, n. _____

NPA, luogo _____

Telefono _____

Inviare il tagliando a: Valida, Zwysigstrasse 28, 9001 St. Gallen



Canon PowerShot SX710 HS – la compagna di viaggio perfetta

Portate con voi questa compagna di viaggio potente e compatta, dotata di super zoom, e preparatevi a realizzare foto e filmati che non vedrete l'ora di condividere. L'obiettivo zoom 30x e le funzionalità avanzate consentono di catturare i momenti da ricordare senza perdere nemmeno un dettaglio.

Prezzo speciale per i membri di Visana Club: 239 franchi (prezzo normale dell'offerente: 404 franchi), inclusa batteria e custodia in pelle.

Nel prezzo sono compresi l'IVA e i costi di spedizione. Ordinate subito la vostra PowerShot SX710 HS nei colori rosso o nero su www.visana-club.ch oppure per telefono al numero 043 500 35 35, parola chiave «Visana Club». L'offerta è valida fino al 16 giugno 2016 o fino a esaurimento scorte. Partner contrattuale/consegna tramite la ditta e-Brands GmbH, Ifangstrasse 93a, 8153 Rümlang, e-mail: info@e-brands.ch.

Visitate regolarmente Visana Club al sito www.visana-club.ch

Buono a sapersi

Servizi

Ottimi risultati delle nostre assicurazioni complementari

L'istituto VZ ha sottoposto all'annuale confronto le assicurazioni complementari più vendute delle principali assicurazioni malattie svizzere. I risultati del test parlano chiaro: nell'ambito delle assicurazioni complementari Visana è in cima alla lista. L'intero pacchetto è stato valutato come «oltre la media». Visana si aggiudica il primo posto nel confronto delle assicurazioni complementari per protezione assicurativa all'estero e psicoterapia.

I risultati di quest'analisi sono stati pubblicati nel Test 2016 del VZ «Ambulante Versicherungszusätze im Vergleich» (Assicurazioni complementari ambulatoriali a confronto disponibile solo in tedesco e francese). Il VZ è un centro di consulenza indipendente e ha eseguito il test in collaborazione con K-Tipp, Bon à Savoir, Gesundheitstipp e Saldo.

L'assicuratore malattie più efficiente

Alla fine dell'anno scorso Visana ha ricevuto il «premio efficienza 2015» assegnato dal servizio di confronto Internet comparis.ch. Con solo il 3,0 per cento di spese per i costi di amministrazione, Visana si posiziona al primo posto tra gli assicuratori malattie a livello nazionale. Detto in altre parole, Visana impiega il 97,0 per cento dei premi incassati direttamente per gli assicurati e solo il 3,0 per cento per le spese amministrative.

comparis.ch

Cassa malati

Gestione efficiente

Vincitrice nazionale
11/2015



Vacanza, la pratica assicurazione viaggi

Se avete stipulato l'assicurazione complementare Ospedale, Ambulatoriale o Basic presso Visana, disponete automaticamente e gratuitamente dell'assicurazione viaggi e ferie Vacanza. Essa vale per viaggi di massimo otto settimane l'anno. Questa assicurazione non comprende solamente i costi di guarigione in caso di malattia o infortunio all'estero, ma anche i servizi sotto indicati:

- **Assistenza immediata 24 h su 24:** il servizio di assistenza immediata Vacanza vi aiuta sul posto 24 ore su 24, fornisce prestazioni di deposito e dispone il trasporto di rientro o il rimpatrio nel caso doveste rientrare in Svizzera su prescrizione medica.
- **Assicurazione bagagli:** i vostri bagagli sono assicurati contro furto, rapina e danni fino a un massimo di 2000 franchi per viaggio. L'assicurazione bagaglio è valida in tutto il mondo (Svizzera esclusa).
- **Assicurazione spese di annullamento viaggi:** se non fosse possibile partire come previsto in seguito a infortunio o malattia oppure fosse necessario interrompere anticipatamente il viaggio, Visana assume le spese di annullamento fino a un importo massimo di 20000 franchi per viaggio, in tutto il mondo.
- **Sostituzione carte di credito:** se durante il viaggio vi doveste rubare il portafoglio con i documenti e le carte di credito, sarà sufficiente una telefonata a Visana che bloccherà le carte di credito presso i rispettivi istituti emittenti. Inoltre, Visana assume i costi di sostituzione delle carte di credito e dei documenti di identità fino a un importo massimo di 500 franchi all'anno in Svizzera e all'estero.

Per beneficiare dell'assicurazione Vacanza, le prestazioni devono essere coordinate da Visana Assistance. In caso di necessità rivolgetevi a Visana Assistance al numero di telefono +41 (0)848 848 855 (trovate il numero anche sul retro della vostra tessera d'assicurazione). Per maggiori informazioni sull'assicurazione viaggi Vacanza consultate la seguente pagina web www.visana.ch/vacanze.

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. Se avete domande specifiche consultate anche il sito Internet www.visana.ch > Clienti privati > Menu per clienti privati > Servizi > Domande frequenti.

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 (0)848 848 855. Trovate questo numero anche sulla vostra tessera d'assicurazione.

Consulenza medica

Gli assicurati di base presso il Gruppo Visana ricevono gratuitamente assistenza medica chiamando il seguente numero di telefono: 0800 633 225 – 365 giorno l'anno, 24 ore su 24.

Contatto Protezione giuridica sanitaria

Per avvalervi della protezione giuridica sanitaria in caso di sinistro potete rivolgervi al numero di telefono 031 389 85 00.

Visana Newsletter

Se non volete perdervi mai più un concorso o un'offerta di Visana Club potete registrarvi alla newsletter gratuita su www.visana.ch > Visana.

Correre il mercoledì sera

Il «Tour du Pays de Vaud» è una corsa a tappe che attira circa 1000 appassionati a sera per due mercoledì di maggio (18/25) e giugno (1°/8). Le corse hanno una lunghezza tra 8,0 und 9,1 chilometri e iniziano alle ore 19.15 a Nyon, Moudon, Champvent e Yens. Visana sostiene anche nel 2016 la quinta edizione del «Tour du Pays de Vaud». www.tourpaysdevaud.ch

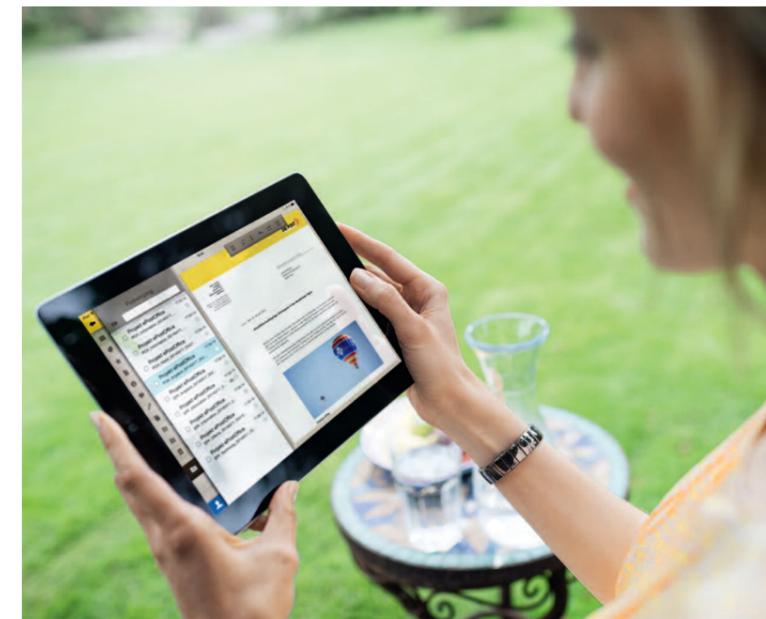
Un'estate senza fumo

In occasione della Giornata senza fumo del 31 maggio 2016, le fumatrici e i fumatori possono cercare di metter da parte le sigarette per un giorno. Per tutti quelli che vogliono impegnarsi e cercare di smettere, il Programma nazionale sostenuto da Lega svizzera contro il cancro, Lega polmonare svizzera, Fondazione Svizzera di Cardiologia e Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo, organizza il concorso per smettere di fumare. Fate una pausa dal fumo dal 1° al 30 giugno 2016 e potrete vincere 20 premi da 500 franchi e 80 premi da 50 franchi. www.rauchstopp.ch

E-Post Office – la cassetta della posta intelligente

Con E-Post Office, il servizio offerto dalla Posta svizzera, gli utenti possono decidere quali invii ricevere in formato cartaceo nella cassetta delle lettere a casa e quali in formato elettronico sulla piattaforma o per e-mail codificata. È possibile rispondere, inoltrare, gestire o archiviare in modo digitale gli invii ricevuti in formato elettronico. E-Post Office è in continuo sviluppo. L'offerta di E-Post Office sarà ulteriormente ampliata: in futuro potrete pagare le fatture direttamente sulla piattaforma. Anche «VisanaFORUM» è d'ora in avanti disponibile su E-Post Office.

www.post.ch/epostoffice



«L'esclusività è determinante»

David Schmid è stato nominato miglior cioccolatiere europeo e mondiale. Nell'intervista svela i segreti che lo hanno portato al successo nella sua professione e spiega quali sono i suoi piani futuri. Avrebbe, infatti, in mente di aprire pasticcerie nelle principali città svizzere.

Testo: Fabian Ruch | Foto: Mauro Mellone

Come si diventa miglior cioccolatiere europeo e mondiale?

David Schmid: Durante la mia formazione come panettiere-confettiere sono stato eletto campione svizzero e nel 2003 ho partecipato ai campionati mondiali dove mi sono confrontato con i concorrenti di 15 paesi partecipanti. In un concorso simile occorre saper impiegare bene il tempo e avere creazione e stile. Io ci sono riuscito sia ai campionati mondiali che, qualche anno più tardi, a quelli europei.

Oggi trae ancora benefici dal suo titolo mondiale?

Si ottiene sicuramente notorietà e attenzione, inoltre, il nostro slogan è «da campioni del mondo». Tuttavia, nel mio lavoro quotidiano avere un titolo mondiale non mi cambia molto. In ogni caso per raggiungere la perfezione dobbiamo svolgere un lavoro da campioni del mondo tutti i giorni.

Cosa che le riesce spesso. I suoi capolavori sono molto richiesti.

Il volume degli incarichi è positivo, ma occorre anche mantenerlo. È una dura lotta, anche se io non conosco altro, dato che sono praticamente cresciuto in panetteria e ho sempre respirato questo profumo che non mi ha mai lasciato. I miei genitori hanno fondato la nostra panetteria 35 anni fa, nel frattempo abbiamo preso la conduzione i miei fratelli Simon e Markus, mia moglie Nicy ed io.

Cosa offrite di meglio rispetto ai vostri concorrenti?

Questo lo dovrebbero giudicare gli altri. Per me è importante che ogni dettaglio sia perfetto. Non bisogna fissarsi solo sull'aspetto, mi piace sperimentare anche nuovi gusti e qui è permesso quasi tutto (ride). Il peperoncino si sposa molto bene con i lamponi e il rosmarino con l'arancia. Inoltre, collaboriamo con il produttore di cioccolato Max Felchlin AG di Svitto di cui sappiamo esattamente come funzionano i processi di produzione. I suoi produttori di cioccolato in Sudamerica applicano minuziosamente le disposi-

zioni del Fairtrade e i semi di cacao sono eccezionali. Nel nostro ramo l'esclusività è determinante.

Tra Natale e Pasqua lo stress deve farsi sentire?

Veramente inizia già ad ottobre e a dir la verità lavoro senza pausa per circa sei mesi. È un enorme impegno, tuttavia, vedere il prodotto finito esposto in vetrina è una grandissima soddisfazione. Per noi è un onore mandare avanti il negozio a Zunzgen. Il contatto con la popolazione locale è importante. Alcuni clienti arrivano anche da molto più lontano. È importante guardarci intorno anche in altre località.

Significa che vorreste espandervi?

È un'idea, poiché sono convinto che riusciremo a vendere bene le nostre creazioni anche in città. Per ora non siamo sotto pressione e aspettiamo la giusta occasione per aprire un negozio a Basilea, Zurigo, Berna o Lucerna.

Non avete sensi di colpa ad offrire prodotti buoni, ma non del tutto salutari?

No, nella vita ci vuole anche il piacere. È come con un buon vino che si beve ogni tanto. Inoltre, come lo dimostrano diversi studi, il cioccolato nero ha effetti benefici sul cervello e cuore. Penso che riusciamo a rendere felici le persone, e questa è una bella sensazione. Le persone continueranno a mangiare cioccolato, motivo per cui non mi preoccupa dell'andamento nel mio settore. Anzi, sono convinto che le persone sono sempre più disposte a pagare qualcosa in più per una migliore qualità.

Scheda biografica

David Schmid è considerato uno dei migliori cioccolatieri della Svizzera. Il 33enne è stato eletto campione mondiale ed europeo come panettiere-confettiere. Per mantenersi in forma afferma di mangiare in modo equilibrato e di fare regolarmente sport. Era considerato uno dei migliori mezzofondisti del paese. Uno dei suoi obiettivi è quello di riuscire a praticare più attività fisica. Vive insieme alla moglie e ai due bambini a Holziken AG.

