

Concours

Participez gratuitement à la Course de l'Avent à Fribourg

Participez à la Course de l'Avent. La Course de l'Avent aura lieu le 24 novembre 2013 pour la deuxième fois dans le centre de Fribourg. «VisanaFORUM» met en jeu 100 participations gratuites.

Comme pour l'édition de l'année dernière, le parcours de la course de novembre prochain vous conduira à travers les rues de Fribourg. Les participantes et les participants courront non seulement pour leur propre plaisir, mais aussi pour une bonne cause. La moitié de l'argent encaissé pour les inscriptions sera versée une nouvelle fois à une association caritative. Les coureuses et les coureurs à partir de 14 ans paient 20 francs et les enfants (jusqu'à l'âge de 13 ans) participent gratuitement. La Course de l'Avent propose des parcours adaptés à toutes les catégories de coureuses et de coureurs. Nous vous invitons à soutenir une bonne cause et à marquer la fin de l'année en participant à un événement sportif. Vous trouverez de plus amples informations sur www.coursedelavent.ch.



Gagnez une participation gratuite pour la Course de l'Avent qui aura lieu le 24 novembre 2013 à Fribourg. Envoyez le coupon de participation ou participez au tirage au sort sur www.visana.ch. Bonne chance!

Talon de participation

Je souhaite participer gratuitement à la Course de l'Avent à Fribourg.

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

E-mail _____

Découper le coupon, le coller sur une carte postale et l'envoyer jusqu'au vendredi 4 octobre 2013 à: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15.

*Aucune correspondance ne sera tenue au sujet du concours. Les gagnantes et gagnants seront informés d'ici au 15 octobre 2013. La voie juridique est exclue. Les prix ne peuvent pas être remis en espèces. Par votre participation au concours, vous acceptez que Visana utilise vos indications à des fins de marketing. Ce droit peut être révoqué en tout temps. Une seule participation est admise par personne.

**PRIMES 2014:
BONNES NOUVELLES**
Plus à ce sujet en page 3

Riches en vitamines
Les baies sont saines et délicieuses
Page 10



Visana Club
Profitez de nos offres d'automne
Page 12



Urs P. Gasche
Entretien avec le célèbre journaliste
Page 22



Sommaire

- 3 2014: adaptation modérée des primes
- 4 Nouvelle présentation publicitaire de Visana
- 5 Managed Care est LE modèle du futur
- 6 Tous et toutes à la Course de l'Avent à travers Fribourg!
- 7 Moins de papier grâce à MyVisana
- 8 Des entreprises en meilleure santé
- 10 Les baies: nos irrésistibles alliées santé
- 12 Visana Club avec des offres d'automne exclusives
- 14 Profitez des chèques Wellness 2014
- 17 Un conseil médical 24 heures sur 24
- 18 Recommandez Visana!
- 19 Informations diverses
- 22 Entretien avec Urs P. Gasche
- 24 Concours

Editorial



Chère lectrice, cher lecteur,

Nous vous l'avions déjà annoncé dans le dernier «VisanaFORUM»: l'adaptation des primes sera modérée pour Visana en 2014. Dans l'assurance de base, elle s'élèvera à 2% en moyenne. Les primes de la plupart des assurances complémentaires restent inchangées, certaines sont même réduites. Malheureusement, en raison de l'évolution des coûts, l'augmentation des primes de certains produits d'assurance complémentaire est inévitable.

Important: ces données sont des valeurs moyennes. La situation diffère selon la personne assurée. Quatre raisons expliquent ces différences: premièrement, le montant des primes dépend de la région. Pour l'assurance de base, par exemple, elles sont plus basses en Suisse orientale qu'en Suisse romande. Deuxièmement, la hauteur des primes dépend du modèle d'assurance choisi. Troisièmement, le montant de la franchise choisie ainsi que les rabais pour enfants et jeunes adultes ont un effet sur la prime. Quatrièmement, les changements de groupe d'âge modifient la hauteur de la prime de l'assurance de base comme des assurances complémentaires. Tous ces facteurs peuvent mener à des écarts par rapport à la valeur moyenne indiquée.

Votre nouvelle police vous indiquera le montant des nouvelles primes. Elle vous sera envoyée au plus tard fin octobre.

Visana prévoit une évolution modérée. Nous ne devons pas pour autant nous relâcher. En effet, les coûts du système de la santé continuent à augmenter. Les autorités compétentes, fédérales et cantonales, ont du pain sur la planche. Et nous aussi: en tant que consommatrices et consommateurs, nous pouvons influencer les coûts de notre système de la santé par le biais de notre comportement en matière de santé.

Albrecht Rychen
Président du conseil d'administration

Urs Roth
Président de la direction

2014: adaptation modérée des primes

Pour 2014, Visana prévoit une évolution des primes modérée. L'assurance de base fera l'objet d'une adaptation de 2% en moyenne. En ce qui concerne les assurances complémentaires facultatives, les primes resteront inchangées, voire diminueront, pour la quasi-totalité des produits. Seul un petit nombre de produits connaîtra des augmentations.

«VisanaFORUM» s'est entretenu au sujet des primes 2014 avec Monsieur Urs Roth, le CEO du groupe Visana.

«VisanaFORUM»: Pour 2014, Visana prévoit une adaptation modérée des primes. Pourquoi?

Urs Roth: En matière de politique de la santé, d'importantes réformes ont pu être lancées. Je pense au nouveau règlement du financement hospitalier ou à l'introduction des forfaits par cas dans les hôpitaux. Cette évolution est plutôt réjouissante, quand on pense aux augmentations des coûts parfois considérables auxquelles on a dû faire face ces dernières années.

A l'avenir n'y aura-t-il plus que des adaptations de primes modérées?

Je ne suis pas franchement sûr que la situation actuelle puisse perdurer. De nombreuses questions restent en suspens. Par exemple, dans certains cantons, les listes des hôpitaux n'ont pas encore été dressées définitivement; les tarifs des hôpitaux sont également pour la plupart provisoires. Des litiges juridiques sont encore en

cours. En outre, les médecins demandent de pouvoir augmenter le tarif de leurs honoraires. Il faut enfin tenir compte du fait que nous souhaitons tous pouvoir profiter des progrès de la médecine. Or ceux-ci ont un prix.

Dans les médias, l'évolution des primes est souvent décrite en pourcentages. Qu'en pensez-vous?

Je pense que cette manière de faire n'apporte rien. En effet les pourcentages ne disent rien sur le montant effectif des primes. Les comparaisons sont possibles uniquement si l'on met côte à côte le montant absolu, en francs, des différentes primes. Les personnes assurées paient leurs primes en francs et centimes et non pas en pourcentages.

Le montant de la prime est un facteur de poids pour le choix de l'assureur.

Certes, le montant est un facteur de poids. Mais je dis toujours: si vous comparez des primes, comparez non seulement leur montant, mais aussi le service, la qualité des produits et les prestations supplémentaires que l'assureur offre. De ce point de vue, l'offre de Visana est vraiment attrayante. Nombreux sont les tests indépendants dans lesquels Visana a reçu, cette année encore, les meilleures notes. Une raison de plus de s'assurer chez Visana!

Entretien:
Christian Beusch
Responsable Communication d'entreprise

Attention: la moyenne suisse ne s'applique pas à toutes les personnes assurées

L'augmentation d'environ 2% des primes de l'assurance de base est une moyenne suisse. Selon la région de primes ou le modèle d'assurance choisi, la modification de la prime peut présenter un écart par rapport à la moyenne; elle peut être supérieure ou inférieure. Un changement de groupe d'âge, aussi bien dans l'assurance de base que dans les assurances complémentaires facultatives, influence également le montant des primes. En d'autres termes: la situation est différente pour chaque personne assurée.

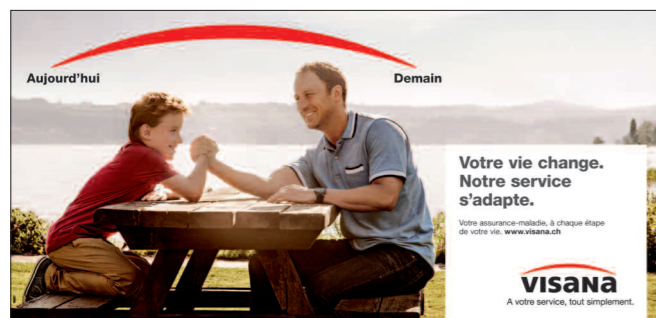


Impressum: «VisanaFORUM» est une publication du groupe Visana. Le groupe Visana comprend Visana, sana24 et vivacare. Il paraît quatre fois par année. Rédaction: Stephan Fischer, Peter Rüegg. Adresse: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. Mise en page: Natalie Fomasi, Elgg. Concept graphique et photos: Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Zurich. Impression: Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. Internet: www.visana.ch

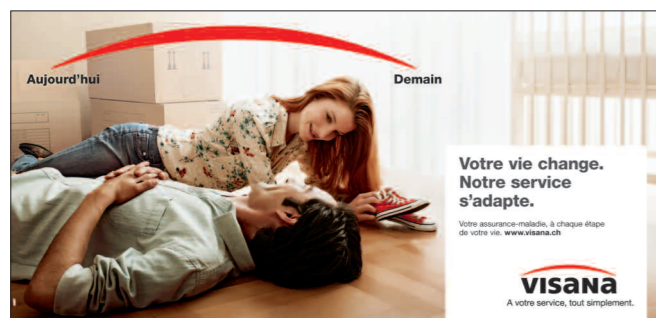
Changements d'adresse: si l'adresse est incorrecte ou si vous recevez trop d'exemplaires de «VisanaFORUM», veuillez en informer votre agence Visana (vous trouverez l'adresse et le numéro de téléphone sur votre police).

Nouvelle présentation publicitaire de Visana

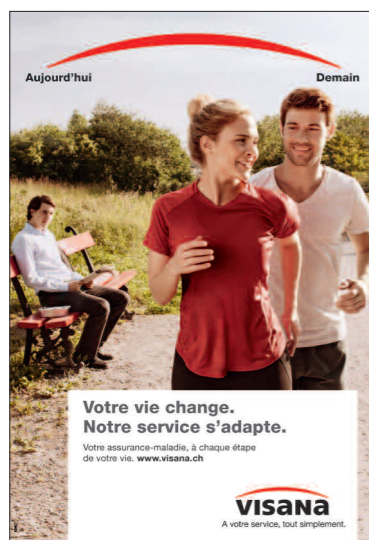
A votre service, tout simplement, pour toutes les étapes de la vie. Visana a une nouvelle présentation publicitaire. La nouvelle campagne mise sur des images et des messages forts, qui reflètent les valeurs de Visana.



Visana fait peau neuve, avec une nouvelle campagne publicitaire et une présentation de l'entreprise entièrement revue. Visana s'engage à accompagner ses assurés et assurées, en leur offrant le meilleur service. Cet engagement constitue le cœur de la présentation publicitaire. Ce message sera à l'avenir le point central de la communication et une prise de position claire relative à la marque.



L'arc rouge, une parenthèse visuelle
L'arc rouge du logo de Visana représente un élément central et symbolique de la nouvelle présentation, qui se retrouve dans tous les supports publicitaires employés. Il symbolise la promesse de Visana d'accompagner sa clientèle dans toutes les situations de la vie, en tant que partenaire d'assurance fort, fiable et compétent, offrant une protection complète et un excellent service.



Le slogan exprime la philosophie de Visana
Chez Visana, les assurés et les assurées peuvent continuer à compter sur un conseil personnalisé et sur leurs interlocuteurs et interlocutrices attitrés. Le nouveau slogan «A votre service, tout simplement», exprime cela de manière concise et se place au cœur de la campagne, dont il est l'idée directrice. Les applications, qui reprennent visuellement le slogan, montrent comment le groupe Visana accompagne ses clientes et clients dans toutes les étapes de la vie et racontent leurs histoires, au moyen d'images expressives.

Hedwig Gerards
Responsable Marketing Clientèle privée

L'avenir appartient aux soins intégrés

La qualité à des prix abordables. Les médecins de famille sont toujours plus nombreux à préférer travailler en équipe plutôt que seuls. Ils se regroupent dans des réseaux ou collaborent au sein de cabinets de groupe. Cette tendance se ressent également chez les assurés/es de Visana: Managed Care a le vent en poupe.

Les soins intégrés suscitent toujours davantage d'intérêt chez les personnes assurées. Les Suissesses et les Suisses sont toujours plus nombreux à être suivis dans un réseau, malgré le rejet essuyé par le projet Managed Care au mois de juin de l'année passée aux urnes.

Visana développe continuellement le réseau de modèles HMO et du médecin de famille et répond ainsi aux attentes des personnes assurées. Les chiffres de ces dernières années le montrent sans équivoque (voir le graphique à droite).

Jusqu'à 20% de rabais sur les primes

Managed Care comprend le modèle HMO (Health Maintenance Organization), le modèle du médecin de famille et la télémédecine. Ces modèles vous donnent la possibilité de recevoir des soins gérés par un seul et même service, contribuant ainsi à réduire les coûts du système de santé. Si vous habitez dans une région dans laquelle des réseaux de médecin de famille se sont formés ou dans laquelle des cabinets de groupe sont apparus (cabinets HMO), vous pouvez, chez Visana, changer pour un modèle Managed Care. Cette solution vous permet de bénéficier d'un rabais sur les primes pouvant atteindre 20%.

Faites-vous conseiller par le ou la spécialiste de votre agence Visana. Vous trouverez son numéro de téléphone sur votre carte d'assuré/e, sur votre police ou sur votre décompte de prestations. Demandez à votre médecin de famille s'il fait déjà partie d'un réseau.

Hannes Bichsel
Gestion des produits

Succès des modèles d'assurance intégrés

Chez Visana, les modèles d'assurance intégrés connaissent un succès grandissant. En 2013, le nombre de personnes assurées à opter pour l'un de ces modèles de primes économiques était presque deux fois plus élevé qu'en 2012. Il est presque cinq fois plus élevé qu'en 2010.

Nombre d'assurés/es Managed Care

Janvier 2010	25 595
Janvier 2011	34 584
Janvier 2012	65 299
Janvier 2013	120 153

Managed Care: jusqu'à 20% d'économies

Vous trouverez toutes les informations nécessaires sur les modèles Managed Care sur le site www.visana.ch (Offre > Assurance-maladie > Assurances de base > Managed Care).

Nouvelles offres Managed Care dès 2014

- Canton de Lucerne: Réseau de médecins de Luzern Land
- Canton de Lucerne: Medplace Hochdorf
- Canton de Soleure: HMO Medgate Health Center Solothurn
- Canton de Zoug: HMO santémed Gesundheitszentrum Zug
- Canton de Zurich: Medgate Health Center Oerlikon
- Canton de Zurich: santémed Gesundheitszentrum Eglisau

Tous à Fribourg pour la Course de l'Avent!

Fribourg accueillera toutes les personnes adeptes de course à pied. Le 24 novembre 2013, près de 1000 coureuses et coureurs attaqueront le parcours qui les mènera à travers les ruelles du centre-ville de Fribourg. Ils courront pour une bonne cause.



Noël approche petit à petit. Les couronnes de l'Avent seront bientôt dans les vitrines et les préparations pour les décors festifs dans les rues commerciales commencent. On sent déjà presque l'odeur du vin chaud et des marrons. Les chaussures de course et les sportifs et sportives en sueur semblent insolites dans ce tableau. Mais, il n'en est rien: la Course de l'Avent est pour bientôt.

Pour une bonne cause

La Course de l'Avent à Fribourg est un événement particulier. D'une part, elle a lieu tard dans l'année et, d'autre part, en y participant, les coureuses et les coureurs soutiennent une organisation d'utilité publique. La moitié des gains est versée à une institution caritative. N'est-ce pas une bonne raison d'affronter le froid pour aller courir?

Quel que soit votre âge et quel que soit votre objectif, la Course de l'Avent propose des parcours adaptés à vos envies. Même en hiver, nous avons besoin d'exercice physique.

Concours: tirage au sort de 100 participations gratuites
Si la chance vous sourit, vous pourrez participer gratuitement à la Course de l'Avent à Fribourg le 24 novembre 2013. Participez à notre concours à la page 24 et gagnez l'une des 100 inscriptions mises en jeu. Bonne chance!

Les enfants jusqu'à 13 ans participent gratuitement

Trois aspects de la Course de l'Avent sont particulièrement motivants: le circuit attrayant de la course, le grand choix de catégories et de distances différentes, ainsi que le prix avantageux de la participation. Les adultes paient 20 francs (dont la moitié est versée à une organisation caritative), alors que les enfants et les jeunes jusqu'à 13 ans participent gratuitement.

En tant que sponsor principal de la Course de l'Avent, Visana émet un signal de fin d'année en faveur du mouvement et espère motiver un grand nombre de coureuses et de coureurs enthousiastes. Vous trouverez de plus amples informations sous www.coursedelavent.ch.

Stephan Fischer
Communication d'entreprise

Economisez le papier en utilisant MyVisana

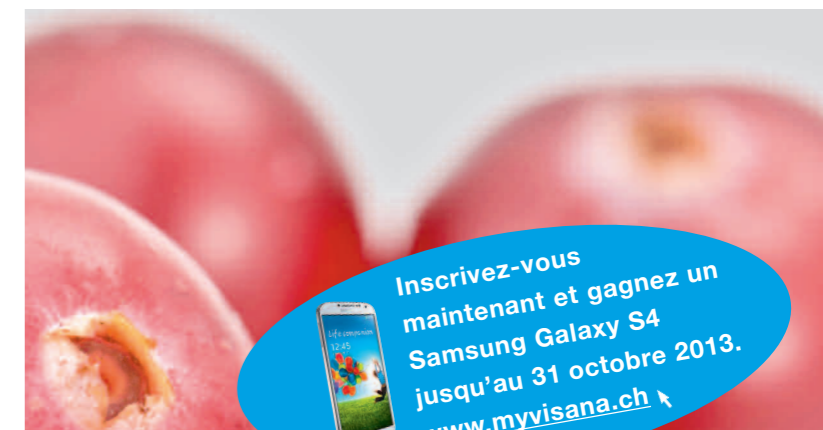
Economisez le papier en utilisant le portail pour la clientèle. Depuis mai 2013, nombreuse est la clientèle MyVisana à avoir renoncé aux envois de documents par la poste. Ainsi, elle gère son assurance-maladie en ligne et limite l'usage du papier. N'hésitez donc pas à tester le portail en ligne pour la clientèle MyVisana et participez ainsi au tirage au sort d'un Samsung Galaxy S4.

Avec le portail MyVisana, vous pouvez consulter à tout moment les coûts de votre santé, où que vous soyez.

Avantages de MyVisana:

- **Clarté.** Avec MyVisana, vous pouvez consulter à tout moment votre police, vos factures, votre franchise et votre quote-part.
- **Gain de temps.** Vous désirez changer votre adresse, passer à d'autres modes de paiement ou modifier votre franchise? Avec MyVisana, gérez votre assurance-maladie simplement, rapidement et indépendamment de l'heure et du lieu. Vous recevrez à chaque fois une confirmation électronique concernant les modifications.
- **Nouveau: exit le support papier.** Vous pouvez préciser sur le portail MyVisana si vous souhaitez renoncer aux envois de documents papier, comme les décomptes de prestations, les factures de primes et les polices (les lettres de rappel continuent à être envoyées sous format papier). Dès qu'un nouveau document est établi, vous recevez un message dans votre boîte mail privée et vous pouvez le consulter en ligne dans MyVisana.
- **Nouveau: contact direct.** Sur MyVisana, vous pouvez voir votre personne de contact et lui envoyer un message depuis le portail.
- **Sécurité.** MyVisana bénéficie d'une triple protection. Vous accédez à vos données uniquement avec la combinaison de votre numéro d'identification, votre mot de passe et les données de la carte matrice et communiquez ainsi en ligne avec Visana en toute sécurité.

Inscrivez-vous sans attendre sur www.myvisana.ch ou alors remplissez le talon d'inscription ci-dessous. Vous recevrez ensuite tous les documents nécessaires pour accéder à MyVisana et participerez automatiquement au tirage au sort.



Coupon d'inscription et participation au tirage au sort

Oui, je souhaite dès à présent être assuré/e en ligne!

(Veuillez cocher)

Oui, je participe au tirage au sort et accepte les conditions de participation.

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

N° d'assuré/e _____

Date de naissance _____

Téléphone _____

E-mail _____

Découper le coupon, le coller sur une carte postale et l'envoyer d'ici au jeudi 31 octobre 2013 à: Visana Services SA, Assistance technique portail pour la clientèle MyVisana, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15.

Le tirage au sort aura lieu en novembre 2013. La gagnante ou le gagnant sera informé/e par écrit. Les prix ne peuvent pas être convertis en espèces. Aucune correspondance ne sera tenue au sujet du concours. La voie de droit est exclue. Par votre participation au concours, vous acceptez que Visana utilise vos indications à des fins de marketing. Les collaboratrices et les collaborateurs du groupe Visana ne sont pas autorisés à participer.



Des entreprises en meilleure santé

Entretien avec Sandra Bittel. En tant que spécialiste de la gestion de la santé en entreprise, Sandra Bittel travaille pour Visana depuis un an et demi. Cette alpiniste passionnée œuvre comme formatrice dans le cadre des séminaires et conseille les entreprises sur le thème des absences.

Parce que les absences sont coûteuses, de plus en plus d'entreprises ont reconnu l'importance d'investir dans des collaboratrices et collaborateurs motivés et en bonne santé. L'introduction de la gestion de la santé en

entreprise (GSE) peut être une solution. Au siège principal de Visana à Berne, Sandra Bittel et son équipe soutiennent les entreprises dans la mise en œuvre de ce système.

Absences et stress

Comment réduire ou éviter les absences de collaborateurs ou collaboratrices, comment leur permettre de revenir à leur place de travail, comment agir avec ceux et celles qui souffrent d'une maladie psychique, comment

prévenir le stress? Ce sont là les principaux thèmes traités par Sandra Bittel dans le cadre des séminaires.

Les participantes et les participants sont essentiellement des personnes issues du domaine du personnel, assumant des tâches de conduite et des membres de la direction. Cependant, les collaborateurs et les collaboratrices ordinaires qui s'intéressent à un thème en particulier sont également représentés. La gestion du stress au poste de travail est notamment un thème qui suscite l'intérêt de la plupart des employées et des employés.

Responsable ad interim

En avril 2012, Sandra Bittel a commencé son travail de spécialiste de la GSE dans le domaine de la Clientèle entreprises de Visana. Moins d'un an plus tard, elle a pris la tête de l'équipe, constituée de cinq personnes, pendant le congé maternité de la responsable.

En plus des tâches administratives au siège principal, Sandra Bittel travaille souvent à l'externe, comme intervenante et formatrice, dans le cadre de séminaires de GSE. Elle est alors informée de première source des défis auxquels les entreprises se trouvent confrontées dans le domaine de la promotion de la santé, et de quel soutien elles ont besoin pour leurs collaboratrices et collaborateurs.

Formatrice et coach

Dans le parcours professionnel de Sandra Bittel, l'être humain a toujours occupé la place centrale: les écolières et les écoliers, durant les 13 ans pendant lesquels elle a été enseignante en primaire, puis les adultes, après une formation de formatrice d'adultes ES, coach et animatrice. Entre-temps, elle a aussi travaillé pendant trois ans à New York, dans le domaine Marketing de Suisse Tourisme, avant de revenir à la formation lors de son retour en Suisse, où elle a été responsable de la formation pour la Croix-Rouge du Valais.

Sandra Bittel travaille à 70% pour Visana. Cela évite la routine hebdomadaire classique. Elle n'a pas de jour de



Voyages, recettes et montagnes

Voyager et cuisiner font partie des passions de Sandra Bittel. Ces deux activités sont faciles à combiner, puisqu'elle rapporte régulièrement des recettes et de nouvelles idées de ses vacances. Ses amis, pour qui elle cuisine ensuite, s'en réjouissent particulièrement. Depuis six mois, elle habite dans l'Oberland bernois avec son mari, ce qui a raccourci son trajet pour se rendre au travail, tout en lui permettant de ne pas être trop loin de son Valais natal. De plus, les Alpes bernoises à proximité lui permettent de vivre son autre grande passion, l'escalade et l'alpinisme, sans trop de complications.

travail fixe, mais elle peut ou doit être très flexible quant à la planification du travail. L'activité de formation et de conseil externes demande un investissement de temps important. Il est donc essentiel que les rendez-vous au bureau soient fixés de manière optimale, en fonction des activités externes. Grâce à son talent d'organisatrice et à une gestion efficace du temps, Sandra Bittel maîtrise tout à fait son agenda.

Objectif: un sommet dans l'Himalaya

En fin de semaine, Sandra Bittel décompense à la montagne, de préférence sur un flanc escarpé. «Je suis toujours encordée, parce que je n'aime pas prendre trop de risques», précise-t-elle. «L'escalade est pour moi le meilleur moyen de décompresser, car il n'y a pas de place pour d'autres pensées.»

Pendant ses vacances, elle vise des sommets encore plus élevés. Elle a déjà gravi le Kilimandjaro (5895 m) et l'Aconcagua (6962 m). Un sommet dans l'Himalaya, de préférence l'Imja Tse au Népal, culminant à 6189 m, figure au programme de ses prochains voyages. Il ne reste plus qu'à trouver le temps et ce n'est pas gagné...

Stephan Fischer

Communication d'entreprise



Les baies: nos irrésistibles alliées santé

Sources de vitamines et de sels minéraux pauvres en calories. Les baies ont de nombreuses vertus. Elles renforcent notre système immunitaire et peuvent réduire certains maux. C'est juste après la récolte et lorsqu'elles sont bien mûres qu'elles sont le plus riches en nutriments et en arômes.

Il n'est pas trop tard! Différentes sortes de baies sont encore de saison. On trouve également des baies le reste de l'année, fraîches en provenance des pays du Sud, surgelées, séchées, ou sous forme de jus ou de confiture. La teneur en vitamines et en sels minéraux est variable. Elle dépend des méthodes de culture et de traitement. Lisez donc bien les instructions de l'emballage et choisissez, si possible, des

baies non traitées. A l'instar de tous les fruits et légumes, la règle suivante fait foi: plus ils sont frais, meilleurs ils sont.

Coup de pouce automnal pour rester en bonne santé

On pense qu'en Suisse la saison des baies se limite à l'été. Ce n'est pas tout à fait exact. Il existe des espèces

tardives de fraises, de framboises, de mûres et de groseilles, qui peuvent être récoltées jusqu'à fin septembre et même jusqu'à fin octobre. Vous pouvez donc profiter, jusqu'en automne, de baies fraîches pour préparer des desserts fruités comme du muesli ou des jus de fruits.

Toutes les baies mentionnées constituent d'importantes sources de vitamine C, permettant de renforcer le système immunitaire. De plus, elles contiennent des fibres et de précieux sels minéraux, comme le calcium, le fer, le potassium et le magnésium. Profitez de manger des baies fraîches maintenant et, si vous en avez la possibilité, congelez-en en prévision de l'hiver (voir encadré).

«Baies du bonheur»

C'est une baie anti-âge qui a actuellement le vent en poupe. Surtout à Hollywood, on attribue à la baie de Goji (lyciet commun) des vertus de beauté et de jeunesse. On la trouve essentiellement en Chine, en Mongolie et au Tibet. Elle est utilisée en médecine chinoise. Chez nous, on la trouve sous forme séchée. Selon des tests de laboratoire publiés par K-Tipp, onze des douze lots de baies testés, même ceux de culture soi-disant biologique, contenaient énormément de substances chimiques.

Séchées ou cuites

Certaines baies, comme les airelles et les cynorhodons ne se mangent que rarement (ou jamais) crues. Par contre, lorsqu'elles sont cuites, elles révèlent différentes vertus bénéfiques pour la santé. La période de maturation des airelles commence, sous des latitudes au climat favorable, déjà fin juin, alors qu'en Suisse elle ne débute que fin août. Il existe également des espèces d'airelles qui mûrissent une seconde fois en septembre et en octobre.

Les airelles se dégustent surtout cuites en accompagnement avec les plats de chasse. On les trouve également sous forme séchées, essentiellement dans des magasins de produits diététiques, comme leurs parentes les canneberges, qui poussent également dans la lande. Les deux



Conseils de congélation

Les framboises, les groseilles rouges et noires, les airelles et les mûres se laissent volontiers congeler. Ce type de conservation est le plus adapté pour garder les précieuses vitamines. Pour éviter que les baies ne se transforment en compote, répartissez-les sur une plaque pour les congeler. Une fois congelées, les baies peuvent être versées dans un sachet et remises dans le congélateur.

contiennent de la vitamine C, plusieurs vitamines B, de la vitamine A et toutes sortes de précieux sels minéraux. Les airelles et les canneberges séchées, au goût délicieusement acidulé, constituent un en-cas très sain.

Le cynorhodon est récolté à la fin de l'automne, après le premier gel. La plupart du temps, la pulpe est transformée en pâte. A déguster sur une tartine, en accompagnement avec la chasse ou dans une pâtisserie... Un vrai délice!

Anna Schaller
Journaliste

Visana Club de l'automne est arrivé!

Consultez régulièrement les offres de Visana Club sur www.visana-club.ch

Visana Club – un plus pour vous. Si vous êtes client/e de Visana, vous êtes automatiquement et gratuitement membre de Visana Club et vous bénéficiez donc sans restriction des offres de nos partenaires. Visana n'utilise pas le moindre franc de prime pour Visana Club. Vous trouverez d'autres offres et des informations plus détaillées sur www.visana-club.ch

Une hygiène buccodentaire optimale pour toute la famille

Philips Sonicare DiamondClean et Philips Sonicare For Kids garantissent un nettoyage optimal et doux pour les dents et la gencive, ainsi que des résultats éclatants. La Société suisse des médecins-dentistes SSO recommande également ces brosses à dents soniques. La Stiftung Warentest a décerné la note «très bien» au modèle Sonicare Diamond Clean, dans le domaine du nettoyage dentaire.



Philips Sonicare For Kids

- nettoie et protège les dents des enfants
- conçue pour améliorer les habitudes de brossage
- brosse à dents sonique rechargeable

Philips Sonicare DiamondClean (pour adultes)

- élimine la plaque de manière efficace
- des dents saines et naturellement blanches
- brosse à dents sonique rechargeable munie d'un étui en verre et facile à transporter

Des dents resplendissantes à un prix spécial pour les membres de Visana Club: Philips Sonicare For Kids à 69 francs au lieu de 99 francs et Philips Sonicare DiamondClean à 149 francs au lieu de 299.90.

Les prix comprennent la TVA, les frais de port et deux ans de garantie. Commandez maintenant sur www.visana-club.ch ou au moyen du talon de commande. L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2013 ou jusqu'à épuisement du stock. Pour de plus amples informations et des images, rendez-vous sur www.visana-club.ch ou www.philips.ch/sonicare. Conseil: Service à la clientèle Philips: pour le réseau fixe en Suisse 0800 002 050 (gratuit); pour le réseau mobile 0848 000 292 (payant).

Talon de commande

___ pièce(s) Philips Sonicare For Kids, 69 francs
 ___ pièce(s) Philips Sonicare DiamondClean, 149 francs

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Découpez le coupon et envoyez-le à:
 Sertronics SA, Philips/Visana-Angebot, Fegistrasse 5,
 8957 Spreitenbach.

Gril multifonctions de Solis

Le nouveau gril multifonctions 3 en 1 de la ligne Premium Class est idéal pour toute occasion et vous permet de passer d'agréables moments de convivialité. Savourez toutes sortes de spécialités avec vos proches, selon vos envies, avec son caquelon en acier inoxydable pour la fondue chinoise, sa plaque de gril ou ses poêlons à raclette. Points forts:

- raclette, gril de table et fondue à la viande pour 8 personnes maximum
- 2 systèmes de chauffe séparés et réglables en continu
- dimensions: 35,5 x 14 x 35,5 cm (L x H x P)
- la livraison inclut 8 poêlons à raclette, 8 spatules et 8 fourchettes à fondue



Gril multifonctions 3 en 1 au prix spécial de Visana Club: pour seulement 279 francs au lieu de 349.90 (y compris frais de port, taxe de recyclage et deux ans de garantie). Commandez maintenant sur www.visana-club.ch ou au moyen du talon de commande. Offre valable jusqu'au 31 décembre 2013 ou jusqu'à épuisement du stock. Plus d'informations sur www.visana-club.ch ou www.solis.ch. Renseignements sur les produits: verkauf@solis.ch

Talon de commande

1 gril multifonctions 3 en 1 de Solis pour 279 francs, y compris frais de port et taxe de recyclage payable d'avance

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Découpez le coupon et envoyez-le à:
 Solis SA, Visana-Angebot, Verkaufsdienst,
 Europastrasse 11, 8152 Glattbrugg

Hotelcard, l'abonnement demi-prix pour hôtels

Avec l'Hotelcard, le premier abonnement demi-prix pour hôtels, vous pouvez séjourner dans environ 500 hôtels (toute catégorie confondue) dans toutes les régions de Suisse, en Allemagne et en Autriche, soit plus d'un million de chambres disponibles à moitié prix et autant de fois que vous le désirez.

Offrez-vous les vacances avec l'Hotelcard au prix spécial exclusif:

- **Hotelcard pour 1 an: 49 au lieu de 95 francs**
- **Hotelcard pour 2 ans: 88 au lieu de 165 francs**
- **Hotelcard pour 3 ans: 127 au lieu de 235 francs**

Commandez maintenant en ligne sur www.hotelcard.com/visanaclub, à l'aide du talon de commande ou par téléphone au 0848 711 717 (au tarif local). Veuillez mentionner le code de rabais visanaclub. Offre valable jusqu'au 31 décembre 2013. Vous trouverez de plus amples informations sur www.visana-club.ch ou www.hotelcard.com. Conseil: au 0848 711 717 (au tarif local) ou par courriel à office@hotelcard.com.



Tous les prix comprennent la TVA. Une taxe de traitement de cinq francs est due pour les commandes contre facture. Le code de rabais visana-club n'est valable que pour les nouveaux clients et clientes et ne peut pas être utilisé pour prolonger un abonnement Hotelcard.

Talon de commande

Hotelcard pour: 1 an (49 francs),
 2 ans (88 francs), 3 ans (127 francs)

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue, n° _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

E-mail _____

Date de naissance _____

Découpez le coupon et envoyez-le à:
 Hotelcard SA, Burgstrasse 20, 3600 Thoune

Profitez des chèques Wellness

Restez en bonne santé! Avec les chèques Wellness 2014, vous vous activez pour votre bien-être et vous prévenez les maladies et les blessures.

350 francs pour votre santé

Assurez-vous plus de vitalité et profitez des chèques Wellness 2014. Vous pouvez utiliser les bons, d'une valeur totale de 350 francs, pour toute sorte d'activités et de cours dans le domaine de la santé.

Voici comment procéder

1. Suivez un cours de santé ou un programme de fitness de votre choix.
2. Demandez un décompte des prestations ou une quittance, portant votre nom.
3. Envoyez les justificatifs avec les données nécessaires et le chèque Wellness à votre centre de prestations, au moyen de vos étiquettes d'adresse.
4. Après examen des documents, nous vous remboursons le montant du chèque.

Vos chèques Wellness

- Toutes les personnes assurées ayant conclu les assurances complémentaires Traitements ambulatoires, Basic ou Traitements ambulatoires Managed Care ont droit aux chèques Wellness 2014. Un chèque Wellness est envoyé pour chaque famille avec le «Visana-FORUM» 3/13. Les autres membres de la famille qui sont assurés chez Visana avec la couverture susmentionnée peuvent demander leurs chèques Wellness auprès de leur agence ou les télécharger sur Internet, à l'adresse www.visana.ch > Particuliers > Economiser.

- Les chèques Wellness sont valables pour des activités ou des cours qui débutent durant l'année 2014.
- Pour les nouveaux assurés et les nouvelles assurées, les chèques sont valables à partir de la date d'affiliation à Visana (début de l'activité ou du cours après cette date).
- Les chèques Wellness doivent être envoyés au plus tard le 31 janvier 2015.
- Il ne peut être utilisé qu'un chèque par facture.
- Les factures doivent comporter les données suivantes: nom et prénom, numéro d'assuré/e, description sommaire de l'activité, dates du cours ou début et durée, lieu du cours, coût, timbre et signature de l'institution qui établit la facture ou bon de caisse.

- Seules les personnes assurées dont l'assurance auprès de Visana n'est pas résiliée au moment de l'envoi peuvent faire valoir les chèques.
- Les chèques ne peuvent pas être utilisés pour régler la franchise ou la quote-part.

IMPORTANT

Ces chèques Wellness sont valables pour l'année 2014, veuillez les conserver. Vous pouvez encore envoyer vos **chèques Wellness 2013 jusqu'au 31 janvier 2014.**



Chèque Wellness Fitness

Prière de coller ici
l'étiquette de prestations
(munie de votre nom)

Prestations

- CHF 200.– maximum pour un abonnement annuel (ou quatre abonnements de 10 séances minimum)
- CHF 100.– maximum pour un abonnement semestriel (ou deux abonnements de 10 séances minimum)

Accepté pour

- Abonnements à des centres de fitness publics pour entraînement musculaire (pas d'appareils à domicile)
- Abonnements à des saunas, bains thermaux, de vapeur ou d'eau saline publics (pas de saunas à domicile)

Chèque N° 1, à faire valoir d'ici au 31.01.2015



Chèque Wellness Wellness

Prière de coller ici
l'étiquette de prestations
(munie de votre nom)

Prestations

- CHF 100.– maximum pour des cours de plus de 10 leçons
- CHF 50.– maximum pour des cours jusqu'à 10 leçons ou deux jours de séminaire

Accepté pour

- Cours de détente, p.ex. training autogène, qi gong, gymnastique pré et postnatale, tai-chi, yoga.

Chèque N° 2, à faire valoir d'ici au 31.01.2015



Chèque Wellness Fit & Fun

Prière de coller ici
l'étiquette de prestations
(munie de votre nom)

Prestations

- CHF 50.– maximum par cours (aucune prestation pour l'entrée aux piscines, ni pour la cotisation à des associations sportives)

Accepté pour

- Cours de fitness d'au moins 8 leçons, p.ex. aérobic, aquagym, bodyforming, cardio fitness, gymnastique, gymnastique jazz, nordic walking et méthode Pilates

Chèque N° 3, à faire valoir d'ici au 31.01.2015



Besoin d'un conseil médical en pleine nuit?

Conseils par téléphone. A partir du 1^{er} janvier 2014, toutes les personnes disposant de l'assurance de base Visana bénéficieront de conseils médicaux par téléphone. Ce service sera proposé gratuitement 24 heures sur 24, 365 jours dans l'année.

Nuit de samedi à dimanche, 0h40: votre partenaire se sent mal. Les symptômes sont inhabituels. Vous ne parvenez pas à en identifier les causes. Par sécurité, vous appelez le service de conseil gratuit au 0800 633 225. On ne sait jamais.

Notre partenaire Medi24, le pionnier de la télé-médecine en Suisse, répond à toutes vos questions en matière de santé. A n'importe quelle heure, 365 jours dans l'année, une personne compétente, spécialisée dans le domaine médical vous conseille. En cas d'urgence également, le service de conseil médical se tient à votre disposition au même numéro (0800 633 225).

En quoi consiste exactement le conseil médical?

Une personne spécialisée dans le domaine médical évalue si un traitement médical est recommandé et s'il s'agit d'une urgence. Dans le cas exposé, elle vous expliquera, par exemple, ce que vous pouvez faire vous-même, dans un premier temps, pour soulager les maux de votre partenaire.

Et ce n'est pas tout! Vous avez également la possibilité de recevoir des informations ou des conseils sur des thèmes liés à la santé, sur lesquels vous avez peut-être lu un article dans la presse et sur lesquels vous souhaitez en savoir davantage.

Vous avez besoin de renseignements sur des médicaments (dosage, effets, effets secondaires, interactions)? Medi24 répond à vos questions. Vous pouvez aussi demander des conseils sur les médicaments pendant la grossesse et l'allaitement. En



Conseils médicaux gratuits 24 h/24:
0800 633 225

Les conseils sont prodigués par un/e spécialiste du domaine médical. Cordialement vôtre, Visana

sa qualité de cabinet médical admis à pratiquer, Medi24 peut conseiller des médicaments et même envoyer des ordonnances à une pharmacie par fax.

Qui bénéficie de ce service?

A partir de 2014, toutes les personnes disposant de l'assurance de base de Visana, sana24 et vivacare en bénéficieront gratuitement. En cas de questions, veuillez vous adresser à votre agence; le numéro de téléphone figure sur votre police.

Veillez à toujours avoir le numéro de téléphone 0800 633 225 à portée de main. Enregistrez-le sur votre téléphone ou détachez et gardez le talon.

Andreas Westermann
Responsable Gestion des produits

Recommander Visana est payant pour vous!

Recommandez-nous: tout le monde y gagne! Convincez votre entourage de notre offre et profitez ensemble: vous gagnez 100 francs, et la nouvelle personne assurée aussi. Le tout sans effort!

Vous êtes satisfait/e de Visana? Convincez vos amis et connaissances des avantages que présentent nos multiples produits et notre service rapide, et vous serez gagnant/e. Visana récompense chaque recommandation qui aboutit à une conclusion en offrant la somme de 100 francs. Votre profit augmente avec le nombre de conclusions réalisées. La nouvelle personne assurée en profite aussi (à partir de l'âge de 18 ans). Elle reçoit 100 francs pour la conclusion

de l'assurance obligatoire des soins avec l'assurance complémentaire Basic ou avec l'assurance complémentaire Hôpital et une autre assurance complémentaire (p. ex. Médecine complémentaire ou Traitements ambulatoires).

Pas de charge administrative

Recommander Visana est un jeu d'enfants. En quelques étapes, c'est réglé: il vous suffit d'indiquer le nom et l'adresse de votre connaissance sur le coupon ci-contre, d'ajouter votre propre adresse et votre numéro d'assuré/e et de retourner le coupon. Visana se charge de tout le reste. En cas de conclusion, vous recevrez 100 francs et la nouvelle personne assurée également.

La recommandation en ligne s'effectue encore plus simplement, sur www.visana.ch/taschengeld. Vous y trouverez également les conditions relatives aux recommandations. En outre, votre agence Visana vous conseillera volontiers.

Franziska Lehmann
Marketing Clientèle privée



Talon de recommandation

Mon adresse

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
N° d'assuré/e _____

Mes propositions de recrutement

Madame Monsieur

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
Tél. prof. _____ privé _____
Date de naissance _____

Madame Monsieur

Nom _____
Prénom _____
Rue, n° _____
NPA, localité _____
Tél. prof. _____ privé _____
Date de naissance _____

Découper le talon et l'envoyer à Visana Services SA, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15. Pour éviter les frais d'envoi, faites vos propositions sous www.visana.ch.

Spot

Question fréquemment posée

Quand dois-je avoir une couverture du risque-accidents dans l'assurance de base?

Si vous travaillez au moins 8 heures par semaine auprès du même employeur, il vous assure automatiquement contre les accidents professionnels et non-professionnels. Par contre, si vous travaillez moins que 8 heures auprès du même employeur, vous vous mettez à votre compte, vous ne travaillez pas pendant un certain temps (par exemple parce que vous faites le tour du monde) ou vous prenez votre retraite, nous devons alors contrôler votre couverture en matière d'accidents. Le rabais sur la prime de l'assurance de base pour l'exclusion des accidents s'élève à 6,5%.

Informations importantes

Avez-vous des questions?

Si vous avez des questions concernant votre assurance, vous pouvez vous adresser en tout temps à Visana. Vous trouverez le numéro de téléphone et l'adresse de votre interlocuteur sur votre police actuelle et de nombreuses explications sur Internet, sous www.visana.ch
> Personnes > Service > Questions fréquentes > Questions techniques.

Visana Assistance

En cas d'urgence à l'étranger, Visana Assistance vous offre son soutien 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, au numéro de téléphone +41 (0)848 848 855. Ce numéro figure également sur votre carte d'assuré/e.

Contact pour la protection juridique en matière de santé

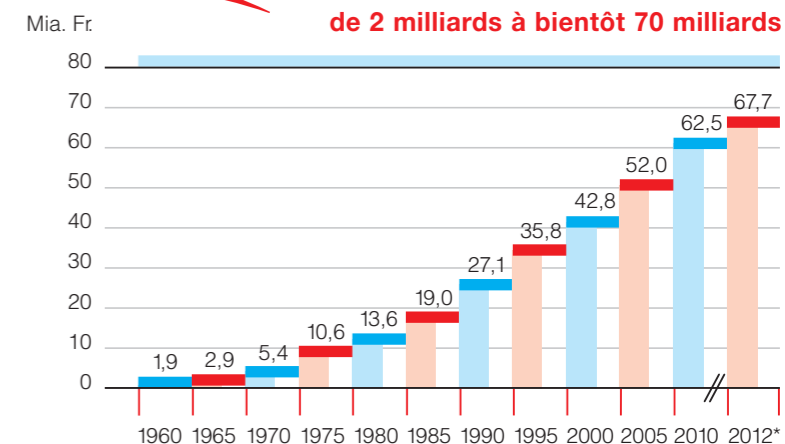
Pour faire valoir vos droits en vue de l'obtention de dommages-intérêts, appelez le n° de tél. 031 389 85 00.

Visana Newsletter

Si vous voulez éviter pour l'avenir de passer à côté d'un concours ou d'une offre attrayante du club, vous pouvez vous inscrire sur www.visana.ch pour recevoir sans frais notre Newsletter.

Le graphique actuel

Coûts totaux du système de la santé: de 2 milliards à bientôt 70 milliards



*prévision KOF

Les dépenses globales du système de la santé continuent de grimper. En 2010, plus de 60 milliards de francs ont été dépensés pour la santé.

Cette valeur s'approche maintenant du montant de 70 milliards de francs. Le Centre de recherche sur la conjoncture de l'EPFZ (KOF) prévoit que le montant total des dépenses s'élèvera à 67,7 milliards de francs pour l'année 2012. Le domaine de la santé devient un facteur économique de plus en plus important. (Sources: OFS, KOF)

Recertification ISO pour Visana couronnée de succès

En 2013, l'Association Suisse pour Systèmes de Qualité et de Management (SQS) a effectué auprès de Visana l'audit de recertification relative à la norme ISO 9001 requis tous les trois ans. Le résultat montre que le système de gestion de Visana est bon et qu'aucune irrégularité qui aurait pu remettre en question la recertification n'a été constatée. Visana a donc obtenu la certification selon la norme ISO 9001 pour une durée supplémentaire de trois ans.

Des bonnes notes pour le groupe Visana

Les habitantes et les habitants de Suisse restent satisfaits de leur caisse-maladie. C'est ce que montre le sondage du portail de comparaison sur Internet, bonus.ch, effectué auprès de 2800 assurées et assurés. Les trois marques du groupe Visana ont obtenu de bonnes notes et vivacare s'est placée en deuxième position parmi toutes les caisses-maladie évaluées, avec une note globale de 5,3. Visana et sana24 ont également reçu l'appréciation «bien», obtenant la note de 5,0 chacune.

Délais de résiliation en 2013

L'assurance obligatoire des soins (AOS), c'est-à-dire l'assurance de base, peut être résiliée moyennant un délai de préavis d'un mois pour le 31 décembre 2013. La résiliation doit parvenir à l'agence Visana compétente au plus tard le dernier jour de travail avant que commence le délai de résiliation – concrètement, le 29 novembre 2013. S'il n'y a pas de changement des primes, les assurances complémentaires selon la loi sur le contrat d'assurance (LCA) peuvent être résiliées jusqu'au 30 septembre 2013 au plus tard (entrée de la lettre auprès de l'agence Visana compétente) pour le 31 décembre 2013.

Changement de groupe d'âge

Un changement du groupe d'âge entraîne des modifications dans les primes d'assurance.

- L'assurance de base prévoit trois groupes d'âge, à savoir: les enfants (de 0 à 18 ans), les jeunes adultes (de 19 à 25 ans) et les adultes (à partir de 26 ans). Le passage au groupe d'âge supérieur se fait toujours à la fin de l'année civile au cours de laquelle la personne assurée a accompli sa 18^e ou sa 25^e année. Lors du passage du groupe d'âge des enfants à celui des jeunes adultes, le rabais sur la prime est réduit. Puis, en passant du groupe des jeunes adultes à celui des adultes, le rabais est entièrement supprimé en raison des directives de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP).

- Les franchises sont adaptées automatiquement de la façon suivante lors du passage du groupe d'âge des enfants à celui des jeunes adultes:

Franchise 2013	Franchise 2014
0 francs	300 francs
100 francs	500 francs
200 francs	1000 francs
300 francs	1500 francs
400 francs	1500 francs
500 francs	1500 francs
600 francs	1500 francs

- Une augmentation des primes est prévue dans presque toutes les assurances complémentaires au moment des changements de groupes d'âge suivants: d'abord à l'atteinte des 18 ans, puis tous les 5 ans à partir de l'âge de 25 ans et jusqu'à 70 ans.

Modifications dans les conditions d'assurance

Visana a revu certaines Conditions générales d'assurance (CGA) et Conditions Complémentaires (CC). Il s'agit de corrections minimales et d'actualisations. Les documents suivants sont concernés:

Assurances selon la LAMal:

- CGA Assurance obligatoire des soins
- CGA Assurance obligatoire des soins Managed Care
- CGA Assurance obligatoire des soins Med Direct
- CGA Assurance obligatoire des soins Med Call
- CGA Assurance obligatoire des soins Tel Doc
- CGA Assurance facultative d'indemnités journalières selon la LAMal

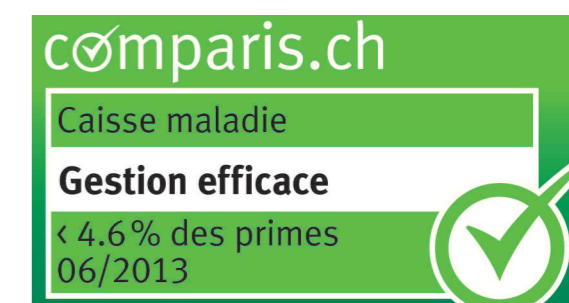
Assurances selon la LCA:

- CGA Assurance-maladie complémentaire
- CGA Assurance-maladie complémentaire Managed Care
- CGA Assurance d'indemnités journalières d'hospitalisation
- CGA Basic
- CGA Assurance individuelle d'indemnités journalières LCA
- CGA Assurance-maladie d'indemnités journalières pour les petites entreprises
- CGA Assurance agricole
- CGA Assurance-accidents sous forme de capital TUP
- CGA Vacanza
- CC Traitements ambulatoires
- CC Ambulatoire Managed Care
- CC Hôpital
- CC Hôpital Managed Care
- CC Hôpital Flex
- CC Hôpital Flex Managed Care
- CC Basic
- CC Basic Flex

Certains passages ont été actualisés. L'ensemble des documents peut être demandé auprès des agences de Visana ou téléchargé sur www.visana.ch.

Le label «Efficacité» pour Visana

Visana fournit des efforts importants afin que l'argent issu des primes versées par les personnes assurées soit employé de manière efficace. Le comparateur en ligne comparis.ch le confirme chaque année à travers son «Prix d'efficacité». En 2012, Visana s'est classée au troisième rang dans la catégorie des caisses nationales et a été certifiée par comparis.ch pour son efficacité. Visana n'utilise que 3,8% des recettes de primes pour son administration et fait partie des caisses-maladie nationales les plus efficaces. Le fait que les assurances-maladies suisses sont en concurrence et s'efforcent de proposer des prix bas ainsi que d'offrir un bon rapport prix/prestations est profitable pour les personnes assurées.





«La concurrence peut améliorer la qualité»

Les pseudo-solutions n'apportent rien. Ni une caisse unique, ni une assurance basée sur le modèle de la Suva ne peuvent améliorer notre système de santé. «Au contraire», déclare le publiciste et ancien responsable de l'émission Kassensturz, Urs P. Gasche: «Cela dissimulerait définitivement les succès et les échecs des traitements.»

Dans notre entretien, Urs P. Gasche demande qu'on mette davantage l'accent sur la qualité médicale et la concurrence. Il plaide en faveur d'une mesure de la qualité et de la suppression de l'obligation de contracter entre les assureurs-maladie et les médecins et les hôpitaux.

«VisanaFORUM»: Comment jugez-vous notre système de santé du point de vue des assurés et des patients?

Urs P. Gasche: La Suisse dispose de l'un des meilleurs systèmes de santé avec une densité de médecins probablement inégalée dans le monde. Mais nous ne savons pas si cela permet d'assurer une bonne prise en charge de la population.

Pardon?

Dans notre pays, on ne publie pour ainsi dire pas de données relatives à la qualité des prestations fournies par les

hôpitaux. Si je dois me faire hospitaliser pour un traitement, je ne sais pas dans quel hôpital je cours les plus grands risques. Je n'ai pas de moyens de comparaison.

Avons-nous de mauvais hôpitaux?

Oui. Nous avons des hôpitaux qui effectuent trop rarement certains traitements et qui ne peuvent par conséquent pas être bons. Il est prouvé que les hôpitaux qui réalisent fréquemment certaines opérations offrent d'ordinaire une meilleure qualité.

Mais la fréquence n'est qu'un critère parmi de nombreux autres?

C'est juste. Nous devons également établir la transparence sur la fréquence des complications qui surviennent après une opération, sur le nombre d'infections nosocomiales, sur le nombre de traitements consécutifs imprévus et encore

sur bien d'autres points. Ces données manquent, ne sont pas systématiquement saisies ou ne sont pas publiées.

Pourquoi pas?

Bien que depuis 1996, la Confédération soit obligée de par la loi de contrôler la qualité de l'approvisionnement médical et de récolter les données nécessaires à cela, elle n'a rien fait. Si elle l'avait fait, nous saurions aujourd'hui quels traitements ne sont pas appropriés et plus nocifs que bénéfiques.

Par exemple?

Dans le canton de Vaud, la fréquence des examens par cathéter cardiaque est 80 pourcent plus élevée que dans le canton de St-Gall. Mais nous ne disposons d'aucune donnée indiquant si cela représente un avantage ou un inconvénient pour les Vaudois.

En contrepartie, ils souffrent moins de maladies cardiaques?

J'en attends depuis longtemps la preuve. Les médecins n'ont jusqu'ici jamais justifié médicalement les importantes différences de traitement. Les Vaudois sont tout simplement plus souvent diagnostiqués avec un cathéter parce qu'il y a plus de cardiologues qu'ailleurs. Mais chaque examen présente des risques qui sont exclusivement encourus par le patient.

Il y a donc un nombre important de traitements inutiles?

Probablement oui. Pour déterminer cela, il faudrait que les résultats des traitements soient saisis. Mais on préfère gagner de l'argent, plutôt que de le dépenser pour de telles mesures. Ce seraient surtout les meilleurs médecins et les patients qui profiteraient d'une mesure de la qualité.

Mais cela nous conduirait au «patient transparent»?

Avec le patient transparent, beaucoup de médecins sèment la peur pour empêcher le médecin transparent. Car pour comparer les résultats des traitements, on peut exploiter les données des patients de manière anonyme. A l'étranger, où il existe de telles comparaisons, aucun problème concernant la protection des données des patients n'est apparu à ce jour. Pour obtenir un effet, les résultats doivent être publics et inclure le nom des hôpitaux et des chirurgiens.

Une caisse unique ne permettrait-elle pas de résoudre plus facilement ces problèmes?

Je crains que non. Une caisse unique gérée par tous les groupes d'intérêt n'aurait aucun intérêt à établir la transparence dans le domaine de la qualité, à s'engager contre des traitements inutiles et ainsi à limiter les coûts.

Bouger ne coûte rien



«Bouger est la meilleure médecine», répond Urs P. Gasche à la question concernant sa manière de trouver un équilibre par rapport au travail. «Ça ne coûte rien et c'est efficace», déclare Urs P. Gasche en souriant, et admet par la même occasion qu'il est trop paresseux pour pratiquer un sport extrême. Quand il veut bouger, il fait de préférence de la marche, de la randonnée, de la natation, du vélo et de la gymnastique.

Un publiciste au profil marqué

Urs P. Gasche publie régulièrement dans différents médias des articles consacrés à des thèmes relevant de la politique de la santé. Il est rédacteur auprès du portail en ligne infospersber.ch. En plus de cela, il s'engage comme membre de la Commission fédérale des médicaments pour les intérêts des patients et des payeurs de primes. Pendant dix ans, l'ancien rédacteur en chef de la Berner Zeitung a été le responsable et le visage de l'émission des consommateurs Kassensturz de la télévision suisse alémanique.

Quelle est la bonne voie?

Il vaudrait mieux suivre l'exemple des Pays-Bas. Là-bas, les résultats des traitements sont saisis. C'est la condition pour introduire une concurrence contrôlée dans le système de santé. Les caisses peuvent alors mener elles-mêmes les négociations nécessaires avec les hôpitaux, les médecins et l'industrie pharmaceutique.

La Suva pourrait-elle servir d'exemple?

De fait, la Suva dispose de la liberté de contracter. Mais en tant qu'entreprise monopoliste avec beaucoup de groupes d'intérêt qui siègent au conseil d'administration, elle ne peut pas tirer profit de sa liberté. Pour ce faire, il faut une concurrence entre les assureurs-maladie – et avant tout un contrôle indépendant de la qualité des hôpitaux et des spécialistes.

Entretien:

Christian Beusch

Responsable Communication d'entreprise