



Neue attraktive Angebote für Ihre Grundversicherung

Bleiben Sie gesund

«
Gerne planen wir
mit Ihnen den
für Sie idealen
Versicherungsschutz
für 2021.
»



OPTIMIERUNG

Haben Sie den besten Versicherungsschutz?

VERTRAGSÄNDERUNGEN

Auf den 1. Januar 2021 sind noch folgende Änderungen möglich:

- > **Erhöhung der Franchise**
Schriftliche Mitteilung bis spätestens 31.12.2020*
- > **Herabsetzung der Franchise**
Schriftliche Mitteilung bis spätestens 30.11.2020*
- > **Generelle Kündigung**
Für die obligatorische Grundversicherung bis 30.11.2020*
und für Zusatzversicherungen mit Prämienerrhöhung bis 31.12.2020*

* Massgebend ist der Eingangsstempel.

- > **Erhöhung oder Neuabschluss einer Zusatzversicherung**
Schriftlicher Antrag mit Beantwortung der Gesundheitsfragen,
möglich auf jeden Monatsbeginn.

BERATUNG

Kontaktieren Sie uns, um
Doppelversicherungen oder
versäumte Kündigungsfristen
zu vermeiden.

Bitte teilen Sie uns bei Anfragen
Ihre Telefonnummer oder
E-Mail-Adresse mit, um Rückfragen
zu erleichtern und damit wir Sie
optimal beraten können:

044 245 88 88
info@galenos.ch

4

**ZAHLUNGS-
MÖGLICHKEITEN**

- > Rechnungen durch
die Visana-Gruppe
- > Neue
Versichertenkarte

5

ANGEBOTE

Sparen mit neuen
Produkten

6

RATGEBER

Das Wandern ist des
Schweizers Lust

8

UMFRAGE

Das sagen
unsere Kunden

KONTAKT

Wir sind für Sie da

IMPRESSUM**Herausgeber**

Galenos AG
Militärstrasse 36
Postfach, 8021 Zürich

Redaktion

Roland Kleiner, Marylène Berthier

Konzept / Gestaltung

Basel West Unternehmens-
kommunikation AG /
design+ Tamara Wittmer

Druck

Vogt-Schild Druck AG,
Derendingen

Bildquellen

iStock

printed in
switzerland

GESCHÄTZTE KUNDINNEN UND KUNDEN

Stabile Prämien für 2021

Wir hoffen, Sie geniessen einen ruhigen Alltag
nach der anspruchsvollen Frühlingszeit.
Heute haben wir erfreuliche Nachrichten für Sie:
Unsere Grundversicherungsprodukte erfahren
für das kommende Jahr nur eine äusserst
geringe Prämienanpassung.

Bei mehreren Produkten unserer Zusatz-
versicherungen haben wir sogar eine Nullrunde.
Nutzen Sie die Gelegenheit, prüfen Sie
die verschiedenen Angebote auf Seite 5.
Profitieren Sie von unseren attraktiven
Zusatzversicherungen und neuen Modellen
der Grundversicherung mit erweiterten
Sparmöglichkeiten.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Herbst –
vielleicht bei einer Wanderung in unserem
tollen Ferienland. Unser Ratgeber auf Seite 6
gibt Ihnen ein paar Tipps.

Roland Kleiner, Geschäftsführer Galenos AG



«
**Wir empfehlen
papierlose
Zahlungs-
instrumente.**
»

ZAHLUNGSMÖGLICHKEITEN

Rechnungen durch die Visana-Gruppe

EFFIZIENTE ADMINISTRATION

Die Galenos AG gehört seit Oktober 2018 zur Visana-Gruppe. Die Prämierechnungen und Abrechnungen von Behandlungen erfolgen ab 2021 durch die Visana Services AG. Dies erlaubt uns, die Effizienz in unserer Administration weiter zu erhöhen. Die ersten Prämierechnungen werden ab Mitte Dezember in Papierform von Visana ausgestellt.

Bei halbjährlicher oder jährlicher Zahlungsweise der KVG-Prämienrechnung profitieren Sie neu von einem Skonto.

Die Galenos AG bietet Ihnen
nebst dem postalischen
**Weg auch folgende papierlose
Zahlungsinstrumente an, die wir
Ihnen gerne empfehlen:**

EBILL

Mit eBill empfangen und begleichen Sie Ihre Rechnungen elektronisch. Das Abtippen von Referenznummern entfällt und Sie sparen Zeit und Papier.

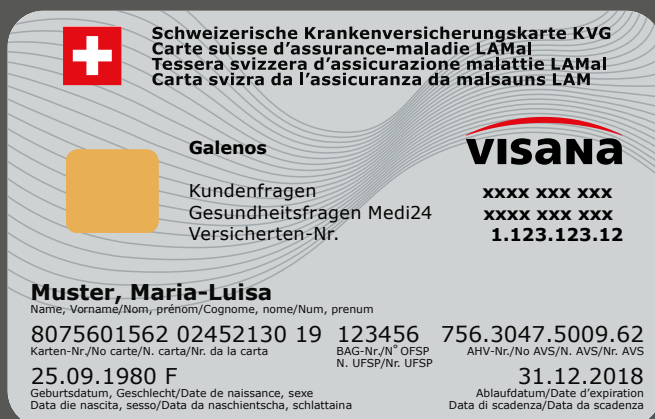
Sparen Sie Zeit, indem Sie Ihre Rechnungen mit einem Klick oder automatisch bezahlen. Melden Sie sich direkt über Ihr E-Banking an.

LSVPLUS ODER DEBIT DIRECT

Ihre Prämien und Leistungen können Sie auch mit LSVplus oder Debit Direct begleichen. Damit wird der Rechnungsbetrag am Fälligkeitsdatum automatisch Ihrem Konto belastet. Melden Sie sich für diesen Service mit dem Formular im Downloadbereich unter www.visana.ch an.

Die erste Prämienrechnung von Visana erhalten Sie mit den Formularen Mitte Dezember.

**Gerne stehen wir Ihnen für Fragen
zur Verfügung.**



Neue Versichertenkarte

Alle Kundinnen und Kunden mit einer Grundversicherung von Galenos erhalten bis Ende Jahr eine neue Versichertenkarte.

Weitere Informationen dazu erhalten Sie im «Unter uns» im Dezember.

ANGEBOTE

Sparen mit neuen Produkten

In der Grundversicherung bieten wir ab Oktober 2020 neue Modelle an, welche den Produkten Minica und Minica Optima nachfolgen.*



TRADITIONELL

Dies entspricht dem bisherigen Produkt Minica mit freier Arztwahl. Entscheiden Sie selber, welchem Arzt oder Spezialisten Sie Ihr Vertrauen schenken. Mit diesem Modell sparen Sie ab 7 %.



MED DIRECT

Konsultieren Sie für medizinische Behandlungen immer zuerst Ihren Hausarzt, auch bevor Sie sich an einen Spezialisten wenden. Ihr Hausarzt wird für Sie die Überweisung veranlassen. Mit diesem Modell sparen Sie mindestens 10 %.



MANAGED CARE

Möchten Sie Kosten sparen, aber nicht auf eine erstklassige ärztliche Behandlung verzichten? Mit diesem Modell wählen Sie Ihren Hausarzt aus der Liste eines Ärztenetzwerks (HAM) als ersten Ansprechpartner, der Sie bei Bedarf an Spezialisten weiterleitet. Damit sparen Sie mindestens 10 %.



GRUPPENPRAXIS

Wählen Sie gleich eine ganze Gruppenpraxis (HMO-Praxis) als Ihren medizinischen Ansprechpartner. In den HMO-Praxen arbeiten Mediziner mit verschiedenen Fachrichtungen unter einem Dach. Sie profitieren von einem schnellen Zugang zu einer grossen medizinischen Leistungsvielfalt. Sie sparen ab 10 %.



«
**Inbegriffen:
kostenlose medizinische
Beratung am Telefon
rund um die Uhr.
0800 45 88 00.**
»

KOSTENLOSE MEDIZINISCHE BERATUNG FÜR ALLE

Bei allen unseren Angeboten der Grundversicherung sind die kostenlose medizinische Beratung am Telefon rund um die Uhr sowie ein Gesundheitsrechtsschutz inbegriffen.

Bei den Produkten Managed Care HAM und HMO profitieren Sie zusätzlich von nur einer Ansprechstelle für alle medizinischen Anliegen, was Ihnen unnötige Mehrfachuntersuchungen erspart. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website:

www.galenos.ch/de/fuer-private/versicherungen/grundversicherung

Wir beraten Sie gerne persönlich am Telefon: 044 245 88 88

* Unsere Grundversicherten haben wir mit einem persönlichen Brief informiert.



RATGEBER

Das Wandern ist des Schweizers Lust

Viele Menschen fühlen sich im Alltag gestresst. In einer Umfrage sagten Herr und Frau Schweizer, dass sie den Ausgleich oft auf Wanderungen finden. Wir verraten Tipps und Tricks, wie Sie die wunderbaren Wandergebiete in der Schweiz gut vorbereitet erkunden können. Die Hügel und Berge liegen ja regelrecht vor unserer Haustür.

« Der Gesundheits- nutzen des Wanderns ist unbestritten, anerkannt und vielfältig. »

In der gleichen Studie gaben die Befragten an, wo sie sich am liebsten erholen. Mit 72 Prozent den höchsten Zuspruch erhielt die Natur, auch das ist gegenüber den anderen Ländern ein Rekord. Die Schweiz ist ein schönes Land, so kann man diese Umfrage auch deuten. Das bestätigt die Frage, bei welcher Tätigkeit man am liebsten abschaltet. Über die Hälfte antwortete: «Beim Wandern!»

WANDERN GEGEN MIESE LAUNE

Wir Schweizerinnen und Schweizer sind echte Kenner. Der Gesundheitsnutzen des Wanderns ist unbestritten, anerkannt und vielfältig. Die Bewegung, die frische Alpenluft sowie die Glücksgefühle inmitten der wunderbaren Landschaftskulissen mit Seen, Hügeln und Bergen helfen stark dabei, körperlich und auch seelisch gesund zu bleiben. Wandern hat positive Effekte auf unseren Kreislauf, unser Herz und Immunsystem, die Gelenke, die Knochen und das Gehirn. Wandern ist auch gut gegen Diabetes, Übergewicht und miese Laune.

Und eines ist ebenso klar: Die Schweiz ist ein erstklassiges Wanderland, die Möglichkeiten an traumhaften Routen sind schier unendlich, im ganzen Land verteilt sind fantastische Strecken. Erwähnt als Destinationen seien beispielsweise das

Tessin und das Engadin, die Inner- und Oberrheinregion, das Jura, das Berner Oberland und die Drei-Seen-Region – um nur ein paar Highlights zu nennen.

PLANUNG IST DIE HALBE MIETE

Entscheidend bei der Vorbereitung auf eine Wanderung ist, dass man sich nicht überschätzt und realistische Wege aussucht. Länge und Schwierigkeit der Tour sind ebenso wichtig wie die Jahreszeit und die Wetterprognose. Es lohnt sich zudem, stets genügend Zeit einzuplanen und abzuklären, wie es unterwegs aussieht bezüglich Restaurants und öffentlichen Verkehrsmitteln.

Ein Wanderprofi packt seinen Rucksack angemessen: Eine Trinkflasche gehört dazu, am besten mit Wasser oder Tee gefüllt, dazu Snacks wie Früchte, Käse, Riegel aller Art und Sandwichs, Sonnen- und Regenschutz, ein Handy sowie ein Pullover oder eine Jacke, falls es unvermittelt kühler wird. Und natürlich: eine Wanderkarte. Man weiss ja nie, wann der Akku beim Smartphone aufgibt. Immerhin fällt dann der Stressfaktor der ständigen Erreichbarkeit auf dem Wandertrip endgültig weg. Machen Sie sich auf den Weg und geniessen Sie die erholsame Ruhe der Natur.

Es sind erstaunliche Zahlen – insbesondere im Quervergleich: Laut einer repräsentativen Studie von Schweiz Tourismus fühlen sich drei von vier Schweizern mindestens manchmal gestresst, ein Drittel häufig, vier Prozent sogar ständig. In erster Linie sorgen Unruhe im Job sowie ständige Erreichbarkeit für ein erhöhtes Stresslevel. In Frankreich, England und Holland sind die Menschen weniger angespannt, einzig die Deutschen erreichen ähnliche Werte wie die Schweizer.



UMFRAGE

Das sagen unsere Kunden

Im Frühjahr haben wir eine Kundenumfrage durchgeführt, um Ihre Bedürfnisse noch besser kennenzulernen. Vielen Dank an alle, die daran teilgenommen haben. Hier ein paar Online-Bewertungen, die uns für die Zukunft ermutigen.



Noch schneller
ist unmöglich.

Ich danke für die Blitzantwort
und wünsche Ihnen
einen schönen Abend.



H.F., Kanton Bern



Die Galenos Krankenversicherung
wickelt telefonische Anfragen
und Abrechnungen äusserst zuvorkommend
und speditiv ab. Ich hatte in all den Jahren
als Mitglied noch nie ein ungelöstes Problem!
Bravo und herzlichen Dank an alle
Mitarbeiter/-innen.



Rezension über Google



Der Stand war super eingerichtet –
toller Wettbewerb! Die Mitarbeiter/-innen
waren sehr nett, auch am Telefon.
Finde ich super. Die Versicherung wirkt
sehr familiär und nicht so arrogant.



M.S., Besucherin vom Stand
an der Zuger Messe 2019



Ich danke Ihnen herzlich
für die schnelle Antwort und
Ihre fürsorgliche Unterstützung.
Sie leisten wertvolle Arbeit!



C.M., Kanton Bern



Als Patient mit einer chronischen Krankheit
schätze ich die schnelle Rückerstattung
der Arzt- und Medikamentenkosten.
Andere Krankenkassen sind da wesentlich
langsamer.



Bewertung über help.ch



Vielen Dank
für die schnelle
Bearbeitung.
Sie leisten einen
hervorragenden
Service!



D.B., Kanton St. Gallen



Ganz herzlichen Dank für Ihre Arbeit
und die rasche Rückmeldung.
Sie sind ja Weltklasse! Herzliche Grüsse
aus der Innerschweiz!



E.R., Kanton Luzern

SONDERAUSGABE

Eine Sonderausgabe von
«Unter uns» erhalten Sie
im Dezember zugestellt.

KONTAKT

Galenos steht Ihnen
gerne zur Verfügung.

IHRE FRAGEN

044 245 88 88

info@galenos.ch

Haben Sie Fragen zu Ihrer
Versicherung oder unseren
Angeboten? Rufen Sie uns an oder
schreiben Sie uns eine E-Mail.
Wir sind gerne für Sie da.

MEDIZINISCHE BERATUNG

0800 45 88 00

Kostenlose Gesundheitsberatung
«Galenos-Medi24»
Rund um die Uhr für Kunden von
Galenos

NOTRUF AUSLAND

+41 44 245 88 00

SOS-24-Stunden-Notruf
Nur aus dem Ausland

Galenos AG

Militärstrasse 36
Postfach, 8021 Zürich
galenos.ch

Ein Unternehmen
der Visana-Gruppe