



GALENOS

Assurance – maladie et accidents

ENTRE NOUS N° 64 Mai 2021

Une société du groupe Visana



Aux petits soins pour l'été

Une peau et des cheveux en pleine santé

«
Un facteur devient plus important :
notre comportement de
consommation en prestations
de santé!

»



25 ANS DE LA LAMAL

25 ans de la loi sur l'assurance-maladie

La loi sur l'assurance-maladie LAMal est entrée en vigueur en 1996 et depuis cette date, ses prestations ont été continuellement étendues.

La LAMal visait à réglementer le principe de solidarité et à garantir un accès rapide à des soins médicaux de qualité, tout en promettant à l'époque des mesures de réduction des coûts.

LA QUALITÉ A UN PRIX

Dès l'année de votation, en 1994, on craignait que l'introduction de la LAMal conduise à une explosion des coûts. Aujourd'hui encore, la Suisse peut se targuer d'avoir l'un des meilleurs systèmes de santé au monde et nous pouvons être fiers de notre LAMal. Mais cette qualité a un prix! L'accroissement du volume des prestations, le renforcement des incitations à la performance, la croissance démographique, l'allongement de l'espérance de vie et le comportement de consommation des soins de santé ont fait plus que doubler les primes depuis l'introduction de la LAMal. Diverses révisions, réformes

et adaptations de cette loi n'ont que partiellement réussi jusqu'à aujourd'hui.

TOUT N'EST PAS NÉCESSAIRE

Soyons honnêtes: les critiques vont bon train, mais élaborer des solutions est une tout autre histoire. L'efficacité des prestations et une concurrence plus aiguë demeurent nécessaires, ce qui demande encore davantage d'efforts de la part des différents acteurs. Afin que nous puissions continuer à développer notre LAMal dans sa forme actuelle durant vingt-cinq années supplémentaires, un facteur devient plus important: notre comportement de consommation en prestations de santé! Des études scientifiques démontrent qu'un traitement sur cinq est superflu, ce qui équivaut à sept milliards de francs. Pourquoi ne pas œuvrer à ce niveau?
Roland Kleiner

4

**EFFICACITÉ
NUMÉRIQUE**

Utilisez nos offres
numériques

5

PROMOTION

Les clients
recrutent des
clients

6

GUIDE

Gardez peau et
cheveux éclatants
également en été

8

EN BREF

- > Distinction
Galenos
- > Rapport annuel
2020
- > Nouveau numéro
d'appel d'urgence
- > Questions relatives
au coronavirus

CONTACT

Nous sommes là
pour vous

IMPRESSUM**Éditeur**

Galenos AG
Militärstrasse 36
Case postale, 8021 Zurich

Rédaction

Roland Kleiner, Marylène Berthier

Concept / Mise en page

Basel West Unternehmens-
kommunikation AG /
design+ Tamara Wittmer

Impression

Vogt-Schild Druck AG,
Derendingen

Images

iStock, reka.ch

printed in
switzerland

CHÈRES CLIENTES, CHERS CLIENTS,

Votre satisfaction est la nôtre

Nous nous réjouissons de compter beaucoup de nouveaux clients et nouvelles clientes et remercions également nos assurées et assurés de longue date pour leur fidélité. En effet, votre satisfaction est notre priorité. L'institut Help.ch nous a attribué une nouvelle fois la note très élevée de 5,4 en matière de satisfaction de la clientèle.

Depuis plus d'un an, le coronavirus affecte notre santé ainsi que notre vie privée et professionnelle. Notre système de santé est toutefois aussi confronté à d'autres défis de taille, qui peuvent avoir un impact sur nous tous. À ce sujet, nous vous recommandons la lecture de notre article en page 2.

Chez Galenos, vous bénéficiez de nouvelles prestations de services attrayantes, telles que l'accès au portail pour la clientèle myVisana. Grâce au programme de bonus myPoints, les assurés ayant une assurance complémentaire sont récompensés pour un mode de vie sain. Nous vous en présentons les fonctionnalités en page suivante.

Dans les pages «Guide», vous découvrirez comment protéger votre corps du soleil. Nous vous souhaitons de bien profiter de l'été – en respectant les mesures de protection.

Roland Kleiner, directeur de Galenos AG

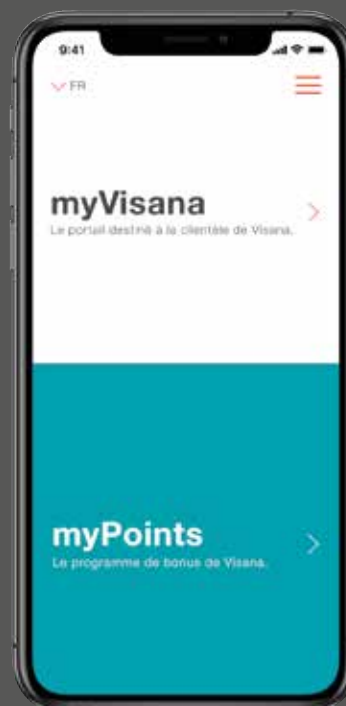


EFFICACITÉ NUMÉRIQUE

Utilisez nos offres numériques

Avec notre portail en ligne destiné à la clientèle, myVisana, et l'app Visana, vous gérez vos assurances confortablement et en toute sécurité, chez vous ou en déplacement.

Le programme de bonus numérique myPoints récompense les personnes ayant une assurance complémentaire pour la pratique d'une activité physique.



PLUS D'INFORMATIONS

visana.ch/myvisana

visana.ch/mypoints

ASSISTANCE

Pour toute assistance technique, veuillez contacter mysupport@visana.ch ou la ligne téléphonique d'assistance 031 357 90 12, du lundi au jeudi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 17 h (vendredi jusqu'à 16 h)

FONCTIONS DE L'APP VISANA

- > Accéder à tout moment aux polices, factures et décomptes de prestations de toute la famille
- > Télécharger les factures de médecins et les envoyer par voie numérique
- > Contrôler la participation aux coûts de Visana et la quote-part
- > Examiner les franchises possibles et modifier la franchise en ligne
- > Vous recevez une notification par courriel en cas de réception de nouveaux documents
- > Avec l'app Visana, votre carte d'assurance virtuelle est toujours à portée de main

Inscrivez-vous simplement avec l'app Visana ou sous visana.ch/myvisana. Vous recevrez ensuite rapidement une lettre personnelle contenant les indications vous

permettant d'activer l'accès à myVisana et de profiter des nombreux services numériques.

NOUVELLES FONCTIONS DE MYVISANA

Si vous disposez d'une assurance-maladie auprès de Galenos, vous pouvez désormais commander, via myVisana, une offre de comparaison sans engagement avec des conditions préférentielles, pour votre assurance ménage, des bâtiments et/ou de responsabilité civile. Téléchargez simplement votre police d'assurance de choses actuelle, à partir de l'app, dans le domaine «Aperçu des assurances». Nous vous soumettrons volontiers une offre comparative.

Vous pouvez désormais consulter également sur myVisana les originaux de vos factures de médecins

qui nous ont été envoyées directement. Elles sont affichées dans l'aperçu des prestations en tant que «document lié», sitôt que le décompte de prestations correspondant a été établi.

PROGRAMME DE BONUS NUMÉRIQUE MYPPOINTS

Avec myPoints, intégrez davantage de mouvement à votre quotidien, ainsi que des diversions bienvenues en temps de télétravail, que ce soit une promenade, un footing ou un entraînement. Si vous avez conclu une assurance complémentaire chez Visana, nous vous récompensons pour vos activités physiques en vous versant jusqu'à 120 francs par an. Dès que vous avez un compte myVisana, vous pouvez vous inscrire à myPoints dans l'app Visana et collecter des points. Bonne récolte!

PROMOTION

Les clients recrutent des clients

Il y a un an, nous avons mené un sondage relatif à la satisfaction de la clientèle.

Nous remercions toutes les personnes qui y ont participé et nous réjouissons du résultat, qui confirme une satisfaction élevée de 93%.



RECOMMANDEZ GALENOS!

Si vous faites vous aussi partie de notre clientèle satisfaite, recommandez-nous et recevez une récompense: pour toute nouvelle conclusion d'un contrat d'assurance complémentaire, nous vous offrons, ainsi qu'au nouveau client ou à la nouvelle cliente, une prime de 100 francs en chèques Reka.

INFORMATIONS

Vous trouverez des informations plus détaillées sur notre site Internet:
www.galenos.ch /
 Personnes privées /
 Espace clients

NEWSMAIL

Recevez-vous notre newsmail?

RESTEZ BIEN INFORMÉ(E)

Depuis l'année passée, nous envoyons trois fois par an une newsletter électronique contenant des informations actuelles sur notre assurance, des offres avantageuses et des conseils de santé saisonniers. Nous nous réjouissons de recevoir vos retours sur ces informations.

INSCRIPTION NEWSMAIL

Si vous ne recevez pas encore notre newsmail, vous pouvez vous y inscrire dès maintenant. Envoyez un courriel à info@galenos.ch, avec l'objet «Newsmail», et nous ajouterons votre adresse électronique sur la liste de diffusion.



L'ÉQUIPE DE GALENOS SE TIENT VOLONTIERS À VOTRE DISPOSITION

De g. à dr.: Claudia Müller, Tiziano Ragusa, Maria Fraga, Heidi Bühler, Claudia Moreno, Marylène Berthier, Radovan Miljanic, Roland Kleiner



«
La protection anti-UV est importante pour la peau et les cheveux.
»



«
Peau sèche et cheveux cassants doivent être hydratés.
»

GUIDE

Gardez une peau et des cheveux éclatants même en été

En été, la peau et les cheveux sont mis à rude épreuve, entre le soleil, le chlore, l'eau salée et la sueur. En suivant nos conseils, vous éviterez d'avoir la peau et les cheveux asséchés pendant l'été.

PRÉPARATION

Prévenez déjà avant l'été la formation de fourches sur vos cheveux:

- > faites couper les pointes
- > évitez autant que possible les colorations avant les vacances d'été
- > utilisez régulièrement des masques hydratants pour cheveux
- > utilisez un après-shampooing
- > lavez vos cheveux à l'eau tiède

SOINS DES CHEVEUX EN VACANCES

En été, il est crucial d'appliquer des soins hydratants et d'éviter la chaleur:

- > après chaque baignade, lavez aussitôt vos cheveux pour éliminer le chlore et le sel
- > protégez vos cheveux en portant un bonnet de bain
- > en attachant vos cheveux sans trop serrer, vous évitez les frictions excessives
- > renoncez aux élastiques contenant des éléments métalliques, car ils abîment la surface des cheveux
- > utilisez des produits de soins hydratants avec protection anti-UV et un après-shampooing après chaque lavage
- > un masque hydratant laissé toute une nuit fait des miracles

- > ne faites pas sécher vos cheveux au soleil, car ils risquent de devenir cassants et de se décolorer
- > protégez vos cheveux du soleil en portant un chapeau ou un foulard
- > un masque ou un soin à la kératine favorise la régénération des cheveux
- > n'utilisez pas de produits de coiffage contenant de l'alcool asséchant, tel que de l'éthanol ou du méthanol
- > appliquez une huile sur vos cheveux avant la baignade
- > ne lavez pas vos cheveux à l'eau chaude et évitez le sèche-cheveux, le fer à lisser et le fer à boucler
- > après le shampooing, rincez vos cheveux à l'eau froide pour refermer leurs écailles
- > veillez à favoriser une alimentation saine, riche en vitamines, fer, zinc, protéines et biotine
- > après l'été, faites couper les pointes fourchues

DES SOINS DOUX POUR LA PEAU EN ÉTÉ

Votre peau aussi requiert des soins particuliers en été. Le sel, le chlore et le soleil ont tendance à l'assécher rapidement:

- > choisissez la protection solaire et le soin hydratant adéquats

- > évitez à tout prix les coups de soleil
- > protégez votre peau des rayons UV en portant des vêtements couvrants et une protection solaire adaptée
- > la crème solaire et la sueur favorisent l'apparition de boutons, ce que vous pouvez éviter en misant sur le bon soin
- > après la baignade, rincez-vous aussitôt pour éliminer l'eau chlorée et salée, en utilisant un gel douche doux
- > après un bain de soleil, soignez votre peau avec des produits après-soleil
- > appliquez une lotion hydratante après chaque douche
- > buvez suffisamment et veillez à choisir une alimentation équilibrée

AVIS CLIENT

«Je prends connaissance de vos lignes avec reconnaissance pour tout le professionnalisme qu'elles reflètent. Elles portent vraiment la marque des belles qualifications que Galenos reçoit. Bravo et merci.»

D. V., canton du Valais

ÉVALUATION

L'excellence Galenos

HELP.CH

Galenos occupe cette année l'une des meilleures places du classement pour la satisfaction de la clientèle, avec une note de 5,4. La satisfaction de la clientèle est évaluée chaque année par help.ch. Nous sommes heureux de recevoir cette belle distinction.



EN BREF

RAPPORT ANNUEL 2020

Le rapport annuel de Galenos AG pourra être téléchargé sur notre site Internet sous la rubrique «publications» à la fin du mois de mai.

NOUVEAU NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE

Un nouveau numéro d'appel d'urgence est valable dès à présent : 848 848 855 (depuis l'étranger : 0041 848 848 855).

QUESTIONS RELATIVES AU CORONAVIRUS

Vous trouverez des informations complètes relatives au coronavirus sur le site Internet de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) :

www.bag-coronavirus.ch

Vous pouvez par ailleurs vous faire conseiller personnellement 24 heures sur 24, via la ligne d'information de l'OFSP : **058 463 00 00**.

CONTACT

VOS QUESTIONS

044 245 88 88

info@galenos.ch

CONSEILS MÉDICAUX

Conseils de santé gratuits

Nouveau numéro de téléphone

depuis le 1^{er} janvier 2021

0800 633 225

Vous pouvez compter sur nos conseils médicaux gratuits professionnels 24 heures sur 24.

URGENCE DEPUIS L'ÉTRANGER

+41 (0) 848 848 855

Urgences 24 heures sur 24, seulement depuis l'étranger

Galenos AG

Militärstrasse 36

Case postale, 8021 Zurich

galenos.ch

Une société du groupe Visana