

Visana Forum

Magazine de santé
1/2023

6

Visana lance sa propre
assurance voiture

26

Réseau de l'Arc: première
organisation intégrée des soins

Entretien avec le président
du conseil d'administration

Lorenz Hess

34

Entretien avec la
satiriste Patti Basler



visana
On se comprend.

Santé au quotidien

- 4 Retour progressif à la vie
- 6 Première voiture: bien s'assurer
- 8 Sécurité routière: entretien avec des experts/es
- 10 Portrait d'une collaboratrice de Visana

Engagement

- 12 Que le Visana Sprint commence!
- 14 Concours
- 15 Christian Stucki reste aux côtés de Visana
- 16 Assurance complémentaire d'hospitalisation et grossesse

Zoom

- 18 Est-ce qu'on se comprend toujours?
- 19 Compréhension mutuelle du point de vue de la psychologie
- 22 Le CEO Angelo Egli explique le slogan de Visana

Service

- 24 myVisana: notre portail en ligne utile pour la clientèle
- 25 Un conseil médical grâce à l'application Well
- 26 Une nouvelle ère: projet Réseau de l'Arc
- 28 Les joies de l'eau à Aquaparc
- 29 Les lunettes de soleil protègent vos yeux
- 30 Offres attractives de Visana Club
- 32 Bon à savoir
- 34 Entretien avec Patti Basler

18

«On se comprend», tel est le slogan de Visana. Mais de quoi avons-nous besoin pour nous comprendre vraiment? C'est la question que nous nous sommes posés.



Bienvenue dans le nouveau *VisanaForum!*

Chère lectrice, cher lecteur,

La présente édition de notre magazine pour la clientèle est publiée pour la première fois sous une nouvelle forme, avec des contenus passionnants et un design moderne. Je serais heureux que cette nouvelle présentation vous plaise autant qu'à moi.

«On se comprend»: c'est ce qui constitue ce lien si étroit entre vous, cliente ou client, et nous, votre assurance-maladie. Nous communiquons d'égal/e à égal/e. Nous souhaitons à tout moment être à votre service durant toutes les étapes de votre vie et vous offrir le meilleur suivi possible. Nous sommes là chaque fois que cela est vraiment important pour vous et nous vous soutenons par notre engagement sans faille. Se comprendre signifie aussi parler la même langue. Découvrez ici ce qui caractérise la compréhension mutuelle du point de vue psychologique et ce qu'elle déclenche. Et pourquoi nous, Visana, sommes «proches des gens» et pouvons dire avec conviction: «On se comprend.»

Nous bâtissons la confiance avec notre engagement et notre expertise. Et grâce à notre capacité d'innovation et de performance, nous donnons un élan important et apportons des changements nécessaires au système de santé suisse, par exemple avec le nouveau modèle de soins intégrés et l'organisation de santé Réseau de l'Arc dans le Jura bernois. Une prestation pionnière en Suisse! Apprenez-en plus à ce sujet dans un entretien avec notre président du conseil d'administration, Lorenz Hess.

Pour conclure: je vous invite à jeter également un coup d'œil à notre première assurance voiture avec d'excellents rabais pour la clientèle; lisez l'intéressant entretien avec la célèbre satiriste Patti Basler, participez à notre concours populaire et gagnez. Bonne chance!

Je vous souhaite, chère lectrice, cher lecteur, d'agréables moments de lecture.



Bien à vous

Angelo Egli, CEO

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

Retour progressif à la vie

À la suite d'un accident vasculaire cérébral en 2015, Nadja Knuchel ne peut plus voir ni marcher pendant des semaines. Alors âgée de 37 ans, elle se bat pour s'en remettre et participe même à un marathon à Amsterdam en 2021. Son histoire est émouvante et inspirante.

Texte
Fabian Ruch

Photo
Adriana Leibundgut

Nadja Knuchel n'oubliera jamais le 9 septembre 2015: c'est le jour où sa vie bascule. Après dix jours de maux de tête extrêmes, elle se sent particulièrement mal au bureau: son équilibre est si perturbé qu'elle ne peut plus marcher, elle voit à peine et ne peut plus s'exprimer correctement. Heureusement, deux collègues de travail ont le bon réflexe et appellent immédiatement le numéro d'urgence. «Si je n'avais pas été prise en charge adéquatement et rapidement, les conséquences auraient pu être bien pires», déclare Nadja Knuchel.

«Par chance, deux collègues de travail ont eu le bon réflexe.»

Le cerveau est touché

Après son diagnostic de «dissection spontanée» (perturbation de l'irrigation du cerveau pouvant être mortelle), sa vie change du tout au tout. D'abord traitée à l'hôpital Lindenhof, puis à la clinique spécialisée de l'Inselspital de Berne et enfin pendant deux mois dans un centre de rééducation à Tschugg, au-dessus du lac de Biemme, elle revient petit à petit à la vie. Dans son cerveau, c'est surtout la zone qui gère l'équilibre, la pression sanguine, les nerfs oculaires et les hor-

mones qui est endommagée. Et comme les médecins ne peuvent, ne doivent et ne veulent pas faire de pronostics dans un premier temps, des pensées pesantes accompagnent Nadja Knuchel: «Est-ce que je ne pourrai plus jamais voir correctement?», «Aurai-je besoin d'un fauteuil roulant?», «Ne pourrai-je plus m'occuper de ma fille de deux ans et demi?»

Quelques revers, mais des progrès réguliers

Comme la jeune femme alors âgée de 37 ans a, selon ses propres dires, la «tête dure d'une Valaisanne» et une «très grande volonté», elle accepte immédiatement la situation. Avec un optimisme inébranlable, elle entreprend par exemple de réapprendre à marcher. C'est un long processus, accompagné de difficultés, mais surtout de progrès réguliers. Nadja Knuchel est très reconnaissante d'avoir profité des meilleures conditions grâce à son assurance complémentaire d'hospitalisation auprès de Visana: «J'ai bénéficié d'un soutien incroyable dans tous les domaines, non seulement pour la rééducation, mais aussi plus tard pour l'aide ménagère.»

Nadja Knuchel se remet relativement bien de son attaque cérébrale. Toutefois, de nombreux handicaps font partie de sa vie quotidienne encore aujourd'hui. Elle ne sent plus correctement le côté droit de son visage et le côté gauche de son

Bref portrait

Première impression: une personne joyeuse, optimiste et souriante. Nadja Knuchel est sûre d'elle, ce qui a été confirmé au cours de notre long entretien. Cette femme de 45 ans a conservé sa force de vivre malgré son histoire douloureuse. La Valaisanne vit près de Berne avec son mari depuis 2008. Sa fille Nikita est née il y a dix ans. Nadja Knuchel aime beaucoup courir et a découvert le ski de fond.



corps à partir du cou, a besoin d'énormément de sommeil, a une faible tolérance à la surcharge sensorielle et est vite épuisée par les mouvements rapides. «De plus, je ne peux pas faire deux choses à la fois», raconte-t-elle. Ces contraintes l'ont également poussée à décider, il y a deux ans, d'arrêter de travailler pour pouvoir se consacrer pleinement à sa fille.

«De la chance dans mon malheur»

Nadja Knuchel mène aujourd'hui une vie ralentie, mais heureuse. «Je suis contente de l'évolution de la situation après l'accident. J'ai certainement eu de la chance dans mon malheur.» La Valaisanne a repoussé ses limites ces dernières années; son histoire est inspirante. Elle a même couru un marathon à Amsterdam en 2021 et a participé au marathon de ski de l'Engadine en mars dernier. Lorsque Nadja Knuchel souffre aujourd'hui de maux de tête importants, elle se fait immédiatement examiner. «Une dissection spontanée peut toucher chacune et chacun d'entre nous, mais je n'ai plus peur d'être à nouveau concernée.»

Assurance complémentaire d'hospitalisation: une solution judicieuse

Souhaitez-vous davantage de confort et d'intimité à l'hôpital? Alors l'assurance complémentaire Hôpital de Visana est faite pour vous. En effet, l'assurance obligatoire des soins couvre uniquement le séjour en division commune d'un hôpital. L'assurance complémentaire d'hospitalisation permet de choisir librement l'hôpital et offre de nombreuses autres prestations. Elle protège contre d'éventuels frais supplémentaires et garantit à tout moment un service optimal entièrement adapté à vos besoins. Ainsi, en cas d'urgence, vous serez parfaitement pris/e en charge, tout comme Nadja Knuchel.



→ visana.ch/hospitalisation
ou demander un conseil au moyen
de la carte-réponse sur l'enveloppe.



Enfin plus de mobilité et d'indépendance!

Le premier contrat de travail est signé, la joie est grande, la vie d'adulte commence. Au nouveau lieu de travail, il y a suffisamment de places de parc disponibles. Il ne manque plus que la voiture et l'assurance.

Texte
Stephan Fischer

Photos
Visana

Avantages de l'assurance voiture de Visana

- Prime fixe garantie au lieu du système de bonus-malus
- Rabais sur la prime pour les assurées et assurés Visana
- Contrats d'une année
- Libre choix du garage automobile
- Couverture complète en cas de bris de glace
- La négligence grave est couverte
- Dommages de stationnement assurés de manière illimitée

Notre cadeau pour vous

Si vous faites partie des 100 premières personnes à conclure une assurance voiture chez nous, vous recevrez une carte-cadeau Coop d'une valeur de 50 francs pour le prochain plein de votre véhicule ou votre prochain achat. Action valable jusqu'au 31 décembre 2023.



Nina a 27 ans. Après avoir terminé ses études en février, elle a parcouru l'Europe en train et en sac à dos pendant deux mois. Aujourd'hui, elle est de retour et prendra son premier poste dans quelques semaines. Elle travaille comme développeuse de produits dans l'industrie. Elle décide d'acheter sa propre voiture pour se rendre rapidement et confortablement sur son lieu de travail. Être mobile et indépendant des horaires de train, tel est son credo.

Investir intelligemment

Nina ne peut pas se permettre d'acheter une voiture neuve, c'est pourquoi elle veut une voiture d'occasion. Comme il existe plus d'un piège lors de l'achat – c'est du moins ce qu'elle a lu dans un guide en ligne –, elle demande l'aide d'un ami. Luca sait ce qu'il faut rechercher dans une voiture d'occasion. Il conseille également à Nina d'investir dans un véhicule équipé d'un système de freinage d'urgence et d'un système d'assistance à la marche arrière plutôt que dans un véhicule avec une peinture spéciale et une installation sonore coûteuse; et ce, par souci de sécurité. En outre, le Bureau de prévention des accidents (BPA) le recommande également. L'argument la convainc. Peu de temps après, Nina a trouvé sa nouvelle voiture. Elle dispose même de systèmes d'assistance supplémentaires. Il ne manque donc plus que l'assurance voiture adéquate.

Profiter des rabais Visana

Lors de sa recherche en ligne, Nina tombe sur la nouvelle assurance voiture de Visana. Comme elle est déjà assurée chez Visana, comme ses parents, elle bénéficie d'un rabais de 10% sur la prime annuelle. De plus, grâce à deux options économiques, elle peut encore économiser jusqu'à 35% sur sa prime de l'année suivante, en n'ayant pas d'accident et en calculant son kilométrage annuel au kilomètre près. Elle trouve également très intéressant le fait de pouvoir compenser ses kilomètres parcourus (jusqu'à 15 000) de manière neutre pour le climat, avec une modeste contribution aux frais de 40 francs par an ([carbon-connect.ch](https://www.carbon-connect.ch)). Nina fixe en ligne un rendez-vous de conseil avec son agence Visana. Elle est satisfaite de pouvoir influencer elle-même le montant des primes qu'elle économisera à l'avenir.



➔ visana.ch/assurance-voiture
ou demander un conseil au moyen
de la carte-réponse sur l'enveloppe.



3 questions

à Michael von Arx

Responsable Produits, services et partenaires

Pourquoi Visana propose-t-elle désormais aussi une assurance voiture?

Nous voulons être en mesure de conseiller et d'assurer nos clientes et clients de manière globale. Beaucoup apprécient de pouvoir obtenir toutes – ou presque toutes – leurs assurances auprès d'un seul et même fournisseur. Pour l'assurance voiture, nous nous sommes entourés de deux partenaires expérimentés, AutoMate assurance et TSM Compagnie d'Assurances.

Les personnes assurées chez Visana bénéficient-elles d'un rabais sur l'assurance voiture?

Oui, les personnes qui ont conclu au moins l'assurance de base ou une assurance complémentaire auprès de Visana bénéficient d'un rabais de 10% sur la nouvelle assurance voiture. Cela vaut également pour la conclusion d'une assurance-ménage, de responsabilité civile privée ou des bâtiments.

L'assurance voiture Visana ne présente pas de système de bonus-malus?

C'est juste, nous y avons délibérément renoncé. Au lieu de cela, il est possible d'économiser jusqu'à 35% de la prime l'année suivante grâce à l'application «Zahl wie du fährst» (payez comme vous conduisez) et au décompte au kilomètre près des kilomètres parcourus. Autre plus-value non négligeable: la négligence grave est automatiquement assurée, et ce aussi bien pour l'assurance de responsabilité civile que pour l'assurance casco partielle ou complète.

«Nous sommes loin de l'objectif que nous visons»

Le nombre d'usagers de la route ne cesse d'augmenter. Pourtant, la circulation routière devient de plus en plus sûre. Nous comptons encore environ 240 décès par an, soit 90% de moins qu'il y a 50 ans. Le Bureau de prévention des accidents (BPA) est en partie responsable de la baisse du nombre d'accidents.

Entretien
Stephan Fischer

Photo
Mauro Mellone

Dans cet entretien, Markus Deublein, responsable du département de recherche sur le trafic routier au BPA, explique pourquoi un «objectif zéro» est important et quelle loi sur la circulation il adopterait immédiatement.

Markus Deublein, conduisez-vous une voiture?

Oui, mais dans la vie de tous les jours, c'est plutôt rare. Je conduis avant tout en vacances. Avec ma famille, nous passons depuis des années nos vacances en Europe dans un bus VW. C'est pourquoi je sais à quel point il peut être difficile de circuler en voiture sur des routes inconnues dans un autre pays et de ne pas connaître la région (rires).

«S'il vous reste un peu d'argent pour des extras, investissez dans un système d'assistance au freinage d'urgence, pas dans un système audio.»

Votre bus est-il sûr?

À son âge, il n'est certainement pas à la pointe de la technologie. Les vitres électriques et le régulateur de vitesse sont les technologies les plus avancées dont il dispose.

Quels sont les plus grands risques dans la circulation routière?

En matière de sécurité routière, nous considérons l'être humain, le véhicule et l'environnement ou l'infrastructure. L'être humain joue souvent le rôle central. Un comportement erroné et une surestimation de soi constituent un très grand danger. L'analyse des accidents révèle régulièrement que la distraction et l'excès de vitesse sont les causes les plus fréquentes des accidents graves. Évaluer correctement sa propre capacité à conduire, y compris en relation avec des substances telles que l'alcool et les drogues, est un autre point important.

Concernant la sécurité: est-ce que cela dépend de la voiture que j'achète?

Absolument. L'âge et donc la fiabilité des différents composants jouent un rôle, mais aussi l'équipement. Les progrès de la technologie ont été l'une des raisons de la baisse du nombre de décès et de personnes blessées, par exemple grâce à l'équipement obligatoire de l'ABS

et de l'ESP. D'où la simplification: plus une voiture est moderne, plus elle est sûre. C'est pourquoi, à partir de 2024, certains systèmes d'assistance à la conduite améliorant la sécurité seront obligatoires pour tous les nouveaux véhicules vendus.

Les systèmes d'assistance valent-ils aussi la peine pour les voitures d'occasion?

Mon conseil est très clair: s'il vous reste un peu d'argent pour des extras, ne les investissez pas dans un système audio, des jantes en aluminium ou des sièges en cuir, mais dans un système d'assistance au freinage d'urgence. Il est amorti dès qu'il a permis d'éviter la première collision par l'arrière.

Le nombre d'accidents a diminué d'environ 90% au cours des 50 dernières années. Pourquoi?

Notre travail de sécurité routière en interaction avec nos partenaires de prévention y a contribué, mais les raisons sont multiples: outre de grands efforts en matière d'éducation routière, les véhicules sont aussi devenus plus sûrs et plus intelligents, ils protègent mieux et évitent les accidents, par exemple grâce à l'assistance au freinage d'urgence. Une autre raison est l'infrastructure. Les routes et autres mesures d'aménagement ne sont plus uniquement axées sur la voiture, mais sur les différents groupes d'utilisateurs, donc également sur les piétons et les cyclistes. Ici, on a beaucoup standardisé, investi et construit de manière à ce que l'infrastructure devienne de plus en plus claire et sûre pour toutes celles et tous ceux qui s'y déplacent.

Le bilan est donc positif?

Nous avons déjà accompli beaucoup de choses. Et plus nous avançons, plus il est difficile et coûteux d'aller plus loin. Malgré cela, une personne meurt encore tous les 1,5 jour sur les routes suisses. Toutes les demi-heures, quelqu'un se blesse. Nous sommes encore loin de l'objectif que nous visons. Notre mission est de poursuivre sur cette voie. Aussi parce que le trafic devient de plus en plus complexe.

Bref portrait Markus Deublein (43 ans) est responsable du département de recherche sur la circulation routière au Bureau de prévention des accidents (BPA) et chargé de cours sur la sécurité routière à l'EPF de Zurich. Lui et son équipe du BPA font des recherches sur la conduite automatisée, parmi de nombreux autres sujets. bfu.ch/fr

L'objectif zéro décès sur les routes est-il réaliste?

Je pense qu'il est important d'avoir un «objectif zéro». C'est à nous de trouver des solutions pour concrétiser cette vision. Et ce, progressivement, en se fixant des objectifs concrets pour savoir où nous voulons être dans 10 ou 20 ans. L'Astra, l'Office fédéral des routes, a formulé l'objectif de descendre à 100 décès en 2030. Il est important de rassembler toutes les forces et d'explorer toutes les possibilités pour y parvenir.

Si vous pouviez édicter une loi sur la circulation routière, laquelle serait-elle?

Personnellement, je n'aurais pas à réfléchir longtemps. En termes de sécurité routière et de qualité de vie, il s'agirait d'introduire une vitesse de 30 km/h en ville. En physique, on connaît le rôle de la vitesse dans une collision. Une telle mesure aurait rapidement un effet sensible.



Entretien complet:
→ visana.ch/fr/forum



L'art de faire sonner les mots

Visana communique en trois langues et est présente dans toutes les régions du pays. Pour que les Ticinesi, les Suisses romands/es et les Deutschschweizer/innen comprennent toutes et tous la même chose, Fey Ounaies et ses collègues se chargent des traductions.

Texte
Peter Rüegg

Photo
Alfonso Smith

Fey Ounaies dresse le portrait du cliché de la traductrice: «silencieuse, introvertie, un peu insociable et toujours penchée sur des livres poussiéreux.» Elle en rit elle-même.

Versions linguistiques

Fey Ounaies s'exprime dans un bernois très rapide, tandis que le français et l'arabe sont ses langues maternelles. Elle travaille dans l'équipe de traduction de Visana, composée de deux traductrices italophones et de quatre traductrices francophones. Ensemble, elles élaborent les différentes versions linguistiques des textes sources en allemand.

Tout ce qui est nécessaire à la communication avec la clientèle, avec les demandeurs/euses d'emploi et avec les collaborateurs/trices passe par le bureau de Fey Ounaies et de ses collègues. Les lettres adressées aux personnes assurées sont les plus fréquentes. À cela s'ajoutent les documents d'assurance et tout ce qui concerne la publicité et les relations publiques.

Quand une traduction est-elle bonne?

Il n'existe pas une seule vraie traduction: il y a toujours un choix de possibilités. La traduction n'est pas une science exacte. Chaque mot, sa position dans la phrase, son ambiguïté, son dynamisme et tout simplement sa longueur ont un effet. Tout peut être utilisé avec précision et finement varié. «Le résultat de mon travail doit sonner comme si c'était l'original», explique Fey Ounaies.

D'abord comprendre le texte...

Le travail commence par la compréhension du texte en allemand. En tant que traductrice, Fey doit parfaitement comprendre le message intrinsèque ainsi que le contenu, ce qui est déjà un casse-tête dans le domaine des assurances, car le langage spécialisé est souvent compliqué. Le texte doit être exact et juridiquement inébranlable. Et cela, tout en restant facile à comprendre.

«Le résultat de mon travail doit sonner comme si c'était l'original.»

Fey Ounaies analyse le type de texte, ses destinataires et son registre (les déclarations doivent avoir un ton plutôt formel ou familier?). En général, plus la langue est simple et facile à lire, mieux c'est. «J'opte souvent pour des phrases courtes, car le français a besoin de plus de mots que l'allemand pour dire la même chose. Exemple typique: «Was ist wichtig?» devient «Qu'est-ce qui est important?» en français.»



Bref portrait

Fey Ounaies travaille depuis 2007 comme traductrice francophone pour Visana. Parallèlement, elle est interprète communautaire au Service ambulatoire pour victimes de la torture et de la guerre de la Croix-Rouge suisse auprès des réfugiés/es. Elle s'engage aussi politiquement pour les réfugiés/es. Pendant son temps libre, elle aime aller au cinéma et voir des amis/es. Elle se rend régulièrement en Tunisie, le pays de son enfance. Fey Ounaies a une fille adulte et vit à Fribourg, «au bord du Röstigraben».



**Maintenant également
en ukrainien pour vous!**
→ visana.ch/ukrayina

... puis choisir le vocabulaire

Vient ensuite le travail de traduction à proprement parler. Fey Ounaies utilise pour cela un logiciel d'intelligence artificielle. Celui-ci génère une proposition en une fraction de seconde: soit établie au préalable par l'équipe, soit créée sur le moment par la machine. Fey Ounaies complète cette proposition, la reformule et en fait une version adéquate, qu'elle soumet à une collègue de l'équipe pour relecture.

«La traduction est un travail d'équipe. La création solitaire n'existe pas non plus chez nous», déclare-t-elle. Elle discute des corrections et de solutions alternatives avec une collègue. La plupart du temps, la meilleure option est un mélange de différentes propositions.

Être créative

Visana est présente dans les trois régions linguistiques du pays. Lorsque le slogan *Wir verstehen uns* a été créé en 2020, l'équipe de Fey Ounaies a dû concevoir les versions linguistiques correspondantes. «Nous nous sommes demandé ce qui sonnait aussi bien en français et en italien. Peut-on reprendre exactement le même message? Quelle liberté avons-nous vis-à-vis des mots d'origine? Nous avons fait tester plusieurs variantes. C'est finalement «On se comprend» qui est sorti vainqueur». C'est aussi ce qui lui plaît particulièrement: la recherche créative des mots qui sonnent le mieux, de la nuance subtile qui colore une phrase.



«Le Visana Sprint vient chez toi!»

Que ce soit dans un village ou en pleine ville, pieds nus ou avec des crampons, les enfants et les jeunes de toutes les régions du pays peuvent se sentir comme Mujinga Kambundji lorsqu'elle était enfant et vivre des émotions inoubliables à l'occasion du Visana Sprint. Des émotions qu'ils peuvent partager avec leurs proches. En piste pour la saison 2023!

Texte
Manuel Stocker

Photos
Swiss Athletics



→ visanasprint.ch/fr

À vos marques, prêts, inscrivez-vous!

Lors de la deuxième saison du Visana Sprint, les jeunes nés entre 2008 et 2016 pourront montrer leur rapidité. Ce projet jeunesse national de Swiss Athletics et Visana compte plus de 250 manifestations locales dans toute la Suisse. Accompagnez votre enfant à une course proche de chez vous ou assistez au Visana Sprint en famille. Soutenez les stars de demain sur place et laissez-vous inspirer sur et autour de la piste. Il vaut la peine d'y faire un tour! Possibilités de départ et inscription en ligne: visanasprint.ch/fr

La Visana Arena propose des jeux et du plaisir pour toute la famille.

Qui est le ou la plus rapide? Cette question est aussi vieille que l'athlétisme lui-même. Mais le plus ancien projet jeunesse de Swiss Athletics ne se cantonne pas à déterminer qui sera le premier ou la première à franchir ligne d'arrivée. «Le plaisir et la joie sont bien plus importants», souligne Mujinga Kambundji. L'ambassadrice de Visana en sait quelque chose. En fin de compte, elle a aussi commencé très jeune, avec les encouragements de sa sœur aînée et le soutien de ses parents. «Bien sûr, j'étais toujours parmi les plus rapides dans la cour d'école et sur le terrain de sport», raconte la championne d'Europe et du monde bernoise en se remémorant ses premières compétitions de sprint, «mais finalement, l'expérience partagée avec ma famille et mes amis/es comptait plus que le classement.»

Ravir petits et grands

Ce qui était vrai à l'époque pour Mujinga l'est encore plus pour les coureurs et coureuses de demain. Cette nouvelle génération trouve son compte dans le Visana Sprint: de l'échauffement avec les camarades du club et de l'école, en passant par les cris d'encouragement et la fierté des parrains, marraines, frères et sœurs, jusqu'au cadeau d'arrivée bien mérité après 50, 60 ou 80 mètres riches en émotions. Le Visana Sprint enthousiasme petits et grands, supporters et coureurs/euses, bénévoles et personnel d'encadrement. Une fête du sport pour toutes et tous, avec des courses captivantes, des compétitions passionnantes et des jeux-concours attrayants, qui rendent cette journée particulièrement unique.



Mujinga très «proche des gens»

Depuis le printemps, les enfants et jeunes de 7 à 15 ans peuvent s'inscrire pour la saison 2023. Petit à petit, de nouvelles manifestations locales voient le jour. Les enfants et jeunes qui s'imposent lors de ces épreuves se qualifient pour l'une des 26 finales cantonales. Les places pour la finale suisse du 17 septembre 2023 à Fribourg y seront disputées et le tapis rouge y sera également déroulé. En effet, en plus de participer à la grande clôture de la saison, les jeunes fusées s'élanceront sur la piste de course mobile de Conica lors de quelques événements cantonaux organisés de manière centralisée et proches des gens. «Le Visana Sprint vient chez toi», telle est la devise dans les cantons de Genève (ville), de Berne (Interlaken) et en Argovie (Brugg). La reine du sprint Mujinga Kambundji observera ses successeurs et successeuses lors de certaines finales cantonales et ne fera pas briller les yeux que des plus rapides.





Gagnez deux vols directs vers les îles Anglo-Normandes

Nous tirons au sort des vols pour deux personnes vers les îles Anglo-Normandes de Jersey et Guernesey d'une valeur de 1710 francs.

Texte

Nadja Osterwalder

Photo

màd



→ visana.ch/concours

Date limite de participation: 30 juin 2023. Participez en ligne ou envoyez-nous la carte-réponse sur l'enveloppe.

La gagnante ou le gagnant sera informé/e d'ici au 7 juillet 2023. Aucune correspondance ne sera tenue au sujet du concours. La voie juridique est exclue. Les prix ne peuvent pas être remis en espèces. Par votre participation, vous acceptez que Visana et ses partenaires utilisent les données fournies à des fins de marketing. Ce droit peut être révoqué en tout temps.

Le prix comprend des billets pour un vol charter direct au départ de Zurich du spécialiste du voyage Rolf Meier Reisen, qui dessert les îles entre mai et août.

Les îles pittoresques de Jersey et Guernesey, situées dans la Manche, attirent les visiteurs avec leurs falaises fascinantes, leurs magnifiques baies et leurs maisons de campagne anglaises. Ici, un soupçon de savoir-vivre français rencontre la tradition britannique. Ces îles baignées de soleil sont l'endroit idéal pour se détendre et profiter de la nature et du calme. Pendant la haute saison de mai à août, Jersey et Guernesey sont facilement accessibles le samedi par vol direct au départ de Zurich. Le fournisseur du vol est le spécialiste suisse du voyage Rolf Meier Reisen (rolfmeierreisen.ch), dont le siège est à Neuhausen am Rheinfall. Depuis 50 ans, le voyageur élabore des arrangements sur mesure pour des voyages individuels ou en groupe.

Paysages verdoyants, culture anglaise et cuisine française vous attendent. Envoyez-nous le coupon de participation ou inscrivez-vous au tirage au sort sur visana.ch/concours.

Impressum: *VisanaForum* est une publication du groupe Visana. Le groupe Visana comprend Visana, sana24, vivacare et Galenos. Il paraît deux fois par année. Rédaction: Stephan Fischer, Nicolas Hausammann, Simon Stettler, Yasmin Mathys. Adresse: VisanaForum, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 16. E-mail: forum@visana.ch. Conception: Bold AG Kommunikationsagentur, Berne. Mise en page: Natalie Fomasi, Elgg. **Photo de couverture:** Remo Neuhaus. Impression: Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. Internet: 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).



imprimé en suisse



Le roi de la lutte reste aux côtés de Visana

Christian Stucki mettra un terme à sa carrière de lutteur actif à la mi-juin lors de la fête de lutte du Seeland à Lyss. En tant qu'ambassadeur de la marque Visana, le sympathique Bernois continuera à mettre son caractère exemplaire au service de la relève.

Texte

Nicolas Hausammann

Photo

Stefan Wermuth

Fin mars, Christian Stucki a annoncé sur ses canaux de médias sociaux qu'il se préparait à faire une dernière grande apparition lors de sa saison d'adieu en tant que lutteur actif. Celui-ci aura lieu devant sa porte: à la fête de lutte du Seeland du 11 juin 2023 à Lyss. Le Seelandais y fera ses adieux à la sciure comme il se doit.

Un modèle pour la relève

Visana soutiendra également son ambassadeur lors de cette dernière grande apparition en tant que lutteur actif. Le partenariat avec le Seelandais bernois ne s'arrêtera toutefois pas là; il se poursuivra après la fin de la carrière de lutteur de Christian Stucki. Visana est convaincue qu'il continuera à l'avenir à être un modèle particulier pour les jeunes sportives et sportifs grâce à son pragmatisme, sa passion et sa volonté de réussir. Ainsi, Christian Stucki, en tant qu'entraîneur, montera dans la sciure avec des jeunes talents ambitieux lors des camps de lutte de Visana en octobre.



Le camp de lutte Visana avec Christian Stucki aura lieu pour la troisième fois les 14 et 15 octobre 2023. Le roi de la lutte de 2019 entraînera personnellement les participantes et participants pendant une journée et leur prodiguera ainsi de précieux conseils et astuces. Votre enfant veut-il y participer? Alors prenez part à notre concours sur visana.ch/fr/camps ou en scannant simplement le code QR. Avec un peu de chance, votre enfant entrera bientôt dans le rond de sciure avec Christian Stucki.





Libre choix de l'hôpital et davantage d'intimité

L'assurance obligatoire des soins couvre le séjour en division commune d'un hôpital. Pour ceux et celles qui souhaitent s'offrir plus de confort et d'intimité, le mieux est de compléter les prestations par une assurance complémentaire d'hospitalisation.

Texte
Michael von Arx

Photo
Visana

«Avec une assurance complémentaire d'hospitalisation, vous bénéficiez du libre choix de l'hôpital et du médecin ainsi que de davantage d'intimité et de confort.»

Michael von Arx, responsable Produits, services et partenaires

Miriam et Eric attendent bientôt leur premier enfant. La joie est grande, la chambre d'enfant est aménagée et les petites grenouilles sont prêtes. Miriam se réjouit énormément, mais elle est aussi un peu nerveuse et souhaite donc un peu plus de confort que d'habitude pour l'accouchement. Elle sait que les femmes sont couvertes pour l'essentiel pendant la grossesse et l'accouchement, dans le cadre de l'assurance de base. Malgré tout, la future maman veut jouer la carte de la sécurité.

Davantage d'intimité et les proches près de soi

Surtout après la naissance, elle souhaite profiter des premières heures avec son enfant dans une chambre à un ou deux lits. Avec une assurance complémentaire d'hospitalisation, elle peut compléter les prestations de l'assurance de base en fonction de ses besoins. L'assurance de voyage Vacanza, les contributions aux cures de bain et de convalescence après l'accouchement ainsi que le rooming-in sont inclus dans chaque modèle: Eric peut donc également passer la nuit dans la chambre de Miriam et être restauré.

Forfait en cas d'accouchement alternatif

Miriam a parlé de ce sujet avec son amie Laura. Laura envisage de donner naissance à son premier enfant à domicile, raison pour laquelle elle s'intéresse tout particulièrement à ce cas. L'assurance complémentaire d'hospitalisation de Visana verse un forfait d'accouchement si ce dernier est ambulatoire, à domicile ou en maison de naissance. Miriam et Eric peuvent utiliser cette somme librement, par exemple pour payer les premiers grands paquets de couches. Les contributions varient en fonction du modèle d'assurance: Hôpital Flex 500 francs, Hôpital Flex Plus 1500 francs, Hôpital division mi-privée 1000 francs et Hôpital division privée 1500 francs.

Conclure une assurance complémentaire à tout moment

Miriam n'est pas encore sûre du modèle qu'elle choisira. En résumé, Visana propose quatre catégories: Hôpital division commune, Hôpital à choix flexible (par exemple Hôpital Flex Plus), Hôpital division mi-privée et Hôpital division privée. Avec ces options, la future maman trouvera certainement la solution qui lui convient. Elle peut conclure l'assurance à tout moment.

Avantages offerts par l'assurance complémentaire d'hospitalisation

- Libre accès à tous les hôpitaux pour soins aigus de Suisse
- Traitement prodigué par le médecin-chef à l'hôpital
- Plus de confort et d'intimité en chambre individuelle ou à deux lits
- Assurance de voyage Vacanza comprise
- Rabais de 50% sur toutes les assurances complémentaires, à partir du deuxième enfant
- Contribution aux cures de bain et de convalescence
- Rooming-in (le/la partenaire peut dormir dans la chambre)



→ visana.ch/hospitalisation
ou demander un conseil au moyen
de la carte-réponse sur l'enveloppe.

Est-ce qu'on se comprend toujours?

En fait, nous le souhaitons toutes et tous: être compris. Mais le chemin vers la compréhension mutuelle n'est pas toujours facile. Que faut-il donc pour que l'autre nous comprenne vraiment? Nous nous sommes entretenus à ce sujet avec Rainer Greifeneder, professeur de psychologie sociale à l'Université de Bâle, et sa collègue Fanny Lalot, sur les conditions nécessaires pour que nous puissions (à nouveau mieux) nous comprendre. Et nous avons demandé à notre CEO Angelo Egli ce que signifiait le slogan de Visana «On se comprend». Vous pouvez lire ces deux entretiens passionnants dans les pages suivantes.

*L'ambassadeur de Visana
Christian Stucki incarne
parfaitement notre slogan
«On se comprend».*



**Besoin de détente?
On vous comprend.**

C'est pourquoi nous participons à vos frais en matière de santé et de bien-être. [visana.ch](https://www.visana.ch)

On se comprend.

visana



«Les valeurs partagées et le respect sont élémentaires»

Pourquoi se comprend-on et pourquoi ne se comprend-on pas? Nous nous sommes entretenus avec le Professeur Rainer Greifeneder et le Docteur Fanny Lalot sur ce qui est nécessaire pour trouver un terrain d'entente même en cas de divergence d'opinion.

Entretien
Fabian Ruch

Photos
Adriana Leibundgut

**La devise de Visana est: «on se comprend».
Qu'est-ce que cela signifie pour vous?**

Rainer Greifeneder: de notre point de vue, cette déclaration a deux niveaux. D'une part, il s'agit de la langue commune. D'autre part, de la bonne entente entre Visana et sa clientèle. Le slogan dit: «faites-nous confiance». C'est une question d'empathie et de sympathie. Quand on se comprend avec quelqu'un, on veut passer du temps avec cette personne.

De quoi avons-nous besoin pour nous comprendre tous les trois?

Fanny Lalot: la plupart du temps, la recherche est axée sur les raisons pour lesquelles nous ne nous comprenons pas. D'une manière générale, on peut dire que les gens voient souvent le monde avant tout de leur point de vue et ne tiennent pas suffisamment compte du fait que d'autres personnes pourraient

penser différemment. Une communication claire et de la confiance sont essentielles pour que nous nous comprenions.

Greifeneder: le fait de bien se connaître n'est pas nécessairement un avantage. Pensez aux nombreux conflits qui naissent au sein d'une famille.

Lalot: prenons un exemple concret. D'où venez-vous?

**Ici, dans vos bureaux à Bâle, je répondrais «de Berne».
À l'étranger, sans doute «de Suisse».**

Lalot: vous pourriez aussi répondre «de la planète Terre». Nous comprendrions les mots de cette déclaration. Elle serait également correcte, mais elle n'aurait pas de sens dans notre contexte de communication. Vous voyez l'importance de la compréhension mutuelle, de préférence d'égal à égal.

Une situation classique est la discussion entre médecin et patient/e. Il y a parfois un déséquilibre.

Greifeneder: des recherches sur cette situation ont été menées ici à Bâle. Les patientes et patients sont souvent stressés/es lors de ces entretiens et n'interprètent qu'une partie des informations de la manière dont elles doivent l'être.

«Une communication claire et de la confiance sont essentielles pour que nous nous comprenions.»

Nous parlons en anglais, ce n'est pas notre langue maternelle. Quelle influence cela a-t-il sur notre compréhension mutuelle?

Lalot: comprendre tous les mots avec précision est un précieux point de départ pour la conversation. Le fait que nous disposions d'une culture et d'un système de valeurs similaires, puisque nous avons tous grandi en Suisse et en Allemagne, aide à la compréhension.

Madame Lalot, vous vous êtes spécialisée dans le domaine de la confiance. Expliquez-nous vos principales conclusions.

Lalot: faire confiance, c'est se rendre vulnérable dans une situation parce que nous avons des attentes positives vis-à-vis du comportement d'autrui. Ces attentes sont bien sûr très subjectives.

Ainsi, des personnes différentes s'attendent à des choses diverses et il peut en résulter des malentendus sur la manière de se comporter dans une situation donnée.

Greifeneder: voici un exemple simple d'attentes divergentes issu de ma vie. Hier soir, je suis rentré trop tard parce que j'étais occupé au bureau. Pour ma femme, il était clair que j'aurais pu y faire quelque chose. Et pour moi, il était clair que d'autres auraient pu faire quelque chose pour que je ne doive pas encore répondre à des mails si tard.

Si quelqu'un manque de sincérité, quelles sont les conséquences sur la compréhension mutuelle?

Lalot: on fait moins confiance. Lorsque nous rencontrons quelqu'un ou que nous changeons de caisse-maladie par exemple, nous procédons idéalement sans préjugés. Établir une confiance solide est un long processus, ce qui est souvent défini très tôt dans la phase où l'on apprend à se connaître. Si quelqu'un n'est pas honnête, cela fait beaucoup régresser la relation.

J'ai assisté à la Coupe du monde de football au Qatar. Je ne connaissais pas la situation compliquée des droits humains dans ce pays et ne savait donc pas que les femmes et les homosexuels y ont moins de droits. Comment se comprendre lorsque les points de vue sur un sujet sont aussi diamétralement opposés?

Lalot: les valeurs partagées et le respect sont élémentaires. Nous devons trouver un terrain d'entente pour entamer un dialogue. Dans ce cas, les deux parties sont convaincues d'avoir raison. Il s'agit ici d'accepter l'autre culture sans totalement masquer sa propre opinion.

Les droits humains ne sont pas négociables.

Greifeneder: de notre point de vue, absolument. Mais au Qatar, la culture ainsi que la façon de penser et d'agir sont différentes. Je le dis sans jugement de valeur. Il existe de nombreux exemples où deux groupes s'opposent de manière presque irrécyclable. Intéressez-vous au débat sur la régulation des armes aux États-Unis. Il s'agit de trouver une base commune sur laquelle s'appuyer pour discuter. Il existe certainement un terrain d'entente, même s'il est très petit. Nous pouvons nous mettre d'accord sur ce point et instaurer la confiance.



Le professeur Rainer Greifeneder a grandi dans le sud de l'Allemagne. Il a obtenu son doctorat à l'université de Mannheim et a effectué des recherches à l'université de Virginie (USA), à la Radboud Universiteit Nijmegen (Pays-Bas) et à l'université de Californie du Sud (USA). Cet homme de 45 ans est professeur de psychologie sociale à l'université de Bâle. Ses loisirs sont le vélo et le badminton.

Le Docteur Fanny Lalot, originaire de Genève, est docteur en philosophie et a effectué des recherches à l'université de Kent (Angleterre). Elle effectue actuellement des recherches à l'université Bâle, en tant que collaboratrice scientifique, entre autres sur le sujet de la confiance sous toutes ses facettes interpersonnelles et politiques. Pendant son temps libre, la jeune femme de 33 ans aime faire de la randonnée et de la course à pied, ainsi que voyager à travers le monde.

L'impression qu'il y a actuellement beaucoup de sujets sur lesquels deux blocs aux opinions fortes s'opposent et que l'on ne discute plus du tout de manière constructive est-elle fondée? Exemples: coronavirus, invasion russe, débat sur le climat.

Lalot: chaque génération a probablement le sentiment que ses problèmes n'ont jamais été aussi importants. Beaucoup d'émotions et de généralisation entrent en jeu. Là encore, il s'agit d'être à l'écoute de l'autre partie et de trouver un socle commun. Ce qui est particulier dans ces trois exemples, c'est qu'ils concernent le monde entier et que les différentes cultures et valeurs y jouent un grand rôle.

Une question provocante: pourquoi est-il si important de toujours tout comprendre? Nos enfants veulent toujours manger plus de sucreries et jouer sur l'iPad pendant des heures. Ils ne comprennent pas pourquoi nous établissons des règles.

Lalot: on espère alors trouver ce terrain d'entente au milieu. À partir de 6 ou 7 ans, les enfants peuvent, par ailleurs, mieux se mettre à la place des autres.

Reste la question des médias sociaux et des bulles dans lesquelles nous évoluons. N'est-ce pas dangereux, car cela rend encore plus difficile de comprendre les personnes ayant des opinions différentes?

Greifeneder: les bulles de filtre sont un problème parce que les médias sociaux nous confortent dans notre opinion et nous ne recevons pas d'avis contraires. On désapprend à accepter d'autres perspectives.

Lalot: de plus, il est rare de trouver des médiateurs/trices sur Internet. Souvent, ils/elles n'interviennent qu'après coup. Il est important de noter que les médias sociaux ne sont pas fondamentalement mauvais. Lorsqu'ils sont utilisés correctement, ils peuvent être un outil étonnant pour entrer en contact avec des personnes du monde entier et les comprendre.

Alors, avouez-nous ce que vous pensez du slogan de Visana «on se comprend».

Greifeneder: si nous n'aimions pas cette devise, il serait temps de faire preuve de beaucoup d'empathie (rires). Plus sérieusement: c'est une belle déclaration. Mais elle est liée à des risques, car Visana s'engage à satisfaire des exigences élevées.

Nous vous remercions pour cet entretien. Vous trouvez que nous nous sommes bien compris?

Lalot: oui. Les rôles et le cadre étaient clairement définis. Il y avait un intérêt commun pour un dialogue intéressant. Vous nous faites confiance pour dire la vérité. Et nous vous faisons confiance pour nous citer correctement. En fin de compte, nous nous sommes compris.

«Parler une langue commune exige également de s'écouter mutuellement»

«On se comprend», tel est le slogan de Visana. Angelo Egli, le CEO, explique au cours d'un entretien ce que ce slogan signifie pour Visana et pourquoi la compréhension mutuelle est si importante pour lui personnellement.

Entretien
Yasmin Matthys

Photo
Remo Neuhaus

Angelo Egli, quelles langues parlez-vous?

Allemand, italien, français et anglais. J'aimerais beaucoup apprendre l'espagnol.

Vous êtes Bernois avec des origines italiennes.

À quel point est-il important pour vous de comprendre les autres?

Comprendre les autres est un élément essentiel pour le vivre ensemble. Mais il est tout aussi important d'être compris par les autres. Dans les deux cas, parler la même langue est fondamental. C'est notamment grâce à mon «italianité» que j'ai compris très tôt l'importance de la communication et que les bons gestes en font partie.

Est-ce que, d'une manière générale, nous nous comprenons trop peu?

Nous oublions parfois que le même dialecte ne veut pas dire automatiquement que nous parlons également la même langue. Cela demande que nous nous écoutions les uns les autres, que nous nous mettions à la place de l'autre et que nous évitions les jugements hâtifs. Sous le coup de l'émotion, nous avons parfois tendance à mal interpréter, ce qui conduit à des malentendus.

Que signifie le slogan «On se comprend» de Visana?

Chez Visana, nous avons comme tradition d'être «proches des gens». Nous partageons les valeurs de nos clientes et

clients, nous comprenons leurs préoccupations. Et parce que nous savons d'où nous venons et où nous allons, nous générons un fort sentiment d'engagement. Notre slogan «On se comprend» nous permet de montrer que nous communiquons sur un pied d'égalité, que nous parlons la même langue et que nous sommes toujours là pour nos clientes et clients.

Quelle place centrale occupe le slogan chez Visana?

Nous accompagnons nos semblables de la naissance à un âge avancé. Nous célébrons également les plus grands moments de leur vie, en les soutenant dans les situations difficiles, en faisant preuve d'humanité, en étant proches et en ayant les pieds sur terre. Nos clientes et clients se sentent en de bonnes mains chez nous et ont toujours avec Visana un partenaire à leurs côtés, qui les comprend. C'est pourquoi nos clientes et clients nous font confiance.

Comment Visana encourage-t-elle la confiance mutuelle?

La proximité, la compréhension et un excellent service sont les valeurs essentielles. Avec environ 50 agences dans toute la Suisse, nous offrons à nos clientes et clients un point de contact ancré dans leur région. Nos collaboratrices et collaborateurs sur place connaissent leurs histoires de vie, entretiennent un contact étroit avec la clientèle et sont en mesure de répondre rapidement et facilement aux besoins individuels. Nos centres de pres-



Bref portrait

Angelo Egli (55 ans) est le CEO de Visana depuis le 1^{er} septembre 2019. Il a étudié le droit à l'Université de Berne et est titulaire d'un brevet d'avocat. Le Bernois aux origines italiennes est marié et vit avec sa famille près de Berne. Les voyages, l'art, jouer au tennis et au football font partie de ses loisirs.

tations sont appréciés pour leur traitement rapide des remboursements. Nous entretenons cette mentalité de la prévenance et du respect avec tous nos partenaires.

Le slogan inclut-il aussi le fait que les collaboratrices et collaborateurs se comprennent les uns les autres dans toute la Suisse?

«On se comprend» incarne parfaitement notre culture d'entreprise aussi bien à l'externe qu'à l'interne. Nous trouvons ensemble des solutions là où d'autres ne voient que des défis. Nous innovons ensemble, là où d'autres veulent maintenir les choses en l'état. Nos interactions sont toujours chaleureuses et empreintes de respect, là où d'autres émettent seulement des critiques acerbes pour se montrer sous leur meilleur jour. Nous privilégions une amélioration continue et conjointe, et non pas l'intérêt personnel. Ces valeurs sont solidement ancrées dans notre culture d'entreprise. Cependant, cela ne fonctionne que parce que nous nous comprenons les uns les autres. Visana emploie environ 1450 collaboratrices et collaborateurs. Nous sommes fiers de notre culture d'entreprise, caractérisée par la diversité à tous les égards.

Que peuvent faire les clientes et clients pour mieux nous comprendre en tant qu'assureur?

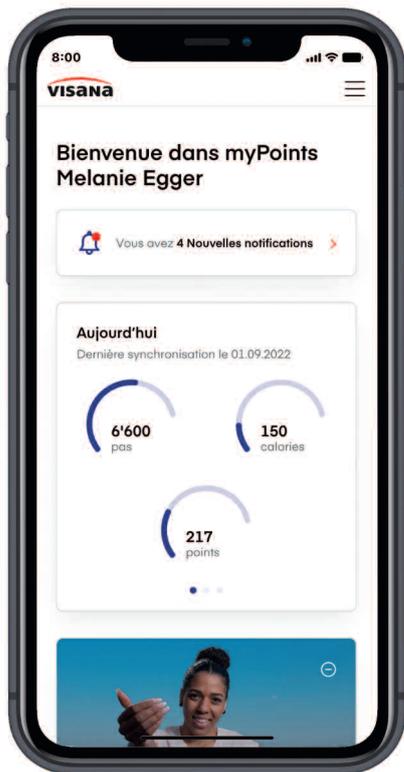
Si nous parvenons à maintenir le dialogue avec eux et à être durablement à la hauteur de la confiance qui nous

est accordée, nos clientes et clients comprendront également que nous sommes parfois contraints de prendre des décisions impopulaires. Il est essentiel que nous prenions toujours nos clientes et clients au sérieux, ainsi que leurs demandes.

Que souhaitez-vous pour l'avenir en ce qui concerne la compréhension mutuelle?

«Il n'y a pas de liberté sans compréhension réciproque», a dit l'écrivain Albert Camus. L'histoire en est remplie de preuves. La liberté personnelle et sociale doit toujours être pour nous une valeur qui nous encourage à rechercher et à cultiver la compréhension mutuelle.

Gérez vos assurances par voie numérique



App Visana

Pour pouvoir utiliser myPoints, vous avez besoin d'un smartphone et de l'app Visana (à télécharger dans l'Apple Store ou dans Google Play Store). Les pas et les calories sont synchronisés par le biais de Fibit, Garmin, Polar, d'«Apple Health» ou de «Google Fit».

Grâce au portail en ligne destiné à la clientèle myVisana et à l'app Visana, vous avez en tout temps vos polices, cartes d'assurance et décomptes à portée de main.

Texte
Stephan Fischer

Illustration
Visana

L'histoire se répète chaque année: vous êtes assis/e devant votre déclaration d'impôts et vous souhaitez y inscrire les dépenses de santé de l'année passée. Sur quelle pile de papier se trouvaient les décomptes et les polices de toute la famille? Peu importe, car vous trouverez facilement et à tout moment tous vos documents sur le portail en ligne destiné à la clientèle myVisana ou dans l'app Visana.

Économiser du temps et du papier

Le portail en ligne (myvisana.ch-fr) et l'app forment un duo de choc qui déploie ses avantages de la manière la plus efficace lorsqu'ils sont combinés. Ainsi, sur l'ordinateur portable ou via le smartphone, vous pouvez par exemple...

- avoir accès aux polices, factures et décomptes de prestations de toute la famille,
- télécharger les factures de médecins et les envoyer par voie numérique,
- vérifier votre participation aux coûts et votre franchise,
- examiner les variantes de franchises et les modifier en ligne,
- recevoir des notifications lorsque de nouveaux documents arrivent et
- contacter votre agence Visana.

Envoyer des justificatifs et partir à la chasse aux points

L'envoi de factures via l'app Visana est un jeu d'enfant: il vous suffit de photographier le justificatif et de nous le transmettre directement. Vous pouvez tout aussi facilement et rapidement nous faire parvenir un avis de sinistre pour l'assurance de responsabilité civile privée, l'assurance-ménage ou l'assurance de voyage. Et, cerise sur le gâteau, myPoints vous permet de convertir vos pas et les calories brûlées en argent comptant: jusqu'à 120 francs par an (à partir de 12 ans, pour les personnes disposant d'une assurance complémentaire). Sur mypoints.ch, vous en apprendrez plus sur notre programme de bonus numérique. Vous pouvez également vous y enregistrer et collecter immédiatement vos premiers points.



Un conseil médical en toute simplicité

Vous ne vous sentez pas bien et souhaitez obtenir un conseil médical rapidement et facilement? Alors l'app Well est ce qu'il vous faut!

Texte

Vanja Müller Gerber

Illustration

Visana

À quoi sert le vérificateur de symptômes?

En répondant à quelques questions sur vos symptômes, vous recevez en quelques minutes une recommandation fondée concernant les prochaines étapes de traitement, par exemple un remède maison, un médicament ou un rendez-vous chez le/la médecin.

À quoi sert DoctorChat?

Vous pouvez discuter avec un/e médecin et obtenir ainsi un avis médical en toute simplicité, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, le tout gratuitement pour la clientèle de Visana.

Avec l'application Well, vous disposez de services numériques disponibles 24 heures sur 24, de points de contact et de personnes de contact, et de nombreuses possibilités pour obtenir un conseil médical. L'assistant vous guide désormais dans l'application Well. Cette fonction pratique vous aide lorsque vous ne vous sentez pas bien et vous permet de voir en un coup d'œil les options de traitement qui s'offrent à vous dans le cadre de votre modèle d'assurance de base.

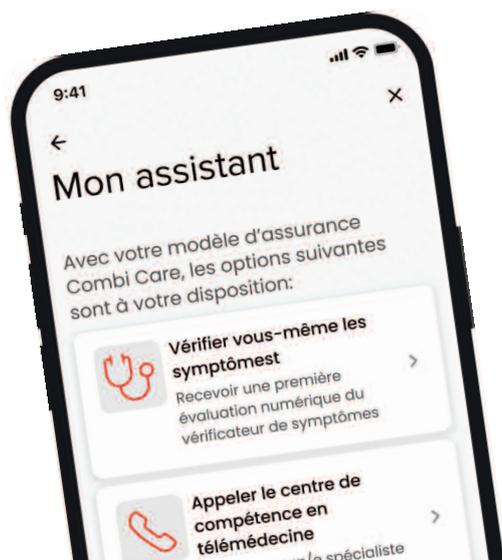
Assistant avec vos services: en fonction de votre modèle d'assurance de base, des options télémédicales (appel, rappel), le/la médecin de famille choisi/e et des services numériques disponibles 24 heures sur 24, tels que le vérificateur de symptômes ou DoctorChat, vous sont proposés. Vous disposez ainsi de nombreuses possibilités quand vous cherchez un conseil médical. Vous avez aussi la certitude d'utiliser uniquement des services qui sont couverts par votre modèle d'assurance de base.

Données de patient/e sûres: toutes les données de Well sont sauvegardées exclusivement sur des serveurs suisses. Elles ne sont partagées avec aucun tiers, notamment pas avec Visana. La protection des données est assurée en tout temps et vous gardez toujours le contrôle sur vos données de patient/e.

Well, l'app de santé pour la Suisse: Well met en contact les principaux acteurs du secteur de la santé et apporte une aide complète en cas de questions relatives à la santé. Il s'agit d'un projet commun de Visana, CSS, Medi24, Zur Rose, Galenica et Swiss Medical Network, qui mène le système de santé suisse vers l'avenir numérique.

Vous trouverez de plus amples informations concernant la plateforme de santé Well, le nouvel assistant, l'offre de services ainsi que vos autres avantages sur

visana.ch/fr/well



« Nous inaugurons une nouvelle ère »

En partenariat avec le groupe hospitalier Swiss Medical Network et le canton de Berne, Visana développe l'organisation de santé Réseau de l'Arc dans l'arc jurassien et établit ainsi, pour la première fois en Suisse, le modèle des soins intégrés.

Entretien
Stephan Fischer

Photos
Remo Neuhaus



Bref portrait

Depuis 2017, Lorenz Hess (61 ans) est président du conseil d'administration du groupe Visana et il développe l'entreprise de manière ciblée. Conseiller national depuis de nombreuses années, il fait partie des politiciens de la santé les plus en vue de Suisse et sa voix est importante au Parlement. Il dispose d'une expérience confirmée de la direction dans l'économie privée, dans l'administration et en tant que député au Grand Conseil et président de commune au sein du législatif et de l'exécutif.

Nous nous sommes entretenus avec Lorenz Hess, président du conseil d'administration de Visana, pour savoir pourquoi Visana assume ce rôle de pionnier.

Lorenz Hess, Visana s'engage de manière pionnière pour le modèle des soins intégrés. Pourquoi?

Dans le domaine de la santé, nous avons besoin de nouvelles approches porteuses d'avenir et du courage d'emprunter ces nouvelles voies...

...maintenant vous parlez en tant que Conseiller national et politicien de la santé

...et en tant que président du conseil d'administration de Visana! Avec le modèle des soins intégrés, inédit en Suisse, nous montrons notre capacité d'innovation. Mais aussi que nous sommes «proches des gens», car les soins intégrés et la solution d'assurance correspondante apporteront une nette plus-value aux personnes assurées. Avec l'organisation de santé Réseau de l'Arc, nous voulons inaugurer une nouvelle ère dans le système de santé suisse et montrer que la médecine de haute qualité restera abordable à l'avenir.

Commençons peut-être par clarifier la notion de «soins intégrés».

Dans le cadre des soins intégrés, toutes les prestations médicales, des soins de base aux soins à domicile et aux soins aux personnes âgées, en passant par les prestations hospitalières, sont fournies par un seul et même prestataire et coordonnées par une organisation de santé. Cela permet d'envisager la prise en charge de la patientèle de manière globale, d'améliorer la qualité des soins médicaux et de réduire considérablement les coûts.



Concepteurs du Réseau de l'Arc:

Antoine Hubert (Administrateur délégué de Swiss Medical Network), Pierre Alain Schnegg (Conseiller d'État du canton de Berne) et Lorenz Hess (Président du conseil d'administration de Visana)

À partir de quand l'organisation de santé Réseau de l'Arc sera-t-elle active?

Réseau de l'Arc débutera ses activités dans l'arc jurassien le 1^{er} janvier 2024. Grâce à notre engagement, Visana développe un produit d'assurance d'un nouveau genre, au prix attractif, qui couvre l'offre de modèles des soins intégrés, en commençant par la région du Jura bernois. Le centre médical est l'Hôpital par cette région, avec ses deux sites à Moutier et à St-Imier. D'autres fournisseurs de prestations régionaux viendront compléter en permanence les soins intégrés.

Comment fonctionnera l'organisation de santé Réseau de l'Arc?

Cette organisation de santé gère les primes d'assurance dont elle dispose de manière à ce que toutes les prestations médicales puissent être fournies aux personnes assurées de manière rentable et avec une qualité élevée. La clientèle ne sera plus «seulement» des patientes et des patients ou des preneurs d'assurance, comme dans les modèles traditionnels. Ils et elles deviennent désormais «membres» de l'organisation de santé et nous devons les convaincre, en leur offrant des prestations médicales de haute qualité et des primes basses.

Comment les personnes assurées deviennent-elles membres?

Ceux et celles qui décident de bénéficier des plus-values des soins intégrés deviennent membres de l'organisation de santé Réseau de l'Arc. Le produit d'assurance de base

du Réseau de l'Arc sera en principe accessible à toutes les personnes domiciliées dans l'arc jurassien, quelle que soit la caisse-maladie auprès de laquelle elles étaient assurées jusqu'à présent. Un changement sera possible dans le cadre de la fenêtre de changement annuelle, au 1^{er} janvier 2024. Les clientes et clients de Visana pourront bien entendu conserver leurs produits d'assurance Visana existants et rester assurés comme auparavant.

Après l'arc jurassien, Visana espère-t-elle conquérir toute la Suisse avec son modèle des soins intégrés?

Nous nous concentrons actuellement sur le développement optimal de l'organisation de santé Réseau de l'Arc. Parallèlement, nous poursuivons l'objectif clair d'établir durablement le modèle des soins intégrés dans le système de santé suisse et donc dans d'autres régions de soins.



→ reseau.delarc.net



Aquaparc: pour toute la famille

Texte

Nicolas Burnet

Photo

Aquaparc

Aquaparc propose des activités aquatiques pour tous les âges sur une surface couverte de plus de 7000 mètres carrés: 13 toboggans, des piscines à vagues, des piscines fluviales et un bateau pirate. À proximité de la piscine à vagues, il existe désormais deux cabanes VIP, des espaces confortables que vous pouvez réserver pour une visite détendue en famille.

Vous avez maintenant l'opportunité de gagner dix billets familiaux.

Pour participer, votre enfant peut donner vie au célèbre requin Sharky ainsi qu'à ses amis/es en coloriant le dessin disponible. Vous trouverez le croquis en noir et blanc sur le site Internet de Visana ou en scannant le code QR.

Pour rappel: en tant qu'assurée ou assuré Visana, vous bénéficiez toute l'année d'un rabais de 30% sur les entrées journalières pour adultes et enfants. Valable pour quatre personnes au maximum. Entrée gratuite pour les enfants de moins de 3 ans.

visana.ch/aquaparc

Jeunes artistes, à vos crayons!

Sharky a besoin de votre aide pour voir la vie en couleurs. Les plus belles œuvres seront exposées à Aquaparc. La date limite d'envoi est le 19 juillet 2023.



➔ visana.ch/concours-aquaparc

Protéger sa vue en montagne

Bien plus qu'un accessoire de mode, le port de lunettes de soleil en montagne est indispensable pour protéger efficacement vos yeux des rayons UV, nocifs pour votre vue et dont les conséquences sont bien souvent sous-estimées.

Texte

Tristan Metry

Photo

Optic2000

Les risques pour votre santé oculaire

Une surexposition aux rayons UV en montagne peut engendrer des conséquences irréversibles pour vos yeux avec l'apparition de lésions de votre cristallin ou d'inflammations fortes. Sur le long terme, une mauvaise protection aux UV peut notamment participer au développement de la cataracte. Des effets immédiats comme les maux de tête peuvent aussi apparaître en raison de la forte intensité lumineuse perçue en hauteur.

Comment prévenir ces risques?

Afin de protéger efficacement vos yeux et de réduire votre fatigue visuelle, il est primordial de vous équiper de lunettes de soleil adaptées à la montagne.

Pour cela, privilégiez des lunettes avec des verres de qualité, de catégorie 3 ou 4. En choisissant une monture adaptée à la forme de votre visage, vous réduirez également la quantité de lumière entrant dans vos yeux. Enfin, n'oubliez pas de protéger les yeux des plus petits, dont la vue est encore plus sensible aux rayonnements UV. Pour faire son choix, le plus simple reste encore de se rendre chez un opticien, qui saura vous conseiller sur la monture qui répondra le mieux à vos besoins.

En savoir plus sur les avantages pour les assurés/es Visana: visana.ch/optic2000. Pour trouver le magasin Optic 2000 le plus proche de chez vous, rendez-vous sur optic2000.ch/opticien.



Dooble: votre 2^e paire solaire à partir de 41 francs*!

Vous souhaitez profiter du soleil avec style, pour faire du sport ou pour votre quotidien? Avec Dooble, bénéficiez d'une 2^e paire solaire corrigée à partir de 41 francs* sur une sélection de montures en magasin. Vous êtes à la recherche d'un look ou d'un style bien précis? Profitez d'une 2^e paire solaire Ray Ban corrigée à partir 159 francs*.

*Voir condition en magasin.

Offre non cumulable avec d'autres offres et avantages.

Profitez d'autres offres pour la clientèle de Visana
→ visana.ch/optic2000

Visana Club



Profitez maintenant des offres exclusives du Club

Visana Club: un plus pour vous. Si vous êtes cliente ou client de Visana, vous êtes automatiquement et gratuitement membre de Visana Club et vous bénéficiez donc sans restriction des offres de nos partenaires. De plus: Visana n'utilise pas le moindre centime de prime pour le Visana Club. Profitez-en!



Profiter d'un séjour à Zermatt

Profitez de vacances reposantes au pied du Cervin. Bénéficiez d'une **réduction de 20% pour toute réservation d'au moins deux nuitées** à l'Hôtel Continental au cœur de Zermatt. Buffet de petit-déjeuner inclus. L'offre peut être réservée en juin, octobre et novembre 2023, du dimanche au vendredi.

Rabais de 20%
→ visana.ch/cervin

Un mixeur qui a plus d'un tour dans son sac

Broyer, réduire en purée, cuire, chauffer: ce robot de cuisine multifonction et ses sept programmes vous permettent de préparer rapidement et facilement un grand nombre de plats sains et riches en vitamines. Toujours frais et délicieux! En plus, pendant que le mixeur cuisine tout seul, vous pouvez préparer tranquillement la salade, aller faire les courses ou profiter de votre temps libre! Cette offre spéciale est valable jusqu'au 31 juillet 2023.

50 francs de rabais:
119 fr. 95 au lieu de 169 fr. 95 de francs
→ visana.ch/bettybossi

Code promotionnel: VA38PB26



Plates-bandes surélevées Urban Garden Trolley

Vous n'avez pas de jardin ou peu d'espace? Les plates-bandes surélevées «Urban Garden Trolley», robustes et résistantes aux intempéries, offrent la solution. Que ce soit pour la culture de légumes et d'herbes aromatiques ou simplement comme jardinière décorative: jardiner n'a jamais été aussi facile! Cette offre spéciale est valable jusqu'au 30 septembre 2023 ou jusqu'à épuisement des stocks.

118 fr. 15 au lieu de 139 francs
→ visana.ch/urban-gardening

Code promotionnel: VISANA_Trolley





Cours de musique privés

Matchspace Music est la plate-forme de cours de musique privés en Suisse. Apprenez l'un des 80 instruments de musique ou prenez des cours de chant auprès de professeurs/es qualifiés. Les cours ont lieu de manière très flexible à votre domicile, dans le studio de l'enseignant/e ou en ligne.

Rabais de 15%

→ visana.ch/matchspace

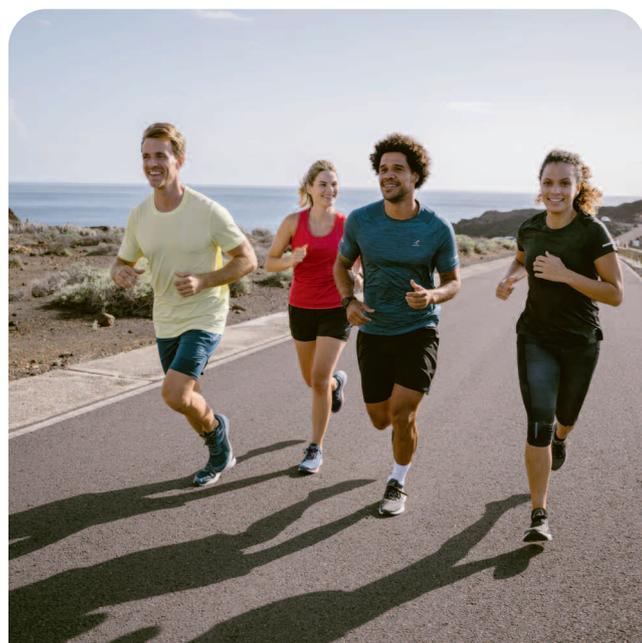
Chaise longue pour se détendre et profiter de la vie

Avec les chaises longues et les fauteuils de jardin de Fiam, un été de détente est au programme. Le design italien séduit visuellement, tandis que le matériau robuste en aluminium garantit des années de plaisir et de relaxation. Cette offre spéciale est valable jusqu'au 30 septembre ou jusqu'à épuisement des stocks.

À partir de 140 francs au lieu de 189 francs

→ visana.ch/chaise-longue

Code promotionnel: VISANA2023 (sur trois modèles sélectionnés, frais de port inclus)



Nouvelles chaussures de course chez Intersport

Les personnes qui courent régulièrement utilisent inévitablement des chaussures de course. Il est recommandé d'en changer après environ douze mois. Profitez d'un rabais de 20% à l'achat de nouvelles chaussures de course. Cette offre spéciale est valable jusqu'au 30 juin 2023.

Rabais de 20%

→ intersport.ch

Code promotionnel: Visana_Run1 (saisissez lors de votre commande)

Questions fréquentes

Avez-vous des questions concernant votre assurance? Nous vous renseignons volontiers. Sur votre police actuelle figurent le numéro de téléphone et l'adresse de votre personne de contact. Vous trouverez également la réponse à de nombreuses questions sur [visana.ch/fr/faq](https://www.visana.ch/fr/faq).

Agences Visana

Vous trouverez les coordonnées de nos agences et centres de prestations sur [visana.ch/agences](https://www.visana.ch/agences).

Assistance téléphonique

Notre ligne d'assistance téléphonique est atteignable au numéro **0848 848 899**. Au moyen du pilotage par langue, vous serez adressé/e au point de contact souhaité. Le numéro de la ligne d'assistance figure également au recto de votre carte d'assurance.

Conseil télé-médical

Chez Visana, l'accès à un service de conseil télé-médical gratuit est inclus dans l'assurance de base; vous pouvez le joindre au numéro **0800 633 225**, 365 jours par an, 24 heures sur 24.

Urgences à l'étranger

L'assistance Visana vous apporte une aide 24 heures sur 24, au numéro +41 (0)848 848 855. Vous trouverez également le numéro de téléphone au verso de votre carte d'assurance.

Protection juridique en matière de santé

Vous pouvez faire valoir des prétentions en dommages-intérêts auprès de la protection juridique en matière de santé (comprise dans l'assurance de base chez Visana), au numéro **031 389 85 00**.

myVisana et app Visana

Avec le portail en ligne destiné à la clientèle my-Visana ([visana.ch/myvisana_fr](https://www.visana.ch/myvisana_fr)) et l'app Visana, vous avez accès en tout temps à vos documents d'assurance.

Blog Visana

Vous pouvez lire des articles intéressants sur le thème de la santé ou de l'alimentation sur notre blog sous [visana.ch/fr/blog](https://www.visana.ch/fr/blog).



Retrouvez-nous sur Facebook,
facebook.com/visana.assurance.maladie



sur Instagram
instagram.com/visana.krankenversicherung



et sur LinkedIn.
linkedin.com/company/visana

Bon à savoir

Commander facilement auprès de nos pharmacies par correspondance partenaires

Si vous devez prendre régulièrement des médicaments sur ordonnance et que vous souhaitez qu'ils vous soient livrés facilement à l'adresse de votre choix, les offres des pharmacies de vente par correspondance MediService ou Zur Rose peuvent vous être utiles.

Visana collabore depuis de nombreuses années avec ces deux partenaires et soutient les services utiles et pratiques qu'ils proposent. En plus de l'envoi sûr, discret et sans frais de port par la poste, vous êtes accompagné/e et conseillé/e de manière compétente et gratuite par des spécialistes pharmaceutiques. Si nécessaire, une coordination avec votre médecin traitant a lieu, par exemple pour éliminer les interactions indésirables et les prescriptions multiples problématiques et favoriser ainsi une prise de médicaments sûre.

Conditions avantageuses

Se procurer des médicaments auprès de l'une des deux pharmacies de vente par correspondance peut également s'avérer intéressant en termes de prix. Grâce à des conditions convenues par contrat, MediService et Zur Rose renoncent à facturer les taxes habituelles des pharmaciens (vérification des médicaments et contrôle de compatibilité) et accordent, notamment pour les génériques, des rabais supplémentaires. Les médicaments livrés sont facturés directement à Visana. Pour en savoir plus, adressez-vous à nos partenaires.

zur Rose

MEDI SERVICE
Votre pharmacie spécialisée

Pharmacie par correspondance

Zur Rose

téléphone: 0800 711 222

e-mail: team@zurrose.ch

➔ zurrose.ch/visana

Pharmacie par correspondance

MediService

téléphone: 032 686 20 20

e-mail: contact@mediservice.ch

➔ mediservice.ch/visana



L'ambassadrice de Visana Dita Kambundji se mesure aux haies.

Au cœur de l'évènement d'athlétisme Citius à Berne

Vous souhaitez vivre une fête d'athlétisme unique et époustouflante avec les plus grandes stars suisses de la discipline en étant au plus près de l'action et dans une ambiance familiale? Avec un peu de chance, vous assisterez à ce spectacle d'athlétisme en direct dans l'espace fan de Visana. Nous faisons gagner 25x2 billets, y compris écharpe de fan, pour l'évènement Citius du 4 août 2023 au stade d'athlétisme Wankdorf à Berne.

30% de rabais sur les billets

Si la chance ne vous sourit pas, vous bénéficiez néanmoins, en tant que client/e de Visana, d'un rabais exclusif de 30% sur de billets. Vous trouverez plus d'informations sur l'évènement et la prévente de billets sur citius-meeting.ch (site disponible uniquement en allemand et en anglais).



➔ Informations et concours

AirBadminton: la nouvelle activité en plein air

Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur dans le sable, le badminton reste du badminton pourrait-on penser. Mais avec AirBadminton, c'est un nouveau sport qui occupe le devant de la scène cet été. L'équivalent en plein air de ce sport très apprécié devrait même intégrer les Jeux Olympiques à moyen terme. Le 9 septembre 2023, Swiss Badminton organisera le premier championnat suisse d'Air-Badminton à la plage Strämu de Thoune. Cet évènement promet de l'amusement, un super programme et des prix attrayants.

En Suisse, environ 200 000 personnes pratiquent régulièrement le badminton. En tant que partenaire, Visana soutient la promotion du sport de masse de Swiss Badminton. Grâce à ce partenariat, les membres de cette association bénéficient, entre autres, de rabais exclusifs sur les assurances complémentaires de Visana.



➔ visana.ch/fr/swissbadminton

À propos de chevaux, d'hormones et d'enterrements

Patti Basler, fille de paysan du Fricktal, a quelque chose d'intimidant à première vue. Mais mis à part ses salves verbales ou ses instantanés, vous n'avez rien à craindre. Dans l'entretien ci-dessous, elle reste fidèle à elle-même.

Entretien
Sara Steinmann

Photo
Mauro Mellone

Y a-t-il des jours où tu ne te sens pas du tout drôle, mais où tu dois malgré tout faire rire les autres? Comment gères-tu ces situations?

Ne pensez surtout pas que je vais vous révéler mes secrets. Si vous voulez en savoir plus, suivez un de mes cours sur le sujet. À vrai dire, je ne me sens jamais vraiment drôle, ce n'est d'ailleurs pas nécessaire. Ma tâche consiste à amuser le public ou à l'inciter à la réflexion. La satire est le miroir de la réalité et donc pas forcément toujours drôle. En lisant «satire» à l'envers et en y ajoutant un v au début, on obtient «veritas» (lat. vérité). Évidemment, il y a des jours où je ne suis pas en forme. Au final, c'est comme dans chaque profession ou si tu as un mauvais amant: le résultat est décevant.

«La satire est le miroir de la réalité»

Comme artiste de cabaret, tu es face à un défi permanent. Comment gères-tu la pression mentale?

Je ne sens pas vraiment la pression. Probablement parce que j'ai en permanence la sensation d'être en train d'accoucher. En effet, pour moi, la numérisation signifie travailler sous pression. Je ressens une douleur expulsive, tout doit sortir. J'ai envie d'expulser mes idées, dans la presse, sur scène ou devant la caméra. Mon cerveau fonctionne sans cesse. Cela me soulage donc de pouvoir partager mes idées et réduire la pression. La pression mentale est donc une condition indispensable à mon bon fonctionnement.

Qu'en est-il de ta santé? Tu es plutôt homéopathie ou médecine classique?

Les globules homéopathiques ne sont pas ma tasse de thé. J'ai confiance dans la science et je jouis de la santé d'un cheval de brasserie, ce qui n'est toutefois pas vraiment un avantage, car j'ai tendance à la procrastination, c'est-à-dire à tout remettre au lendemain. Ce qui ne fonctionne évidemment pas lorsqu'il est question de santé.

Bref portrait

Patti Basler, humoriste, auteure et poète slam, est née et a grandi dans une ferme à Zeihen dans le Fricktal argovien. Elle impressionne par sa rapidité de réflexion, son talent linguistique exceptionnel et sa polyvalence. Depuis de nombreuses années, Patti Basler est une valeur sûre parmi les humoristes suisses. Outre divers autres engagements, elle rédige des instantanés dans l'émission «Arena» de SRF, elle apparaît lors de congrès ou manifestations d'entreprise, sur scène et s'est vu décerner le «Salzburger Stier» en 2019.

pattibasler.ch

Mais en tant que fille de paysan, tu ne vas chez le médecin que lorsque l'os dépasse la plaie de 50 cm et que tu as déjà perdu sept litres de sang. rien ne justifie de consulter le médecin avant. Je respecte cette tradition. Le covid long avec des trous de mémoire et des troubles de la parole est la pire chose qui me soit arrivée.

Dans ton métier, il est sûrement difficile de se fixer des limites. Est-ce que tu parviens à garder un bon équilibre entre travail et vie privée?

Ma tête travaille en permanence. Ça doit sortir, j'ai donc fait de mon diagnostic mon métier. Je n'ai pas besoin d'équilibrer le travail et la vie privée. Il me semble que celui qui a besoin de cela n'a pas de vie au travail. Moi par contre, je vis le plus intensément lorsque je travaille. Mais c'est probablement aussi dû à mon métier. Lorsque que tu es sur scène, que tu reçois les applaudissements et que tu plaisantes avec tes fans, cela stimule la sécrétion d'hormones telles que la dopamine, l'adrénaline, la sérotonine ou l'ocytocine. Ce magnifique métier m'apporte une très grande satisfaction, ce que j'ai particulièrement ressenti pendant le confinement. Je ne peux donc pas vraiment séparer le travail et la vie privée, car c'est toujours moi qui suis présente, dans la vie et sur scène.



Quels sont les sujets tabous?

Je trouve que plus le sujet est sérieux et sensible, plus il faudrait en rire. J'adore l'humour britannique, mais je sais que cela ne fonctionne pas en Suisse. Prenons la fin du film «Monty Python's Life of Brian» où des hommes crucifiés chantent en cœur «Always Look on the Bright Side of Life». C'est tout simplement génial de ne pas perdre le sens de l'humour, même face à la mort. Il n'y a pas de meilleur endroit qu'un enterrement pour se libérer l'esprit en riant. Si le pasteur raconte une blague ou quelque chose d'amusant, bien évidemment en faisant preuve de piété, cela ne manquera pas de produire son effet. Et si l'assistance peut ou ose en rire, tant mieux, ça libère le corps et l'esprit.

Vous trouverez l'entretien dans toute sa longueur et une brève vidéo de Patti Basler sur visana.ch/fr/forum





Besoin de rapidité? On vous comprend.

C'est pourquoi, chez nous, vous réglez tout via l'app Visana, en toute simplicité. [visana.ch](https://www.visana.ch)

On se comprend.

**visana**