



75 participations gratuites

Pour un été sportif, nous mettons en jeu 50 participations gratuites pour Women Sport Evasion à Lausanne et 25 inscriptions gratuites au YB Kids Camp à Berne.

Texte et Photo: Stephan Fischer



Visana met en jeu 50, respectivement 25, participations gratuites pour Women Sport Evasion (pour les femmes nées avant ou en 2000) les 25 et 26 juin 2016, à Lausanne, et le YB Kids Camp (pour les enfants nés entre 2002 et 2009) du 11 au 15 juillet 2016, à la Berner Allmend. Envoyez-nous le talon de participation ou participez au tirage au sort en ligne sur www.visana.ch. Bonne chance!

Talon de participation

Je souhaite gagner (veuillez cocher):

- 2 cartes journalières gratuites pour Women Sport Evasion le
 25 juin 2016 à Lausanne / 26 juin 2016 à Lausanne OU

- 1 participation gratuite au YB Kids Camp
du 11 au 15 juillet 2016 à Berne

- Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA, localité _____

E-mail _____

Collez le talon sur une carte postale et envoyez-le jusqu'au 16 avril 2016 à: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3015 Berne.

Les gagnantes et gagnants seront informés d'ici au 29 avril 2016. 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 au concours, vous acceptez que Visana utilise vos indications à des fins de marketing. Ce droit peut être révoqué en tout temps. Une seule participation est admise par personne.

Visana **FORUM**

Le magazine de santé 1/2016



04 Journée Stop Risk pour les familles
A vélo, en toute sécurité

10 Que du plaisir, sur la Route du cœur!
En balade avec un vélo électrique

11 Ensemble contre les accidents de baignade
Visana et la SSS travaillent ensemble

Sommaire

Santé

Le chocolat met de bonne humeur	3
Journée Stop Risk pour les familles	4
Sécurité pour les enfants à la maison	6

Engagement

Participez gratuitement au YB Kids Camp	8
Women Sport Evasion à Lausanne	9
En voyage sur la Route du cœur	10
Visana et la SSS partenaires	11

Inside

Portrait d'un collaborateur de Visana	12
Aperçu de l'exercice 2015	14
Un employeur qui se distingue	15
D'utiles assurances sous forme de capital	16

Service

MyVisana ménage l'environnement	17
Offres de printemps de Visana Club	18
Bon à savoir	20
Entretien avec David Schmid	22
Concours	24

Editorial

Chère lectrice, cher lecteur,

Oui, vous tenez le *VisanaFORUM* entre les mains. Pour vous, nous avons développé la mise en page du magazine et lui avons donné une nouvelle structure. Nous espérons que ces nouveautés vous plairont et rendront votre lecture encore plus agréable.

Le premier numéro de 2016 est placé sous le symbole du plaisir et du printemps. Pâques est fini et nous avons donc eu notre dose de chocolat sous toutes les formes possibles. Est-ce que le chocolat est si mauvais pour la santé? Je vous rassure: c'est un produit plus sain que vous ne le pensez! Pour en savoir davantage, rendez-vous à la page 3.

Grâce à différents partenariats, nous veillons à ce que notre clientèle bénéficie d'offres printanières et estivales intéressantes et saines. Que ce soit en vous permettant d'acquérir une participation au YB Kids Camps ou de parcourir la Route du cœur sur un vélo électrique. Ou encore pour que vous vous inscriviez à la Women Sport Evasion à Lausanne ou en inaugurant la saison des baignades en plongeant dans l'eau froide avant tout le monde. Vous n'avez que l'embarras du choix!

A propos plongez dans l'eau froide: lisez les règles d'or de la baignade de la Société suisse de sauvetage SSS. Avec elle, nous nous engageons pour réduire le nombre d'accidents de baignade en Suisse. Pour cela, il est important que les maximes de la baignade en Suisse soient connues du plus grand nombre.

Je vous souhaite une agréable lecture.



Albrecht Rychen
Président du conseil d'administration

Impressum

VisanaFORUM est une publication du groupe Visana. Le groupe Visana comprend Visana, sana24 et vivacare. Il paraît quatre fois par année. **Rédaction:** Stephan Fischer, David Müller, Peter Rüegg, Isabelle Bhend. **Adresse:** VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Berne 15. Fax: 031 357 99 32. E-mail: forum@visana.ch. **Conception:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Mise en page:** Natalie Fomasi, Elgg. **Photo de couverture:** perretfoto.ch. **Impression:** Vogt-Schild Druck AG, Derendingen. **Internet:** www.visana.ch

Changements d'adresse

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



Du chocolat pour le cœur et pour l'humeur

Pâques sans chocolat ou sans œufs, ce serait comme Noël sans arbre: inimaginable. Tandis que les œufs font partie des aliments de base, le chocolat est plutôt un produit de luxe. Avec près de 12 kilogrammes par personne et par an, Madame et Monsieur Suisse se retrouvent au deuxième rang des consommateurs mondiaux de chocolat. Seule l'Allemagne nous bat.

Texte: Stephan Fischer | Photo: Alfonso Smith

Cailler, Suchard, Lindt, Tobler, Sprüngli, Munz, Frey ou Camille Bloch font partie des pionniers suisses en matière de chocolat. Que ce soit sous forme de tablette, de praliné, de boules, de barres ou de lapin, le chocolat suisse s'est forgé une réputation mondiale. Et ce chocolat est sain, en plus d'être délicieux.

Source d'énergie

Une tablette de chocolat au lait contient beaucoup de graisses et de sucre et livre près de 550 kilocalories (un peu moins pour le chocolat noir et un peu plus pour le chocolat blanc). Cela correspond à un quart du besoin moyen quotidien en énergie et équivaut,

par exemple, à 40 minutes de course, 50 minutes de natation ou à trois heures de marche. Le chocolat n'est donc pas idéal pour qui veut maigrir.

Par contre, il a un effet positif sur la santé. La théobromine (apparentée à la caféine) du cacao est un stimulant et a une influence légèrement positive sur l'humeur. Le chocolat peut donc contribuer à la bonne humeur. En particulier le chocolat amer peut augmenter fortement la teneur en anti-oxydants dans le sang pour quelques heures. Les anti-oxydants ont un effet protecteur pour le cœur. Toutefois, il ne faudrait pas manger le chocolat accompagné d'un verre de lait, ce qui neutraliserait son effet positif.

Autres aspects positifs

Par ailleurs, le chocolat baisse légèrement la tension artérielle, contribue à la guérison des plaies, réduit les quintes de toux, a un léger effet préventif sur les ulcères d'estomac et contre le risque d'infarctus. Et qui sait? Il n'est pas impossible que cette liste soit encore allongée à l'avenir. Une consommation modérée de lapin de Pâques en chocolat, avec une forte teneur en cacao, peut donc tout à fait avoir un effet positif sur la santé.

Qui l'a inventé?

Le cacaoier, élément de base pour la production du chocolat, est originaire d'Amérique du Sud et était déjà cultivé par les Mayas, vers l'an 600. Près de mille ans plus tard, au Mexique, les Aztèques préparaient une boisson contenant du cacao, de l'eau, de la vanille et du poivre de Cayenne. Ils l'appelaient «xocolatl» (eau amère), dont a été dérivé le nom du chocolat. Au début du 19^e siècle, la boisson au cacao a été remplacée par du chocolat solide, en France. La production du premier chocolat au lait a été réussie à Vevey, en 1875.

www.chocosuisse.ch

imprimé en
suisse



Participez gratuitement à la journée Stop Risk pour les familles avec Franco Marvulli

La circulation routière est de plus en plus dense et comporte des risques importants, en particulier pour les plus jeunes. Lors de la journée Stop Risk pour les familles qui se déroulera à Zurich Oerlikon le 29 mai 2016, les enfants, accompagnés de leurs parents, auront la possibilité de se familiariser de manière ludique avec le thème de la prévention et de la sécurité à vélo. Visana offre 300 participations gratuites.

Texte: Debbie Rychener | Photos: Simon Achermann/màd

Les enfants devraient rapidement apprendre à faire du vélo. Pour eux, cela représente un pas vers l'indépendance. Afin de faire face aux risques liés à la circulation, ils ont toutefois besoin de pratique, de sécurité et de bonnes compétences de conduite. Lors de la journée Stop Risk pour les familles, les enfants apprennent et expérimentent dans un cadre sécurisé, sous la houlette de professionnels/les. Il s'agit d'une journée instructive pour toute la famille, où le plaisir est garanti.

Apprendre avec des professionnels/les

L'essai pilote mené au printemps dernier a montré que la demande des familles pour un événement de prévention sur le thème du vélo est très importante. Visana se réjouit d'organiser la deuxième journée Stop Risk pour les familles, dans un cadre plus vaste, avec 300 places disponibles. Cette année, elle aura lieu sur le terrain autour du vélodrome de Zurich Oerlikon.

L'évènement sera animé par l'ancien multiple champion du monde sur piste et vice-champion olympique Franco Marvulli. Par ailleurs, un invité spécial, Dan Hennig, l'un des meilleurs pilotes de BMX du monde, surprendra le public avec un impressionnant spectacle de BMX «flatland». Il mettra également ses propres vélos BMX à disposition, à tester sous sa direction.

De meilleures compétences, un plaisir garanti

Des professionnels/les montreront aux parents et à leurs enfants, à travers une quinzaine d'ateliers, comment avoir une conduite plus sûre dans la circulation. Les techniques de virage et de freinage ainsi que les techniques de conduite en vélo électrique, l'amélioration de la coordination et de l'équilibre ou des conseils de réparation figurent parmi les thèmes abordés au cours des ateliers instructifs proposés. Le plaisir est également garanti avec les Fun Bikes, le polo-vélo, sur la piste de course Carrera et sur le Pump Track.

Mieux vaut s'inscrire rapidement

La journée Stop Risk pour les familles est ouverte aux familles clientes et non clientes de Visana (amis/es de familles clientes). Les ateliers sont donnés en allemand, l'évènement a lieu par n'importe quel temps Il y a 300 places à disposition. Les inscriptions sur www.visana.ch/stoprisk seront prises en compte par ordre d'arrivée. La participation est gratuite. Le repas de midi et les en-cas sont compris. Le voyage aller-retour doit être organisé par les participants/es, qui doivent également apporter les vélos et les casques.

Déroulement de la journée Stop Risk pour les familles du 29 mai 2016 à Zurich Oerlikon

9h00	Café de bienvenue
9h30	Accueil et informations concernant le déroulement de la journée
10h00	Ateliers au choix
12h00	Repas de midi et tirage au sort
14h00	Ateliers au choix
16h00	Conclusion



De meilleures compétences pour toute la famille.



Une journée enrichissante et divertissante

«Nous gardons un excellent souvenir de cette journée enrichissante organisée à la Stockhorn Arena à Thoune. La journée Stop Risk pour les familles est un événement aussi instructif que divertissant. J'apprécie grandement l'investissement de Visana dans la responsabilité individuelle de ses clientes et clients et l'attention qu'elle leur porte. Notre fils s'est beaucoup amusé également!»

(Regula Burger, Wimmis)

www.visana.ch/stoprisk



La cuisine est le lieu le plus passionnant

Pour les petits enfants, la cuisine est un endroit fascinant. Les tiroirs et les armoires regorgent d'objets intéressants, cachés. Dans l'évier, l'eau coule et le four fait des bruits et produit de nouvelles odeurs. Comment faire de la cuisine un lieu sûr pour les plus petits?

Texte: Peter Rüegg | Photos: Alfonso Smith

Sandra (30 ans) est un peu nerveuse. Sa sœur et le mari de cette dernière vont passer le week-end à la montagne, laissant leurs enfants, Sami âgé d'un an et demi et Mara âgée de quatre ans, chez elle. Ce sera la première fois pour Sandra comme pour les enfants. Vont-ils être à l'aise chez elle? Tout se passera-t-il bien?

La cuisine: foyer de dangers

Sur Internet, Sandra s'informe sur la sécurité des enfants. Une chose est sûre: son élégant appartement

de célibataire n'est pas conçu pour les petits enfants. Il suffit de voir la cuisine-salle à manger: des vases, des chandeliers et une coupe de fruits sont posés sur la nappe de la table, deux chaises sont sur le balcon. Près du four trône un bloc à couteaux. Le câble de la bouilloire pend depuis la surface de travail.

Malheureusement, la cuisine est le lieu le plus animé de tout l'appartement. C'est l'endroit le plus fascinant pour les petits enfants. Il en sort toute sorte de bruits de cuisson et de senteurs plus mystérieuses les unes que les autres. Rien d'étonnant à

ce qu'ils aient envie de savoir ce qui s'y passe, au-dessus de leur champ de vision. Ils veulent aussi participer aux activités auxquelles les adultes s'adonnent en cuisine.

Les listes de contrôle

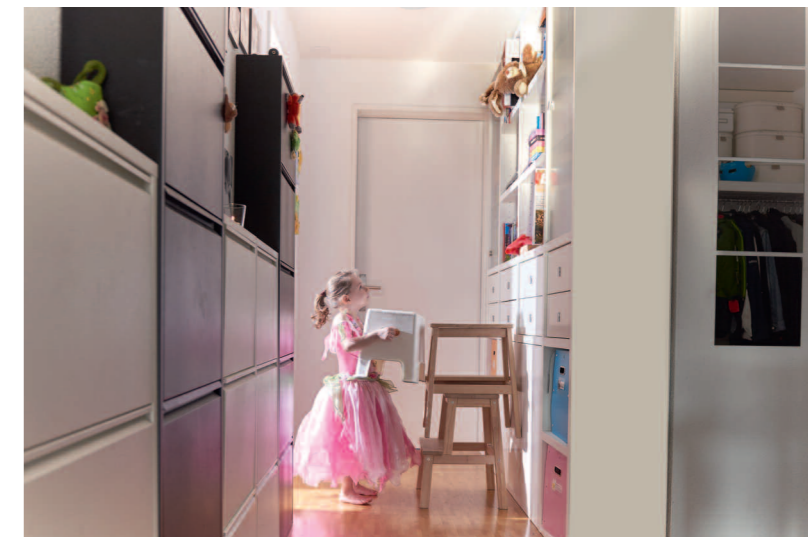
Sandra commence par emprunter deux chaises hautes pour enfants chez sa voisine (voir encadré). Elles sont stables, très difficiles à faire basculer et même Sami pourra s'y asseoir seul. Ensuite, Sandra note les sources de dangers de sa cuisine et compose deux listes de contrôle.

Cuisine sécurisée: avant l'arrivée des enfants

- Placer tous les appareils électriques hors de portée des enfants. Débrancher tous ceux qui ne sont pas utilisés.
- Ne pas laisser de câbles qui pendent.
- Placer les produits de nettoyage et les dissolvants tout en haut de l'armoire, afin que les enfants ne puissent pas les atteindre. La même chose vaut pour les produits de vaisselle.
- Ranger également les boissons alcoolisées hors de portée, dans les parties supérieures des armoires.
- Ne pas laisser traîner de couteaux sur la surface de travail ou sur la table. Ne pas non plus laisser de briquets ou d'allumettes.
- Eliminer les marchepieds et les tabourets de la cuisine.
- Enlever la nappe de la table.
- Vider le tiroir rempli de piles et de différents objets de petite taille.

Cuisine sécurisée: quand les enfants sont là

- Ne cuisiner que sur les plaques de derrière.
- Toujours tourner les manches des casseroles vers l'arrière du fourneau.
- Laisser les casseroles chaudes sur le fourneau quand vous mangez.
- Poser les tasses et les théières contenant des boissons chaudes au milieu de la table ou les laisser sur les plans de travail.
- Ne rien boire de chaud quand vous tenez un enfant sur les genoux.
- Ne jamais laisser les enfants seuls à la cuisine. Ne jamais perdre de vue le four et les plaques.



A table en toute sécurité avec la chaise haute «ViVi»

Les chaises hautes pour enfants sont des chaises particulièrement stables, qui peuvent être adaptées suivant l'âge de votre enfant. Cherchez-vous un modèle bon marché? Dans Visana Club, en page 19, vous trouverez le modèle «ViVi», avec un rabais de 63 francs. Si vous êtes client/e de Visana, vous êtes automatiquement et gratuitement membre de Visana Club et vous bénéficiez de cette offre et de bien d'autres encore.

www.visana-club.ch



Participez gratuitement au YB Kids Camp

Les camps pour enfants des Berner Young Boys proposent un entraînement intensif pendant cinq jours avec d'autres enfants et la possibilité d'obtenir des autographes de professionnels du football, et bien davantage encore. Visana met en jeu 25 participations gratuites pour le camp du 11 au 15 juillet 2016, qui se tiendra sur la Berner Allmend.

Texte: Stephan Fischer | Photo: YB

Les visages des 300 filles et garçons rayonneront, lorsqu'ils pénétreront dans le Stade de Suisse, le jour de l'ouverture. Pour eux, il n'y a pas de doute: participer à un camp YB pour enfants est un événement. C'est dû évidemment aussi au fait que les professionnels de YB dirigent une unité d'entraînement et sont disponibles pour se faire photographier avec les enfants et leur signer des autographes.

Les camps affichent vite complet

Un programme attrayant est offert aux enfants pendant cinq jours. Ils reçoivent deux unités d'entraînement par jour avec des entraîneurs de football formés, la restauration et les boissons, un billet gratuit pour un match à domicile d'YB, ainsi qu'un équipement de football complet. Il comprend deux maillots de football, deux shorts de football, deux paires de jambières, un sac à dos, un ballon, une gourde et un imperméable.

Les places dans les camps pour enfants des Berner YB sont très demandées et partent très vite. Visana en tant que sponsor de longue date de la relève des YB met en jeu 25 places, d'une valeur de 320 francs chacune, pour le camp du 11 au 15 juillet 2016, qui se tiendra sur la Berner Allmend. Attention: les participantes et participants doivent être nés entre 2002 et 2009.

Visana met en jeu 25 participations gratuites

Avez-vous des filles, des fils ou des filleuls et filleules passionnés de foot, nés entre 2002 et 2009 et qui aimeraient prendre part au camp YB pour enfants du 11 au 15 juillet 2016 à la Berner Allmend? Alors participez à notre concours en page 24 et, avec un peu de chance, vous gagnerez une des 25 participations mises en jeu.

www.bscy.ch/kids-camps



Toutes à Lausanne à Women Sport Evasion

Souhaitez-vous participer à une manifestation sportive, exclusivement féminine et «tendance»? Le Women Sport Evasion qui aura lieu à Lausanne les 25 et 26 juin 2016, propose à ses participantes plus de 30 ateliers de fitness, de danse ou de bien-être. Quelque 2800 participantes sont attendues sur les rives du lac Léman, un nouveau record.

Texte et Photo: Stephan Fischer

L'évènement Women Sport Evasion rencontre toujours un immense succès. Le stade Pierre-de-Coubertin à Lausanne accueillera pour la neuvième fois déjà les quelque 2800 participantes de toute la Suisse qui y sont attendues.

Un vaste choix de sports

Les participantes (nées avant ou en 2000) peuvent choisir parmi plus de 30 offres de sports tendance proposées, allant de la samba fitness au pole dance en passant par le chi ball. Tous les ateliers sont organisés plusieurs fois par jour et peuvent être visités dans l'ordre souhaité. Chaque participante peut se concocter un programme personnalisé, au gré de ses envies.

La carte journalière (samedi ou dimanche) de 60 francs comprend la participation aux ateliers, le repas de midi, les en-cas et un cadeau souvenir.

Si toutefois une journée ne vous suffit pas, nous vous recommandons de vous procurer une carte week-end, pour 95 francs (sans nuitée). Bon à savoir: les ateliers sont proposés en français et en partie en allemand.

50 cartes journalières gratuites

En tant que Presenting Partner, *VisanaFORUM* met en jeu 50 participations gratuites pour Women Sport Evasion qui se déroulera à Lausanne. Participez à notre concours à la page 24 et gagnez deux cartes journalières pour le 25 ou le 26 juin 2016. Bonne chance!

www.womensportevasion.ch

Les places sont limitées

La capacité d'accueil a été augmentée à 1400 places par jour, comparé à l'évènement de l'année précédente qui a affiché complet (2700 participantes). Néanmoins, nous vous recommandons de réserver votre place assez tôt, étant donné qu'une fois cette limite atteinte, il ne sera plus possible de s'inscrire.

www.womensportevasion.ch



En balade avec un vélo électrique

L'étape originelle du parcours de randonnée à vélo n°99 se situe dans l'Emmental. Les autres étapes de la Route du cœur relient le lac de Constance au lac Léman. Le lancement de la saison de la Route du cœur a été célébré au cours d'une grande fête de printemps les 2 et 3 avril.

Texte: Peter Rüegg | Photo: Route du cœur

La randonnée en vélo électrique trouve son origine dans l'Emmental. C'est à partir de là qu'a grandi la Route du cœur pour atteindre sa longueur actuelle. L'itinéraire de randonnée à vélo le plus beau et le plus fou de Suisse relie le lac de Constance au lac Léman. Sur ses 720 kilomètres, répartis en 13 étapes, il permet de découvrir la Suisse rurale, de manière saisissante et originale.

Et c'est précisément cette Suisse que recherchent les touristes helvétiques et étrangers: pittoresque, jalonnée de petites routes et chemins peu fréquentés, de sites historiques, de lacs idylliques et de panoramas grandioses sur les Alpes. De sympathiques auberges permettent par ailleurs de satisfaire les

envies culinaires. Pas étonnant que la Route du cœur soit si populaire auprès des cyclotouristes.

Parce que la santé nous tient à cœur

Depuis 2006, Visana s'engage en première ligne pour la randonnée en vélo électrique et contribue ainsi activement à la promotion de la santé auprès du grand public, un engagement qui lui tient à cœur. La nouvelle saison a été inaugurée les 2 et 3 avril 2016, à l'occasion d'une fête de printemps qui aura lieu à la fromagerie de démonstration de l'Emmental, à Affoltern i. E. Offrez-vous une escapade, à deux ou en groupe, et renforcez votre système cardiovasculaire.

RAILBON

RailBon d'une valeur de 20 francs

Réduction sur la location journalière d'un vélo électrique Flyer sur la Route du cœur.

Série de paiement 0216 0000 0034

L'offre est valable du 1^{er} avril au 31 octobre 2016, à toutes les stations de la Route du cœur. Le RailBon est valable sur le tarif normal et n'est pas cumulable avec d'autres réductions (AG, demi-tarif, carte junior, rabais pour groupes et écoles). Pas de versement en espèces, pas de remboursement. Il suffit de présenter le RailBon à une station de location de Rent a Bike sur la Route du cœur. Liste des stations de location et réservations: www.rentabike.ch/Herzroute



Route du cœur

Vous obtiendrez des informations sur les plans d'itinéraires, la location de vélos électriques et le guide de randonnée gratuit sur www.herzroute.ch ou par téléphone au numéro 034 408 80 99. **Conseil:** les assurés/es Visana bénéficient d'un rabais de 300 francs sur l'achat d'un vélo Flyer d'occasion «Edition Route du cœur». Plus d'informations sur flyer.herzroute.ch > Kombiangebote



Ensemble contre les accidents de baignade

Vous avez certainement tous déjà vu les panneaux avec les six maximes de la baignade de la Société Suisse de Sauvetage (SSS). Mais qui les connaît vraiment? Cette année, Visana et la SSS débute un partenariat de plusieurs années, ayant pour objectif de faire encore mieux connaître ces règles et de sensibiliser ainsi au risque des accidents de baignade.

Texte: Stephan Fischer | Photo: SSS

L'été passé a été particulièrement chaud. Il restera gravé dans la mémoire de toutes et de tous les adeptes de soleil et de baignade comme l'été du siècle. Malheureusement, il aura eu aussi un côté négatif: en 2015, 48 personnes sont décédées dans des eaux suisses.

Sensibilisation aux maximes de la baignade

Par une chaude journée d'été, il n'y a pas plus agréable que de sauter dans l'eau fraîche. Cependant, on oublie alors facilement ce que recommandent le bon

sens et les maximes de la baignade de la SSS: ne jamais sauter dans l'eau après un bain de soleil prolongé ou s'aventurer en eaux troubles ou inconnues.

Ce sont là deux des six règles «d'or» de la baignade que vous pouvez lire sur les panneaux de la SSS. Ils se trouvent sur de nombreux sites de baignade (lacs, piscines ouvertes ou couvertes, etc.). Toutefois, ils ne sont pas encore partout. Le partenariat entre Visana, en tant que «partenaire officiel pour les maximes de la baignade», et la SSS permettra d'augmenter successivement le nombre d'emplacement de ces panneaux.

La SSS en un coup d'œil

La Société suisse de sauvetage (SSS) a été fondée en 1933. Par du travail de prévention et la formation de nageurs sauveteurs, elle a pour mission de réduire le nombre d'accidents d'eau et de baignade. La SSS est reconnue comme organisation d'utilité commune et regroupe 129 sections avec 27500 membres dans toutes les régions du pays. Elle est membre de la Croix-Rouge suisse et de Swiss Olympic, l'organisation faîtière du sport en Suisse. www.slrg.ch



Pour plus de sécurité pendant les loisirs

Depuis de nombreuses années, Visana s'engage activement pour la prévention des accidents, notamment dans le domaine des sports d'hiver, du cyclisme et des sports de montagne. Grâce au nouveau partenariat avec la SSS qui s'étendra sur plusieurs années, Visana inclut un important domaine de loisirs supplémentaire.



Dans la course à la qualité

Vous habitez en Suisse romande et avez des questions concernant votre décompte? Un/e spécialiste de l'équipe de Patrick Täschler à Lausanne vous apportera volontiers son aide. Dans l'entretien qui suit, Patrick Täschler nous explique ce qui lui plaît le plus dans son travail.

Texte: Peter Rüegg | Photo: Thierry Porchet

«Je suis un Vaudois», insiste le responsable d'équipe Patrick Täschler (46 ans), dans le dialecte typique de Suisse orientale. Ses parents sont originaires de Gossau SG et de la région du Freiamt argovien, mais il a grandi au bord du lac Léman. Le bilinguisme est également l'un des atouts de son équipe composée de neuf personnes. Lorsque des Romands/es germanophones ont des questions concernant un décompte de Visana, ils sont dirigés vers l'équipe «Traitements ambulatoires 3». C'est là, dans un bâtiment en périphérie de la vieille ville lausannoise, que les neuf spécialistes procèdent au décompte des prestations.

Rythme et précision

L'équipe de Patrick Täschler examine les justificatifs de manière critique. Ces derniers proviennent par exemple de pharmacies, de thérapeutes, d'opticiens ou de médecins. Dans une deuxième étape, les spécialistes déterminent quelle part des prestations est remboursée. Ils doivent travailler à un haut degré de précision, tout en maintenant un rythme élevé.

Outre leur riche expérience, ils se distinguent également par leurs vastes connaissances techniques. Selon Patrick Täschler, les clientes et clients attachent une grande importance à la rapidité à laquelle ils reçoivent les remboursements, mais apprécient également que leurs demandes soient traitées de manière cordiale et prévenante.

Il montre sur son pupitre une caissette remplie de justificatifs: «Le trafic des paiements sans documents papier n'est pas encore pour demain.» La numérisation progresse certes à grands pas, mais une grande partie des justificatifs parvient encore à Visana par la Poste. «Lorsqu'une personne était par exemple en traitement chez un/e thérapeute, ou a dû acheter une nouvelle paire de lunettes, nous recevons généralement une facture papier. Il arrive fréquemment qu'elles soient rédigées à la main», explique-t-il.

Musicalité et talents culinaires

La porte du bureau de Patrick Täschler est toujours ouverte pour son équipe. Ses collaborateurs et collaboratrices peuvent lui demander conseil à tout mo-

ment. Il a lui-même horreur des entretiens planifiés à intervalle régulier. Il attache néanmoins une grande importance à un haut degré d'autonomie. Il aime les contacts interpersonnels, pas seulement dans son quotidien professionnel, par exemple lorsqu'il explique par téléphone à une cliente ce que prescrit la loi sur l'assurance-maladie.

Mais il aime également entretenir ses contacts durant ses loisirs. Depuis bientôt 15 ans, il encadre bénévolement les spectateurs et spectatrices lors du plus grand festival de musique en plein air, le Paléo Festival Nyon. «Oui, la musique donne un sens à ma vie, j'en écoute partout, même si je ne chante pas ni ne joue d'un instrument moi-même.»

Il est aussi sportif. Son sac de sport est toujours prêt pour son entraînement de fitness hebdomadaire. Il pratique souvent la randonnée, le ski ou le ski de randonnée dans les montagnes. A la maison, Patrick Täschler aime cuisiner. «J'utilise des produits de saison, provenant si possible de la région. Ce week-end, j'ai préparé un goulash de Szeged, une spécialité hongroise, avec de la choucroute, du paprika et de la crème acidulée. Un tel plat demande du temps, il n'y a là pas de place pour la précipitation.»

La qualité du service à la clientèle

Patrick Täschler travaille chez Visana depuis bientôt 25 ans. Qu'apprécie-t-il le plus dans son travail? Il répond: «Un compliment! Quand quelqu'un au téléphone nous dit: «Merci pour le renseignement. Vous m'avez beaucoup aidé», cela est très motivant.» Les contacts qu'il entretient avec les clientes et les clients sont presque exclusivement positifs.

Malgré tout, il ne veut pas manquer les retours négatifs, car il s'agit souvent du seul indicateur permettant de mesurer la qualité du service. «Dans le service, on ne touche jamais au but», déclare Patrick Täschler. La qualité du service à la clientèle est une préoccupation permanente, il n'est pas question de se reposer sur ses lauriers. «Dans la course à la qualité, il n'y a pas de ligne d'arrivée.»

«Un partenaire sûr et fiable»

Pour l'exercice 2015, la clôture financière de Visana est à nouveau positive. L'assureur-maladie et accidents continue donc à présenter des fondements financiers solides. Le nombre des assurés et assurés est resté constant.

Texte: David Müller | Photo: Saskia Widmer

VisanaFORUM s'est entretenu avec Urs Roth, le CEO du groupe Visana, au sujet du résultat de l'exercice 2015.

Visana a la réputation d'être un assureur solvable. Est-ce vrai?

Urs Roth: Bien sûr! Malgré un environnement difficile, nous avons à nouveau obtenu un résultat positif, aussi bien dans l'assurance de base que dans les assurances complémentaires.

En détail, qu'est-ce que cela signifie?

Il est décisif que nous puissions présenter un résultat positif et solide dans les activités d'assurance. Avec un résultat d'entreprise encore renforcé par les placements financiers, il permet à toutes les caisses de

Visana de remplir toutes les exigences minimales de régulation des autorités de surveillance dans le domaine de l'assurance de base et des assurances complémentaires.

Comment s'est développé l'effectif des assurés en 2015?

Dans le domaine de la clientèle privée, l'effectif est resté inchangé. Dans le domaine de la clientèle entreprises, nous avons même pu augmenter le nombre de sociétés assurées chez Visana. Avec 1,1 million d'assurés/es, nous continuerons à faire partie des plus importants assureurs-maladie et accidents de Suisse.

Quelle est l'évolution de nombre d'assurés/es dans l'assurance de base et les assurances complémentaires?

Dans le domaine de l'assurance de base, nous avons pu maintenir l'effectif des assurés et assurées. L'augmentation des coûts de prestations, qui a rendu nécessaires certaines adaptations des primes, nous a donné du fil à retordre. Les effets se font sentir notamment chez sana24. Par contre, l'effectif de vivacare reste pratiquement inchangé. Le nombre de personnes disposant de l'assurance de base chez Visana a encore augmenté, de même que le nombre de celles disposant d'une assurance complémentaire.

Quel est votre bilan?

Visana repose toujours sur des fondements solides. En 2016 également, nous demeurons un partenaire sûr et fiable pour nos clientes et clients, qui les convaincent par les compétences et l'engagement de ses collaborateurs et collaboratrices ainsi que par un service de grande qualité.

Rapport de gestion 2015

Vous trouverez des informations détaillées concernant l'exercice 2015 dans notre rapport de gestion sous reports.visana.ch/fr. Sur le même site, vous pouvez également le commander sous forme imprimée, dès aujourd'hui. Il vous sera envoyé à partir du 19 avril 2016.

Urs Roth, CEO du groupe Visana



Visana, un employeur qui se distingue

En octobre dernier, Promotion Santé Suisse a décerné à Visana le label «Friendly Work Space». Par le biais de cette distinction, la fondation salue nos efforts de longue date visant à offrir aux collaborateurs et collaboratrices de Visana des postes de travail favorables à la santé et un environnement professionnel motivant.

Texte: Marcel Kutter | Photo: Stephan Fischer

Visana emploie environ 1300 collaborateurs et collaboratrices sur l'ensemble de la Suisse. Un tiers d'entre eux profite de la possibilité qui leur est offerte de travailler à temps partiel, aussi pour des postes de cadres. En notre qualité d'entreprise moderne, nous voulons que nos collaborateurs et collaboratrices bénéficient de modèles horaires et de formes de travail flexibles, afin qu'ils puissent combiner leur vie professionnelle et leur vie privée de manière équilibrée.

Possibilités de formation continue interne et externe

Des professionnels bien formés forment la base de notre entreprise. C'est pourquoi Visana soutient les collaborateurs et collaboratrices dans la planification de leur carrière technique ou de conduite, grâce à une formation et une formation continue ciblées. Ainsi, ils sont prêts à répondre aux exigences requises par un poste chez un assureur-maladie.

Il est prouvé que des collaboratrices/teurs satisfaits et motivés tombent moins souvent malades. Une Gestion de la santé en entreprise systématique y contribue. Elle englobe une large palette de mesures, allant de la fontaine à eau à des postes de tra-

vail ergonomiques, en passant par des tests de santé gratuits, et est coordonnée par notre nouveau service spécialisé. Le label «Friendly Work Space» salue ces efforts et montre aux candidates et aux candidats que Visana est un employeur qui accorde une grande importance à la santé de ses collaborateurs et collaboratrices.

Nous misons sur notre propre relève

Visana s'engage aussi fortement dans la formation professionnelle. A Berne, Bienne, Thoun, Zurich et Lausanne, nous offrons des places d'apprentissage pour 25 jeunes adultes, dans le domaine commercial et dans l'informatique. Les jeunes talents sportifs peuvent suivre chez nous un apprentissage pour sportifs/ves, ce qui nous a valu la distinction d'entreprise formatrice favorable au sport de performance, de la part de Swiss Olympic, l'Association faitière du sport suisse.

www.visana.ch > Visana > Travailler chez Visana

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



D'attrayantes assurances sous forme de capital et de protection juridique

Lorsqu'un enfant devient invalide, les coûts sont élevés. En plus du suivi médical, des dépenses pour des moyens auxiliaires ou des constructions sont nécessaires. Les assurances sous forme de capital en cas d'invalidité suite à un accident (TUP) et suite à une maladie (CDI) assurent un capital garanti.

Texte: Hannes Bichsel

Un monte-escaliers, une douche accessible en fauteuil roulant et des portes automatiques facilitent le quotidien d'une personne à mobilité réduite. Mais de tels aménagements sont chers. Grâce aux assurances sous forme de capital TUP et CDI de Visana,

vous gardez une certaine flexibilité financière, le capital assuré étant versé en cas d'invalidité indépendamment des fins auxquelles il sera utilisé. Vous décidez vous-même comment le dépenser. Et tout cela, pour un montant inférieur à neuf francs par mois.

Exemple de prime TUP/CDI (enfant jusqu'à 18 ans)

	Somme d'assurance	Prime mensuelle
Capital-invalidité en cas d'accident (TUP)*	200 000.—	4.—
Capital-invalidité en cas de maladie (CDI)**	200 000.—	4.80

* également assuré: capital en cas de décès de 2500 francs pour les enfants jusqu'à 2 ans et demi ou de 10 000 francs pour les enfants jusqu'à 18 ans.

** également assuré: capital en cas de décès de 10 000 francs.

Protection juridique à d'excellentes conditions

Ceux et celles qui ont conclu une assurance de base chez Visana reçoivent automatiquement et gratuitement la Protection juridique en matière de santé. Cette dernière peut être combinée sans grands frais à l'assurance de protection juridique complète de Visana,

avec un rapport qualité-prix inégalable. Elle contient la protection juridique privée et en matière de circulation. L'assurance de protection juridique prend en charge entre autres les coûts des tribunaux et des procédures juridiques, de l'avocat et du/de la représentant/e juridique, d'une expertise ou d'une médiation.

Exemple de prime Assurance de protection juridique (domaine privé et circulation)

	Somme d'assurance	Prime annuelle
Personne adulte (assurance de base chez Visana)	250 000.—	115.20
Personne adulte (assurance de base pas chez Visana)	250 000.—	144.—

Les enfants (jusqu'à 18 ans), les jeunes adultes (de 19 à 25 ans), ainsi que la deuxième personne adulte et toutes les suivantes vivant dans le même ménage bénéficient de primes réduites. L'assurance de protection juridique complète est réservée aux clientes et aux clients de Visana qui ont conclu une des assurances suivantes: assurance de base, assurance complémentaire Traitements ambulatoires, Hôpital ou Basic.

Conseil: les enfants jusqu'à l'âge de 18 ans qui disposent de l'assurance de base chez Visana bénéficient de la protection juridique complète gratuite.

www.visana.ch/tup-cdi

MyVisana permet d'éviter le gaspillage de papier et de ménager l'environnement

Avec l'apparition des ordinateurs, les années 80 annonçaient l'avènement des bureaux sans papiers. Jusqu'à aujourd'hui, ce n'est cependant resté qu'un mythe. Toutefois, une baisse sensible de la consommation de papier n'est pas impossible. MyVisana, le portail en ligne destiné à la clientèle, y contribue.

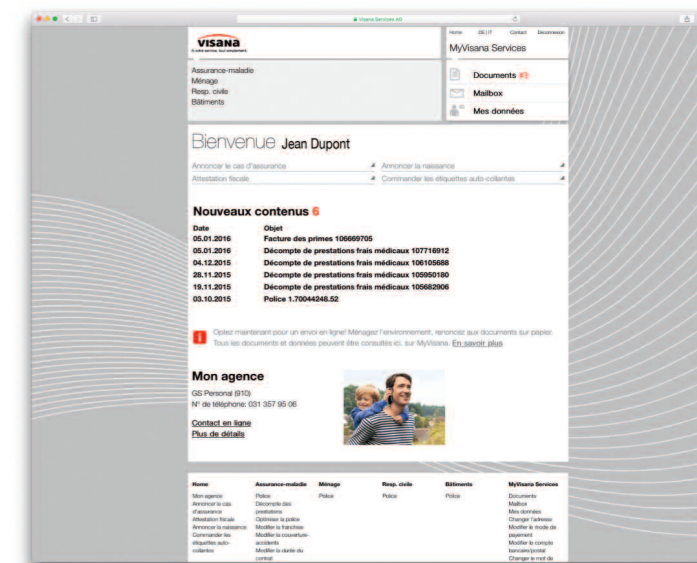
Texte: Michael Wüthrich | Photo: Debbie Rychener

L'avenir ne se fera pas entièrement sans papier. Mais pour des raisons écologiques, il est raisonnable de réduire l'impression de documents à un minimum. MyVisana, le portail en ligne de Visana, vous soutient dans cette démarche, en mettant à votre disposition tous les documents d'assurance sous forme électronique.

Que vous offre le portail en ligne?

Sur MyVisana, vous trouverez vos contrats d'assurance ainsi que les décomptes des prestations des médecins, des thérapeutes et des hôpitaux. Tous les documents que vous recevez aujourd'hui par voie postale y sont à votre disposition, sous forme électronique au format PDF, et vous pouvez les imprimer à tout moment, si nécessaire. Il va de soi que vous pouvez toujours choisir de passer de nouveau à la forme papier, si vous le souhaitez.

Mais MyVisana vous offre encore d'autres prestations supplémentaires: vous pouvez y faire changer facilement, par voie électronique, votre franchise ou votre mode de paiement, ou encore commander une attestation pour la déclaration d'impôt ou des étiquettes auto-collantes.



C'est sûr? Bien sûr!

Notre portail MyVisana destiné aux clientes et aux clients est sécurisé trois fois. Outre le numéro d'identification et le mot de passe personnel, un code de sécurité supplémentaire protège l'accès au portail. Ce dernier figure sur une carte matrice ou est envoyé par SMS au moment de la connexion.



Gagnez un Samsung S6 edge

Inscrivez-vous en ligne sur www.myvisana.ch. Un Samsung S6 edge (32 GB, noir) sera tiré au sort parmi toutes les nouvelles inscriptions effectuées jusqu'au 30 avril 2016.

www.myvisana.ch

Visana Club

Aborder le printemps en pleine forme

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. A propos: Visana n'utilise pas le moindre centime de prime pour le Visana Club. Vous trouverez toutes les offres et informations dont vous avez besoin sur www.visana-club.ch.

vivoactive – la montre connectée de Garmin



Ultra-mince, la montre de sport GPS, avec des fonctions de montre connectée et un écran couleur tactile haute résolution, intègre des applications pour les types de sport suivants:

- marche et course à pied (mesure la distance, le rythme, etc.)
- cyclisme (GPS, mesure le temps, la distance, la vitesse, la consommation de calories, etc.)
- golf (base de données des parcours de golf avec plus de 38 000 parcours dans le monde entier, distances au green, actualisation automatique des cartes, calcul du numéro de trou et du par, etc.)
- natation (mesure la distance, le nombre de longueurs, etc.)

Fonctions de suivi d'activités supplémentaires:

- indication du nombre de pas, de la consommation de calories, de la distance et de l'heure

- vibration en cas d'appel, de message et de courriel sur le smartphone
- utilisation simple en tapotant ou en glissant le doigt sur l'écran
- alarme d'inactivité pour vous rappeler qu'il est temps de bouger



vivoactive suit vos progrès 24 heures sur 24. La batterie vous accompagne dans toutes vos activités: jusqu'à trois semaines en mode montre/suivi d'activités ou jusqu'à dix heures avec utilisation du GPS. Vous pouvez porter la montre vivoactive même sous la douche ou en nageant (étanche jusqu'à 50 m de profondeur). vivoactive est disponible en noir ou en blanc, avec ou sans ceinture pectorale (mesure de la fréquence cardiaque).

Restez actif/ve avec la montre connectée de Garmin à prix spécial: 233 francs avec ceinture pectorale (prix normal du fournisseur: 329 francs) ou 183 francs sans ceinture pectorale (prix normal du fournisseur: 279 francs), y compris frais d'envoi et deux ans de garantie.

Commandez dès maintenant par courriel: order@garmin.ch, au moyen du talon de commande ou par fax: 032 755 95 79. L'offre est valable jusqu'au 30 juin 2016 ou jusqu'à épuisement du stock. Vous trouverez plus d'informations sur www.visana-club.ch ou www.garmin.ch. Informations sur le produit: support@garmin.ch.

Talon de commande

Veuillez cocher la couleur souhaitée:

- Garmin vivoactive à 233 francs, avec ceinture pectorale
 Garmin vivoactive à 183 francs, sans ceinture pectorale
 blanc noir

- Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Envoyez le talon à: Bucher + Walt, Rte de Soleure 8, 2072 St-Blaise

A table en toute sécurité avec «ViVi»

En tant qu'entreprise sociale, Valida surmonte les frontières de la société, en offrant des places de travail et de formation à des personnes ayant besoin d'assistance, et en leur apportant un soutien actif dans l'organisation de leur espace de vie. La chaise haute pour enfant «ViVi» est fabriquée par Valida et se distingue par une production suisse de premier ordre et une qualité de bois incomparable. Les plus petits peuvent ainsi s'asseoir à table en toute sécurité et participer activement aux repas en famille.

Sûre, confortable et pratique:

- production suisse artisanale à partir de matériaux d'excellente qualité
- fabrication de qualité supérieure
- recouverte d'un vernis résistant à la salive



Profitez de repas en famille avec la chaise haute pour enfant «ViVi» au prix spécial du Visana Club: 184 francs au lieu de 247 francs (prix normal du fournisseur), y compris TVA et frais d'envoi.

Commandez dès maintenant au moyen du talon, par courriel: info@valida.ch, par téléphone: 071 424 01 01 ou par fax: 071 424 01 10. L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2016 ou jusqu'à épuisement du stock. Plus d'informations auprès de Valida, par téléphone: 071 424 01 01 ou sur www.visana-club.ch.

Talon de commande

Veuillez compléter:

_____ exemplaire/s de la chaise haute pour enfant «ViVi» à 184 francs

- Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA, localité _____

Téléphone _____

Envoyez le talon à: Valida, Zwysigstrasse 28, 9001 St-Gall



Canon PowerShot SX710 HS – le compagnon de voyage idéal

Avec cet appareil photo super-zoom compact et performant dans votre sac, vous serez toujours prêt/e à prendre de magnifiques photos et vidéos lors de vos voyages. Le zoom optique 30x et les nombreuses fonctions avancées vous aideront à immortaliser des instants uniques avec un haut niveau de détail.

Prix spécial pour les membres de Visana Club: 239 francs (prix normal du fournisseur: 404 francs) y compris batterie et sacoche en cuir.

La TVA et les frais de port sont également inclus. Commandez le Canon PowerShot SX710 HS, en rouge ou noir, sur www.visana-club.ch ou par téléphone au numéro 043 500 35 35, mot-clé «Visana Club». L'offre est valable jusqu'au 16 juin 2016 ou jusqu'à épuisement du stock. Partenaire contractuel/livraison par e-Brands GmbH, Ifangstrasse 93a, 8153 Rümlang, courriel: info@e-brands.ch.

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

Bon à savoir

Test de nos assurances complémentaires



Le Vermögenszentrum (VZ) SA a soumis à son test annuel les assurances complémentaires les mieux vendues des plus grandes assurances-maladie de Suisse.

Les résultats parlent d'eux-mêmes: dans le domaine des assurances complémentaires, Visana

évolue au plus haut niveau. L'ensemble de produits a été jugé «supérieur à la moyenne». Dans le test comparatif des prestations complémentaires, Visana se situe au premier rang pour la couverture à l'étranger et la psychothérapie.

Les résultats de l'analyse «Comparaison des assurances complémentaires Traitements ambulatoires» ont été publiés dans la brochure de VZ, test 2016. Le Vermögenszentrum est un centre de conseil indépendant. Il a effectué le test avec les revues Bon à Savoir, K-Tipp, Gesundheitstipp et Saldo.

L'assureur-maladie le plus efficace

A la fin de l'année passée, Visana a reçu le prix de l'efficacité 2015, décerné par comparis.ch, le service de comparaison sur Internet. Avec seulement 3,0% de dépenses en frais administratifs, Visana se place en tête du classement des assureurs-maladie nationaux. En d'autres termes, elle investit 97% de toutes les recettes de primes en faveur des personnes assurées et seulement 3% dans les frais administratifs.

comparis.ch

Caisse maladie

Gestion efficace

Lauréat national
11/2015



Vacanza: l'assurance de voyage pratique

Si vous avez conclu chez Visana l'assurance complémentaire Hôpital, Traitements ambulatoires ou Basic, vous bénéficiez automatiquement et gratuitement de l'assurance de voyage et de vacances Vacanza. Elle vaut pour des voyages durant jusqu'à huit semaines au maximum et couvre les frais de guérison en cas de maladie et d'accident à l'étranger. Elle inclut en outre les prestations suivantes.

- **Aide immédiate 24 heures sur 24:** l'assistance de Vacanza vous apporte un soutien sur place à toute heure, règle pour vous le paiement des dépôts exigés, organise votre retour en Suisse ou votre rapatriement en cas de prescription médicale pour un tel transport.
- **Assurance des bagages:** l'assurance couvre les bagages en cas de vol et de détournement ainsi que d'endommagement, jusqu'à un montant maximum de 2000 francs par voyage. Elle est valable dans tous les pays sauf en Suisse.
- **Assurance des frais d'annulation:** si vous devez annuler votre voyage à court terme, en raison d'une maladie ou d'un accident, Visana prend en charge les frais d'annulation dans le monde entier jusqu'à la somme maximale de 20 000 francs par voyage.
- **Remplacement des cartes de crédit:** si au cours d'un voyage on vous vole votre porte-monnaie, avec des pièces de légitimation et cartes de crédit, nous vous aidons à faire bloquer les cartes bancaires. Nous prenons par ailleurs en charge les frais de remplacement des cartes et pièces de légitimation jusqu'à un montant de 500 francs. Cela est valable en Suisse et à l'étranger.

Afin de pouvoir bénéficier pleinement des prestations de Vacanza, ces dernières doivent être coordonnées par Visana Assistance. En cas de prestations, appelez le numéro +41 (0)848 848 855 (ce dernier figure également au dos de votre carte d'assuré(e)). Vous trouverez de plus amples informations sur l'assurance de voyage Vacanza sur www.visana.ch/vacances.

Informations importantes

Avez-vous des questions?

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

Visana Assistance

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

Conseil médical

En tant qu'assurés/es du groupe Visana, vous pouvez bénéficier de conseils médicaux gratuits au numéro de téléphone suivant: 0800 633 225 – 365 jours par an et à toute heure.

Contact pour la protection juridique en matière de santé

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

Visana Newsletter

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

Course à pied du mercredi soir

Le «Tour du pays de Vaud» est une course en quatre étapes, qui attire quelque 1000 amatrices et amateurs de course à pied et qui a lieu deux mercredis soirs en mai (18 et 25) et deux en juin (1^{er} et 8). Les courses dont la distance varie entre 8 et 9.1 kilomètres, débutent à 19h15 et se déroulent à Nyon, Moudon, Champvent et Yens. Visana soutient le «Tour du Pays de Vaud» qui fêtera sa cinquième édition cette année. www.tourpaysdevaud.ch

Un été sans tabac?

Lors de la Journée stop-tabac du 31 mai 2016, les fumeuses et les fumeurs peuvent essayer de s'abstenir de fumer pendant un jour entier. Pour toutes les personnes qui veulent faire une tentative de sevrage, le Programme national d'arrêt du tabagisme (géré par la Ligue suisse contre le cancer, la Ligue pulmonaire suisse, la Fondation suisse de cardiologie et l'Association suisse pour la prévention du tabagisme) organise le concours pour arrêter de fumer. Profitez-en pour faire une pause sans tabac du 1^{er} au 30 juin 2016 et tentez de gagner l'un des 20 prix de 500 francs ou l'un des 80 prix de 50 francs mis en jeu. www.rauchstopp.ch

E-Post Office – la boîte aux lettres intelligente

Avec E-Post Office de la Poste Suisse, les utilisatrices et utilisateurs choisissent lesquels de leurs envois ils désirent recevoir dans leur boîte aux lettres sur papier et lesquels par voie électronique, par le biais de la plate-forme ou par un courriel crypté. Pour les envois entrés par voie électronique, la réponse, la transmission, la gestion ou l'archivage peuvent être faits numériquement. E-Post Office est continuellement élargi. Dans une prochaine étape, il sera possible de transmettre les factures à une banque pour le paiement, par un simple clic. *VisanaFORUM* est également disponible sur E-Post Office.

www.post.ch/epostoffice



Retrouvez-nous
sur Facebook

www.facebook.com/visana2

«L'exclusivité, c'est décisif»

Le chocolatier David Schmid a été champion du monde et champion d'Europe. Durant notre entretien, il nous confie son secret. Il nous parle aussi de ses projets: d'élégantes boutiques de pâtisserie dans des villes suisses.

Texte: Fabian Ruch | Photo: Mauro Mellone

Comment un chocolatier devient-il champion du monde et d'Europe?

David Schmid: Durant ma formation de boulanger-pâtissier, j'ai été champion suisse et j'ai pu participer ensuite en 2003 au championnat mondial. Je m'y suis opposé à des concurrentes et concurrents de 15 pays. Dans ce genre de concours, il faut respecter certaines conditions, en matière de temps, de création et de style. Et j'y suis arrivé, aussi bien au championnat mondial que plus tard, au championnat d'Europe.

Profitez-vous encore aujourd'hui du titre de champion du monde?

Il est certain qu'il nous permet d'obtenir plus d'attention. De plus, notre publicité utilise un slogan basé sur ce titre («echt weltmeisterlich»). Mais au quotidien, ce titre ne m'apporte pas grand-chose. Quoi qu'il en soit, notre objectif est de fournir chaque jour un travail digne d'un champion du monde.

Et vous réussissez souvent. Vos créations sont convoitées.

En effet, la situation est bonne, au niveau des mandats. Mais il faut toujours garder la barre haute. C'est un rude combat, même si je le connais depuis toujours, ayant quasiment grandi dans un fournil. J'ai commencé à respirer cet air très tôt et il ne me lâche plus. Mes parents ont fondé notre boulangerie il y a 35 ans. Aujourd'hui, elle est exploitée par mes deux frères Simon et Markus, mon épouse Nicy et moi.

Que faites-vous mieux que vos concurrents?

Je laisse à d'autres le soin d'en juger. Ce qui compte pour moi, c'est qu'aucun détail ne soit oublié. Il ne s'agit pas que de l'apparence: j'aime bien aussi expé-

rimer différents goûts: quasiment rien n'est interdit (il rit). Le piment se marie bien avec la framboise ou le romarin avec l'orange. De plus, nous travaillons avec le producteur de chocolat Max Felchlin AG de Schwyz et nous savons comment il procède. Ses plantations de cacao en Amérique du Sud appliquent les règles du commerce équitable et ses fèves sont extraordinaires. Dans notre branche, l'exclusivité est un facteur décisif.

Entre Noël et Pâques le stress doit être particulièrement important.

En fait, il commence déjà en octobre. On peut dire que je travaille sans arrêt pendant près de six mois. C'est une charge considérable, mais c'est tellement gratifiant de voir finalement le produit terminé dans les vitrines. Nous tenons à continuer à exploiter le magasin de Zunzgen. Le contact avec la population locale compte. Nous avons de la clientèle qui vient de loin. Mais nous cherchons aussi des emplacements plus centraux.

Vous voulez donc vous agrandir?

Oui, parce que je suis convaincu que nos créations pourraient aussi être bien vendues en ville. Mais nous ne sommes pas pressés et attendons qu'une bonne occasion se présente pour ouvrir un magasin à Bâle, Zurich, Berne ou Lucerne.

Le fait que vos produits soient délicieux mais pas particulièrement bons pour la santé ne vous donne pas mauvaise conscience?

Non, il faut aussi laisser la place aux plaisirs. C'est comme avec un excellent vin, qu'on s'autorise à boire de temps en temps. De plus, de nombreuses études confirment que le chocolat noir est bon pour le cerveau et pour le cœur. Je pense que nous arrivons à donner du plaisir aux gens, et c'est agréable. Les gens mangeront toujours du chocolat et je ne me fais donc pas de souci pour notre branche. Je crois même que de plus en plus de personnes sont prêtes à payer davantage pour des produits d'excellente qualité que pour des produits normaux.

Bref portrait

David Schmid est considéré comme un des meilleurs chocolatiers de Suisse. Agé de 33 ans, il a été champion du monde et d'Europe des boulangers-pâtissiers. Il explique qu'il garde sa ligne grâce à une alimentation équilibrée et à beaucoup d'activités physiques. Il a fait partie des meilleurs coureurs de demi-fond du pays. Il espère pouvoir se remettre à faire davantage de sport. Père de deux petits enfants, il vit à Holziken AG avec sa famille.

