



Visana ringrazia i
14 000 clienti aziendali

GRAZIE DELLA VOSTRA FIDUCIA!

Essere apprezzati fa bene a tutti: che sia in segno di ringraziamento per una prestazione ricevuta o per un semplice gesto apparentemente ovvio. Quest'anno, Visana dice «grazie» in modo consapevole e convinto a oltre 14 000 clienti aziendali, associazioni e istituzioni pubbliche.

Da settembre ringraziamo online, con spot televisivi e con cartelloni i nostri clienti privati e aziendali per la loro fiducia. La consueta immagine concisa, ma al contempo appariscente è ideata per far incuriosire la gente. Ma perché un assicuratore malattie dovrebbe dire grazie?

Clienti aziendali fedeli

Visana è fiera di avere clienti aziendali soddisfatti e fedeli. Questo, al giorno d'oggi, non è più una cosa ovvia, è diventato troppo allettante provare un'alternativa. Pertanto, per noi è un complimento il fatto che non pochi clienti rimangano o ritornino da Visana. E ci sono dei buoni motivi, poiché un risparmio sui premi non è sempre sinonimo di miglior servizio, affidabilità e sicurezza. E sono proprio queste le cose che contano quando è in gioco la salute.

«Grazie, Peter Schmid»

La nostra politica aziendale si basa sulla continuità e ciò, oltre a clienti fedeli, necessita di una solida rete di partner. In rappresentanza di tutti questi partner, rivolgiamo il nostro grazie a persone prescelte che direttamente o indirettamente lavorano con impegno per il benessere dei nostri assicurati. Scoprite cosa ha che fare con tutto ciò Peter Schmid, guida alpina in occasione della «Giornata Stop Risk dedicata alla montagna» su www.visana.ch/grazie.

Thomas Fuhrmann
Settore Clienti aziendali

grazie

VINCETE UN OMBRELLO

L'ombrello Visana è piccolo, maneggevole e affidabile quando piove. In autunno ciò può succedere più spesso di quanto ci piaccia. E visto che gli ombrelli, si sa, sono tra gli oggetti che più spesso vengono dimenticati in treno, bus o tram è sempre bene averne uno in più di scorta. Partecipate alla nostra estrazione e vincete uno dei cinque ombrelli pieghevoli in palio. Rispondete alla seguente domanda:



In quale città si terrà uno scambio di idee di fine giornata a novembre?

Bellinzona, Neuchâtel o Winterthur?

Visitando il sito www.visana.ch/estrazione potete partecipare al concorso. Scannate il codice QR per accedere direttamente al modulo di concorso. L'ultimo termine di partecipazione è il 16 novembre 2018.

business



Ritratto dei clienti

Molto più di una semplice tipografia: Appenzeller Druckerei AG

Scambio di idee di fine giornata – forum per la GAS

Gestire con successo lo stress nel team

Prevenzione gratuita contro gli infortuni

«Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» a Grindelwald

Visana business News

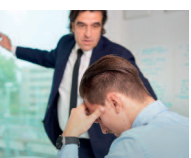
Rivista per i clienti aziendali 3/2018

visana
Tutt'intorno a voi.



SOMMARIO

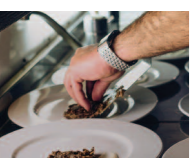
Tipografia che offre servizi full service 3



Speciale GAS: meno stress! 6



Luci puntate su un collaboratore Visana 8



Ricette vincenti contro lo stress direttamente dalla cucina 10



Divertimento invernale sicuro sulla neve 11



Grazie della vostra fiducia! Concorso 12



Nota editoriale

«Visana business News» è una pubblicazione di Visana Services SA rivolta ai suoi clienti aziendali. • Redazione: Stephan Fischer, Karin Roggli • Indirizzo: Visana business News, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15 • Fax: 031 357 96 22 • E-mail: business@visana.ch • Grafica: Natalie Fomasi, Elgg • Frontespizio: Mauro Mellone • Stampa: Appenzeller Druckerei • Internet: www.visana.ch/clienti_aziendali www.facebook.com/visana.assicurazione

EDITORIALE



CARE LETTRICI, CARI LETTORI,

a quanto pare, quest'anno l'autunno è arrivato un po' in anticipo. L'estate torrida ha fatto soffrire gli alberi e molte foglie si sono scolorite già a luglio. Non penso, però, che questo significhi che l'inverno sia già alle porte. Tuttavia, prima di buttarsi sulle piste da sci bisogna prepararsi. Se volete essere ben informati su tutte le novità in merito alla prevenzione degli infortuni durante i vari sport invernali, vi consiglio la partecipazione alla «Giornata Stop Risk dedicata agli sport invernali» di metà gennaio 2019. In totale sono disponibili 480 posti gratuiti per i clienti aziendali di Visana e dei loro collaboratori. Maggiori informazioni a pagina 11.

Se, invece, siete interessati più all'argomento stress e a come gestirlo per prevenire problemi di salute, vi consiglio lo scambio di idee di fine giornata di novembre. Il nostro forum gratuito sulla Gestione aziendale della salute (GAS) si occupa di questo argomento più che mai di attualità. Tra gli altri ospiti, ai quattro eventi di Basilea, Berna, Winterthur e Losanna, il famoso cuoco della TV Ivo Adam e Philippe Gobet, capocuoco presso la scuola alberghiera di Losanna, spiegheranno come loro e le loro brigate di cucina gestiscono la pressione e il ritmo calante ai fornelli rimanendo produttivi a lungo termine. Per saperne di più vi invitiamo a leggere a pagina 10.

Vi auguro un'interessante lettura e una fine dell'anno priva di stress e ricca di successi, in modo che a fine dicembre i conti tornino. Inoltre vi ringrazio per la collaborazione e la vostra fedeltà e spero di potervi annoverare tra i nostri clienti anche l'anno che verrà. Vi auguriamo di trascorrere un piacevole autunno e un inverno senza infortuni.

P. Bühlmann

Patrizio Bühlmann

Membro della Direzione, responsabile settore Clienti aziendali



Seguiteci su Facebook!

www.facebook.com/visana.assicurazione



Il panorama mediatico è in piena fase di trasformazione, della quale ancora non si intravede la fine. La digitalizzazione sta imponendo cambiamenti fondamentali alle tipografie, le quali devono creare nuovi settori di attività se vogliono sopravvivere. La ditta Appenzeller Druckerei AG sta trasformandosi in un moderno fornitore di servizi completi.

Sono finiti i tempi in cui le tipografie stampavano «solo» i giornali. Nel giro di pochi anni la digitalizzazione ha cambiato radicalmente l'intero settore dei media. Markus Rusch è da 18 anni direttore della tipografia «Appenzeller Volksfreund», che nel 2015 si è fusa con altre due società tradizionali dell'Appenzello dando vita alla Appenzeller Druckerei AG. «Nel 2001 la stampa di giornali costituiva i tre quarti del nostro volume di stampa, mentre un quarto era destinato a una diversa tipologia di stampati. Oggi è esattamente il contrario», spiega Markus Rusch descrivendo la nuova posizione del giornale.

Le sfide vinte

Negli ultimi venti anni Markus Rusch e il suo team hanno sviluppato con successo l'azienda con acquisizioni mirate e con un notevole ampliamento della gamma di servizi, in particolare

nel settore digitale. Concentrandosi nei tre siti di Appenzello, Herisau e Wattwil in tre (semi)cantoni, hanno consolidato le loro radici nella regione. Al picco economico e alla fusione nel 2015 hanno fatto seguito tre anni impegnativi per la Appenzeller Druckerei AG. La digitalizzazione e le conseguenze della fusione (condivisione delle culture aziendali) hanno rallentato la Appenzeller Druckerei AG. Ora l'azienda di Markus Rusch è di nuovo in ripresa.

La stampa – che rimane la competenza principale dell'azienda – rappresenta circa l'85 per cento del fatturato. «Riteniamo tuttavia che nei prossimi cinque/dieci anni questa quota scenderà al 60–65 per cento», spiega il direttore. I segmenti del business digitale continueranno invece a crescere, come accade in tutto il settore. «Utilizziamo le nostre risorse per sviluppare la strate-

Uno sguardo
allo showroom.



gia e i prodotti principalmente per i settori digitali, ma cerchiamo di non trascurare la stampa, perché resta comunque ancora il nostro core business», afferma Markus Rusch.

Forte domanda di specialità

Markus Rusch, in quanto tipografo diplomato, è «tipografo con anima e corpo». Oltre ai classici quali quotidiani, libri, cataloghi e calendari, Appenzeller Druckerei AG stampa quasi tutto ciò che la tecnica gli consenta di stampare: dai tipi speciali di carta e plastica alle pellicole metalliche. «Attualmente nel campo della carta stampata vanno per la maggiore le carte tattili, cioè quelle strutturate, mentre i prodotti lucidi sono in forte calo. Sono molto richiesti anche particolari tipi di piegatura», afferma il direttore.

Appenzeller Druckerei AG realizza quasi il 70 per cento del suo fatturato all'esterno della propria regione di origine, in tutta la Svizzera tedesca. Si dimentica sempre quanto sia piccolo l'Appenzello (i due semicantoni insieme contano solo circa 70 000 abitanti). Sebbene l'industria e l'artigianato siano superiori alla media rispetto alla popolazione, il mercato interno è piccolo. Inoltre, si aggiunge che i concorrenti stranieri della Germania meridionale e del Vorarlberg si spingano sempre più verso il mercato della Svizzera orientale. A differenza dei concorrenti nazionali, che sono molto numerosi nelle immediate vicinanze, non combattono ad armi pari. «Ecco perché stiamo puntando all'ovest», dice Markus Rusch.

Attivi anche nel settore online

Appenzeller Druckerei AG offre ai suoi clienti un servizio completo: dalla consulenza e progettazione alla fotografia, dal design alla stampa fino a una gestione completa degli indirizzi. Inoltre, con la web agency «anderthalb.ch» («il nome indica che

Stampa offset o digitale?

Due dei più comuni processi di stampa sono la stampa offset e la stampa digitale. La stampa offset è una tecnica di stampa indiretta: le lastre da stampa esposte e la carta non vengono a contatto tra loro. L'inchiostro viene prima trasferito dai rulli alla lastra di stampa, poi al cilindro in caucciù e infine alla carta. Nella più flessibile stampa digitale, i dati vengono elaborati direttamente sulla macchina da stampa digitale e trasferiti su carta (o altri materiali). La stampa offset offre risultati di qualità migliore (spettro di colori più ampio, nitidezza dei bordi), sebbene la stampa digitale abbia guadagnato notevolmente terreno. La stampa offset è indicata a partire da circa 500 copie, la stampa digitale è di solito più conveniente per piccole quantità.

offriamo più di quello richiesto dallo standard») copre l'intera gamma online (sviluppo di app, realizzazione di siti web e shop online, nonché content management e sistemi redazionali). Markus Rusch è convinto che «il valore aggiunto che offriamo ai clienti come fornitore full service possa compensare i prezzi più bassi applicati all'estero». L'agenzia web opera infatti intenzionalmente in autonomia verso l'esterno, perché nella maggior parte dei casi alle tipografie non viene ancora riconosciuto che possano lavorare in modo qualificato anche nel settore online.

«wölzgot innovativ»: il dialetto come elemento distintivo

Determinati, ambiziosi, concreti, sempre con la battuta pronta e sicuri di sé: sono questi per Markus Rusch i tratti distintivi degli

appenzellesi. «Siamo convinti che, nonostante le nostre dimensioni limitate, possiamo raggiungere grandi obiettivi. Noi dell'Appenzello siamo uniti e siamo orgogliosi delle nostre tradizioni, della nostra cultura, del paesaggio e della lingua.»

Nella pubblicità, la tipografia utilizza spesso il così tanto amato dialetto appenzellese come elemento distintivo. «Nella regione di Zurigo, ad esempio, viene accolto molto bene», svela sorridendo Markus Rusch. Nel cantone di Appenzello, tuttavia, bisogna fare attenzione, poiché i dialetti di Appenzello interno e Appenzello esterno sono diversi l'uno dall'altro. E anche se la spesso citata rivalità tra i due semicantoni non è più un problema nella vita economica e tra le giovani generazioni, in Appenzello il dialetto viene usato con parsimonia nella pubblicità per non toccare la sensibilità del pubblico, dice il nativo dell'Appenzello interno.

Controtendenza: un nuovo prodotto di stampa

L'appassionato lettore di giornali Markus Rusch si aspetta che in futuro le testate di piccola tiratura avranno vita dura («tutti puntano al digitale, la maggioranza non vuole più pagare per i contenuti»). Il ventaglio dei giornali si dimezzerà ulteriormente nei prossimi dieci anni. In primavera, tuttavia, Appenzeller Druckerei AG ha lanciato il settimanale di stampa «de herisauer». «Dopo un'analisi approfondita dell'attuale corrispondenza di Herisau, molti dibattiti con associazioni ed esercenti locali e un riscontro prevalentemente positivo, abbiamo deciso di correre il rischio.» L'obiettivo è raggiungere i 3000 abbonati ed essere in positivo entro il 2020. «Siamo una casa editrice e possiamo stampare in autonomia. Per questo motivo il nostro rischio è inferiore rispetto a chiunque intraprenda un progetto simile senza una tipografia», afferma il direttore.

Speranza per i prodotti stampati

Markus Rusch spera che in futuro ci saranno abbastanza o anche più lettori ai quali piaccia leggere senza dover prima avviare un dispositivo elettronico. «Abbiamo notato che le newsletter e i rapporti annuali in formato cartaceo sono di nuovo in leggero aumento.» Anche l'e-book ha superato il suo apice, ora c'è una controtendenza di ritorno al libro. Per le riviste aziendali come «Visana business News», stampata in quel di Herisau, egli intravede per il futuro una ragione d'essere perché simili prodotti si distinguono dal flusso commerciale digitale. «Qui il prodotto stampato non può essere sostituito, il che fa sperare che sopravvivrà.»

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale



«Il giornale faticcherà a sopravvivere perché tutto è orientato sul digitale», afferma Markus Rusch, direttore di Appenzeller Druckerei AG.

Appenzeller Druckerei AG

Appenzeller Druckerei AG, con sede a Herisau, è stata fondata il 1° aprile 2015. È nata dalla fusione della tipografia Appenzeller Volksfreund di Appenzello (fondata nel 1875), dell'Appenzeller Medienhaus di Herisau (fondata nel 1837) e della Kunz-Druck & Co. AG di Teufen. L'azienda possiede anche un'edizione di quotidiani, un'edizione di libri e la propria agenzia web «anderthalb.ch». Appenzeller Druckerei AG impiega circa 80 collaboratori tra Herisau, Appenzello e Wattwil nel Toggenburgo, di cui sei sono apprendisti in diverse professioni. www.adag.ch



Foto: Alfonso Smith

Speciale GAS: meno stress!

I CARICHI DI LAVORO E I LORO

EFFETTI

SULLA NOSTRA SALUTE

Percepriamo lo stress negativo come lo squilibrio tra i carichi di lavoro, le richieste e le nostre possibilità di reagire ad esse. Tale squilibrio è percepito da noi come sgradevole, in quanto limita il nostro benessere. La conseguenza è lo stress cronico causato dal lavoro che può diventare una vera malattia.

Fondamentalmente si distingue tra i fattori di sollecitazione organizzativi, sociali e legati agli incarichi. Tra i motivi che causano stress, gli intervistati indicano per lo più le continue interruzioni, lavorare costantemente ad un ritmo calzante e la pressione delle scadenze. Inoltre, studi scientifici dimostrano che i conflitti sociali rientrano tra i maggiori fattori di sollecitazione del mondo del lavoro, i cosiddetti fattori di stress.

Fattori di stress e risorse

Ci sono, però, anche fattori di distensione e protezione contro lo stress, le cosiddette risorse. Studi scientifici hanno dimostrato l'utilità di alcune caratteristiche delle condizioni lavorative per far fronte alle richieste e per ridurre i fattori di sollecitazione, cioè i fattori di stress, o almeno per evitarne la comparsa. Le risorse ci proteggono contro le reazioni allo stress e alle sue conseguenze. Da sottolineare in questo ambito è avere sufficienti margini di azione (ad esempio, poter scegliere la sequenza degli incarichi) e di tempo (ad esempio, poter decidere la velocità e il ritmo di lavoro), così come il comportamento di sostegno da parte del dirigente (ad esempio, se il superiore incoraggia il collaboratore a prendere le decisioni insieme).

Conseguenze dello stress sui collaboratori

Come sempre quando si affronta l'argomento della salute e della malattia, le conseguenze dello stress possono essere molto diverse. Le possibili conseguenze dello stress sono le seguenti (la lista non è esaustiva):

- problemi cardiocircolatori
- limitata capacità di apprendimento
- mal di schiena
- minore capacità di adattamento
- irritabilità e conflitti
- scarsa motivazione
- aumento dell'abuso di farmaci
- depressione

Nell'ambito della Gestione aziendale della salute (GAS), le aziende possono contenere le ripercussioni dello stress sui loro dipendenti traendone così effetti positivi sull'impostazione dei posti di lavoro. I possibili obiettivi per le aziende possono essere la riduzione dei costi sanitari e delle assenze oppure abbassare i costi di assunzione grazie ai minori cambiamenti dei collaboratori.

Fatevi un'idea

Come potete capire i problemi che affliggono i collaboratori? L'analisi «Friendly Work Space Job-Stress-Analysis» (FWS Job-Stress-Analysis) di Promozione Salute Svizzera offre una possibilità per scoprire le risorse e le sollecitazioni essendo uno strumento d'indagine online scientificamente valido e comprovato. Visana lavora già da lungo corso con questo strumento di analisi ed è partner strategico di Promozione Salute Svizzera.

Grazie a questo strumento potete farvi velocemente un'idea dettagliata della situazione relativa al carico di lavoro e alle risorse nella vostra azienda. I risultati e le misure derivanti ci permettono di ridurre in modo mirato i fattori di stress e di rinforzare a lungo termine le risorse dei vostri collaboratori.

Siamo lieti di offrirvi la nostra consulenza

Siete interessati a una «FWS Job-Stress-Analysis»? Allora chiamate il numero 031 357 94 74 o contattateci via e-mail: bgm@visana.ch. Siamo sempre al vostro fianco. Per ulteriori informazioni sulla «FWS Job-Stress-Analysis» e per una panoramica sulle nostre offerte consultate il sito www.visana.ch/gestioneaziendaledellasalute.

Adrian Gilgen

Specialista in Gestione aziendale della salute

CONDIZIONI DI LAVORO



Le risorse e i carichi più importanti sul posto di lavoro (fonte: Foglio d'informazione «Job Stress Index 2014 a 2016», Promozione Salute Svizzera)

www.visana.ch

Promuoviamo la gestione della salute in azienda con strumenti validi ed efficaci di:

Promozione Salute Svizzera



Foto: Jansoch Abel

Luci puntate su un collaboratore Visana

«LA CONSULENZA È UN SERVIZIO PER I CLIENTI»

Come underwriter e revisore del settore Clienti aziendali di Visana, Thomas Reiser in pratica ha due lavori. Controllo e consulenza o orientamento al cliente e contemporaneo esame del rischio: non solo il suo profilo lavorativo è diviso in due, bensì anche gli interessi che deve rappresentare.

Thomas Reiser ha due mansioni: lavora da Visana come underwriter e come revisore nel settore Clienti aziendali. «Il campo d'attività diviso in due è un vero e proprio diversivo», risponde Thomas Reiser alla domanda su cosa gli piaccia particolarmente del suo lavoro. E che il suo lavoro presso la sede principale di Visana gli piaccia veramente si percepisce subito quando si parla con lui.

Offerte individuali

Il compito di un underwriter è di creare un'offerta adatta sulla base delle esigenze specifiche di un'azienda e di calcolare il relativo premio assicurativo. Quasi sempre i broker sono gli intermediari tra azienda e Visana/underwriter. Sono richieste ottime abilità negoziali per raggiungere la soluzione ideale per tutte le parti. «Per me è importante che l'azienda riceva una

soluzione assicurativa adatta alle sue esigenze, perché così il cliente è soddisfatto e la relazione può essere mantenuta a lungo termine», spiega Thomas Reiser. Nel suo lavoro, però, c'è anche un altro aspetto. «Rappresento gli interessi di Visana.» Ci sono potenziali clienti che per Visana sarebbero soltanto un affare in perdita, poiché percepirebbero troppe prestazioni. In questi casi (rari) Reiser deve rifiutare una futura relazione col cliente perché il rischio per Visana sarebbe troppo grande.

Controllo e consulenza in uno

Anche l'attività di revisore ha due facce della stessa medaglia. Thomas Reiser è il controllore dei clienti: va nelle aziende e verifica se la contabilità salariale e le cifre comunicate a Visana, ad esempio la somma salariale totale, corrispondano fra loro. «Solo una piccola percentuale dei clienti inganna Visana consapevolmente», afferma Thomas Reiser. Può succedere di scoprire un errore di cui l'azienda controllata non ne era consapevole. Questo ha anche un lato positivo: il cliente si accorge che Visana effettua un controllo. Spesso Thomas Reiser si improvvisa anche consulente assicurativo grazie alle sue ampie conoscenze nel ramo. «Questo è il mio servizio per i clienti – spesso piccole aziende – che non dispongono di sufficienti conoscenze assicurative e che, quindi, sono molto grati di ricevere sostegno», dice il revisore. Le aziende possono da un lato ottimizzare la loro polizza, dall'altro risparmiare.

Sbirciatina in altri settori

Anche dopo vari decenni di attività nel settore delle assicurazioni, il suo lavoro continua a dargli soddisfazioni, conferma Thomas Reiser. Il suo equilibrio lo trova durante la pausa pranzo con un po' di jogging all'Aare oppure nel weekend in barca sul lago. Ma anche durante la giornata lavorativa non ha motivo per annoiarsi: «Visito circa 70 aziende all'anno. È sempre molto avvincente poter sbirciare in un altro settore e scoprire di più sulla storia di un'azienda.» Inoltre, da Visana apprezza molto l'ottima atmosfera e i rapporti cordiali fra i collaboratori: «Abbiamo un team fantastico – lavorare così è un vero piacere.»

Melanie von Arx

Comunicazione aziendale

Sempre vicino all'acqua

Thomas Reiser (54) lavora da Visana da febbraio 2017. Prima ha concluso un apprendistato commerciale in un'azienda di commercio a Frauenfeld («sono natio della Svizzera orientale») e poi ha lavorato per diversi assicuratori, tra l'altro anche sei anni a Losanna, dove ha perfezionato il suo francese. Parallelamente all'attività lavorativa ha studiato economia aziendale presso la Scuola universitaria professionale e ha conseguito l'attestato professionale federale nelle assicurazioni sociali. Passa volentieri il tempo libero in acqua con un giro in barca a vela («l'anno scorso, passando l'esame per poter navigare in alto mare, ho realizzato un sogno») oppure con una passeggiata vicino all'acqua. Thomas Reiser ha due figli adulti e abita a Morat.





Scambio d'idee di fine giornata,
Gestione aziendale della salute

RICETTE VINCENTI DIRETTAMENTE DALLA CUCINA

Lo Scambio d'idee di fine giornata di quest'anno si intitola «Con un pizzico di sale e pepe verso il successo – cosa possiamo imparare da una brigata di cucina». I referenti vi sveleranno come le brigate di cucina riescano a gestire insieme con successo situazioni di stress rimanendo sani e produttivi. Iscrivetevi subito per uno dei quattro eventi gratuiti.

Nelle aziende aumentano sempre di più i ritmi calzanti, le pressioni e le aspettative nei confronti dei team e dei singoli collaboratori. Questo porta sempre più spesso all'insorgere di problemi di salute e l'aumento delle assenze dovute a problemi psichici è un elemento preoccupante. Sono, pertanto, richieste delle strategie di gestione efficaci.

Coppie illustri allo scambio di idee di fine giornata

A Basilea, Berna e Winterthur il cuoco della TV Ivo Adam illustra come la sua brigata di cucina riesca a gestire insieme a lui la pressione e il ritmo calzante in cucina rimanendo, tuttavia, produttivi. Per la parte più scientifica è responsabile Andreas Krause, professore di psicologia applicata presso la Fachhochschule Nordwestschweiz e spiegherà quali strategie di gestione della pressione siano positive per la produttività.

A Losanna sarà Philippe Gobet, capocuoco presso la scuola alberghiera di Losanna, a spiegare come le brigate di cucina superino tutte le pressioni rimanendo produttive. Mentre Ursula Gut-Sulzer, Senior Consultant per la GAS/fattori di rischio psicosociali, farà riferimento alla Gestione aziendale della salute.



Philippe Gobet



Ursula Gut-Sulzer

Partecipazione gratuita – le iscrizioni sono aperte

Lo scambio d'idee di fine giornata è aperto anche a chi non è cliente Visana e la partecipazione è gratuita. L'iscrizione ai quattro eventi è disponibile su www.visana.ch/feierabendtausch. Saremo lieti di darvi il benvenuto!

Sandra Bittel

Responsabile Gestione aziendale della salute

Scambio d'idee di fine giornata 2018

- 13 novembre 2018 presso la Halle 7 di Basilea, dalle ore 16.00 alle 19.00
- 14 novembre 2018 presso il Centro Paul Klee a Berna, dalle ore 16.00 alle 19.00
- 15 novembre 2018 presso il Gate27 di Winterthur, dalle ore 16.00 alle 19.00
- 20 novembre 2018 presso la scuola alberghiera di Losanna, dalle ore 16.00 alle 19.00

Ulteriori informazioni:

www.visana.ch/feierabendtausch

Foto: Fabrizio Magagnoli

Prevenzione degli infortuni

DIVERTIMENTO INVERNALE

SICURO

CON LE «GIORNATE STOP RISK DEDICATE AGLI SPORT INVERNALI»



Foto: Christian Perret

Le «Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» a Grindelwald: eventi per la prevenzione degli infortuni dedicati allo sci, allo snowboard, alla slitta e per la seconda volta anche alle racchette da neve. Visana mette a disposizione dei clienti aziendali 480 partecipazioni gratuite.

In montagna, durante la stagione invernale si verificano molti infortuni legati agli sport su neve. Le «Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» mirano alla prevenzione degli infortuni e a un divertimento sicuro sulla neve.

Il mondo dello sport invernale è vario

L'anno scorso, l'escursione con le racchette da neve ha avuto la sua prima come «disciplina» durante le «Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» e ha riscosso un gran successo – e non si profila alcuna inversione di tendenza. Questa disciplina sportiva entusiasma grandi e piccoli. Durante la «Giornata Stop Risk dedicata agli sport invernali» i partecipanti imparano le diverse tecniche di camminata, si occupano dell'argomento sicurezza e imparano il giusto comportamento in caso di infortunio. Il programma giornaliero sci/snowboard o slitta offre, invece, preziosi consigli sul relativo sport a chi preferisce scendere le piste in maniera più convenzionale.

Migliorate la vostra tecnica

Non importa per quale disciplina optate: in occasione delle «Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali», gli istruttori di sport invernali dispenseranno utili consigli ai partecipanti

«Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» 2019 a Grindelwald

- 15 gennaio 2019: escursione con racchette da neve
- 16–18 gennaio 2019: sci/snowboard
- 18 gennaio 2019: slitta

aggiornandoli sulle ultime novità in fatto di tecnica, materiale, prevenzione e sicurezza sulle piste.

Programma giornaliero sci/snowboard

Ore 8.00–9.00	Registrazione, saluto di benvenuto, consegna degli skipass
Ore 9.00–10.00	Informazioni sul programma giornaliero, consulenza e adattamento dell'attrezzatura
Ore 10.00–12.00*	Sulle piste con gli istruttori
Ore 12.00	Pranzo comune nel ristorante di montagna
Fino alle ore 15.30	Tempo libero a disposizione. Consegna del materiale preso in prestito e conclusione dell'evento.

*A seconda dell'orario di arrivo dei partecipanti, gli orari dei corsi con gli istruttori potranno subire variazioni.

Iscrizioni a partire da metà novembre

Le «Giornate Stop Risk dedicate agli sport invernali» sono state ideate in esclusiva per i collaboratori dei clienti aziendali di Visana. Visana regala 480 partecipazioni gratuite (inclusi skipass giornaliero, vitto, istruzioni e noleggio dell'attrezzatura). L'attrezzatura portata sul luogo individualmente può essere testata gratuitamente. Le iscrizioni sono aperte a partire da metà novembre: www.visana.ch > Clienti aziendali > GAS > Seminari e eventi. Le iscrizioni saranno prese in considerazione secondo l'ordine di ricezione. Le persone che partecipano per la prima volta hanno la priorità.

Sandra Bittel

Responsabile Gestione aziendale della salute