



- **Marco Schönbächler**
Warum Gesundheitsprävention so wichtig ist.

Seite 1



- **Prämien – Tarife 2010**
- **Ihr massgeschneiderter Ratgeber!**

Das neue Buch von Frau Dr. Eva-Maria Müller Seite 2

- **Jungwacht Blauring** – ein Engagement für die Gesundheit.

- **Werden Sie Delegierter der SLKK** Seite 3



- **SOS, mein zuverlässiger Partner im Ausland**

- **Jubiläumsangebot**
Unser Geschenk Seite 4



Marco Schönbächler

Der FCZ-Stürmer kommt aus der Nachwuchsabteilung des FC Zürich. Im März 2007 verlängerte er seinen Vertrag beim FC Zürich bis zum 30. Juni 2010 und macht sich als junger Sportler auch Gedanken über seine gesundheitliche Zukunft und Absicherung.

Lieber Herr Schönbächler. Vielen Dank, dass Sie sich Zeit nehmen für dieses Interview für die Kundenzeitschrift «Adrenalin».

Die obligate Frage, die wir all unseren Interviewpartnern stellen, ist die folgende: Was bedeutet Ihnen Adrenalin?

Adrenalin ist ein gutes Gefühl im Körper, das mich sowie viele andere Sportler zu Höchstleistungen führen kann.

Sie sind viel in Bewegung, welche auch eine körperliche Herausforderung darstellt. Wie schützen Sie sich vor gesundheitlichen Schäden/Folgen?

Wir legen grossen Wert auf das Aufwärmen vor dem Training und vor dem Match. Zudem achten wir stark auf die richtige Ernährung sowie auf eine angemessene Regeneration.

Wie kontrollieren Sie Ihren Fitnesslevel?

Sowohl beim FCZ wie auch bei der Nationalmannschaft werde ich drei bis vier Mal im Jahr einem Fitnessstest unterzogen.

Wie lange dauert nach einem schweren Spiel Ihre Regenerationsphase? Wie gestaltet sich diese?

Die Regenerationsphase beginnt direkt nach dem Spiel mit dem Auslaufen. Beim anschliessenden Essen nehme ich wieder Kohlenhydrate zu mir. Viel trinken und viel schlafen ist ebenfalls sehr wichtig.

Für Sie ist die Gesundheit die Basis Ihres Erfolges und Ihrer fussballerischen Aktivitäten. Was raten Sie unseren jugendlichen Lesern bezüglich Fitness und Gesundheitserhaltung?

Mit regelmässigem Sporttreiben hält man sich fit und bleibt gesund. Und



der Nebeneffekt dabei ist, dass man sich in der Folge auch rundum besser fühlt.

Hatten Sie schon einmal eine schwerwiegende Verletzung? Wenn ja, was ist passiert?

Meine schlimmste Verletzung war eine Schleimbeutelentzündung an der Ferse, die mich für ganze 4 Monate ausser Gefecht gesetzt hat.

Wer hat Ihnen geholfen sich wieder zu rehabilitieren?

Unser Physiotherapeut hat mich wieder aufgebaut.

In Ihrem Portrait auf der FCZ-Webseite steht, dass eine Niederlage schlimm für Sie ist. Wie drückt sich das aus?

Ich will immer gewinnen und kann nicht verlieren. Über jeden nicht gewonnenen Match ärgere ich mich – ob im richtigen Fussball oder sogar auch auf der Playstation.

Wie motivieren Sie sich wieder? Ich denke immer positiv und versu-

che, aus Niederlagen die richtigen Schlüsse zu ziehen und daraus zu lernen.

Was verstehen Sie unter Ergonomie im Alltag? Gefällt Ihnen der neue FCZ-Stuhl von Stoll Giroflex?

Sich täglich um eine gesunde Haltung zu bemühen und immer in Bewegung zu bleiben. Der Stuhl gefällt mir sehr gut, es ist ein gutes und vor allem sinnvolles Produkt. Hoffentlich werden viele von dieser Möglichkeit Gebrauch machen.

Wie wichtig ist Ihnen eine gute Versicherung? Und warum?

Für meine Gesundheit lege ich grossen Wert auf eine gute Rundumversicherung. In meinem Beruf ist es auch wichtig, im Falle eines Unfalls gut versichert zu sein.

Was würden Sie jungen Menschen, egal ob Sportler oder nicht, empfehlen, was ihre zukünftige Absicherung im Sinne einer Versicherung angeht?

Es ist nicht nur sinnvoll, sondern auch enorm wichtig, sich frühzeitig mit den Versicherungsmöglichkeiten zu beschäftigen und die persönlich passenden für sich auszuwählen.

Herzlichen Dank, Herr Schönbächler, wir schätzen Sie als Vorbild für junge Menschen und wünschen Ihnen viele Goals, eine verletzungsfreie Saison und danken Ihnen für das freundliche Gespräch.

Als Stürmer des FC Zürich ist Marco Schönbächler der Botschafter in der Zusammenarbeit der SLKK mit Stoll Giroflex und dem FCZ. Die drei Partner haben sich im Sinne «Drei Partner für eine starke Zukunft» zusammengeschlossen und sprechen damit insbesondere junge Menschen an. Der FCZ bietet solide, vielseitige Ausbildung und Förderung mit Zukunftsperspektive, Giroflex verleiht Wohlbefinden und fördert gesundes, ergonomisches Sitzen, und durch die SLKK ist man kerngesund versichert.

EDITORIAL



Die Krankenversicherung ist seit Frühsommer wieder in aller Munde. Massive Prämien erhöhungen für das nächste Jahr wurden schon sehr früh angekündigt und haben die soziale Krankenversicherung ordentlich durchgeschüttelt. Mich erschrecken in diesem Zusammenhang zwei Dinge: Erstens ist der Ton zwischen Versicherern und Leistungserbringern erschreckend hart und unanständig geworden. Es ist heute an der Tagesordnung, dass man sich übelste Beschimpfungen anhören und lesen muss. Diese Art der Kommunikation bringt indessen nichts, sie vergiftet lediglich das Klima und verhindert damit die dringend notwendigen Strukturbereinigungen und Vertragsverbesserungen. Andererseits fällt zunehmend auf, dass die Leistungserbringer sich in vielem nicht mehr um die Frage kümmern, ob eine Behandlung notwendig und sinnvoll ist? Was machbar ist, wird gemacht und dann möglichst rasch in Rechnung gestellt. Eine vorgängige Kontaktnahme erfolgt heute praktisch nicht mehr. Wir haben uns von der Partnerschaft wegbewegt und versuchen heute oftmals, die anderen als Schuldige hinzustellen. Was auch immer deutlicher auffällt ist die Tatsache, dass man sich keine Gedanken macht zur Frage: welche Rechte auf Versicherungsleistungen habe ich gegenüber dem Gesamtkollektiv? So ist es heute in vielen Fällen so, dass man den Leistungsanspruch mindestens auf die gleiche Höhe hebt, wie die einbezahlte Prämie. Selbst Leistungsbezüge in hunderten von Franken werden als selbstverständlich hingenommen und wenn Reaktionen erfolgen, dann sind es nicht selten das Einfordern nach noch mehr Leistungen. Die Grundsolidarität, das Gerüst der sozialen Krankenversicherung ist in Gefahr. Wir müssen jeder bei sich selber dafür sorgen, dass diese wieder gelebt wird, ein Warten auf die anderen Systemakteure wird dazu führen, dass die soziale Krankenversicherung auf der Strecke bleibt. Ich wünsche uns allen die richtige Solidarität.

Peter Sieber

Herzlichst Ihr Peter Sieber

Ausführungen zu den Prämien 2010

Die Presse und unser staatliches Aufsichtsorgan BAG haben die Prämienrunde dieses Jahr so früh wie noch selten eingeläutet. Es wurden Prämienaufschläge bis zu 20% kommuniziert. Ebenso konnte man von Vorstössen betreffend einer deutlichen Reduktion der Rabatte für frei wählbare Jahresfranchisen lesen. Letzteres hat das Eidgenössische

Departement des Innern (EDI) unverständlicherweise umgesetzt. Neu dürfen für die frei wählbaren Franchisen im Maximum noch 70% des übernommenen Risikos als Rabatt gewährt werden. Dieser Entscheid ist für die Direktion der SLKK nicht nachvollziehbar und geht mit Sicherheit in die falsche Richtung. Diese Änderung bedeutet für die Versi-

cherten mit der Wahlfranchisestufe CHF 2500.— und CHF 2000.— im Namen der Solidarität beträchtliche Prämienaufschläge.

Die Prämienfestlegung gestaltete sich dieses Jahr extrem schwierig. Es galt zwischen der finanziellen Sicherheit der KRANKENKASSE SLKK und der Konkurrenzfähigkeit ein

möglichst optimales Mittel zu finden. Wir sind der Überzeugung, dass uns dies trotz all der Schwierigkeiten gelungen ist. Die Aufschläge sind jedoch nicht klein, sondern sie bewegen sich je nach Kanton zwischen 3% und 15%. Den grössten Aufschlag verzeichnen wir im Kt. Bern als Folge einer nicht gerechten kantonalen Spitalfinanzierung. Die Krankenver-

sicherer bezahlen bei fast 50% aller Spitaliaufenthalte im Kanton Bern sämtliche Kosten. Der Kanton beteiligt sich lediglich an den Aufenthaltskosten der öffentlichen Akutspitäler und nicht wie andere Kantone an alle Institutionen, welche auf der Spitalliste sind.

Die vom Bundesrat vorgeschlagenen Kostendämpfungsmassnahmen können nach unserer Einschätzung kaum wirksam werden. In der Vergangenheit hat es sich immer wieder gezeigt, dass die Marktmechanismen kollektive Senkungsmassnahmen geschickt und ohne grosses Aufsehen kompensieren konnten. Wir lassen uns indes gerne eines Besseren belehren.

Erfreulich und nicht selbstverständlich ist, dass wir in sämtlichen Zusatzversicherungen auch auf das nächste Jahr keinen Aufschlag vornehmen müssen. Aufgrund der guten und voraussehenden Finanzplanung können die Mehrkosten aus dem laufenden Jahr durch Kapitalerträge ausgeglichen werden. Wie seit der Einführung des neuen Krankenversicherungsgesetzes üblich, werden die Prämien der Zusatzversicherungen jährlich an das effektive Lebensalter angepasst. Dies hat für unsere Versicherten den Vorteil, dass die altersbedingten Prämienanpassungen in einem sehr moderaten Rahmen ausfallen. Dies ist bei vielen unserer Mitbewerbern nicht so, da deren Prämienanpassungen in Fünfjahresschritten zu massiven Tarifierhöhungen führen können.

Die Entwicklung der Prämien-situation bereitet dem Vorstand und der Direktion der KRANKENKASSE SLKK und den SLKK VERSICHERUNGEN grosse Sorgen. Eine Trendwende und damit eine Abflachung der Kostenspirale ist aus unserer Sicht in weiter Ferne. Die effektivste Möglichkeit, die Prämien zu beeinflussen, ist der massvolle Umgang mit den Versicherungsleistungen. Wenn es uns gelingt, hier eine Umkehr zu erwirken, dann werden auch die jährlichen Prämienanpassungen in einem viel kleineren Mass anfallen, denn es ist erwiesen, dass gut 95% der Prämien ausschliesslich für die Bezahlung der Krankenpflegekosten verwendet werden.



Ihr massgeschneiderter Ratgeber

Im neusten Lebenshilfe-Ratgeber aus dem Oesch-Verlag, «Frag dich doch selbst!», dreht sich alles ums Fragenstellen. Fragen öffnen den Weg zu unverhofften Antworten, die jeder Leser selbst findet. Die Autorin Dr. Eva-Maria Müller lebt in Uster/Zürich. Seit Jahren erforscht sie die Intuition und hat entdeckt, wie man sich durch konsequentes Fragen mit dieser Kraft verbindet.

Wer ein Problem zu lösen hat oder in einer Krise steckt, fühlt sich in einer Sackgasse. Er oder sie glaubt festzusitzen. In so einer Situation stellt gewöhnlich ein Therapeut oder Coach Fragen, die einen Klienten Schritt für Schritt auf einen neuen Weg führen. Viele Fragen können Sie sich auch selbst stellen. Der Leitfaden «Frag dich doch selbst!» gibt Ihnen dabei Anregungen und Tipps, um Denkblockaden aufzulösen. Damit bietet er im wahrsten Sinn Hilfe zur Selbsthilfe. Schon in der Antike galten Fragen als Mittel zur Selbsterkenntnis. Sie lassen

über verborgene Widerstände nachdenken und lenken die Aufmerksamkeit auf vernachlässigte Aspekte einer Situation. Eine Frage bringt in Ihrem Leben etwas in Bewegung, was zuvor blockiert war. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um ein schier unlösbares Problem oder um ein Nahziel handelt. Eine gut gestellte Frage eröffnet neue Möglichkeiten. Der Weg zur Lösung eines Problems mag anfangs im Dunkeln liegen. Geht man den Dingen aber geduldig und mit konsequentem Fragen auf den Grund, so ist eine stetige Annä-

herung an eine neue Erkenntnis gewiss.

Mit Fragen lassen sich neue Ziele abstecken oder Ideen entwickeln. Sie helfen ausserdem zu überprüfen, ob man sich noch auf dem richtigen Weg befindet. Notfalls lassen sich rechtzeitig Korrekturen vornehmen und Schlimmeres verhüten. Auf diese Weise können Fragen auch vorbeugend wirken.

In sieben leicht verständlichen Schritten zeigt die Autorin wie Sie:

- geeignete Fragen finden
- mit Merksätzen auf Kurs bleiben
- mit Visionen Ihrem Ziel nahe kommen
- mit Ihrer Intuition in Kontakt treten.

Die gesuchten Antworten stellen sich von selbst ein. Sie stammen aus Ihrem Inneren und führen zu Ihren ureigenen Lösungen, so dass Sie zum Experten für Ihr Leben werden. Die richtigen Fragen zeigen Ihnen den persönlichen Weg zu mehr Gesundheit, Erfolg und Glück. Die von der



Autorin entwickelte Fragetechnik lässt Sie Ihr Leben anders sehen und meistern. Müller Eva-Maria

CHF 29.—
ISBN 978-3-0350-0054-2
Bestellen Sie das Buch mit der beiliegenden Karte und profitieren Sie von einer Reduktion von CHF 5.—

Jungwacht Blauring – ein Engagement für die Gesundheit

In Jungwacht Blauring, einem der grössten Kinder- und Jugendverbände der Schweiz, gestalten rund 8000 Jugendliche ehrenamtlich die Freizeit von etwa 23'000 Kindern. Dieses Engagement ermöglicht den Jugendlichen eine verantwortungsvolle Partizipation sowie Selbstverwirklichung; den Kindern bietet Jungwacht Blauring einen wichtigen Experimentierraum.

Durch die Gestaltung der eigenen Freizeit befriedigen Menschen eine Reihe elementarer Bedürfnisse. Sie entspannen sich, indem sie sich zurücklehnen, sich körperlich und geistig ausruhen. Neben diesem Bedürf-

nis nach körperlicher und mentaler Ruhe befriedigen die meisten Menschen in ihrer Freizeit gleichzeitig auch den Drang, sich entsprechend eigener Vorstellungen, Entscheidungen und Regeln zwanglos bezie-

hungsweise freiwillig anzustrengen. Auch das Bedürfnis nach Geselligkeit und Zusammensein mit anderen Menschen sowie der Wunsch nach Genuss oder Spass wird durch Freizeitgestaltung befriedigt.

Jungwacht Blauring bietet Kindern und Jugendlichen ein äusserst vielfältiges Freizeitangebot ohne Leistungsdruck: von sportlichen Aktivitäten in der Natur über kreatives Mitgestalten bis zu besinnlichen Gemeinschaftsmomenten. Durch dieses Freizeitangebot können die jungen Menschen zahlreiche ihrer elementaren Bedürfnisse befriedigen, was massgeblich zu einer gesunden Entwicklung beiträgt.

Kinder und Jugendliche brauchen in ihrer Freizeit ausserdem Experimentierräume, um sich von dem familiären Umfeld abzulösen. Sie erproben neue soziale Rollen, testen Beziehungen und lernen, mit Konflikten alleine umzugehen. Dieses lebensaltertypische Experimentieren bringt notwendigerweise auch Risikoverhalten mit sich: sich an Grenzen reiben, sie überschreiten und verletzen, um die eigenen Grenzen und Möglichkeiten erfahren zu können. Grenzen werden erprobt, provoziert, verändert, akzeptiert; aber sie müssen da sein und Kinder und Jugendliche müssen sie spüren können.

Gerade in diesem Zusammenhang bieten die Angebote von Jungwacht Blauring eine hervorragende Schule fürs Leben: Jugendliche gestalten in hoher Eigenverantwortung und mit viel Eigenständigkeit die Freizeit von Kindern. Hierbei kommt es immer wieder zu Situationen, in welchen über Grenzen diskutiert und verhandelt werden muss. Diese Grundlage bietet Jungwacht Blauring mit klaren

Vorgaben und Regeln; der Verband ermöglicht so den entsprechenden Experimentierraum.

Auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen hat dies konkrete Auswirkungen: Es ist erwiesen, dass die direkte Teilhabe an der Gesellschaft den Selbstwert von jungen Menschen in erheblichem Masse steigert. Dies ist heutzutage ganz besonders wichtig, da Jugendliche in der öffentlichen Diskussion oft als «Säufer» oder «Vandalen» pauschal verurteilt werden.

Kinder und Jugendliche, welche sich bei Jungwacht Blauring engagieren, übernehmen durch ihr persönliches Engagement Verantwortung für die Planung und Durchführung ihrer Aktivitäten. Die Mitbeteiligung von Kindern und Jugendlichen hat zur Folge, dass diese lernen, Verantwortung zu tragen und selbstständig zu denken und handeln. Sie erwerben durch ihre Beteiligung Kompetenzen wie kritisches Reflektieren und die Fähigkeit, die eigene Perspektive mit anderen zu vergleichen. Dies sind grundlegende Voraussetzungen zur Selbstwirksamkeit, welche wiederum unmittelbare Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Gesundheit von jungen Menschen hat.

Neben der Tatsache also, dass Jungwacht Blauring den Kindern und Jugendlichen eine abwechslungsreiche Freizeit ohne Leistungsdruck und zahlreiche unvergessliche Erlebnisse und Freundschaften ermöglicht, leistet der Verband auch einen massgeblichen Beitrag zu einer gesunden (sozialen) Entwicklung seiner Mitglieder.

Denise Pfammatter, Bundesleitung Jungwacht Blauring.

Weitere Informationen zu Jungwacht Blauring unter www.jubla.ch

Zwei starke schweizerische Partner haben sich gefunden. Die Fürsorge aufgrund des gemeinsamen Sicherheitsbewusstseins für die Jugend hat die SLKK und Jungwacht Blauring zur Zusammenarbeit bewegen und so zwei Unternehmen mit langjähriger Tradition, ähnlichen Grundsätzen und Strategien miteinander verbunden. Mit der SLKK hat Jungwacht Blauring einen Partner, der seine individuelle Beratung und den dienstleistungsorientierten Betreuungsansatz für deren Mitglieder und deren Familien einsetzt.



Werden Sie Delegierte/r der SLKK

Die KRANKENKASSE SLKK und die SLKK VERSICHERUNGEN sind rechtlich als Genossenschaften organisiert. Deren oberstes Organ, die Delegiertenversammlung, steht eine Reihe wichtiger Kompetenzen zu (* vgl. nachstehender Auszug aus den Statuten), namentlich wählt sie die Vorstandsmitglieder und den oder die Präsident/in.

Haben Sie sich schon einmal überlegt, selber in diesem Gremium Einsitz zu nehmen? An der jährlich stattfindenden Delegiertenversammlung und einer zusätzlichen Informationsveranstaltung gestalten Sie die Zukunft der SLKK. Die Delegierten vertreten jeweils ein Versichertenkollektiv aus ihrem Wohnkanton. Im Moment suchen wir insbesondere für die Kantone Bern, Aargau,

Thurgau und St. Gallen Delegierte, die je nach Entwicklung der Versichertenbestände sofort, oder im Falle einer Demission eines aktiven Delegierten zum Einsatz gelangen würden. Wenn Sie sich für das Gesundheitswesen, die Versicherungszusammenhänge und Sozialversicherungen interessieren und bei der SLKK versichert sind, dann melden Sie sich mit einem kurzen Lebenslauf mit Bild schriftlich bei der Direktion. Da wir an einer langfristigen Delegiertentätigkeit interessiert sind, suchen wir vor allem jüngere Interessenten. Vor einer allfälligen Wahl würden Sie in jedem Fall durch die Vorstände oder die Direktion kontaktiert. Wir freuen uns auf Ihre Unterlagen. Für Fragen steht Ihnen die Direktion gerne zur Verfügung.

*Auszug aus den Statuten: Kompetenzen der Delegiertenversammlung: Der Delegiertenversammlung obliegt:

- Abnahme des Protokolls, des Geschäftsberichtes, der Bilanz, der Gesamtbetriebsrechnung, des Besätigungsberichts der Revisionsstelle
- Entlastung des Vorstandes
- Wahl und Abberufung des Präsidenten und der Mitglieder des Vorstandes und der Revisionsstelle
- Änderungen der Statuten
- Fusion und Auflösung der Krankenkasse
- Beschluss, auf die Anerkennung durch das Eidgenössische Departement des Innern zu verzichten.

90 Jahre SLKK, die Gewinner

Mit einer Offertanfrage zur Jubiläumsverlosung zum 90-jährigen Bestehen der SLKK und einer grossen Portion Glück sind die folgenden Personen stolze Gewinner eines i-Pod touch 8 GB im Wert von CHF 399.– geworden. Wir gratulieren herzlich und danken für die Treue zu unserem Unternehmen. Wir freuen uns, alle Versicherten auch weiterhin kompetent zu be-

treuen. Gegenüber unseren Versicherten nehmen wir unsere Verantwortung für Ihren optimalen Versicherungsschutz wahr, denn Ihre Ansprüche als Kunde sind uns wichtig. P.S.: Und denken Sie daran, wenn Sie die SLKK als Krankenkasse weiterempfehlen, schenken wir Ihnen zusätzlich **pro** Vertragsabschluss **150 Franken**.

Die 5 glücklichen Gewinner:
Affolter Lukas, Münchringen
Sager Ulrich, Möhlin
Willy Martina, Zürich
Kummer Bettina, Herzogenbuchsee
Fleischmann Samuel, Pfäffikon

ADRENALIN RÄTSEL

Lösung auf der letzten Seite.

9	8	5				6		
		3						
					1	7		
8		6						
	1				4			5
	2		8			3		
	3				8			9
2				4	6	8		1
				2				

SOS, mein zuverlässiger Partner im Ausland

Wir möchten Ihnen einen kleinen Einblick über unseren Partner der SOS International geben. Die SOS International mit Sitz in Genf ist spezialisiert auf medizinische und sicherheitsbezogene Dienstleistungen auf der ganzen Welt.



Die bei der SLKK versicherten Personen erhalten unter anderem in medizinischen Notfällen sofortige und professionelle Hilfe durch spezialisierte Ärzte oder Fachpflegepersonal. Diese Leistung wird über 24 Stunden an 365 Tagen und in über 70 Sprachen gewährleistet. Sie können versichert sein, dass Ihnen ein Arzt zur Seite steht, der die erforderliche Behandlung organisiert und alle relevanten Personen informiert.

- Beachten sie die folgenden Leistungen des SOS international-Services, welche nicht abschliessend sind,
- Medizinische Reiseinformationen
 - Arzt- und Krankenhausüberweisungen
 - Ersatz von Arzneimittelrezepten
 - Übersetzungsdienste
 - Weltweiter Notruf

Da es Gebiete auf der Welt gibt, die nicht dem westlichen Standard in Sachen Medizin entsprechen, hat die SOS spezielle Kliniken vor Ort geschaffen und betreibt diese auch in ihrem Namen. Diese Kliniken helfen den Patienten zum Beispiel die sprachlichen Barrieren zu überwinden und ihnen einen optimalen Standard der medizinischen Versorgung nach westlichen Standards gewährleisten zu können. So weit wie es eine solche Situation zulässt, sollten Sie sich als Patient wohl fühlen. Die SOS kontrolliert die erbrachten Behandlungen und natürlich auch die Kliniken und die Ärzte.

Wie gehe ich vor, wenn ich im Ausland erkrankte?

Auf der Frontseite der SLKK-Versicherungskarte steht die Notrufnummer der SOS.

1. ich nehme mit der SOS International Kontakt auf
2. ich teile meine Versicherungsnummer mit und bei welcher Krankenkasse ich versichert bin
3. ich teile mit wo ich bin (Afrika, Amerika, Deutschland etc.)
4. ich schildere was mir fehlt

Lesen Sie Ein Fallbeispiel der SOS:

16. Februar 2007, 6:45 Uhr Ortszeit: Eine Versicherte war auf Geschäftsreise in Fernost. Schreckliche Zahnschmerzen plagten sie plötzlich – an keinem Ort der Welt eine angenehme Erfahrung. Sie entschliesst sich, die SOS für den vermeintlich banalen Fall einzuschalten. Binnen einer halben Stunde ist ein Englisch sprechender, mit modernen, westlichen Standards entsprechender Ausstattungs arbeitender Zahnarzt gefunden worden. Dies war für die Versicherte eine glückliche und zufriedenstellende Lösung.

Neben dem Telefon bietet die SOS auch einen Online-Dienst unter www.internationalsos.com an. Auf dieser Seite können Sie unter anderem Informationen über eine Reisevorbereitung, benötigte Medizin und die Sicherheit beziehen.

Weitere Leistungen, die die SOS anbietet

Neben dem medizinischen Auftrag erfüllt die SOS auch die Aufgabe der Sicherheit in Gebieten, die von Unruhen, Putschversuchen und Terrorismus heimgesucht werden. In Krisensituationen werden adäquate Transport-

mittel bereitgestellt, eine Bereitschaft steht 24h zur Planung und Reaktion bei Sicherheitskrisen bereit. Eine Labebewertung und eine präventive Massnahmeplanung wie auch kontinuierliche Informationen über die aktuellen und weltweiten Geschehnisse gehören dazu.

Nun noch ein weiterer Fall einer SLKK-Versicherten, die im Ausland erkrankte:

«An einem Freitag Abend im August 08 hat mein Partner von Dar es Salaam aus meinen Vater in die Schweiz angerufen, damit dieser uns die SOS-Nummer der SLKK geben konnte. Mein Vater hat sich in der Folge selbst darum gekümmert und mit der SOS-Hotline telefoniert. Zehn Minuten später wurden wir via Handy von der Hotline kontaktiert. Mein Freund schilderte das Problem: Seit 3 Tagen litt ich unter Fieber, Erbrechen und Durchfall. Ich konnte weder feste noch flüssige Nahrung zu mir nehmen. Im Hilfswerk der Swiss, welches sich weit weg der Zivilisation befand, gab es keine Medikamente.

Die nette Frau der Hotline gab unsere Nummer an einen Arzt der SOS weiter und versprach, dass dieser uns kontaktieren wird, was er innert kurzer Zeit auch machte. Kompetent und einfühlsam gab uns dieser Auskunft, um was es sich bei der Erkrankung handeln könnte. Ebenfalls gab er uns 2 Spitäler in der Nähe unseres Hotels an, welche einem europäischen Standard entsprachen. Weiter wurde uns angeboten, dass die SOS uns in diesem Spital für den nächsten Tag anmelden würde.

Am Samstag um 9h befanden wir uns in einer der von der SOS-Hotline empfohlenen Klinik. Ich kam schnell an die Reihe und wurde gut versorgt. Am Abend konnte ich die Klinik verlassen. Noch am selben Samstag versuchte mich die SOS zu kontaktieren, leider hatte ich im Spital keinen telefonischen Empfang. Am Sonntag hat mich die SOS erneut kontaktiert und mich nach dem Befinden gefragt. Ich habe dieses Telefonat sehr geschätzt und freute mich über die grosse Anteilnahme der Dame am Telefon.

Ich bin begeistert und beeindruckt von der speditiven, einfühlsamen Ar-

beit der SOS. Die Hilfe wurde mir total unbürokratisch und professionell geleistet. Da mein Partner und ich völlig ratlos waren und unsicher, wie wir die Situation im fernen Afrika meistern könnten, waren wir dem kompetenten SOS-Team sehr dankbar für die Hilfe. Die beruhigenden Worte aus der «Heimat» und das Wissen, dass es eine gute Lösung für das Problem gibt war sehr beruhigend.

Zu guter Letzt: Im Spital neben mir lag ein Patient aus Frankreich, welcher einen Herzinfarkt erlitten hatte. Dieser telefonierte ununterbrochen mit seiner Krankenkasse in Frankreich. Die Kasse weigerte sich, aus diversen Gründen ihm eine angemessene Behandlung zu ermöglichen. Dies bestätigte einmal mehr: Das SOS-Team der SLKK ist zu loben.

Herzlichen Dank an das ganze Team und ich werde die SOS in dieser Hinsicht nur weiterempfehlen.

Frau B.D. aus Bern

Jubiläumsangebot

Unser Geschenk an Sie!

Als Jubiläumsgeschenk und zum Anlass der Zusammenarbeit mit dem starken Partner Stoll Giroflex AG bringt Sie die SLKK in den Genuss von verschiedenen Vorteilen. Exklusiv für Sie, als unser/e Versicherte/r profitieren Sie von September bis Dezember 09 von den folgenden Angeboten:

Profitieren Sie vom Angebot, einen ergonomisch perfekten Bürostuhl der Stoll Giroflex AG zu Spezialpreisen erwerben zu können!

Bei ausgewiesenen Möbelhäusern in der Schweiz (siehe Flyer) haben Sie die Möglichkeit, aus einem breiten Sortiment der Giroflex Home-Collection Ihren individuell angefertigten Bürostuhl auszusuchen.

Die Stoll Giroflex AG offeriert Ihnen mit dieser Aktion einen Cash-Back-Rabatt von CHF 150.— pro Stuhl.

Die Stoll Giroflex AG ist eine Schweizer Traditionsunternehmung, welche sich als einer der grossen Pioniere in der Entwicklung und Herstellung ergonomisch konzipierter, qualitativ hochwertiger Bürostühle bezeichnen kann.

Seit 1962 erforscht die Stoll Giroflex AG die sich stetig verändernden Bedürfnisse des Menschen am Arbeitsplatz. Dabei setzt sie auf die Zusammenarbeit mit anerkannten Arbeitswissenschaftlern und Medizinern von Hochschulen und Universitäten im In- und Ausland. Das Ergebnis: ergonomische Standards für Arbeitsstühle, die sich weltweit als sehr erfolgreich erweisen. Pflegen und schützen Sie Ihre Gesundheit durch richtiges Sitzen und eine gute Versicherung! Profitieren Sie von diesem Angebot und besuchen Sie noch heute die Giroflex Händler in Ihrer Umgebung. Beiden Partnern ist es wichtig, dass Sie richtig sitzen und somit einen gu-

ten Schutz vor Krankheiten und Unfällen verfügen.

Profitieren Sie vom Angebot, eine Spitalzusatzversicherung günstiger zu erhalten

Mit der kombinierten Spital-Zusatzversicherung (allgemeine Abteilung ganze Schweiz, alle Akutspitäler) geniessen Sie Versicherungsschutz in allen öffentlichen Heilanstalten in der ganzen Schweiz. Warum? Weil Sie ansonsten nur in Ihrem Wohnkanton versichert wären und vielleicht doch lieber in einem auserwählten Spital (allgemein/öffentlich) stationiert und behandelt werden möchten. Natürlich bieten wir Ihnen auch andere Versicherungen im ambulanten und stationären Bereich an. Gerne zeigen wir Ihnen unser Angebot auf.

Wir schenken Ihnen beim Abschluss einer Spitalzusatzversicherung F1 im Zeitraum von September bis Ende Dezember 09 ganze **2 Monatsprämien – 2 Monate gratis für jedes einzelne Mitglied Ihrer Familie.**

Verlangen Sie eine Offerte über www.slkk.ch oder rufen Sie uns an unter Tel. 044 368 70 30. Wir beraten Sie gerne.

Lösung Rätsel von Seite 3

9	8	5	4	7	3	6	1	2
1	7	3	6	8	2	9	5	4
4	6	2	5	9	1	7	3	8
8	9	6	2	3	5	1	4	7
3	1	7	9	6	4	2	8	5
5	2	4	8	1	7	3	9	6
6	3	1	7	5	8	4	2	9
2	5	9	3	4	6	8	7	1
7	4	8	1	2	9	5	6	3