

**CONCORDIA**

Dir vertraue ich

# CONCORDIA Navigator

Leitfaden zur Kranken- und Unfallversicherung



	Seite
1 Die obligatorische Krankenpflegeversicherung	5
2 Die Zusatzversicherungen	6
3 Die Prämien	9
4 Die Kostenbeteiligung	10
5 Prämien sparen	11
6 Kosten senken	14
7 Gesund bleiben	17
8 Auf der Reise	21
9 Die Dienstleistungen	23
10 Der Wechsel des Krankenversicherers	25
11 Hilfreiche Adressen und Telefonnummern	27
12 Das Stichwortverzeichnis	29

**Ein Navigator, was er tut**

Erstens bestimmt er die Position. Zweitens berechnet er den günstigsten Weg ans Ziel. Und drittens hält er den optimalen Kurs.

**Ihr Navigator, die CONCORDIA**

Erstens analysieren wir Ihre aktuelle Lebenssituation. Zweitens berechnen wir für Sie die günstigste Versicherungslösung. Und drittens halten wir Sie auf Spar- und Optimierungskurs, auch wenn sich Lebensumstände und Ziele ändern.

**Erster Orientierungspunkt, der Leitfaden**

Die vorliegende CONCORDIA-Publikation führt in die Kranken- und Unfallversicherung ein. Kurz und übersichtlich navigiert der Leitfaden durch die zentralen Themen. Gefahren werden sichtbar, vor allem aber Chancen, über die wir Sie gerne persönlich orientieren.

**Orientierungshilfe, der orange Ball**

Beim Durchblättern werden Sie vieles entdecken, was Ihrer Orientierung dient, auch in den Bildern. Der orangefarbene Ball steht als Symbol für die CONCORDIA. Als Zeichen dafür, dass wir jederzeit und überall gerne für Sie da sind.

Ihre CONCORDIA

Mit Kurs aufs Leuchttfeuer in den sicheren Hafen



## 1 Die obligatorische Krankenpflegeversicherung

Wer in der Schweiz wohnt, muss sich gegen Krankheit und Unfall versichern. Bei welchem Versicherer Sie dies tun, können Sie frei wählen. Die Unfall- und Krankenversicherer dürfen in der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (Grundversicherung) niemanden zurückweisen und keine Vorbehalte machen.

Die Leistungen sind bei allen Versicherern gleich. Sie sind gesetzlich vorgeschrieben. Unterschiede gibt es bei den Serviceleistungen (zum Beispiel Beratungsqualität, prompte Zahlungsabwicklung).

**Wichtig:** Wenn Sie mindestens acht Stunden pro Woche bei einem Arbeitgeber arbeiten, sind Sie über den Arbeitgeber gegen Betriebs- und Nichtbetriebsunfall versichert.

### Welche Leistungen sind von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (Grundversicherung) gedeckt?

<b>Ambulante Behandlungen</b>	Untersuchungen, Behandlungen und Pflegemassnahmen durch Schulmediziner (Ärzte, Chiropraktiker) und Personen, die auf ärztliche Anweisung hin tätig sind, zum Beispiel Physiotherapeuten, Krankenschwestern
<b>Spitalbehandlung</b>	Ab 01.01.2012 allgemeine Abteilung ganze Schweiz, die Tariffdifferenz zu gewähltem Kanton geht zu Lasten des Patienten.
<b>Alternativmedizin</b>	Ab 01.01.2012 Antroposophische Medizin Homöopathie, Neuraltherapie, Phytotherapie und Traditionelle Chinesische Medizin.
<b>Notfall im Ausland</b>	In EU-/EFTA-Staaten ist die Versicherungskarte notwendig. Ausserhalb dieser Staaten maximal doppelte Kosten dessen, was die gleiche Behandlung im Wohnkanton gekostet hätte
<b>Transporte nur in der Schweiz</b>	Beiträge an medizinisch notwendige Transporte (50%, max. CHF 500 pro Kalenderjahr) und Rettungsmassnahmen (50%, max. CHF 5'000 pro Kalenderjahr)
<b>Medikamente und Labor</b>	Ärztlich verordnete kassenpflichtige Medikamente und Laboruntersuchungen
<b>Mutterschaft</b>	Während der Schwangerschaft 7 Kontroll- und 2 Ultraschalluntersuchungen, Geburtsvorbereitungskurs bei einer Hebamme (CHF 100), 1 Nachuntersuchung, 3 Stillberatungen
<b>Hilfsmittel</b>	Beiträge an Mittel und Gegenstände, die der Untersuchung oder Behandlung dienen (zum Beispiel Blutzuckermessgeräte, Inhalationsgeräte)
<b>Zahnarzt</b>	Nach Zahnunfällen oder bei Zahnschäden als Folge einer schweren Allgemeinerkrankung
<b>Spitex, Pflegeheim</b>	Schweizweit einheitliche Kostenübernahme für Pflegeleistungen. Keine Kostenübernahme für die reinen Unterkunftskosten im Pflegeheim und für Haushalthilfen (Kochen, Putzen usw.).
<b>Badekuren</b>	CHF 10 pro Tag während max. 21 Tagen pro Kalenderjahr an ärztlich verordnete Badekuren

Diese Auflistung richtet sich nach den gesetzlichen Vorgaben. Sie ist nicht abschliessend.

## 2 Die Zusatzversicherungen

Mit den Zusatzversicherungen können Sie die Leistungen über die Grundversicherung hinaus ergänzen, je nach Ihren persönlichen Bedürfnissen:

- Vielleicht wollen Sie auf Reisen noch besser versichert sein.
- Oder Sie möchten alternative Behandlungsmethoden in Anspruch nehmen.
- Mehr Komfort bei einem Spitalaufenthalt ist der Genesung manchmal ganz zuträglich.
- Vielleicht interessieren Sie sich für eine Zahnpflegeversicherung.
- Sie brauchen eine zuverlässige Unfallversicherung.
- Oder eine Todesfall- und Invaliditätsversicherung.
- Denkbar auch, dass Sie eine Taggeldversicherung bei Krankheit oder Unfall vor den Folgen des Lohnausfalls schützen soll.

Bei wem Sie die Zusatzversicherungen abschliessen, entscheiden Sie selbst. Grundversicherung und Zusatzversicherungen können Sie bei unterschiedlichen Versicherern abschliessen. Die meisten Unfall- und Krankenversicherer bieten Zusatzversicherungen an. Jeder Anbieter entscheidet aber selber, welche Leistungen er zu welchen Bedingungen gewährt.

Anders als bei der Grundversicherung ist ein Krankenversicherer nicht verpflichtet, Sie in die Zusatzversicherungen aufzunehmen. Er kann einen Neuabschluss ohne Angabe von Gründen verweigern oder Vorbehalte anbringen.

Wenn Sie die Grundversicherung bei einem anderen Versicherer abschliessen als die Zusatzversicherungen, hat das Nachteile, sobald Sie Leistungen beziehen (zum Beispiel Arztbesuch, Spitalaufenthalt, Impfungen). Das hat folgenden Grund: Die Krankenversicherer rechnen aus Sicherheitsgründen nur Originalrechnungen ab. Die gleiche Rechnung darf also nicht mehrfach eingereicht werden. Beziehen Sie nun Leistungen aus der Grundversicherung und aus den Zusatzversicherungen, müssen Sie die Rechnung vom Leistungserbringer in zweifacher Ausführung verlangen. Zudem müssen Sie immer überlegen, welchem der beiden Krankenversicherer Sie diese schicken müssen.

**Fazit 1:** Diesen Aufwand und die Unannehmlichkeiten können Sie sich ersparen, wenn Sie Grund- und Zusatzversicherungen beim gleichen Versicherer abschliessen.

**Fazit 2:** Das Risiko, aus Unwissenheit Leistungskosten selber tragen zu müssen, ist meist grösser als die Prämie, die gespart werden kann.

## Die CONCORDIA bietet eine ganze Palette von Zusatzversicherungen an.

### **Individuell: DIVERSA**

Diese Zusatzversicherung bietet eine breite Palette von Leistungen, die über das gesetzlich vorgeschriebene Minimum der Grundversicherung hinausgehen, zum Beispiel umfassenden Versicherungsschutz von Reiserisiken.

### **Natürlich: NATURA**

Sie deckt natur- und alternativmedizinische Behandlungen inkl. Heilmittel, auch wenn sie nicht von einem Schulmediziner, sondern beispielsweise von einer CONCORDIA-anerkannten Naturheilpraktikerin oder einem Naturheilpraktiker ohne medizinisches Staatsexamen vorgenommen werden. NATURA deckt zudem eine grosse Anzahl Therapiemethoden ab, die von der Grundversicherung nicht anerkannt sind. Sie leistet ausserdem Beiträge an Gesundheitsförderungs- und Präventionsmassnahmen.

### **Komfortabel: Spitalversicherung PE**

Die CONCORDIA bietet Ihnen fünf Varianten der Spitalversicherung an. Damit können Sie sich auch in einem Spital ausserhalb Ihres Wohnkantons behandeln lassen, ohne dass Sie die Tariffdifferenzen selber tragen müssen. Bei gewissen Varianten wählen Sie den Arzt frei und geniessen zudem den Komfort eines Ein- oder Zweibett-Zimmers.

### **Exklusiv: PremiumMed**

Sie geniessen als privatversicherte Person (PE1) uneingeschränkten Zugang zur besten medizinischen Betreuung. Auf der ganzen Welt. Gleichzeitig profitieren Sie von den vielfältigen Vorzugsleistungen durch PremiumMed, unter anderem von einem bevorzugten Zugang zu Ärzten und Spitälern und von einer persönlichen Gesundheitsberatung rund um die Uhr.

### **Wahlfreiheit: Spital LIBERO**

Ob Sie im Spital allgemein, halbprivat oder privat behandelt werden möchten, entscheiden Sie mit Spital LIBERO bei Spitaleintritt.

Mit Spital LIBERO steht Ihnen der Zugang zu allen Spitälern der Schweiz offen. Entscheiden Sie sich bei Spitaleintritt für die halbprivate oder private Abteilung, können Sie zusätzlich zum erhöhten Zimmerkomfort den Arzt frei wählen.

### **Lückenlos: Zahnpflegeversicherung**

Sie leistet einen Beitrag an die Zahnarztrechnung. Damit können Sie das finanzielle Risiko bei der Behebung von Zahnschäden verringern.

### **International: Ferien- und Reiseversicherung**

Weltweiter, umfassender Schutz. Das mildert die finanziellen Folgen von Krankheit und Unfall im Ausland. Siehe auch Seite 21.

### **Lohnend: Taggeldversicherung**

In vielen Fällen bedeutet Krankheit oder Unfall Arbeitsunfähigkeit. Die Taggeldversicherung deckt den Lohnausfall.

### **Beruhigend: ACCIDENTA**

So heisst die Unfallversicherung bei Tod und Invalidität. Mit ACCIDENTA schützen Sie sich und Ihre Angehörigen vor den schwerwiegenden finanziellen Folgen eines Unfalls.

### **Vorsorglich: TIKU**

Der Name steht für Todesfall- und Invaliditätsversicherung. Mit TIKU beugen Sie den bedrohlichen finanziellen Folgen einer Krankheit oder eines Unfalls vor.

### **Umsichtig: INVIVA**

Sie ist eine fondsgebundene Spar- und Risikoversicherung. Der Sparteil wird in ausgewählten Fonds angelegt. Mit dem Risikoteil der Einlage ist der Vorsorgeschutz im Todesfall garantiert.

Mit reichem Fang und Boden unter den Füßen



### 3 Die Prämien

Ein moderner Kranken- und Unfallversicherer versteht sich als Dienstleister im Gesundheitsmarkt. Er verwaltet Gelder von Kundinnen und Kunden. Er vertritt deren Interessen. Er ist aber auch ein Unternehmen, das wirtschaftlich gesund bleiben muss, um die vertraglich vereinbarten Leistungen sicher erbringen zu können. Der Bildung von Reserven schenkt er deshalb grosse Beachtung.

Das alles spielt bei der Kalkulation der Prämien eine Rolle. Nur wenn diese langfristig und vernünftig erfolgt, können überdurchschnittliche Prämien sprünge nach oben vermieden werden.

Die CONCORDIA kann solche Sprünge ausschliessen, weil von Anfang an seriös kalkuliert wird. Und weil die CONCORDIA als gesunder Kranken- und Unfallversicherer über genügend Reserven und Rückstellungen verfügt.

Wie viel Prämie Sie bezahlen, hängt vom Alter, vom Wohnort und vom Versicherer ab. Für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Geburtstag gelten in der Grundversicherung reduzierte Prämien.

Bei der CONCORDIA gibt es für junge Erwachsene vom 19. bis 25. Altersjahr in der Grundversicherung ebenfalls eine Prämienreduktion.

## 4 Die Kostenbeteiligung

Einen Teil der Kosten aus der Grundversicherung übernehmen Sie selber. Dies ist gesetzlich vorgeschrieben und gilt bei allen Versicherern. Drei Komponenten bestimmen die Kostenbeteiligung:

### **Die Franchise**

Bei sämtlichen Kosten (zum Beispiel für Arzt, Spital, Medikamente, Physiotherapie) müssen Sie zuerst selber einen Anteil übernehmen. Erst wenn die Kosten diesen Betrag, die so genannte Franchise, übersteigen, beteiligt sich der Krankenversicherer an den weiteren Kosten.

Die Franchise muss pro Kalenderjahr nur einmal bezahlt werden. Sie beträgt CHF 300 und wird erst ab dem 19. Altersjahr erhoben. Um Prämien zu sparen, können Sie die Franchise freiwillig erhöhen (siehe Seite 12).

### **Der Selbstbehalt**

Er beträgt 10% und wird auf jenem Teil der Kosten berechnet, der den Franchisenbetrag übersteigt. Der Selbstbehalt beträgt jährlich maximal CHF 700 für Erwachsene und CHF 350 bis zum vollendeten 18. Altersjahr.

Bei Generika beträgt der Selbstbehalt 10%, bei ausgewählten Originalpräparaten für die ein gleichwertiges Generika zur Verfügung steht, 20%.

### **Bei Spitalaufenthalt**

Ab Alter 26 wird bei einem Spitalaufenthalt zusätzlich eine Beteiligung von CHF 15 pro Tag belastet.

Bei Mutterschaft darf für die gesetzlichen Leistungen aus der Grundversicherung keine Kostenbeteiligung erhoben werden. Wenn die Schwangerschaft jedoch nicht normal verläuft, gilt dies als Krankheit, und die Kostenbeteiligung wird erhoben.

## 5 Prämien sparen

Die Kranken- und Unfallversicherung ist heute ein Ausgabenposten, der Ihr privates Budget stark belastet. Sie haben aber verschiedene Möglichkeiten, Ihre Prämie wirksam zu senken. Viele Kranken- und Unfallversicherer bieten attraktive Sparmöglichkeiten an. Auch die CONCORDIA.

### **Kostensenkend: HMO**

HMO heisst Health Maintenance Organization. Sie ist ein Gesundheitszentrum, das unter einem Dach verschiedene Leistungserbringer vereint. Meist arbeiten in einem HMO-Zentrum neben dem Allgemeinmediziner noch andere Leistungserbringer, wie zum Beispiel Physiotherapeuten oder Ernährungsberater. In einigen Regionen haben sich Hausärztinnen und Hausärzte zu HMO-Ärztetetzen zusammengeschlossen.

Im Krankheitsfall werden Sie durch dieses Gesundheitszentrum betreut. Der HMO-Arzt ist also Ihr Ansprechpartner. Bei Bedarf überweist er Sie an einen Spezialisten. Ein Spitalaufenthalt oder eine medizinische Versorgung und Pflege bei Ihnen zu Hause wird ebenfalls durch Ihr HMO-Team organisiert.

Im Notfall können Sie sich an den nächsten Arzt wenden.

HMO-Versicherte sparen bis zu 24 % Prämie in der Grundversicherung und in den wichtigsten Zusatzversicherungen bis zu 25 %.

### **Innovativ: myDoc Hausarztversicherung**

Bei der myDoc Hausarztversicherung handelt es sich um eine besondere Form der obligatorischen Krankenpflegeversicherung. Die Leistungen sind die gleichen. Der grundlegende Unterschied: myDoc-Versicherte müssen für eine medizinische Erstversorgung zuerst ihren persönlichen myDoc-Hausarzt konsultieren. Davon ausgenommen sind Notfälle sowie gynäkologische Vorsorgeuntersuchungen, geburtshilfliche Betreuung und Untersuchungen beim Augenarzt für die Verordnung von Brillen oder Kontaktlinsen, ebenso die Behandlung von Kindern beim Kinderarzt. Da praktisch alle Allgemeinmediziner mit Praxis von der CONCORDIA als myDoc-Hausärzte anerkannt sind, können die Versicherten ihren bisherigen Hausarzt meist beibehalten. Mit myDoc lassen sich unter anderem unnötige Mehrfachuntersuchungen vermeiden, was ganz generell die Kosten im Gesundheitswesen dämpft. Das wirkt sich dann auf die Krankenversicherungsprämien aus: Bei der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) profitieren myDoc-Versicherte von einer Prämienreduktion von bis zu 16 %.

### Variabel: Die Franchisenerhöhung

Sie können die Franchise bei der Grundversicherung erhöhen. Damit sinken Ihre Prämien. Es empfiehlt sich, das Geld in der Höhe der Franchise in Reserve zu haben, damit Sie Ihren Anteil bei einem Arztbesuch oder einem Spitalaufenthalt problemlos bezahlen können.

Die folgende Tabelle zeigt die gesetzlich maximal zulässigen Rabatte.

Jahresfranchise	Rabatt <sup>1</sup> pro Kalenderjahr	
CHF 0	-	Bis 18. Altersjahr
CHF 100	max. CHF 70	
CHF 200	max. CHF 140	
CHF 300	max. CHF 210	
CHF 400	max. CHF 280	
CHF 500	max. CHF 350	
CHF 600	max. CHF 420	Ab 19. Altersjahr
CHF 300	-	
CHF 500	max. CHF 140	
CHF 1'000	max. CHF 490	
CHF 1'500	max. CHF 840	
CHF 2'000 <sup>2</sup>	max. CHF 1'190	
CHF 2'500 <sup>2</sup>	max. CHF 1'540	

- 1 Der frankenmässige Abzug (inkl. aller zusätzlichen Reduktionen aus HMO, myDoc oder Unfallausschluss) darf gemäss gesetzlichen Vorgaben die Hälfte der ordentlichen Grundprämie (mit Unfallddeckung) nicht überschreiten.
- 2 Für die 19- bis 25-Jährigen müssen die Versicherer namhafte Beiträge in den Risikoausgleichsfond bezahlen. Deshalb liegen die Ermässigungen dieser Altersgruppe bei den Wahlfranchisen CHF 2'000 und CHF 2'500 tiefer als bei den übrigen Erwachsenen.

Auch bei den Varianten Privat und Halbprivat der CONCORDIA-Spitalversicherungen können Sie mit einer wählbaren Franchise zwischen 20 und 70% Prämien sparen.

Jahresfranchise	Rabatt
CHF 0, ordentliche Franchise	0%
CHF 1'000	20%
CHF 2'000	30%
CHF 3'000	40%
CHF 5'000	50%
CHF 10'000	70%

**Budgetfreundlich: Der Ausschluss der Unfaldeckung**

Arbeiten Sie mindestens 8 Stunden pro Woche beim gleichen Arbeitgeber, sind Sie durch diesen gegen Berufs- und Nichtberufsunfälle versichert. Sie können deshalb bei der Grundversicherung den Unfallschutz ausschliessen. Das reduziert die Prämie um 5,1 %.

**Befreiend: Die Prämienrückforderung bei Militär- und Zivildienst**

Wenn Sie mehr als 60 aufeinanderfolgende Tage Militär- oder Zivildienst geleistet haben, können Sie vorgängig die Prämie für die Grundversicherung sistieren.

**Sozial: Die Prämienverbilligung**

Leben Sie in wirtschaftlich bescheidenen Verhältnissen, steht Ihnen eine individuelle Prämienverbilligung zu. Der Wohnkanton bestimmt, wie die staatlichen Subventionen verteilt werden. Gewisse Kantone benachrichtigen Sie automatisch, wenn Sie anspruchsberechtigt sind. In anderen Kantonen müssen Sie sich bei Ihrer Wohngemeinde melden. Informieren Sie sich auf der Gemeindeverwaltung Ihres Wohnortes über die Bedingungen.

## 6 Kosten senken

Wir alle wollen die Gesundheitskosten auf dem Boden behalten. Die wichtigste Massnahme: Kosten vermeiden. Dazu einige Hinweise.

### **Bewusst: Arztbesuche mit Mass**

Lernen Sie, wann es wichtig ist, den Arzt zu konsultieren. Oft hilft ein Hausmittel wie Umschläge, Tee, Bettruhe usw. Wenn die Beschwerden nicht abklingen, suchen Sie den Arzt auf. Wenn Sie dies nicht wegen jeder Kleinigkeit tun, verursachen Sie weniger Kosten. Und das kommt auch Ihrem Portemonnaie zugute.

### **Empfehlenswert: Die Kontrolle der Arztrechnung**

Wenn Sie in ärztlicher Behandlung sind, kommt die Rechnung des Arztes in der Regel direkt zu Ihnen. Bitte kontrollieren Sie die Rechnung. Das Original der Rechnung schicken Sie Ihrem Krankenversicherer. Dieser kontrolliert seinerseits die vom Arzt geforderte Summe. Er bezahlt Ihnen den Anteil an die Kosten, der nach Abzug der Kostenbeteiligung bleibt. Die Arztrechnung bezahlen Sie bei diesem System selbst.

In einigen Kantonen geht die Arztrechnung direkt an die Krankenversicherung. Sie erhalten in diesem Fall eine Rechnungskopie zur Kontrolle. Ihr Krankenversicherer bezahlt die Rechnung direkt und berechnet Ihnen eine allfällige Kostenbeteiligung.

### **Wie können Sie selber die Rechnung des Arztes überprüfen?**

Überprüfen Sie die Anzahl Konsultationen (Arztbesuche), Art und Menge der aufgeführten Medikamente und alles übrige, so gut Ihnen dies möglich ist. Kontrollieren Sie auch, ob die Zeitdauer Ihrer Arztkonsultation auf der Rechnung korrekt aufgeführt ist.

Vermerken Sie Unstimmigkeiten mit Bleistift direkt auf der Rechnung (bzw. Rechnungskopie) und leiten Sie diese an Ihren Kranken- und Unfallversicherer weiter. Natürlich können Sie auch direkt beim Rechnungssteller reklamieren und eine bereinigte Rechnung verlangen, die Sie dann an Ihren Versicherer weiterleiten.

Jede erbrachte ärztliche Leistung ist mit einer Positionsnummer, Taxpunkten und einem sogenannten Taxpunktwert bezeichnet. Ein Taxpunktwert entspricht einem bestimmten Geldwert. Wenn Sie das Total aller Taxpunkte mit diesem Wert multiplizieren, wissen Sie, wie viel die erbrachten Leistungen kosten. Seit der Einführung von Tarmed am 1. Januar 2004 gibt es insgesamt über 4'000 Positionen.

Wenden Sie sich an Ihre CONCORDIA, wenn Ihnen an Ihrer Arztrechnung etwas nicht klar ist.

### **Vernünftig: Generika statt Originalmedikamente**

Generika schonen das private Budget und senken die Kosten im Gesundheitswesen. Mit den bis zu 70 % günstigeren Generika können in der Schweiz mehrere Millionen Franken eingespart werden. Profitieren auch Sie davon!

Generika sind Nachahmerpräparate. Ein Generikum kommt auf den Markt, sobald der Patentschutz für das Originalpräparat ausläuft. Sie sind in der Regel billiger als die Originalprodukte, da die Hersteller keinen Forschungsaufwand betreiben müssen.

### **Wirksamkeit von Generika**

Da Originalpräparate und Generika aus den gleichen Wirkstoffen bestehen, ist bei beiden auch die Wirkung gleich. Das bestätigt Swissmedic, das Schweizerische Heilmittelinstitut. Unterschiede gibt es höchstens bei den Hilfsstoffen. Ihr Arzt oder Ihr Apotheker informiert Sie ausführlich. Alle Generika haben die strenge Zulassungsprüfung von Swissmedic bestanden.

### **Sparen mit Generika**

Wenn Sie anstelle eines Originalpräparates ein gleich wirkendes Generikum verwenden, profitieren Sie. Denn Generika sind bis zu 70 % günstiger als die Originalpräparate. Haben Sie Ihre Jahresfranchise noch nicht ausgeschöpft, kommt Ihnen der günstigere Preis direkt zugute.

### **Auswirkungen auf Ihren Selbstbehalt**

Haben Sie die Franchise ausgeschöpft, halbiert sich Ihr gesetzlicher Selbstbehalt beim Kauf eines Generikums von 20 % auf 10 % des Medikamentenpreises. Dies gilt, solange der maximale Selbstbehalt nicht erreicht ist.

Falls Sie aus medizinischen Gründen auf das Originalpräparat angewiesen sind, bezahlen Sie ebenfalls nur 10 % Selbstbehalt.

### **Generika für nicht kassenpflichtige Medikamente**

Auch bei nicht kassenpflichtigen Medikamenten sind viele Generika erhältlich. Sie sind ebenfalls deutlich preisgünstiger als die Originalpräparate. Erkundigen Sie sich deshalb immer auch nach Generika, wenn Sie nicht kassenpflichtige Präparate beziehen. Es lohnt sich.

### **Für Antworten zu weiteren Fragen**

Medizinische Fragen zu Generika beantwortet Ihnen Ihr Arzt oder Apotheker.

Fragen zur Versicherung und zum reduzierten Selbstbehalt beim Bezug von Generika beantwortet Ihnen Ihre CONCORDIA-Agentur oder -Geschäftsstelle.

Auch zwischen den Originalmedikamenten verschiedener Hersteller mit gleicher oder ähnlicher Wirkung gibt es zum Teil erstaunliche Preisunterschiede. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker auch auf die Kosten des verschriebenen Medikamentes an. Gibt es vielleicht ein vergleichbares, das günstiger ist?

Bewegung bewegt auch die Gesundheitskosten



## 7 Gesund bleiben

Mit den leichten Wellen schaukeln. Sich ruhig und gelassen treiben lassen. Die frische Brise und die warme Sonne geniessen. Mit etwas Bewegung neue Ziele ansteuern. So entspannend kann eine Fahrt mit dem Ruderboot sein.

Gesundheit und Wohlbefinden wünscht Ihnen auch die CONCORDIA. Zudem helfen gesunde Versicherte mit, die Gesundheitskosten zu senken. Und davon profitieren alle. Darum in aller Kürze einige nahrhafte Tipps und Hinweise, die einschenken.

### **Gut unterwegs**

Mässige, dafür regelmässige Bewegung. Sie ist ein Wundermittel. Körperliche Aktivität wirkt sich unmittelbar auf unsere Gesundheit aus. Schon dreissig Minuten Bewegung täglich reichen. Die Intensität sollte dabei relativ niedrig bleiben, so dass Puls und Atmung nur leicht beschleunigt werden.

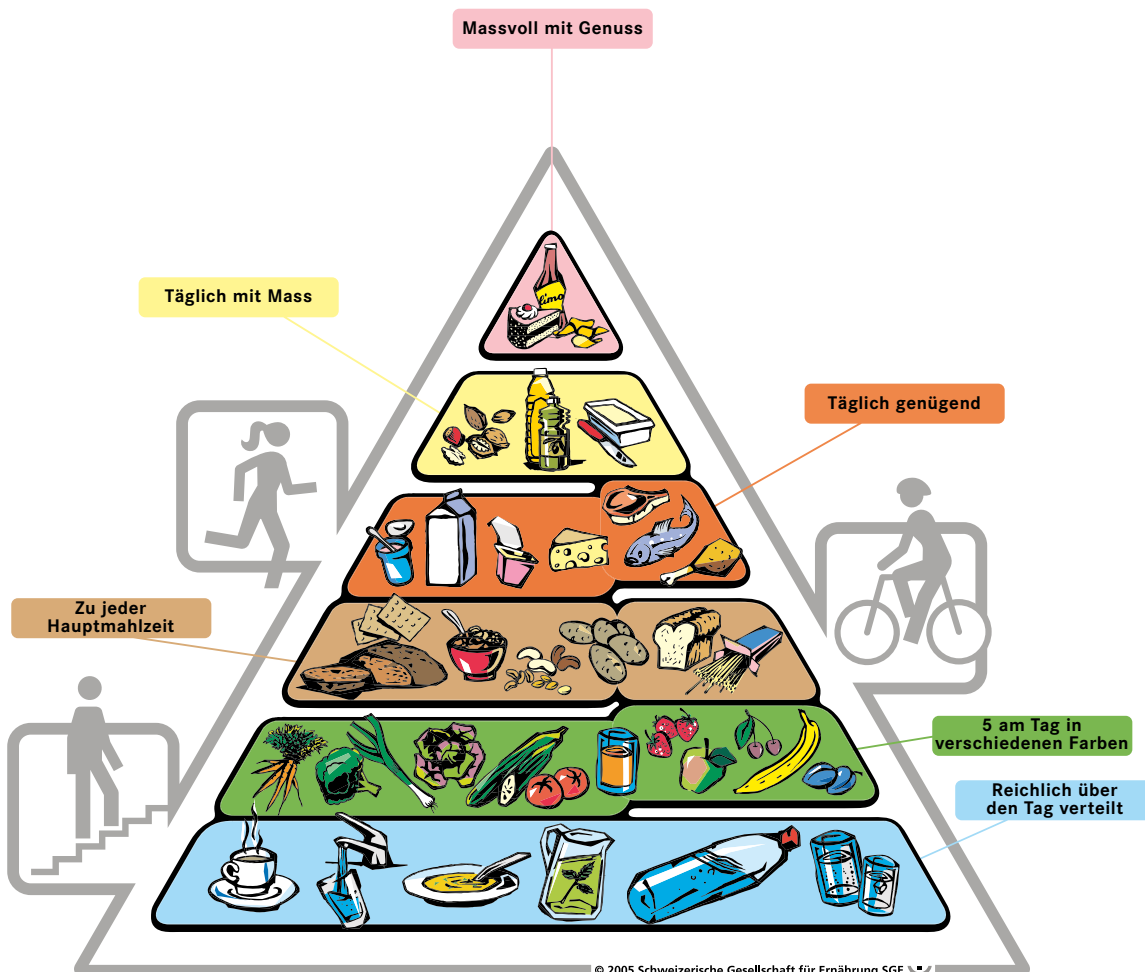
Es gibt viele Möglichkeiten, Bewegung zeitsparend und kostenlos in den Alltag einzubauen. Sie müssen ja nicht gerade auf Bäume klettern. Es genügt schon, wenn Sie:

- zu Fuss oder mit dem Velo einkaufen gehen;
- zwei Stationen früher aus dem Bus oder Tram steigen;
- in der Mittagspause einen zügigen Spaziergang machen;
- wo immer möglich Treppen steigen;
- Haus- oder Gartenarbeit verrichten.

## Guten Appetit

Richten Sie Ihre Ernährung an der Lebensmittelpyramide aus. Legen Sie den Schwerpunkt auf Nahrungsmittel aus dem unteren Bereich der Pyramide. Wie viel Sie essen und trinken, soll auch davon abhängen, wie intensiv Sie sich bewegen.

Die Basis der Ernährung bilden immer Getränke. Trinken Sie mindestens zwei Liter pro Tag, am besten ungezuckerte und alkoholfreie Getränke. Essen Sie grosszügig vor allem von dem, was die Natur an Gemüse, Früchten und Getreiden wachsen lässt. Fleisch, Fisch und weitere Eiweisse dürfen nicht fehlen, auch wenn sie heute von vielen in zu grossen Mengen verzehrt werden. Geniessen Sie Fetthaltiges und Süssigkeiten sparsam und bewusst.



**Gute Nacht**

Schlafen Sie genug. Sieben bis acht Stunden müssen es schon sein, wenn Sie aufgeweckt und fit durch das Leben gehen wollen.

**Gute Zeit**

Geben Sie Ihrer Arbeit Sinn. Und freuen Sie sich zwischendurch auch an den kleinen Dingen des Lebens – das tut gut.

**Guten Tag**

Unterhalten Sie sich mit Ihren Mitmenschen. Pflegen Sie den Kontakt zu Ihrer Umwelt. Überall gibt es viele interessante Mitbewohnerinnen und Mitbewohner.

Mit an Bord beim Ablegen zu neuen Horizonten



## 8 Auf der Reise

Vor jedem Auslandsaufenthalt sollten Sie bei Ihrem Kranken- und Unfallversicherer abklären, ob Sie gut versichert sind. Dies hängt unter anderem davon ab, in welches Land Sie reisen und wie lange Sie sich dort aufhalten werden.

### **Immer dabei: Die CONCORDIA-Versichertenkarte**

Nehmen Sie für den Fall der Fälle immer Ihre CONCORDIA-Versichertenkarte mit. Diese belegt in den EU-/EFTA-Staaten, dass Sie einen ausreichenden Versicherungsschutz in der Schweiz abgeschlossen haben. Sollten dennoch Probleme auftauchen, wählen Sie die CONCORDIA-Notrufnummer. Unter +41 (0)41 210 02 50 erhalten Sie rund um die Uhr professionelle Hilfe.

Echte Entlastung ohne Schwanken und Wanken



## 9 Die Dienstleistungen

Kranken- und Unfallversicherer sind Dienstleister. Ihr Ziel: gesunde und zufriedene Kundinnen und Kunden. Die CONCORDIA profiliert sich mit gutem Service. Dazu einige Hinweise.

### **Persönlich: Die Beratung**

Die CONCORDIA legt grossen Wert auf den direkten Kontakt mit den Versicherten. Darum das dichte Netz von Agenturen und Geschäftsstellen für eine grosse Kundennähe. Die Standorte und Adressen finden Sie im Internet unter [www.concordia.ch](http://www.concordia.ch), dort unter «Ihre Geschäftsstelle», wo Sie im Suchfeld die Postleitzahl Ihres Wohnortes eingeben können.

Unter Nähe zur Kundschaft versteht die CONCORDIA aber nicht nur die geografische Präsenz vor Ort. Die Beraterinnen und Berater suchen auch den Kontakt zu Kundinnen und Kunden, um deren spezifische Bedürfnisse kennenzulernen und sie individuell beraten zu können. Entsprechend massgeschneidert sind die Produkte, die sie dann anbieten.

### **Umfassend: Der Service im Internet**

Sind Sie umgezogen? Möchten Sie das Unfallrisiko ausschliessen? Ihre Prämien ganz einfach berechnen? Im Internet finden Sie unter [www.concordia.ch](http://www.concordia.ch) dazu und zu vielen anderen Fragen die nötigen Formulare und Unterlagen. Diese können sie online ausfüllen und senden.

Weiter finden Sie im Internet auch Beratungsrubriken. Tipps zu Ernährung, Bewegung und weiteren Gesundheitsfragen helfen Ihnen. Wenn Sie bewusst gesund leben wollen.

### **Informativ: Die CONCORDIA-Kundenzeitschrift CARE**

CARE erscheint viermal im Jahr und publiziert die offiziellen Mitteilungen der CONCORDIA. Doch es gibt auch viele aktuelle Informationen zu den Produkten und Dienstleistungen der CONCORDIA sowie zum Thema Krankenversicherung allgemein. Wie die Website gibt auch CARE anregende und hilfreiche Gesundheitstipps für Jung und Alt.

### **Effizient: Die Leistungsabwicklung**

Als Kranken- und Unfallversicherer ist die CONCORDIA ein Dienstleistungsunternehmen. Darum setzt sie alles daran, die Services rasch und effizient zu erbringen. Ihre Anliegen werden sofort bearbeitet. E-Mails beantwortet die CONCORDIA möglichst schnell. Geld, auf das Sie Anspruch haben, bekommen Sie rasch ausbezahlt. Voraussetzung: Sie reichen die Unterlagen vollständig ein.

### **Direkt: Die Bezahlung der Prämie per LSV**

Mit dem Lastschriftverfahren (LSV) der Bank oder Debit Direct (DD) der Post wird Ihre Prämie automatisch, sicher und jederzeit nachvollziehbar an den Versicherer überwiesen. Sie bekommen keine monatliche Prämienrechnung mehr. Auf jede Belastungsanzeige können Sie innerhalb von 30 Tagen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen.

Hindernis dank Blick fürs Wesentliche umschiffen



## 10 Der Wechsel des Krankenversicherers

Wenn Sie den Kranken- und Unfallversicherer wechseln wollen, müssen Sie einiges beachten, damit Sie nicht in Strudel geraten oder weggetrieben werden.

### **Kündigung der Grundversicherung**

Die Kündigungsfrist beträgt auf Ende Juni drei Monate und auf Ende Dezember einen Monat.

### **Kündigung bei erhöhter Franchise, HMO-Versicherung oder myDoc Hausarztversicherung**

Die Kündigungsfrist beträgt einen Monat. Eine Kündigung ist auf Ende Jahr möglich.

### **Kündigung bei Mitteilung der neuen Prämie**

Der Versicherer teilt Ihnen in der Regel im Oktober die neue Prämie für das nächste Jahr mit. In diesem Fall gilt für die Grundversicherung eine verkürzte Kündigungsfrist von einem Monat, unabhängig davon, ob die Prämie steigt, sinkt oder gleich bleibt. Sie können also auf den 31. Dezember kündigen. Ihr Kündigungsschreiben muss am 30. November beim Versicherer eingetroffen sein, am besten eingeschrieben.

Ihre Kündigung wird erst wirksam, wenn der neue Versicherer dem bisherigen mitgeteilt hat, dass ein ununterbrochener Versicherungsschutz besteht und beim bisherigen Versicherer alle Schulden beglichen sind.

### **Kündigung der Zusatzversicherungen**

Die Kündigungsfristen sind bei den Zusatzversicherungen unterschiedlich. Massgebend sind die Allgemeinen Versicherungsbedingungen.

Bei der CONCORDIA ist eine Kündigung der Zusatzversicherungen in der Regel mit einer dreimonatigen Kündigungsfrist auf Ende Jahr möglich. Informieren Sie sich bei Unklarheiten bei Ihrer CONCORDIA.

Erste Adressen in allen Himmelsrichtungen



## 11 Hilfreiche Adressen und Telefonnummern

### Schweizerische Patientenstellen

- Aufklärung über Patientenrechte, persönliche Beratung, rechtliche Unterstützung

Hofwiesenstrasse 3, 8042 Zürich

Tel. 044 361 92 56 (Zürich), Tel. 052 721 52 92 (Ostschweiz),

Tel. 062 835 29 50 (Aarau/Solothurn), Tel. 061 261 42 41 (Basel),

Tel. 041 410 10 14 (Zentralschweiz), Tel. 026 422 27 25 (Westschweiz)

E-Mail: [info@patientenstelle.ch](mailto:info@patientenstelle.ch), [www.patientenstelle.ch](http://www.patientenstelle.ch)

### Stiftung Schweizerische Patientenorganisation SPO

- Aufklärung über Patientenrechte, persönliche Beratung, rechtliche Unterstützung

Häringstrasse 20, 8001 Zürich

Tel. 044 252 54 22 (Zürich), Tel. 031 372 13 11 (Bern), Tel. 071 278 42 40 (St. Gallen),

Tel. 022 372 22 22 (Genf), Tel. 021 314 73 88 (Lausanne), Tel. 062 212 55 89 (Olten),

Tel. 091 826 11 28 (Bellinzona)

Telefonische Beratung für Nichtmitglieder (d)

Mo – Fr, 9.00 – 16.00 Uhr: 0900 56 70 47 (CHF 2.13/Min.)

Telefonische Beratung für Nichtmitglieder (f)

Mo – Fr, 9.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 16.30 Uhr: 0900 56 70 48 (CHF 4.13/Min.)

E-Mail: [zh@spo.ch](mailto:zh@spo.ch), [www.spo.ch](http://www.spo.ch)

### Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH

- Gutachterstelle bei vermuteten Diagnose- und Behandlungsfehlern

Generalsekretariat, Elfenstrasse 18, Postfach 293, 3000 Bern 16

Tel. 031 359 11 11

E-Mail: [fmhinfo@hin.ch](mailto:fmhinfo@hin.ch), [www.fmh.ch](http://www.fmh.ch)

### Ombudsman Krankenversicherung

- Beratung und Vermittlung in Streitfällen betr. Leistungsumfang/-verweigerung

Morgartenstrasse 9, 6003 Luzern

Tel. 041 226 10 10 (d), 041 226 10 11 (f), 041 226 10 12 (i),

(Mo – Fr, 9.00 – 11.30 Uhr)

E-Mail: [info@om-kv.ch](mailto:info@om-kv.ch), [www.ombudsman-kv.ch](http://www.ombudsman-kv.ch)

### U. P. Rechtsberatungsstelle für Unfallopfer, Patienten und Patientinnen

- Persönliche Beratung, rechtliche Unterstützung

Werdstrasse 36, 8004 Zürich, Info-Line 0800 70 72 77 (kostenlos)

[www.rechtsberatung-up.ch](http://www.rechtsberatung-up.ch)

Wind bekommen von den zentralen Begriffen



## 12 Das Stichwortverzeichnis

Begriffe	Erklärung	Mehr dazu auf Seite
<b>Allgemeine Abteilung</b>	Aus der Grundversicherung besteht der Anspruch auf die Behandlung in der allgemeinen Abteilung eines Spitals, das auf der Spitalliste des Wohnkantons eines Versicherten aufgeführt ist.  Bei der Spitalzusatzversicherung «allgemeine Abteilung» hat der Versicherte im Falle einer stationären Behandlung Anspruch auf die Bezahlung eines Mehrbettzimmers eines Spitals in der Schweiz; es besteht keine freie Arztwahl.	
<b>Ambulante Behandlung</b>	Behandlung beim Hausarzt oder im Spital, ohne Übernachtung.	5
<b>Franchise</b>	Die Franchise ist Teil der Kostenbeteiligung. Sämtliche während eines Kalenderjahres anfallenden Kosten müssen bis zum Franchisebetrag selber bezahlt werden. Für Erwachsene beträgt die Minimalfranchise in der Grundversicherung CHF 300.	10, 12
<b>Generika</b>	Nachahmermedikamente. In Zusammensetzung und Wirkung gleich wie das Original.	15
<b>Grundversicherung</b>	Umgangssprachlich für die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP).	5
<b>Halbprivate Abteilung</b>	Bei der Spitalzusatzversicherung «halbprivate Abteilung» hat der Versicherte im Falle einer stationären Behandlung Anspruch auf die Bezahlung eines Zweibettzimmers eines Spitals in der Schweiz sowie auf freie Arztwahl.	
<b>HMO</b>	Gesundheitszentrum mit verschiedenen Leistungserbringern. Heisst wörtlich: <b>H</b> ealth <b>M</b> aintenance <b>O</b> rganization.	11
<b>Kostenbeteiligung</b>	Besteht aus der Franchise und dem Selbstbehalt. Erwachsene ab dem 26. Altersjahr bezahlen bei einem Spitalaufenthalt zusätzlich eine Beteiligung von CHF 15 pro Tag.	10
<b>KVG</b>	Bundesgesetz über die Krankenversicherung, massgebend für die Grundversicherung.	
<b>myDoc</b>	Hausarztversicherung der CONCORDIA. Der Hausarzt ist immer die erste Anlaufstelle.	11

Begriffe	Erklärung	Mehr dazu auf Seite
<b>OKP</b>	Obligatorische Krankenpflegeversicherung, auch Grundversicherung genannt.	5
<b>Prämienverbilligung</b>	Versicherte, deren steuerbares jährliches Einkommen eine bestimmte Höhe nicht übersteigt, haben Anspruch auf eine Verbilligung ihrer Krankenversicherungsprämie.	13
<b>Private Abteilung</b>	Bei der Spitalzusatzversicherung «private Abteilung» hat der Versicherte im Falle einer stationären Behandlung weltweit Anspruch auf freie Arzt- und Spitalwahl und volle Deckung in der Privatabteilung (Einzelzimmer).	
<b>Selbstbehalt</b>	Der Selbstbehalt ist Teil der Kostenbeteiligung. In der Grundversicherung beträgt er 10% der Kosten, welche die Franchise übersteigen. Für gewisse Originalmedikamente, für die ein Generikum existiert, beträgt er 20%. Der maximale Selbstbehalt liegt pro Kalenderjahr für Erwachsene bei CHF 700 und für Kinder bei CHF 350.	10
<b>Spitex</b>	Ambulante Pflege durch Fachkräfte.	5
<b>Stationäre Behandlung</b>	Behandlung im Spital mit mindestens einer Übernachtung.	
<b>Tarmed</b>	Tarif Medizin: 2004 eingeführter Arzttarif mit Geltungsbereich in der ganzen Schweiz.	14
<b>Taxpunkt</b>	Mittel zur tariflichen (d.h. kostenmässigen) Differenzierung medizinischer Leistungen.	14
<b>Taxpunktwert</b>	Tarifliche Bewertung eines Taxpunktes in Geldeinheiten.	14
<b>VVG</b>	Bundesgesetz über den Versicherungsvertrag, massgebendes Gesetz für die Zusatzversicherungen.	
<b>Zusatzversicherungen</b>	Freiwillige Versicherungen, die verschiedene Zusatzleistungen abdecken.	6, 7

### **Die CONCORDIA kennt die vielen Wege, die das Leben geht**

Vorbei an den Gefahren, die das Leben uns in den Weg stellt. Auf sicherer Route in den Hafen der Kranken- und Unfallversicherung, bei der wir gut aufgehoben sind.

Die CONCORDIA mit ihren 1'250 Mitarbeitenden begleitet Sie dabei gern. Mit diesem Navigator. Mit persönlicher Beratung. Mit der Erfahrung als einer der grössten Kranken- und Unfallversicherer der Schweiz, der für rund 720'000 Kundinnen und Kunden dann da ist, wenn es wirklich darauf ankommt.

### **Hinweis zur Rechtsverbindlichkeit**

Massgebend für alle Informationen in dieser Publikation sind das Bundesgesetz über die Krankenversicherung (KVG), die zugehörigen Verordnungen, das Versicherungsvertragsgesetz (VVG) sowie die Allgemeinen und Zusätzlichen Versicherungsbedingungen (AVB und ZVB) der CONCORDIA Schweizerische Kranken- und Unfallversicherung AG. Konsultieren Sie diese bei Fragen oder rufen Sie die CONCORDIA an.

© CONCORDIA Luzern

Stand: 2011

Änderungen vorbehalten, vor allem auf Grund neuer gesetzlicher Bestimmungen.  
Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung.

Für die Bestellung weiterer Exemplare dieser Publikation:  
Telefon 041 228 01 11 oder E-mail [info@concordia.ch](mailto:info@concordia.ch)

**CONCORDIA**

Dir vertraue ich

CONCORDIA  
Bundesplatz 15  
6002 Luzern  
Telefon 041 228 01 11  
[www.concordia.ch](http://www.concordia.ch)  
[info@concordia.ch](mailto:info@concordia.ch)