

# Update.

Dezember 2020

---

## HMO-Netzwerk

Ab 2021 stehen Ihnen doppelt  
so viele Praxen zur Auswahl –  
die vielen Vorteile bleiben

---



**Ab 2021:**

# Doppelt so viele HMO-Praxen

Dank eines neuen Partners stehen unseren Versicherten bald rund 90 Gruppenpraxen zur Auswahl – mehr als doppelt so viele wie bis anhin.

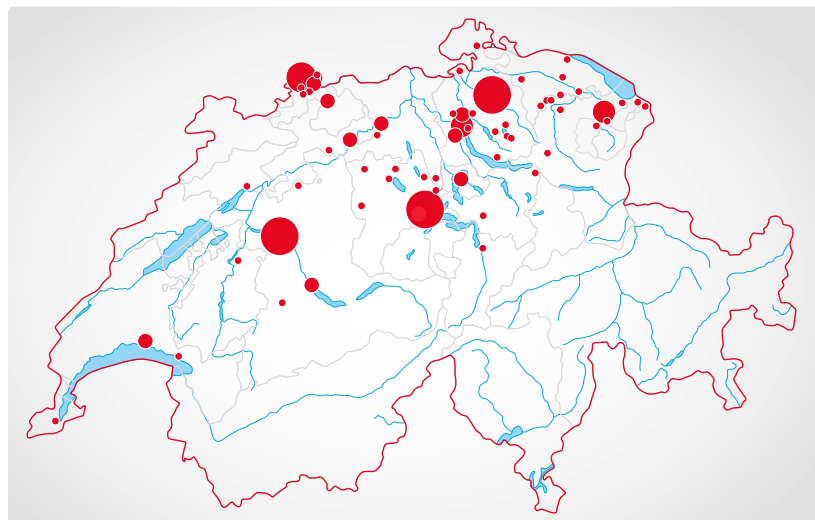
Sympany stärkt die kostengünstige und qualitativ hochstehende Grundversorgung und weitet das HMO-Netzwerk ab Januar 2021 auf rund 90 Gruppenpraxen und Gesundheitszentren aus. Diese bieten eine professionelle Grundversorgung und liegen an gut erreichbaren Standorten. Zudem erhalten HMO-Versicherte einen Prämienrabatt.

Zu unseren bestehenden HMO-Partnern Meconex (Centramed- und Partner-Praxen), Monvia und Sanacare stösst nun mit Medbase ein weiterer etablierter und professioneller Gesundheitsdienstleister hinzu. Damit haben Sympany Versicherte auf einen Schlag 44 zusätzliche HMO-Praxen zur Auswahl.

Vielleicht ist jetzt erstmals auch eine HMO-Praxis in Ihrer Nähe verfügbar?



Die Praxen in Ihrer Region finden Sie unter [sympany.ch/hmopraxis](https://sympany.ch/hmopraxis)





## Die Vorteile von casamed hmo

- Sie haben immer einen Ansprechpartner, selbst in Notfällen.
- Sie werden umfassend medizinisch betreut und profitieren von einem Hausarzt, verschiedenen Fachärzten und Therapeuten unter einem Dach.
- Sie finden die HMO-Praxen an gut erreichbaren Standorten.
- Kinderarzt, Frauenarzt und Augenarzt können Sie weiterhin direkt kontaktieren.
- Sie erhalten einen Rabatt.



---

### HMO-Praxis suchen und wechseln

Bitte teilen Sie uns unter [sympany.ch/hmopraxis](https://www.sympany.ch/hmopraxis), per E-Mail an [service@sympany.ch](mailto:service@sympany.ch) oder telefonisch auf +41 58 262 42 00 mit, falls Sie Ihre Praxis oder Ihr Grundversicherungsmodell per 1.1.2021 wechseln möchten.

---

# Tuning für unsere Motorfahrzeugversicherung car

Wir haben intensiv an unserer Fahrzeugversicherung car geschraubt. Ihr persönliches Angebot können Sie online selbst zusammenstellen.

Für die einen ist ein Fahrzeug ein blosser Gebrauchsgegenstand, andere hegen und pflegen ihr Schätzchen mit grösster Sorgfalt. Entsprechend unterschiedlich sind auch die Erwartungen an die Versicherung.

Bei unserer Motorfahrzeugversicherung car können Sie frei wählen, welche Leistungen Sie versichern möchten und wie hoch Ihr Selbstbehalt sein soll.

Auf unserer Website finden Sie heraus, was genau in car drinsteckt. Dort können Sie auch selbst eine Offerte erstellen und direkt abschliessen.



## Deshalb sollten Sie Ihr Auto bei Sympany versichern

- Es gibt keine Bonusstufen. Nach einem Unfall wird's nicht teurer. Versprochen.
- Ihren Vertrag können Sie jährlich kündigen. Oder auf Wunsch sogar täglich. Die Kündigungsfrist beträgt immer nur einen Tag. Ganz ohne Haken.
- Bei einem Unfall oder einer Panne erhalten Sie sofort Hilfe – rund um die Uhr.
- Der Abschluss geht superleicht und superschnell.

# Eltern werden – sicher und sorgenfrei

Elternglück ist etwas Einzigartiges. Neben der Vorfreude tauchen zahlreiche Fragen auf, auch nach der richtigen Krankenversicherung.



**W**erdende Mütter bezahlen für eine ganze Reihe von Leistungen keine Franchise und keinen Selbstbehalt. Ein exklusiver Vorteil: Bei jedem Sympany Grundversicherungsmodell können Sie Ihren Frauenarzt und Kinderarzt immer direkt aufsuchen – ohne Überweisung.

## Zusatzversicherung lohnt sich

Für die Geburt in der privaten oder halbprivaten Spitalabteilung und für eine freie Arztwahl benötigen Sie eine Zusatzversicherung. Diese sollten Sie bereits vor einer Schwangerschaft abschliessen. Auch das Baby sollten Sie bereits vor der Geburt bei Sympany anmelden, um von besseren Leistungen zu profitieren.

---

## Mit Sympany gemeinsam die Welt entdecken: Unser Geschenk an Sie

Werdende Mütter oder Väter, die bei Sympany versichert sind, erhalten gratis einen Wickelrucksack für die ersten Entdeckungsreisen mit ihren Jüngsten. Wenn jedes Ding seinen Platz hat und alles stets griffbereit ist, haben Sie mehr Zeit, unbeschwerte Momente mit Ihrem Kind zu verbringen. Und darum geht es doch, oder?



Jetzt bestellen unter [sympany.ch/wickelrucksack](https://www.sympany.ch/wickelrucksack)

---



Mehr Infos:  
[sympany.ch/babys](https://www.sympany.ch/babys)

# So erreichen Sie uns über die Feiertage

Bald ist wieder Weihnachten und die Welt wird ein wenig ruhiger. Für Ihre Anliegen haben wir aber immer ein offenes Ohr.

Das Jahr 2020 neigt sich dem Ende zu. Danke, dass Sie in diesem Jahr bei uns versichert waren. Für 2021 wünschen wir Ihnen alles Gute und viel Gesundheit!



## Haben Sie während der Festtage ein Anliegen?

Dieses können Sie uns rund um die Uhr online mitteilen:

- Bei Fragen zu Versicherungsdeckung, Rechnungen, Police, Prämienverbilligung: [service@sympany.ch](mailto:service@sympany.ch)
- Bei Fragen zu Leistungen, Leistungsabrechnungen oder Arztrechnungen: [leistungen@sympany.ch](mailto:leistungen@sympany.ch)
- Kontaktformular: [sympany.ch/kontakt](https://sympany.ch/kontakt)

---

## Öffnungszeiten während der Feiertage:

- **24.12.2020 und 31.12.2020:**  
8.00 bis 16.00 Uhr
- **25./26.12.2020 und 1.1.2021:**  
geschlossen

Ab 4. Januar 2021 gelten die normalen Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag von 8.00 bis 17.00 Uhr.

---

## Unser Spartipp: Prämienrechnung – bis zu 2% Skonto

Wenn Sie Ihre Prämie jährlich oder halbjährlich im Voraus bezahlen, verringert das unseren Bearbeitungsaufwand und spart somit Verwaltungskosten. Diese Einsparung geben wir direkt an Sie weiter: Jahreszahler profitieren von 2%, Halbjahreszahler von 1% Skonto.



Telefon Kundenservice  
+41 58 262 42 00



Beratungcenter:  
Peter Merian-Weg 4 in Basel



## **Vitamin D:**

### **Das «Sonnenvitamin»**

Vitamin D ist ein Hormon, das unser Körper mithilfe von Sonnenlicht in der Haut bildet.

Während im Sommer meist ausreichend Vitamin D gebildet wird, kann es im Winter oder bei chronischen Erkrankungen zu einem Mangel kommen. Zu den Symptomen gehören Knochen-schmerzen, Muskelschwäche, Müdigkeit, depressive Verstimmungen und Infekte.

### **So können Sie einem Mangel vorbeugen:**

- Sonnenschein. Im Sommer reichen schon 10–15 Minuten.
- Im Winter: Einnahme eines Vitamin-D-Präparates (15 bis 20 µg Vitamin D pro Tag ab 18 Jahren).
- Vitamin-D-reiche Ernährung (Meeresfische, Milchprodukte)

### **Sie haben Verdacht auf einen Mangel. Was nun?**

Ob Sie unter einem Mangel leiden, lässt sich mit einer Blutuntersuchung feststellen. Sprechen Sie am besten direkt mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.



Von Michel Wenger,  
Ärztlicher Leiter bei  
Centramed Basel  
Aeschen





Mehr Infos unter  
[sympany.ch/  
aktuelles](https://www.sympany.ch/aktuelles)

## Ein erfüllendes und gesundes Jahr 2021!

Das wünschen wir all unseren Versicherten – gerade auch denen mit gesundheitlichen Beschwerden. Deshalb unterstützen wir die Aladdin-Stiftung mit einer Spende über CHF 5'000.-.

Die Stiftung engagiert sich für Familien mit Kindern, die von einer Krankheit oder Behinderung betroffen sind, entlastet sie in ihrem Alltag und ermöglicht gemeinsame Ferienerlebnisse.

[aladdin-stiftung.ch](https://www.aladdin-stiftung.ch)

**sympany**  
erfrischend anders