

Update.

Basler Stadtlauf

Courir pour la bonne cause

Basler Stadtlauf: courir pour la bonne cause

Le «Stadtlauf» réunit des milliers de sportifs parcourant les rues de la ville de Bâle. Collaborateurs de Sympany y ont participé aussi.

5 500 mètres. Les coureurs les plus rapides couvrent facilement cette distance en moins de 20 minutes. Pourtant, ce qui compte à ce «Stadtlauf», ce ne sont pas les meilleurs temps. L'essentiel est de participer. Et beaucoup le font. Environ 6000 coureurs et coureuses – des plus jeunes aux plus âgés – ont pris le départ à la fin du mois de novembre.

Une grande partie d'entre eux courraient pour une bonne cause. C'était le cas également des équipes de Sympany. De la direction à l'apprenti, tous ont couru pour le Secours d'hiver Bâle-Ville. Car pour chaque ligne d'arrivée franchie par Sympany, l'organisation caritative a reçu une part, soit 5000 francs au total. Ce don est accueilli avec reconnaissance.

«La pauvreté est souvent invisible dans notre pays, mais une personne sur cinq en Suisse est menacée de pauvreté. Les personnes dans le besoin obtiennent une aide rapide et concrète de notre part», déclare



Martina Saner, directrice générale du Secours d'hiver Bâle-Ville. Elle poursuit: «La Fondation Sympany soutient notre travail par le biais d'une contribution annuelle. Les dons supplémentaires collectés grâce au «Stadtlauf» prouvent que les collaborateurs de Sympany soutiennent aussi cet engagement. C'est un très beau geste».



Plus d'infos sur les engagements de Winterhilfe et la Fondation Sympany:
winterhilfe.ch
sympany.ch/secours-d-hiver



Comment nous joindre pendant les fêtes

Nous fêterons bientôt Noël et le monde deviendra un peu plus calme. Nous resterons pourtant toujours à votre écoute.

L'année 2021 touche à sa fin. Merci d'avoir fait partie de nos assurés pendant cette période. Pour 2022, nous vous adressons nos meilleurs vœux de bonheur et de santé!



Vous avez une question pendant les fêtes?

Vous pourrez nous-en faire part en ligne 24 heures sur 24:

- Pour les questions concernant la couverture d'assurance, les factures, la police, la réduction des primes: service@sympany.ch
- En cas de questions concernant les prestations, les décomptes de prestations ou les factures médicales: prestations@sympany.ch
- Formulaire de contact: sympany.ch/contact

Horaires d'ouverture pendant les fêtes:

- **24.12.2021 et 31.12.2021:**
par tél. de 8h à 16h,
centre de conseil fermé
- **25./26.12.2021 et 1.1.2022:**
fermé

À partir du 3 janvier 2022, nous serons de nouveau disponibles aux horaires habituels:
du lundi au vendredi, de 8h à 17h.

Nouvelles heures d'ouverture du centre de conseil

À partir du 3 janvier 2022, vous pourrez nous joindre aux nouvelles heures d'ouverture:

- le lundi, de 8h à 17h.
- du mardi au vendredi, de 9h à 12h et de 13h à 17h.



Service clients par téléphone:
+41 58 262 42 00



Centre de conseil:
Peter Merian-Weg 4, Bâle



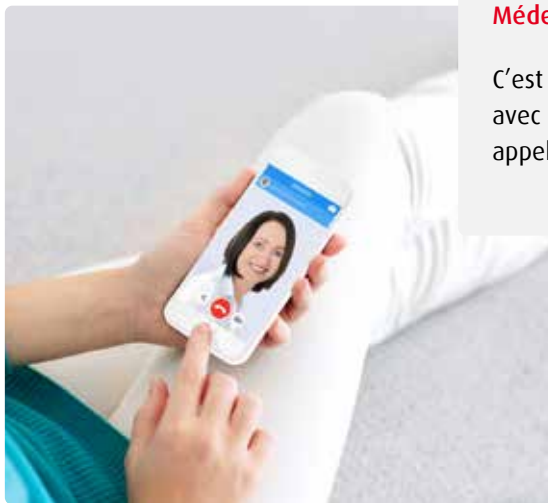
Visite médicale: à tout moment, via l'app ou par téléphone

Saviez-vous que vous avez la possibilité d'effectuer une visite médicale virtuelle?
Surtout en ce moment, le conseil virtuel est un bon choix.

Lorsque vous êtes malade et avez besoin d'une assistance médicale, Medgate et eedocors sont à votre disposition – même le soir, le week-end et les jours fériés. Ainsi, vous bénéficiez rapidement et facilement d'une consultation médicale sans devoir quitter votre domicile ni patienter dans une salle d'attente bondée. C'est un grand avantage, car cela vous protège, vous et votre entourage, des infections.

L'expérience montre que les médecins en ligne peuvent non seulement réaliser des consultations, mais aussi résoudre directement une grande partie des problèmes médicaux: que ce soit lors d'une conversation téléphonique ou – particulièrement approprié – lors d'un appel vidéo en voyant par eux-mêmes immédiatement leurs patientes et patients.

Vous aimeriez savoir si une visite médicale virtuelle est indiquée dans votre cas? Découvrez ici en quoi cela consiste et combien coûte une telle prestation.



Médecin de famille en ligne

C'est facile! Consultez en ligne avec Medgate ou eedoctors par appel vidéo ou par téléphone.



Plus d'informations:
sympany.ch/conseil-medical

Problèmes de peau? Réalisez un examen!

Eruption cutanée, grain de beauté particulier, démangeaisons ou rougeurs – grâce à l'examen de la peau OnlineDoctor, vous obtenez rapidement les conseils d'un dermatologue. Vous payez CHF 55.- par carte de crédit, via Paypal ou Twint. Les clientes et clients disposant d'une assurance complémentaire ambulatoire (plus ou premium) sont remboursés par Sympany de CHF 11.- sur présentation de la facture OnlineDoctor.



Plus d'informations sur:
sympany.ch/examen-de-la-peau

Soumettre des factures facilement via **mySympany**

Vous pouvez transmettre vos justificatifs à Sympany via le portail clients mySympany, par courrier ou par e-mail.

Que faire de vos factures de médecin, reçus, justificatifs de remboursement ou du preuve d'un abonnement de fitness?



Le plus rapide et le plus sûr est de les envoyer via le portail clients:

- avec l'app: il suffit de prendre une photo
- sur l'ordinateur: téléchargement au format PDF ou JPG

Garder une vue d'ensemble tout en ménageant l'environnement

Vous recevez sur mySympany votre décompte de prestations – comme d'ailleurs tous les autres documents – dans votre boîte de réception. Cela vous permet de conserver une vue d'ensemble de votre participation aux frais et, en plus, de ménager l'environnement.



Plus d'infos:
sympany.ch/infos-paiement

Une nouvelle carte d'assuré pour 2022?

- **Nouvelle assurance de base chez Sympany à partir de 2022 ou changement d'assureur Sympany:**
vous recevrez votre carte d'assuré au plus tard au début du mois de janvier 2022.
- **Changement de modèle, de franchise ou de couverture accident:**
votre carte restera valable et les modifications seront actives sur la carte à partir du 1er janvier 2022.



Renforcez votre système immunitaire

En plus des mesures d'hygiène, il est important de soutenir le système immunitaire de façon générale, afin de prévenir la grippe saisonnière et les rhumes. Alors, que faire?

Sommeil de qualité

Un bon sommeil régulier a également un effet sur nos défenses immunitaires. Si nous dormons trop peu, nous manquons de réserves pour nous défendre contre les pathogènes.

Régime équilibré

Il est conseillé de manger plus de poisson et de produits laitiers. Tous deux contiennent de la précieuse vitamine D, que notre organisme ne peut pas toujours suffisamment produire en hiver.

Sport et exercice

La natation, le jogging et de longues promenades au grand air sont recommandés.

Comment renforcer nos défenses naturelles:

- bien dormir
- boire suffisamment d'eau
- manger équilibré
- bouger au grand air
- se détendre



Par Michel Wenger,
médecin diplômé,
Responsable
Centramed Bâle
Aeschen



caisse maladie

✓

**bien:
5.0**

bonus.ch

enquête de satisfaction
09/2021

bonus.ch confirme la satisfaction de nos clients

Sympany obtient la note de 5.0 dans l'enquête annuelle de bonus.ch sur la satisfaction des clients. Plus de 3000 personnes interrogées ont évalué le traitement des contrats, la gestion des prestations et le service à la clientèle. Merci de votre confiance!

sympany.ch/satisfaction

