

Ci impegniamo per la vostra salute

Scoprite come approfittare dei nostri servizi



Edizione 2024/25

Helsana
Impegnata per la vita.

Siamo al vostro fianco.

La vostra salute ci sta a cuore. Siamo al vostro fianco quando ne avete bisogno. In ogni momento, ovunque. Affinché rimaniate in salute. Torniate velocemente in salute. O possiate convivere meglio con una malattia.

Vi forniamo motivazione e sostegno se desiderate fare qualcosa per la vostra salute. Siamo a vostra disposizione per fornire una consulenza presso una delle **40 sedi Helsana** in Svizzera e telefonicamente 24 ore su 24. Come **più di due milioni di clienti**, oltre alle varie assicurazioni potete usufruire di numerose offerte interessanti.

L'**app Helsana Coach**, ad esempio, vi aiuta passo dopo passo a raggiungere i vostri obiettivi personali in materia di salute, mentre il **programma bonus Helsana+** premia il vostro stile di vita sano. Infine, gli **Helsana Trail** vi intrigheranno con più di 360 percorsi nel verde in tutta la Svizzera.

Ci impegniamo anche per il nostro bene comune. Ad esempio, con il nostro sostegno a favore di progetti e organizzazioni sociali come la **Fondazione Theodora**, che con i suoi dottori e dottoresse Sogni dona momenti spensierati ai bambini in ospedale.

In qualità di partner ufficiale della **Croce Rossa Svizzera**, Helsana si impegna inoltre a favore della salute e del benessere della popolazione svizzera. Insieme promuoviamo corsi di primo soccorso e misure volte ad alleggerire chi assiste i propri familiari.

Siamo al vostro fianco. Per tutta la vita.

I vostri vantaggi

- 4 Offerte dei partner
- 6 myHelsana

Servizi di consulenza

- 8 Le offerte in sintesi
- 10 Consulenza sulla salute
- 11 Consulenza medica
- 12 Accompagnamento ospedaliero

App per la vostra salute

- 14 App Helsana+
- 15 App Helsana Coach

I nostri impegni

- 16 Croce Rossa Svizzera
- 17 Fondazione Theodora
- 18 Helsana Trail

- 19 Raccomandazione





Offerte dei partner

Assistenza medica migliore, condizioni migliori: collaboriamo con aziende partner selezionate. Ecco come ne beneficiate.

Per i vostri medicinali

Fatevi consegnare i medicinali prescritti dal vostro medico comodamente a casa. I vostri vantaggi: ottenete prezzi agevolati e non dovete pagare nulla per la consegna.

Collaboriamo con quattro affermate farmacie con vendita per corrispondenza: Mediservice, Zur Rose e Xtrapharm vi offrono un assortimento completo, mentre Rothaus direct copre soprattutto determinati medicinali speciali.

Per i mezzi ausiliari medici

Grazie a convenzioni esclusive con svariati fornitori potete acquistare diversi mezzi ausiliari medici a condizioni allettanti, fra gli altri, prodotti per il diabete, mezzi ausiliari in caso di difficoltà respiratorie e incontinenza nonché letti elettrici sanitari e salva-anche.

Gestione semplice dei medicinali con Medi+

Grazie alla nostra partnership con Zur Rose, in myHelsana avete accesso gratuito al servizio online Medi+.

Medi+ vi ricorda, ad esempio, l'assunzione dei vostri medicinali, e potete far rinnovare le ricette direttamente dal vostro medico. Attivate subito il servizio nel portale per i clienti myHelsana e approfittate di pratiche funzioni come il piano di assunzione o il calcolatore del potenziale di risparmio per i farmaci generici.

Per i vostri dati sanitari: Compassana

Gestite tutto ciò che riguarda la vostra salute comodamente in un unico luogo grazie a Compassana. Con l'app avete sempre a portata di mano i dati, come rapporti medici, valori di laboratorio, farmaci o ricette, e siete preparati per appuntamenti medici, ammissione in ospedale o cambio di medico.

Potete gestire i vostri appuntamenti di cura nell'app e visualizzare il percorso terapeutico sulla linea temporale. Su Compassana ricevete e condividete rapporti medici e informazioni in modo sicuro.

Trovate tutti i vantaggi di Compassana su helsana.ch/it/compassana



Scaricate l'app Compassana e iniziate subito.



Volete saperne di più?

Trovate tutti gli sconti e i nostri partner su helsana.ch/sconti-presso-partner

myHelsana

Risparmiate tempo, carta e spese di spedizione: con la cartella digitale myHelsana sbrigiate con estrema facilità e ovunque siate tutte le questioni legate alla vostra assicurazione malattia. myHelsana è disponibile anche come app.

Registratevi
ora su
helsana.ch/myhelsana

Rapida panoramica dei documenti e della partecipazione ai costi

Visualizzate tutti i conteggi delle prestazioni, conoscete lo stato attuale della franchigia e dell'aliquota percentuale e date uno sguardo in ogni momento alle fatture in sospeso.

Comunicazione sicura e crittografata

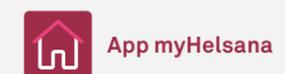
L'accesso a myHelsana e i vostri dati sono protetti grazie ad apposite misure tecniche e organizzative. Inoltre, la comunicazione è crittografata.

Invio comodo delle fatture

Con myHelsana esiste un modo ancora più comodo per inviare i vostri documenti: basta caricare il PDF e spedirlo. E con la funzione di scansione nell'app myHelsana è ancora più semplice: è sufficiente fotografare i documenti con lo smartphone e inviarli direttamente tramite l'app.

Servizi digitali della consulenza medica

Oltre alla consulenza medica gratuita fornita per telefono dal nostro partner Medi24, con myHelsana potete accedere anche al Symptom Checker di myMedi24. Una soluzione pratica soprattutto durante la notte o nei fine settimana: i servizi sono fruibili gratuitamente ogni giorno della settimana, 24 ore su 24.



Scaricate gratuitamente l'app myHelsana sul vostro smartphone o tablet.



Servizi di consulenza

Siamo sempre disponibili ad ascoltarvi. Chiamateci in caso di domande e questioni concernenti la vostra salute o la vostra assicurazione malattia.

Servizio clienti¹

Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 18.00

0844 80 81 82

Consulenza sulla salute²

In caso di domande generiche sulla salute.

Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 20.00

058 340 15 69

Centrale per le chiamate d'emergenza 24 ore su 24¹

In caso di malattia o infortunio all'estero.

24 ore su 24.

058 340 16 11

Sostegno psicologico immediato¹

Dopo eventi traumatici.

Richiamata dopo max. 24 ore.

058 340 16 11

Case management³

Assistenza individuale in situazioni di vita complesse.

Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 17.00

cm.ig@helsana.ch

Consulenza medica di Medi24¹

Per una prima valutazione rapida, per telefono o per via digitale, tramite il portale per i clienti myHelsana.

24 ore su 24.

0800 100 008

Hotline Travelcheck⁴

In caso di domande sui rischi per la salute in viaggio.

24 ore su 24.

058 340 16 22

Consulenza del caso per ricoveri e riabilitazioni¹

Per rivolgere domande su ammissione in ospedale, soggiorni di cura o riabilitazione. Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 18.00

0844 80 81 82

Accompagnamento ospedaliero personale⁵

Colloqui completi con un interlocutore personale in caso di domande prima, durante e dopo la vostra degenza ospedaliera.

Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 17.00

0844 80 81 82

BetterDoc⁶

Raccomandazioni di specialiste e specialisti in caso di interventi.

Dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 17.00

061 551 01 88



Volete saperne di più?

Trovate tutti i nostri servizi di consulenza su

helsana.ch/offerte-di-consulenza

¹ Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela.

² Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela con un'assicurazione integrativa.

³ Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela con un'assicurazione di base.

⁴ Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela che ha stipulato TOP o COMPLETA.

⁵ Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela con HOSPITAL Semiprivato e Privato.

⁶ Il servizio offerto è gratuito per tutta la clientela con un modello alternativo d'assicurazione.





Dal lunedì al venerdì
dalle 8.00 alle 20.00
058 340 15 69¹

24 ore su 24
0800 100 008

Consulenza sulla salute

Rispondiamo alle vostre domande sulla salute in modo competente e personalizzato. Così contribuirete attivamente alla vostra salute.

Che cos'è la consulenza sulla salute?

Le consulenti e i consulenti sulla salute rispondono alle vostre domande in tema di salute: stress, alimentazione, esercizio fisico e salute psichica. Inoltre, vi aiutano a prepararvi ad affrontare un consulto medico e a gestire una diagnosi ricevuta o trattamenti consigliati. Il nostro team di consulenti sulla salute è composto da esperte ed esperti di vari settori specialistici con esperienza pluriennale in una o più professioni sanitarie in Svizzera. Fanno parte del team anche chinesiologi e chinesiologhe, naturopati e naturopate, e psicologi e psicologhe.

Chi può usufruire della consulenza sulla salute?

Tutti coloro che possiedono un'assicurazione integrativa di Helsana possono usufruire gratuitamente di questo servizio.

Come si svolge una consulenza sulla salute?

Potete illustrare il vostro problema relativo alla salute alle nostre e ai nostri consulenti sulla salute tramite colloquio telefonico. Riceverete informazioni chiare e utili su misura per voi nonché raccomandazioni concrete basate su un approccio olistico alla salute.



Maggiori informazioni e l'opzione di richiesta appuntamenti sono disponibili su helsana.ch/consulenza-sulla-salute

¹ Con la vostra telefonata dichiarate di accettare le condizioni di utilizzo e le disposizioni in materia di protezione dei dati della consulenza sulla salute Helsana: helsana.ch/consulenza-sulla-salute

Consulenza medica

I sintomi improvvisi rendono insicuri. Da dove viene questa febbre? Che dolori sono questi? Medi24 risponde alle vostre domande.

Che cos'è la consulenza medica?

Quante volte capita di avere qualcosa senza sapere bene cosa sia. Le domande che sorgono sono molte. Che cosa devo fare? Quando devo rivolgermi al medico? Il personale medico specializzato di Medi24 fornisce consigli concreti tramite la hotline in caso di sintomatologie acute.

A chi si rivolge la consulenza medica?

La consulenza medica è fruibile gratuitamente da tutti gli assicurati Helsana.

Come si svolge una consulenza medica?

Tramite un colloquio telefonico o una videochiamata esponete le vostre domande alle esperte e agli esperti del Centro di competenza di telemedicina Medi24. Nel corso della telefonata ricevete direttamente una valutazione della vostra situazione e una o uno degli esperti vi dà consigli sui passaggi successivi.

Quali sono i nostri servizi digitali?

Se utilizzate il nostro portale per i clienti myHelsana, beneficate dei servizi digitali della consulenza medica. Il Symptom Checker fornisce una semplice prima valutazione. In caso di sintomi visibili potete anche inviare un'immagine o porre le vostre domande tramite videochiamata.



Per registrarsi:
myhelsana.ch/registrazione



Per maggiori informazioni consultate helsana.ch/consulenza-medica

	Consulenza sulla salute	Consulenza medica
Chi può usufruire dell'offerta?	Tutti gli assicurati del gruppo Helsana con un'assicurazione integrativa	Tutti gli assicurati del gruppo Helsana
Per quali richieste?	Domande sulla salute	Disturbi acuti
Quando avviene una valutazione?	Direttamente dopo il colloquio o previo accordo	Direttamente durante il colloquio
Reperibilità?	Dal lunedì al venerdì, dalle 08.00 alle 20.00, al numero 058 340 15 69¹	24 ore su 24 allo 0800 100 008
I servizi digitali sono disponibili?	Possibilità di richiamata dopo richiesta di appuntamento online su helsana.ch/consulenza-sulla-salute	Disponibile tramite myHelsana ²

¹ Con la vostra telefonata dichiarate di accettare le condizioni di utilizzo e le disposizioni in materia di protezione dei dati della consulenza sulla salute Helsana: helsana.ch/consulenza-sulla-salute

² I servizi digitali di consulenza medica di Medi24 sono disponibili soltanto tramite myHelsana. Trovate maggiori informazioni su helsana.ch/myhelsana



Accompagnamento ospedaliero personale

Vi attende un trattamento stazionario in ospedale? Con la vostra assicurazione integrativa ospedaliera HOSPITAL Privato o Semiprivato beneficate gratuitamente di un accompagnamento personale da parte di uno specialista, che vi offre supporto in tutte le questioni prima, durante e dopo la vostra degenza ospedaliera.

I vantaggi di un accompagnamento ospedaliero

- Un referente personale vi offre consulenza durante il vostro trattamento.
- Vi forniamo supporto nel coordinare le fasi principali e vi sgraviamo da incarichi di natura amministrativa.
- Vi informiamo in merito alle prestazioni di prim'ordine assicurate in modo che ne possiate beneficiare.
- Questo servizio è gratuito ed esclusivo per i clienti con HOSPITAL Privato e Semiprivato.¹

¹ Questo servizio di consulenza è una prestazione di Helsana. Non sussiste alcun diritto alle prestazioni del servizio e il loro utilizzo è facoltativo. Tutti i vostri dati vengono trattati secondo severe direttive in materia di protezione dei dati. Vi invitiamo a leggere le disposizioni sulla protezione dei dati su helsana.ch/accompagnamento-ospedaliero

In quale questione riguardante la vostra degenza ospedaliera possiamo esservi di aiuto?

Prima della degenza

- Vi prepariamo nel modo migliore alla degenza ospedaliera.
- Chi si assume quali costi?
 - Quali informazioni bisogna fornire nel modulo di ammissione?
 - Quali domande devo porre agli specialisti medici durante il colloquio di ammissione?
 - Come posso organizzare il viaggio di andata?
 - Devo portare i miei medicinali in ospedale?

Durante la degenza

- Vi accompagniamo con un referente personale per tutta la durata della vostra degenza ospedaliera.
- Come posso prepararmi in maniera ottimale al colloquio di dimissione?
 - Come posso organizzare il viaggio di ritorno a casa?
 - Quali trattamenti e appuntamenti seguono alla degenza ospedaliera?
 - A chi posso rivolgermi in caso di domande mediche sul proseguimento del mio trattamento?

Durante la guarigione

Vi offriamo supporto durante la guarigione a casa.

- Chi mi aiuterà nella gestione dell'economia domestica o nell'assistenza ai bambini?
- Come posso affrontare la mia vita di tutti i giorni nel modo più facile possibile?
- Come posso contribuire attivamente alla mia guarigione?



Per maggiori informazioni consultate helsana.ch/accompagnamento-ospedaliero

App Helsana+

Con Helsana+ potete raccogliere ogni anno punti Plus per un valore di oltre 300 franchi¹. Tali punti possono essere convertiti in contanti, buoni premio o donazioni. Caccia ai punti!

Fare movimento

Praticate attività fisica come nuotare, correre, fare escursioni, camminare o andare in bicicletta? Ora con l'app Helsana+ potete trasformare il movimento in preziosi punti Plus. Sugli Helsana Trail raccogliete punti aggiuntivi.

Previdenza

Con misure di prevenzione come corsi dedicati al rilassamento, all'esercizio fisico e all'alimentazione o check-up, vi prendete cura della vostra salute e al tempo stesso raccogliete punti Plus.

Affiliazioni

Siete membri di una palestra o di un'associazione sportiva? Allora riceverete punti Plus. Ma anche le affiliazioni in ambito sociale ripagano.

Legame con Helsana

Premiamo tutti coloro che per anni ci hanno onorato della loro fedeltà o che ci hanno consigliato con esito positivo a familiari, amici e conoscenti. Inoltre, anche utilizzando il nostro portale per i clienti myHelsana raccogliete punti Plus.

Challenge

Partecipate alle sfide e mettete alla prova le vostre conoscenze nei nostri quiz, con cui potete raccogliere punti Plus aggiuntivi.



App Helsana+

Scaricate gratuitamente l'app Helsana+ sul vostro smartphone e iniziate subito a raccogliere i punti. Vi aspetta un «bonus di benvenuto» di 500 punti.



¹ Per clienti con almeno un'assicurazione integrativa. Chi dispone di un'assicurazione di base può raccogliere annualmente punti Plus del valore di 75 franchi.

App Helsana Coach

Helsana Coach vi aiuta a raggiungere i vostri obiettivi personali in materia di salute e ad accrescere il vostro benessere. Nell'app trovate proposte di attività e consigli su esercizio fisico, alimentazione e attenzione consapevole – stabilite voi il vostro obiettivo.

Sostegno individuale

Che si tratti di mangiare in modo più sano, allenarsi con maggiore regolarità o calmare la mente, ponetevi degli obiettivi personali in materia di salute. Helsana Coach vi propone quindi le unità giornaliere o i programmi maggiormente adatti ai vostri obiettivi.

Approccio olistico

Nell'app Helsana Coach trovate oltre 500 ricette equilibrate, più di 110 programmi di esercizio fisico e oltre 100 esercizi di attenzione consapevole. Inoltre, potete partecipare alle Live Class di fitness e di cucina da casa in qualsiasi momento.

Panoramica dei progressi

L'app Helsana Coach riepiloga i vostri progressi settimanali. Vi mostra quanti punti avete raccolto nelle categorie Allenamento, Attenzione consapevole e Conoscenze.

Una preziosa ricompensa

Le unità e i programmi completati nell'app Helsana Coach non solo vi avvicinano al vostro obiettivo in materia di salute, ma arricchiscono anche il vostro saldo punti Plus in Helsana+.

Nota: per utilizzare l'app Helsana Coach è necessario avere un account Helsana+.



App Helsana Coach

Scaricate gratuitamente l'app Helsana Coach sul vostro smartphone e iniziate.





Fondazione Theodora

In qualità di partner della Fondazione Theodora, Helsana contribuisce a donare ogni anno momenti spensierati a oltre 115 000 bambini malati in ospedale.

Siamo orgogliosi di essere partner della Fondazione Theodora e grati del prezioso lavoro dei suoi dottori e dottoresse Sogni, che ogni giorno creano momenti magici e fanno brillare gli occhi ai bimbi in ospedale. Con questo impegno facciamo in modo che ogni anno le dottoresse e i dottor Sogni possano far visita a più di 115 000 bambine e bambini in ospedali e istituti specializzati in tutta la Svizzera.

Grazie al gioco e all'atmosfera allegra questi possono tornare a sorridere, sognare ed essere semplicemente bambini. Gli oltre 70 dottori e dottoresse Sogni della Fondazione Theodora coinvolgono i bambini in un viaggio colorato nella fantasia, donando animali fatti con i palloncini, cocchinelle o biglietti di auguri e restando così impressi nella memoria del bambino.

Con comicità e fantasia, i dottor Sogni rallegrano i piccoli e le piccole pazienti, ma anche i loro genitori, fratelli e sorelle nonché il personale sanitario. Le artiste e gli artisti appositamente formati visitano 32 ospedali e 27 istituti per bambini con una disabilità e sono operativi in tutta la Svizzera. Durante le loro visite si occupano spontaneamente delle esigenze individuali dei piccoli e delle piccole pazienti.

Helsana sostiene la fondazione da inizio 2016.



Maggiori informazioni sulla nostra partnership con la Fondazione Theodora sono disponibili su helsana.ch/it/theodora

Croce Rossa Svizzera

Come partner ufficiale della Croce Rossa Svizzera, Helsana si impegna a favore della salute e del benessere della popolazione svizzera.

Insieme alla Croce Rossa Svizzera (CRS), lavoriamo per tematiche che ci riguardano tutti come società. Unendo le forze, forniamo un contributo affinché quante più persone possibili sappiano prestare primo soccorso in caso di emergenza. Anche nel caso in cui una persona abbia bisogno di primo soccorso a causa di un problema psichico. Inoltre, promuoviamo misure volte ad alleggerire chi assiste i propri familiari.

La Croce Rossa Svizzera è l'organizzazione umanitaria più grande e antica della Svizzera e riunisce sotto un unico tetto i settori salute, integrazione e soccorso. Con le sue attività, la CRS protegge la vita, la salute e la dignità delle persone in difficoltà. La CRS è presente in tutta la Svizzera con 24

associazioni cantonali, 4 organizzazioni di soccorso e 2 istituzioni e opera in circa 30 paesi del mondo.

Helsana supporta la Croce Rossa Svizzera dall'inizio del 2020.



Maggiori informazioni sulla nostra partnership con la Croce Rossa Svizzera sono disponibili su helsana.ch/it/crs



Helsana Trail

Uscire all'aperto e ricaricarsi: gli Helsana Trail sono circuiti segnalati su cui poter fare jogging, walking oppure escursioni. In tutta la Svizzera ci sono più di 360 Trail.

Sapevate che in tutta la Svizzera ci sono in totale più di 360 Trail distribuiti in 120 località diverse? I Trail sono adatti a tutti i livelli di fitness: la loro lunghezza varia da 1 a 25 chilometri.

Raccogliere punti con Helsana+

Con la mappa dei trail su helsana.ch troverete tutti i percorsi, le distanze e le altimetrie dell'Helsana Trail da voi scelto. Utilizzate il vostro fitness tracker e collegatevi all'app Helsana+. In questo modo potrete non solo godervi la natura sugli Helsana Trail, ma anche guadagnare punti Plus. Su qualsiasi percorso e per ogni tipo d'allenamento.

Nella mappa dei trail trovate anche le migliori attrazioni situate lungo gli Helsana Trail e nei loro dintorni, tra cui punti panoramici, parchi giochi, strutture balneari e musei.



Volete saperne di più?

Potete trovare tutti i percorsi nella mappa dei trail su helsana.ch/it/trails



Raccomandazione

La copertura assicurativa di Helsana vi offre un senso di sicurezza? Condividete le vostre esperienze positive e raccomandateci.

La vostra ricompensa

Le cose belle vanno condivise. Se la persona da voi raccomandata stipula un'assicurazione di base e un'assicurazione integrativa con noi, vi verseremo 100 franchi. Inoltre, riceverete anche 1500 punti Plus sul vostro conto Helsana+ una volta all'anno.

Ecco come funziona

1. Invitate parenti o conoscenti

Convincete i vostri parenti o conoscenti dei vantaggi di Helsana e chiedete il permesso di comunicarci i loro dati di contatto. Segnalate solo persone interessate che desiderano ricevere un'offerta.

2. Compilate il modulo online

Inviateci i dati di contatto vostri e della persona interessata. Importante: dovete essere entrambe o entrambi maggiorenni e avere il domicilio in Svizzera.

3. La persona interessata riceve l'offerta

In seguito all'invio del modulo la persona viene contattata e riceve un'offerta non vincolante da parte nostra.

4. Ricompensa alla stipulazione

Se la persona che avete indicato finalizza la stipulazione di un'assicurazione di base e di almeno un'assicurazione integrativa presso Helsana, vi verseremo 100 franchi.

Il nostro ulteriore grazie

Se utilizzate l'app Helsana+ e la vostra raccomandazione va a buon fine, avete la possibilità di guadagnare inoltre, una volta all'anno, 1500 punti Plus che vi saranno accreditati sul vostro conto Helsana+.



Vi interessa?

Il modulo per la raccomandazione è disponibile online su helsana.ch/raccomandare

Siamo al vostro fianco.

Gruppo Helsana
0844 80 81 82
helsana.ch/contatto
helsana.ch/sedi

Premiata con eccellenti voti.

