

## Klebeetiketten – und alles geht rascher

**Wir bekommen täglich Post, die wir wegen fehlender Angaben nicht sofort verarbeiten können.**

Kunden, die unsere praktischen Klebeetiketten verwenden, helfen uns, die riesige Menge an täglich anfallender Post zu sortieren und richtig zuzuordnen. Durch ihren Einsatz verkürzt sich die Verarbeitung der Belege deutlich und Verwechslungen werden vermieden.

Wir bitten Sie, folgende Regeln einzuhalten:

- Kleben Sie bitte auf jedes Dokument eine Etikette.
- Bei mehrseitigen Dokumenten kleben Sie bitte nur auf die erste Seite eine Etikette.
- Überkleben Sie keinen Text.
- Kreuzen Sie an, ob es sich bei Behandlungen um Unfall, Krankheit oder um Mutterschaft handelt.

Falls Sie keine Klebeetiketten mehr haben, können Sie bei Ihrer Kundenberaterin neue bestellen.



## Zu gewinnen: Musical-Tickets

Das Musical «Elisabeth» ist das Ereignis des Sommers am Thunersee: Weltweit feierte es grosse Erfolge und wird nun an den Thuner Seespielen präsentiert. Wir verlosen unter den Genossenschaftlern und Online-Kunden 40 Tickets für die Aufführung am 19. Juli. Geniessen Sie vor dem Schauspiel eine zweistündige Abendfahrt auf dem

wunderschön dekorierten Musical-Schiff. Lassen Sie die herrliche Atmosphäre des Berner Oberlands auf sich wirken und sich bei einem 3-gängigen Gourmet-Menü in die Welt der kulinarischen Köstlichkeiten entführen. Mit der Antwortkarte können Sie am Wettbewerb teilnehmen. Pro Gewinnerin und Gewinner gibt es zwei Tickets.

## KPT-Exklusiv: der Velohelm mit patentierter Innen- und Aussenschale – mehr Sicherheit und Stabilität für kluge Köpfe!

In Zusammenarbeit mit dem Verkehrs-Club der Schweiz (VCS) bieten wir allen KPT-Genossenschaftlern die einmalige Gelegenheit, einen Hightech-Fahradhelm (made in Italy) zum attraktiven Spezialpreis zu beziehen. Wer viel mit dem Fahrrad unterwegs ist, weiss, wie wichtig es ist, den Kopf vor Verletzungen zu schützen. Unser KPT-Exklusiv-Angebot bietet ein Höchstmass an Komfort und übertrifft die Anforderungen in Bezug auf Bruchfestigkeit und Stabilität – dank dem patentierten Sandwich-Inmould-Schalensystem – um ein Vielfaches! Das Helmmodell «SHAIN BK-71 Top» passt für Jugendliche/Erwachsene mit Kopfum-

fang von 54 bis 61 cm. Die Grösse kann mittels Drehsystem stufenlos angepasst werden. Der Tophelm wiegt nur 260 g, besitzt zahlreiche Lüftungsöffnungen und kann mit einem «Sonnenschirm» ergänzt werden. Ein 3M-Reflektor sorgt für Sichtbarkeit bei Nacht. Lieferbar in Silber mit attraktivem Karbonmusterdruck. Der Spezialpreis für KPT-Genosschafter beträgt CHF 119.– statt 149.– exkl. Versand- und Verpackungskostenanteil von CHF 6.50. In diesem Preis inbegriffen ist zudem ein Set «illumWheel»-LED-Radlichter im Wert von CHF 24.50. Das Angebot ist gültig bis spätestens 31. Juli 2006. Mehr Infos unter



www.vcs-boutique.ch oder unter Tel. 062 956 56 56. Bitte benutzen Sie die beiliegende Antwortkarte für Ihre Bestellung.

# Inform

Die Kundenzeitschrift  
der KPT/CPT



## KPT zündet Prämien-spar-Feuerwerk

**Blicken Sie entspannt auf die nächste Prämienrunde: In der kostengünstigen alternativen Grundversicherung KPTwin.win garantiert die KPT bereits heute unveränderte Prämien für 2007. Sparen können Sie auch mit dem vorteilhaften Online-Vertrag.**

### Prämiengarantie für 2007

Kaum hat der Frühling begonnen, gewährt Ihnen die KPT bereits einen Ausblick auf kommende Sparmöglichkeiten und Produktinnovationen für das Jahr 2007: Sind Sie in der alternativen Grundversicherung der KPT versichert? Dann können Sie die nächste Prämienrunde gelassen hinnehmen, denn alle Versicherten des innovativen Grundversicherungsmodells **KPTwin.win** profitieren im kommenden Jahr von garantiert gleich tief bleibenden Prämien. Im Ärztenetzmodell **KPTwin.plus** erhöht die KPT den Prämienrabatt auf die obligatorische

Krankenpflegeversicherung (OKP) von 15 auf 20 %, was je nach Wohnort und Kostenentwicklung ebenfalls einer Prämiennullrunde entspricht. In den Genuss der Prämien-garantie 2007 kommen Sie natürlich auch, wenn Sie sich jetzt für KPTwin.win oder KPTwin.plus anmelden.

### Sparen mit der Online-Versicherung

Über 60 000 Kunden der KPT nutzen heute schon die vielfältigen Möglichkeiten der Online-Versicherung KPTnet auf [www.kpt.ch](http://www.kpt.ch). Wenn Sie Ihre schriftliche Kommunikation mit der KPT per E-Mail abwickeln und auf Papierdokumente verzichten, profitieren Sie ab dem 1. Januar 2007 von einem neuen **Online-Bonus** von 5 % auf allen Zusatzversicherungen. Doch damit nicht genug: Online-Kunden, die sich für eine 3-jährige Versicherungsdauer bei der Krankenpflege-Plus-Versicherung (AP) und der Spitalkostenversicherung (H) entscheiden, erhalten ab dem 1. Januar 2007 zusätzlich einen Treuerabatt von 20 % auf der ersten Jahresprämie, was über die gesamte Laufzeit einer Ermässigung der Monatsprämie von über 6 % entspricht.

Last but not least wird die KPT ihre Produktpalette ab 2007 mit einigen weiteren attraktiven Angeboten ergänzen, die wir Ihnen in der zweiten Jahreshälfte vorstellen.

Näheres zum Prämien-spar-Feuerwerk der KPT verrät Ihnen schon heute [www.kpt.ch](http://www.kpt.ch) bzw. Ihre Kundenberaterin oder Ihr Kundenberater.

## Editorial

Heute nutzen in der Schweiz bereits 7 von 10 Personen das Internet. Als eine der ersten Krankenkassen hat die KPT das Internet nicht bloss als zusätzliches Informationsmittel, sondern als vollwertigen Vertriebs- und Kommunikationskanal eingesetzt. Mit der Anfang 2003 lancierten und seither laufend ausgebauten Interaktionsplattform KPTnet etablierte die KPT die branchenweit fortschrittlichste Online-Lösung in der Schweizer Krankenversicherung. Bereits sind es über 60 000 Kundinnen und Kunden der KPT, die es zu schätzen wissen, via KPTnet rund um die Uhr Übersicht und Kontrolle über die eigene Versicherungsdeckung zu erhalten und etwa Änderungen an der Versicherungspolice ganz einfach eigenhändig vorzunehmen. Aufgrund dieser grossen Zustimmung setzt die KPT in Zukunft noch verstärkt auf das Internet. Einsparungen, die der Online-Kanal auf Verwaltungsseite ermöglicht, gibt die KPT gerne in Form von besonderen Rabatten und exklusiven Produkten an die Kundinnen und Kunden mit Online-Vertrag weiter. Je eher Sie sich also auf [www.kpt.ch](http://www.kpt.ch) einloggen, desto mehr können Sie profitieren.

Herzlichst, Ihre KPT

## Rad fahren: Schon zehn Minuten reichen

**Das Rad nehmen für kurze Strecken, was bewirkt das schon? Eine ganze Menge, bereits zehn Minuten am Tag bringen viel.**



Die Tage werden länger und wärmer, die Natur blüht auf. Da holt manch ein Radmuffel sein Fahrrad aus dem Keller. Ein Aufwand, der sich lohnt: Wer für den Weg zum Bäcker oder zur Arbeit das Fahrrad nimmt, lebt gesünder. Mit zehn Minuten am Tag können Sie Ihren Energieverbrauch um bis zu 140 Kalorien steigern. Eine kleine Tour am Wochenende verbrennt zusätzliche Kalorien und steigert die Ausdauer.

### Tipps

Lassen Sie das Auto stehen, verzichten Sie auf den Bus und schwingen Sie sich auf den Sattel. Damit das Radfahren zum Erfolg wird, hier ein paar einfache Tipps.

**Sattel:** Achten Sie auf einen guten, bequemen Sattel.

**Sitzhaltung:** Am besten sitzen Sie aufrecht auf dem Sattel. Ausserdem sollte er so eingestellt sein, dass beim Durchtreten das Knie leicht gebeugt bleibt.

**Velohelm:** Kluge Köpfe schützen sich – profitieren Sie von unserer Velohelm-Aktion (KPT-Exklusiv, Seite 4).

**Fahrvergnügen:** Mit gepumpten Reifen und geölter Kette fährt es sich leichter.

**Satteltasche oder Velokorb:** Schwere Taschen auf dem Rücken zu transportieren, ist auch bei kürzeren Strecken unangenehm. Eine Satteltasche oder ein Velokorb schaffen hier Abhilfe.

**Regenjacke:** Mit einer Regenjacke sind Sie gegen nasse Überraschungen gewappnet.

## Iss dich glücklich – Frühlingsgefühle für den Körper

**Die Badesaison steht vor der Tür. Viele wollen auf die Schnelle noch ein paar Kilos loswerden und machen eine Diät. Oft mit wenig Erfolg: ein Plädoyer für mehr Genuss beim Essen.**

Glyx, Atkins und Trennkost, die Liste von möglichen und unmöglichen Diäten ist lang. Gute Kohlenhydrate, schlechte Fette und ungeschickte Kombinationen. Manch einem brummt der Kopf vor lauter Verhaltensregeln. Was darf ich essen und was nicht? Was ist gesund und was eine ernährungstechnische Sünde? Ratlosigkeit macht sich breit.

### Auf den Körper hören

«Esst endlich normal», fordert deshalb der Leiter des Europäischen Institutes für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaft in München, Udo Pollmer. Nicht alles, was wir gerne essen, ist ungesund. Problematisch ist vor allem das schlechte Gewissen, die ständige Sorge, das Richtige zu sich zu nehmen.

Essstörungen werden immer häufiger. Vor lauter Ernährungstipps hat manch einer vergessen, auf seinen Körper zu hören. Dabei würde er uns eigentlich sagen, was wir brauchen.

### Gesünder und glücklicher

Nichts ist Gift und alles ist Gift, auf die Dosis kommt es an – dieses alte Sprichwort gilt noch immer. Macht sich jemand beim Verzehr von so genannten Fettmachern wie Schokolade und Fast Food ständig ein schlechtes Gewissen, leidet die Lebensqualität erheblich. Von Frühlings- oder Sommergefühlen keine Spur. Dabei schadet ein Stück Kuchen oder ein wenig Schokolade nicht. Im Gegenteil: Glaubt man neuesten Studien, ist einer, der das isst, worauf er Lust hat, gesünder und glücklicher als jemand, der das zu sich nimmt, was er für gesund hält. Glückliches Essen also!



## Betreuungsprogramm für Personen mit Bluthochdruck

**Die KPT hat zusammen mit Medgate ein neues Betreuungsprogramm für Versicherte mit Bluthochdruck entwickelt.**



Die Volkskrankheit Bluthochdruck (Hypertonie) verursacht rund 45 % aller Todesfälle in der Schweiz. 25 % der erwachsenen Bevölkerung leiden daran. Unbehandelter Bluthochdruck verursacht Herzerkrankungen und führt oft zum Schlaganfall. Als chronische Krankheit muss Hypertonie regelmässig kontrolliert und medikamentös behandelt werden.

Der Erfolg einer Bluthochdruckbehandlung hängt entscheidend von der richtigen Therapie und ihrer Beachtung ab. Die KPT und das Zentrum für Telemedizin Medgate haben ein neuartiges Betreuungsprogramm entwickelt: Ortsungebundene Selbstmessungen und telemedizinische Beurteilungen sichern die richtige Behandlung. Falls Sie an Bluthochdruck leiden und Ihr Blutdruck regelmässig erhöht (über 140/90) ist, bieten wir Ihnen ein komfortables Betreuungsprogramm an. Mehr Informationen erhalten Sie zu Bürozeiten bei Medgate unter

061 377 88 53

## Die KPT in Kürze

KPT	2005	2004
Versicherte insgesamt per 31.12.	344 766	347 054
Mitarbeitende		
Hauptsitz	186	198
Aussenorganisation	172	198
Anzahl Stellen 100 %	297	314

### Genossenschaft KPT/CPT Krankenkasse

Obligatorische Krankenversicherung:

Versicherte per 31.12.	318 610	321 261
Versicherungsaufwand pro Versicherten in CHF	2 408,62	2 301,70
Verwaltungsaufwand in % des Prämienertes	5.63	6.51
Reserven in % der Versicherungsprämien netto	15.05	16.05
Rückstellungen in % der Leistungen netto	28.00	28.00
Jahresergebnis in Mio. CHF	-8,5	15,1
Zahlungen an Risikoausgleich in Mio. CHF	24,5	35,3

### KPT Versicherungen AG

Versicherte mit Spalkostenversicherung per 31.12.	261 332	262 401
davon mit Halbprivatdeckung	79 079	81 809
davon mit Privatdeckung	14 815	15 066
Verwaltungsaufwand in % des Prämienertes	11.92	9.15
Rückstellungen für unerledigte Versicherungsfälle in % der Leistungen netto	49.11	34.98
Sicherheits- und Schwankungsrückstellung in % der Leistungen netto	37.39	35.59
Jahresergebnis in Mio. CHF	1,7	1,8

Den KPT-Geschäftsbericht 2005 können Sie auf [www.kpt.ch](http://www.kpt.ch) herunterladen oder per E-Mail ([gls@kpt.ch](mailto:gls@kpt.ch)) und Fax (058 310 82 35) bestellen.

## Was sind Lifestyle-Präparate?

**Die KPT bezahlt keine so genannten Lifestyle-Präparate. Nach den allgemeinen Versicherungsbedingungen (VVG) sind diese von der Krankenpflege-Plus-Versicherung nicht gedeckt.**

Der Begriff «Lifestyle-Präparat» tönt modern und urban. Im ersten Moment ist man überrascht, dass damit ein Medikament gemeint ist. Es handelt sich dabei um eine Kategorie von Präparaten, welche die KPT nicht als therapeutische Massnahme anerkennt, sondern als zusätzliche, zum Teil nicht unerlässliche Hilfe einstuft. Teilweise ist die Wirkung von Lifestyle-Medikamenten umstritten. Eine therapeutische Massnahme wird im Gegensatz dazu als nötige und wirksame Methode gegen eine Krankheit eingestuft. Die KPT übernimmt keine Kosten für Lifestyle-Präparate.

Hier finden Sie eine Liste mit den gängigsten Lifestyle-Präparaten:

**Erektionsstörung:** Muse, Levitra, Cialis, Viagra, Uprima, Happy Love

**Gewichtsreduktion:** Reductil, Xénical

**Drogenersatz:** Diaphin

**Haarverlust:** Propecia

**Psychische Störungen:** Subutex

**Dermatologische Störungen:** Kenergon

Diese Liste ist nicht abschliessend.