

## PRIMEO: elenco degli istituti partner

Prima di un trattamento o di un check-up ci telefoni allo **0844 80 81 82**. Le forniamo una consulenza e ci occupiamo dei contatti necessari. Gli assicurati che dispongono di un modello alternativo nell'assicurazione di base sono pregati di rivolgersi dapprima al loro medico di famiglia risp. alla consulenza sanitaria di telemedicina.

Stato 13.3.2018. Durante il corso dell'anno tale lista può subire delle modifiche. Si riservano dunque eventuali cambiamenti.

### Ospedali per malattie acute

| Cantone | Luogo        | Clinica                                | Libera scelta del medico e prestazioni di comfort per interventi, trattamenti e consultazioni ambulatoriali | Check-up        | Possibilità di pernottamento |
|---------|--------------|--|---|-----------------|------------------------------|
| AG      | Aarau        | Hirslanden Klinik Aarau                | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Aarau        | Kantonsspital Aarau                    | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Dättwil      | Kantonsspital Baden                    | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
| BE      | Berna        | Hirslanden Bern, Klinik Beau-Site      | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Berna        | Hirslanden Bern, Klinik Permanence     | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Berna        | Hirslanden Bern, Salem-Spital          | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Berna        | Lindenhofspital                        | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
|         | Berna        | Klinik Sonnenhof                       | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
|         | Bienne       | Spitalzentrum Biel                     | ✓   | –               | Hotel                        |
|         | Burgdorf     | Operationszentrum Burgdorf             | ✓   | –               | Hotel                        |
|         | Thun         | Spital STS AG                          | ✓   | –               | Ospedale / hotel             |
| BL      | Varie        | Kantonsspital Baselland                | ✓   | –               | Hotel                        |
|         | Münchenstein | Klinik Birshof                         | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
| BS      | Basilea      | Merian Iselin Klinik                   | ✓   | –               | Hotel                        |
|         | Basilea      | St. Claraspital                        | ✓   | –               | Hotel                        |
|         | Basilea      | Universitäts-Kinderspital beider Basel | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
| GE      | Carouge      | Clinique de Carouge                    | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
|         | Meyrin       | Hôpital de la Tour                     | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |
| GR      | Coira        | Kantonsspital Graubünden               | ✓   | Check-up medici | Ospedale / hotel             |

## Ospedali per malattie acute

| Cantone | Luogo             | Clinica                                 | Libera scelta del medico e prestazioni di comfort per interventi, trattamenti e consultazioni ambulatoriali | Check-up                                       | Possibilità di pernottamento |
|---------|-------------------|---|---|--|------------------------------|
| LU      | Lucerna           | Klinik St. Anna                         | ✓   | Check-up medici                                | Ospedale / hotel             |
|         | Lucerna           | Luzerner Kantonsspital                  | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | Nottwil           | Centro svizzero per paraplegici         | –   | Check-up sportivi                              | –                            |
| NE      | La Chaux-de-Fonds | Clinique de la Tour                     | ✓   | –  | Hotel                        |
| SG      | Altstätten        | Spital Altstätten                       | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | Grabs             | Spital Grabs                            | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | San Gallo         | Klinik Stephanshorn                     | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | San Gallo         | Oberwaid – Kurhotel und Privatklinik    | –   | Check-up medici /<br>Check-up contro lo stress | Hotel                        |
|         | Uznach            | Spital Linth                            | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | Walenstadt        | Spital Walenstadt                       | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | SH                | Sciaffusa                               | Klinik Belair   | ✓  | –                            |
| TI      | Bellinzona        | Ente Ospedaliero Cantonale EOC          | ✓   | Check-up medici /<br>Check-up sportivi         | Hotel                        |
| VD      | Losanna           | Clinique de La Source                   | ✓   | Check-up medici                                | Ospedale / hotel             |
|         | Losanna           | Hirslanden Lausanne, Clinique Bois Cerf | ✓   | Check-up medici                                | Ospedale / hotel             |
|         | Losanna           | Hirslanden Lausanne, Clinique Cecil     | ✓   | Check-up medici                                | Ospedale / hotel             |
|         | Losanna           | Hôpital ophtalmique Jules Gonin         | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
| ZG      | Baar              | Zuger Kantonsspital                     | ✓   | Check-up medici                                | Ospedale / hotel             |
|         | Cham              | Andreas Klinik                          | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
| ZH      | Schlieren         | Spital Limmattal                        | ✓   | Check-up medici                                | Hotel                        |
|         | Schwerzenbach     | Klinik Pyramide                         | ✓   | –  | Ospedale / hotel             |
|         | Uster             | Spital Uster                            | ✓   | Check-up medici                                | Hotel                        |
|         | Zurigo            | Checkup Center Zürich                   | –   | Check-up medici /<br>Check-up sportivi         | –                            |

## Ospedali per malattie acute

| Cantone | Luogo  | Clinica                | Libera scelta del medico e prestazioni di comfort per interventi, trattamenti e consultazioni ambulatoriali | Check-up          | Possibilità di pernottamento |
|---------|--------|------------------------|---|-------------------|------------------------------|
| ZH      | Zurigo | Kinderspital Zürich    | ✓   | –                 | Ospedale / hotel             |
|         | Zurigo | Klinik Hirslanden      | ✓   | Check-up medici   | Ospedale / hotel             |
|         | Zurigo | Klinik im Park         | ✓   | –                 | Ospedale / hotel             |
|         | Zurigo | Klinik Pyramide am See | ✓   | –                 | Ospedale / hotel             |
|         | Zurigo | Schulthess Klinik      | ✓   | Check-up sportivi | Ospedale / hotel             |

## Riabilitazione

| Cantone | Luogo        | Clinica                 | Prestazioni di comfort durante il programma di riabilitazione ambulatoriale | Check-up | Possibilità di pernottamento |
|---------|--------------|-------------------------|---|----------|------------------------------|
| AG      | Baden        | RehaClinic Baden        | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
|         | Bad Zurzach  | RehaClinic Bad Zurzach  | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
|         | Rheinfelden  | Reha Rheinfelden        | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
| GL      | Braunwald    | RehaClinic Braunwald    | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
|         | Glarona      | RehaClinic Glarus       | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
| TG      | Zihlschlacht | Rehaklinik Zihlschlacht | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
| TI      | Brissago     | Clinica Hildebrand      | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
| ZH      | Kilchberg    | RehaClinic Kilchberg    | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |
|         | Zollikerberg | RehaClinic Zollikerberg | ✓   | –        | Ospedale / hotel             |

## Cliniche psichiatriche

| Cantone | Luogo          | Clinica   | Prestazioni di comfort durante consultazioni ambulatoriali | Check-up            | Possibilità di pernottamento |
|---------|----------------|---|--|---------------------|------------------------------|
| BE      | Münchenbuchsee | Privatklinik Wyss                                 | ✓  | –                   | Hotel                        |
| TG      | Frauenfeld     | Clenia Externer Psychiatrischer Dienst Frauenfeld | ✓  | –                   | Hotel                        |
|         | Littenheid     | Clenia Littenheid AG                              | ✓  | Mental Health (50+) | Hotel                        |
|         | Sirnach        | Clenia Externer Psychiatrischer Dienst Sirnach    | ✓  | –                   | Hotel                        |
| ZH      | Männedorf      | Clenia Psychiatriezentrum Männedorf               | ✓  | –                   | Hotel                        |
|         | Meilen         | Privatklinik Hohenegg                             | ✓  | Burnout             | Hotel                        |
|         | Oerlikon       | Clenia Praxis Oerlikon                            | ✓  | –                   | Hotel                        |
|         | Oetwil am See  | Clenia Schlössli AG                               | ✓  | Mental Health (50+) | Hotel                        |
|         | Uster          | Clenia Psychiatriezentrum Uster                   | ✓  | –                   | Hotel                        |
|         | Wetzikon       | Clenia Psychiatriezentrum Wetzikon                | ✓  | –                   | Hotel                        |
|         | Winterthur     | Clenia Praxis Winterthur                          | ✓  | Mental Health (50+) | Hotel                        |

## Dettaglio delle prestazioni

### Libera scelta del medico e prestazioni di comfort per interventi, trattamenti e consultazioni ambulatoriali

- L'offerta degli interventi, trattamenti e consultazioni ambulatoriali può variare a dipendenza del fornitore di prestazioni<sup>1</sup>
- Libera scelta del medico
- Accesso diretto agli specialisti
- Processi speciali prima e dopo il trattamento
- Offerta ampliata di servizi per pazienti e familiari
- Sala di riposo separata per i pazienti dopo l'intervento

### Prestazioni di comfort durante il programma di riabilitazione ambulatoriale

- Offerta ampliata di servizi per ogni giornata di cura
- Sala di riposo separata per i pazienti
- Un menu completo
- Un parcheggio gratuito<sup>2</sup>
- Accesso alla piscina<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Prima di un trattamento o di un check-up ci telefoni allo **0844 80 81 82**. La consigliamo volentieri.

<sup>2</sup> Non disponibile in ogni clinica.

## Dettaglio delle prestazioni

### Possibilità di pernottamento

(Rimborso: al massimo 400 franchi per trattamento fino a 1200 franchi per anni civili)

- La clinica organizza il pernottamento in una camera a uno o due letti (con mezza pensione) in clinica oppure in un Hotel nelle vicinanze.
- Il pernottamento deve avvenire direttamente la notte prima e/o dopo l'intervento ambulatoriale.

### Check-up medici

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anno civile per programmi di check-up)

- Anamnesi dettagliata da parte del medico specialista
- Controllo delle vaccinazioni
- Misurazioni quali il peso, la massa grassa e i liquidi corporei
- Esami del sangue e test di laboratorio adeguati all'età, quali emogramma completo, tasso ematico di lipidi, valore glicemico, funzione renale o valori epatici
- Controllo della funzione cardiocircolatoria e dei fattori di rischio, quali pressione del sangue, frequenza cardiaca, ECG a riposo e sotto sforzo
- Esami della pelle
- Test della funzione polmonare
- Altri esami adeguati individualmente
- Rapporto breve con tutti i risultati rilevanti
- Consulenza da parte di medici ed esperti della prevenzione (discussione dei risultati, di eventuali disturbi della salute e consigli per promuovere le risorse positive)

### Check-up sportivi

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anni civili per programmi di check-up)

- Anamnesi dettagliata da parte del medico specialista
- Misurazioni quali il peso, la massa grassa e i liquidi corporei
- Controllo completo del sangue
- Controllo della funzione cardiocircolatoria e dei fattori di rischio, quali pressione del sangue, frequenza cardiaca, ECG a riposo e sotto sforzo
- Test della funzione polmonare
- Altri esami adatti agli sportivi
- Rapporto breve con tutti i risultati rilevanti
- Consulenza da parte di medici ed esperti della prevenzione (discussione dei risultati, di eventuali disturbi della salute e dei temi quali alimentazione, forma fisica / movimento e rilassamento)

### Check-up contro lo stress

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anni civili per programmi di check-up)

- «Carico di stress individuale» per il riconoscimento precoce delle malattie causate dallo stress/burnout:
- profilo del rischio cardiovascolare individuale con la misurazione della pressione del sangue, della frequenza cardiaca, della composizione del corpo, ecc.
  - controllo completo del sangue (diversi test di laboratorio)
  - misurazione delle prestazioni corporee con successivi consigli per l'allenamento
  - analisi individuale del carico di stress e dell'elaborazione dello stress
  - colloquio di analisi e coaching per la prevenzione e il miglioramento nella gestione dello stress e nell'atteggiamento verso la salute

### Mental Health

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anni civili per programmi di check-up)

- Anamnesi generale
- Analisi generale della situazione e dei problemi
- Rilevamento del problema tramite questionario, quindi discussione, valutazione grafica compresa
- Valutazione dei questionari e dei test
- Discussione finale, consulenza sull'ulteriore modo di procedere compresa

## Dettaglio delle prestazioni

### **Mental Health 50+**

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anni civili per programmi di check-up)

- Anamnesi generale
- Analisi generale della situazione e dei problemi
- Anamnesi speciale specifica per l'età (malattie fisiche e fattori di rischio compresi)
- Accertamento approssimativo di prestazioni cognitive
- Rilevamento del problema tramite questionario, quindi discussione, valutazione grafica compresa
- Valutazione dei questionari e dei test
- Discussione finale con considerazione dei risultati dell'anamnesi, dei questionari, dei test cognitivi, del check-up mind body balance Clenia, consulenza sull'ulteriore modo di procedere compresa

### **Burnout**

(Rimborso: al massimo 1700 franchi ogni tre anni civili per programmi di check-up)

- Colloquio per l'esame clinico con uno psichiatra/psicologo
- Rilevamento del problema tramite questionario
- Valutazione dei questionari e dei test
- Discussione finale con considerazione dei risultati, valutazione generale, raccomandazioni profilattiche e terapeutiche
- In caso di necessità e consenso, colloquio supplementare con il datore di lavoro