



Die als Verein organisierte FKB setzt sich traditionell für tiefe Krankenkassenprämien ein. Auch 2019 hat die liechtensteinische Gesundheitskasse bei der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung die Nase vorn.

FKB-Prämien bleiben stabil!

Gute Nachrichten für die Versicherten: die Prämien für die Obligatorische Krankenpflegeversicherung und auch für alle FKB-eigenen Zusatzversicherungen bleiben stabil. Das bedeutet, dass abgesehen von einzelnen Ausnahmen die Prämien 2019 nicht erhöht werden. Im landesweiten Prämienvergleich in der Grundversicherung liegt die FKB mit den nach wie vor tiefsten OKP-Prämien an der Spitze.

Die individuelle Krankenkassenprämie ist durch die Wahl des Kostenbeteiligungsmodells gestaltbar. Weil immer mehr Versicherte freiwillig eine höhere Kostenbeteiligung wählen, sinkt in Liechtenstein die tatsächlich entrichtete durchschnittliche Erwachsenenprämie mit allen Kostenbeteiligungsvarianten im kommenden Jahr sogar um 0,7 Prozent.

Was ändert sich 2019?

Prämienmässig ändert sich 2019 für FKB-Versicherte – abgesehen von allfälligen Umstufungen in eine neue Tarifierungskategorie – nur wenig: Einzig die Prämien für die Zahnversicherung Dental werden sich leicht erhöhen. Die Anpassungen liegen

für Kinder und Jugendliche zwischen 0 und 2 Franken pro Monat, jene für Erwachsene zwischen 1.50 und 7 Franken. Auf den 1. Januar 2019 gilt zudem eine neue Fassung der Allgemeinen Versicherungsbedingungen (AVB). Auch die AVB der Patientenrechtsschutz-Versicherung mussten durch den Zusammenschluss der beiden Gesellschaften DAS und CAP formal leicht angepasst werden. Die neuen Fassungen sind auf der FKB-Webseite abrufbar. Zu guter Letzt kann es nächstes Jahr zu vereinzelt Anpassungen bei einigen Kollektiv-Taggeldverträgen kommen.

> Fortsetzung auf Seite 2

Editorial

Liebe Leserinnen,
liebe Leser



Die Entwicklung der Gesundheitskosten hängt nicht unwesentlich mit dem medizinischen Fortschritt und der gestiegenen Lebenserwartung der Menschen zusammen. Nach wie vor zentral ist aber unser individuelles Verhalten, was wir für unsere Gesundheit tun und in welchem Ausmass wir medizinische Leistungen beanspruchen. Aussagen darüber, wohin sich die Kosten langfristig bewegen, können selbst Experten nur mit grossen Vorbehalten treffen. Umso erfreulicher ist die aktuelle Situation in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung, die es der FKB erlaubt, weiterhin die tiefsten Prämien in Liechtenstein anzubieten und 2019 auf eine Erhöhung zu verzichten. Lesen Sie dazu den Beitrag über die Nullrunde in fast allen Versicherungsbereichen und was sich im nächsten Jahr ändern wird. Im Gesundheitstipp erfahren Sie, wie gesund Marroni sind und welche wertvollen Inhaltsstoffe sie enthalten. Das FKB-Team wünscht Ihnen eine gute Zeit und einen schönen Herbst. Bleiben Sie gesund!

Herzlichst
Pino Puopolo

Prämien und Reserven

Kurzinterview zur Prämienpolitik und zum Reservenstand der FKB.

Seite 2

> Fortsetzung von Seite 1

Neue Policen

Die zugestellten Policen der FKB haben sich optisch verändert. Dies liegt an der

neuen Krankenversicherungs-Software, die erstmals eingesetzt worden ist. Auf der Police ist zudem die neue Versicherungsnummer aufgeführt. Wie immer empfiehlt die FKB, den Inhalt der Policen

zu prüfen. Bei Fragen stehen die Kundenberaterinnen und Kundenberater gerne für Auskünfte oder eine Beratung zur Verfügung.



Prämien und Reserven der FKB

Im Gespräch mit Geschäftsführer Pino Puopolo

Pino Puopolo, wie kam die Nullrunde bei den Prämien für die Grundversicherung und die FKB-eigenen Zusatzversicherungen eigentlich zustande?

Grundsätzlich sind die Prämien ein Spiegelbild der Gesundheitskosten. Die derzeitige Kostenentwicklung erlaubt uns, aktuell auf Prämien erhöhungen weitgehend zu verzichten.

Stichwort Reserven: Plant die FKB ebenfalls die Rückerstattung eines Teils der Reserven, wie dies ein anderer Krankenversicherer angekündigt hat?

Nein, eine Rückzahlung von Reserven ist bei der FKB nicht vorgesehen. Wir sind

als Verein organisiert und muten unseren Versicherten seit jeher nur die notwendigen Prämien zu. Eine erwachsene Person zahlt bei uns zum Beispiel deutlich weniger OKP-Prämien in der Grössenordnung von 380 bis 400 Franken pro Jahr, wenn man von der ordentlichen Kostenbeteiligung ausgeht.

Bedeutet das, dass die heutige Höhe der Reserven bei der FKB eine Rückzahlung gar nicht zulässt?

Das ist korrekt. Ende 2017 wies die FKB einen Reservenstand von 28 Prozent der Bruttoleistungen in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung aus. Das

entspricht ungefähr den ausbezahlten Leistungen von drei Monaten, danach wären die Reserven aufgebraucht. Das gesetzliche Reservenminimum beträgt gemäss der Verordnung zum Krankenversicherungsgesetz für eine Kasse mit dem Versichertenbestand der FKB derzeit 30 Prozent.

Turnen und Skaten

Bei den Landesmeisterschaften in der Turnhalle Gnetsch in Balzers drehte sich am Wochenende vom 15./16. September alles ums Geräteturnen. Die Zuschauer kamen in den Genuss von spannenden Wettkämpfen.

Wie in den letzten Jahren zeichnete sich die Landesmeisterschaft auch dieses Mal wieder mit einer riesigen Anzahl an Athleten aus. Über 800 Teilnehmer aus Liechtenstein und den Schweizer Kantonen St. Gallen und Appenzell gaben ihr Können zum Besten. Die FKB unterstützt die Arbeit des Turnverbands Liechtenstein als Hauptsponsor und gratuliert zum gelungenen Turnfest.

PumpKing Challenge

Am gleichen Wochenende traf sich auf dem Pumptrack- und Skatepark in Balzers

die regionale Skaterszene zur PumpKing Challenge, die auf einzigartige Weise Skaten, Boarden und Surfen verbindet. Das Fahren auf dem Pumptrack ist zum Trend geworden. Durch rhythmische Arm- und Beinbewegungen, dem «Pumpen», wird der Schwung optimal genutzt, und ohne zu treten oder pushen kann mit ein wenig Geschick und Übung lange auf der Anlage gefahren werden. Die FKB unterstützte diesen Anlass, der ebenfalls der Nachwuchsförderung diente, mit einer Pokalspende.





Überreichung der FKB-Spende an die Krebshilfe Liechtenstein: (v.l.) Marilena Roperti, FKB-Standverantwortliche Lihga, Marion Leal, Krebshilfe Liechtenstein, FKB-Präsidentin Sabine Frei-Wille, Sandra Näscher in Vertretung von Philipp Näscher (Wettbewerbsgewinner) sowie die Wettbewerbsgewinnerin Ute van Frank. Auf dem Bild fehlt Luis Gstöhl.

FKB unterstützt Krebshilfe

Es war ein ziemlicher Andrang am FKB-Stand an der Lihga, wo für einen guten Zweck geradelt wurde. Rund 400 Standbesucher schwangen sich auf den Sattel und legten insgesamt eine Strecke von 164 Kilometern zurück.

Das entspricht mehr als sechsmal der Länge des Landes oder ungefähr der Distanz von Schaan nach Innsbruck. Die FKB spendete für jeden gefahrenen Kilometer 10 Franken und übergab den zusammengekommenen Betrag von 1'640 Franken der Krebshilfe Liechtenstein.

Erfolgreiche Spendenaktion

Wer sich für jeweils eine halbe Minute an der Spendenaktion der FKB beteiligte und sich als Lihga-Radler betätigte, erhielt bei Erreichen einer Mindeststrecke als Dankeschön ein Sofortgeschenk und konnte sich wie alle anderen Standbesucher am Wettbewerb beteiligen. Gefragt

wurde nach den gesamthaft zurückgelegten Kilometern am FKB-Stand. Diese Schätzfrage am besten beantwortet haben Ute van Frank aus Schaan sowie Philipp Näscher aus Gamprin und Luis Gstöhl aus Eschen, die sich über Gutscheine der IG Schaan freuen dürfen.

Fitness und guter Zweck

Die Aktion der FKB sollte zum Radfahren animieren und die Freude an Bewegung fördern. Dies ist aufgrund der grossen Zahl an aktiven Teilnehmerinnen und Teilnehmern gut gelungen. Sie haben es ermöglicht, das die FKB der Krebshilfe Liechtenstein in Anerkennung ihrer wertvollen Arbeit zum 30-Jahre-Jubiläum im Brustkrebsmonat Oktober eine Spende von 1'640 Franken überreichen konnte. Die FKB bedankt sich bei allen, die sich an der Spendenaktion beteiligt haben.



Gesundheitstipp

Marroni – ein heisser Tipp

Neben ihren positiven Eigenschaften und einem geringen Fettanteil verfügen Marroni über zahlreiche gesundheitsfördernde Bestandteile. Sie punkten zum Beispiel mit fettlöslichen B-Vitaminen, die bei der Bildung von roten Blutkörperchen helfen, eine gesunde Haut fördern und das Gehirn unterstützen. So ermöglichen die enthaltenen Vitamine und Phosphor eine Stärkung der Nerven, wie sie vor allem bei intensiver und langer geistiger Arbeit wichtig ist. Das in Marroni enthaltene Spurenelement Mangan hilft dem Körper beim Entgiften.

Wertvolle Inhaltsstoffe

Marroni - auch Edelkastanien oder Esskastanien genannt - haben enorm viele wertvolle Inhaltsstoffe. Wenn wir eine Tüte voll essen, dann ist das, als hätten wir ein ausgewogenes Menü der Vollwertkost mit 5 Gängen zu uns genommen. Marroni enthalten hochwertiges Eiweiss. Sie haben weniger Fett als Nüsse. Aber: Statt Fett enthalten Marroni einiges an Kohlenhydraten und sind somit sehr sättigend. Sie haben viele Ballaststoffe und unterstützen die Verdauung. Und sie sind reich an den Mineralstoffen und Spurenelementen Kalium, Calcium, Phosphor, Schwefel, Eisen, Magnesium, Kupfer, Mangan. Marroni enthalten aber auch die Vitamine E, C, sämtliche B-Vitamine und das Provitamin A Betacarotin. Aus all diesen Substanzen ist schon zu erkennen: Wenn ich das sonst alles aus der Nahrung aufnehmen will, muss ich Gemüse, Obst, Fleisch oder Fisch essen. Darum ersetzt eine Tüte Marroni eine komplette Mahlzeit. Es gibt kaum ein anderes Lebensmittel, in dem so viele verschiedene hochwertige Nährstoffe auf einmal enthalten sind. Nach einer ganzen Tüte Marroni hat man dem Körper somit jede Menge gesunder Inhaltsstoffe zugeführt, die er gut verwerten kann.

Die Menschen hinter dem Kürzel FKB: Unser Team



Pino
Puopolo



Eva-Maria
Hörtnagl-Nutt



Karin
Frick



Marilena
Roperti



Nadine
Rodriguez



Theresia
Külling



Melanie
Oehri



Janine
Karnicar



Tatjana
Wille



Sandro
Ryffel



Karin
Thomann-Nigg

Herzlich willkommen

Karin Thomann-Nigg ist wieder zurück bei der FKB, wo sie bereits von 2002 bis 2008 tätig war. Nach einem längeren Unterbruch hat die Familienfrau und Mutter im Oktober ihre Teilzeitstelle angetreten. Das ganze Team heisst sie herzlich willkommen und wünscht zum Wiedereinstieg in den erlernten Beruf viel Erfolg.

Erneuerungswahl im LKV-Vorstand

Die Delegiertenversammlung des Liechtensteinischen Krankenkassenverbandes (LKV) hat im Juni 2018 FKB-Geschäftsführer Pino Puopolo für die Amtsperiode 2018-2022 erneut in den Vorstand gewählt.

FKB trauert um Andreas Nägele-Tschol

Am 10. Juli 2018 verstarb Andreas Nägele-Tschol, der über eine lange Zeit eng mit der FKB verbunden war. Andreas gehörte während 25 Jahren, von 1981-2006, dem Vorstand an und bekleidete von 2001-2006 das Amt des Vizepräsidenten. Die FKB trauert um ein verdientes Mitglied und wird Andreas in ehrender Erinnerung behalten.



Sie duften herrlich und sind für viele Menschen eine Delikatesse, die einfach zur kälteren Jahreszeit dazugehört: heisse Marroni. Aber sie schmecken nicht nur köstlich, sondern sind auch noch überaus gesund, wie im Gesundheitstipp auf Seite 3 beschrieben ist. Deshalb können Sie diese gesunde Köstlichkeit in vollen Zügen geniessen. Übrigens verlosen wir unter den Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort des FKB-Kreuzworträtsels fünf Gutscheine für heisse Marroni und ein Getränk am Stand «Mausi» auf dem Lindaplatz in Schaan.

In der nächsten Ausgabe

In der nächsten Ausgabe informiert die FKB über den Jahresabschluss 2018 und die Generalversammlung 2019. Wie gewohnt enthält die Sommerausgabe auch wieder einen Gesundheitstipp, den wir Ihnen ans Herz legen. Zudem erfahren Sie das Neueste von der FKB, der liechtensteinischen Gesundheitskasse.

FKB-Termine

Oktober 2018

Versand der Policen an die FKB-Versicherten

31. Oktober 2018

Eingabeschluss für Anträge auf Prämien- und Kostenbeteiligungsverbilligung

31. Oktober 2018

Eingabeschluss beim VCL-Wettbewerb «Radfahren für Ihre Gesundheit»

30. November 2018

Fristablauf für die Reduktion der Wahlfranchise auf eine tiefere Stufe

31. Dezember 2018

Fristablauf für die Wahl einer erhöhten Franchise

Kontakt

Hauptsitz Balzers

FKB – Die liechtensteinische Gesundheitskasse
Gagoz 75
Postfach 363
FL-9496 Balzers
Tel. +423 388 19 90
Fax +423 388 19 91
info@fkb.li
www.fkb.li

Kundendienst Schaan

FKB – Die liechtensteinische Gesundheitskasse
Landstrasse 1/3
Postfach 446
FL-9494 Schaan
Tel. +423 239 70 70
Fax +423 239 70 79
info@fkb.li
www.fkb.li