



Die liechtensteinische Gesundheitskasse

ZITEG

Kundenbedürfnisse im Fokus

Die FKB blickt zurück auf das
Geschäftsjahr 2023

Seite 2

20 Jahre FKB-Ziteg

Am Puls der Gesundheitskasse
Seit dem Sommer 2004 informiert
die Liechtensteinische Gesundheitskasse
ihre Mitglieder und alle Interessierten
zweimal jährlich über ihre Angebote,
Tarife und Dienstleistungen.
Ein kurzer Rückblick auf eine
lange Erfolgsgeschichte.

Seite 4

Die Menschen hinter der FKB

«Wir leben ein kollegiales Miteinander»

Rebecca Siegenthaler, Mitarbeiterin der Abteilung Heilungskosten, im Porträt.

Seite 6



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Gesundheit ist immer ein Thema, das breit und kontrovers diskutiert wird. Derzeit ist es die Spitalfrage, die Medien und Stimmberechtigte beschäftigt. Doch dies wird sich kurz nach der Abstimmung vom 16. Juni wieder ändern, und die Krankenkassenprämien rücken erneut in den Fokus. Nehmen die Gesundheitskosten doch in den Sorgenbarometern Liechtensteins und seiner Nachbarländer in aller Regel Spitzenplätze ein. Wir von der FKB teilen diese Sorgen. Aufgrund der gestiegenen Gesundheitskosten kamen wir leider nicht umhin, die OKP-Prämien auf das laufende Jahr hin zu erhöhen. Dennoch können wir mit unseren Prämien auf dem Markt gut mithalten. Wichtig ist uns dabei neben günstigen Prämien, für unsere Kunden da zu sein und uns um deren Bedürfnisse wie auch Wünsche im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben zu kümmern. Um die hohe Qualität der Kundenbetreuung zu halten, wird ständig an Optimierungen gearbeitet. Beispielsweise wird bis zum Sommer eine Software eingeführt, mit welcher die administrativen Prozesse einfacher erfolgen und besser nachvollzogen werden können. Die Investition in die Ausbildung der Mitarbeitenden wird zudem aktiv betrieben. Denn wie es sich für einen Verein gehört, und nichts anderes ist die FKB von der Rechtsform her, nehmen wir die Wünsche unserer Mitglieder ernst und kümmern uns um ihre Anliegen.

Herzlichst
Karin Zech-Hoop, Geschäftsführerin

Die Kundenbedürfnisse im Fokus

Die Gesundheitskosten im Jahr 2023 sind zum zweiten Mal in Folge massiv gestiegen. Aufgrund einer Leistungssteigerung von 11,35 Prozent konnte es die FKB nicht verhindern, auch die OKP-Prämien der Versicherten anzupassen. Im Taggeldbereich verbleiben die Leistungen ebenfalls auf einem hohen Niveau. Dennoch steht die Liechtensteinische Gesundheitskasse nach wie vor auf einer finanziell gesunden Basis, wovon Sie, liebe Mitglieder, sich an der Generalversammlung vom 2. Juli überzeugen können. Bei dieser Generalversammlung sollen thematisch aber nicht nur die Zahlen im Mittelpunkt stehen. Wichtig ist der Geschäftsführung und den Mitarbeitenden der FKB, dass Sie auch einen Einblick in die tägliche Arbeit in der Geschäftsstelle erhalten. Denn diese war in den vergangenen zwölf Monaten geprägt von zahlreichen Neuerungen, von denen die rund 10'000 FKB-Versicherten profitieren können.

Effiziente Kommunikation, kompetente Mitarbeitende

Ein besonders erfreuliches Ereignis war am 1. Juni – und damit noch im vergangenen Geschäftsjahr – die Einführung der FKB-App, die den Kontakt zwischen den Versicherten und der Gesundheitskasse deutlich vereinfacht. Mit der Applikation haben die Mitglieder alle Versicherungsdaten stets auf dem Handy. Sie bietet aber noch eine ganze Reihe von weiteren Vorteilen. Die Korrespondenz mit der FKB kann digital geführt werden, das Suchen nach der Versichertenkarte hat ein Ende, Belege lassen sich unkompliziert übermitteln. Schon 916 Versicherte nutzen die Möglichkeit, die FKB stets bei sich zu tragen. Das gestaltet die Kommunikation wesentlich effizienter. Der Erfüllung der Kundenbedürfnisse dienen ausserdem eine Reihe interner und mehrere externe Weiterbildungen der Mitarbeitenden in so verschiedenen Bereichen wie Tarmed, Dental- oder Sozialversicherungen. Mehr zu diesen und vielen weiteren Themen erfahren Sie am 2. Juli um 18 Uhr im Kleinen Balzner Gemeindesaal und, wie immer, auch in unserem Jahresbericht, abrufbar unter fkb.li.





Grosse Kontinuität im FKB-Vorstand

Im Sommer laufen die Amtszeiten von drei Mitgliedern des FKB-Vorstands ab. Es handelt sich um Präsidentin Sabine Frei-Wille (Mitte), Horst Büchel (links) und Dr. Ralph Wanger (2. v. l.). Zur grossen Freude von Geschäftsleitung, Mitarbeitenden und Versicherten stellen sich alle drei an

der Generalversammlung vom 2. Juli erneut zur Wahl und damit für eine weitere Mandatsperiode zur Verfügung. Zusammen mit den ebenfalls langjährigen Mitgliedern, Vizepräsidentin Karin Frick (2. v. r.) und Rainer Gopp (rechts), leisten sie Gewähr, dass dem Vorstand wertvolle Er-

fahrung und grosses Know-how erhalten bleiben und in der Arbeit des Lenkungsgremiums der Liechtensteiner Gesundheitskasse weiterhin grosse Kontinuität und ein fruchtbares Klima herrschen. 🌱

Herzlich willkommen bei der FKB-Generalversammlung 2024

Alle FKB-Mitglieder sind herzlich zur Generalversammlung **am 2. Juli 2024 um 18 Uhr im Kleinen Balzner Gemeindesaal** eingeladen.

- 1 Begrüssung
- 2 Abnahme des Geschäftsberichtes, der Jahresrechnung sowie des Revisionsstellenberichtes 2023
- 3 Entlastung des Vorstandes
- 4 Entlastung der Revisionsstelle
- 5 Wahl der Revisionsstelle
- 6 Wahlen
- 7 Frei Anträge / Diskussion
- 8 Präsentation Verein Zeitvorsorge / Projekt Zeitpolster
- 9 Gemeinsames Abendessen und gemütlicher Ausklang

Gleich anmelden:

- +423/388 19 90
- über den Rätsel-Talon
- auf www.fkb.li



FKB-Ziteg: 20 Jahre am Puls der Gesundheitskasse



«Wir von der FKB haben im Grunde genommen nur einen Wunsch: dass es Ihnen gesundheitlich gut geht und Sie sich wohl und fit fühlen.» Mit diesem Worten wandte sich der damalige Geschäftsleiter im Sommer 2004 in der ersten Ausgabe der FKB-Ziteg an die Mitglieder der Liechtensteiner Gesundheitskasse. Dazu beitragen, dass es den Versicherten gut geht, sollten künftig regelmässige Informationen über die Angebote und Tipps für ein gesundes Leben im neuen Publikationsorgan. Inzwischen sind 20 Jahre ins Land gezogen und die FKB-Ziteg hat sich in all dieser Zeit bewährt, wie die vorliegende Ausgabe mit der Nummer 41 beweist.

Gleiches Inhaltskonzept, modernes Layout

Das Konzept, dass die damaligen Verantwortlichen der Publikation zugrundegelegt hatten, erwies sich als Erfolgsmodell. Zahlreiche Gefässe, wie der Gesundheitstipp, das Kreuzworträtsel mit attraktiven Preisen und die wichtigsten Termine für die Versicherten sind der FKB-Ziteg bis heute erhalten geblieben. Das Einzige, was sich wirklich fundamental verändert hat, ist die Gestaltung der Zeitung. Seit Herbst 2023 kommt sie in einem erfrischenden neuen Layout daher und begeistert zusätzlich zu den informativen Texten mit grossformatigen Bildern. Gleichgeblieben ist wiederum in allen 20 Jahren der Wunsch des FKB-Teams: dass es den Mitgliedern gut geht und sie sich rundum, also auch mit ihrer Gesundheitskasse, wohlfühlen. In diesem Sinn wünschen wir Ihnen nur das Beste und viel Spass bei der Lektüre aller kommenden Ausgaben der FKB-Ziteg.



Gagoz 75
Postfach 363
FL-9496 Balzers

Tel. +423 388 19 90
E-Mail: info@fkb.li
www.fkb.li



GESUNDHEITST!PP

Die Sonne sicher geniessen

Die Tage werden nicht nur länger, sondern auch wärmer. Die Sonne zieht die Menschen magisch ins Freie. Doch damit der Genuss keine unangenehmen Begleiterscheinungen hat, gilt es einige Punkte zu beachten. Sonst droht ein Sonnenstich.



Längere direkte Sonneneinstrahlung auf dünn- oder unbehaarten Kopf führt zur Reizung der Hirnhaut, die im Allgemeinen «Sonnenstich» genannt wird. Dabei sind besonders Kleinkinder gefährdet. Häufige Ursache eines Sonnenstichs ist bei diesen die geringe Kopfbehaarung, die dünne Schädeldecke und die offene Fontanelle am kindlichen Schädel. Vor allem Kinder können nach längerem Sonnenaufenthalt hohes Fieber bekommen, das häufig erst nach einiger Zeit auftritt. In diesem Fall ist von einem Hitzschlag die Rede. Einen Sonnenstich können jedoch auch Erwachsene haben. Dessen Symptome sind vielfältig und können, müssen aber nicht alle gleichzeitig auftreten: heisser, roter Kopf und Nacken,

Kopfschmerzen, Übelkeit bis hin zum Erbrechen, Schwindel, Erschöpfung, Verwirrtheit und Bewusstseinsstörungen sowie der Hitzekollaps, der zur Bewusstlosigkeit führt.

Schnell und richtig reagieren

Um einen Sonnenstich gar nicht erst aufkommen zu lassen, empfiehlt es sich, bei sommerlichen Aufenthalten im Freien eine Kopfbedeckung zu tragen, die idealerweise auch den Nacken schützt, und sich regelmässig im Schatten aufzuhalten. Ist es doch passiert, kann die richtige Hilfe Schlimmeres verhindern. Die einfachste und gleichzeitig wichtigste Massnahme bei Symptomen eines Sonnenstichs ist das sofortige Aufsuchen

von Schatten. Am besten eignet sich ein dunkles, kühles Zimmer, aber auch der Schatten von Bäumen kann schon zur Linderung beitragen. Enge, einschnürende Kleidung sollte abgelegt werden. Auch sollten Helfer dem Betroffenen viel Flüssigkeit zuführen. Ideal ist zimmerwarmes Wasser ohne Kohlensäure. Eine weitere nützliche Massnahme ist das Kühlen von Kopf und Nacken mit einem nassen Tuch. Meistens stellt sich so eine rasche Besserung ein. Zeigt eine Person aber Verwirrung, Bewusstseinsstörungen und Krämpfe oder tritt Bewusstlosigkeit ein, muss unbedingt ein Arzt hinzugezogen werden. Doch am besten ist es, vorher eines zu bedenken: Auch im Schatten wird man braun. ☀

Arbeitsunfähigkeit richtig melden

Die FKB bittet, jede Arbeitsunfähigkeit bei Krankheit oder Unfall umgehend nach Beginn der Arbeitsunfähigkeit, auch innerhalb der vertraglichen Wartefrist, der Krankengeldabteilung der FKB zu melden. Gemäss den Ergänzenden Versicherungsbestimmungen für die obligatorische bzw. freiwillige Krankengeldversicherung muss dies bis spätestens 10 Tage nach Beginn der Arbeitsunfähig-

keit geschehen, die FKB lässt aber aus Kulanz die Anmeldung bis 30 Tage zu. Jede Meldung muss dabei zusammen mit einer ärztlichen Bescheinigung eingereicht werden. Rückdatierte Arztzeugnisse können nicht akzeptiert werden. Die Bescheinigungen sollten möglichst als PDF – nicht als Fotodatei – oder im Original per Post eingereicht werden oder direkt per Mail an: taggeld@fkb.li ☀



Code scannen



Kurz und prägnant

5. Juli: Ferien

- Reiseversicherung abklären
- eOKP Einschluss nötig?

Nachfrage beim
FKB Kundendienst



Tourist Subito

Für Rücksendungen an
die FKB diese Matrix-
Kuverts verwenden!



FKB
Die liechtensteinische Gesundheitskasse
Güsgoz 76
Postfach 363
9496 Balzers

Die Menschen hinter der FKB: Rebecca Siegenthaler

«Wir leben ein kollegiales Miteinander»

15 Personen kümmern sich bei der FKB um die rund 10'000 Mitglieder der Gesundheitskasse. Sechs davon arbeiten in der Abteilung Heilungskosten. Eine von ihnen ist Rebecca Siegenthaler. Sie schätzt an ihrer Arbeit die Vielseitigkeit und die Abwechslung genauso wie den Kontakt mit den Kunden. In der Freizeit mag sie es ebenfalls abwechslungsreich. Ausstellen von Kostengutsprachen oder Unfallmeldungen, Kontakte mit der IV, stationäre Abrechnungen und Rückerstattungen an die Versicherten, telefonische Kontakte mit dem Landesspital, dem Kantonsspital Chur und der Spitalregion Rheintal-Werdenberg-Sarganserland, aber auch Kundenberatungen am Schalter der FKB: Der Arbeitsalltag von

Rebecca Siegenthaler, die seit dem 1. Oktober 2022 bei der FKB beschäftigt ist, ist alles andere als eintönig – und genau das gefällt der Mitarbeiterin des Bereichs «Leistungen Heilungskosten», der grössten Abteilung der Liechtensteiner Gesundheitskasse. «Mit sechs Personen sind wir aber immer noch ein überschaubares Team und müssen fähig sein, jederzeit alle Aufgabengebiete, auch aus anderen Abteilungen, abzudecken. Diese Flexibilität macht die Arbeit besonders spannend», sagt Rebecca Siegenthaler. Sie ergänzt: «Wir leben ein kollegiales Miteinander und haben auch immer wieder mal Zeit, uns privat auszutauschen und miteinander zu lachen. Es ist ein Geben und Nehmen. Wir können uns aufeinander verlassen. Verlassen kann ich mich auch auf die externen Partner, mit denen ich einen freundschaftlichen und unkomplizierten Austausch pflege.»

Ein offenes Ohr für die Mitglieder

Die Kollegialität hilft Rebecca Siegenthaler und ihren Mitarbeitenden auch dabei, arbeitsintensivere Phasen gut zu bewältigen. «Bei den Heilungskosten ist insbesondere von Anfang Oktober bis Ende Dezember viel los. Doch da wir uns alle gegenseitig unter die Arme greifen, lassen sich auch Spitzenzeiten bewältigen.» Zur positiven Einstellung von Rebecca Siegenthaler trägt aber nicht nur ihre Einsatzbereitschaft bei, sondern auch der vielfältige Ausgleich, den sie in der Freizeit findet. «Insbesondere jetzt, in der wärmeren Jahreszeit, geniesse ich es, die Natur mit dem Bike oder auf Wanderungen zu erkunden. Ausserdem drehe ich gerne mal eine Runde mit dem Motorrad und mag es, mit dem Kajak oder dem Stand-up-Paddel auf dem Walensee unterwegs zu sein. An trüben Tagen liebe ich es ausserdem, mit einem guten Buch auf dem Sofa zu entspannen.» Der Weg zurück ins Büro fällt Rebecca Siegenthaler aber auch nach einem schönen Tag am See nicht schwer. Dazu trägt nicht zuletzt auch der Kontakt zu den FKB-Mitgliedern bei: «Immer wieder hören wir tolle Rückmeldungen von Versicherten. Wichtig ist es, sich für die Kunden Zeit zu nehmen und allfällige Probleme gewissenhaft zu lösen.»



Das FKB-Rätsel



Unter den Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort verlosen wir zwei Zehnerkarten für Erwachsene und vier Zehnerkarten für Kinder zum Eintritt ins Freibad Mühleholz, Vaduz.

Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe namentlich veröffentlicht.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen per Telefon +423 388 19 90 oder E-Mail info@fkb.li gerne zur Verfügung.

tansan. Hobst. Erbprinzessin	Gegenteil von contra	Halbton über A	Ost-europäer	persönl. Fürwort (4. Fall)	kleine Straße, Pfad	Scheinmedikament	engl. Jagdhund
		Heroin		Naturschutzgebiet Triesen			
			6	Gilde			
Salatsoße					Wortteil: Stickstoff	kurzer engl. Gruß	
Bassin		3					
				Autokz. Tunesien engl. Idee	Lautlosigkeit	aufpassen: ...geben	
gültig, gest. chert			8				
	Bürostunden, Schicht spähen			Abk.: Utah kurz für: in das	2	Bindewort Teil des Baumes	Sträucher mit Nüssen
Briefabschiedsfloskel	zerstritten West-belgier	7				Sinnesorgan begütert	
			Fischer islam. Richter			Vorn. d. Sängers Jürgen †	bibl. Riese
alban. Währung			Schicksal, Vor-sehung	Insekten Rennschlitten			1
				beschwüran eort			
künstl. Wasserlauf	ausgest. flugunfähiger Vogel		4		Ital. Regisseur † 2019 (Ettore)		
Schaaner Kloster (St.)						5	Abk.: Nebenkosten

FKB-Termine:

2. Juli 2024

FKB-Generalversammlung

13.–15. & 18.–21.

September 2024

FKB-Stand an der LIHGA

Oktober 2024

Versand der Policen an die Versicherten

31. Oktober 2024

Eingabeschluss für Anträge auf Prämien- und Kostenbeteiligungsverbilligung

30. November 2024

Eingabeschluss für Anträge für die Reduktion der Wahlfranchise auf eine tiefere Stufe

31. Dezember 2024

Eingabeschluss für die Wahl einer erhöhten Franchise

Gewinner*innen des Herbst-Kreuzwörterrätsel:

Silke Beck
aus Vaduz

Martin Pitschmann
aus Nendeln

Anne Ruhe
aus Triesen

Werner Vogt
aus Balzers

Volker Rheinberger
aus Vaduz

Herzlichen Glückwunsch!

Gewünschtes bitte ankreuzen:

- Bitte informieren Sie mich über die verschiedenen Wahlfranchisen.
- Ich wünsche einen Prämienvergleich (Offerte). Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.
- Ich nehme am Gewinnspiel teil.
- Ich melde mich für die Generalversammlung am 2. Juli 2024, 18 Uhr, im Kleinen Gemeindesaal, Balzers, an.

Vorname:

Nachname:

Strasse / Hausnummer:

PLZ / Ort:

Tel. Nr.:

E-Mail:

Einsendeschluss für dieses Kreuzwörterrätsel ist der **21. Juni 2024**.

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



Alles Gute im Ruhestand

16 Jahre war Karin Frick als Sachbearbeiterin Heilungskosten für die Anliegen der FKB-Mitglieder und externer Partner zuständig. Dabei wurde ihre Kompetenz genauso geschätzt wie ihre stets humorvolle und ruhige Art. Ende Mai hat sie den verdienten Ruhestand angetreten. Das ganze Team der FKB wünscht ihr alles Gute und insbesondere beste Gesundheit im neuen Lebensabschnitt.



Sechs gute Gründe zum Feiern

Wir sind stolz auf euch und danken für die gute Zusammenarbeit

Gleich fünf Mitarbeitende der FKB konnten in den vergangenen Monaten ihr Fünf-Jahre-Dienstjubiläum feiern. Es waren dies: Anita Conrad (4. v. l.), Leiterin Finanz- und Rechnungswesen sowie IT und stellvertretende Geschäftsführerin am 1. Januar; Monja Conzett (3. v. l.), Sachbearbeiterin Heilungskosten, am 1. Januar; Marco Ballat (2. v. r), Sachbearbeiter Lohnausfall, am 1.

Februar; Lydia Villamar (rechts), zuständig für die Aktenarchivierung und den Versand, am 4. Februar; Reto Huber (links), Sachbearbeiter Lohnausfall, am 27. Mai. Das ganze Team gratuliert herzlich zu den Jubiläen und freut sich auf viele weitere gemeinsame Jahre. Gratulationen entgegennehmen durfte auch Luisa Lampert-Wohlwend (2. v. l.), welche erfolgreich die Ausbildung zur Sozialversicherungsfachfrau mit eidg. Fachausweis absolviert hat.



Willkommen bei der FKB

Seit dem 1. Dezember 2023 verstärkt Brigitta Dünser (links) das Team der FKB als Sachbearbeiterin Rechnungswesen. Andrea Hoch ist seit dem 1. April für die FKB tätig und arbeitet in der Abteilung Heilungskosten. Alle Mitarbeitenden heissen die beiden herzlich willkommen und freuen sich über die gute Zusammenarbeit.



GAS/ECR/ICR

nicht frankieren
ne pas affranchir
non affrancare

50031238
000079

DIE POST



FKB

Die liechtensteinische Gesundheitskasse
Gagoz 75
Postfach 363
FL-9496 Balzers

In der nächsten Ausgabe:

Die nächste Ausgabe der «FKB-Ziteg» erscheint im Herbst. Sie informiert unter anderem über die Prämien des Jahres 2025. Wie gewohnt enthält die Herbstausgabe auch wieder einen Gesundheitstipp, den wir Ihnen ans Herz legen. Zudem erfahren Sie alle Neuigkeiten rund um die FKB, die liechtensteinische Gesundheitskasse. Auch stellen wir wieder ein Mitglied unseres Teams näher vor.