



Mit dem Rücktritt des langjährigen, verdienten Präsidenten Manfred Foser geht bei der FKB eine Ära zu Ende. An der Generalversammlung wurde sein Wirken mit langanhaltendem Applaus und Worten der grossen Anerkennung für das Geleistete gewürdigt. Zur Nachfolgerin wählte die Generalversammlung Sabine Frei-Wille, die bereits seit 2001 dem FKB-Vorstand angehört.

## Sabine Frei-Wille neue FKB-Präsidentin

*Es war etwas Wehmut mit dabei, als die FKB ihren Präsidenten Manfred Foser nach 43 Jahren im Vorstand und 17 Jahren an der Spitze der FKB offiziell verabschiedete. Mit Sabine Frei-Wille wählte die Generalversammlung einstimmig und mit grossem Applaus eine fachlich sehr qualifizierte und mit der Vorstandsarbeit bestens vertraute Nachfolgerin.*

Als langjähriges Mitglied im FKB-Vorstand kennt Sabine Frei-Wille die Abläufe und Führungsprozesse bei der FKB. Die beruflichen Qualifikationen und die Führungserfahrung der 46-jährigen Balznerin, die über einen Abschluss als Executive Master of Business Administration verfügt, befähigen sie in hohem Masse für die Ausübung der verantwortungsvollen Funktion als Präsidentin der FKB.

### Dr. Ralph Wanger neu im Vorstand

Neu in den Vorstand gewählt wurde Dr. Ralph Wanger aus Mauren. Die Generalversammlung bestätigte zudem Horst Büchel aus Triesenberg für eine weitere Amtsperiode im fünfköpfigen Vorstand,

dem neben den Genannten die Balznerin Karin Frick als Vizepräsidentin sowie Rainer Gopp aus Vaduz angehören. Die anderen statutarischen Geschäfte fanden ebenfalls einhellige Zustimmung unter den anwesenden FKB-Mitgliedern. Die FKB engagierte sich auch im vergangenen Jahr für die Gesundheitsprävention in Liechtenstein und im Besonderen für die Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen.

> Fortsetzung auf Seite 2

## Editorial

Liebe Leserinnen,  
liebe Leser



Kontinuität und Verlässlichkeit sind in unserer schnelllebigen Zeit des Wandels hohe Werte. Niemand hat diese so stark verkörpert wie der scheidende

Präsident Manfred Foser, der während 43 Jahren, also fast der Hälfte des Bestehens der FKB, im Vorstand und als langjähriger Präsident ihre Geschichte massgeblich mitgestaltet hat. Mit der Wahl von Sabine Frei-Wille, die seit 17 Jahren dem FKB-Vorstand angehört, ist diese Kontinuität in der Führung unserer familien- und versichertenfreundlichen Gesundheitskasse auch für die Zukunft gewährleistet. Das FKB-Team wünscht der neuen Präsidentin eine glückliche Hand und viel Freude in ihrer neuen Aufgabe. Lesen Sie dazu den Bericht über die Generalversammlung 2018. Was es mit der LIHGA-Teilnahme der FKB und dem Barfusslaufen auf sich hat, finden Sie ebenfalls in dieser Ausgabe. Das FKB-Team wünscht Ihnen eine gute Zeit und einen schönen Sommer. Bleiben Sie gesund!

Herzlichst  
Pino Puopolo

## FKB an der LIHGA

Wer sich am FKB-Stand an der LIHGA auf das Fahrrad schwingt, tut nicht nur etwas für seine persönliche Fitness, sondern leistet einen aktiven Beitrag für die Spende der FKB an die Krebshilfe Liechtenstein.

Seite 2

### > Fortsetzung von Seite 1

#### **Tiefere Prämien und höherer Beratungsaufwand**

Das Geschäftsjahr 2017, in dem das reformierte Krankenversicherungsgesetz (KVG) erstmals zur Anwendung gelangte, brachte für die Versicherten verschiedene Veränderungen. Erfreulich waren die tieferen Prämien für alle OKP-Versicherten, ganz besonders für jene bei der FKB, weil sie in den Genuss einer höheren Prämienreduktion kamen. Ermöglicht hat diese Entwicklung eine Anpassung bei der gesetzlichen Kostenbeteiligung, die angehoben wurde. Die KVG-Reform hat bei der FKB einen höheren Beratungsaufwand nach sich gezogen. Die Kundenberaterinnen waren stark gefordert, die auftretenden Fragen

der Versicherten zu beantworten und für jeden Einzelfall optimale Versicherungslösungen zu finden.

#### **Leistungen drückten auf Ergebnis**

Im Jahresabschluss 2017 weist die FKB einen Verlust von rund 588'000 Franken aus. Dieses Geschäftsergebnis ist auf wachstumsbedingte Steigerungen bei den Versicherungsleistungen zurückzuführen, die nur zum Teil durch Mehreinnahmen kompensiert werden konnten. Die Bruttoleistungen in der OKP haben sich im Vergleich zum Vorjahr um knapp 1.1 Millionen Franken erhöht. Das erste Jahr nach der Revision des Krankenversicherungsgesetzes war zudem geprägt durch einen markanten Rückgang bei den Prämieinnahmen der Obligatorischen

Krankenpflegeversicherung. Im Gegenzug erhöhten sich die Einnahmen aus Kostenbeteiligungen. Die Staatsbeiträge und die Einnahmen aus dem Risikoausgleich verringerten sich um gesamthaft 527'000 Franken.

#### **Gastvortrag der LAK**

Den traditionellen Gastvortrag an der FKB-Generalversammlung hielt in diesem Jahr Thomas Riegger. Der Vorsitzende der Geschäftsleitung der Liechtensteinischen Alters- und Krankenhilfe befasste sich im spannend vorgetragenen Referat mit der aktuellen Situation sowie mit künftigen Entwicklungen in der Pflege und Betreuung in Liechtenstein.



## **Radfahren - für die Fitness und einen guten Zweck**

### **FKB an der LIHGA in Halle 2**

*Als liechtensteinische Gesundheitskasse ist der FKB die Fitness der Menschen ein besonderes Anliegen. An der LIHGA lädt die FKB aber nicht nur deshalb zum Radfahren ein. Mit jedem zurückgelegten Kilometer der Standbesucher wird die Krebshilfe Liechtenstein unterstützt, die 2018 ihr 30-Jahre-Jubiläum feiern kann.*

Wer sich am FKB-Stand an der LIHGA auf den Sattel schwingt, tut nicht nur etwas für seine persönliche Fitness, sondern leistet einen aktiven Beitrag für die Spende der FKB an die Krebshilfe Liechtenstein. In Anerkennung ihrer wertvollen Arbeit lässt die FKB dieser Institution für jeden vom 31. August bis 8. September an der LIHGA gefahrenen Kilometer eine Spende zukommen. Alle LIHGA-Radler erhalten als Dankeschön ein Sofortgeschenk. Gewinnen können sie und alle anderen Standbesucher aber auch attraktive Gutscheine der IG Schaan. Vorausgesetzt, sie erraten beim Wettbewerb möglichst genau, wie viele Kilometer beim Fahrradfahren am LIHGA-Stand gesamthaft zusammenkommen sind. Besuchen Sie uns an der LIHGA und beteiligen Sie sich am Spendenprojekt der FKB!





Bild: Nino Hörtnagl

**Online-Schalter** Die FKB bietet verschiedene Serviceleistungen online an. So können werdende Eltern ihr Kind bereits vor der Geburt bei der FKB anmelden und von verschiedenen Vorteilen profitieren. Einfach das Kontaktformular im Online-Schalter ausfüllen und an die FKB senden. Besuchen Sie die Website der FKB: [www.fkb.li/online-schalter/baby-vor-geburt-anmelden](http://www.fkb.li/online-schalter/baby-vor-geburt-anmelden).

## Baby vor der Geburt anmelden

*Sie erwarten ein Kind? Herzliche Gratulation. Die FKB bietet einen umfassenden, zuverlässigen Versicherungsschutz bei Krankheit und Unfall ab dem ersten Tag, an dem Ihr Kind das Licht der Welt erblickt. Es lohnt sich, das Kind bereits vor der Geburt bei der FKB anzumelden. Das Formular finden Sie im Online-Schalter der FKB auf [www.fkb.li](http://www.fkb.li).*

Mit der Anmeldung ist sichergestellt, dass der Versicherungsschutz ab der Geburt vorhanden ist und die angebotenen Leistungen in Anspruch genommen werden können.

### Das Leistungspaket

Kinder sind in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung bis zum Alter von 16 Jahren und in der Zusatzversicherung Dental bis zum Alter von 3 Jahren von den Prämien befreit. Neugeborene werden vorbehaltlos in die meisten Zusatzversicherungen aufgenommen, darin einge-

geschlossen sind auch die Spitalzusatzversicherungen P2 Halbprivate Abteilung und P1 Private Abteilung. Das Leistungspaket schliesst auch kieferorthopädische Behandlungen bis zur Vollendung des 20. Altersjahres mit ein. Ebenfalls vergütet werden die Übernachtungskosten einer Begleitperson beim Spitalaufenthalt des Kindes. Weitere Leistungen sind ein Stillgeld von 200 Franken sowie die Beteiligung der FKB an den Kosten für das Mutter-Kind-Turnen, für den Baby-Schwimmkurs und weitere Kurse.



## Gesundheitstipp

### Gehen Sie öfter barfuss

Jahrtausende lang sind die Menschen barfuss gegangen, und unsere Füsse tragen uns auch in der heutigen Zeit, in der Schuhe selbstverständlich sind, tagtäglich durch das Leben. Immer in Schuhen und auf flachen Böden unterwegs zu sein, kann aber zu Problemen führen. Beispielsweise bei der Körperhaltung und der Fussstellung. Gerade auch, weil das Schuhwerk nicht immer optimal sitzt. Aus diesem Grund sollte man seinen Füessen Zeit widmen. Denn im Frühling und Sommer können sie aufatmen. Barfuss gehen kurbelt die Durchblutung an, fördert die Koordination, stärkt die Fussmuskulatur und führt ganz allgemein zu einem guten Gefühl. Besonderen Spass macht das Gehen ohne Schuhe und Socken auf einem der Barfuss-Pfade, die es auch in der Region gibt – unter anderem auf dem Dux-Spielplatz in Schaan.

Wenn Sie sich für das Barfussgehen entschieden haben, sollten Sie langsam damit anfangen: Gehen Sie zunächst höchstens zweimal pro Woche barfuss. Neben den Barfuss-Pfaden bieten sich dafür Wiesen oder Waldböden an. Eine Einheit sollte dabei nicht länger als 30 Minuten dauern. Der Körper muss sich zuerst an die neue Belastung gewöhnen. Mit der Zeit können Sie die Häufigkeit und die Dauer steigern.

Es muss nicht immer autogenes Training sein. Barfussgehen ist auch eine effektive Methode, um Körper und Geist zu entspannen. Achten Sie beim Laufen ganz genau darauf, was Sie an Ihren Füessen spüren. In den Fusssohlen sitzen viele Nervenenden, sodass wir über die Füesse deutlich mehr wahrnehmen können, als man vermuten würde. Gehen Sie auf den Zehenspitzen, der Ferse, der Fussinnen- und der -aussekkante und entdecken Sie, wie sich Ihre Empfindungen dabei verändern. Auf diesem Weg können Sie ganz einfach Stress und Spannungen abbauen.

## 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

### Gratulation zum Arbeitsjubiläum

Karin Frick und Eva-Maria Hörtnagl-Nutt können auf eine zehnjährige Tätigkeit bei der FKB zurückblicken. Herzliche Gratulation zum Arbeitsjubiläum!

### Glückwünsche zur Geburt

Das FKB-Team beglückwünscht Eva-Maria und Mario Hörtnagl-Nutt zur Geburt ihres Sohnes Nino, der am 1. Januar 2018 als erstes liechtensteinisches Baby das Licht der Welt erblickt hat.

### Ausbildungserfolg

Melanie Oehri hat im April 2018 das Zertifikat Sachbearbeiterin Liechtenstein Personal bzb erworben. Die FKB gratuliert zur erfolgreich abgeschlossenen Weiterbildung.

### Herzlich willkommen

Sandro Ryffel hat im Februar seine neue Stelle bei der FKB angetreten. Das ganze Team heisst ihn herzlich willkommen.

## Taggeldversicherung für Unternehmen



Die liechtensteinische Gesundheitskasse  
Gagoz 75 Tel. +423 388 19 90  
Postfach 363 Fax +423 388 19 91  
FL-9496 Balzers [www.fkb.li](http://www.fkb.li)

Diesen Sommer rechtzeitig den Wechsel zur FKB prüfen und von den vorteilhaften Konditionen profitieren!



## In der nächsten Ausgabe

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

## FKB-Termine

**31. August bis 8. September 2018**  
LIHGA mit Stand der FKB

### Oktober 2018

Versand der Policen an die FKB-Versicherten

### 31. Oktober 2018

Eingabeschluss für Anträge auf Prämien- und Kostenbeteiligungsverbilligung

### 4. November 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](mailto:info@fkb.li)  
[www.fkb.li](http://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](mailto:info@fkb.li)  
[www.fkb.li](http://www.fkb.li)