

FKB weiterhin mit günstigsten OKP-Monatsprämien

Die allgemeine Teuerung im laufenden Jahr hat, zusätzlich zu den spezifischen Kostensteigerungen bei den medizinischen Leistungen, auch Auswirkungen auf das Gesundheitswesen. So war eine Prämienhöhung für Liechtensteins Krankenversicherungen unumgänglich. Die gute Nachricht für die Mitglieder der FKB: Bei der liechtensteinischen Gesundheitskasse ist die Anpassung im Vergleich mit beiden Mitbewerbern am niedrigsten ausgefallen. Folglich bietet sie auch weiterhin die mit Abstand günstigsten Monatsprämien in der OKP. Sämtliche Zusatzversicherungen bleiben auf dem Niveau von 2022.



«Wir sind eine Familienkasse und halten, was wir versprechen», sagt Anita Conrad, die stellvertretende Geschäftsführerin der FKB. «So haben wir unser Bestes getan, die Prämien für das Jahr 2023 so niedrig wie möglich zu halten. Es ist natürlich keine Freude, eine Erhöhung von 10 Franken pro Monat zu verkünden. Ein Vergleich mit den beiden anderen Liechtensteiner Krankenkassen zeigt aber, dass die Prämie mit Unfalldeckung bei der niedrigsten Wahlfranchise über 30 Franken tiefer ist. Versicherte der FKB sparen so rund 360 Franken pro Jahr.» Der Arbeitgeberbeitrag ist mit dem Durchschnitt der Prämiensteigerung um 3,9 Prozent auf 156,50 Franken angestiegen. Prozentual sind die Prämien

selbst je nach Anbieter zwischen 3,1 und 8,2 Prozent gestiegen. «Dass wir auch diesbezüglich am besten abgeschnitten haben, bestätigt uns darin, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Wir werden unserem Ruf als günstigste Krankenkasse Liechtensteins einmal mehr gerecht.»

Versicherte möglichst entlasten

Die neue Monatsprämie mit Unfalldeckung beträgt bei der FKB 336 Franken monatlich. Je nach Wahlfranchise kann sie um 40, 80 oder gar 140 Franken gesenkt werden – im Vergleich sind so Ersparnisse von über 400 Franken möglich (siehe Tabelle auf Seite 2). Damit liegt die monatliche günstigste Variante nach wie vor unter der Grenze von 200 Franken. «Die moderate Erhöhung der Prämien in der OKP und den Beibehalt jener in allen anderen Versicherungssparten konnten wir unter anderem gewährleisten, indem wir die Kostensteigerungen durch einen Abbau der Reserven abgemildert und dabei den gesetzlichen Spielraum genutzt haben. Denn wir sind der Ansicht, dass es – gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten wie diesen – notwendig ist, die Versicherten so weit wie möglich zu entlasten. Das ist ein wesentlicher Aspekt unseres Auftrags als Familien- und Gesundheitskasse», sagt Anita Conrad.

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser



Ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu, in dem die Corona-Schutzmassnahmen endlich wieder einmal nicht im Mittelpunkt unseres Alltags standen. Leider wurde dieses Jahr aber bekanntlich von den Ereignissen in der Ukraine überschattet, die grosses menschliches Leid hervorrufen. Wir in Mitteleuropa können uns glücklich schätzen, dass bei uns Frieden herrscht. Die Auswirkungen des Krieges bekommen wir jedoch ebenfalls mit steigenden Preisen zu spüren. Dies wirkt sich neben anderen Faktoren auf die Krankenkassenprämien aus. Wir von der FKB sind uns unserer Verantwortung für unsere Mitglieder gerade unter diesen Umständen sehr bewusst und bieten auch 2023 die günstigsten OKP-Prämien Liechtensteins an. Überzeugen Sie sich gerne bei einem Vergleich. Eine Hilfe ist dabei der Prämienrechner auf unserer Homepage. Unter Umständen kann auch eine Anpassung der Einstufung bei der Wahlfranchise eine Entlastung bringen. Wir sind auf jeden Fall für Sie da und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Herzlichst
Anita Conrad
Stv. Geschäftsführerin

Impressionen von der LIHGA

Zusammen mit vielen Mitgliedern und zahlreichen an den Leistungen der FKB Interessierten haben die Mitarbeitenden eine spannende LIHGA verbracht und dabei Geld für einen guten Zweck gesammelt. (Seite 3)





Vergleichen lohnt sich

FKB-Mitglieder können im Vergleich mit Versicherten anderer Liechtensteiner Kassen in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) mehrere Hundert Franken pro Jahr sparen. Bei einer vierköpfigen Familie mit zwei Kindern ab 16 Jahren kommt so ein Betrag von 1000 Franken oder mehr zusammen. Vergleichen lohnt sich also immer. Die untenstehende Tabelle gibt einen Überblick über die verschiedenen Prämien, Franchisen und Selbstbehalte mit und ohne Unfalldeckung.



ERSPARNIS

IM DETAIL

Erwachsene bis 65 Jahre* ohne Unfalldeckung

Franchise	Höchste Monatsprämie im FL	Monatsprämie der FKB	Ersparnis pro Jahr
CHF 500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 900)	CHF 350.30	CHF 322.00	CHF 339.60
CHF 1'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 700)	CHF 312.10	CHF 282.00	CHF 361.20
CHF 2'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 500)	CHF 273.90	CHF 242.00	CHF 382.80
CHF 4'000.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 200)	CHF 216.60	CHF 182.00	CHF 415.20

Erwachsene bis 65 Jahre* mit Unfalldeckung

Franchise	Höchste Monatsprämie im FL	Monatsprämie der FKB	Ersparnis pro Jahr
CHF 500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 900)	CHF 368.00	CHF 336.00	CHF 384.00
CHF 1'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 700)	CHF 326.80	CHF 296.00	CHF 369.60
CHF 2'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 500)	CHF 286.80	CHF 256.00	CHF 369.60
CHF 4'000.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 200)	CHF 226.80	CHF 196.00	CHF 369.60

Jugendliche ohne Unfalldeckung

höchste Monatsprämie im FL	Monatsprämie der FKB	Ersparnis pro Jahr
CHF 175.20	CHF 161.00	CHF 170.40

Jugendliche mit Unfalldeckung

höchste Monatsprämie im FL	Monatsprämie der FKB	Ersparnis pro Jahr
CHF 184.00	CHF 168.00	CHF 192.00



Ein LIHGA-Auftritt im Zeichen der Solidarität

Es hat mittlerweile eine lange Tradition, dass die FKB mit einem Stand an der Liechtensteinischen Industrie-, Handels- und Gewerbeausstellung (LIHGA) vertreten ist. Auch im September 2022 konnten sich Besucherinnen und Besucher während allen Messtagen über die Angebote der liechtensteinischen Gesundheitskasse informieren – und dabei Gutes tun.

Versicherungen bauen generell auf dem Solidaritätsgedanken auf und schaffen so das beruhigende Gefühl der Sicherheit für ihre Kunden. Das gilt natürlich auch für Krankenkassen. Die FKB punktet dabei mit günstigen Prämien für in Liechtenstein erhältlichen Grund- und Zusatzversicherungen. Ihre Mitarbeitenden und der Webauftritt www.fkb.li informieren stets umfassend über die besten Kombinationen. Oft hilft aber auch ein Gespräch in ungezwungenem Rahmen bei der Entscheidungsfindung. Genau dafür war die LIHGA die richtige Plattform.

Unterstützung für die Opfer des Krieges

Der FBK ist Solidarität aber nicht nur in Liechtenstein ein Anliegen. Vorstand und Mitarbeitende denken auch an die Menschen, die derzeit in der Ukraine unter Krieg und Vertreibung zu leiden haben und unterstützten sie im Rahmen der LIHGA mit einer Spendenaktion. Jeder, der zu deren Erfolg beitragen wollte, konnte an einem

kleinen Spiel teilnehmen und dabei Punkte sammeln, auch S.D. Erbprinz Alois und Landtagspräsident Albert Frick beteiligten sich an der Aktion. 183'080 Punkte kamen so insgesamt zusammen, die von der FKB in 3661,60 Franken umgewandelt und an die Caritas Liechtenstein gespendet wurden, die das Geld Bedürftigen in der Ukraine zukommen lässt.



Die Gewinner des LIHGA-Wettbewerbs

Claudia Näscher, Mauren:
Gutschein Einkaufslad Liechtenstein
(300 Franken)

Jürgen Hasler, Ruggell:
Gutschein Ospelt Genussmarkt
(200 Franken)

Antonio Stagliano, Balzers:
Gutschein Apotheke Balzers
(100 Franken)

Gesundheitstipp

Die richtige Ernährung im Winter

Der Winter hat seinen Reiz – keine Frage. Nässe, kalte Temperaturen, wenig Sonnenlicht und trockene Heizungsluft können dem Körper jedoch auch ganz schön zusetzen. Die Infektionsgefahr steigt. Mit der richtigen Ernährung kann jeder und jede aber viel dazu beitragen, die Abwehrkräfte zu stärken und gesund durch die anstehenden Monate zu kommen.

Die Frische macht den Unterschied

Frisches Obst und Gemüse versorgen den Körper zu jeder Jahreszeit mit Vitaminen und Mineralstoffen. Lange Transport- und Lagerzeiten lassen wichtige Inhaltsstoffe aber verlorengehen. Daher bietet es sich im Winter ganz besonders an, auf regionale und saisonale Nahrungsmittel zu setzen. Kürbis, Chicorée, Wurzelgemüse und Kohl sind dann ganz besonders wertvolle Gemüse. Bei den Früchten sind es jene, die im Spätherbst geerntet und unter idealen Bedingungen den ganzen Winter gelagert werden können: Äpfel, Birnen, Granatapfel oder Trauben.

Vitamin D und Aminosäuren zuführen

Das ganze Jahr über verfügbar und voller hochwertiger Inhaltsstoffe sind Zwiebeln, Lauch, Schnittlauch und insbesondere Knoblauch. Gegen den Winterblues hilft wiederum Vitamin D, das der Körper bei Sonneneinstrahlung auf der Haut selbst produziert. Letzteres ist im Winter aber bekanntlich schwierig. Eine Aufnahme über Lebensmittel wie Lachs, Thunfisch, Eier, Avocados oder Pilze ist zum Glück eine schmackhafte Alternative. Zu guter Letzt sorgen alle Arten von Nüssen und Kernen für die Zufuhr wichtiger Aminosäuren. Wer all diese Tipps berücksichtigt, kann guten Gewissens die schönen Seiten des Winters geniessen.

Die Menschen hinter dem Kürzel FKB: Unser Team



Anita
Conrad



Karin
Frick



Monja
Konzett



Marco
Ballat



Sandra
Rudin



Reto
Huber



Bianca
Gerber



Alessia
Nipp



Domenico
Corrado



Käthi
Marti



Sabrina
Abicker



Rebecca
Siegenthaler

Willkommen bei der FKB

Am 1. Oktober 2022 hat Rebecca Siegenthaler ihre Stelle bei der FKB als Sachbearbeiterin Heilungskosten angetreten. Das ganze Team heisst sie herzlich willkommen. Karin Thomann-Nigg und Pino Puopolo haben die FKB am 31. Juli bzw. 31. August verlassen, um einer neuen beruflichen Herausforderung nachzugehen.

Herzliche Gratulation zur Wahl und Wiederwahl

Karin Frick (rechts) ist eine feste Grösse bei der FKB, auf die sich Mitarbeitende wie Vorstandskollegen stets verlassen können. An der Generalversammlung vom 28. Juni 2022 stellte sie sich zur Wiederwahl als Vizepräsidentin. Diese Wahl erfolgte einstimmig und mit grossem Applaus. Karin Frick wird auch im laufenden Jahr zusammen mit Präsidentin Sabine Frei-Wille, Dr. Ralph Wanger, Rainer Gopp und Horst Büchel den Vorstand bilden. An dieser Stelle gratulieren wir ihr herzlich zur Wahl, die Kontinuität sicherstellt, und freuen uns auf eine weiterhin fruchtbare Zusammenarbeit im Sinne aller Mitglieder der FKB.

Sabine Frei-Wille (links) wurde am 13. Juni 2022 an der Delegiertenversammlung des Liechtensteinischen Krankenkassenverbands (LKV) als Vizepräsidentin in den Vorstand

gewählt. «Sie ist eine ausgewiesene Fachfrau im Bereich Gesundheitswesen und hat in den letzten 30 Jahren in verschiedenen Positionen in diesem Bereich gearbeitet», sagte LKV-Präsident Donat P. Marxer. Wir wünschen Sabine Frei-Wille viel Freude bei dieser verantwortungsvollen Aufgabe.



In der nächsten Ausgabe

Die nächste Ausgabe der FKB-Ziteg erscheint im kommenden Frühling und widmet sich unter anderem dem Jahresabschluss 2022. Sie gibt auch einen Ausblick auf die Generalversammlung 2023. Wie gewohnt erhalten Sie ausserdem wieder einen Gesundheitstipp, den wir Ihnen ans Herz legen, und Sie erfahren das Neueste von der FKB, Ihrer liechtensteinischen Gesundheitskasse.

FKB-Termine

Oktober 2022

Versand der Policen an die Versicherten

31. Oktober 2022

Eingabeschluss für Anträge auf Prämien- und Kostenbeteiligungsverbilligung

31. Oktober 2022

Eingabeschluss beim VCL-Wettbewerb «Radfahren für Ihre Gesundheit»

30. November 2022

Fristablauf für die Reduktion der Wahlfranchise auf eine tiefere Stufe

31. Dezember 2022

Fristablauf für die Wahl einer erhöhten Franchise

Kontakt

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

FKB 
Die liechtensteinische Gesundheitskasse

grösste Gemeinde	Badort an der it. Adria	↙	... und her Zitterpappel	weil	↘	↘	Information	schweiz. Kanton männl. Schwein	↘	waagrecht Bau-glied	Ex-Skistar (Marco)	↘
↙	↘		↘					↘			Aufnahme-taste	
↙		1		Nasal-laut Fabel-wesen			alkohol. Getränke engl.: Puit			4		
Kapital-ertrag		Schnitt-zelhülle Laut von Tauben							trocken (Wein) Lauf-vogel			
Insek-tenfres-ser					Gebiet span. Ausruf		7					
Augen-blick, im ...			arg, schlimm Gebüh-renlisten					röm. 2000 jeder		6	Ein-zeller	
↙				Abk.: Tag		ursäch-lich Stütz-kerbe						5
Hüter e. Schaf-herde	Rätsel-löser semit. Gottheit						Autokz. Lesotho ital. Stadt		eh. Tennis-spieler (Björn)			Para-dies-garten
hohe Gelände-erhe-bung		3			Speise-fisch				plötzl. Wind-stoß			
südam. Kuckuck				Fabrik-kamin männl. Fürwort					trostlos Keim-zelle		2	
kathol. Feiertag (1. Nov.)		Zh. f. Eisen			Doppel-konso-nant			Hinter-lassen-schaft				
↙					9							

- 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.
(Gewünschtes bitte ankreuzen)

Einsendeschluss für das Kreuzworträtsel ist der 30. November 2022.
Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe namentlich veröffentlicht.

Name und Vorname _____

Strasse _____ Tel. Nr. _____

PLZ und Ort _____

Für Rückfragen stehen wir Ihnen per Telefon +423 388 19 90, Fax +423 388 19 91 oder E-Mail info@fkb.li gerne zur Verfügung.

Lösung:		1	2	3	4	5	6	7	8	9
---------	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---



Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

FKB
Die liechtensteinische Gesundheitskasse
Gagoz 75
Postfach 363
FL-9496 Balzers

Unter den Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort verlosen wir fünf Gutscheine vom Hoi-Laden in Vaduz à 40 Franken.

Einen Preis gewonnen haben beim Sommer-Kreuzworträtsel:

Claudio Gritsch, Ruggell
Michael Biedermann, Balzers
Roland Good, Triesen
Miranda Rohrer, Schaan
Hildegard Malits, Schaan

Sylvia Delarue, Balzers
Inge Risch, Balzers
Trudi Thöny, Schaan
Christl Nägele, Triesen
Jutta Hofmann, Gamprin

www.fkb.li

und Sie erfahren alles über uns und unsere Leistungen.