



## Prämienvorteil für FKB-Mitglieder

**OKP-Kostenvergleich auf Seite 2**

*Das medizinische Angebot wird dank der technologischen und wissenschaftlichen Fortschritte immer besser, und die durchschnittliche Lebenserwartung steigt. Diese erfreuliche Entwicklung bleibt nicht ohne Auswirkungen auf die Gesundheitskosten. So sind die bei der FKB bezogenen OKP-Versicherungsleistungen seit 2019 markant angestiegen, was eine moderate Prämienanpassung auf das kommende Jahr notwendig macht. Die gute Nachricht dabei: FKB-Versicherte profitieren auch 2022 von den nach wie vor tiefsten OKP-Prämien in den meisten Franchisestufen und von gleichbleibenden Prämien bei den Zusatzversicherungen.*

Der FKB war und ist es stets ein Anliegen, die Versicherten nicht unnötig mit Prämien-erhöhungen zu belasten und überdimensionierte Reserven anzuhäufen. Die liechtensteinische Gesundheitskasse orientiert sich bei der Reservenbildung an bewährten versicherungstechnischen Grundsätzen und den gesetzlichen Vorgaben, die wir für ausreichend und gut durchdacht erachten. Darauf bauen die traditionell tiefen Prämien der FKB in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) auf. Die Prämienanpassung für das kommende Jahr beschränkt sich deshalb lediglich

auf das für eine ausgeglichene Rechnung erforderliche Mass.

### **Ersparnis von bis zu 375 Franken**

Das bedeutet konkret, dass Erwachsene ab dem kommenden Jahr monatlich 10 Franken mehr in die OKP einzahlen, Jugendliche 5 Franken. Ein Prämienvergleich in Liechtenstein zeigt, dass FKB-Versicherte trotzdem auch 2022 je nach Franchise und Unfalldeckung bis zu 375 Franken jährlich einsparen können. Die umsichtige Prämienpolitik der FKB kommt auch bei den Zusatzversicherungen zum

> Fortsetzung auf Seite 2

## Editorial

Liebe Leserinnen,  
liebe Leser



Das Coronavirus führt uns eindrücklich vor Augen, wie wichtig und elementar das Thema Gesundheit für die Gesellschaft und die Wirtschaft ist. Doch

nicht nur wegen Corona sollte die Gesundheit in unserem Leben eine hohe Priorität einnehmen. Sie ist das höchste Gut, das alle anderen Dinge relativiert. Ein Gut, zu dem wir Sorge tragen und um das wir uns, jede und jeder für sich, persönlich kümmern sollten. Als liechtensteinische Gesundheitskasse stehen wir unseren Mitgliedern dabei unterstützend zur Seite. Gesundheit und Wohlbefinden der Menschen liegen uns am Herzen. Gerade in der aktuellen Situation, in der wir besonders gut auf unsere Gesundheit achten sollten. Die FKB engagiert sich in der Gesundheitsberatung und -prävention, aber auch mit einem vorteilhaften Prämien-Leistungs-Verhältnis für die Anliegen der Versicherten. In dieser Ausgabe der FKB-Ziteg berichten wir unter anderem über die Prämien 2022 und mögliche Kosteneinsparungen bei der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP). Lesen Sie auch unseren Gesundheitstipp. Das FKB-Team wünscht Ihnen eine gute Zeit. Bleiben Sie gesund!

Herzlichst  
Pino Puopolo

### **Franchise online ändern**

FKB-Mitglieder, die sich für eine geänderte Franchise entscheiden, können diese Anpassung ganz einfach über den Online-Schalter unter [www.fkb.li](http://www.fkb.li) vornehmen.

## > Fortsetzung von Seite 1



### Generalversammlung 2021

Bei der aufgrund der Corona-Pandemie schriftlich durchgeführten Generalversammlung fanden alle Anträge die Zustimmung der Mitglieder. Revisionsstelle sowie Vorstand wurden entlastet, und bei den Erneuerungswahlen bestätigten die Mitglieder Präsidentin Sabine Frei-Wille, Horst Büchel und Dr. Ralph Wanger im Amt. Zusammen mit Karin Frick und Rainer Gopp bilden sie weiterhin den Gesamtvorstand.

### LSV: umweltschonend und praktisch

Bei Versicherten, die ihre monatliche Prämienrechnung mit dem Lastschriftverfahren (LSV) begleichen, werden künftig keine laufenden Papierrechnungen mehr erstellt und verschickt. Damit leisten die FKB und die Versicherten einen gemeinsamen Beitrag zur Schonung natürlicher Ressourcen.

Tragen, bei denen – abgesehen von altersbedingten Umstufungen in eine andere Tarifkategorie – keine Prämien erhöhungen vorgesehen sind. Auch die Konditionen bei den Taggeldversicherungen bleiben mit Ausnahme einzelner Kollektiv-Taggeldverträge unverändert.

### Anpassungen aufgrund des Tarifalters

Altersbedingte Anpassungen in der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung ergeben sich für FKB-Kundinnen und Kunden der Jahrgänge 2001 und 2005. Sie treten per 1. Januar 2022 in eine höhere Tarifaltersgruppe über und bezahlen dementsprechend eine höhere Prämie. Bei den Spitalzusatzversicherungen betrifft dies zusätzlich die jungen Erwachsenen des Jahrgangs 1996. Auch bei den Zusatzversicherungen «Dental», «UTI» und «KTI» ist der

Übertritt in eine andere Tarifaltersgruppe mit einer Prämienanpassung verbunden.

### FKB-Mitglied werden

Die liechtensteinische Gesundheitskasse FKB ist eine moderne und leistungsfähige Krankenversicherung, die als Verein ein besonders enges Verhältnis zu ihren Mitgliedern pflegt. Sie sieht ihre Versicherten, die gleichzeitig Vereinsmitglieder sind, als Teil der FKB-Familie und berät sie entsprechend. Wer dem Verein beitreten und FKB-Mitglied werden möchte, ist bei der liechtensteinischen Gesundheitskasse herzlich willkommen. Ein Beitritt oder Wechsel ist jederzeit möglich.



# ERSPARNIS

# IM DETAIL

## Obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) Prämienvergleich Erwachsene 2022

Franchise	Ohne Unfalldeckung pro Monat			Mit Unfalldeckung pro Monat		
	höchste FL-Prämie	FKB-Prämie	Ersparnis pro Jahr	höchste FL-Prämie	FKB-Prämie	Ersparnis pro Jahr
CHF 500.-	CHF 337.00	CHF 312.00	CHF 300.00	CHF 352.80	CHF 326.00	CHF 321.60
CHF 1'500.-	CHF 298.80	CHF 272.00	CHF 321.60	CHF 312.80	CHF 286.00	CHF 321.60
CHF 2'500.-	CHF 260.60	CHF 232.00	CHF 343.20	CHF 272.80	CHF 246.00	CHF 321.60
CHF 4'000.-	CHF 203.30	CHF 172.00	CHF 375.60	CHF 212.80	CHF 186.00	CHF 321.60

## Prämienvergleich mit dem Prämienrechner

Ein Vergleich der Prämien lohnt sich und ist ganz einfach. Der Prämienrechner auf der Webseite der FKB zeigt nach der Eingabe von einigen Grunddaten zur Person und der Wahl des gewünschten Versicherungsmodells an, was eine Versicherung bei der FKB kosten würde.

Wer von einem Angebot überzeugt ist, kann sich mit einem weiteren Klick eine unverbindliche Offerte per E-Mail zustellen lassen oder gleich ausdrucken. Dabei erhält man alle notwendigen Unterlagen für den einfachen und reibungslosen Kassenwechsel. [www.fkb.li](http://www.fkb.li)





## «Niedrige Prämien, kombiniert mit bestem Service»

Am 1. September 2001 hatte Pino Puopolo seinen ersten Arbeitstag bei der FKB. Seither führt er die Geschicke der Gesundheitskasse mit viel Umsicht und grossem Erfolg. Zeit für eine Zwischenbilanz und einen Ausblick in die Zukunft.

### Erinnern Sie sich noch an Ihren ersten Arbeitstag?

Mein erster Arbeitstag fiel auf einen Samstag und war dementsprechend sehr entspannt (schmunzelt). Aber im Ernst: An meinen eigentlichen ersten Tag bei der FKB am 3. September 2001 habe ich noch beste Erinnerungen. Es herrschte von Anfang an eine grossartige Atmosphäre und alle waren sehr motiviert, die FKB gemeinsam und im Sinne unserer Kunden weiterzubringen.

### Was waren für Sie die Höhepunkte in 20 Jahren FKB-Geschäftsleitung?

Da gibt es zu viele, um sie alle zu nennen. Was ich aber festhalten kann, ist, dass es nicht nur die grossen Ereignisse wie

die Übernahme der Liechtensteinischen Krankenkasse sind, die ich als Höhepunkte bezeichne. Jeder zufriedene Kunde, jedes kleine Dankeschön, aber auch gutgemeinte Kritik und natürlich jeder neue Kunde haben mich sehr gefreut. Stolz bin ich darauf, dass es uns über so viele Jahre gelungen ist, die Kasse mit den niedrigsten OKP-Prämien in Liechtenstein zu sein. Der Zuwachs um rund 7'000 Versicherte in diesen 20 Jahren zeigt, dass wir auf dem richtigen Weg waren und es bis heute sind.

### Welche Pläne haben Sie für die nächsten 20 Jahre mit der FKB?

Wir wollen auch in Zukunft an unserer Prämienpolitik festhalten und niedrige OKP-Beiträge mit bestem Service kombinieren. Dabei werden wir aber stets mit der Zeit gehen, für Innovationen und Entwicklungen offen sein, wie beispielsweise unsere jüngste Errungenschaft, der Prämienrechner auf der FKB-Webseite, beweist.

## Gesundheitstipp

### Ausgeruht durch die dunkle Jahreszeit

Der Herbst hat viele schöne Seiten. Die zunehmend kürzeren Tage gehören aber für die wenigsten dazu. Das Aufstehen fällt im Dunkeln schwerer, die Motivation lässt nach, und die Herbstmüdigkeit greift um sich. Dies hängt damit zusammen, dass bei Dunkelheit das Schlafhormon Melatonin ausgeschüttet wird, während der Spiegel des Glückshormons Serotonin bei Helligkeit zunimmt.

### Mit Bewegung gegen den Herbstblues

Zum Glück gibt es aber eine Reihe von Möglichkeiten, diese hormonelle Errungenschaft der Evolution auszutricksen und die Tage trotz weniger Sonnenlicht voller Energie zu verbringen. Dazu gehört viel Bewegung im Freien, was den Kreislauf anregt und den Kontakt mit Tageslicht ermöglicht. Wer nicht mit dem Fahrrad zur Arbeit fährt, sollte zumindest seine Mittagspause nach draussen verlegen. Ein Spaziergang nach Feierabend kann ebenfalls sinnvoll sein und entspannen.

### Richtige Ernährung und freudige Momente

Einen Beitrag leistet auch die Ernährung: Bananen, Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte, Parmesan, Rindfleisch oder Kurkuma – Lebensmittel also, in denen die Vitamine B3, B6, Zink, Magnesium oder die Aminosäure L-Tryptophan vorkommen – tragen zur Steigerung des Serotoninspiegels bei. Hilfreich ist es ausserdem, selbst für Glücksmomente und die eine oder andere Belohnung zu sorgen. Ein Kinobesuch, ein Kochabend mit Freunden oder ein Ausflug mit den Kindern wirken oft Wunder.



## Die Menschen hinter dem Kürzel FKB: Unser Team



Pino  
Puopolo



Anita  
Conrad



Eva-Maria  
Hörtnagl-Nutt



Karin  
Frick



Karin  
Thomann-Nigg



Monja  
Konzett



Marco  
Ballat



Sandra  
Rudin



Reto  
Huber



Fabienne  
Vils



Caroline  
Marxer



Bianca  
Gerber



Alessia  
Nipp

### Willkommen bei der FKB

Die gelernte Pharmaassistentin Alessia Nipp hat ihre Stelle als Sachbearbeiterin Heilungskosten bei der FKB am 1. August angetreten. Das FKB-Team heisst sie herzlich willkommen und freut sich auf die weitere Zusammenarbeit.

### Herzliche Gratulation

Geschäftsführer Pino Puopolo konnte am 1. September sein 20-Jahre-Dienstjubiläum bei der FKB feiern. Herzliche Gratulation vom ganzen Team!

### Anita Conrad für die FKB im Krankenkassenverband

Während zehn Jahren hat Dr. Vincent Augustin die FKB und ihre Versicherten mit grossem Engagement und seinem reichen juristischen Erfahrungsschatz im Vorstand des Liechtensteinischen Krankenkassenverbands (LKV) vertreten. Mit Erreichen des 65. Altersjahres ist er nun statutenkonform aus diesem Gremium ausgeschieden. Seine engagierte Arbeit im LKV wurde entsprechend verdankt und gewürdigt. Die Nachfolge übernimmt die einstimmig gewählte stv. FKB-Geschäftsführerin Anita Conrad. Geschäftsführer Pino Puopolo ist ebenfalls Mitglied des Gremiums.



## In der nächsten Ausgabe

Die nächste Ausgabe enthält einen Bericht über den Jahresabschluss 2021 und einen Ausblick auf die Generalversammlung 2022. Wie gewohnt gibt es in der 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 2021

Versand der Policen an die FKB-Versicherten

### 31. Oktober 2021

Eingabeschluss für Anträge auf Prämien- und Kostenbeteiligungsverbilligung

### 31. Oktober 2021

Eingabeschluss beim VCL-Wettbewerb «Radfahren für Ihre Gesundheit»

### 30. November 2021

Fristablauf für die Reduktion der Wahlfranchise auf eine tiefere Stufe

### 31. Dezember 2021

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

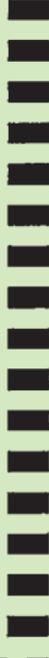
### Kundendienst Schaan

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



  
**A**

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

  
**Geschäftsantwortsendung** **Invio commerciale risposta**  
**Correspondance commerciale-réponse**

FKB

Die liechtensteinische Gesundheitskasse

Gagoz 75

Postfach 363

FL-9496 Balzers

Unter den Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort verlosen wir fünfmal zwei Gutscheine für einen Eintritt im Skino in Schaan.

Einen Preis gewonnen haben beim Sommer-Kreuzworträtsel:

Berno Nigsch, Eschen

Andreas Raithel, Triesen

Irmgard Rosselet, Balzers

Sabine Täschler, Triesen

Cornelia Vils, Schaan

[www.fkb.li](http://www.fkb.li)

und Sie erfahren alles über uns und unsere Leistungen.