

## Prämien 2025

Überblick über die verschiedenen Prämien, Franchisen und Selbstbehalte der FKB

Seite 2 und 3

## Die FKB an der Lihga

Einer langen Tradition folgend, war die FKB auch 2024 wieder mit einem Stand an der Lihga vertreten. Gute Laune, ebensolche Gespräche und der gute Zweck standen im Vordergrund.

Seite 4

## Grosse Kontinuität im Vorstand

Drei Mitglieder sind für eine weitere Mandatsperiode gewählt


Seite 8

## Die Menschen hinter der FKB

# «Im Zentrum steht immer der Mensch»

Marco Ballat, Mitarbeiter der Leistungsabteilung, im Porträt.

Seite 6



## Die tiefsten OKP-Prämien bei der FKB





# FKB stemmt sich gegen Prämien erhöhungen

Das vergangene Jahr brachte zum zweiten Mal in Folge ein massives Kostenwachstum im Gesundheitswesen. Auch in diesem Jahr weisen die Zahlen nach oben. Die FKB stemmt sich seit Jahren gegen den Prämienruck bei der Obligatorischen Krankenpflegeversicherung OKP. Um die Versicherten so gut wie möglich zu entlasten, wurden auch Reserven abgebaut.

Die Gesundheitskasse hält die Verwaltungskosten auf einem tiefen Niveau. Allerdings verlangen die erneut angestiegenen Leistungen, die sich allein im Jahr 2023 um über 11 Prozent erhöhten, eine Anpassung der Grundprämien. Die Prämienhöhung liegt im Bereich von 2.7 und 4.5 Prozent. Die unterschiedlichen Prämienhöhungen kommen zustande, da bei höheren Franchisen rechtlich nur der Rabatt auf das zusätzlich eingegangene Risiko der Kostenbeteiligung gewährt werden darf.

### Verantwortung wahrgenommen

«Wir nehmen unsere Verantwortung wahr und haben schon in der Vergangenheit alle Hebel in Bewegung gesetzt, die OKP-Prämien möglichst tief zu halten. Indem wir beispielsweise die Prämien mit dem Abbau von Reserven gestützt haben oder durch Effizienzsteigerungen die Verwaltungskosten im Griff behalten. Als Familien- und Gesundheitskasse ist das Bestreben, eine Prämienpolitik im Sinne unserer Versicherten zu betreiben, bei uns besonders ausgeprägt», sagt FKB-Geschäftsführerin Karin Zech-Hoop. Der Vorstand der Gesundheitskasse und das ganze Team hätten dieses Ziel stets im Auge, auch wenn sich die generelle Kostenentwicklung im Gesundheitswesen direkt auf die Höhe der Prämien auswirkt und nur bedingt abgefedert werden kann.

### Prämienreduktion mit Wahlfranchisen

Die neue Monatsprämie für Erwachsene ohne Unfalldeckung beträgt 2025 bei der FKB 372 und mit Unfalldeckung 386 Franken. Je nach Wahlfranchise kann sie um 40, 80 oder gar 140 Franken gesenkt werden. Damit liegt die monatlich günstigste Variante bei 232 Franken ohne Unfall- und 246 Franken mit Unfalldeckung.

Einkommensschwache Versicherte haben Anspruch auf staatliche Prämienverbilligungsbeiträge. Der Anspruch richtet sich nach dem steuerpflichtigen Erwerb des Versicherten beziehungsweise des Ehepartners. Die Anträge auf Prämienverbilligung können bis 31. Oktober an das Amt für Soziale Dienste gestellt werden. Das Antragsformular sowie das Merkblatt stehen im Online-schalter des Amtes zur Verfügung.

### Prämien der Zusatzversicherungen

Bei den FKB-Zusatzversicherungen bleiben die Prämien gleich. Einzige Ausnahme ist die Dentalversicherung, bei der die Prämie ab Altersstufe 19 sinkt und bis Altersstufe 18 ansteigt. Nähere Informationen dazu und zu allen anderen Versicherungen können auf der Webseite der FKB abgerufen werden.

## Editorial

### Liebe Leserinnen, liebe Leser

Als Gesundheitskasse ist es uns ein Anliegen, unseren Mitgliedern stets mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Das machen wir selbstverständlich in unserer Geschäftsstelle, wir freuen uns aber ebenfalls immer, direkt bei den Menschen zu sein. Ein schönes Beispiel dafür ist alle zwei Jahre die Lihga. Auch diesen September durften wir an unserem Stand wieder viele interessante Gespräche führen, die unseren Draht zu den Versicherten gestärkt haben. Unseren Draht untereinander wiederum haben wir im Rahmen unseres Teamanlasses beim «Kapuziner» in Triesen gefördert. Solche internen und externen Anlässe sind ein wichtiger Bestandteil unseres Jahresablaufs, um als Team unser Bestes für all unsere Mitglieder geben zu können. Es ist uns ein grosses Anliegen, bei allen Fragen und Anliegen für Sie da zu sein und Ihnen möglichst optimale Konditionen bieten zu können. Doch in Bezug auf letzteres sind nicht nur wir gefragt. Es ist uns keine Freude, Ihnen eine – wenn auch moderate – Prämienhöhung kommunizieren zu müssen. Doch als Kasse können wir die steigenden Kosten im Gesundheitswesen zu einem grossen Teil lediglich nachvollziehen. Dementsprechend hoffen wir, dass die Politik die richtigen Antworten findet, um das Kostenwachstum nachhaltig einzudämmen. Wir von der FKB bieten Hand. Wir bieten Hand bei allen sinnvollen Lösungen. Und selbstverständlich bieten wir Ihnen, liebe Mitglieder, jederzeit Hand, wenn es darum geht, die für Sie beste Versicherungslösung zu finden.

Herzlichst  
Karin Zech-Hoop, Geschäftsführerin



Gagoz 75  
Postfach 363  
FL-9496 Balzers  
Tel. +423 388 19 90  
E-Mail: info@fkb.li  
www.fkb.li



## Prämien 2025

Die untenstehende Tabelle gibt einen Überblick über die verschiedenen Prämien, Franchisen und Selbstbehalte der FKB mit und ohne Unfalldeckung.

### Erwachsene bis 65 Jahre\* ohne Unfalldeckung

Franchise	Monatsprämie 2025
CHF 500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 900)	CHF 372.00
CHF 1'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 700)	CHF 332.00
CHF 2'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 500)	CHF 292.00
CHF 4'000.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 200)	CHF 232.00

### Erwachsene bis 65 Jahre\* mit Unfalldeckung

Franchise	Monatsprämie 2025
CHF 500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 900)	CHF 386.00
CHF 1'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 700)	CHF 346.00
CHF 2'500.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 500)	CHF 306.00
CHF 4'000.- (Selbstbehalt 20 % bis CHF 200)	CHF 246.00

### Jugendliche

Monatsprämie 2025	ohne Unfalldeckung	mit Unfalldeckung
	CHF 186.00	CHF 193.00

\*Personen ab dem Alter von 65 Jahren sind seit 1. Januar 2023 von der Grundfranchise in Höhe von 500 Franken befreit. Die Wahlfranchisen liegen jeweils 500 Franken niedriger. Der Selbstbehalt beträgt 10 Prozent, je nach Franchise bis zu 500, 400, 300 und 150 Franken.



# FKB unterstützt gemeinnützige Projekte an der Lihga 2024

Seit vielen Jahren setzt sich die FKB für die Gesundheit und das Wohl der Menschen in Liechtenstein ein. Neben ihren Kernaufgaben als Gesundheitskasse fördert die FKB auch das Bewusstsein der Bevölkerung für einen gesunden Lebensstil und unterstützt Projekte, die der Prävention auf vielfältige Weise dienen. Um dieses Ziel einmal mehr zu erreichen, haben sich Vorstand und Geschäftsleitung eine besondere Aktion zur Förderung gemeinnütziger Projekte ausgedacht, die im Rahmen des FKB-Stands an der Lihga durchgeführt wurde. An jedem Messetag hatten die Besucherinnen und Besucher die Möglichkeit, an einer sogenannten Hangingchallenge teilzunehmen. Die Herausforderung bestand darin, sich so lange wie möglich an einer drehenden Stange festzuhalten. Täglich wurde ein Tagessieger ermittelt, der entscheiden durfte, an welches gemeinnützige Projekt die Tagesspende in Höhe von 500 Franken gehen soll. Dabei kam neben dem sportlichen Ehrgeiz und dem Einsatz für einen guten Zweck auch der Spass nicht zu kurz. Es war eine Freude zu sehen, wie die Teilnehmer ihr Bestes gaben. Die Resonanz der Besucher war überwältigend.

An einzelnen Tagen wurde die FKB vom Liechtensteiner Turnverband unterstützt, dem die Gesundheitskasse seit vielen Jahren eng verbunden ist. Die Zusammenarbeit hat wesentlich zum Erfolg beigetragen und gezeigt, wie durch gemeinsames Engagement positive Impulse für die Gemeinschaft gesetzt werden können.



WIR SAGEN  
DANKE!

Die FKB dankt allen, die sich an der Challenge beteiligt haben sowie dem Turnverband und gratuliert folgenden Organisationen:

- ▶ **Special Olympics Liechtenstein CHF 1'500**  
(je CHF 500 von Finn Sele, Patrick Schweizer und Linard Nigg)
- ▶ **CCF – Children Cancer Foundation CHF 1'000**  
(je CHF 500 von Leandra Lenherr und Ruben Grämiger)
- ▶ **Hospizbewegung Liechtenstein CHF 500**  
(CHF 500 von Andreas Breuss)
- ▶ **love.li CHF 500**  
(CHF 500 von Christoph Tanno)

## GESUNDHEITST!PP

### Wickel(n) für das Wohlbefinden

«Wickel beschreibt ein zirkulär um ein Körperteil angelegtes Tuch oder auch mehrere Tücher, die mit einer temperierten Flüssigkeit befeuchtet oder mit einer Substanz bestrichen sind.» So lautet die Lexikon-Definition von Wickel. Doch es lässt sich auch einfacher ausdrücken: Feuchte Tücher sind ein altes Hausmittel, die sich bei vielerlei Leiden bis heute bewähren.

Wickel können bei verschiedenen Beschwerden eingesetzt werden. Zu unterscheiden ist zwischen warmen und kalten Wickeln. Beide dienen dazu, einen Reiz zu setzen, um die Durchblutung der Haut anzuregen und dadurch den Stoffwechsel zu beeinflussen. Einige Wickel sollen über einen Reiz an anderer Stelle Spannungen ableiten. Beispielsweise werden Fusssohlenulagen bei Kopfschmerzen eingesetzt. Andere mit Lehm, Tonerde, Heilkräutern oder Ölen bestrichene Wickel können über die Haut je nach spezifischer Wirkung der Substanz entsprechende Stoffe in den Körper einbringen. Neben den genannten Wirkungsweisen haben Wickel aber auch allgemein einen psychogenen Effekt: Betroffene fühlen sich geborgen und kommen zur Ruhe.

#### Von kalt bis heiss – je nach Beschwerden

Zu unterscheiden sind primär drei Arten von Wickeln: Feucht-heisse Wickel entfalten durch intensive Wärmeeinwirkung eine lokale Gefässerweiterung sowie Durchblutungssteigerung und werden vorrangig zur Entkrampfung und Entspannung eingesetzt. Sie dienen der Steigerung des Wohlbefindens bei chronisch-entzündlichen Prozessen, Muskelverspannungen und bei schmerzbedingtem Kälteempfinden. Temperierte Wickel haben maximal Körpertemperatur. Sie dienen dazu, einen Wirkstoff in die Haut einzubringen, sorgen für eine milde Durchwärmung und wirken entspannend. Ätherische Öle können zugesetzt werden, um das Wohlbefinden des Patienten zu steigern. Die Wickel und Auf-

lagen werden dabei je nach individuellem Befinden mit Substanzen bestrichen. Kalte und kühlende Wickel werden angebracht, um eine Blutung zu reduzieren und/oder eine Anschwellung zu erreichen oder Wärme bei entzündlichen Vorgängen abzuleiten und Schmerzen zu lindern. Um den kühlenden Effekt zu verstärken, können Substanzen hinzugefügt werden, die Wärme besser ableiten oder schneller verdunsten als Wasser und so den kühlenden Effekt verstärken. Eingesetzt werden kalte Wickel bei Schmerzen durch entzündliche Vorgänge, bei Schwellungen nach akuten Traumata, zur Fiebersenkung, bei Verbrennungen und zur Blutstillung.

### Eine besondere Art der Teambildung

André Kindle und seine Frau Beatrix sind landesweit für ihre leckeren Saucen bekannt, die sie unter dem Markennamen «Kapuziner» vertreiben. Da André Kindle ein treuer Kunde der FKB ist, kam in der Geschäftsleitung die Idee auf, sein Unternehmen im Rahmen eines Teambuilding-Anlasses einmal genauer unter die Lupe zu nehmen. Die Mitarbeitenden der liechtensteinischen Gesundheitskasse erfuhren dabei nicht nur viele interessante Details zur Geschichte der Firma und zur Herstellung ihrer Produkte. Sie durften auch selbst Hand anlegen und ihr Talent in der Produktion von Saucen unter Beweis stellen. Die Freude der Mitarbeitenden war gross und ihr Dank an André und Beatrix Kindle ebenfalls.





## Die Menschen hinter der FKB: Marco Ballat

# «Im Zentrum steht immer der Mensch»

Von den 14 Mitarbeitenden der FKB sind acht in der Leistungsabteilung beschäftigt. Drei von ihnen kümmern sich um die Leistungen im Lohnausfall. Einer von ihnen ist wiederum Marco Ballat. Seit fünfzehn Jahren bereitet es ihm Freude, den FKB-Mitgliedern mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.

Am 1. Februar 2019 hatte Marco Ballat seinen ersten Arbeitstag in Balzers. Damals steig er in die Leistungsabteilung der FKB ein. Seither kümmert er sich um die Unterstützung der Versicherten bei einem Erwerbsausfall. Und er geniesst seine Arbeit. «Kein Fall ist wie der andere, somit wird es nie langweilig oder eintönig», sagt er. Marco Ballat geniesst aber auch die Arbeitsatmosphäre bei der FKB. «Seit fünf Jahren bin ich zusammen mit Reto Huber für den Lohnausfall zuständig. Wir sind ein optimal eingespieltes Team», sagt er und ergänzt schmunzelnd: «Fast wie ein altes Ehepaar.» Vor kurzem hat dieses Team Verstärkung durch Daniel Hofstetter erhalten. «Wir sind froh über seine Unterstützung, und er hat sich schon super integriert. Mit beiden macht die Zusammenarbeit grossen Spass. So kommt man gerne zur Arbeit, auch wenn es einmal etwas stressiger ist.» Dazu trägt bei allen auch das gute Gefühl bei, «den Versicherten in einer anspruchsvollen Situation die finanziellen Sorgen nehmen und Sicherheit für die Zukunft schaffen zu können.»

### Kein Tag ist wie der andere

Auf die Frage, wie ein typischer Arbeitstag bei ihm aussieht, antwortet der Leistungsspezialist: «Ich habe schon gesagt, dass kein Tag wie der andere ist. Entsprechend ist auch kein Tag wie der andere. Was sich gleicht, ist, dass ich die eingehenden Krankentaggeldfälle verarbeite.

Ich bestelle Berichte für die vertrauensärztliche Prüfung, veranlasse Termine und Gutachten bei Case-Managern und korrespondiere mit Sozialversicherungen.» Aktenbestellungen tätigen sowie das Studieren von eingehenden Akten und Case-Management-Berichten oder von Zusammenfassungen der Vertrauensärzte gehören zu Marco Ballats Alltag. Auf dieser Grundlage kann er weitere Massnahmen einleiten. «Im Zentrum stehen für mich dabei aber immer der Mensch und das Einzelschicksal», sagt er. So ist es für ihn auch selbstverständlich, alle Anfragen von Personalabteilungen oder Versicherten nach bestem Wissen und Gewissen zu beantworten. Und sollte ein Fall einmal komplizierter sein, hilft stets die Besprechung im Team oder mit seiner Vorgesetzten.

### Dankbare Gesten motivieren zusätzlich

Weniger geworden ist die Arbeitsauslastung von Marco Ballat seit seinem Start bei der FKB nicht. Im Gegenteil. Der Leistungsspezialist kann mit dieser Situation aber gut umgehen. Einerseits ist da die Harmonie im für den Lohnausfall zuständigen Kernteam und generell in der FKB-Geschäftsstelle. Andererseits findet er in der Freizeit auf unterschiedlichste Art einen Ausgleich zu seiner anspruchsvollen Aufgabe. «Ich treibe generell gern Sport, entspanne mich vor allem bei Spaziergängen und Wanderungen mit unserem Familienhund und spiele leidenschaftlich Theater», sagt er. Daneben zeigen ihm die

Rückmeldungen der FKB-Mitglieder auch immer wieder, wie sehr seine Arbeit geschätzt wird. «Ich habe schon von einigen am Telefon erfahren, wie dankbar sie für unsere Unterstützung sind und dafür, wie unkompliziert alles abgelaufen ist», sagt Marco Ballat. Dann fügt er an: «Eine Versicherte hat mich sogar einmal nach einer Theateraufführung angesprochen und sich persönlich bei mir bedankt. Andere haben mir Grüsse ausrichten lassen oder Karten geschickt. Das sind schöne Gesten, die man in anstrengenderen Zeiten gern Revue passieren lässt.»



## Das FKB-Rätsel

Unter den Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort verlosen wir vier Gutscheine à 50 Franken für Einkäufe in den Werkstätten des Heilpädagogischen Zentrums.

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.

Böhm. Vaduzer Pfarrkirche (St.)	griech. Vorsilbe: Ohr	Bausatz (engl.) Frauenname	wertneutrale Zahl	besitzanzeig. Fürwort	engl.: i. O.	tatsächlich (lat., 2 W.)	Abk.: Orientierungslauf	
türk. Staatsmann † Kobold			10	Werkzeug sächl. Fürwort		8	Frauenwäschestück	
Vorn. v. US-Filmstar Reeves	flüssiges Fett engl.: Aofei		5	Autokz. Lesotho Fürwort	span. Volksfest	Laut der Schafe	Abk.: Million	
Elan, Pfl.	Riechstoff engl. Grafen			ital.: ja sportlich, gesund	Vorsteher von Mauren (Peter) engl.: Sonne		9	dt. Fußballstar † (Uwe)
Profiboxer † (Muhammad)		allein Längenmaß		ital.: zwei	Rummel Geländeverteilung		3	Stand, kleine Hütte
Moderrichtung, Tendenz	karib. Inselstaat (span.)		4	Insekt Abk.: Blatt		in den Boden ableiten	1	Schellfischart
Kleinste FL-Gemeinde			7				6	

### Gewinner\*innen des Sommer-Kreuzworträtsel:

**Renate Hilti**  
aus Schaan

**Sonja Ortler**  
aus Eschen

**Carina Koch**  
aus Triesen

**Angelina Matt**  
aus Mauren

**Mario Thöny**  
aus Vaduz

**Maria Bühler**  
aus Triesenberg

**Monika Wille**  
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.

Vorname:

Nachname:

Strasse / Hausnummer:

PLZ / Ort:

Tel. Nr.:

E-Mail:

Einsendeschluss für dieses Kreuzworträtsel ist der **8. November 2024**.

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



## FKB-Termine:

### 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

### 26. Juni 2025

Generalversammlung FKB



## Kurz und prägnant

### Anspruch auf Prämienverbilligung?

Website des Amtes für soziale  
Dienste anschauen.



### Geburtsstermin:

10. November 2024

Vorgeburtliche Anmeldung bei FKB einreichen.  
Vor der Geburt Aufnahme in Zusatzversicherung  
ohne Gesundheitsprüfung möglich!



## Gratulation zur Wiederwahl

Seit vielen Jahren bringen Präsidentin Sabine Frei-Wille (rechts), Horst Büchel (links) und Dr. Ralph Wanger (Mitte) ihr Wissen und ihre Erfahrung in den FKB-Vorstand ein. An der Generalversammlung vom 2. Juli 2024 stellten sie sich zur Wiederwahl. Diese Wahl für eine dreijährige Amtsperiode erfolgte einstimmig und mit grossem Applaus. Horst Büchel bringt seine Finanzexpertise seit 2006 in den Vorstand der FKB ein. Dr. Ralph Wanger deckt den juristischen Bereich seit 2018 ab. Sabine Frei-Wille weist bereits 23 Jahre Vorstandserfahrung auf und steht dem Gremium seit sechs Jahren vor.



**GAS/ECR/ICR**

nicht frankieren  
ne pas affranchir  
non affrancare

50031238  
000079

**DIE POST**

**B**



**FKB**

Die liechtensteinische Gesundheitskasse  
Gagoz 75  
Postfach 363  
FL-9496 Balzers

## In der nächsten Ausgabe:

Die nächste Ausgabe der «FKB-Ziteg» erscheint im Sommer 2025. Sie widmet sich unter anderem dem 100-Jahr-Jubiläum der liechtensteinischen Gesundheitskasse. Wie gewohnt enthält die Sommerausgabe auch wieder einen Gesundheitstipp, den wir Ihnen ans Herz legen. Zudem erfahren Sie alle Neuigkeiten rund um die FKB.