



Stiftung Heilsarmee Schweiz | Laupenstrasse 5 | 3008 Bern  
spenden@heilsarmee.ch | Tel. +41 (0)31 388 05 35 | heilsarmee.ch

Spendenkonto IBAN CH37 0900 0000 3044 4222 5

## Geldspartipps für die Gesundheit



### Krankenversicherung

**Freie Wahl:** Krankenkasse innerhalb der zugelassenen Versicherer frei wählen.

**Günstige Grundversicherung:** Angebote der Krankenkassen vergleichen und günstige Grundversicherung wählen.

**Modelle vergleichen:** Hausarztmodell, Telmed-Modell oder Mix-Modell wählen (günstige Modelle).

**Rabatte bei Prämienzahlung:** Jährliche oder halbjährliche Zahlung der Prämien für Rabatte nutzen.

**Verträge und Kundenservice überprüfen:** Verträge genau kontrollieren und Krankenkasse mit gutem Kundenservice wählen.

**Fristen beachten:** Wechsel- und Kündigungsfristen für Krankenkasse und Modelle im Auge behalten.

**Neue Krankenkasse finden:** Bereits eine neue Krankenkasse vor dem endgültigen Wechsel suchen.

**Pünktlich abschliessen:** Neue Grundversicherung rechtzeitig abschliessen, um bei der alten Krankenkasse nicht versichert zu bleiben.

**Kein Wechsel bei Schulden:** Kein Wechsel der Krankenkasse bei offenen Krankenkassenschulden.

**Arbeitgeber-Unfallschutz prüfen:** Prüfen, ob man durch den Arbeitgeber unfallversichert ist.

**Schnell versichern:** Innerhalb von drei Monaten nach Geburt oder Zuzug obligatorische Krankenversicherung abschliessen.

**Keine Doppelversicherung:** Bei Arbeitslosigkeit und Anspruch auf Arbeitslosengeld nicht zusätzlich bei der Krankenkasse unfallversichert sein.

**Bedachte Zusatzversicherung:** Unnötige Zusatzversicherungen vermeiden und nur notwendige abschliessen.

## **Prämienverbilligung und Prämienübernahme**

**Prämienverbilligung nutzen:** Anspruch auf Prämienverbilligung prüfen und rückwirkende Auszahlung beantragen.

## **Kostenoptimierung und Behandlung**

**Passende Franchise wählen:** Wenn du gesundheitliche oder finanzielle Probleme hast, kannst du eine Franchise von 300 Franken wählen, was bedeutet, dass du bis zu diesem Betrag für deine Gesundheitskosten selbst aufkommen musst, bevor die Krankenversicherung übernimmt.

**Selbstbehalt nach Franchise:** Wenn du die Franchise erreicht hast, übernimmt die Krankenkasse die Kosten, aber du musst immer noch 10% bezahlen, bis zu einem Höchstbetrag von 700 Franken (350 Franken für Kinder) pro Jahr.

**Nicht versicherte Kosten:** Denk daran, dass bestimmte medizinische Leistungen nicht von der Krankenkasse bezahlt werden, wie zum Beispiel Spitalaufenthalte (15 Franken pro Tag), Brillen, Zahnarztbesuche, Verhütungsmittel, Impfungen und Hörgeräte.

**Notfall meiden, Kosten sparen:** Nicht für Bagatellfälle in die Notfallabteilung gehen.

**Generika statt Original:** Günstigere Generika statt teurer Originalpräparate wählen.

**Günstig online bestellen:** Rezeptfreie Medikamente online zu niedrigeren Preisen bestellen.

**Hausmittel nutzen:** Hausmittel zur Linderung von Beschwerden verwenden.

**Medikamente länger haltbar:** Medikamente sind oft länger haltbar als angegeben.

**Bei kooperierenden Apotheken kaufen:** Medikamente nur bei Apotheken kaufen, die mit Krankenkassen zusammenarbeiten.

**Budget mit Selbstbehalt planen:** Den Selbstbehalt in das Budget einplanen.

**Nur versicherte Leistungen wählen:** Nur medizinische Leistungen und Medikamente in Anspruch nehmen, die von der Grundversicherung abgedeckt sind.

**Prämien- und Leistungsabrechnung überprüfen:** Prämienrechnung (monatliche fixe Grundkosten) und Leistungsabrechnung (Behandlungskosten) genau überprüfen. Auf der Leistungsabrechnung ist ersichtlich, ob Franchise bereits ausgeschöpft ist, wie hoch der Selbstbehalt ist, ob die Beträge versichert sind oder nicht und wie welcher Betrag die Krankenkasse übernimmt.

**Vorauszahlung der Leistungsabrechnung:** Leistungsabrechnung vorauszahlen und Kopie an die Krankenkasse senden.

**Direkte Abrechnung mit Krankenkasse:** Arzt und Apotheker bitten, direkt mit der Krankenkasse abzurechnen.

## **Wichtige Links**

**Krankenkassenprämien- und Leistungsvergleich:**

[comparis.ch/krankenkassen/default](https://comparis.ch/krankenkassen/default), [priminfo.ch](https://priminfo.ch), [moneyland.ch/de/krankenkassen-vergleich](https://moneyland.ch/de/krankenkassen-vergleich)

**Gesundheitsvorsorge und Prävention:** [gesundheitsfoerderung.ch](https://gesundheitsfoerderung.ch)

**Prämienverbilligung:**

**Aargau:** [Anmeldung Prämienverbilligung 2024 | SVA Aargau \(sva-ag.ch\)](https://www.sva-ag.ch)

**Appenzell Ausserrhoden:** [Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) | Sozialversicherungen Appenzell Ausserrhoden \(sovar.ch\)](https://www.sovar.ch)

**Appenzell Innerrhoden:** [Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) | Ausgleichskasse Appenzell Innerrhoden \(akai.ch\)](https://www.akai.ch)

**Basel-Landschaft:** [SVA Basel-Landschaft: Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) \(sva-bl.ch\)](https://www.sva-bl.ch)

**Basel-Stadt:** [Suchresultate \(ak-bs.ch\)](#)

**Fribourg:** [Berechnung der Prämienverbilligung für das Jahr 2024 \(ecasfr.ch\)](#)

**Genève:** [Informations générales sur le subside de l'assurance-maladie | ge.ch](#)

**Glarus:** [Prämienverbilligung \(IPV\) | Sozialversicherungen Glarus \(svgl.ch\)](#)

**Graubünden:** [Formulare - SVA Kanton Graubünden deutsch](#)

**Jura:** [Réduction des primes d'assurance-maladie \(ecasjura.ch\)](#)

**Luzern:** [Prämienverbilligung | WAS Luzern \(was-luzern.ch\)](#)

**Neuchâtel:** [Réduction des primes d'assurance-maladie \(caisseavsne.ch\)](#)

**Nidwalden:** [Prämienverbilligung \(IPV\) \(aknw.ch\)](#)

**Obwalden:** [Obwalden - Prämienverbilligung \(IPV\) \(ow.ch\)](#)

**St. Gallen:** [Individuelle Prämienverbilligungen \(IPV\) – SVA St.Gallen \(svasg.ch\)](#)

**Schaffhausen:** [Formulare Prämienverbilligung | SVA Schaffhausen \(svash.ch\)](#)

**Schwyz:** [Prämienverbilligung | Ausgleichskasse Schwyz \(aksz.ch\)](#)

**Solothurn:** [Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) | Ausgleichskasse Solothurn \(akso.ch\)](#)

**Thurgau:** [Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) | Ausgleichskasse Thurgau \(svztg.ch\)](#)

**Ticino:** [Riduzione dei premi dell'assicurazione malattia \(RIPAM\) - IAS \(DSS\) - Repubblica e Cantone Ticino](#)

**Uri:** [Individuelle Prämienverbilligung/KVG | Sozialversicherungsstelle Uri \(svsuri.ch\)](#)

**Valais:** [Réduction des primes caisse-maladie \(avsvalais.ch\)](#)

**Vaud:** [Subside à l'assurance-maladie | État de Vaud \(vd.ch\)](#)

**Zug:** [Individuelle Prämienverbilligung \(IPV\) | Ausgleichskasse Zug \(akzug.ch\)](#)

**Zürich:** [Prämienverbilligung: Anmeldung \(svazurich.ch\)](#)