



VITA**ebene**

LKUF

DAS MAGAZIN DER OÖ. LEHRER-KRANKEN- UND UNFALLFÜRSORGE

**Vergütung für
LKUF-Zahnprophylaxe-
programm verbessert!**

**Mit Bewegung und Massagen
zu mehr Lebensqualität**

**Satzungsänderungen der
OÖ. LKUF ab 01.01.2019**

Inhalt

| | |
|--|----|
| Impressum..... | 2 |
| Editorial..... | 3 |
| Änderung in den Gremien..... | 4 |
| Aufnahme eines Lehrlings in der OÖ. LKUF..... | 4 |
| Eintagesaufenthalt in Krankenanstalten..... | 4 |
| Vergütung für LKUF-Zahnprophylaxeprogramm verbessert!..... | 5 |
| Satzungsänderungen der OÖ. LKUF ab 01.01.2019..... | 6 |
| Satzungsänderungen der OÖ. Lehrer-Sterbekasse ab 01.01.2019..... | 12 |
| Mit Bewegung und Massagen zu mehr Lebensqualität..... | 13 |
| Selbststärkung - mit Gelassenheit gelingt's!..... | 14 |
| Immer bestens informiert!..... | 16 |



© racamani / Fotolia.com

Weihnachtswünsche

Die Direktion sowie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der OÖ. LKUF wünschen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und alles Gute für das Jahr 2019!

Öffnungszeiten in den Weihnachtsferien

In der Zeit von 24. Dezember 2018 bis einschließlich 31. Dezember 2018 ist die OÖ. LKUF geschlossen. Ab Mittwoch, 2. Jänner 2019, sind wir wieder wie gewohnt für Sie erreichbar.

OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge
Leonfeldner Straße 11
Postfach 200
4041 Linz
Tel.: (0732) 66 82 21
Fax: (0732) 66 82 21-89
E-Mail: kundenservice@lkuf.at
Website: www.lkuf.at
Onlineportal: www.mylkuf.at

Öffnungszeiten Kundenservice

Montag - Donnerstag 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr
13:00 Uhr bis 15:00 Uhr
Freitag 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber & Verleger: OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge, Leonfeldner Straße 11, 4040 Linz, Tel.: (0732) 66 82 21, www.lkuf.at, kundenservice@lkuf.at; Für den Inhalt verantwortlich: Direktor Albert Arzt; Layout: MAGIC Werbeagentur, Traun; Druck: BTS Druckkompetenz GmbH, Engerwitzdorf, Titelbild: © Andreas Wagner

Offenlegung (§ 25 Mediengesetz): Zeitschrift mit gesundheitsorientierter Berichterstattung und Information zur OÖ. LKUF.

Editorial



Direktor Albert Arzt

Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Zusammenlegung der Sozialversicherungen

Es geht offenbar um Macht und Einfluss, nicht um Einsparungen und bessere Leistungen.

Die OÖ. LKUF fällt nicht unter den Begriff der Sozialversicherungen, sondern ist eine dienstrechtliche Kranken- und Unfallfürsorge und daher Angelegenheit des Dienstgebers – das ist in unserem Fall das Land OÖ. Von der auf Bundesebene vorliegenden Gesetzesmaterie sind wir daher im Grundsatz nicht betroffen.

Die Diskussionen in den Medien auf Landesebene wurden von uns sehr aufmerksam verfolgt. Aufgrund der ständigen Neiddebatte vermeidet die OÖ. LKUF weitgehend Kommentare zu den Medienberichten.

Zu Kooperationen mit den anderen Krankenfürsorgen haben wir eine eindeutige Position. Die oö. Krankenfürsorgen verhandeln seit Jahren gemeinsam in wesentlichen Bereichen (z.B. Krankenhäuser, Ärztekammer, Zahnärztekammer) die bestmöglichen Tarife und Leistungen für die Versicherten aus. Darüber hinaus gibt es Kooperationen auch mit den Krankenkassen in Oberösterreich wie z.B. bei Zahnprophylaxe in Kindergärten und Schulen, medizinischer Versorgung in Alten- und Pflegeheimen, Kostenbeteiligung für medizinische Hauskrankenpflege, integrierter Versorgung bei Schlaganfall. Die OÖ. LKUF vertritt immer die Auffassung, dass es Mittelverschwendung wäre, sich bei sinnvollen Kooperationen zum Wohle unserer Versicherten nicht zu beteiligen. Wir sind zu Kooperationen jederzeit bereit und es gibt sicher Weiterentwicklungsmöglichkeiten, etwa im Bereich der Prävention, wo wir uns auch eine starke Beteiligung durch den Dienstgeber erwarten.

Allerdings darf dadurch die absolute Eigenständigkeit der OÖ. LKUF nicht gefährdet sein. Denn diese Eigenständigkeit ist die Basis für maßgeschneiderte Angebote für unsere Versicherten. Wir werden auch weiterhin in großer Eigenverantwortung und aus eigenen Mitteln ohne öffentliche Zuschüsse sämtliche Leistungen für unsere Versicherten erbringen.

Änderungen in den LKUF-Gremien

Mit Wirkung per 1. Dezember 2018 erfolgten wesentliche Veränderungen in unseren Gremien. Meine Stellvertreterin Johanna Müller ging in den wohlverdienten Ruhestand. Ich danke ihr sehr herzlich für die tolle Unterstützung in den letzten Jahren!

Ihre Aufgabe hat nun Franziska Groisböck übernommen. Sie hat sich sehr viel Kompetenz in ihren Aufgabenbereichen in der Personalvertretung erworben. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit ihr! Nähere Infos zu den Veränderungen finden Sie auf der nächsten Seite.

Frohe Weihnachten

Abschließend wünsche ich Ihnen für die bevorstehenden Weihnachtsferien in erster Linie Zeit für Ruhe und Entspannung und viel Energie für das neue Jahr!

Dir. Albert Arzt

Wechsel in den Gremien

Johanna Müller ging als Direktor-Stellvertreterin in den Ruhestand

Nach mehr als 19-jähriger Tätigkeit in den LKUF-Gremien und gut 3-jähriger Tätigkeit als Direktor-Stellvertreterin ging OLNMS SR Dipl.-Päd. Johanna Müller mit 30. November 2018 in den Ruhestand.



Johanna Müller wurde im Jahr 2000 in den Aufsichtsrat entsandt. Nach ihrer darauffolgenden Tätigkeit im Verwaltungsrat wurde Johanna Müller per 1. Februar 2015 vom Aufsichtsrat als 1. Dir.-Stv. gewählt. In ihrer Kompetenz waren unter anderem die freiwilligen Leistungen der Kur- und Erholungsaufenthalte sowie das VITAFit-Präventionsprogramm der OÖ. LKUF. Johanna Müller bleibt dem Verwaltungsrat weiterhin mit ihren Erfahrungen erhalten.

Herzlichen Dank an Johanna Müller für ihren Einsatz zum Wohl der Versicherten und ihre hervorragende Arbeit für die OÖ. LKUF! Wir wünschen ihr alles Gute und viel Gesundheit für den neuen Lebensabschnitt!

Franziska Groisböck ist neue Direktor-Stellvertreterin

Franziska Groisböck wurde vom Aufsichtsrat mit 1. Dezember 2018 als neue Direktor-Stellvertreterin bestellt. Sie ist eine langjährige Personalvertreterin und DA-Vorsitzende und bereits seit 2010 in den Gremien der OÖ. LKUF.



Die Gremialmitglieder und die LKUF-Mitarbeiter/-innen gratulieren Franziska Groisböck zu ihrer Bestellung als Direktor-Stellvertreterin und freuen sich auf eine gute Zusammenarbeit im Sinne der Versicherten!

Walter Wernhart scheidet aus den LKUF-Gremien aus

OLNMS i. R. SR Dipl.-Päd. Walter Wernhart wurde 1994 in den LKUF-Verwaltungsrat entsandt. Nach seiner jahrelangen Tätigkeit in den verschiedenen LKUF-Gremien – unter anderem nach 3-jähriger Tätigkeit als 1. Direktor-Stv. und 8-jähriger Tätigkeit als Vorsitzender im Verwaltungsrat – scheidet Walter Wernhart per 30. November 2018 aus den LKUF-Gremien aus. Walter Wernhart bleibt uns jedoch für die Begleitung der LKUF-Kurhäuser im Sinne der OÖ. LKUF erhalten.



Wir werden seine Expertise im Zusammenhang mit der Weiterentwicklung unserer Kurhotels einbauen.

Herzlichen Dank an Walter Wernhart für seinen Einsatz für die OÖ. LKUF! Wir wünschen ihm alles Gute und viel Gesundheit für die Zukunft!

Eintagesaufenthalt in Krankenanstalten

Der Unterschied zwischen einer tagesklinischen Behandlung und einem Eintagesaufenthalt besteht darin, dass bei der tagesklinischen Behandlung eine Operation stattfindet und bei einem Eintagesaufenthalt eine konservative (nicht operative) Behandlung erfolgt. Die bzw. der Patient/-in wird jedoch in beiden Fällen am Aufnahmetag wieder entlassen.

Bei einem **Eintagesaufenthalt** (nicht operative Behandlungen) werden gemäß der Satzung für alle Versicherten

(Haupt- und Mitversicherte) lediglich die **Kosten der allgemeinen Gebührenklasse übernommen**. Die Unterscheidung von Vertrags- oder Nichtvertragskrankenhaus findet hier nicht statt.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass manche Krankenhäuser bzw. Sanatorien über keine allgemeine Gebührenklasse verfügen und daher, falls nicht durch eine Zusatzversicherung abgedeckt, erhebliche Selbstkosten entstehen können. ■

Aufnahme eines Lehrlings in der OÖ. LKUF

Die OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge bildet ab September 2019 wieder einen Lehrling als Bürokauffrau/-mann aus.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Website www.lkuf.at.



Vergütung für LKUF-Zahnprophylaxeprogramm verbessert!

Dass Zahngesundheit für die OÖ. LKUF einen sehr hohen Stellenwert hat, wurde bereits mit der Einführung des LKUF-Zahnprophylaxeprogramms vor circa 20 Jahren bewiesen.

Die OÖ. LKUF unterstreicht die Wichtigkeit dieses Programms mit einer Erweiterung in zwei Bereichen.

Anspruch auch für Kinder und Jugendliche

Die Weichen für eine möglichst lebenslange Zahngesundheit werden bereits in jungen Jahren gestellt. Wir leisten den Zuschuss für dieses Programm daher seit 1. Juli 2018 auch für alle anspruchsberechtigten Kinder und somit für alle Versicherten.

Rückersatz wird erhöht

Als weitere Investition in die Zahngesundheit unserer Versicherten erhöhen wir den freiwilligen Kostenzuschuss für das LKUF-Zahnprophylaxeprogramm pro Kalenderjahr ab 1. Jänner 2019 für alle Versicherten von 50 auf 60 Euro!

In diesem Programm wurden die Mindestanforderungen unter anderem mit

- Instruktionsgespräch
 - Plaquediagnose
 - professioneller mechanischer Zahnreinigung mit Ultraschall, Handinstrumenten, Bürstchen und/oder Pulverstrahlgeräten mit abschließender Politur
- definiert.

Wir bitten Sie, auf der Originalrechnung unbedingt auf die Bezeichnung „LKUF-Zahnprophylaxeprogramm“ zu achten. Nur so ist die Erfüllung der festgelegten Mindestanforderung klar erkennbar und eine reibungslose Vergütung gewährleistet.

Es freut uns, dass wir für unsere Versicherten mit dieser deutlichen Leistungsverbesserung ein weiteres Zeichen im Bereich Gesundheitsprävention setzen können.

Details zu diesem Programm finden Sie auf unserer Website www.lkuf.at > Leistungen > Zahnheilkunde.

Zusätzliches Angebot in Kindergärten und Schulen

Neben dem Zuschuss für das LKUF-Zahnprophylaxeprogramm finanziert die OÖ. LKUF gemeinsam mit anderen Kostenträgern und dem Land OÖ. das vom Verein PROGES betreute Programm in Kindergärten und Schulen. Dieses wird punktuell immer wieder weiterentwickelt und beinhaltet eine professionelle zahnmedizinische Vorsorge und Betreuung von Kindern mit hohem Kariesrisiko.

Bitte beachten Sie dazu auch die ab 2019 neu geregelte Zuschussmöglichkeit für Vorsorgemaßnahmen im Rahmen des Mutter-Kind-Passes! ■



LKUF *intern*

Satzungsänderungen der OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge

Bitte beachten Sie folgende Satzungsänderungen, die vom Verwaltungsrat der OÖ. LKUF beschlossen, von der Oö. Landesregierung genehmigt wurden und ab 01.01.2019 in Kraft treten.
Die geänderten Abschnitte sind grau unterlegt.

Satzungsänderungen - Gültigkeit ab 01.01.2019

Stichwort/
Anmerkungen

1. Abschnitt: Krankenfürsorge

A Allgemeiner Teil

01. Pflichtleistungen:

- a) Vorsorge(Gesunden)Untersuchungen;
- b) Krankenbehandlung durch: ärztliche Hilfe und Leistungen anderer Gesundheitsberufe, Heilmittel, Heilbehelfe und Hilfsmittel;
- c) erforderlichenfalls medizinische Hauskrankenpflege;
- d) erforderlichenfalls Anstaltspflege;
- e) Zahnbehandlung und Zahnersatz;
- f) bei Mutterschaft: ärztlicher Beistand, Hebammenbeistand, Heilmittel, Heilbehelfe und Hilfsmittel, erforderlichenfalls Anstaltspflege, Mutterhilfe;
- g) medizinische Maßnahmen der Rehabilitation;
- h) bei Landesvertragslehrpersonen: Krankengeld, Rehabilitationsgeld, Wiedereingliederungsgeld und Wochengeld

Pflichtleistungen

08. Die LKUF gewährt die Rückvergütung nur nach Vorlage des Originals (des Behandlungsscheines bzw der sonstigen Rechnung). Dieses ist vom Mitglied zu unterschreiben und zu datieren. Der Vorlage des Originals ist die Einreichung über das Onlineportal der LKUF (myLKUF) gleichzusetzen. Leistungen für ein und denselben Fürsorgefall dürfen vom Mitglied nur einmal beansprucht werden.

B Besonderer Teil

II Arzthilfe

14. Im Falle der Krankheit wird ausreichend und zweckmäßige ärztliche Hilfe geleistet. Kosmetische Behandlungen gelten nur dann als Krankenbehandlung, wenn sie zur Beseitigung anatomischer oder funktioneller Krankheitszustände dienen.

Umfang der
Arzthilfe
Kosmetische
Behandlungen

Nicht als Pflichtleistungen können übernommen werden:

- a) die Kosten für kosmetische Behandlungen,
- b) die Kosten für wissenschaftlich nicht genügend erprobte Heilmethoden.

In diesen Fällen können freiwillige Leistungen (Punkt 79 und 80) gewährt werden, für kosmetische Behandlungen jedoch nur, wenn sie zur vollen Wiederherstellung der Dienstfähigkeit erforderlich oder aus Berufsgründen notwendig sind.

Für stationäre Krankenhausbehandlungen (auf der allgemeinen Gebührenklasse und Sonderklasse-Mehrbettzimmer) mit kosmetischem Schwerpunkt werden maximal die Kosten in der Höhe der allgemeinen Gebührenklasse einer vergleichbaren oö. Vertragskrankenanstalt übernommen.

III Der Arzthilfe gleichgestellte Leistungen

25. Der Arzthilfe sind folgende Leistungen bei Krankheit gleichgestellt:

- a) auf Grund ärztlicher Verschreibung erforderliche physiotherapeutische, logopädisch-phoniatrisch-audiometrische oder ergotherapeutische Behandlung durch Personen, die zur freiberuflichen Ausübung dieser Dienste berechtigt sind, sowie auf Grund ärztlicher Verschreibung erforderliche Leistung eines Heilmasseurs oder Heilmasseurin, der/die nach § 46 des Medizinischer Masseur- und Heilmasseurgesetzes zur freiberuflichen Berufsausübung berechtigt ist;
- b) auf Grund ärztlicher Verschreibung oder psychotherapeutischer Zuweisung erforderliche diagnostische Leistung eines klinischen Psychologen, der zur selbstständigen Ausübung des psychologischen Berufes berechtigt ist;
- c) psychotherapeutische Behandlung durch Personen, die zur selbstständigen Ausübung der Psychotherapie berechtigt sind, wenn nachweislich vor oder nach der ersten, jedenfalls jedoch vor der zweiten psychotherapeutischen Behandlung innerhalb desselben Zeitraumes, der dem Abrechnungszeitraum im Sinne des § 63 Abs. 1 Satz 2 Z.3 B-KUVG i.d.F. BGBl.Nr. 679/1991 entspricht, eine ärztliche Untersuchung stattgefunden hat. Ab der 11. Sitzung ist die Kostenübernahme nur dann gewährleistet, wenn die vorherige Genehmigung der LKUF eingeholt wurde;
- d) ambulante Behandlung in öffentlichen Krankenanstalten.

Med.-technische
Berufe

klinische
Psychologen

Psychotherapeuten

Krankenhaus-
ambulanzen

V Heilmittel

38. Auf Rechnung der Krankenfürsorge dürfen alle in Österreich registrierten Arzneyspezialitäten (Warenverzeichnis I), die im Warenverzeichnis II enthaltenen Homöopatika und die in der Österreichischen Arzneytaxe enthaltenen Arzneistoffe verschrieben oder bezogen werden, sofern in den Abgabebestimmungen von Medikamenten, vereinbart zwischen der Apothekerkammer für Oberösterreich und den oö. Krankenfürsorgen, keine Einschränkungen bzw. Bewilligungspflichten vorgesehen sind.

Die näheren Bestimmungen über allfällige Einschränkungen oder Bewilligungspflichten sind in den Abgabebestimmungen von Medikamenten, vereinbart zwischen der Apothekerkammer für Oberösterreich und den oö. Krankenfürsorgen, geregelt. Die näheren Bedingungen werden auf der LKUF-Website veröffentlicht.

Bezugs-
bestimmungen

| | Stichwort/ Anmerkungen |
|---|--|
| <p>VII Anstaltspflege</p> <p>54. Für die Inanspruchnahme von Anstaltspflege ist die vorherige Genehmigung der LKUF mit Ausnahme der folgenden Einschränkungen nicht erforderlich.</p> <p>a) Der vorherigen Genehmigung bedarf die Anstaltspflege in Zusammenhang mit Zahnimplantaten (siehe Punkt 68), sowie Zahn- und Kieferbehandlungen (ausgenommen sind akute Leistungen im Bereich der zahnärztlichen Chirurgie auf der allgemeinen Gebührenklasse).</p> <p>b) Die Kostenübernahme der Sonderklasse-Mehrbettzimmer ist für maximal 6 Wochen innerhalb eines Zeitraumes von einem Kalenderjahr gewährleistet; bezüglich der weiteren Kostenübernahme auf Sonderklasse-Mehrbettzimmer entscheidet die LKUF.</p> <p>1. Die LKUF vergütet in Vertragskrankenanstalten</p> <p>a) bei Inanspruchnahme der allgemeinen Gebührenklasse die Kosten zu 100 %,</p> <p>b) für Kinder (auch Waisen, die selbst Mitglied sind) und sonstige Angehörige, ausgenommen Ehegattinnen und Ehegatten, eingetragene Partnerinnen und Partner sowie Personen nach § 6 Abs. 3a OÖ. LKUG nur die allgemeine Gebührenklasse,</p> <p>c) für Witwen und Witwer, welche mit Beginn des Bezuges der Witwen- oder Witwerpension erst Mitglied der LKUF wurden und Anspruch auch bei einem Träger der Sozialversicherung bzw. einer anderen dienstrechtlichen Krankenfürsorge besteht, nur die allgemeine Gebührenklasse,</p> <p>d) für Eintagesaufenthalte (nicht operative Behandlungen) nur die allgemeine Gebührenklasse,</p> <p>e) bei Inanspruchnahme der Sonderklasse-Mehrbettzimmer 90 % der Kosten; falls Anspruch bei einem Träger der Sozialversicherung bzw. einer anderen dienstrechtlichen Krankenfürsorge besteht, jedoch im Sinne des Punktes 3 lit. a 90 % der Differenzkosten auf die Sonderklasse-Mehrbettzimmer.</p> <p>VERTRAGSKRANKENANSTALTEN Alle öffentlichen Krankenanstalten Oberösterreichs Unfallkrankenhaus Linz Landeskrankenhaus Waidhofen/Ybbs Klinik Diakonissen Linz GmbH EMCO Privatklinik GesmbH Bad Dürrenberg/Sbg. Landeskrankenhaus Mauer PKS Privatklinik Salzburg GmbH & Co GK</p> <p>KRANKENANSTALTEN MIT SONDERVEREINBARUNG Uniklinikum Salzburg (SALK) - Landeskrankenhaus Salzburg Uniklinikum Salzburg - Christian-Doppler-Klinik Landeskrankenhaus St. Veit/Pongau Landeskrankenhaus Amstetten AMEOS Privatklinikum Bad Aussee (nur allgemeine Gebührenklasse) Psychosomatisches Zentrum Eggenburg GmbH</p> <p>2. In Krankenanstalten, mit denen die LKUF keinen Vertrag bzw. keine Sondervereinbarung hat, gilt Folgendes:</p> <p>a) Ziff. 1 lit. a, b, c und d, sofern die Anstaltspflege im Inland erfolgt;</p> <p>b) Ziff. 1 lit. a, b, c und d, sofern die Anstaltspflege im Ausland erfolgt und Ziff. 1 lit. e jeweils mit der Maßgabe, dass bei der Berechnung der 100 % bzw. der 90 % höchstens diejenigen Sätze zugrunde gelegt werden, die mit den vergleichbaren oö. Vertragskrankenanstalten vereinbart sind - vorbehaltlich nachstehender lit. c;</p> <p>c) Bei Inanspruchnahme von Anstaltspflege auf der Sonderklasse-Mehrbettzimmer in öffentlichen Krankenanstalten, mit denen die LKUF keinen Vertrag hat, werden 90 % der tatsächlichen Kosten bezahlt, wenn der Krankenhausaufenthalt während einer dienstlichen Tätigkeit außerhalb Oberösterreichs notwendig wurde.</p> | <p>Inanspruchnahme</p> <p>Kostenersatz</p> <p>Vertragskrankenanstalten</p> <p>Krankenanstalten mit Sondervereinbarung</p> <p>Vergütung in Krankenanstalten ohne Vertrag</p> <p>Dienstliche Tätigkeit</p> |

| | Stichwort/ Anmerkungen |
|--|--|
| <p>XI Freiwillige Leistungen</p> <p>B Fahrt- und Transportkosten</p> <p>89. Fahrtkosten werden nur vergütet, wenn der Behandlungsschein (die Honorarnote) und der dazugehörige Fahrtkostenantrag gemeinsam in Original vorgelegt oder gemeinsam elektronisch über das Onlineportal der LKUF (myLKUF) eingereicht werden.</p> <p>Bei Direktverrechnung mit der Behandlungsstelle ist der Krankenschein (die Honorarnote) nicht erforderlich.</p> <p>C Erweiterte Heilbehandlung</p> <p>III Kuraufenthalte</p> <p>96. a) Aktiven Lehrpersonen (einschließlich freiwillig Versicherten) kann ein Kuraufenthalt bzw. eine Kurbeihilfe insgesamt für 9 Wochen innerhalb von 5 Jahren, jedoch nicht mehr als 4 Wochen im Kalenderjahr gewährt werden.</p> <p>b) Pensionierten LKUF-Hauptversicherten, anspruchsberechtigten Gattinnen und Gatten, anspruchsberechtigten eingetragenen Partnerinnen und Partnern bzw. anspruchsberechtigten Lebensgefährtinnen und Lebensgefährten sowie Waisen, Witwen und Witwern kann ein Kuraufenthalt bzw. eine Kurbeihilfe insgesamt für 6 Wochen innerhalb von 5 Jahren, jedoch nicht mehr als 4 Wochen im Kalenderjahr gewährt werden. In besonders gelagerten Ausnahmefällen ist nach Stellungnahme einer Konsiliarärztin oder eines Konsiliararztes eine Erweiterung von 6 Wochen auf bis zu 9 Wochen möglich.</p> <p>97. Die Kurwerber sind in die LKUF-Kurhäuser einzuweisen. Falls in diesen Kurorten die nötige Behandlung nicht geboten werden kann, ist dies im Antrag durch den Arzt ausdrücklich anzuführen und zu begründen.</p> <p>LKUF-Kurhäuser stehen in folgenden Kurorten zur Verfügung:</p> <p>a) Bad Ischl Villa Seilern Vital Resort, Tänzlgasse 11</p> <p>b) Bad Leonfelden Spa Hotel Bründl, Badweg 1</p> <p>c) entfällt</p> <p>Die Termine in den Hauptferien bleiben grundsätzlich den aktiven Lehrpersonen vorbehalten.</p> <p>98. Leistungsumfang bei Kuraufenthalten</p> <p>a) In den LKUF-Kurhäusern in Bad Leonfelden und Bad Ischl 80%ige Kostenübernahme der Halbpension (ausgenommen Kurtaxe) und 90 % der tarifmäßigen Kurmittel jeweils bis zur Höchstvergütungspauschale laut Satzungsanhang.</p> <p>b) entfällt</p> <p>c) Ambulante Kuren: 90 % der tarifmäßigen Kurmittel bis zur Höchstvergütungspauschale laut Satzungsanhang.</p> <p>99. Voraussetzungen für einen Kostenzuschuss: (Bei sämtlichen 2- und 3-wöchigen Kurvarianten)</p> <p>a) vorheriges Ansuchen mit einer ärztlichen Verordnung rechtzeitig vor Antritt der Kur, frühestens ein halbes Jahr vor Kurantritt; dafür ist das Formblatt „Ansuchen um erweiterte Heilbehandlung“ zu verwenden;</p> <p>b) die Bewilligung seitens der LKUF muss vor Kurantritt erfolgen;</p> <p>102. Es werden VITAFit-Kurzkuren und Medical Wellness-Kuren angeboten, für die jeweils eine Woche von der Kurmöglichkeit abgezogen wird. Die näheren Bedingungen werden auf der LKUF-Website veröffentlicht.</p> | <p>Anspruchserhebung</p> <p>Kurwiederholung</p> <p>Einweisung</p> <p>LKUF-Kurhäuser</p> <p>Lehrpersonen im Aktivstand</p> <p>Leistungen bei Kuraufenthalten siehe Anhang</p> <p>Kostenzuschuss Voraussetzungen</p> <p>VITAFit-Kurzkuren und Medical Wellness-Kuren</p> |

| | Stichwort/ Anmerkungen |
|--|--|
| IV Genesungsaufenthalte | |
| 104. Nach schwerer Erkrankung (in der Regel nach einem Spitalsaufenthalt) kann ein Genesungsaufenthalt bewilligt werden. Folgende Aufenthaltsmöglichkeiten werden angeboten: a) LKUF-Kurhäuser (Bad Ischl, Bad Leonfelden ()) b) Kneipp-Kurhäuser der Marienschwestern () Bad Kreuzen, Bad Mühlacken) c) entfällt | Genesungsaufenthalte |
| 104a. Leistungsumfang bei Genesungsaufenthalten a) Spa Hotel Bründl Bad Leonfelden und Villa Seilern Vital Resort Bad Ischl: 80%ige Kostenübernahme der Halbpension (ausgenommen Kurtaxe) bis zur Höchstvergütungspauschale laut Satzungsanhang b) Kneippkurhäuser der Marienschwestern: 80 % der Halbpension lt. Tarif (ausgenommen Kurtaxe) c) entfällt | Leistungen bei Genesungsaufenthalten (siehe auch Anhang) |
| 105. Voraussetzungen für einen Kostenzuschuss: a) vorheriges Ansuchen mit einer ärztlichen Verordnung; dafür ist das Formblatt „Ansuchen um erweiterte Heilbehandlung“ zu verwenden; b) die Bewilligung seitens der LKUF muss vor Antritt des Genesungsaufenthaltes erfolgen; | Kostenzuschuss Voraussetzungen |
| V Erholungsaufenthalte für Kinder | |
| 109. Voraussetzung für einen Kostenzuschuss: a) vorheriges Ansuchen mit einer ärztlichen Verordnung; dafür ist das Formblatt „Ansuchen um erweiterte Heilbehandlung“ zu verwenden; b) die Bewilligung seitens der LKUF muss vor Antritt des Erholungsaufenthaltes erfolgen; c) Vorlage einer touristischen Aufenthaltsbestätigung im Nachhinein; | Kostenzuschuss Voraussetzungen |
| XII Barleistungen für Landesvertragslehrer | |
| 111a. Den Vertragslehrpersonen steht - Krankengeld nach Maßgabe der §§ 138 bis 143 ASVG - Wochengeld nach § 162 und §§ 165 bis 168 ASVG - Rehabilitationsgeld nach § 143a ASVG - Wiedereingliederungsgeld nach Maßgabe gem. § 143d ASVG zu. | Krankengeld Wochengeld Rehabilitationsgeld Wiedereingliederungsgeld |
| 111c. Die LKUF zahlt Kranken-, Rehabilitations-, Wiedereingliederungs- und Wochengeld alle vier Wochen im Nachhinein aus. | Auszahlung Krankengeld Rehabilitationsgeld Wiedereingliederungsgeld Wochengeld |

2. Abschnitt: Unfallfürsorge

B Besonderer Teil

XIII Freiwillige Leistungen

188. Freiwillige Leistungen können im Rahmen finanzieller Möglichkeiten der LKUF für Mitglieder erbracht werden. Es sind entweder ergänzende Leistungen zu den Pflichtleistungen oder solche Leistungen, die mit Pflichtleistungen in keinem Zusammenhang stehen (zB Erste-Hilfe-Kurse).

Ein Rechtsanspruch auf freiwillige Leistungen besteht nicht.

Über die Gewährung von freiwilligen Leistungen entscheidet der Verwaltungsrat der LKUF bzw das nach § 35 Abs. 7 LKUFG zuständige Organ der LKUF.

Rechtsanspruch

Zuständigkeit

5. Abschnitt: Schlussbestimmungen

195. Die vom Verwaltungsrat der LKUF am 11. September 2018 beschlossene und von der Oö. Landesregierung genehmigte Satzungsänderung tritt mit 1. Jänner 2019 in Kraft.

Anhang zur Satzung der OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge

Gültig ab 01.01.2019

| zu Punkt | Krankenfürsorge | Pauschale Höchstvergütung (100 %) | zu Punkt | Krankenfürsorge | Pauschale Höchstvergütung (100 %) |
|------------|--|--|-------------|---|--|
| 79 bis 111 | FREIWILLIGE LEISTUNGEN LKUF-Zahnprophylaxeprogramm  Manuelle Massagen und Lymphdrainagen in Massageinstituten mit Gewerbeberechtigung oder bei einem Heilmasseur oder einer Heilmasseurin für Hauptversicherte, anspruchsberechtigte GattInnen, anspruchsberechtigte eingetragene PartnerInnen und anspruchsberechtigte LebensgefährtenInnen (wenn es sich nicht gleichzeitig um ein physikalisches Institut, Ambulatorium, Kuranstalt oder dgl. handelt) maximal EUR 38,00 pro Behandlung bis zur pauschalen Höchstvergütung pro Kalenderjahr Grundvoraussetzung ist eine vorherige ärztliche Verschreibung. |  EUR 60,00  EUR 380,00 | 98 und 99 | KURAUFWENTHALTE  Halbpension (für bewilligte Aufenthalte in den LKUF-Kurhäusern in Bad Leonfelden und Bad Ischl) Kurmittelkosten tarifmäßig bis zu EUR 270,00 pro Woche (7 Tage) |  EUR 74,00  EUR 270,00 pro Woche (7 Tage) |
| | | | 104 bis 106 | GENESUNGS-AUFENTHALTE  Halbpension (für bewilligte Aufenthalte in den LKUF-Kurhäusern in Bad Leonfelden und Bad Ischl) |  EUR 74,00 |
| | | | 188 | Unfallfürsorge FREIWILLIGE LEISTUNGEN  | |

Satzungsänderungen der OÖ. Lehrer-Sterbekasse

Gültig ab 01.01.2019

ABSCHNITT III

Beiträge

§ 5

Die Höhe des Beitrages bestimmt der Verwaltungsrat. Er beträgt derzeit für das Mitglied und jede anspruchsberechtigte Person monatlich je € 6,00.

ABSCHNITT VII

Schluss- und Übergangsbestimmungen

§ 17

Die geänderte Form dieser Satzung wurde vom Verwaltungsrat der LKUF am 11. September 2018 beschlossen, von der Oö. Landesregierung genehmigt und tritt mit 1. Jänner 2019 in Kraft.

Mit Bewegung und Massagen zu mehr Lebensqualität

Erkrankungen des Bewegungsapparates haben sich leider in den letzten Jahrzehnten unter den häufigsten Volkskrankheiten etabliert. Durch einen gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und ausreichend Bewegung kann man jedoch viel zur eigenen Gesundheit beitragen und gegen dieses Phänomen aktiv werden. Für den Fall, dass es trotz allem einmal „zwickt“ oder z.B. eine Remobilisation nach schwerer Erkrankung notwendig ist, stellen wir für unsere Versicherten die Vergütung für ein umfassendes Therapieangebot mit z.B. physiotherapeutischen Bewegungsbehandlungen bereit.

Die Höhe der Rückersätze ist vom Status der jeweiligen Behandlungsstelle bzw. von Verträgen abhängig. Dabei sind (freiwillige) Pauschalvergütungen, aber auch die Vergütung von Einzelleistungen pro Einheit möglich.

Grundvoraussetzung ist immer eine vor Behandlungsbeginn ausgestellte ärztliche Verordnung mit genauen Angaben zu den verordneten Leistungen inklusive Zuweisungsdiagnose.



© glisic_albina / Fotolia.com

Folgende Tabelle gibt in Kurzform eine grobe Übersicht über unsere aktuellen Bestimmungen und zuletzt

punktuell geänderten Rückersätze am Beispiel Massagen und Lymphdrainagen. ■

Rückersätze am Beispiel Massagen und Lymphdrainagen

| Behandlung | Massageinstitute/ Heilmasseur/-innen | Freiberufliche Physiotherapeut/-innen | Physikalische Institute/ Kuranstalten | Vertragsambulatorien der OÖ. LKUF z.B. Krankenhaus |
|---|---|--|---|--|
| Vergütungssätze für Hauptversicherte, anspruchsberechtigte Gatt/-innen, Lebensgefährte/-innen und eingetragene Partner/-innen | | | | |
| Massagen | Insgesamt 90 % bis max. EUR 38,- pro Behandlung (ab 01.01.2019) und bis max. EUR 380,- pro Kalenderjahr** | EUR 10,10* bzw. 20,20* (mind. 15 bzw. 30 Min.) | EUR 9,60* bzw. 19,20* (mind. 15 bzw. 30 Min.) | 90 % der Tarife*** |
| Lymphdrainagen | | EUR 35,90* (mind. 45 Min.) | EUR 23,80* (mind. 45 Min.) | 90 % der Tarife*** |
| Vergütungssätze für anspruchsberechtigte Kinder | | | | |
| Massagen | EUR 2,40* | EUR 10,10* bzw. 20,20* (mind. 15 bzw. 30 Min.) | EUR 9,60* bzw. 19,20* (mind. 15 bzw. 30 Min.) | 90 % der Tarife*** |
| Lymphdrainagen | EUR 9,80* | EUR 35,90* (mind. 45 Min.) | EUR 23,80* (mind. 45 Min.) | 90 % der Tarife*** |

* max. 90 % davon

** Achtung: Dieser einmalige Pauschalsatz pro Kalenderjahr gilt nur dann, wenn es sich nicht gleichzeitig um ein physikalisches Institut, Ambulatorium, Kuranstalt, freiberufliche/-n Physiotherapeut/-in oder dgl. handelt.

*** Direktverrechnung; 100%ige Kostendeckung mit entsprechender Zusatzversicherung

Detaillierte Informationen über unser umfassendes Angebot an Therapieleistungen finden Sie auf unserer Website www.lkuf.at > Leistungen > Therapieangebote.

Selbststärkung - mit Gelassenheit gelingt's!

Gerade dann, wenn Anforderungen steigen und sich vieles in Bewegung befindet, gilt es, „Gelassenheit“ zu bewahren. Voller Einsatz, Kraft und Konzentration sind jetzt gefragt und die Fähigkeit, souverän zu sein, anstatt unter Druck zu reagieren. Veränderung richtet sich gegen die Gewohnheiten des Lebens. Und wenn gewohnte Stabilität im Umfeld weniger wird, sind wir gefordert, diese verstärkt in uns selbst zu finden.

Genau an diesem Punkt wird es interessant! Denn mit kontinuierlich hoher Anforderung steigt leider auch die Gefahr, dass wir uns ein Stück weit selbst vergessen in unserem Tun.

Gewohnheiten und Verhaltensweisen, die uns unnötig Kraft kosten und das Leben manchmal schwerer als nötig machen, werden häufig nicht mehr bewusst wahrgenommen. Das Wohlbefinden und die persönliche Wirkung und Ausstrahlung können leiden.

Damit neue Situationen souverän und selbstbewusst gemeistert werden können, lautet die Frage daher, WIE das Zurückfinden zur „vollen Form“ gelingt.

Die Chance auf nachhaltige Stärkung liegt in der Auseinandersetzung mit dem Umgang mit sich selbst in jedem Moment des Alltags und der bewussten Steuerung der mentalen und körperlichen Haltung. Erweiternd zu all dem, was bereits getan wird, um gesund, fit und leistungsfähig zu sein.

Wie das ganz konkret Schritt für Schritt gelingen kann, zeigt der international renommierte körperorientierte Wahrnehmungsunterricht Alexandertechnik,

der neben der Förderung von Gesundheit auch im Spitzensport, in Berufen mit Höchstpräzisionsanforderungen und auf der Bühne zur Förderung von Spitzenleistungen unterrichtet wird.

Die Aufmerksamkeit richtet sich bei dieser vom Australier Frederic Matthias Alexander entwickelten Methode nicht primär auf die Tätigkeit selbst, sondern auf die Art und Weise der Ausführung, das WIE, bewusst, konstruktiv, um Wohlbefinden als Leistungsbasis zu sichern. Alexandertechnik versteht sich damit nicht als eine Disziplin mit Übungen, sondern als Lernweg zu einem neuen Umgang im Einklang mit sich selbst.

Zunächst gilt es daher, die Wahrnehmung zu schulen, um schwächende körperliche und mentale Leistungsmuster zu erkennen.

Haben Sie sich schon einmal beobachtet, wie Sie in Leistungssituationen mit sich umgehen?

Wenn Sie sich das nächste Mal konzentrieren, halten Sie bitte einen Moment inne und nehmen Sie Ihre Gesichtszüge spürend wahr. Oft sind es die Augen, die wir unter Druck bringen und auf „scharf stellen“, die Stirn, die in Falten gelegt wird, oder das Kiefer, das wir anspannen. Aber wofür?

Dieses Beispiel macht deutlich, wie sehr Druck in Leistungsmomenten von uns unbewusst zur Absicherung, als eine Art von Turbo, selbst erzeugt und eingesetzt wird und unser Verhalten beeinflusst.

Wir pushen, drücken und pressen uns, selbstverständlich in bester Absicht, um das Beste aus uns herauszuholen, das Beste zu geben und übersteuern damit unsere natürlichen Funktionen. Offenbar in der Annahme, dass das

von Natur aus gegebene für eine Top-Leistung nicht ausreicht.

Indem wir den Zustand der natürlichen Balance unterschätzen und auf Druck und Bemühung als Lösungsansatz setzen, erschweren wir uns das Leben mehrfach selbst!

Denn einerseits können wir unter einem Zuviel an Druck nicht mehr auf unsere volle Form zugreifen, damit wird all die Mühe vergebens. Und zusätzlich hinterlassen kontinuierliche unbewusste Selbstbelastungen deutliche Spuren und zehren an unseren Kräften.

Wenn eine fordernde Aufgabe ansteht, daher den Druck um Augen, Kiefer und Stirn bewusst loslassen. Dabei beobachten, wie sich zeitgleich der Atem vertieft, der Körper beruhigt, entlastet und die Welt nicht nur anders aussieht, sondern auch in einer neuen Weise entgegenkommt, freundlicher und zugewandt.

Tipp: Beobachten Sie Ihre Mimik, Ihre „Konzentrations- und Anstrengungsmuster“ und üben Sie sich darin, zu „gelassenen“ Gesichtszügen zurückzufinden. Die Verbindung zwischen Gesichtsmuskulatur und dem in der Stressregulation entscheidend beteiligten Vagusnerv lässt sich zur Selbstentlastung in jedem Moment wirkungsvoll nutzen.

Selbststärkung = sich weniger zu schwächen

Die Lösung liegt in der Reduktion von unbewusst ausgeübtem Druck. Und



© WavebreakMediaMicro / Fotolia.com

den üben wir nicht nur auf der körperlichen Ebene auf uns aus, sondern häufig auch mental.

Betrachten Sie in einem fordernden Moment Ihren inneren Dialog. Welche Geschichten erzählen Sie sich? Treiben Sie sich an? Wie oft finden Sie das Wörtchen „muss“ oder die Frage „warum muss ich“, „gerade jetzt“, „das auch noch ...?“.

Jeder Gedanke wirkt unmittelbar und beeinflusst unsere körperliche Befindlichkeit ebenso wie unsere Stimmung. Wir werden im wahrsten Sinne des Wortes bedrückt, aber nicht von den Situationen an sich, sondern von der Art, wie wir sie uns gedanklich beschreiben.

Tipp: Immer, wenn sich auf die Frage „Wofür“ eine gute Antwort finden lässt, öffnen sich Perspektiven und Belastungen werden positiver empfunden als aus einer Position des „Warum und des Müssens“.

Die OÖ. LKUF bietet im VITAFit-Präventionsprogramm Sommersemester 2019 die Seminare „Selbststärkung in Zeiten der Veränderung“ und „Selbstentlastung – souverän sein und wirken“ an. Eine Anmeldung ist voraussichtlich ab Anfang Februar 2019 über die LKUF-Website möglich. In unserem LKUF-Newsletter informieren wir Sie über den genauen Zeitpunkt.

Belastung alleine löst noch keinen Druck aus!

Welche Auswirkung Herausforderungen auf uns haben können, ist stets auch davon beeinflusst, wie wir ihnen begegnen und sie bewerten.

„Wenn sich die innere Einstellung zum Stress verändert, empfinden wir Stress anders“, sagt auch die US-Psychologin Alia J. Crum PhD, die an der Stanford University die Wirkung von „mindsets“ (persönliche gedankliche Filter, Situationen zu betrachten) beforcht.

Sobald es gelingt, sich selbst aus der Reaktionsspirale und von überflüssigem Druck zu befreien, erweitern sich aber nicht nur die eigenen Handlungsspielräume, sondern auch die Ausstrahlung und Wirkung auf das Umfeld. Genauso wie Druck Gegendruck erzeugt, wirkt eine entspannte Haltung ermöglichend im Kontakt.

Wir können dem Leben mehr Leichtigkeit geben

Selbststärkung wirkt genauso unmittelbar wie Selbstbelastung. Um wählen

zu können, braucht es allerdings Bewusstsein für das Zusammenspiel von Geist und Körper, die Fähigkeit zur Selbstberuhigung und Sensibilisierung der Wahrnehmung im Umgang mit sich selbst, denn die Macht der Gewohnheit ist groß.

- Selbstberuhigung: Die Fähigkeit zur Selbstberuhigung bildet die Basis, denn bei zu hoher Aktivierung des Nervensystems ist die Möglichkeit der Steuerung eingeschränkt und wir neigen zur Reaktion.
- Sensibilisierung der Körperwahrnehmung: Nur wenn Unterschiede spürbar erkannt werden können und damit ganz konkret Verständnis für die eigene steuernde Einflussnahme auf die persönliche Befindlichkeit gewonnen wird, kann Verhalten selbstbewusst und nachhaltig erweitert werden.

Wie man sich das Leben Tag für Tag selbst erleichtert, steht im Mittelpunkt meiner Seminare. ■



Verfasserin:
Mag. Ursula Zidek-Etzlstorfer
Alexandertechniklehrerin,
Unternehmensberaterin,
Managementcoach und
Referentin der OÖ. LKUF

Immer bestens informiert!



© Dmitry Naumov / Fotolia.com

LKUF-Gesundheitstag 2019

Am Samstag, 6. April 2019 findet an der Pädagogischen Hochschule der Diözese Linz der 2. LKUF-Gesundheitstag zum Thema „**Meine Gesundheit in die eigene Hand nehmen**“ statt. Vorträge und Workshops von namhaften Expert/-innen und weitere spezielle Angebote erwarten Sie!

Nähere Details finden Sie im nächsten VITAFit-Präventionsprogramm, das im Februar 2019 erscheint. Die Anmeldung ist auch ab diesem Zeitpunkt über die LKUF-Website möglich.

Bitte vormerken – alle LKUF-Versicherten sind herzlich eingeladen!

Website

Für Informationen steht Ihnen unsere Website www.lkuf.at zur Verfügung.

Newsletter

Der kostenlose Newsletter der OÖ. LKUF informiert Sie über neue Themen. Melden Sie sich noch heute zum LKUF-Newsletter auf unserer Website www.lkuf.at > Publikationen > Newsletter an!



myLKUF

Mit unserem Onlineportal myLKUF (www.mylkuf.at) können Sie diverse Services nutzen, Unterlagen (z.B. Arztrechnungen) zur Abrechnung einreichen und aktuell Ihre Leistungsinformation für eingereichte Belege und Rechnungen abfragen.

Die OÖ. LKUF ist bestrebt, das Serviceangebot für ihre Versicherten ständig zu erweitern.

Österreichische Post AG
MZ 02Z032214 M
OÖ. Lehrer-Kranken- und Unfallfürsorge, 4040 Linz, Leonfeldner Straße 11

Der schnellste Weg zu unserer Website – einfach QR-Code mit dem Smartphone einscannen und los geht's!

