

BRH-AKTUELL

Herausgeber: Seniorenverband BRH

- Bund der Ruhestandsbeamten, Rentner und Hinterbliebenen im DBB -

Tel.: **0 25 73-9 79 14 50**, Fax: **0 25 73-9 79 14 51**,

E-Mail: brh-aktuell@gmx.de , Postanschrift am Ende (auf Seite 4 unten)

V.i.S.d.P. Dr. Riedel

Nr. 07/2014

31.03.2014

- 01 Einkommensrunde 2014: Knackpunkt ist die soziale Komponente**
- 02 Neuauflage der Broschüre: Reisezeit - Ihr Weg durch den Zoll**
- 03 Unfallversichert im freiwilligen Engagement**
- 04 Bürgerschaftliches Engagement in einer Sorgenden Gemeinschaft**
- 05 Faltblatt: Pflegebedürftig. Was nun?**
- 06 Broschüre: Leben in Balance – Seelische Gesundheit von Frauen**
- 07 Stolpern, stürzen, ausrutschen**
- 08 Mitmachen – Nicht meckern!**

01 Einkommensrunde 2014: Knackpunkt ist die soziale Komponente Entscheidung in Potsdam steht bevor

Vor der entscheidenden dritten Verhandlungsrunde für die Beschäftigten im öffentlichen Dienst von Bund und Kommunen am 31. März 2014 in Potsdam hat der dbb-Verhandlungsführer Willi Russ nochmals die Einigungsbereitschaft der Gewerkschaften betont: „Guten Willen auf beiden Seiten vorausgesetzt, können wir den Sack jetzt zumachen. Alle wissen, worum es geht und wo der Knackpunkt liegt. Wenn die Arbeitgeber sich in Sachen sozialer Komponente noch mehr auf die Gewerkschaften zu bewegen, kommt die Einigung schnell in Sichtweite.“

Die Warnstreiks und Proteste der letzten Woche haben gezeigt, dass die Beschäftigten entschlossen sind, notfalls für eine gerechte Teilhabe an der Einkommensentwicklung in Deutschland richtig zu kämpfen. Es ist traurig, dass Politiker die Beschäftigten, die im öffentlichen Dienst arbeiten, immer wieder zu diesen ineffektiven Ritualen zwingen, sich selbst aber ohne viel Aufheben wie Unternehmer, Steuerhinterzieher und Manager die Taschen füllen. Arbeitnehmer und Beamte wollen ihr Stück vom Kuchen, nicht mehr und nicht weniger. Wir wollen nicht von der allgemeinen Einkommensentwicklung abgehängt werden, zu der auch die Einkommenszuwächse der Ausbeuter in unserer Gesellschaft gehören. Alle Fakten liegen auf dem Tisch, die Positionen sind ausgetauscht und disku-

tiert. Mit gesundem Menschenverstand und Kompromissbereitschaft kann jetzt eine tragfähige Einigung gefunden werden.

„Wer uns quält wird nicht gewählt.“

02 Neuauflage der Broschüre: Reisezeit - Ihr Weg durch den Zoll

Urlaubszeit ist für viele die schönste Zeit. Die schönsten Urlaubsfreuden sind jedoch schnell verdorben, wenn Sie im Urlaubsland oder bei Ihrer Rückkehr mit dem Gesetz in Konflikt geraten. Das Bundesministerium der Finanzen möchte Sie mit der Neuauflage dieser Broschüre vor unangenehmen Überraschungen bewahren.

Die Broschüre kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

http://www.bundesfinanzministerium.de/Content/DE/Downloads/Broschueren_Bestellservice/2014-03-21-reisezeit-ihre-weg-durch-den-zoll.html

oder über Bundesministerium der Finanzen, Referat für Bürgerangelegenheiten, 11016 Berlin

Keinen Internetanschluss? Kein Problem! Schreiben Sie eine Postkarte an BRH-aktuell (Anschrift auf Seite 4 unten) – wir bestellen die Broschüre für Sie.

03 Unfallversichert im freiwilligen Engagement

Ehrenamtliches Engagement muss sicher sein - vor allem für die, die hier aktiv werden. Aus diesem Grund hat der Gesetzgeber den Unfallschutz für ehrenamtlich tätige Bürgerinnen und Bürger in den letzten Jahren stetig verbessert. Die Broschüre zeigt dabei gleichzeitig das ganze Spektrum der gesetzlichen Unfallversicherung auf.

Über 23 Millionen Menschen machen sich in ihrer Freizeit stark für ein soziales, lebenswertes und sicheres Land. Wie kann der Staat dieses Engagement unterstützen? Indem er dafür sorgt, dass Freiwillige ihrem Engagement ohne Bedenken nachgehen können. Der Gesetzgeber hat den Schutz bei Unfällen und gegen Haftungsansprüche in den letzten Jahren stark verbessert.

Die Broschüre (Best-Nr. A 329) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

<http://www.bmas.de/DE/Service/Publikationen/a329-zu-ihre-sicherheit-unfallversichert-im-ehrenamt.html>

oder über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

Keinen Internetanschluss? Kein Problem! Schreiben Sie eine Postkarte an BRH-aktuell (Anschrift auf Seite 4 unten) – wir bestellen die Broschüre für Sie.

04 "Bürgerschaftliches Engagement in einer Sorgenden Gemeinschaft – Perspektiven zur Unterstützung Pflegebedürftiger und pflegender Angehöriger"

In Zeiten demografisch bedingter Veränderungen sind Pflege und Betreuung pflegedürftiger Menschen immer stärker als Gemeinschaftsaufgaben auf der lokalen Ebene zu begreifen. Dies bedeutet, möglichst viele Menschen dafür zu gewinnen, Verantwortung füreinander zu übernehmen. In der Kommune und damit **im überschaubaren Raum der Nachbarschaft** lassen sich ein Bewusstsein gemeinsamer Verantwortung und die Bereitschaft zu gegenseitiger Hilfe eher finden, leichter anstoßen und verbindlicher stabilisieren. Z.B. wird im KDA-Quartierskonzept (Kuratorium Deutsche Altershilfe) beschrieben, was getan werden muss, um das Wohnumfeld bzw. die Quartiere von Menschen so zu entwickeln, dass diese auch bei Hilfe- und Pflegebedarf länger in der eigenen Wohnung leben können. Vor dem Hintergrund der im Rahmen der Demografiestrategie der Bundesregierung entstandenen Begrifflichkeit einer Sorgenden Gemeinschaft wird diese mit der Quartiersentwicklung zusammengeführt.

Die Publikation fasst die Ergebnisse von drei Dialogformaten zum Thema bürgerschaftliches Engagement im Kontext der Pflege zusammen, an denen Vertreterinnen und Vertreter aus Politik, Wissenschaft, Praxis und dem Dritten Sektor teilnahmen. Diskutiert wurden die vielfältigen Potenziale des bürgerschaftlichen Engagements zur Unterstützung und Stärkung hilfe- und pflegebedürftiger Menschen und Pflegender, mit Fokus auf die häusliche Pflege. Ziel der Broschüre ist, die Öffentlichkeit für das Thema zu sensibilisieren und den Diskurs über Chancen und Möglichkeiten bürgerschaftlichen Engagements in der Pflege voranzutreiben.

Die Broschüre kann über folgenden Link gelesen werden:

<http://www.forum-engagement-partizipation.de/?loadCustomFile=Publikationen/NFEP - Publikation Pflege 2.pdf>

Herausgeber: Deutscher Verein für öffentliche und private Fürsorge e.V., Koordinierungsstelle für das Nationale Forum für Engagement und Partizipation, Michaelkirchstraße 17/18, 10179 Berlin, Telefon: +49 30 62 980 – 625, E-Mail: info@forum-engagement-partizipation.de

05 Faltblatt: Pflegebedürftig. Was nun?

Das Faltblatt „Pflegebedürftig. Was nun?“ aus dem Bundesministerium für Gesundheit hilft bei den ersten Schritten im Pflegefall. Es gibt Informationen und einen ersten Überblick über die Ansprechpartner und die verschiedenen Stufen der Pflegebedürftigkeit.

Das Faltblatt kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/einzelansicht.html?tx_rsmpublications_pi1%5Bpublication%5D=18&tx_rsmpublications_pi1%5Baction%5D=show&tx_rsmpublications_pi1%5Bcontroller%5D=Publication&cHash=c297b5d1771f2b93592ba722f5b2f027

Vollständige Internet-Adresse in die Adressleiste des Browsers kopieren!

oder über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

Keinen Internetanschluss? Kein Problem! Schreiben Sie eine Postkarte an BRH-aktuell (Anschrift auf Seite 4 unten) – wir bestellen die Broschüre für Sie.

06 Broschüre: Leben in Balance – Seelische Gesundheit von Frauen

Die vorliegende Broschüre (aktualisierte Auflage) entstand im Rahmen der Initiative „IN FORM“ und richtet sich an Frauen, die „mitten“ im Leben stehen und sich häufig sehr vielfältigen Anforderungen durch Beruf und Familie gegenübersehen. Es wird gezeigt, was die Seele gesund erhält oder krank macht und wie sich Frauen selbst helfen können. Mit Hilfe eines kleinen Tests können Frauen selbst ermitteln, inwieweit bei Ihnen Anzeichen von psychischen Belastungen im Beruf vorliegen.

Die Broschüre (Bestell-Nr.: BMG-G-07014) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/einzelansicht.html?tx_rsmpublications_pi1%5Bpublication%5D=2&tx_rsmpublications_pi1%5Baction%5D=show&tx_rsmpublications_pi1%5Bcontroller%5D=Publication&cHash=4b958e81cbb0489806b3072f6d745fe0

oder über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

Keinen Internetanschluss? Kein Problem! Schreiben Sie eine Postkarte an BRH-aktuell (Anschrift auf Seite 4 unten) – wir bestellen die Broschüre für Sie.

07 Stolpern, stürzen, ausrutschen

Der Haushalt ist für Senioren ein gefährliches Pflaster

Ältere Menschen verbringen viel Zeit in den eigenen vier Wänden. Die Wohnung oder das Haus sind der Lebensmittelpunkt, hier fühlen sie sich sicher und geborgen. Gleichzeitig aber leben Senioren zu Hause mit einem deutlich erhöhten Unfallrisiko. So starben

im Jahr 2012 rund 7.200 Menschen, die älter als 65 Jahre waren, durch einen häuslichen Unfall. Stürze sind mit Abstand das größte Risiko, rund 6.250 Seniorinnen und Senioren sind 2012 an den Folgen eines Sturzes im Haus, im Garten oder in der Garage gestorben. Darauf weist die **Aktion DAS SICHERE HAUS (DSH)** aus Anlass **des Tages der älteren Generation am 2. April** hin (Zahlenquelle: destatis).

"Für diese hohen Zahlen gibt es viele Gründe", sagt Dr. Susanne Woelk, Geschäftsführerin der DSH. Nachlassende Sehfähigkeit, fehlende Kraft in den Muskeln und ein allmählicher Knochenabbau ("Osteoporose") gehören dazu, aber auch die Einnahme von Medikamenten, die die Sturzgefahr erhöhen können, etwa Schlaf- und Beruhigungsmittel oder Antidepressiva.

Sturzfallen in Wohnung und Garten

Viele Sturz- und Stolperfallen lauern aber auch in der Wohnung und im Garten. So sind Gartenwege oft nicht genügend ausgeleuchtet oder Treppen haben kein Geländer. Im Haus kann schon der wellige Teppich zur Stolperfalle werden, ebenso die Türschwelle, der zu hohe Einstieg in die Dusche oder der nur lose aufliegende Läufer im Flur.

Fünf leicht umzusetzende Veränderungen können schon viel bewirken:

1. Zusätzliche Haltegriffe in der Dusche und an der Badewanne. Modelle mit Saugnapfen lassen sich bequem an- und abmontieren. Einige Griffe zeigen es an, wenn die Saugleistung nachlässt.
2. Ein Bewegungsmelder in Bettnähe sorgt dafür, dass nach dem Aufstehen sofort das Licht angeht. Dann findet man zum Beispiel ohne langes Suchen seine Hausschuhe. Bewegungsmelder sind auch im Badezimmer und auf dem Weg dorthin sinnvoll.
3. Flache Hausschuhe, die vorne geschlossen sind und einen Fersenriemen haben, geben Halt. Ideal ist eine Profilsohle.
4. Selbstklebende Leuchtbänder machen die erste und die letzte Treppenstufe gut erkennbar. Folgenreiche Fehltritte lassen sich so vermeiden.
5. Türschwellen sollten möglichst entfernt werden oder aber in einer anderen Farbe gestrichen sein als der restliche Fußboden. Sie lassen sich entschärfen, indem an der vorderen und hinteren Schwelle Bretter so angepasst werden, dass eine kleine Rampe entsteht.

Kostenfreie Broschüre gegen Stürze

Weitere Tipps enthält die in Einzelexemplaren kostenfreie Broschüre "Sicher leben auch im Alter. Sturzunfälle sind vermeidbar", herausgegeben vom Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) und der DSH.

Bezugswege:

per Post: DSH, "Sturz", Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg

per Mail: bestellung@das-sichere-haus.de, Stichwort: Sturz

Internet: www.das-sichere-haus.de/broschueren/senioren.

Quelle "DSH": www.das-sichere-haus.de/Presse/Bilder/Titelbilder

08 Mitmachen – Nicht meckern!

Beim „BRH-AKTUELL“ sollen Ihre Wünsche und Vorstellungen als BRH-Mitglied und nicht die Interessen von Gewerkschaftsfunktionären im Vordergrund stehen. Sie als Leser sollten mitgestalten. Schreiben Sie **Leserbriefe, von 5 bis 10 Zeilen, für den „BRH-AKTUELL“**. Schön wäre es, wenn Sie **Kontakt zu uns halten** und uns hin und wieder **mitteilen, wie zufrieden oder unzufrieden Sie mit uns sind**. Haben Sie z.B. **eigene Vorschläge?** Wir freuen uns über jegliche Art der Anregung und auch Kritik.

E-Mail: brh-aktuell@gmx.de

Postanschrift: BRH-aktuell, c/o Riedel, Dreiningfeldstr. 32, 48565 Steinfurt