

# 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](mailto:brh-aktuell@gmx.de) , Postanschrift am Ende (auf Seite 4 unten)

---

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

**Nr. 10/2017**

**01.06.2017**

- 01 „Gesund alt werden – von nix kommt nix“**
- 02 Filialsterben bei Banken: Senioren brauchen Alternativen**
- 03 Drei Jahre Bundes-Patientenbeauftragter und -Pflegebevollmächtigter**
- 04 Wählen ist Bürgerpflicht, nur so regieren uns bessere Politiker**
- 05 Positionen der politischen Parteien zum Kern der Gesundheitspolitik**
- 06 Fachtagung „Internationale Altenpolitik“ am 27.6.2017 in Bonn**
- 07 Sind ältere Menschen in Gesundheitsfragen gut informiert?**
- 08 „Bewusster trinken im Sommer“**
- 09 Hörtipp zum Frühstück**
- 10 Mitmachen – Nicht meckern!**

## **01 „Gesund alt werden – von nix kommt nix“**

Die Menschen werden statistisch immer älter, aber im Alter nicht unbedingt gesünder. Daher gilt, dass es für Gesundheitsförderung selten zu früh und nie zu spät ist. Zu diesem Thema führt die **dbb bundessenorenvertretung am 25. September 2017 im dbb forum berlin die 4. Seniorenpolitische Fachtagung durch**. - Von ausgewogener Ernährung über ausreichende Bewegung bis hin zu sozialer Teilhabe, psychischer Gesundheit und geistiger Fitness. All dies trägt zur Erhaltung der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit und damit zu längerer Selbstständigkeit bei. Doch es muss nicht nur darum gehen, die Gesundheit zu erhalten, sondern unter Umständen auch um Wiederherstellung der Gesundheit. Unfälle oder Krankheiten können zu Einschränkungen führen, die nur mittels einer Rehabilitationsmaßnahme beseitigt oder gemildert werden können, auch um Pflegebedürftigkeit soweit wie möglich zu verhindern. – Wenn Sie an der Teilnahme an dieser Fachtagung interessiert sind, können Sie sich **unter Angabe Ihres Namens mit vollständiger Adresse anmelden**: dbb beamtenbund und tarifunion, bundessenorenvertretung, Friedrichstraße 169, 10117 Berlin. Fax: 030. 40 81 53 99. E-Mail: [senioren@dbb.de](mailto:senioren@dbb.de)

Quelle: <http://www.dbb.de/td-senioren/artikel/gesund-alt-werden-von-nix-kommt-nix.html>

## 02 Filialsterben bei Banken: Senioren brauchen Alternativen

Das Filialsterben bei den Banken geht unvermindert weiter. Aktuellen Berechnungen der Bundesbank zur Folge sank die Gesamtzahl der Kreditinstitute in Deutschland um 72 auf 1 888 Institute. Dies entspricht einem Rückgang von 3,7 Prozent im Jahr 2016 gegenüber 1,5 Prozent im Jahr 2015. Einhergehend damit ist in nahezu allen Sektoren des Kreditgewerbes auch die Zahl der Filialen gesunken. Der größte Rückgang war erneut im Sparkassenbereich auf 10 939 Filialen zu verzeichnen. „Für die Ältere Generation ist das ein Problem“, kritisiert der Vorsitzende der dbb bundesseniorenvertretung Wolfgang Speck. - „Mit dem Verschwinden der Filialen sinkt ihre Lebensqualität. Es entstehen weite Wege, der schnelle Gang zur Bank um die Ecke wird bald Vergangenheit sein“, so Speck weiter. Zwar könne man mittlerweile auch in Supermärkten bei größeren Einkäufen (25,00 €) mit Kartenzahlung mehr Geld (200,00 €) an der Kasse abheben. Klassische Bankgeschäfte wie Überweisungen abwickeln könne man dort aber nicht. „Der Trend zum Online-Konto stößt besonders in der Altersgruppe 65plus nicht unbedingt auf Gegenliebe. Je älter die Kunden sind, desto weniger sind sie mit Computern und Smartphones vertraut“, so Speck. „Ebenso sinkt mit zunehmendem Alter das Vertrauen in die Sicherheit des Online-Bankings, von den technischen Hürden und den Unsicherheiten in der Bedienung ganz zu schweigen.“ Was bleibe, seien die Geld- und Serviceautomaten der Banken. Aber auch hier gebe es Berührungsängste: „Besonders Beihilfeberechtigte, die viele Überweisungen zu tätigen haben und ihr Konto regelmäßig auf Erstattungen hin kontrollieren müssen, sind auf die Filiale oder zumindest auf einen gut erreichbaren, einfach zu bedienenden Geldautomaten angewiesen“, so Speck weiter. Aber auch hier hätten viele Ältere Angst, Fehler zu machen, die, einmal passiert, ohne Filialmitarbeiter nur schwer wieder zu beheben seien. - Dass es auch anders gehe, zeige ein Beispiel der Volksbank Rhein-Werra, die „Automatenkurse“ für Seniorengruppen anbiete: Am Abend nach der Schalterzeit erklären geschulte Bankangestellte ihren älteren Kunden den sicheren Umgang mit dem Geld- und Serviceautomaten und bemühen sich, Berührungsängste abzubauen. „Das Beispiel sollte Schule machen. Banken sind als Dienstleister auch ihren älteren Kunden verpflichtet und müssen ihnen die Alternativen zur Filiale erklären, wenn sie flächendeckend Zweigstellen schließen“, fordert Speck.

Quelle: <http://www.dbb.de/td-senioren/artikel/filialsterben-bei-banken-senioren-brauchen-alternativen.html>

## 03 Drei Jahre Bundes-Patientenbeauftragter und -Pflegebevollmächtigter

Staatssekretär Karl-Josef Laumann zieht Zwischenbilanz: Der Patientenbeauftragte und Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung hat am 9. Mai in Berlin seinen Bericht zu den wichtigsten Entwicklungen im Gesundheitswesen in den vergangenen drei Jahren aus Sicht der Patienten und Pflegebedürftigen vorgestellt. Darin lobt er u. a. die Fortschritte bei der Pflege sowie die Verbesserungen bei der Hilfsmittelversorgung. In einigen Bereichen sieht der Patientenbeauftragte und Pflegebevollmächtigte jedoch weiteren Handlungsbedarf.

Hier geht es zur ganzen Pressemitteilung und weiteren Informationen:

<https://www.patientenbeauftragter.de/10-pressemitteilungen/patientenrechte/164-drei-jahre-patientenbeauftragter-und-pflegebevollmaechtigter-der-bundesregierung>

## 04 Wählen ist Bürgerpflicht, nur so regieren uns bessere Politiker

Die BAGSO als Interessenvertretung der älteren Menschen setzt sich für deren Belange auf politischer und gesellschaftlicher Ebene ein. Sie sieht sich aber auch in der solidarischen Mitverantwortung für die Gesamtgesellschaft und möchte Ihnen deshalb die „Bürgerpflicht des Wählens“ mit Wahlprüfsteinen erleichtern. Die **Wahlprüfsteine zur Bundestagswahl 2017** wurden von unseren Fachkommissionen, in denen alle Mitgliedsverbände der BAGSO vertreten sind, gemeinsam erarbeitet. Der BAGSO ist bewusst, dass einige Fragen nicht (allein) die Zuständigkeit des Bundes betreffen. Sie wurden dennoch in den Katalog aufgenommen, da sie nach unserer Sicht die **dringenden Probleme der Seniorenpolitik** ansprechen. Die **Antworten der Parteien** wird BAGSO im Sommer 2017 auf ihrer Homepage [www.bagso.de](http://www.bagso.de) veröffentlichen und den Mit-

gliedsverbänden sowie Interessierten zur Verfügung stellen. Sicherlich stehen bis dahin auch Wahlprüfsteine vom dbb zur Verfügung, die aber nicht nur Probleme von uns Älteren berücksichtigen.

Quelle: <http://www.bagso.de/publikationen/sonstiges/wahlpruefsteine-2017.html>

## 05 Positionen der politischen Parteien zum Kern der Gesundheitspolitik

Wie bei den vorangegangenen Bundestagswahlen hat das Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau" die politischen Parteien nach ihren Vorstellungen zu wichtigen Zukunftsaufgaben des deutschen Gesundheitssystems befragt. "In der nächsten Legislaturperiode stehen in vielen Bereichen der Gesundheitsversorgung grundsätzliche Entscheidungen an, die für alle Bundesbürger spürbar werden", erläutert "Apotheken Umschau"-Chefredakteur Dr. Hans Haltmeier die Motivation für die Serie. "Auch wenn die Gesundheitspolitik dieses Jahr im Wahlkampf nicht im Vordergrund steht, geht es bei der Bundestagswahl auch um die Qualität der medizinischen Versorgung in Deutschland."

Die Antworten der Parteien, die sich auf Anfrage zu gesundheitspolitischen Kernthemen geäußert haben, finden die Leserinnen und Leser im Vorfeld der Bundestagswahl in einer fünfteiligen Serie kompakt zusammengefasst. Zum Auftakt am 1. Juni (Ausgabe 6A) beleuchtet der Brennpunkt unter dem Titel "Wettstreit der Systeme" die Konzepte zur Finanzierung der Krankenversicherung, mit 220 Milliarden Euro im Jahr 2016 größter Posten bei den Gesundheitsausgaben. Es folgen die Pläne zur Versorgung pflegebedürftiger Menschen (Apotheken Umschau vom 15. Juni) und Strategien zur Sicherung der ambulanten Versorgung (1. Juli), die Zukunftsperspektiven für Krankenhäuser (15. Juli) und schließlich noch die Frage, wie die Entwicklung innovativer und bezahlbarer Medikamente gewährleistet werden kann (1. August).

Quelle: **Das Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau" 6/2017 A – 1. Juni**

## 06 Fachtagung „Internationale Altenpolitik“ am 27.6.2017 in Bonn

Eine Gesellschaft für alle Lebensalter – unter diesem Motto wurde vor 15 Jahren in Madrid der Zweite Weltaltenplan der Vereinten Nationen verabschiedet. Die Mitgliedsstaaten der UN-Regionalkommission UNECE (United Nations Economic Commission for Europe), zu denen auch Deutschland gehört, überprüfen in diesem Jahr des 15-jährigen Bestehens den Stand der Umsetzung der Vereinbarungen von 2002. Zudem beteiligt sich Deutschland an einer internationalen Debatte darüber, wie die Menschenrechte älterer Menschen zukünftig gestärkt werden können. - Die Fachtagung „Internationale Altenpolitik – Internationales Engagement für und mit älteren Menschen informiert über aktuelle Entwicklungen in der internationalen Altenpolitik und gibt einen Überblick über den Stand der Debatten. - Die **Geschäftsstelle Internationale Altenpolitik – angesiedelt bei der BAGSO** – lädt alle Interessierten aus der Zivilgesellschaft, Politik und Wissenschaft herzlich ein, sich zu vernetzen und auszutauschen. **Programm** :

[http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Projekte/Int. Altenpolitik/Programm\\_Fachtagung\\_Internationale\\_Altenpolitik\\_27.06.2017.pdf](http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Projekte/Int. Altenpolitik/Programm_Fachtagung_Internationale_Altenpolitik_27.06.2017.pdf)

## 07 Sind ältere Menschen in Gesundheitsfragen gut informiert?

Gesundheitskompetenz oder auch neudeutsch „Health Literacy“ ist die Fähigkeit, im Alltag Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die eigene Gesundheit auswirken. Aktuelle repräsentative Daten über die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland zeigen erhebliche Unterschiede zwischen den Bevölkerungsgruppen. - „Vor allem Menschen im höheren Alter fällt es in der Regel besonders schwer, sich im Gesundheitswesen zu orientieren, mit den Herausforderungen von Krankheitsbewältigung und Gesunderhaltung umzugehen und die dazu erforderlichen gesundheitsrelevanten Entscheidungen zu treffen. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung will mit *Gesund und aktiv Älter werden* und dem **vom Verband der privaten Krankenversicherung geförderten Programm *Älter werden in Balance*** ältere Menschen in dieser Entscheidungsfindung unterstützen und stellen dafür wissenschaftlich fundierte und qualitätsgesicherte Gesundheitsinformationen bereit.“ Dies betont die

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Helfen kann z.B. an dieser Stelle auch das Internetportal „Digital-Kompass.de“ der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO). Die BZgA veranstaltet seit 2009 Regionalkonferenzen zum Thema „Gesund & aktiv älter werden“ in Kooperation mit den Bundesländern, der PKV und weiteren Partnern.

Quelle: <http://www.bzga.de/presse/pressemitteilungen/?nummer=1133>

## 08 „Bewusster trinken im Sommer“

Um die heißen Sommertagen richtig genießen zu können, ist es wichtig, ausreichend und regelmäßig zu trinken. „Ein idealer Flüssigkeitslieferant ist natürliches Wasser, da es vom Körper besonders schnell aufgenommen werden kann, ohne ihn dabei mit Kalorien, Zucker oder anderen Zusätzen zu belasten“. Wasser ist der Motor unseres inneren Kühlsystems. Damit wir bei hohen Temperaturen nicht überhitzen, schwitzen wir. Das bedeutet: An heißen Tagen kann die benötigte Trinkmenge leicht drei Liter oder mehr betragen. Durst zeigt an, dass im Körper bereits ein Wassermangel vorliegt. Am besten ist daher, er kommt gar nicht erst auf. Wer über den Tag verteilt regelmäßig kleine Trinkportionen zu sich nimmt, bleibt auch bei hohen Temperaturen deutlich leistungsfähiger. Kinder und ältere Menschen gehören im Sommer zu den Risikogruppen, da ihr Durstgefühl schwächer ausgeprägt ist. Auf ihre Gesundheit muss bei Hitze daher besonders Acht gegeben werden. Kinder lassen sich spielerisch auf den Trinkgeschmack bringen, zum Beispiel durch bunte Eiswürfel oder Obststücke im Glas. Senioren können mit Hilfe eines Trinktagebuchs ihre tägliche Trinkmenge besser beobachten. Eiskalte Getränke können zu Magenbeschwerden führen und bringen den Körper erst recht ins Schwitzen.

Quelle: <http://www.mineralwasser.com/presse/presdetails/article/durst-ein-warnsignal-des-koerpers-mit-regelmaessigem-trinken-dem-fluessigkeitsmangel-vorbeugen.html>

## 09 Hörtipp zum Frühstück

Die WDR 4-Sendereihe "Mittendrin - In unserem Alter" wird jeden Samstag von 8.05 Uhr bis 8.55 Uhr mit interessanten Themen ausgestrahlt:

Eine Programmvorschau mit den Themen ist nicht mehr zu erhalten, so wird die Sendereihe zu einem Überraschungsei. Vielleicht ist es auch der Anfang vom angekündigten Ende.

Wer am Samstagmorgen lieber länger schläft oder **die morgendliche Gymnastik-**

**Sendung im Bayerischen Fernsehen, Tele-Gym Mo bis Fr von 08:35 bis**

**08:50 Uhr, Sa 08:45 bis 09:00 Uhr** (<https://www.fernsehserien.de/tele-gym/sendetermine/br>)

nicht verpassen möchte, kann sich später die Mittendrin-Sendung auf der Webseite des WDR 4

anhören und herunterladen: <http://www1.wdr.de/radio/wdr4/wort/mittendrin/index.html>

<http://www1.wdr.de/mediathek/audio/podcast306.html>

Dies **hat für manchen auch den Vorteil**, dass er nicht viel Musik mit anhören muss sondern **die Information in ca. 15 min statt in 50 min geboten** bekommt. Man kann sich auch die **schon länger zurückliegenden Themen noch einmal anhören**:

<http://www1.wdr.de/mediathek/audio/wdr4/wdr4-mittendrin/inunseremalter130.html>

**Kontakt zum WDR 4:** WDR 4; Westdeutscher Rundfunk Köln; 50600 Köln; Tel. 0221-567 89444; Fax 0221-567 89 440

[http://www.wdr4.de/ratgeber/mittendrin\\_inunseremalter/kontaktwdr4mittendrin100.html](http://www.wdr4.de/ratgeber/mittendrin_inunseremalter/kontaktwdr4mittendrin100.html)

## 10 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](mailto:brh-aktuell@gmx.de)

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