

BRH-AKTUELL

Herausgeber: Seniorenverband BRH

- Bund der Ruhestandsbeamten, Rentner und Hinterbliebenen im DBB -

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

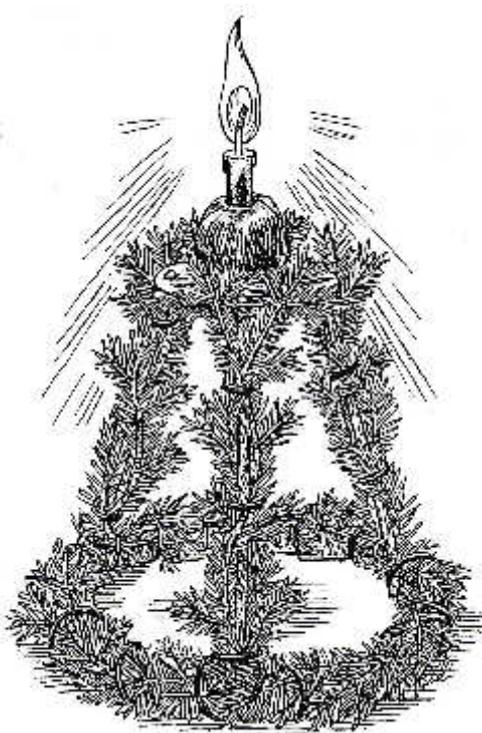
E-Mail: brh-aktuell@gmx.de , Postanschrift am Ende (auf Seite 4 unten)

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

Nr. 23/2018

17.12.2018

- 01 Warum Bürger im Rentenalter arbeiten**
- 02 Generationswechsel bei der Gesundheitskarte**
- 03 Notfalldose und Notfallkarte: Das hilfreiche Duo**
- 04 Tipps für den Pflegealltag: Ratgeber online wieder verfügbar**
- 05 Mobbing und Bullying unter alten Menschen**
- 06 Neuauflage "Das Vorsorge-Handbuch" (Verbraucherzentrale NRW)**
- 07 Patientenverfügung (+ Betreuungsrecht)**
- 08 Hörtipp zum Frühstück**
- 09 Mitmachen – Nicht meckern!**



*Allen Lesern wünscht
BRH-AKTUELL ein frohes
Weihnachtsfest.*

01 Warum Bürger im Rentenalter arbeiten

Viele Senioren gehen weiter arbeiten, um mehr im Portemonnaie zu haben. Allerdings spielt Geld bei arbeitenden Rentnern nicht immer die Hauptrolle. Erwerbstätige im Rentenalter arbeiten überwiegend aus sozialen und persönlichen Gründen. In einer Befragung durch das Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) gaben über 90 % an, sie hätten Freude an der Arbeit und bräuchten Kontakte

zu Menschen, fast ebenso viele nannten als Grund, sie bräuchten weiterhin eine Aufgabe. Allerdings gaben auch 53 % der Männer und sogar 70 % der Frauen an, sie bräuchten das Geld, wie das Forschungsinstitut der Bundesagentur für Arbeit mitteilt. Weit mehr als ein Viertel aller Älteren ist in den ersten drei Jahren nach Übergang in eine Altersrente noch erwerbstätig, bei den Frauen sind es 31 %, bei den Männern 28 %. Zudem würden von den nicht Erwerbstätigen im Alter 13 Prozent der Frauen und 20 Prozent der Männer gern arbeiten, tun es aber nicht, wie die Untersuchung ergab. Befragt wurden 1.000 Menschen im Alter von 58 bis 69 Jahren. "Politik und Betriebe sollten mit flexiblen Regelungen günstige Rahmenbedingungen schaffen, damit Erwerbswünsche im Rentenalter besser realisiert werden können", lautet eine Empfehlung der Forscher. So könnte etwa in Tarifverträgen auf die Festlegung einer "automatischen Beendigung des Arbeitsverhältnisses mit Erreichen der Regelaltersgrenze" verzichtet werden. Eine Vielzahl von Beschäftigten möchte vorzeitig in den Ruhestand. Nach dem 67. Lebensjahr bleiben möchten solche, die auf Posten mit hohem Einfluss und leichter Arbeit sitzen. Lässt man diesen die Posten über ihre Zeit hinaus, so nehmen sie den Jüngeren die Aufstiegschancen.

Quelle: https://www.t-online.de/finanzen/altersvorsorge/id_84623548/neue-umfrage-warum-menschen-im-rentenalter-arbeiten.html

02 Generationswechsel bei der Gesundheitskarte

Benötigen Sie eine neue Gesundheitskarte? Welcher Generation Ihre Karte angehört, ist rechts oben unter dem Schriftzug "Gesundheitskarte" aufgedruckt: das Kürzel "G1" bei solchen der ersten, "G2" bei solchen der zweiten Generation. Unübersichtlich ist es in 2018, weil sich auch noch "G1+"-Modelle im Umlauf befinden. Sie gelten noch bis Ende 2018, unterscheiden sich optisch aber nicht von G1. Lediglich die G2-Karten lassen sich also eindeutig identifizieren. Die Krankenversicherungen haben zwar bestätigt, dass sie allen Versicherten neue Karten zugeschickt hätten. Trotzdem kommen täglich Patienten mit ungültiger Karte in die Praxen. In den meisten Fällen haben sie schlicht die falsche eingesteckt. Im neuen Jahr gelten nur noch die G2- bzw. G2.1-Karten. Aus Sicherheitsgründen darf es für jeden Versicherten nur maximal eine gültige Karte geben. Haben Sie nur eine "G1"-Karte, bestellen Sie unbedingt bei Ihrer Krankenkasse eine neue.

Quelle: "Apotheken Umschau" - Das Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau" liegt am 1. und 15. jeden Monats und der „Senioren Ratgeber“ zum Monatsbeginn in den meisten Apotheken aus und wird ohne Zuzahlung zur Gesundheitsberatung an Kunden abgegeben. Man kann sich die Hefte auch abholen, wenn man gerade mal keine Medikamente benötigt.

03 Notfalldose und Notfallkarte: Das hilfreiche Duo

Die Notfallkarte, z.B. vom Seniorenverband BRH, Ärzten, Apotheken und vielen kommunalen Seniorenvertretungen verteilt, hat **für die Notfälle unterwegs** bereits Tradition. Seit dem letzten Deutschen Seniorentag wird nun auch die Notfalldose **für zu Hause** propagiert. Beide passen gut zusammen, denn bei der nächsten notwendigen Aktualisierung kann man ein Duplikat der Notfallkarte gerollt in die Dose tun (die Mehrzahl der verteilten Notfallkarten hat das richtige Format dafür). - In vielen Regionen Deutschlands ist nun die Notfalldose bereits verbreitet. So hat z.B. die Apothekerkammer Westfalen-Lippe die Apotheken in der Region mit Notfalldosen-Sets für ihre Patienten ausgestattet. Dadurch wurde der Preis pro Dose (2 €) vernünftiger, manche Apotheker geben die Notfalldose an manche Einsatzwillige sogar kostenlos ab. - Die Notfalldose: Sie ist klein, grün-weiß, soll im Kühlschrank untergebracht werden und Rettungssanitätern helfen, Pa-

tienten schneller und besser zu versorgen. In der Dose befindet sich ein Formular (das durch das Duplikat der Notfallkarte ersetzt/ergänzt werden kann), auf dem Erkrankungen und Allergien ebenso eingetragen werden können wie der Name des Hausarztes, zu benachrichtigende Personen, welche Medikamente eingenommen werden oder welche Blutgruppe der Patient hat und welche Sehhilfe bzw. Hörgerät er benötigt. - Damit Rettungssanitäter im Fall des Falls auch wissen, dass eine Notfalldose im Hause ist, sollte zusätzlich beachtet werden: Einer der mitgelieferten kleinen Aufkleber, der auf die Notfalldose hinweist, sollte gut sichtbar möglichst auf der Innenseite der Wohnungstür angebracht werden. Ein zweiter sollte auf die Außenseite der Kühlschranktür geklebt werden. Die Dose sollte gut sichtbar in der Innenseite der Kühlschranktür stehen. Auch wenn das Verfahren etwas komisch anmutet, es ist aber logisch. In jedem Haushalt ist ein Kühlschrank. Die Notfalldose ist für Sanitäter schnell zu finden und diese brauchen nicht in Brieftaschen und Geldbörsen nach Notfallkarten oder gar in der ganzen Wohnung nach Notfallordnern zu suchen. - Vor allem bei Menschen, die alleine leben, ist die Notfalldose hilfreich. Aber auch Angehörige sind in Notsituationen oft überfordert. Den Rettern lebenswichtige Angaben zu machen fällt dann schwer. Die kleine Notfalldose soll in solchen Momenten helfen. - Dass die Idee mit der Notfalldose auch bei Sanitätern gut ankommt, hört man immer wieder bei Gesprächen mit Vertretern des Deutschen Roten Kreuzes, Johannitern und Maltesern.

Notfallordner (wie sie z.B. vom dbb, der BAGSO, Gewerkschaften oder kommunalen Seniorenvertretungen angeboten werden) verlieren nicht ihren Wert. Dort sind viele Informationen aufzuschreiben (z.B. alle Kontaktdaten, Konten, Versicherungen, Verträge, Mitgliedschaften), die für den akuten Notfall noch nicht so wichtig sind.

04 Tipps für den Pflegealltag: Ratgeber online wieder verfügbar

Die Zentralstelle für Qualität (ZQP) in der Pflege bietet in ihrer Ratgeberreihe kostenlose Ratgeber für pflegende Angehörige, Beratungsstellen, Pflegeschulen, stationäre Pflegeeinrichtungen und Kliniken. Durch die hohe Nachfrage entstanden bei einigen Publikationen zeitweise Lieferengpässe. Deshalb hat das ZQP jeweils 10.000 Exemplare der ZQP-Ratgeber „Essen und Trinken“, „Demenz“, „Scham“, „Mundpflege“ und „Rollator“ nachdrucken lassen. Ein weiterer Ratgeber „Inkontinenz“ ist erschienen. Alle Ratgeber können kostenlos über die Webseite des ZQP bestellt, die vollständigen PDF-Dateien direkt heruntergeladen werden.

Der Link zu den Tipps:

https://www.zqp.de/bestellen/?utm_source=ZQP+Newsletter&utm_campaign=ca3e103327-EMAIL_CAMPAIGN_2018_11_27_09_00&utm_medium=email&utm_term=0_08b9f0520e-ca3e103327-165874273

05 Mobbing und Bullying unter alten Menschen

Der US-Autor Robin P. Bonifas weist nach, dass es drangsalierende, schikanierende und tyrannisierende Verhaltensweisen auch unter alten Menschen im Heim und in der Gemeinde gibt. Er beschreibt dies mit dem englischen Begriff „Bullying“ und zeigt, wie man diese Verhaltensweisen erkennen und verstehen, etwas gegen sie tun und deren Opfer schützen kann. Das Fachbuch schärft das Bewusstsein von Pflegenden für Bullying-Verhaltensweisen in alltäglichen Pflegeinteraktionen mit.

R.P. Bonifas: Mobbing und Bullying unter alten Menschen; hogrefe 2018; ISBN: 9783456857671; **28,95 €**

Link: <https://www.hogrefe.de/shop/mobbing-und-bullying-unter-alten-menschen-87301.html>

06 Neuauflage "Das Vorsorge-Handbuch"

Der Ratgeber, der von der Verbraucherzentrale NRW herausgegeben wurde, enthält wichtige Informationen zur Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und zur Sorgerechtsverfügung. Kurze Erklärtexpte erläutern, wie die Dokumente zu erstellen sind; der Praxisteil enthält alle notwendigen Vorlagen. Außerdem: In fünf Schritten zum Testament. Das Wichtigste zum Erbrecht und wie Sie ein Testament oder einen Erbvertrag aufsetzen - mit Mustertestamenten. Neu in dieser Auflage: Die Muster-Vollmacht für den digitalen Nachlass. Rechtssichere Formulierungen auf dem neuesten Stand der Rechtsprechung.

Das Vorsorge-Handbuch; Verbraucherzentrale NRW; 4. Auflage 2018; **14,90 € zzgl. Versandkosten**
Link: <https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/recht-versicherungen/das-vorsorge-handbuch-46008320>

07 Patientenverfügung (+ Betreuungsrecht)

Das **Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz** informiert: Leiden, Krankheit, Sterben: Wie bestimme ich, was medizinisch unternommen werden soll, wenn ich entscheidungsunfähig bin?

Die Broschüre (44 Seiten) kann über folgenden Link gelesen oder kostenlos bestellt werden:

<https://www.bmjv.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Patientenverfuegung.html>

oder über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock, Servicetelefon: 030 18 272 272 1, Servicetefax: 030 18 10 272 272 1

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

08 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 Programmorschau 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

09 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