

# **AiR** Aktiv im **Ruhestand**

**4** *Magazin für Seniorinnen und Senioren im dbb*  
*April 2018 – 69. Jahrgang*

Gesundheit:

# **Vorbeugen und durchstarten!**

Seite 5 <

Eine Frage an ...  
... Manne Lucha,  
Gesundheitsminister  
in Baden-  
Württemberg

Seite 16 <

Telemedizin:  
Wenn der Doc  
im Netz behandelt

mit  
dbb Seiten

# Auf den ersten Blick ...

... ist die Gesundheit ein zerbrechliches Gut – zumindest für Menschen, die zu wenig dafür tun. Sei es aus Angst oder Bequemlichkeit, meiden sie Ärzte wie der Teufel das Weihwasser und gehen damit besonders im Alter hohe gesundheitliche Risiken ein. Gut, dass der Arzt mancherorts sogar schon über das Internet nach Hause kommt. Mittlerweile verfügen wir in Deutschland über medizinische Standards, von denen vorherige Generationen nur träumen konnten. Auch, was die Prävention angeht, sind die Angebote der Gesundheitssysteme so zahlreich und hochwertig wie nie zuvor. Das gilt es zu nutzen. AiR hat sich im Gesundheitssektor umgesehen und den einen oder anderen wertvollen Tipp mitgebracht. Aber das Wichtigste: Bleiben Sie gesund!

## Impressum:

**AiR – Aktiv im Ruhestand. Magazin des dbb für Ruhestandsbeamte, Rentner und Hinterbliebene. Herausgeber:** Bundesleitung des dbb beamtenbund und tarifunion, Friedrichstraße 169, 10117 Berlin. **Telefon:** 030.4081-40. **Telefax:** 030.4081-5599. **Internet:** www.dbb.de. **E-Mail:** airmagazin@dbb.de. **Leitender Redakteur:** Jan Brenner (br). **Redaktion:** Carl-Walter Bauer (cwb), Dr. Walter Schmitz (sm), Oliver Krzywaneck (krz). **Redaktionsschluss:** 10. jeden Monats. Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. „AiR – Aktiv im Ruhestand“ erscheint zehnmal im Jahr. **Titelbild:** © colourbox.de. **Einsendungen zur Veröffentlichung:** Manuskripte und Leserzuschriften müssen an die Redaktion geschickt werden mit dem Hinweis auf Veröffentlichung, andernfalls können die Beiträge nicht veröffentlicht werden.

**Bezugsbedingungen:** Nichtmitglieder bestellen schriftlich beim dbb verlag. Inlandsbezugspreis: Jahresabonnement 35,90 Euro zzgl. 5,50 Euro Versandkosten, inkl. MwSt.; Mindestlaufzeit 1 Jahr. Einzelheft 4,10 Euro zzgl. 1,25 Euro Versandkosten, inkl. MwSt. Für Mitglieder der BRH-Landesorganisationen ist der Bezugspreis im Mitgliedsbeitrag enthalten. Adressänderungen und Kündigungen bitte schriftlich an den dbb verlag. Abbonementskündigungen müssen bis zum 1. Dezember beim dbb verlag eingegangen sein, ansonsten verlängert sich der Bezug um ein weiteres Kalenderjahr.

**Layout:** FDS, Geldern. **Verlag:** dbb verlag gmbh. **Internet:** www.dbbverlag.de. **E-Mail:** kontakt@dbbverlag.de. **Verlagsort und Bestellschrift:** Friedrichstraße 165, 10117 Berlin. **Telefon:** 030.7261917-0. **Telefax:** 030.726191740.

**Anzeigenverkauf:** dbb verlag gmbh, Mediacenter, Dechenstraße 15 a, 40878 Ratingen. **Telefon:** 02102.74023-0. **Telefax:** 02102.74023-99. **E-Mail:** mediacenter@dbbverlag.de. **Anzeigenleitung:** Petra Opitz-Hannan, **Telefon:** 02102.74023-715. **Anzeigenverkauf:** Christiane Polk, **Telefon:** 02102.74023-714. **Anzeigendisposition:** Britta Urbanski, **Telefon:** 02102.74023-712. Preisliste 59 (dbb magazin) und Aktiv im Ruhestand Preisliste 47, gültig ab 1.10.2017.

**Druckauflage:** dbb magazin 602 529 Exemplare (IVW 4/2017). Druckauflage AiR – Aktiv im Ruhestand 15 000 Exemplare (IVW 4/2017). **Anzeigenschluss:** 6 Wochen vor Erscheinen. **Herstellung:** L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG DruckMedien, Marktweg 42–50, 47608 Geldern. Gedruckt auf Papier aus elementar-chlorfrei gebleichtem Zellstoff. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird der Einfachheit halber nur die männliche Form verwendet. Sämtliche Personen- und Berufsbezeichnungen gelten jedoch gleichermaßen für alle Geschlechter.



ISSN 1438-4841

## > Schwerpunkt: Gesundheit und Medizin



5

### Editorial

- > Stationäre Pflege: Kostensteigerungen verhindern 4

### Nachgefragt

- > Eine Frage an Manne Lucha: Telemedizin soll keine neuen Unsicherheiten schaffen 5



8

### Standpunkt

- > Behinderung und Ehrenamt: Unsichtbare Barrieren einreißen 6

### Aktuell

- > Sozialverbände fordern mehr Mitbestimmung in der Pflege 6
- > Hauptversammlung der dbb senioren: Mit Kompetenz und Krallen 8



9

### Aus den Ländern

- > BRH NRW: Altersdiskriminierung bei Versicherungen? 9
- > BRH Sachsen: Helfer kennen keine Altersgrenze 10

### Blickpunkt

- > Tag der Rückengesundheit 2018: Rückenfit an der frischen Luft 14

### Medien

- > Telemedizin: Wenn der Doc im Netz behandelt 16



10

### Kompakt

- > Versandapotheken: Service oft mangelhaft 18
- > Medizinischer Sprachführer: Übersetzer für Ärzte 19



16

### Satire

- > 22

### Buchtipp

- > 23

### Gewinnspiel

- > 24

### dbb

- > Einkommensrunde 2018: Runter vom Sofa! 25
- > die andere meinung – Einkommensrunde 2018: Gehaltsplus ist ein Muss 28
- > hintergrund Demografie und Arbeitsmarkt: Der öffentliche Dienst muss aufholen 33
- > online Digitalisierung der Arbeitswelt: Transparente Transformation 40
- > interview Detlef Scheele, Vorstandsvorsitzender der Bundesagentur für Arbeit (BA) 46



3  
Inhalt

Behinderung und Ehrenamt:

# Unsichtbare Barrieren einreißen

Der Umgang mit Menschen mit Behinderungen, Barrierefreiheit und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sind für viele ältere Menschen wichtige Bestandteile ihres Alltags. Schon die US-Schauspielerin Mae West stellte fest: „Altwerden ist nichts für Feiglinge.“



© Friedhelm Windmüller

&gt; Uta Kramer-Schröder

Häufig sind es nicht nur kleine Einschränkungen wie nachlassende Schnelligkeit oder Gelenkverschleiß, die das Älterwerden mit sich bringt, sondern durchaus ernsthafte Behinderungen, durch die Alltäglichkeiten zum Problem oder gar unmöglich werden.

Nicht nur körperliche Behinderungen, sondern auch unsichtbare Defizite beeinträchtigen ältere Menschen. Psychische Erkrankungen werden häufig nicht als Behinderung wahrgenommen, was Betroffenen eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erschwert.

Zum Jahresende 2015 lebten in Deutschland rund 7,6 Millionen schwerbe-

hinderte Menschen; 65 Prozent davon waren 65 Jahre und älter. Diese große Gruppe hat ein Recht auf Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, an Bildung, am kulturellen Leben und an der Arbeitswelt. Sie sind vollwertige Mitglieder der Gesellschaft und haben das Recht, als solche anerkannt zu werden.

Barrieren gibt es überall. Nicht nur auf Wegen oder Treppen, in Gebäuden, in der Technik, beim Hören und Sehen, sondern auch in den Köpfen. Diese Barrieren müssen weg.

Das Miteinander in der Gesellschaft hat für den dbb und die dbb bundes-seniorenvertretung einen hohen Stellenwert.

Besondere Aufmerksamkeit gilt dabei denjenigen, die sich ehrenamtlich einbringen wollen und dafür Unterstützung benötigen.

Häufig sind es nur kleine Dinge, an denen es scheitert, den Wunsch in die Tat umzusetzen. Um das zu vermeiden, braucht es den Willen und entsprechende gesetzliche Regelungen, die an der Umsetzbarkeit orientiert sind.

In der Politik müssen die Weichen gestellt werden, damit Menschen mit Behinderungen die Chance

haben, die in doppelter Hinsicht positiven Effekte des ehrenamtlichen Engagements zu erfahren.

Unsere gemeinsame Aufgabe ist es, Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen und ein Bewusstsein hierfür in allen gesellschaftlichen Bereichen zu vermitteln.

**Uta Kramer-Schröder,**  
**stellvertretende**  
**Vorsitzende der**  
**dbb bundes-senioren-**  
**vertretung**

## > Sozialverbände fordern mehr Mitbestimmung in der Pflege

Gemeinsam kritisieren BAGSO, in der auch der dbb Mitglied ist, der Sozialverband VdK Deutschland, der SoVD Sozialverband Deutschland, die Verbraucherzentrale Bundesverband, die BAG SELBSTHILFE und die Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben Deutschland, dass sie die Rechte von Pflegebedürftigen, Behinderten und ihren Familien nicht ausreichend vertreten können, weil sie in den wichtigen Gremien der Pflege nur eine eingeschränkte Mitbestimmung haben. Die Verbände fordern mehr Mitbestimmung im Qualitätsausschuss Pflege, dem wichtigsten diesbezüglichen Gremium. „Gesetzliche Verbesserungen waren und bleiben wichtig, sind aber nicht ausreichend. In der praktischen Umsetzung ergeben sich immer wieder Regelungsbedarfe, die erhebliche Auswirkungen für die betroffenen Menschen haben. Wir wollen, dass dabei die Interessen dieser Menschen vertreten werden können und beachtet werden“, sagt der Vorsitzende der BAGSO, Franz Müntefering. Um pflegebedürftigen und behinderten Menschen mehr Mitbestimmung und Einfluss in den Gremien der Pflege zu geben, fordern die Interessenverbände unter anderem eine Stabsstelle, um ihre Arbeit inhaltlich und organisatorisch zu unterstützen.

BRH Sachsen:

# Helfer kennen keine Altersgrenze

Im BRH Sachsen gibt es zahlreiche Mitglieder, die immer wieder durch besonderen Einsatz von sich reden machen. So auch die langjährige Vorsitzende der „Leipziger Pädagogen“ im BRH, Ute Rzymann.



> Ute Rzymann (stehend) engagiert sich für die Belange von Senioren in Leipzig.

Am 8. März 2018 feierte der Verband sein 25-jähriges Bestehen mit einer Festveranstaltung. Nicht nur, dass Ute Rzymann mit ihrem Vorstand für eine gut organisierte Veranstaltung gesorgt hat, auf der Ziele für das weitere Jahr abgesteckt wurden. Sie ist zudem auch anderswo ehrenamtlich engagiert.

Seit über 60 Jahren wohnt sie mit ihrer Familie im Leipziger Stadtteil Gohlis. Mit ihr sind die Bewohner des Stadtteils gealtert und haben sich dabei kennen- und schätzen gelernt. Viele wohnen hier noch in den eigenen vier Wänden. Meist wird es ab dem siebzigsten Geburtstag spürbar: Treppen steigen wird mühsam, der Haushalt

geht langsamer von der Hand, Gartenarbeit fällt deutlich schwerer. Einmal gestürzt wird man unsicher und man verlässt das Haus seltener.

Das selbstständige Wohnen im Alter so lange wie möglich zu erhalten, eingebunden in Nachbarschaft und Wohngebiet, hat sich der Verein „Gemeinsam statt einsam e.V.“ zum Ziel gesetzt. Dazu wurde das Projekt „Präventive Hausbesuche“ ins Leben gerufen; zunächst begrenzt auf den Stadtteil Gohlis. Seit dem 1. Juli 2017 wird das Projekt für drei Jahre von der Deutschen Fernsehlotterie gefördert.

Ute Rzymann bringt sich dort mit aller Kraft ein:

Vereinsamung im Alter begegnet werden.“

Mit ihrer Projektgruppe, so Rzymann, lenke und leite sie ältere Menschen, sich zum Beispiel wieder in die Begegnungsstätte WOGETRA zu trauen und die Unterhaltungsangebote wahrzunehmen. Den einen oder anderen hat die Leipzigerin zudem gewonnen, sich ebenfalls ehrenamtlich einzubringen und Projekte zu unterstützen. Bei den „Pädagogen Leipzig“ weiß man es genau: „Ute Rzymann hat zu tun wie der Rat zu Leipzig!“ Das schätzen alle an ihr, denn von ihrer Energie profitieren viele ältere Menschen.

**Rita Kiriasis-Kluxen,**  
Landesvorsitzende  
BRH Sachsen

## > NLBV: Infos zu Versorgung und Beihilfe

Das Niedersächsische Landesamt für Bezüge und Versorgung (NLBV) setzt sein Informationsangebot für Ruhestandsbeamtinnen und -beamte auch im Jahr 2018 fort. In folgenden Städten Niedersachsens werden kostenlose Veranstaltungen mit aktuellen Themen zu Versorgungsbezügen und Beihilfeforschritten stattfinden:

### Osnabrück:

Dienstag, 8. Mai 2018, 10 Uhr, Seminarstr. 20, Gebäude 15, EW, der Universität Osnabrück, Raum 15/E07

### Braunschweig:

Mittwoch, 23. Mai 2018, 10 Uhr, Pockelsstr. 4, Raum PK 4.7 im Altgebäude der Technischen Universität

### Hannover:

Mittwoch, 13. Juni 2018, 10 Uhr, Ricklinger Stadtweg 1, Oberer Saal im Freizeitheim Ricklingen

### Lüneburg:

Mittwoch, 5. September 2018, 10 Uhr, Auf der Hude 2, Sitzungssaal 1 des Behördenzentrums

### Oldenburg:

Mittwoch, 26. September 2018, 10 Uhr, Tappenbeckstr. 1, Raum 207 des ehemaligen Landtagsgebäudes