

# ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte



Ausgabe 2/12/2010

Empfehlen  
Sie uns!



## Rabenealtern?

**Berufstätig und Kinder - geht das überhaupt?  
Die AOK-Familienstudie sagt: Ja, das geht.  
Sogar mit gutem Gewissen. >>**

■ Original ist der neue elektronische Newsletter der AOK für Betriebs- und Personalräte. Wenn Sie uns gut finden, empfehlen Sie uns weiter. Wenn nicht: Auf der letzten Seite können Sie uns auch abbestellen...

■ Zufrieden mit Arzt und Krankenkasse – unzufrieden mit dem Gesundheitssystem. Dies ist das Ergebnis einer Umfrage des Wissenschaftlichen Instituts der AOK unter 3000 Menschen.

**weiter auf Seite 3 >>**

■ Gewinnen Sie mit Original regelmäßig einen 50-Euro-schein. Beantworten Sie die Frage auf Seite 4. Vergessen Sie nicht, uns Ihre Adresse zu geben – dann kommt der Schein per Post zu Ihnen. >>

**Sie kennen das, bei sich und Ihren Arbeitskollegen:** Zuhause wartet das Kind, in der Firma die Arbeit. Und Sie haben ein schlechtes Gewissen. Das muss nicht sein. Denn es kommt nicht nur darauf an, wie viel Zeit man mit den Kindern verbringt, sondern wie man die Zeit nutzt. Das ist ein Ergebnis der AOK-Familienstudie, bei der im Frühjahr 2010 mehr als 2000 Mütter und Väter befragt worden sind.

### Sieben Tipps

Die wichtigsten Ergebnisse der Studie lassen sich in sieben Tipps für ein entspanntes Familienleben – trotz Berufstätigkeit – zusammenfassen.

**Tipp 1:** Beschäftigen Sie sich intensiv mit Ihren Kindern – morgens vor der Arbeit und/oder abends vor dem Schlafengehen.

**Tipp 2:** Frühstücken Sie gemeinsam. Sie verringern das Risiko für Übergewicht bei Kindern und Sie können den Tag gemeinsam besprechen.

**Tipp 3:** Nutzen Sie das Wochenende. Vereinbaren Sie

Aufstehzeiten, bereiten Sie gemeinsam mit den Kindern das Essen zu und decken Sie gemeinsam den Tisch.

**Tipp 4:** Handeln Sie mit Ihren Kindern Regeln aus: Wann wird aufgeräumt, wer säubert den Hamsterkäfig?

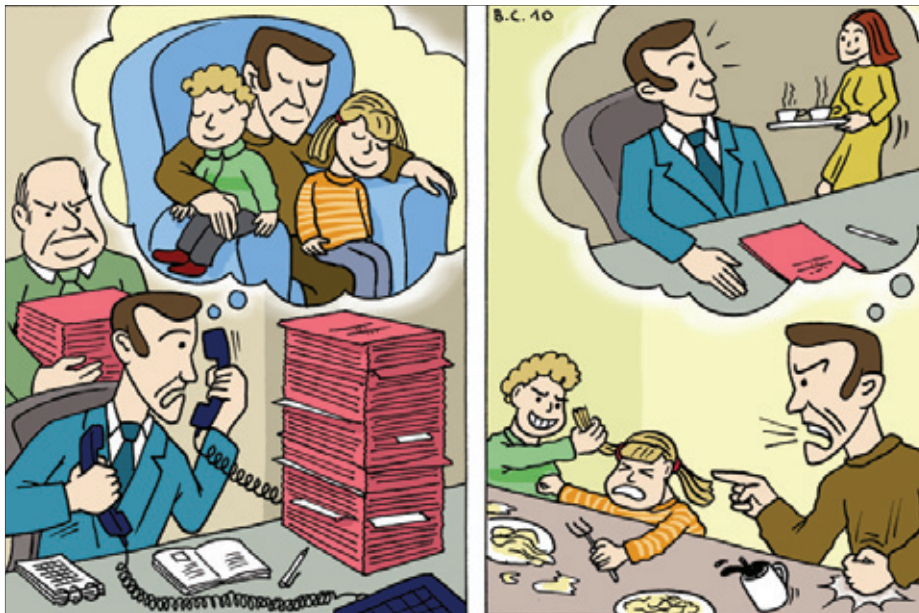
**Tipp 5:** Elternabende, Schul- und Kinderfeste sind wichtig. Beteiligen Sie sich – damit zeigen Sie Ihren Kindern, dass Sie Interesse an ihrer Welt haben.

**Tipp 6:** Verwandte, Freunde und Nachbarn helfen Ihnen nicht nur in zeitkritischen Situationen. Sie vermitteln der Familie ein Gefühl von Sicherheit. Bauen Sie Netzwerke auf: In Kindergärten und Schulen finden sich immer Gleichgesinnte.

**Tipp 7:** Tun Sie für sich selbst etwas. Denn: Stress, den man spürt, transportiert man auch. Gönnen Sie sich zum Beispiel mal ein Wochenende ohne Kind. Von entspannten Eltern profitiert auch der Nachwuchs. ■

Mehr dazu unter [www.aok.de/familie](http://www.aok.de/familie)

**GÖNNEN SIE SICH AUCH MAL SELBST ETWAS. IHRE KINDER PROFITIEREN DAVON**



### TOP

**Dass der AOK-Service „Gesunde Unternehmen“ Arbeitnehmern und Arbeitgebern gleichermaßen nützt,** hat eine Befragung von 212 Unternehmen gezeigt, in denen die AOK Projekte des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) umgesetzt hat. Die Firmen gaben an, dass durch BGM Organisations- und Arbeitsabläufe optimiert, Belastungen für die Mitarbeiter abgebaut und die Kooperation in der Belegschaft verbessert wurden. Davon profitieren die Unternehmen auch wirtschaftlich: Sie berichten, dass sich ihre Produktivität und Kundenzufriedenheit erhöht hätten. Krankenstände konnten verringert und die Kosten für Lohnfortzahlungen im Krankheitsfall reduziert werden.



### FLOP

**Schwerbehinderte sind häufiger arbeitslos.** Die aktuelle Entspannung am Arbeitsmarkt ist bei Schwerbehinderten noch nicht angekommen. Im Gegenteil: Im Oktober 2010 waren 5,1 Prozent mehr schwerbehinderte Menschen arbeitslos als im Vorjahresmonat. Die allgemeine Arbeitslosigkeit hingegen sank im gleichen Zeitraum um 8,8 Prozent.

## „Arzt und Krankenkasse: Top Gesundheitssystem: Flop“

Mehr als zwei Drittel der Deutschen sind mit der Leistung ihrer Krankenkasse „sehr zufrieden“ oder mindestens „zufrieden“. Mit dem letzten Arztbesuch waren sogar 82 Prozent zufrieden. Nur: der Zukunft des Gesundheitssystems sehen die Versicherten eher skeptisch entgegen.

Dies ergab eine repräsentative Umfrage unter 3000 privat und gesetzlich Versicherten, die das Wissenschaftliche Institut der AOK (WiDO) jetzt veröffentlicht hat. Alles dazu: [www.wido.de](http://www.wido.de)

„Viele Menschen befürchten ein sinkendes Leistungsspektrum im Gesundheitssystem“, sagt WiDO-Geschäftsführer Jürgen Klauber und fügt hinzu, dass nur 30 Prozent der Befragten davon ausgehen, das Leistungsspektrum bleibe unverändert. Rund 60 Prozent vermuten Einbußen.

### Wichtig: Solidarität

Eine große Mehrheit der Versicherten befürwortet den Ausgleich zwischen finanziell besser und

schlechter gestellten. Klauber: „Rund 73 Prozent vertreten die Ansicht, dass in einem Gesundheitssystem Besserverdiener mehr bezahlen sollten als Geringverdiener“ - ein klares Bekenntnis zur solidarischen Finanzierung.

Auch dass jene, die häufiger krank sind, mehr bezahlen sollen als Gesunde, lehnt eine große Mehrheit ab: Nur jeder Zehnte hat sich dafür ausgesprochen.

### Arbeitgeberbeiträge nicht einfrieren

Fast 60 Prozent der Befragten lehnt die im Gesetz jetzt beschlossene Festschreibung des Arbeitgeberanteils ab. Einkommensunabhängige Pauschalbeiträge finden 72 Prozent schlecht, ebenso wie mehr als

50 Prozent der Befragten Ausgleichszahlungen aus Steuern für wenig hilfreich halten. Zwei Drittel der Bevölkerung spricht sich stattdessen für eine Beteiligung

privatversicherter Besserverdiener,

Selbständiger und Beamter an einer solidarischen Finanzierung der Gesundheitsversorgung aus. Übrigens: Rund ein Drittel der privat Versicherten sehen das genauso. ■

**SOLIDARISCHE FINANZIERUNG DER GESUNDHEIT IST BELIEBTER DENN JE**

### VORBILDLICH



## AOK Bayern bildet aus

250 Auszubildende haben am 1. September 2010 ihren Berufsweg bei der AOK Bayern begonnen. Mit 40 zusätzlichen Berufsstartern entspricht dies einer Steigerung um 20 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Die AOK Bayern gehört damit zu den größten Ausbildungsbetrieben im Freistaat.



„Mit einer fundierten Ausbildung unserer neuen Kolleginnen und Kollegen sorgen wir dafür, dass unsere Versicherten auch künftig eine kompetente Beratung vor Ort erhalten“,

so Hubertus Råde, Personalvorstand und Vize-Chef der AOK Bayern.

Die meisten Berufsanfänger beginnen eine Ausbildung zum Sozialversicherungsfachangestellten. Sie erwerben umfangreiches Fachwissen über alle Bereiche der Kranken- und Pflegeversicherung. Aber auch Kundenbetreuung und Vertrieb sind Schwerpunkte der Ausbildung.



## STEIGENDER LÄRM

**Der Drucker im Büro, das Klingeln des Telefons, laute Stimmen der Kollegen:** Unsere Ohren müssen viel aushalten. Lärm aber kann krank machen. Nicht nur die Hörorgane – Stress, Schlafstörungen und hoher Blutdruck kann durch steigenden Lärmpegel aus-

gelöst werden. Aber nicht nur im Beruf, auch in der Freizeit geht die Dauerbeschallung weiter: Wummernde Bässe im Auto, der Fernseher zu Hause, die Disko. Die AOK empfiehlt: Gönnen Sie Ihren Ohren



öfter mal eine Pause. **Stille ist ein kostbares Gut.**

## SINKENDE WERTE

**Wesentliche Werte der Sozialversicherung werden im Jahr 2011 sinken:** Die Versicherungspflichtgrenze für die Krankenversicherung wird von 4162,50 Euro auf 4125 Euro pro Monat fallen, die Beitragsbemessungsgrenze geht von 3750 auf 3712,50 Euro zurück.

In der Rentenversicherung bleibt die Beitragsbemessungsgrenze unverändert bei einem Monatseinkommen von 5500 Euro im Westen; im Osten steigt sie um 150 Euro auf 4800 Euro. Der Bundesrat wird in seiner letzten Sitzung des Jahres 2010 diese Zahlen voraussichtlich bestätigen.

## DER AOK-TIPP

In den vergangenen zehn Jahren hat die AOK Bayern 3130 Behandlungsfehler von Ärzten nachgewiesen. Insgesamt waren 21 400 Verdachtsfälle gemeldet worden. Jeder siebente Verdachtsfall erhärtete sich damit zur Gewissheit. Mal wurde das rechte statt das linke Knie operiert, mal hatte ein Arzt Krankheitskeime übertragen. Wer glaubt, falsch behandelt worden zu sein, kann sich (auch anonym) an die AOK Bayern wenden:

**Mehr Infos >>**



## FRAGE – ANTWORT

**Wie viele Azubis haben am 1. September 2010 bei der AOK Bayern begonnen?**

Gewinnen\* Sie einen **50-Euro-Schein!**  
Zugestellt per Post.

Einsendeschluss:

**10. Dezember 2010**

Antwort (mit Adresse) an:

**[aok-original@kompart.de](mailto:aok-original@kompart.de)**

Gewinner des letzten Preisrätsels:  
Wolfgang Schmid,  
Betriebsratsvorsitzender, Kelheim



Newsletter abonnieren:  
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:  
einfach hier klicken



\*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen



## LINKS

### Interessante Links zum Lesen....

- Den ersten Original-Newsletter verpasst?  
Hier geht's zum Archiv  
<http://www.aok-original.de/archiv.html>
- Jetzt fängt die kalorienreiche Zeit an  
<http://www.aok.de/bundesweit/gesundheit/kalorienrechner-84725.php>