

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte

AOK
Die Gesundheitskasse.

15/08/2012



Empfehlen
Sie uns!

News!

Neue Rufnummer für ärztlichen Bereitschaftsdienst: Patienten, die außerhalb der Sprechzeiten ärztliche Hilfe benötigen, können eine neue Hotline nutzen. Der ärztliche Bereitschaftsdienst ist bundesweit über die kostenfreie Telefonnummer **116 117** zu erreichen. Bei schweren Unfällen oder lebensbedrohlichen Situationen wie Herzinfarkt, Schlaganfall oder Ohnmacht gilt weiterhin die Notrufnummer **112**.

Weitere Hotlines hier:
<http://www.aok.de/bayern/kontakt/kontakt-hotlines-35421.php>



Nicht nur abends mit Beleuchtung

Schwerstarbeit für die Augen: Bildschirmarbeit. Der Blick wechselt pro Sekunde mehrfach: Bildschirm, Tastatur, Vorlage. Teilweise acht Stunden am Tag. Die Bildschirmarbeitsverordnung sieht Regeln vor. Wie sieht das richtige Licht aus? Gibt es das überhaupt? >>

- **Noch nie war es so groß**
Das Angebot an Olympia-Sendungen im Internet auf Seite 3 >>
- **Kopfschmerzen:**
Tablette oder lieber nicht?
Seite 4 >>
- **Gewinnspiel**
auf der letzten Seite >>

Es werde Licht – aber wie?

Ständig müssen sich die Augen bei der Bildschirmarbeit neu einstellen, sich unterschiedlichen Entfernungen, Kontrasten und Helligkeiten anpassen. Der Gesundheitsschutz gebietet es, Bildschirmarbeitsplätze nach ergonomischen Gesichtspunkten optimal einzurichten. Dabei kommt es – neben vielen anderen Aspekten – auch entscheidend auf optimale Lichtverhältnisse an.

Der Anhang zur Bildschirmarbeitsverordnung gibt eindeutig uneindeutige Vorgaben zur richtigen Arbeitsplatzbeleuchtung: „Die Beleuchtung muss der Art der Sehaufgabe entsprechen und an das Sehvermögen der Benutzer angepasst sein; dabei ist ein angemessener Kontrast zwischen Bildschirm und Arbeitsumgebung zu gewährleisten. Durch die Gestaltung des Bildschirmarbeitsplatzes sowie Auslegung und Anordnung der Beleuchtung sind störende Blendwirkungen, Reflexionen oder Spiegelungen auf dem Bildschirm und den sonstigen Arbeitsmitteln zu vermeiden.“

Das bedeutet: Die Beleuchtung muss **individuell angepasst** werden – und hier liegt auch das Mitbestimmungsrecht des Betriebsrats vor.

„Bildschirmarbeitsplätze sind so einzurichten, dass leuchtende oder beleuchtete Flächen keine Blendung verursachen und Reflexionen auf dem Bildschirm soweit wie möglich vermieden werden. Die Fenster müssen mit einer geeigneten verstellbaren Lichtschutzvorrichtung ausgestattet sein, durch die sich die Stärke des Tageslichteinfalls auf den Bildschirmarbeitsplatz vermindern lässt“, heißt es weiter.

Was diese Empfehlungen konkret bedeuten, findet sich illustriert besser im Internet. Zum Beispiel hier: http://www.ergo-online.de/html/service/download_area/cua3_09_17_21.pdf.

Hier erfahren Betriebsräte auch, wie sie das Thema Beleuchtung im Betrieb besser durchsetzen können.



Dieses Bild zeigt, wie die Arbeitsplatzsituation insgesamt angeordnet werden sollte, um ein Nerven sparendes Arbeiten möglich zu machen. Ganz wichtig: Der Bildschirm des PC steht im rechten Winkel zum Fenster. Ein anderer Standort sorgt für Spiegeleffekte und Flimmern.

Olympia im www – anschauen?

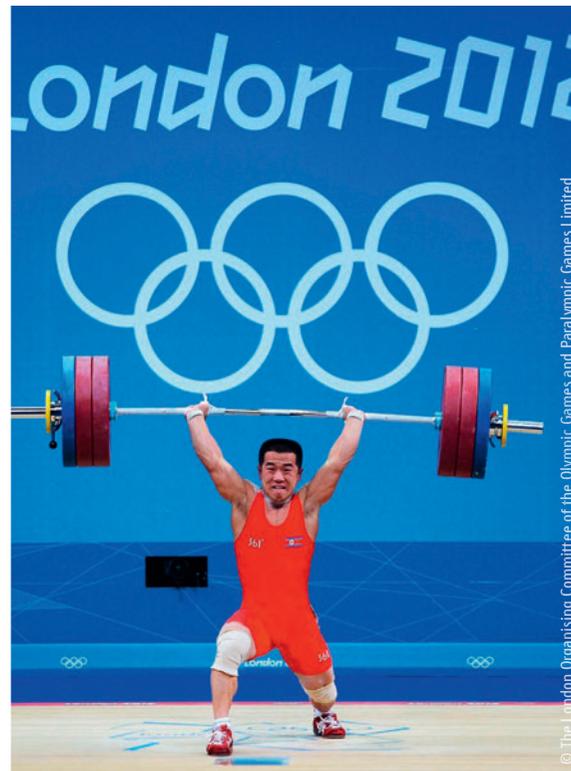
Bei den Olympischen Sommerspielen in London werden so viele Wettkämpfe wie nie zuvor im Internet übertragen. Doch nur 4 Prozent der Angestellten wollen Olympia während der Arbeitszeit hin und wieder per Video-Livestream im Web schauen.

95 Prozent der Arbeitnehmer werden online keine Wettkämpfe am Arbeitsplatz ansehen. Der Hauptgrund: Den meisten (57 Prozent) ist es verboten, Video-Livestreams per Web zu schauen. Jeder Fünfte (20 Prozent) hat im Job keinen mit dem Internet verbundenen Computer zur Verfügung. 28 Prozent interessieren sich nicht für Olympia. Das ergibt eine aktuelle Umfrage im Auftrag des Hightech-Verbands BITKOM.

„Arbeitnehmer sollten sich zuerst nach der Regelung in ihrem Unternehmen erkundigen, bevor sie einen Livestream starten“, sagt die BITKOM. Die öffentlich-rechtlichen Sender ARD und ZDF nutzen das Internet für die Berichterstattung zu den olympischen Spielen in

London so stark wie noch nie: In sechs parallelen Video-Livestreams werden täglich bis zu 60 Stunden Sport im Internet zu sehen sein.

In Deutschland gibt es kein Gesetz, das die private Internetnutzung am Arbeitsplatz



regelt. Allein der Arbeitgeber entscheidet darüber. Arbeitnehmer sollten sich zur Sicherheit in der Personalabteilung nach entsprechenden Regelungen erkundigen. BITKOM rät Arbeitgebern, klare Regeln für die private Internetnutzung am Arbeitsplatz aufzustellen – etwa im Arbeitsvertrag, als Richtlinie oder Vereinbarung mit dem Betriebsrat.

„Berufs- und Privatleben verschmelzen zunehmend miteinander, 88 Prozent der Arbeitnehmer sind auch außerhalb der regulären Arbeitszeiten per E-Mail oder Handy erreichbar. Dies sollte auch umgekehrt bei der Frage der privaten Internetnutzung am Arbeitsplatz gewürdigt werden,“ so die BITKOM. Zur Methodik: Für die Angaben zum Schauen der Olympischen Spiele per Internet-Livestream am Arbeitsplatz befragte das Forschungsinstitut Forsa 500 Berufstätige ab 14 Jahren. Die Umfrage ist repräsentativ.



BAG

Beschäftigte im öffentlichen Dienst, die innerhalb eines Jahres von einem öffentlichen Arbeitgeber zum nächsten wechseln, müssen mit einer Kürzung ihres Weihnachts- und Urlaubsgeldes rechnen. Auch wenn der Arbeitnehmer das ganze Jahr hindurch im öffentlichen Dienst tätig war, kann er nach den tariflichen Regelungen nur für die Zeit bei seinem aktuellen Arbeitgeber eine anteilige Jahressonderzahlung verlangen, urteilte Mitte Juli das Bundesarbeitsgericht. Der Kläger war vom 1. Januar 2009 bis zum 30. September 2009 als wissenschaftlicher Mitarbeiter einer Universität und danach an einer anderen Universität beschäftigt gewesen. Nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst der Länder erhalten alle Beschäftigten, die am 1. Dezember eines Jahres in einem Arbeitsverhältnis stehen, Anspruch auf eine Jahressonderzahlung haben. Für jeden Kalendermonat, bei dem der Arbeitnehmer nicht bei seinem aktuellen Arbeitgeber arbeitet, wird die Zahlung um ein Zwölftel gekürzt. Die zweite Uni zahlte dem Kläger die Jahressonderzahlung für die letzten drei Kalendermonate. Zu Recht, wie das Gericht nun urteilte.

Az.: 10 AZR488/11

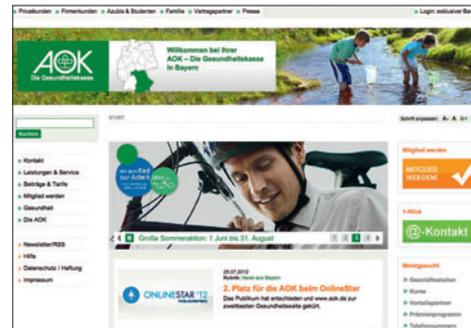
KOPFSCHMERZ TABLETTE ODER NICHT?

Nichts spricht bei gelegentlichen Kopfschmerzen gegen eine Schmerztablette. Treten die Beschwerden jedoch an mehr als zehn Tagen im Monat auf oder halten sie länger als drei Tage an, sollte ein Arzt zu Rate gezogen werden. Werden die Ursachen von Spannungskopfschmerz nicht behandelt, kann die Einnahme von Schmerzmitteln den Zustand sogar verschlechtern, warnt die Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie e. V.

Die wichtigste Regel gegen den Spannungskopfschmerz heißt „Regelmäßigkeit“. Wer zu festen Zeiten isst, einen regelmäßigen Tag- Nachtrhythmus einhält, beugt damit Kopfschmerzen vor. „Sich selbst Zeit nehmen und anderen Zeit geben: das sind einfachste Strategien gegen den Kopfschmerz“, empfiehlt die Gesellschaft für Schmerztherapie.

INTERNET WER MACHT DIE BESTE SEITE?

Das Publikum hat entschieden und www.aok.de zur zweitbesten Gesundheitsseite 2012 gekürt. Der Web-Oscar verdankt seine Glaubwürdigkeit vor allem der Tatsache, dass die Nutzer selbst entscheiden können. Die Wahl der OnlineStars, die von der Verlagsgruppe Ebner Ulm 2012 zum 14. Mal organisiert wird, ist eine Initiative für mehr Qualität im Internet. Beim OnlineStar entscheiden die Internet-User selbst, welche Angebote im



Netz qualitativ überzeugen und welche nicht. Die User wählen ihre Favoriten in unterschiedlichen Themenfeldern, wie etwa Gesundheit und Wellness. 2011 wurden bei der Wahl innerhalb von 6 Wochen über 820.000 Stimmen abgegeben. Im vergangenen Jahr waren es bereits über 2 Millionen. Gewonnen hat übrigens die Seite www.apotheken-umschau.de.

den bei der Wahl innerhalb von 6 Wochen über 820.000 Stimmen abgegeben. Im vergangenen Jahr waren es bereits über 2 Millionen. Gewonnen hat übrigens die Seite www.apotheken-umschau.de.



INTERESSANTE LINKS

- Mal wieder im Archiv nachsehen:

<http://www.aok-original.de/Archiv>

- Zum perfekten Picknick:

http://www.aok.de/bundesweit/nachrichten/index_206492.php



FRAGE - ANTWORT

Wie lautet die neue Rufnummer für ärztliche Bereitschaft?

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

Einsendeschluss:
10. August 2012

Antwort (mit Adresse) an:
aok-original@kompart.de

Gewinnerin des letzten Preisrätsels:
Josef Schleicher, 94032 Passau



Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken

*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen

