

# 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. 17/2015

15.09.2015

- 01 dbb Bürgerbefragung 2015 - Deutsche Verwaltung ist bürgerfreundlich, leistungsstark und unverzichtbar**
  - 02 Alte Sparverträge: Auflösung will gut überlegt sein**
  - 03 „Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen“ - Dokumentation zum Programm der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros**
  - 04 Aufgetischt! - Wegweiser für Ernährung, Einkauf & Lebensmittel**
  - 05 Leberschäden durch Paracetamol - Viele Lebertransplantationen sind nötig wegen überhöhtem Schmerzmittel-Gebrauch**
  - 06 Gesundheitsordner "Alles im Blick - meine Gesundheit" zum Sonderpreis**
  - 07 Verflixte Werbeklicks - Ein Spiel für die ganze Familie zum Thema Internet und Werbung**
  - 08 Zukunft leben - Wege in ein energieeffizientes Zuhause**
  - 09 Hörtipp zum Frühstück**
  - 10 Mitmachen – Nicht meckern!**
- 
- 01 dbb Bürgerbefragung 2015 - Deutsche Verwaltung ist bürgerfreundlich, leistungsstark und unverzichtbar**

Der öffentliche Dienst in Deutschland genießt bei der Bevölkerung hohes Ansehen. Das geht aus der am 4. September 2015 in Berlin vorgestellten neunten „Bürgerbefragung öffentlicher Dienst“ hervor, die das Meinungsforschungsinstitut forsa im Auftrag des dbb beamtenbund und tarifunion durchgeführt hat. Entgegen weiter bestehender Vorurteile ist das Umfrage-Fazit auch 2015 eindeutig. „Die Bürger vertrauen dem öffentlichen Dienst und der Verwaltung. Sie ist bürgerfreundlich, leistungsfähig und – für die ganz überwiegende Mehrheit der Deutschen – unverzichtbar. Das positive Image der staatlichen Institutionen hat sich gefestigt. Wenn eine Dreiviertelmehrheit Jahr für Jahr weitere Privatisierungen ablehnt und jedes Jahr mehr Bürgerinnen und Bürger die Ausgaben für den öffentlichen Dienst angemessen finden, sind dies ebenso Belege für hohes Ansehen der

„Staatsdiener“ wie deren Spitzenplätze im Berufe- und Institutionenranking.“ Im jährlich abgefragten Beruferanking dominieren auch 2015 die Kolleginnen und Kollegen des öffentlichen Dienstes die Top 10, von Feuerwehrleuten mit 95 % („hohes oder sehr hohes Ansehen“) bis zu Lehrkräften mit 71 %, hingegen am unteren Ende der Liste Politiker mit 24 %, Werbefachleute mit 15 % und Versicherungsvertreter mit 12 %.

Die Ergebnisse der dbb-Bürgerbefragung können Sie über folgenden Link herunterladen:

[http://www.dbb.de/fileadmin/pdfs/2015/forsa\\_2015.pdf](http://www.dbb.de/fileadmin/pdfs/2015/forsa_2015.pdf)

Über die dbb-Landesbünde sind auch gedruckte Exemplare zu erhalten.

Quelle: <http://www.dbb.de/teaserdetail/artikel/die-deutsche-verwaltung-ist-buergerfreundlich-leistungsstark-und-unverzichtbar.html>

## 02 Alte Sparverträge: Auflösung will gut überlegt sein

Banken kontaktieren immer öfter Kunden, die ihr Geld zu guten Konditionen angelegt haben. Die hohen Zinsen aus alten Verträgen sind in ausgesprochenen Niedrigzinszeiten nicht wenigen Instituten ein Dorn im Auge. Und so bedrängen sie Kleinanleger, sich für angeblich bessere Produkte zu entscheiden. Sparer sollten sich vor einem Wechsel der Geldanlage allerdings genau informieren. Sie sollten sich von angeblich günstigen Angeboten nicht beeindrucken lassen. Vielmehr gilt in solchen Fällen, sowohl den alten Vertrag als auch das neue Angebot genau zu studieren, um nicht leichtfertig die gute Festverzinsung gegen das vermeintlich bessere Angebot einzutauschen. Sollte jemand hierbei Rat benötigen, kann er sich zum Beispiel an die Verbraucherzentrale (<http://www.verbraucherzentrale.de/home>), die Stiftung Warentest (<https://www.test.de>) oder auch an die Beschwerdestelle der Banken (<http://verbraucher.bankenverband.de/beschwerdestelle>) wenden.

Quelle: <http://www.erfahrung-ist-zukunft.de/SharedDocs/Artikel/Alltag/Verbraucherinformationen/20150818-sparvertraege-aufloesung-will-gut-ueberlegt-sein.html>

## 03 „Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen“ - Dokumentation zum Programm der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros

Bis zu drei Jahre hatten die rund 50 ausgewählten Modellprojekte im Programm "Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen" Zeit, Initiativen der Nachbarschaftshilfe zu entwickeln und neue Formen der Versorgung und Unterstützung älterer Menschen in ihrem Wohnumfeld auf den Weg zu bringen. Die nun erschiene Dokumentation zum Programm veranschaulicht die Projektschritte der Modelle und berichtet von den Erfolgen, aber auch von den Schwierigkeiten. Ein Werkzeugkasten stellt erprobte Instrumente und Methoden als Praxishilfe für weitere Nachbarschaftsinitiativen zur Verfügung. Die Broschüre steht auf der Projektseite zum Download bereit.

[http://nachbarschaften.seniorenbueros.org/fileadmin/user\\_upload/Nachbarschaftshilfe/Programm/BaS\\_Broschuere\\_A4\\_Final.pdf](http://nachbarschaften.seniorenbueros.org/fileadmin/user_upload/Nachbarschaftshilfe/Programm/BaS_Broschuere_A4_Final.pdf)

## 04 Aufgetischt! - Wegweiser für Ernährung, Einkauf & Lebensmittel

Was ist wirklich gesund? Wo kommt unser Essen her? Woraus bestehen unsere Lebensmittel und was machen wir aus ihnen? Dieser Wegweiser beantwortet Ihnen diese und viele weitere Ernährungsfragen. Er unterstützt Sie dabei, sich in der Vielfalt der Lebensmittel zurechtzufinden und die gesunde Wahl zu treffen. Kleine Tipps mit großer Wirkung helfen dabei, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden. Nachhaltiger einkaufen und genießen ist gar nicht so schwer.

Die Broschüre (80 Seiten) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

[http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMELV/Aufgetischt\\_6706324.html?jsessionid=492F69CEFC251A418FAC0E84DAD6C43.s4t1?nn=670294](http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMELV/Aufgetischt_6706324.html?jsessionid=492F69CEFC251A418FAC0E84DAD6C43.s4t1?nn=670294)

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.

## **05 Leberschäden durch Paracetamol Viele Lebertransplantationen sind nötig wegen überhöhtem Schmerzmittel-Gebrauch**

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern, dass ihnen nichts weh tut! Aber man sagt auch: Wenn Du mal über 70 bist und Dir tut nichts weh, dann bist Du tot. So bleibt uns nichts anderes übrig, als hin und wieder zu Schmerzmitteln zu greifen. Doch beachte stets: Jedes Mittel ist Gift, auf die Dosis kommt es an! Viele Menschen unterschätzen die Risiken rezeptfreier Schmerzmittel. Ein Zuviel davon kann unter anderem Gift für die Leber sein. Wie die "Apotheken Umschau" berichtet, haben französische Forscher 114 Fälle von Lebertransplantationen untersucht, bei denen das Organ durch Arzneimittel zerstört worden war. In 111 Fällen war eine Überdosis des frei verkäuflichen Schmerzmittels Paracetamol die Ursache. Die Wissenschaftler raten, die Packungsgröße rezeptfreier Paracetamol-Präparate auf maximal acht Gramm Wirkstoff zu reduzieren. In Deutschland dürfen rezeptfreie Präparate seit 2009 höchstens zehn Gramm enthalten.

**Quelle:** "Apotheken Umschau" 9/2015 A

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.

## **06 Gesundheitsordner "Alles im Blick - meine Gesundheit" zum Sonderpreis**

Anlässlich der Fachtagung "Mündige Patienten" am 29. September in Bonn bietet die BAGSO ihren großen DIN A4 Gesundheitsordner "Alles im Blick - meine Gesundheit" zum Sonderpreis von 8,50 € statt 12,00 € an. Das KomplettPaket Ordner plus CD-ROM erhalten Sie für 9 € (Normalpreis 14 €) zzgl. Versandkosten. Neben der Möglichkeit, alle wichtigen Daten und Unterlagen rund um Ihre Gesundheit zu notieren und abzulegen, finden Sie darin einen 90-seitigen Anhang. Er beinhaltet vielfältige Informationen zu folgenden Themen: Muster zu vorsorgenden Entscheidungen, Notfallsituationen, Informationen der Krankenkasse, Gesundheitsvorsorge, Pflege, Beipackzetteln und mündige Patienten.

Informationsblatt mit Bestellbogen zur Sonderaktion:

[http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Newsletter/2015/Sonderaktion\\_FT\\_muendige\\_Patienten.pdf](http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Newsletter/2015/Sonderaktion_FT_muendige_Patienten.pdf)

## **07 Verflixte Werbeklicks - Ein Spiel für die ganze Familie zum Thema Internet und Werbung**

Das Spiel „Verflixte Werbeklicks“ regt Familien an, sich mit dem Thema Werbung im Internet auseinander zu setzen. Herausgeber des Spiels sind das Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend sowie die Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen. Das Spiel hilft dabei, Kinder bei der Entwicklung ih-

rer Werbekompetenz im Internet zu unterstützen. Es ergänzt die Broschüre Kinder und Onlinewerbung - Ein Ratgeber für Eltern und Großeltern.

Die Broschüre (24 Seiten) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

[http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMFSFJ/Verflixte-Werbeklicks\\_218910.html?nn=670290](http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMFSFJ/Verflixte-Werbeklicks_218910.html?nn=670290)

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 Zukunft leben - Wege in ein energieeffizientes Zuhause

Starten Sie Ihre Energiewende in den eigenen vier Wänden! Das ist jetzt einfacher und komfortabler denn je - und Sie können dabei viel Geld sparen. Entdecken Sie in diesem Magazin des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie, wie vielfältig Ihre Möglichkeiten sind, deutlich weniger Energie für Heizung und Warmwasser zu verbrauchen. Warum es sich lohnt, auf erneuerbare Energien umzusteigen. Und wie Sie sich finanzielle Unterstützung vom Staat sichern können. Gut fürs Klima, gut fürs Portemonnaie.

Die Broschüre kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

[http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMWI/zukunft-leben-wege-energieeffizientes-zuhause-magazin\\_721830.html?jsessionid=A4E72C5CA5C68E319A35F98C6945D687.s1t2?nn=670294](http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMWI/zukunft-leben-wege-energieeffizientes-zuhause-magazin_721830.html?jsessionid=A4E72C5CA5C68E319A35F98C6945D687.s1t2?nn=670294)

**Vollständige Internet-Adresse in die Adressleiste des Browsers kopieren!**

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.

## 09 Hör Tipp 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:

- |            |                                                                                        |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 19.09.2015 | Suche Zimmer in WG - Vom Leben in Demenz-Wohngemeinschaften - von Heike Sicconi        |
| 26.09.2015 | Bauchgefühl und Noten – Was bei der Suche nach guter Pflege zählt - von Katrin Sanders |
| 03.10.2015 | Zwischen Ampelmännchen und Club-Cola - Was von der DDR übrig blieb – von Karin Lamsfuß |

Wer am Samstagmorgen lieber lange schläft, kann sich die Sendung auf der [Webseite des WDR 4](#) anhören und herunterladen:

[http://www1.wdr.de/radio/podcasts/wdr4/podcast\\_uebersicht\\_wdrvier100.html](http://www1.wdr.de/radio/podcasts/wdr4/podcast_uebersicht_wdrvier100.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