

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 , Postanschrift am Ende (auf Seite 4 unten)

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

Nr. 21/2015

16.11.2015

01 Langzeitiger Auslandsaufenthalt im Ruhestand: Was bei Rentenbezug und Versicherung wichtig ist

02 Neue Broschüre zum Heimrecht erschienen

03 6 Tipps zur rückengerechten häuslichen Pflege Angehöriger

04 CD-ROM: Informationen für behinderte Menschen

05 Unsere Waldbäume

06 Demenz. Das Wichtigste - Ein kompakter Ratgeber

07 „Behörden Spiegel“ - Deutschlands älteste unabhängige Zeitung für Behörden

08 WDR will Sendereihe für Senioren in 2016 streichen

09 Hör Tipp zum Frühstück

10 Mitmachen – Nicht meckern!

01 Langzeitiger Auslandsaufenthalt im Ruhestand: Was bei Rentenbezug und Versicherung wichtig ist

Für immer mehr Ruheständler ist das inzwischen Realität, die kalten Wintermonate im warmen Süden zu verbringen. Planen Senioren einen längeren Auslandsaufenthalt, sollten sie allerdings sichergehen, dass ihre Rentenbezüge weiterhin ausgezahlt werden und sie sollten auch ihren Kranken- und Pflegeversicherungsschutz überprüfen. Die Deutsche Vermögensberatung AG gibt Tipps.

Zum Rentenbezug: Verbringen Senioren mehrere Monate am Stück im Ausland, laufen die Rentenauszahlungen normal weiter. Vorausgesetzt, der sogenannte „gewöhnliche Aufenthalt“, das heißt der Wohnsitz, ist während dieser Zeit weiterhin in Deutschland gemeldet. Wenn allerdings bei Rentenüberweisungen ins Ausland durch Gebühren oder Wechselkursverluste zusätzliche Kosten entstehen, muss der Empfänger diese selbst tragen.

Zur Krankenversicherung: Keine Reise in andere Länder ohne Auslandsrankenversicherung – dieser Grundsatz ist umso ratsamer bei längeren Aufenthalten. Es weiß wohl

jeder, dass die gesetzlichen Krankenkassen außerhalb Europas so gut wie keine Behandlungskosten übernehmen. Und selbst im europäischen Ausland ist ein hundertprozentiger Schutz nicht gewährleistet: So geht zum Beispiel ein medizinisch notwendiger Rücktransport oder die Behandlung durch einen Privatarzt auf Kosten des Versicherten. Hiervor schützt eine **Auslandskrankenversicherung**. Allerdings nur, wenn der Versicherte vor Reisebeginn nicht absehen konnte, dass diese Behandlung während der Reise notwendig sein wird. Die üblichen Auslands-Angebote für ungefähr zehn Euro pro Jahr und Person gelten ausschließlich für kurze Reisen von maximal sechs bis acht Wochen. Bei Langzeitaufenthalten wird es schnell um einiges teurer, insbesondere wenn das Reiseziel in den USA oder Kanada liegt. Egal ob lange oder kurze Reise: Einige Anbieter nehmen ab einem gewissen Alter keine Versicherten mehr neu auf oder berechnen einen sogenannten Alterszuschlag. Experten der Deutschen Vermögensberatung empfehlen Senioren bei der Suche nach dem passenden Auslandskrankenversicherungsschutz darauf zu achten, ab welchem Alter der Versicherer den Alterszuschlag erhebt. Besonders über 60-Jährige können durch einen Preisvergleich mehrere hundert Euro einsparen. Der Preis allein sollte allerdings nicht entscheiden: Zu günstige Tarife haben oft Mängel – zum Beispiel werden Leistungen für chronische Erkrankungen teilweise ausgeschlossen. Übrigens: Auch bei der Krankenversicherung spielt der Wohnsitz eine Rolle. Manche Auslandskrankenversicherungen greifen nicht in Ländern, in denen der Versicherte einen Wohnsitz angemeldet hat – auch wenn es nur ein Zweitwohnsitz ist.

Zur Pflegeversicherung: Viele Pflegebedürftige, insbesondere mit Pflegestufe 1, sind noch in der Lage zu reisen. Sie können sich in der Regel darauf verlassen, dass auch bei Auslandsaufenthalten das frei verwendbare Pflegegeld weitergezahlt wird. Aber aufgepasst: In einigen Ländern außerhalb der EU, wie zum Beispiel der Türkei oder Marokko, ist damit nach sechs Wochen Schluss. Außerdem übernimmt die Pflegeversicherung im Ausland meist nicht die Kosten für ambulante Pflegesachleistungen, wie etwa die Hilfe beim Waschen oder Anziehen. „Wer also in Deutschland bisher Pflegesachleistungen bezogen hat, sollte vor längeren Auslandsreisen rechtzeitig prüfen lassen, ob ein Wechsel auf das sogenannte Pflegegeld sinnvoller ist“, raten die DVAG-Experten.

Quelle: <http://www.dvag-presseservice.de/2015/11/05/mallorca-frankreich-usa-ueberwintern-im-ausland-wirkt-sich-auf-rente-und-versicherungen-aus/#more-10649>

02 Neue Broschüre zum Heimrecht erschienen

Diese Broschüre des Deutschen Verein für öffentliche und private Fürsorge e.V. sammelt auf über 500 Seiten den Text des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes (WVBG) sowie die 16 Landesgesetze der Bundesländer zum Heimrecht. Bei den Vorschriften wurde jeweils der aktuelle Stand berücksichtigt (Stand: September 2015). Sie können die Textausgabe der Broschüre „Heimrecht“ (1. Aufl. 2015 ; ISBN: 978-3-7841-2640-1 ; Herausgeber: Deutschen Verein für öffentliche und private Fürsorge e.V. und Lambertus-Verlag) im Buchhandel oder im Buchshop des Deutschen Vereins (Link siehe unten) zu einem Preis in Höhe von 12,90 € - für Mitglieder - nur 9,90 € erwerben.

https://www.deutscher-verein.de/de/buchshop-textausgaben-zum-sozialrecht-1540.html?PAGE=artikel_detail&artikel_id=200

03 6 Tipps zur rückengerechten häuslichen Pflege Angehöriger

Viele pflegende Angehörige sind gerade zu Beginn der Pflegesituation hohen körperlichen Belastungen ausgesetzt. Ihnen fehlen häufig noch Erfahrungen, Wissen und Unterstützung, um mit ihren Kräften haushalten zu können. Das kann insbesondere für den Rücken schmerzhaft Konsequenzen haben. Die Präventionskampagne "Denk an mich. Dein Rücken" gibt Pflegepersonen sechs Tipps, die den Rücken entlasten: 1. **Hilfsmittel nutzen:** Pflegende Angehörige haben Anspruch auf eine Reihe von Hilfsmitteln, die ihre körperliche Belastung reduzieren. Die Pflegekassen beraten kostenfrei. 2. **Rückenge-**

rechte Arbeitshöhen einstellen: Ob Bett, Bügelbrett oder Küche, viele Möbel sind höhenverstellbar. 3. **Arbeitsabläufe organisieren:** Eine gute Planung der Bewegungsabläufe hilft dabei, unnötige Wege und Belastungen zu vermeiden. 4. **Stolperfallen vermeiden:** Stolpern, Rutschen, Stürzen gehören zu den häufigsten Unfallarten während der häuslichen Pflege. 5. **Auf das richtige Schuhwerk achten:** Geschlossene Schuhe, die beim Tragen nicht hin und her rutschen, geben mehr Standsicherheit und entlasten die Rückenmuskulatur. 6. **Gymnastik machen:** Regelmäßige Bewegungspausen während der Pflege helfen, die Rückenmuskulatur zu lockern und zu stärken.

Weitere Informationen geben auch die folgenden Broschüren für pflegende Angehörige: <http://das-sichere-haus.de/broschueren/pflegende-angehoerige> und http://www.deinruecken.de/dein_ruecken_kampagne/sondernavigation/presse_pressemitteilungen/pressemitteilungen/10_november_2015/20151110_pflege.jsp

04 CD-ROM: Informationen für behinderte Menschen

Diese CD beinhaltet mehrere Broschüren mit Informationen für behinderte Menschen. Sie wurde wieder auf einen aktuellen Stand gebracht.

Die CD kann über folgenden Link kostenfrei bestellt werden:

http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMAS/c720-informationen-fuer-behinderte-menschen_87724.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.

05 Unsere Waldbäume

Passend zur Posterserie gibt es das Lehrerhandbuch "Unsere Waldbäume". Es soll Ihre Recherche erleichtern. Jedes Bildelement der Poster ist hier mit einem Hintergrundtext unterlegt. Sie finden Wissenswertes und Skurriles sowie ökologische Hintergründe und ein Überblick über unterschiedliche Facetten der Forstwirtschaft.

Die Broschüre (92 Seiten) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMELV/UnsereWaldbaeume_6966956.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.

06 Demenz. Das Wichtigste - Ein kompakter Ratgeber

Der neue Ratgeber „Demenz. Das Wichtigste“ der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (DAIzG) vermittelt in kompakter Form Informationen, die erklären, was „Demenz“ und „Alzheimer“ bedeuten und was getan werden kann, um Betroffenen und ihren Familien das Leben zu erleichtern.

Der Ratgeber der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (1. Auflage 2015, 64 Seiten) kann kostenlos über folgenden Link bestellt werden (die Alzheimer Gesellschaft ist für eine Spende dankbar):

<https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren>

oder bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. (DAIzG) Friedrichstr. 236, 10969 Berlin Tel.: (030) 259 37 95 - 0, E-Mail: info@deutsche-alzheimer.de

07 „Behörden Spiegel“

Bei Deutschlands älteste und grösste unabhängige Zeitung für Behörden, dem „Behörden Spiegel“ ist die November-Ausgabe erschienen. Schwerpunkt der Berichterstattung

sind die Themen Europa und wieder, wie im Oktober, Flüchtlinge, z.B.: „Den Nebel lichten – Flüchtlingskrise: Mit intelligenten Investitionen politische Weitsicht gewinnen.“ oder „Frankreich hinkt hinterher – Asylverfahren dauern im Schnitt zwei Jahre.“

Der „Behörden Spiegel“ erscheint monatlich. Sie können aktuelle Artikel über folgenden Link lesen: <http://www.behoerden-spiegel.de/icc/c/Startseite>

Natürlich kann man auch die gedruckte Version der Zeitung für 24,- € pro Jahr inkl. Versand abonnieren: <http://www.behoerden-spiegel.de/Die-Zeitung/Abonnement>

08 WDR will Sendereihe für Senioren in 2016 streichen

Die Sendereihe „Mittendrin – in unserem Alter“ (siehe unten 09) im Radioprogramm des WDR 4 soll 2016 eingestellt werden. Für viele Seniorinnen und Senioren war sie eine informative Unterhaltung zum samstäglichen Frühstück.

Wenn auch Sie diese Sendereihe für die Senioren gut finden und eine Einstellung bedauern würden, schreiben Sie an den Sender WDR zum Beispiel: „Ich möchte, dass die Sendereihe des WDR 4 für Senioren „Mittendrin – in unserem Alter“ bestehen bleibt und möglichst auf eine tägliche informative Sendung für Senioren zur Frühstückszeit ausgeweitet wird.“

Nicht jedes Thema war für jede Seniorin bzw. für jeden Senioren gleich interessant, doch wurde und wird immer Wissenswertes geboten. Die Tipps und Anmerkungen am Ende jeder Sendung sind auch stets aktuell und interessant.

Kontakt zum WDR 4:

WDR 4 ; Westdeutscher Rundfunk Köln ; 50600 Köln ; Tel. 0221-567 89 444 ;

Fax 0221-567 89 440

http://www.wdr4.de/ratgeber/mittendrin_inunseremalter/kontaktwdr4mittendrin100.html

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:

21.11.2015 Habe Häuschen. Da würden wir leben. - Partnersuche 50plus – von Heike Sicconi

28.11.2015 Vom alten Eisen zum Silver Ager - Deutschlands Senioren - von Sigrid Müller

05.12.2015 Ja, ich will! – Vom Bund fürs Leben - von Alexandra Rank

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

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

Postanschrift: BRH-aktuell, c/o Riedel, Dreiningfeldstr. 32, 48565 Steinfurt