

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)

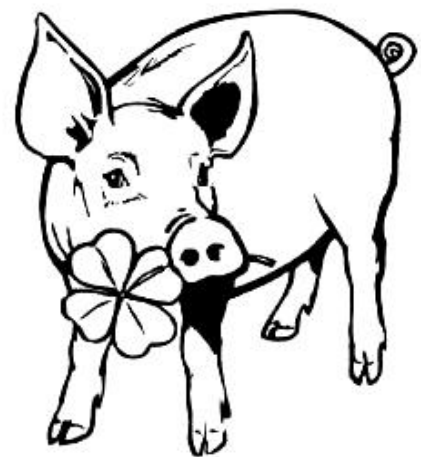
V.i.S.d.P. Dr. Riedel

Nr. 24/2015

31.12.2015

- 01 Weiter Mitgliederschwund bei allen politischen Parteien**
- 02 Zahl der Pflegebedürftigen steigt stärker als erwartet**
- 03 Mangelnde Transparenz durch Prüfberichte von Pflegeheimen**
- 04 Winterdepression: Trüben Tagen die Stirn bieten**
- 05 Schluss mit lustig? - Postkarte zum Karikaturenwettbewerb**
- 06 Mütter des Grundgesetzes**
- 07 Leserbrief: Zum Thema Klimawandel**
- 08 Ratgeberbuch: Windows 10 für Senioren von Peter Weverka**
- 09 Hör Tipp zum Frühstück**
- 10 Mitmachen – Nicht meckern!**

Allen Lesern stets Gesundheit, viel Glück und Erfolg im neuen Jahr!



01 Weiter Mitgliederschwund bei allen politischen Parteien

Auch im zu Ende gehenden Jahr sind die Parteien weiter geschrumpft. Die Kaste der Parteipolitiker findet bei den Bürgern keine Anerkennung mehr und kann diese nicht mehr angemessen vertreten. Im Frühjahr 2015 gaben rund 64 % der Befragten an, dass sie den politischen Parteien eher nicht vertrauen. Politiker allgemein bekamen auch bei der neusten Forsa-Bürgerbefragung öffentlicher Dienst sehr geringes Ansehen attestiert. Politiker erscheinen so Manchem als

Schwätzer, die Kriminellen und Ausbeutern wegen des persönlichen Vorteils die Hand vor den Arsch halten. Aber auch Gewerkschaftsfunktionäre haben in der Bevölkerung ein ähnlich schlechtes Ansehen. Trotzdem hat der dbb beamtenbund und tarifunion bei den Mitgliederzahlen auch 2015 weiter zugelegt. Zum Jahresende (Stand: 1. Dezember 2015) verzeichnete der gewerkschaftliche Dachverband insgesamt 1.294.402 Mitglieder, 11.573 mehr als zum gleichen Zeitpunkt des Vorjahres. Damit hat allein der dbb beamtenbund und tarifunion mehr Mitglieder als alle im Bundestag vertretenen Parteien zusammen. Zwar leiden die DGB-Gewerkschaften auch an ständigem Mitgliederschwund. Doch kann man die Gruppe der 6 Millionen Mitglieder eher als eine „Volkspartei“ bezeichnen, als den noch nicht einmal einprozentigen Bevölkerungsanteil bei CDU oder SPD. Die Vertreter der anderen „Promille-Parteien“ sollten sich verschämt in die Ecke stellen, anstatt die Bevölkerung zu belabern. Bei jeder Bundestags-, Landtags- und Kommunalwahl fragen sich zu viele Wähler: Wie wähle ich das kleinste Übel? Eine Gruppe, die nicht Mitglieder in angemessener Anzahl rekrutieren kann ist auch nichts wert. Dies muss sich auch jedes Mitglied im Seniorenverband BRH vor Augen führen.

02 Zahl der Pflegebedürftigen steigt stärker als erwartet

Die Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland steigt stärker als bisher vorausgesagt. Im Jahr 2060 werden geschätzt 4,52 Millionen Menschen gepflegt werden. Das sind 221.000 mehr, als bisherige Prognosen erwarten ließen. Den größten Anteil daran werden pflegebedürftige Männer mit 176.000 stellen. Dies geht aus dem neuen Barmer GEK Pflegereport hervor. Die Studie zeigt zugleich, dass der Anteil hochbetagter Pflegebedürftiger drastisch wachsen wird. 60 Prozent der pflegebedürftigen Männer und 70 Prozent der pflegebedürftigen Frauen werden im Jahr 2060 85 Jahre oder älter sein. Heute liegen die entsprechenden Werte bei 30 beziehungsweise 50 Prozent. Der Anteil der Pflegebedürftigen in Pflegestufe I nahm kontinuierlich zu, von 46,3 Prozent im Jahr 1999 auf 56,1 Prozent im Jahr 2013. Die Anteile in Pflegestufe III nahmen von 14,5 Prozent auf 11,9 Prozent und in Pflegestufe II von 39,2 auf 32,0 Prozent ab. Die "Pflegelast" je Pflegebedürftigen nimmt also ab.

Quelle: <https://presse.barmer-gek.de/barmer/web/Portale/Presseportal/Subportal/Presseinformationen/Aktuelle-Pressemitteilungen/151117-Pflegereport/Barmer-GEK-Pflegereport-2015.html>

Vollständige Internet-Adresse in die Adressleiste des Browsers kopieren!

03 Mangelnde Transparenz bei Prüfberichten von Pflegeheimen

Für bessere Transparenz verlangt der Gesetzgeber, dass alle Pflegeheime einmal jährlich vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen überprüft werden. Gleichzeitig hat er bestimmt, dass ab 2009 die Prüfergebnisse in verbraucherfreundlicher Form im Internet als Orientierungshilfe veröffentlicht werden müssen. Die Pflegeselbstverwaltung, die vom Gesetzgeber beauftragt wurde, die Veröffentlichungsregelungen zu erstellen, hat für ambulante Dienste und vollstationäre Einrichtungen festgelegt, wie geprüft wird und wie die Ergebnisse veröffentlicht werden. Doch wurden damals die teilstationären Heime bei der Frage der Veröffentlichung der Prüfergebnisse ausgeklammert. Mittlerweile ist die Zahl dieser Einrichtungen stetig gestiegen. Von den über 14.000 Einrichtungen in Deutschland bieten etwa 3.500 Heime teilstationäre Pflege an. Das bedeutet Unterbringung und Betreuung während der Nacht oder stundenweise am Tag. Die Zahl dieser Einrichtungen wächst kontinuierlich. Zwei von drei Neugründungen bieten heute teilstationäre Pflege an. Diese Art von Einrichtungen wird zwar geprüft, aber die Prüfergebnisse werden nicht veröffentlicht. Von Transparenz kann man hier nicht mehr sprechen. Die Pflegeselbstverwaltung muss kurzfristig korrigierend eingreifen.

Quelle: http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Newsletter/2015/BIVA_PM_Unveroeffentlichte_Pruerferichte.pdf

04 Winterdepression: Trüben Tagen die Stirn bieten

Die kurzen und dunklen Tage beeinflussen unsere Stimmung, viele Menschen fühlen sich antriebslos und müde. Sie leiden an einem gesteigerten Schlafbedürfnis, einer ge-

drückten Stimmung und haben ein erhöhtes Verlangen nach Süßigkeiten. Grund für dieses Stimmungstief ist vor allem der jahreszeitlich bedingte Lichtmangel. Kürzere Tage und insgesamt weniger Tageslicht führen zu einem erhöhten Melatonin-Spiegel, der unseren Schlafrhythmus steuert und müde macht. Gleichzeitig wird die Produktion des Glückshormons Serotonin verringert. Die wichtigste Gegenmaßnahme ist Tageslicht, auch bei schlechtem Wetter. Ein grauer Dezember- oder Januartag ist immer noch heller als das künstliche Licht in den eigenen, wenn auch gemütlichen und warmen vier Wänden. Tägliche Spaziergänge an der frischen Luft bringen zudem den Kreislauf in Schwung. Zum Frühjahr hin, wenn die Tage wieder länger werden und die Sonne sich öfter blicken lässt, verschwindet dieses seelische Tief meist spontan wieder.

Quelle: <https://presse.barmer-gek.de/barmer/web/Portale/Presseportal/Subportal/Presseinformationen/Aktuelle-Pressemitteilungen/151222-Winterdepression/Winterdepression.html>

05 Schluss mit lustig? - Postkarte zum Karikaturenwettbewerb

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend schenkt Ihnen, wenn Sie mögen, Postkarten mit 6 verschiedenen Motiven aus dem Karikaturenwettbewerb „Schluss mit lustig?“ Nicht jeder mag jedes Motiv leiden. Sie können auf der Angebotsseite auswählen und pro Motiv max. 5 Karten bestellen.

Bestellung über folgenden Link (unten auf der Seite können weitere Motive angewählt werden):

http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMFSFJ/Schluss-mit-lustig-Postkarte-Sitzplatz_222318.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 Mütter des Grundgesetzes

Die Broschüre gibt einen Einblick in die Ausstellung "Die Mütter des Grundgesetzes". Aus Anlass des 60. Jahrestages der Gründung der Bundesrepublik präsentiert das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend die vier "Mütter des Grundgesetzes", Helene Weber, Elisabeth Selbert, Frieda Nadig und Helene Wessel.

Die Broschüre (27 Seiten) kann über folgenden Link gelesen oder bestellt werden:

http://www.bundesregierung.de/Content/Infomaterial/BMFSFJ/Muetter-des-Grundgesetzes_129440.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.

07 Leserbrief: Zum Thema Klimawandel

Im Leserbrief zum Klimawandel in Ausgabe 23/2015 wird endlich mal die Wahrheit (vertreten durch Dr. phil. Thüne) zum „Klimawandel“ auf den Tisch gelegt. Nur schade, dass man das Buch „Freispruch – für CO₂“ für 19,95 € nicht vor der Klimakonferenz in Paris den Delegationen zugestellt hat. Was hätte man da doch für Kosten sparen können. Selbst den bisher größten Gegnern einer CO₂-Reduzierung, den USA und China, scheint es entgangen zu sein. Wahrscheinlich wollten alle viel lieber nach Paris und zu den Vorkonferenzen reisen, als nur ein Buch zu lesen und auf der Grundlage, Entscheidungen zu treffen. Schade um die Geldverschwendung!

Mich erinnert der Leserbrief an einen Autofahrer, der im Verkehrsfunk hört: „Achtung, auf der A2 zwischen Herford und Ostwestfalen-Lippe kommt ihnen ein Falschfahrer entgegen!“ „Was“, sagt der Autofahrer, „einer? Hunderte!“

Uwe Neiss, Bad Salzuflen

08 Ratgeberbuch: Windows 10 für Senioren von Peter Weverka

Vielen Computernutzern wird das Betriebssystem Windows 10 von Microsoft teilweise kostenlos angeboten. Doch jeder Wechsel bei Windows erfordert Umstellung und Neulernen. Mit dem Ratgeberbuch „Windows 10 für Senioren“ aus der Dummies-Reihe vom Wiley-VCH Verlag (von Judith Muhr ins Deutsche übersetzt) werden Sie sich schnell im neuen Betriebssystem zurechtfinden. Schritt für Schritt mit erklärenden Abbildungen wird beschrieben, wie Sie mit der neuen Startseite umgehen können, wie Sie Drucker und andere Geräte anschließen, wie Sie weitere Programme installieren, mit dem neuen Browser „Edge“ im Internet arbeiten, Briefe und E-Mails schreiben und empfangen, Dokumente, Fotos, Musik und Videos abrufen bzw. bearbeiten und verwalten. Für Senioren besonders hilfreich sind Kapitel wie „Windows 10 warten und pflegen“ oder „Dateien sichern und wiederherstellen“. Ein ausführliches Stichwortverzeichnis hilft den Ratgeber auch als Nachschlagebuch zu verwenden. Da Windows 10 unangemessen neugierig ist und besonders Senioren ungern zu viel über sich preisgeben, wünscht man sich bei der Anleitung für die Installation vom neuen Windows noch ausführlichere Hilfen. **Der Wiley-VCH Verlag stellt 3 Exemplare des Buches zur Verlosung unter den Lesern von BRH-AKTUELL zur Verfügung. Interessierte melden sich bitte bis zum 12.01.16 per E-Mail (brh-aktuell@gmx.de) zur Verlosung an.** Alle können diesen hilfreichen Ratgeber im Buchhandel erwerben: Weverka, Peter: Windows 10 für Senioren: für Dummies – Weinheim: Wiley-VCH. 1. Aufl. 2016, € 19,99, ISBN:978-3-527-71142-0

09 Hörtipp 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:

- 02.01.2016 Aufräumen, entrümpeln, sich verabschieden - Vorsätze fürs Neue Jahr - von Uwe Möller
- 09.01.2016 Keine dummen Fragen – Computertipps für digitale Neuländer - von Anne Schneider
- 16.01.2016 Menschen machen Medien - Senden, schreiben, fotografieren – von Thomas Kalus
- 23.01.2016 Vokal und instrumental - Musik macht das Leben schön(er) – von Nurit Seewi

Wer am Samstagmorgen lieber länger schläft oder die morgendliche Gymnastik-Sendung im Bayerischen Fernsehen Mo bis Fr von 08:35 bis 08:50 Uhr, Sa 08:45 bis 09:00 Uhr nicht verpassen möchte, kann sich später die Mittendrin-Sendung auf der [Webseite des WDR 4](http://www1.wdr.de/radio/podcasts/wdr4/podcast_uebersicht_wdrvier100.html) anhören und herunterladen: http://www1.wdr.de/radio/podcasts/wdr4/podcast_uebersicht_wdrvier100.html

Dies hat für manchen auch den Vorteil, dass er nicht die ganze Musik mit anhören muss sondern die Information in ca. 15 min statt in 50 min geboten bekommt.

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