

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte



1/11/2010

Empfehlen
Sie uns!



Wer blau macht

weiß das Wissenschaftliche Institut der AOK (WIdO) nicht. Aber was krank macht im Beruf. >>

■ **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...

■ **Kreativ sein** – aber wie? Diplompsychologe Dr. Jörg Lauterberg erklärt im Interview die richtigen Techniken. Jawohl: Kreativität hat auch etwas mit Technik zu tun.

weiter auf Seite 3 >>

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

weiter auf Seite 4 >>

Im neuesten „Fehlzeiten-Report 2010“ kommen AOK-Institut und Universität Bielefeld, die den Report gemeinsam herausgeben, zu einer erstaunlichen Erkenntnis: Menschen mit Migrationshintergrund haben deutlich öfter gesundheitliche Beschwerden und sind häufiger krank.

Warum?

Beschäftigte mit ausländischen Wurzeln sind vergleichsweise größeren körperlichen Belastungen ausgesetzt und fühlen sich weniger von Vorgesetzten unterstützt. Dies ist das Ergebnis einer im Fehlzeiten-Report vorge-

stellten Befragung in 500 Betrieben. Als Beispiel nennt der Fehlzeiten-Report einen bayerischen Betrieb, dessen türkische Beschäftigte häufiger krank waren als die

**„BESSERES BETRIEBSKLIMA:
WENN DER KOCH ANDERS KOCHT
UND DER VORGESETZTE
ANDERS SPRICHT“**

deutschen Kollegen. In Zusammenarbeit mit der AOK Bayern hat das Unternehmen neben körperlich anstrengender Akkord- und Schichtarbeit weitere Belastungen gefunden: Ungleiche Behandlung durch Vorgesetzte, Sprachprobleme sowie starre Arbeitszeiten während des islamischen Fastenmonats Ramadan.

Gemeinsam mit der Belegschaft hat der Betrieb Lösungen gefunden: Es gibt Wunschschichten während der Feiertage, vier Wochen Betriebsurlaub zum längeren Aufenthalt in der türkischen Heimat sowie internationale Gerichte in der Kantine. Und: Einige Führungskräfte lernen jetzt Türkisch.

Die Folge: Der Krankenstand ist gesunken, das Betriebsklima deutlich besser geworden. ■

Ausländische Mitarbeiter fühlen sich stärker belastet

Gesundheitliche Beschwerden bei Vollzeitbeschäftigten nach Migrationshintergrund

Anteil in Prozent

	Deutsche ohne Migrationshintergrund	Deutsche mit Migrationshintergrund	Ausländer
Schmerzen im unteren Rücken	42,2	50,1	50,1
Schmerzen im Nacken-Schulterbereich	44,0	49,6	51,9
Kopfschmerzen	27,7	34,5	35,9
Nächtliche Schlafstörungen	20,5	25,4	21,9
Allgemeine Müdigkeit, Mattigkeit und Erschöpfung	43,0	49,7	57,8
Nervosität und Reizbarkeit	27,7	33,1	34,1
Niedergeschlagenheit	18,6	21,2	20,8

Im Vergleich zu deutschen Arbeitnehmern berichten Beschäftigte mit Migrationshintergrund häufiger über gesundheitliche Beschwerden. Beispielsweise haben rund 50 Prozent Schmerzen im unteren Rücken. Bei den Deutschen sind es rund 42 Prozent.

Quelle: Fehlzeiten-Report 2010



TOP

Fritz Schösser, Vorsitzender des Verwaltungsrats der AOK Bayern,



hatsich für die Beibehaltung des Sachleistungsprinzips ausgesprochen. Beim Sachleistungsprinzip reicht die Krankenversichertenkarte – bei der Kostenerstattung erhält der Versicherte eine Rechnung vom Arzt, die er sich dann von der Krankenkasse – Wochen später – zurückerstatten lässt. Hierbei besteht die Gefahr, dass in der Rechnung Positionen auftauchen, die die Kasse nicht bezahlen darf. Schösser: „Wer eine Rechnung haben will, erhält sie auf Wunsch schon heute“. Lediglich 0,2 Prozent der Versicherten machen davon jedoch Gebrauch.



FLOP

Die Zahl der Minijobber nimmt weiter zu: Rund 4,9 Millionen Menschen arbeiten ausschließlich in Minijobs (bis zu 400 Euro Verdienst im Monat), weitere 2,3 Millionen gehen zu ihrer normalen Beschäftigung noch einem Minijob nach. 2003 waren es noch 1,3 Millionen Menschen. Zwei Drittel aller Minijobber im gewerblichen Bereich sind Frauen, in privaten Haushalten sind es sogar 92 Prozent.

INTERVIEW



DR. JÖRG LAUTERBERG
Psychologe und Arzt

Der eilige Umweg

Warum sind manche kreativ, andere nicht?

Lauterberg: Fast jeder ist kreativ – mit der richtigen Technik und wenn die Umstände Kreativität fördern.

Auch bei der Arbeit?

Lauterberg: Ja. Kreativität bei der Arbeit bedeutet vor allem, aus eingefahrenen Gleisen herauskommen und in neue Richtungen denken. Das können alle Menschen – manche nur etwas besser als andere. Einer

meiner Lieblingssätze stammt vom Universalkünstler Francis Picabia: „Der Kopf ist rund, damit das Denken die Richtung wechseln kann.“

Was behindert Kreativität?

Lauterberg: Zeitdruck, Leistungs- und Erfolgszwang. Wichtig ist: Distanz zum Problem gewinnen, Pausen machen und neue Eindrücke zulassen. Manchmal macht es auch Sinn, den Sitzungsort außerhalb des Arbeitsumfeldes zu wählen. Oder

den Dialog mit Vordenkern aus anderen Branchen zu suchen, um auf neue Ideen zu kommen.

Und in der Gruppe?

Lauterberg: Hier ist die Angst vor Kritik eine Bremse. Die wichtigste Regel: Nichts wird bewertet, es wird nur gesammelt. Brainstorming ohne Maulkorb, Fußfesseln und Handschellen. Wichtig ist, zukunftsorientierte Fragen zu stellen. Nicht „Warum

haben wir vergangenes Jahr so viele Kunden verloren?“, sondern „Wie können wir neue Kunden gewinnen?“ muss die Frage lauten.

Noch mehr Techniken?

Lauterberg: Zum Beispiel die Kopfstand-Technik. Die Frage wird in ihr Gegenteil verkehrt: „Was müssen wir

67 % FÜR MINDESTLOHN

Rund zwei von drei Deutschen (67 Prozent) wünschen sich einen allgemeinen Mindestlohn. Dies hat der Bundesverband der Arbeitnehmer nach einer Befragung von 1000 Menschen über 18 Jahren festgestellt.

tun, um Kunden zu vergraulen?“ Aus den Antworten lassen sich neue Ansätze zur Problemlösung herauslösen. Dass sich Umwege zum Wecken von Kreativität lohnen, wussten übrigens schon die alten Chinesen: „Wenn du in Eile bist, mache einen Umweg“, sagt ein altes Sprichwort. ■



STEUERTIPP

500 Euro steuerfrei

Ob in bar oder als Sachleistung: Der Arbeitgeber kann Gesundheitsförderung pro Mitarbeiter mit bis zu 500 Euro im Jahr fördern – steuer- und sozialabgabenfrei. Und es ist auch gleichgültig, ob die Maßnahmen im Betrieb oder außerhalb stattfinden. Sie müssen nur Qualitätskriterien entsprechen, die im „Leitfaden Prävention“ der gesetzlichen Krankenkassen festgelegt sind. Der Leitfaden nennt vier Felder: Bewegung, Ernährung, Stress und Sucht. Auskunft darüber, ob ein bestimmtes Angebot die gesetzlichen Vorschriften erfüllt, gibt Ihnen Ihre AOK vor Ort. Dort erfahren Sie auch alles über AOK-Angebote zur betrieblichen Gesundheitsförderung. ■



BRANDAKTUELL

Zum 1. September 2010 sind neue Festbeträge für viele Arzneimittel in Kraft getreten. Dadurch sind einige bisher zuzahlungsfreie Wirkstoffe aus der Befreiung gerutscht. Erfahrungsgemäß passen die Hersteller ihre Preise aber zeitnah an, so dass auch die meisten dieser Medikamente bald wieder zuzahlungsfrei erhältlich sein dürften. Zuzahlungsfrei sind Medikamente, deren Preis mindestens 30 Prozent unter dem Festbetrag liegt.
Liste der zuzahlungsfreien Medikamente



AOK-AKTUELL

Neue Beitragssätze Die angekündigten Beitragssatzerhöhungen für die Krankenversicherung von 14,9% auf 15,5% ab 2011 sind nach Auffassung der AOK eine „unaufschiebbare Notoperation“. Erwartet wird im Jahr 2011 ein Defizit zwischen 9 und 11 Milliarden Euro. Die Erhöhung des Beitragssatzes vermindert das Defizit um rund 6 Milliarden Euro.



Richtig bewerben

Noch sind nicht alle Ausbildungsplätze vergeben Wer seinen Traumjob noch nicht gefunden hat, sollte sich auf das Bewerbungsgespräch gut vorbereiten. Die AOK hilft dabei: Wie ziehe ich mich an, welche Körperhaltung sollte ich vermeiden, was frage ich meinen eventuell neuen Chef? Kennen Sie jemand, der sich bewerben möchte? Geben Sie ihm folgende Adresse:

www.aok4you.de

Empfehlen Sie uns!



FRAGE - ANTWORT

Wie viele Menschen gehen neben ihrer normalen Berufstätigkeit noch einem Minijob nach?

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

Einsendeschluss:
26. November 2010
Antwort (mit Adresse) an:
aok-original@kompart.de
Gewinner des letzten Preisrätsels:
Noch keiner. Wir fangen ja erst an.



LINKS

Interessante Links:

- für aktive Arbeitnehmer www.aok.de/portale/bundesweit/sportpartner/html/
- Brutto-/Nettolohnrechner 2010: aok-business.de/gehaltsrechner



DER AOK-TIPP

Arbeitnehmer haben das Recht, bis zu 10 Tage lang von der Arbeit fernzubleiben, wenn ein naher Angehöriger zum Pflegefall wird. Diese „kurzzeitige Arbeitsverhinderung“ muss beim Arbeitgeber lediglich wie bei einer Arbeitsunfähigkeit mitgeteilt werden. Der Arbeitgeber kann eine ärztliche Bescheinigung über die Pflegebedürftigkeit verlangen. Das Arbeitsentgelt wird in dieser Zeit nicht weiterbezahlt.

Mehr Infos >>



Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken



*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen