

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte



Ausgabe 1/1/2011

**Empfehlen
Sie uns!**

■ 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...

■ Der Tipp fürs neue Jahr: Richtig essen statt „fressen“ im Job. So ganz ohne Currywurst muss es aber auch nicht sein.

auf Seite 3 >>

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

auf Seite 4 >>



Hals- und Beinbruch

wünschen wir Ihnen allen für 2011. Aber was passiert, wenn es tatsächlich passiert ist? Und wenn der Gips länger als sechs Wochen dranbleibt? >>

Schnell passiert: Zum Beispiel ein komplizierter Beinbruch. Lange krank: Sechs Wochen oder mehr. Dem Kollegen geht es dann eigentlich schon recht gut – er ist aber noch krank geschrieben. Was kann der Betriebs- oder Personalrat tun?

Zum Beispiel für eine stufenweise Wiedereingliederung des erkrankten Kollegen werben.

Da ist zum einen der Kollege selbst: Er entscheidet, ob er sich stufenweise wieder an seine alte Leistungsfähigkeit herantasten

möchte – oder nicht. Das beste Argument dafür: Wir brauchen dich!

Dann wäre da der Arbeitgeber, der ebenso wie der Kollege frei entscheiden kann, ob er eine Wiedereingliederungsmaßnahme anbieten will – oder nicht. Hier zählen sogar zwei gute Argumente: Zum einen kostet ihn das

nichts, da der Arbeitnehmer krank geschrieben bleibt und weiter Krankengeld erhält. Zum anderen wird der Beschäftigte schneller wieder an seine alte Leistungsfähigkeit herange-

führt: Fachkräftemangel! **Auch die gesunden Kolleginnen und Kollegen** müssen davon überzeugt werden: Sie haben zwar keine Wahlmöglichkeit, können dem Kranken aber täglich behilflich

sein.

Das letzte Wort spricht der behandelnde Arzt: Er legt individuell fest, wie lange die Wiedereingliederungsmaßnahme dauert, welche Arbeitszeiten dem Beschäftigten in der ersten, dann in der zweiten und in den nächsten Wochen zumutbar ist – und vor allem, welche Tätigkeiten er nicht verrichten sollte.

Möglich sind für den Betriebsrat selbstverständlich Betriebsvereinbarungen; je nach Arbeitgeber kann die Mitarbeiter-Vertretung zusätzliche Leistungen aushandeln – zum Beispiel technische Hilfsmittel. Wichtig ist: Der Beschäftigte bleibt krank geschrieben. Er kann zum Beispiel nicht gezwungen werden, an der betriebsüblichen Zeiterfassung teilzunehmen.

Die AOK-Geschäftsstelle hilft ihren Versicherten und den Firmen bei der Organisation und bei den Formalitäten.

Ein praktisches Handbuch mit vielen Tipps finden Sie hier im pdf-Format: http://www.bar-frankfurt.de/upload/Arbeitshilfe_Wiedereingliederung_222.pdf

**DAS BESTE ARGUMENT:
WIR BRAUCHEN DICH!**



TOP

Das mehrheitliche Votum der Hausärzte, ihre Kassenzulassung nicht zurückzugeben, sieht die AOK Bayern als wichtige Voraussetzung für die Weiterentwicklung der hausarztzentrierten Versorgung im Freistaat. „Hoppenhaller's deutliches Scheitern bietet die große Chance für einen Neuanfang“, so Fritz Schösser, wechselseitiger Vorsitzender des Verwaltungsrats der AOK Bayern. Bayerische Patienten könnten damit rechnen, dass es 2011 Hausarztverträge geben wird, die versichertenfreundlich gestaltet sind. Auch wirtschaftliche Belange sollen darin ausreichend berücksichtigt sein. „Die Qualität der Behandlung ihrer Versicherten steht allerdings für die AOK Bayern an erster Stelle“, so Schösser. Die Idee der hausarztzentrierten Versorgung habe durch die gesundheitspolitische Geisterfahrt des Bayerischen Hausärzterverbandes (BHÄV) nicht gelitten. „Bei der Verhandlung neuer Verträge müssen Patienteninteressen Vorrang vor verbandspolitischen Kalkülen haben“, so Schösser.



FLOP

Zum Start ins neue Jahr 2011:
Nur Top – kein Flop.

Essen, nicht „fressen“ im Job

„Sich im Berufsalltag abwechslungsreich und ausgewogen zu ernähren steigert das körperliche und geistige Wohlbefinden“, sagt Anita Zilliken, Ernährungswissenschaftlerin bei der AOK. Dazu gehören regelmäßige Essenspausen.

Zwischen zwei Telefonaten ins Brot beißen oder vor der Besprechung ein Stück Pizza verschlingen, sollte die Ausnahme sein. Wer schnell und hastig isst (also eher frisst), schadet seiner Gesundheit: Der Magen wird belastet und der Genuss bleibt auf der Strecke. Für die Pause sollte man sich Zeit nehmen, an einen separaten Tisch oder in einen anderen Raum gehen. So können Sie besser abschalten und Energie schöpfen.

Der Tag sollte immer mit einem Frühstück beginnen. „Bekommen Sie morgens nicht viel herunter, trinken Sie ein Glas Milch, Obst- oder Gemüsesaft.“ Nach zwei bis drei Stunden sollte etwas gegessen werden: Joghurt, Obst oder ein Vollkornbrot eignen sich als kleine Zwischenmahlzeit. „Das Butterbrot hat nicht ausgedient, sondern lässt sich gut vorbereiten: mit Salatblättern, Tomaten- oder Gurkenscheiben aufpeppen“, so Anita Zilliken.

Wichtig ist, ausreichend zu trinken – nicht nur Kaffee, sondern Wasser und ungesüßte Tees. Ab und zu kann es auch ein Glas Saftschorle sein. „Trinken Sie etwa zwei Liter am Tag. So sind Sie konzentrierter, weniger müde und schlapp.“

Wer sich in der Kantine oder beim Imbiss versorgt, sollte wählerisch sein: gelegentlich eine Currywurst mit Pommes ist bei Menschen ohne Übergewicht kein Problem“, sagt die Ernährungsfachfrau. „Fastfood ist meist zu salzig und fett. Wer dazu greift, sollte Vitamine, Mineral- und Ballast-



stoffe durch Obst, Gemüse, Vollkorn- und Milchprodukte ergänzen.“ Schlechte Ernährung kann Konzentrationsmangel, Leistungsschwäche oder auch Müdigkeit mit sich bringen. Gemeinsame Essenspausen helfen, das zu vermeiden. Sie sind auch eine gute Möglichkeit, Kontakte zu pflegen. Und bei einem Spaziergang nach dem Essen wird der Kopf frei und der Kreislauf kommt in Schwung. Mehr dazu: www.aok.de > Gesundheit > Essen und Trinken

§ ÜBERSTUNDEN Pauschalklausel unwirksam

Eine vertragliche Klausel, dass „erforderliche Überstunden mit dem Monatsgehalt abgegolten sind“ widerspricht dem gesetzlichen Transparenzgebot und ist damit unwirksam.

So urteilte das Bundesarbeitsgericht (BAG) Ende vergangenen Jahres. Die Agentur epd sozial berichtet, dass ein Lagerangestellter laut Arbeitsvertrag bei einer wöchentlichen Arbeitszeit von 45 Stunden ein Monatsgehalt von 3000 Euro bekam. In der Arbeitszeit waren 7 Überstunden enthalten. Laut Vertrag waren weitere, darüber hinaus erforderliche Überstunden pauschal mit dem Gehalt abgegolten. Nach dem Ende der Beschäftigung wollte der Arbeitgeber die angesparten Überstunden nicht bezahlen. Dies sei jedoch unwirksam, urteilte das BAG. Der Arbeitnehmer habe daher Anspruch auf die Vergütung seiner Überstunden, insgesamt 1565,70 Euro. Außerdem lege die hohe durchschnittliche Wochenarbeitszeit nahe, dass mit weiteren „erforderlichen Überstunden“ die gesetzliche Höchstarbeitszeit überschritten wird.



AZ.: 5 AZR 517/09

GEMISCHTE EINKOMMEN

Private Haushalte in Deutschland hatten 2008 im Durchschnitt ein Nettoeinkommen von 2914 Euro zur Verfügung.

Allerdings habe sich laut statistischem Bundesamt die Einkommensschere zwischen West und Ost wieder weiter geöffnet. In den ostdeutschen Haushalten betrug das Nettoeinkommen mit 2292 Euro lediglich 75 Prozent des westdeutschen Satzes von 3056 Euro. Bei der Erhebung im Jahr 2003 waren es noch 77,5 Prozent.



62 Prozent der Haushaltseinkünfte stammten aus Erwerbseinkünften. 23 Prozent erhielten die Haushalte durch öffentliche Leistungen wie Kindergeld, Renten oder Hartz IV-Leistungen.



LINKS

Interessante Links zum Lesen....

- Die ersten Original-Newsletter verpasst? Hier geht's zum Archiv <http://www.aok-original.de/archiv.html>
- Check-up nach den Feiertagen <https://www.mashup-am-klinikum.de/Umfrage/index.php?sid=72429>

GEMISCHTE GEFÜHLE

Die Bürger blicken mit gemischten Gefühlen auf das Jahr 2011. Dies geht aus dem Sozialbarometer der Arbeiterwohlfahrt (AWO) hervor.

Einerseits wird die Lage auf dem Arbeitsmarkt von 61 Prozent der Bürger „eher zuversichtlich“ betrachtet, die wirtschaftliche Entwicklung sehen sogar 71 Prozent als gut an.

Gleichzeitig aber sind 57 Prozent der Bevölkerung „eher nicht zuversichtlich“ in Fragen der sozialen Absicherung. In Ostdeutschland ist die Stimmung „eher nicht zuversichtlich“, vor allem in Sachen Arbeitsmarkt mit 58 Prozent sowie bei der Aussicht auf eine ausreichende soziale Absicherung (65 Prozent).

DER AOK-TIPP

Die AOK Bayern bietet Patienten auf der Suche nach einem Krankenhaus im Internet ab sofort eine bislang einzigartige Orientierungshilfe für planbare Operationen an. Patienten, die ein künstliches Hüft- oder Kniegelenk bekommen sollen oder wegen eines Oberschenkelbruchs nahe dem Hüftgelenk operiert werden müssen, erhalten über den AOK-Krankenhausnavigator aussagekräftige Informationen über die Behandlungsergebnisse von über 160 bayerischen Krankenhäusern.

Mehr Infos >>



FRAGE - ANTWORT

Müssen Sie im Jahr 2011 komplett auf Currywurst verzichten?

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

Einsendeschluss:

14. Januar 2011

Antwort (mit Adresse) an:

aok-original@kompart.de

Gewinner des letzten Preisrätsels:

Bruno Schwarz

Personalratsvorsitzender, St. Oswald

Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken

Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken

*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen

