

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte



Ausgabe 7/1. April 2011

Empfehlen
Sie uns!

meine Lieben ...
ääh ... sehr geehrte
- nein, anders:
äh ...

Betriebs-Rede

Betriebs- oder Personalversammlung. Sie sind mit Ihrer Rede zuerst dran. Wie fangen Sie an? Wie hören Sie auf? Wie begeistern Sie die Belegschaft? >>

■ Man müsste besser reden können. So, dass die Belegschaft beeindruckt ist. Aber auch die Geschäftsführung. Gut reden kann man lernen. Einige Tipps hier.

auf Seite 2 >>

■ Viele Deutsche sind zu dick. Viele bewegen sich zu wenig – vor allem im Büro. Die AOK hat für alle Angebote. Einige Internetadressen

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 >>

Wer besser redet, hat mehr zu sagen

Der Anfang von allem: Jede gute Rede beginnt mit einem starken Satz, mit einer Gestik, mit einer Überraschung. Und jede gute Rede endet auch so.

Es gibt für einen guten Redeanfang unterschiedliche Möglichkeiten: Erzählen Sie etwas über sich selbst („Auf dem Weg hierher habe ich gesehen, dass Benzin schon wieder zehn Cent teurer geworden ist – unsere Leistungszulagen aber...“). Oder überraschen Sie Ihre Zuhörer mit einem Gegenstand, den Sie aus der Tasche ziehen („...so roh, wie dieses Ei ist unser Betriebsklima nicht, dennoch...“). Oder verwenden Sie einen Klassiker: „Bevor ich mit meiner Rede anfangen, habe ich Ihnen noch etwas Wichtiges zu sagen...“
Wichtig: Der Rede-Anfang muss zum Thema passen.

Die Fortsetzung. Ist der Anfang geglückt, bleibt die Stimmung erhalten – wenn Sie nicht in den Fehler verfallen, lange umständliche Sätze mit umständlichen Fachbegriffen zu formulieren. Kurze Sätze mit einfacher Sprache lassen

DAS GEHIRN IST EINE GROSSARTIGE SACHE. ES FUNKTIONIERT VOM AUGENBLICK DER GEBURT AN. BIS DU AUFSTEHST, UM EINE REDE ZU HALTEN ... Mark Twain

die Zuhörer nicht einschlafen. Sprechen Sie ins Publikum hinein – und sprechen Sie auch mal jemanden persönlich an – zum Beispiel den Chef. Nicht verletzend

– eher humorvoll-hintersinnig. Und: vermeiden Sie negative Formulierungen. Nicht: „Das haben wir noch nicht geschafft“, sondern: „Das werden wir in den nächsten Monaten sicher noch schaffen“.

Wichtig: lernen Sie, so gut es geht, Ihre Rede auswendig. So können Sie den Blick öfter vom Manuskript ins Publikum werfen. Und seien Sie zwischendurch auch mal emotional: Ziehen Sie Ihr Taschentuch, wenn Ihnen „zum Heulen“ ist, benutzen Sie Ihre Hände, um etwas zu unterstreichen.

Das Ende: Bedanken Sie sich nicht für die Aufmerksamkeit, sondern fassen Sie zum Beispiel die drei wichtigsten Punkte Ihrer Rede noch einmal zusammen: „Wir werden die Zeit nutzen, um erstens...zweitens...drittens...“). Und reden Sie nicht länger als 20 Minuten.

Mehr zum Thema hier.



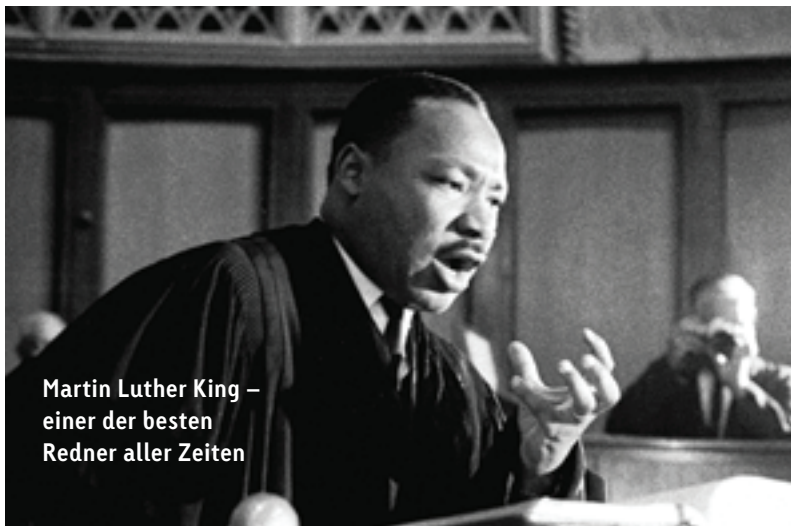
TOP

Niedriger Krankenstand. Die Arbeitsunfähigkeit von Arbeitnehmern und Selbständigen lag 2010 nach Hochrechnung mehrerer Krankenkassen wie im Vorjahr bei 3,3 bis 3,4 Prozent aller Beschäftigten. Die einzelne Arbeitsunfähigkeit verlängerte sich leicht von durchschnittlich 10,9 auf 11,3 Tage. Beschäftigte im Bildungssektor, bei Medien und im Kulturbereich haben mit 2,7 Prozent die geringsten Fehlzeiten. Beschäftigte in der öffentlichen Verwaltung und im Gesundheitswesen liegen mit vier und 3,9 Prozent an der Spitze. Deutliche Unterschiede gibt es zwischen Ost und West: Mit durchschnittlich 4,3 Prozent sind Arbeitnehmer in den neuen Bundesländern um fast ein Drittel häufiger und länger arbeitsunfähig als ihre westlichen Kollegen.



FLOP

Viele neue Jobs im Gesundheitswesen sind unterbezahlt. Nach einer Studie habe die Teilzeitarbeit von 2000 bis 2009 um 60 Prozent zugenommen. Die geringfügigen Beschäftigungsverhältnisse sind um 34 Prozent gewachsen. In der Gesundheitsbranche arbeiten mit 4,6 Millionen Menschen rund 12 Prozent der Erwerbstätigen in Deutschland.



Martin Luther King –
einer der besten
Redner aller Zeiten

Etwas mehr Bewegung tut gut

Die Befunde sind eindeutig: Wegen mangelnder Bewegung und zu energiereicher Ernährung sind mittlerweile rund 37 Millionen Deutsche zu dick. 50 Prozent der Erwachsenen sind körperlich kaum aktiv. Und im Beruf überwiegen Arbeiten in sitzender Tätigkeit.

Weil das so ist, setzt die Gesundheitskasse in den Betrieben an, um Bewegung nachhaltig in den Alltag von Berufstätigen zu integrieren. Das sind nicht immer spektakuläre Aktionen, sondern der Weg zu mehr Fitness beginnt mit kleinen Dingen, die man regelmäßig tut. Nehmen Sie sich die Zeit, wenn Sie das nächste Mal vor der Entscheidung zwischen Rolltreppe, Aufzug und Treppe stehen: Wählen Sie die Treppe.

Selten dauert der Weg dadurch länger, aber immer tun Sie etwas für

Ihre Gesundheit. Ganz einfach. Ihre AOK unterstützt Sie mit weiteren Angeboten, wie Sie Bewegung und Gesundheit in Ihren Alltag integrieren können.

Klicken Sie auf die Artikel.

Fit im Büro: Lassen Sie sich vom interaktiven Trainingsprogramm „Fit im Büro“ inspirieren, Ihren persönlichen Workout im Büro zu beginnen. Laden Sie sich den Bildschirmschoner herunter – so werden Sie immer daran erinnert.

Hier haben Sie als Betriebsrat üb-

rigens ein Mitbestimmungsrecht: Ob das während der Arbeitszeit passieren kann oder nur in den Pausen.

AOK-Sportpartner: Finden Sie Ihren perfekten Trainingspartner in Ihrer Region für den Sport nach Feierabend. Oder davor. Nutzen Sie die Sportpartner-Community, nette Leute zu treffen und gemeinsam in Bewegung zu kommen.

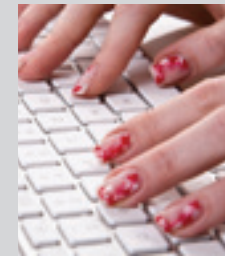
Ratgeberforum Fitness und Bewegung: Tauschen Sie sich aus – mit AOK-Experten und anderen Fitnessinteressierten. Fragen Sie, was Sie schon immer einmal fragen wollten.

Laufend in Form: Laufen Sie los - wann und wie Sie möchten. joggen Sie, walken Sie oder trainieren Sie für den Halbmarathon: Begleitet von Ihrer AOK und Herbert Steffny.



§ LANDESARBEITSGERICHT Farbige Fingernägel bleiben erlaubt

Arbeitgeber dürfen ihren Beschäftigten keine „einfarbigen Fingernägel“ oder „Haarfärbungen mit natürlich wirkenden Farben“ vorschreiben. Dies, so entschied das Landesarbeitsgericht Köln, verletze das Persönlichkeitsrecht der Arbeitnehmer und sei deshalb unwirksam.



Die Entscheidung des Landesarbeitsgerichts Köln betraf eine Gesamtbetriebsvereinbarung eines Unternehmens, das am Flughafen im Auftrag der Bundespolizei Fluggastkontrollen vornimmt. Damit die Beschäftigten

mit einem einheitlichen Aussehen auftreten, hatte das Unternehmen umfangreiche Vorschriften erlassen, die der Betriebsrat für unwirksam hielt.

Die Kölner Richter urteilten unterschiedlich: Während sie die Vorschriften, mit einfarbigen Fingernägeln und ohne Toupet zur Arbeit zu erscheinen für unwirksam erklärten, ließen sie die Anweisung, einen BH oder ein Unterhemd zu tragen, zu. Männlichen Mitarbeitern könne zudem die Anweisung gegeben werden, mit sauberen und gewaschenen Haaren sowie rasiert oder mit einem gepflegten Bart zur Arbeit zu erscheinen.

Az.: 3 TaBV 15/10 (LAG Köln)

KEIN HEIMCHEN AM HERD

Zuwanderer sind in Deutschland besser integriert als angenommen. Dies belegt eine Studie der Bertelsmann Stiftung. Neun von zehn Befragten mit Migrationshintergrund wollten beruflich weiterkommen. Vor allem junge Migranten bezeichneten sich selbst als „besonders erfolgs- und leistungsorientiert.“ Bei den Befragten ohne Migrationshintergrund legen dagegen lediglich 45 Prozent Wert auf berufliches Fortkommen. Für die repräsentative Umfrage wurden über 2000 Menschen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte befragt. Drei von vier Befragten mit ausländischen Wurzeln lehnen demnach die Vorstellung vom „Heimchen am Herd“ ab. Sie sind damit nicht konservativer als die Deutschen.



IM UNRUHESTAND

Viele Senioren wollen im Ruhestand durch ehrenamtliche Arbeit aktiv bleiben. Dies ergab eine Studie, an der auch der „Senior Experten Service“ (SES) beteiligt war. Diese derzeit rund 9000 Seniorexperten arbeiten ehrenamtlich als Fachkräfte in zeitlich befristeten Projekten im In- und Ausland. Bei den Seniorexperten handelt es sich vorwiegend um gut ausgebildete Ruheständler. Sieben von zehn besitzen einen Hochschulabschluss, drei Viertel von ihnen waren schon während ihrer aktiven Berufstätigkeit ehrenamtlich aktiv.

Mehr dazu hier

Portal für gesunde Betriebe
Im April geht ein neuer AOK-Auftritt online: Das „Portal zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)“. Es fasst alle bisherigen Seiten der AOK zur BGF zusammen und ersetzt sie. Besonders kleine und mittlere Unternehmen finden praxisnahe Antworten und Anwendungen zur BGF.
Hier klicken



LINKS

Interessante Links zum Lesen....

- Die jüngsten Original-Newsletter verpasst? Hier geht's zum Archiv
<http://www.aok-original.de/archiv.html>
- Besser schlafen
<http://www.aok.de/bundesweit/gesundheit/171117.php>



FRAGE - ANTWORT

Wie viele Tage waren Beschäftigte im Jahr 2010 durchschnittlich krank?

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

Einsendeschluss:

8. April 2011

Antwort (mit Adresse) an:

aok-original@kompart.de

Gewinner des letzten Preisrätsels:
Walther Schneeweiß
81667 München



Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken



*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen