

AiR Aktiv im **Ruhestand**

7/8

Magazin für Seniorinnen und Senioren im dbb
Juli/August 2024 – 75. Jahrgang

Kompetente Pflegefachkräfte,
gute Heime

Pfleglich behandelt?

Seite 16 <

Risiken und
Nebenwirkungen
Medikamentenkauf
im Ausland

Seite 18 <

Trinken, kalte Wickel,
Siesta halten
Sicher durch die
heißen Tage

mit
dbb Seiten

Wie erkennt man gute Pflege ...

... und was muss geschehen, damit gute Pflege auch zukünftig und für immer mehr Menschen gewährleistet werden kann? In der neuen Ausgabe von „Aktiv im Ruhestand“ haben wir nachgefragt: bei der Pflegeexpertin Prof. Christel Bienstein, die unter anderem empfiehlt, die Kompetenzen von Pflegefachkräften zu erweitern. Und ein gut zu lesender Speiseplan reicht nicht: In einem weiteren Beitrag widmet sich AiR den Qualitätskriterien von Pflege. Ganz praktisch empfiehlt ein Artikel, wie man sich während der hochsommerlichen Hitze selbst schützen sollte.

Außerdem berichten wir über Risiken und Nebenwirkungen des Medikamententourismus. Auch darüber, was Ältere antreibt, die im Tourismus arbeiten, wo die Tücken der neuen Regeln für TV-Anschlüsse liegen und über weitere interessante Themen lesen Sie im neuen AiR. **ada**

Impressum:

AiR – Aktiv im Ruhestand. Magazin des dbb für Ruhestandsbeamte, Rentner und Hinterbliebene. Herausgeber: Bundesleitung des dbb beamtenbund und tarifunion, Friedrichstraße 169, 10117 Berlin. **Telefon:** 030.4081-40. **Telefax:** 030.4081-5599. **Internet:** www.dbb.de. **E-Mail:** airmagazin@dbb.de. **Leitende Redakteurin:** Anke Adamik (ada). **Redaktion:** Carl-Walter Bauer (cwb), Jan Brenner (br), Oliver Krzywanek (krz), Dr. Walter Schmitz (sm). **Redaktionsschluss:** 10. jeden Monats. Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. „AiR – Aktiv im Ruhestand“ erscheint zehnmal im Jahr. **Titelbild:** Model Foto: Wodicka/Colourbox.de. **Einsendungen zur Veröffentlichung:** Manuskripte und Leserschriften müssen an die Redaktion geschickt werden mit dem Hinweis auf Veröffentlichung, andernfalls können die Beiträge nicht veröffentlicht werden.

Bezugsbedingungen: Nichtmitglieder bestellen in Textform beim DBB Verlag. Inlandsbezugspreis: Jahresabonnement 54,10 Euro zzgl. 8,60 Euro Versandkosten, inkl. MwSt.; Mindestlaufzeit 1 Jahr. Einzelheft 5,70 Euro zzgl. 1,85 Euro Versandkosten, inkl. MwSt. Für Mitglieder der BRH-Landesorganisationen ist der Bezugspreis im Mitgliedsbeitrag enthalten. Adressänderungen und Kündigungen bitte in Textform an den DBB Verlag. Abbonnementskündigungen müssen bis zum 1. Dezember in Textform beim DBB Verlag eingegangen sein, ansonsten verlängert sich der Bezug um ein weiteres Kalenderjahr.

Layout: FDS, Geldern. **Gestaltung:** Daniel Terlinden. **Verlag:** DBB Verlag GmbH. **Internet:** www.dbbverlag.de. **E-Mail:** kontakt@dbbverlag.de. **Verlagsort und Bestellschrift:** Friedrichstraße 165, 10117 Berlin. **Telefon:** 030.7261917-0. **Telefax:** 030.7261917-40.

Anzeigenverkauf: DBB Verlag GmbH, Mediacenter, Dechenstraße 15 a, 40878 Ratingen. **Telefon:** 02102.74023-0. **Telefax:** 02102.74023-99. **E-Mail:** mediacenter@dbbverlag.de. **Anzeigenleitung:** Petra Opitz-Hannen, **Telefon:** 02102.74023-715. **Anzeigenverkauf:** Andrea Franzen, **Telefon:** 02102.74023-714. **Anzeigendisposition:** Britta Urbanski, **Telefon:** 02102.74023-712. Preisliste 65 (dbb magazin) und Aktiv im Ruhestand Preisliste 53, gültig ab 1.1.2024.

Druckauflage: dbb magazin 552 561 Exemplare (IVW 1/2024). Druckauflage AiR – Aktiv im Ruhestand 15 000 Exemplare (IVW 1/2024). **Anzeigenschluss:** 6 Wochen vor Erscheinen. **Herstellung:** L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG DruckMedien, Marktweg 42–50, 47608 Geldern. ISSN 1438-4841



> Schwerpunkt: Pflege



6



9



12



14



20



32



40

Aktuell

- > Gespräch im Bundesseniorenministerium: Unterstützung für Pflegende gefordert 4
- > Veranstaltungsankündigung: Nie zu alt für Neues – Lernen ohne Limit 5
- > Singlehaushalte: Ein Fünftel der Deutschen lebt allein 5
- > Soziale Isolation: Gut jeder Zehnte über 75 fühlt sich einsam 6

Aus den Ländern

- > dbb landesbund brandenburg: Gedenken und Zuversicht 8
- > dbb landesbund brandenburg: „Unverzichtbare Stütze des sozialen Miteinanders“ 8

Standpunkt

- > Mobilität: Fehlende Infrastruktur als Mobilitätskiller 9

Vorgestellt

- > Arbeitsplatz Tourismus: „Schöner können wir es gar nicht haben“ 10

Brennpunkt

- > Qualität in der Pflege: Reformierte Begutachtung 12

Nachgefragt bei ...

- > ... Prof. Christel Bienstein 14

Blickpunkt

- > Medikamente aus dem Ausland: Heikle Souvenirs 16

Kompakt

- > Hitzeschutz: Sicher durch die heißen Tage 18

Medien

- > TV-Empfang: Von wegen einfach fernsehen ... 20

Nach-Lese

Buchtipps

Gewinnspiel

dbb

- > Nachrichten – dbb Bürgerbefragung 2024: Ist der Staat noch handlungsfähig? 25
- > dbb Bundesvorstand: Investitionen trotz Schuldenbremse 26
- > Nachgefragt – Waldemar Dombrowski, zweiter Vorsitzender des dbb 28
- > Dossier Arbeitszeit – Arbeitswelt: Die Belastung am Arbeitsplatz nimmt zu 30
- > Moderne Arbeitszeitmodelle: Wie wir flexibel arbeiten und konkurrenzfähig bleiben 32
- > Frauen – Künstliche Intelligenz: Müll rein, Müll raus 35
- > Jugend – Parlamentarisches Sommerfest der dbb jugend: Viele Gäste, viel Input 36
- > Dossier Arbeitszeit – Bundesbeamte: Arbeitszeitregelungen im Fokus 38
- > Interview – Melanie Schlotzhauer, Vorsitzende der Arbeits- und Sozialministerkonferenz 40
- > Wöchentliche Arbeitszeit im Beamtenbereich: Hoher Standard mit ärgerlichen Ausreißern 42
- > Dialog – 75 Jahre Grundgesetz: Demokratie stärken – Zusammenhalt fördern 46



> Anke Schwitzer und Horst Günther Klitzing mit Gastgeber Andreas Schulze (Mitte)

Gespräch im Bundesseniorenministerium

Unterstützung für Pflegerinnen gefordert

dbb Vertreter fordern Fortschritte bei den Entgeltersatzleistungen für pflegende Angehörige und eine bessere Teilhabe Älterer.

Wo bleibt die Entgeltersatzleistung für pflegende Angehörige, um sowohl Einkommen als auch Altersbezüge zu sichern und die gesellschaftliche Leistung der pflegenden Angehörigen zu würdigen?“ Die Frage des Vorsitzenden der dbb bundesseniorenvertretung, Horst Günther Klitzing, ging am 13. Juni 2024 in Berlin an Andreas Schulze, Leiter der Abteilung Demografischer Wandel, ältere Menschen und Wohlfahrtspflege im Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und

Jugend (BMFSFJ). Immerhin würden rund 80 Prozent der Pflegebedürftigen zu Hause versorgt.

Schulze stellte weitere Verbesserungen für pflegende Angehörige in Aussicht: Einerseits wolle die Bundesregierung die häusliche Pflege durch die Zusammenführung von Familienpflegezeitgesetz und Pflegezeitgesetz flexibler organisieren und besser mit der Berufsausübung vereinbar machen. Andererseits sei auch die Entgeltersatzleistung für pfle-

gende Angehörige nicht vom Tisch. Aufgrund der aktuellen Haushaltslage seien hier jedoch „dicke Bretter zu bohren“, so Schulze, der darüber hinaus auf Erfolge bei der Nachwuchsgewinnung im Bereich Pflege verwies: Das Bundesministerium habe mit der Ausbildungs-offensive Pflege einen deutlichen Anstieg der Ausbildungszahlen erreicht.

Die stellvertretende Vorsitzende der dbb bundesseniorenvertretung, Anke Schwitzer, erkundigte sich

nach konkreten Möglichkeiten zur Verbesserung der Teilhabe von Älteren und Altenhilfe auf der kommunalen Ebene. Schließlich handele es sich beim § 71 des Sozialgesetzbuch XII, der die Altenhilfe regelt, um ein Bundesgesetz. Schulze plädierte in diesem Zusammenhang für bessere Angebote in den Bereichen Begegnungsstätten, nutzerfreundlicher öffentlicher Personennahverkehr und kommunale Lebensmittelversorgung, die es den Menschen ermöglichen würden, länger in ihrem gewohnten Umfeld zu leben. Dies seien jedoch allesamt kommunale Aufgaben. Schulze versicherte jedoch, dass im BMFSFJ intensiv um Lösungen für die Probleme des demografischen Wandels und den damit einhergehenden Herausforderungen wie Einsamkeit Älterer und Pflegenotstand gerungen werde. ■

Soziale Isolation

Gut jeder Zehnte über 75 fühlt sich einsam

Mit dem Einsamkeitsbarometer 2024 hat Bundesfamilienministerin Lisa Paus erstmals eine umfassende Analyse des Einsamkeitserlebens in Deutschland vorgelegt.



© Andi Weiland für Malteser Hilfsdienste, V.

Der Besuchs- und Begleitungsdienst der Malteser bringt Licht in den Alltag einsamer Menschen.

„Millionen Menschen in Deutschland fühlen sich einsam. Während der Pandemie hat dieses Gefühl stark zugenommen. Ältere und jüngere Menschen sind am häufigsten betroffen, außerdem Menschen, die intensive Care-Arbeit leisten. Als Bundesregierung holen wir das Thema aus der Tabu-Ecke und gehen es mit der Strategie gegen Einsamkeit an“, sagte Paus bei der Vorstellung der Studie am 30. Mai 2024.

Das Kompetenznetz Einsamkeit am Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. (ISS) hat dafür Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) aufbereitet. Das Einsamkeitsbarometer war vom Bundesministerium für

Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) beauftragt worden und erlaubt repräsentative Aussagen zur Einsamkeitsbelastung unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen zwischen 1992 und 2021.

Benjamin Landes, Direktor des ISS, betonte: „Das Einsamkeitsbarometer legt einen wichtigen Grundstein für eine regelmäßige Beobachtung der Einsamkeitsbelastung der deutschen Bevölkerung. Die Ergebnisse zeigen einerseits einen erfreulichen Rückgang der Einsamkeitsbelastung nach der Pandemie für einen großen Teil der Bevölkerung. Gleichzeitig bleiben bestimmte Risikogruppen stark belastet und hier müssen wir besonders

genau hinschauen und auch weiter unterstützen.“

Am Einsamkeitsbarometer 2024 ist klar ablesbar, dass die Einsamkeitsbelastung durch die Coronapandemie in der Gesamtbevölkerung von 28,2 Prozent im Jahr 2020 auf 11,3 Prozent im Jahr 2021 zurückgegangen ist. Weiterhin besonders belastet seien jedoch die 18- bis 29-Jährigen (14,1 Prozent) gewesen. Während die Werte für Erwachsene mit steigendem Alter abnehmen, so liegen sie etwa bei den 51- bis 75-Jährigen bei 9,8 Prozent, steigen sie in den höheren Altersgruppen erneut an; bei Menschen ab 75 Jahren liegt der Wert bei 10,2 Prozent.

Zudem weisen Frauen eine höhere Einsamkeitsbelastung (12,8 Prozent) als Männer (9,8 Prozent) auf.

Einsamkeit wirkt sich generell negativ auf die physische und psychische Gesundheit aus. Im Jahr 2021 hatten 60,7 Prozent der Menschen mit erhöhten Einsamkeitsbelastungen eine unterdurchschnittliche körperliche Gesundheit. Menschen, die intensiv Sorgearbeit leisten, sind stärker belastet, ebenso Menschen mit Migrations- und/oder Fluchterfahrung.

Die Isolation beeinflusst auch die Einstellung zur Demokratie. Personen mit erhöhter Belastung zeigen laut Barometer ein niedrigeres Vertrauen in staatliche oder politische Institutionen (Polizei, Parteien, Politiker und Politikerinnen, Rechtssystem, Bundestag) als Personen mit durchschnittlicher Belastung.

Das BMFSFJ arbeitet seit 2022 federführend an der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit. Diese enthält zahlreiche Maßnahmen zur Prävention und zur Linderung von Einsamkeit. Um das Bewusstsein für Einsamkeit zu schärfen, wurde die Kampagne „Gemeinsam gegen Einsamkeit“ gestartet. Mit einer Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ sollte im Juni zusätzlich Aufmerksamkeit auf das brisante Thema gelenkt werden.

„Miteinander – Füreinander“

Der Malteser Hilfsdienst e. V. hat jüngst seine Seniorenangebote „Miteinander – Füreinander: Kontakt und

Gemeinschaft im Alter“ auf ihre Wirksamkeit hin untersuchen lassen. Erleben die Betroffenen eine Linderung ihrer Einsamkeitsempfindungen, wenn sie an Seniorentreffs, Kulturausflügen oder Rikschafahrten teilnehmen oder die unterschiedlichen Besuchs- und Begleitdienste der Malteser in Anspruch nehmen? Beugen diese Angebote der Einsamkeit wirksam vor? Betreffen diese Effekte auch die Ehrenamtlichen, die die Angebote größtenteils mit Leben füllen?

In Zusammenarbeit mit dem Kompetenznetz Einsamkeit, der Caritas und der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen und unterstützt vom BMFSFJ haben die Univation GmbH und das Institut für Gerontologische Forschung e. V. die Studie im Auftrag der Malteser durchgeführt.

Auf über 1 000 Veranstaltungen, die in den Jahren 2020 bis 2024 stattgefunden hatten, wurden fast 2 600 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie über 1 000 Engagierte befragt – schriftlich, in Fokusgruppen, also in Gruppendiskussion zum Thema, sowie in Einzelinterviews. Zentrale Erkenntnis: Über 80 Prozent der Befragten gaben an, der eigene Freundes- und Bekanntenkreis habe sich vergrößert, 88 Prozent sagten, sie würden sich nun häufiger mit anderen Menschen austauschen und sie hätten hilfreiche Informationen erhalten (94 Prozent). Nach der emotionalen Wirkung der Veranstaltungen befragt, gaben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an, Freude, Unterhaltung und eine wohlthuende Tages-

struktur erlebt zu haben. Damit die Seniorinnen und Senioren die Angebote überhaupt wahrnehmen wollten, war es bedeutsam, dass sie den Ehrenamtlichen vertrauten (98 Prozent), sie sympathisch fanden (99 Prozent) und die Angebote gut erreichen konnten (97 Prozent). Zu 86 Prozent hatten Frauen an der Befragung teilgenommen, 74 Prozent der Befragten



> Wie niedlich, diese Lovots!

lebten alleine und etwa die Hälfte war bereits 80 Jahre und älter. Die Studienautorinnen stellten insgesamt fest, dass einsame oder auch von Einsamkeit bedrohte Menschen mit den Angeboten erreicht und dass soziale Teilhabe und Lebensqualität sowohl bei Teilnehmern als auch bei Engagierten gefördert wurden. Möglicherweise jedoch, schränkten die beiden Autorinnen ein, würden sozial isolierte Ältere, etwa Pflegebedürftige, die mit einem objektiven Mangel an sozialen Kontakten leben müssten, nicht gut genug erreicht.

■ Globales Problem

Einsamkeit ist nicht nur für die Deutschen eine

Last, sondern betrifft Industrienationen generell. Auch andere Länder reagieren auf den gesellschaftlichen Trend – so leisten sich Japan und Großbritannien jeweils Einsamkeitsministerien. Aus Japan kommen zudem regelmäßig technische Innovationen, mit deren Hilfe Einsamkeitsgefühle eingedämmt werden sollen:

wird das Gerät häufig von Älteren als Tierersatz gekauft.

„Bitte wählen Sie von den folgenden Optionen jene aus, die zu Ihnen passt“, fordert der Chatbot. Die klickbaren Felder reichen von „Ich fühle mich so schlecht, dass ich sterben will“ über „Ich verstehe kein Japanisch“ bis zu „Ich möchte über einige Sorgen sprechen“. Auf die entsprechende Wahl hin schlägt die Website mehrere Livechats mit verschiedenen Themenschwerpunkten vor. Die Botschaft dahinter: Wir sind für dich da, du bist nicht alleine.

Der Chatbot richtet sich an alle Menschen in Japan, die sich einsam fühlen. Verantwortet wird er vom seit 2021 bestehenden nationalen Ministerium für Einsamkeit. Eine Umfrage der Regierung hatte 2022 ergeben, dass sich gut 40 Prozent aller Personen im Land über 16 Jahre im vorangegangenen Jahr einsam gefühlt hatten. Einerseits ist da der Trend der demografischen Alterung, der gekoppelt mit der Urbanisierung dazu führt, dass ältere Menschen oft alleine leben. Andererseits ziehen sich junge Menschen in hohen Zahlen weitgehend aus dem sozialen Leben zurück. Neben einer Telefonseelsorge ist der Chatbot die bisher wohl bekannteste Maßnahme, die der japanische Staat gegen Einsamkeit ergreift.

Die Präsentation der Studien:
t1p.de/einsamkeitsbarometer
t1p.de/miteinander-fuereinander