

# praxis + recht

**DAK MAGAZIN**  
für Personalbüro,  
Steuerberater  
und Ausbilder



PFLEGEVERSICHERUNG

## Neue Pflichten für Arbeitgeber

Seite 15

**DAK**

Unternehmen Leben

### PRAXIS

Volkskrankheit Rückenschmerzen:  
Welche Maßnahmen helfen

Seite 6

### RECHT

Ausbildungsbeginn: Was  
Arbeitgeber wissen müssen

Seite 22

### SERVICE

Gewinnen Sie mit einem Lächeln:  
Großer DAK-Fotowettbewerb

Seite 32



Unternehmen Leben



## Gesund leben. Doppelt profitieren.

Die DAK, Deutschlands innovativer Krankenversicherer, bietet ausgezeichnete Angebote, die Freude bereiten: zum Beispiel Tarife, die Gesundheitsvorsorge belohnen. Denn wir wollen, dass Sie Ihr Leben lieben. Jederzeit.

[www.dak.de/probalance](http://www.dak.de/probalance)





**Prof. Dr. h. c. Herbert Rebscher**  
Vorsitzender des Vorstandes der DAK

## Wir sind stolz auf unseren Service

Bei der Entscheidung für ein Versicherungsunternehmen spielt Vertrauen eine große Rolle. Doch es heißt nicht umsonst: „Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.“ Deshalb sind Tests, bei denen unabhängige Fachleute das Angebot auf dem Markt gründlich prüfen, so wichtig. Die DAK stellt sich diesen Tests – und wird regelmäßig bestens bewertet.

Besonders gefreut hat mich, dass „Focus Money“ uns zur Krankenkasse mit dem besten Service gekürt hat (siehe auch Seite 36). Dabei war nicht nur die gute telefonische Erreichbarkeit der DAK ausschlaggebend. Auch unser dichtes Netz von bundesweit mehr als 800 Geschäftsstellen und die Kompetenz der dort arbeitenden Fachberater überzeugte die Redaktion.

Die DAK legt großen Wert darauf, dass ihre Kunden individuell und nach den neuesten medizinischen Erkenntnissen behandelt werden. Wir wollen unseren Kunden aber auch die Tür zur anerkannten alternativen Medizin öffnen. Deshalb übernehmen wir die Kosten für zugelassene Naturheilverfahren – auch dafür gab es von „Focus Money“ eine Auszeichnung.

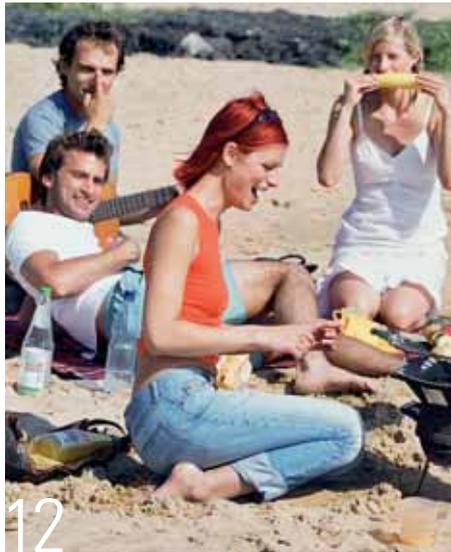
Gerade im heutigen, oft hektischen Arbeitsalltag ist eine gesunde Lebensführung wichtig. Denn fitte und motivierte Mitarbeiter werden seltener krank, leisten mehr und tragen so maßgeblich zu Ihrem Geschäftserfolg bei. Sprechen Sie uns an: Als Partner in allen Gesundheitsfragen hilft die DAK Ihnen und Ihren Mitarbeitern gerne dabei, gesund zu bleiben. Und von diesem Service profitieren nicht nur die Menschen, die bei uns versichert sind, sondern auch Sie als Arbeitgeber.

## INHALT



### Rückenleiden

Gegen die Volkskrankheit Nummer eins hilft vor allem Bewegung



### Stressfrei verreisen

So wird der Urlaub tatsächlich erholsam



### Die Pflegereform kommt

Mehr Leistungen, aber auch höhere Beiträge: Das bringt die Reform

## PRAXIS

### Prävention

**6 Das Kreuz mit dem Rücken** Neue Erkenntnisse über Rückenschmerzen – und welche Therapien wirklich helfen

### Urlaub

**12 Perfekter Urlaub – oder Strandstress pur?** Tipps für entspannte Ferien

### Kurzinfos

**14 Die ideale Mittagspause ■ Dicke Luft im Büro ■ Top oder Flop ■ Unzufrieden mit der Berufswahl**

## RECHT

### Sozialversicherung

**15 Neue Pflichten für Arbeitgeber** Im Juli tritt die Reform der Pflegeversicherung in Kraft: alle Änderungen im Überblick

**20 Rente: Der Staat unterstützt Sparer** Betriebliche Altersvorsorge: Wann besteht Beitragspflicht in der Sozialversicherung?

### Arbeitsrecht

**22 Auf die Plätze, fertig, los!** Bald beginnt das neue Ausbildungsjahr – worauf Sie als Arbeitgeber achten müssen

### Kurzinfos

**26 Aktuelle Fachliteratur**

**28 Rechtsurteile aus dem Arbeitsrecht** Keineswegs eindeutig: die juristische Beurteilung von Mobbing

**29 Leser fragen – praxis+recht antwortet**

**30 Krankentagegeld unterbricht Versicherungsverhältnis ■ Endlich einheitliche Anträge ■ Hinzuverdienst bei Renten ■ Mehr Flexibilität bei freiwilligem Engagement**



22

**Ausbildung**  
Wegweiser für die  
ersten Schritte im  
Berufsleben



32

**Großer DAK-Fotowettbewerb** Das schönste Lächeln  
gewinnt – zum Beispiel eine Fotokamera

## SERVICE

### Leistungen

**31 Ein Ausweis für Lebensretter** Alles über  
den Organspendeausweis

**35 In der Gruppe leichter werden** In der  
DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ hilft Mark  
Dankhoff Kindern beim Abnehmen

### Gewinnspiel

**32 Gewinnen Sie mit einem Lächeln!** Beim  
DAK-Fotowettbewerb „Schenk mir dein  
Lächeln!“ gibt es tolle Preise zu gewinnen

### Kurzinfos

**36 Auszeichnungen für die DAK ■ Kinder  
an den Herd! ■ Wichtiger Wegweiser ■  
DAK bringt Firmen auf Trab ■ Voller  
Genuss für die Augen**

**38 Kontakt** Alle wichtigen Telefonnummern

## Impressum

### DAK Magazin praxis+recht 2\_2008

für Personalbüro, Steuerberater und Ausbilder

### Herausgeber

DAK Zentrale, Nagelsweg 27–31  
20097 Hamburg  
www.dak.de

### Verantwortlich

Thomas Ollrogge (V.i.S.d.P.)  
Leiter Kundenmanagement  
Martin Kriegel  
Leiter Marketing und Kundenservice

### Redaktion

Sabine Langner  
Postfach 10 14 44, 20009 Hamburg  
Telefon: 040-23 96 14 66, Fax: 040-23 96 34 66  
E-Mail: sabine.langner@dak.de

### Chef vom Dienst

Gerd Brammer  
Telefon: 040-23 96 10 69  
E-Mail: gerd.brammer@dak.de

### Autoren

Uwe Dresel (DAK Prävention), Jörg Kähler (DAK Entgeltfortzahlungsversicherung), Katrin Kohlmeyer, Andrea Toborg (DAK Mitgliedschafts- und Beitragsrecht), Thomas Kuschel (DAK Personalgrundsatzfragen), Frank Meiners (DAK Pressestelle), Cornelia Morick (freiberufliche Journalistin und Rechtsanwältin)

### Redaktionelle Mitarbeit

Katja Hinnemann

### Produktion und Gestaltung

muehlhaus & moers kommunikation gmbh, Köln/Berlin  
Verantwortlicher Redakteur: Karsten Fiehe

### Litho

purpur, Köln/Berlin

### Druck

Evers Druck, Meldorf

### Anzeigen

Marketing Services Gärtner  
Henry Gärtner  
Telefon: 02131-742 32 33  
E-Mail: info@ms-gaertner.de  
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1 vom 01.04.2008.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe ist der 06.06.2008. Die Zeitschrift informiert über Themen überwiegend aus der Sozialversicherung und der Gesundheitsförderung. Sie wird dem Bezieher vierteljährlich kostenlos zugestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge sind nicht unbedingt identisch mit der Meinung der Redaktion. Für unverlangte Einsendungen übernehmen Redaktion und Agentur keine Verantwortung. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigungen auf Datenträgern nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung durch die Redaktion.

# Das Kreuz mit dem Rücken

Die meisten Krankschreibungen in Deutschland gehen auf das Konto von Rückenleiden: Sie sind verantwortlich für 70 Millionen verlorene Arbeitstage pro Jahr. Für den Einzelnen bedeuten Rückenprobleme oft heftige Schmerzen und eine starke Beeinträchtigung der Lebensqualität. Aber was sind die Ursachen? Eine europaweite Studie kommt zu erstaunlichen Ergebnissen.

**V**olkskrankheit Rückenschmerzen: Über 80 % aller Deutschen haben schon einmal welche gehabt, ein Fünftel leidet sogar regelmäßig darunter. Mit geschätzten Ausgaben von rund 35 Milliarden Euro pro Jahr an direkten und indirekten Kosten ist die Erkrankung auch ein großes volkswirtschaftliches Problem. Die Häufung von Rückenschmerzen in den vergangenen Jahren und die ständig steigenden Ausgaben für medizinische Leistungen, Arbeitsunfähigkeit und Rentenzahlungen ma-

chen eine genauere Betrachtung der Zusammenhänge notwendig. Aus diesem Grund hat sich die renommierte Bertelsmann-Stiftung in einer wissenschaftlichen Studie intensiv mit der Prävention und Behandlung von Rückenschmerzen befasst. Die Ergebnisse sind erstaunlich einfach:

- Rückenschmerzen gehören zum Leben wie Schnupfen und graue Haare.
- Wir können manches dagegen tun, aber ihr Vorkommen nicht völlig verhindern.

- Rückenschmerzen verschwinden in der Regel nach vier Wochen.
- Rückenschmerzen sind sehr schmerzhaft, in der Regel stecken aber keine schwerwiegenden Erkrankungen dahinter.
- Schonung und passive Behandlung sind wenig hilfreich, am besten hilft Bewegung.
- Bei der Behandlung von chronischen Schmerzen müssen neben körperlichen Ursachen psychosoziale Aspekte stärker berücksichtigt werden.

„Unsere persönlichen Einstellungen zum Rückenschmerz“, so fasst Eckhard Vollbracht, Leiter der Studie der Bertelsmann-Stiftung, die Ergebnisse zusammen, „scheint mitverantwortlich für die massenhafte Zunahme zu sein. Auch zu viel Diagnostik, Schonung, Schmerzvermeidung und passive Behandlung verlängern das Leiden. ‚Bleib aktiv und beweg dich!‘, lautet daher unser Rat an alle Rückenschmerzgeplagten.“

## Grund für Rückenschmerzen oft unklar

Beim Versuch, die Ursachen für ihre Rückenschmerzen zu erklären, machen es sich die Betroffenen häufig zu einfach. Immer noch werden schlechtes oder langes Sitzen, falsches Bücken, unterentwickelte Muskulatur oder

## Häufigkeit von Rückenschmerzen

Rückenschmerzen	nein	ja, länger her	ja, im letzten halben Jahr	fast ständig
insgesamt	19 %	27 %	33 %	21 %
Männer	21 %	28 %	31 %	20 %
Frauen	17 %	26 %	34 %	23 %
14- bis 29-Jährige	24 %	25 %	37 %	14 %
30- bis 44-Jährige	17 %	27 %	39 %	16 %
45- bis 59-Jährige	21 %	28 %	30 %	21 %
60 Jahre und älter	17 %	26 %	25 %	32 %
Hauptschule	16 %	27 %	24 %	33 %
mittlerer Abschluss	17 %	28 %	34 %	20 %
Abitur	22 %	27 %	35 %	16 %

an 100 % fehlende Angaben = „keine Angabe“

Quelle: Forsa



Verschleiß als Einzelursache angesehen. Diese Erklärungen greifen aber meist zu kurz. Die Medizin hat zwar ein ganzes Arsenal an diagnostischen Möglichkeiten entwickelt, um den Gründen der Rückenschmerzen auf die Spur zu kommen – allerdings sind bei 90 % der Patienten auf Röntgen- oder Computertomografieaufnahmen keinerlei Auffälligkeiten zu sehen. Und auf der anderen Seite sind Patienten mit deutlichen Bandscheibenveränderungen oft beschwerdefrei.

Degenerative Veränderungen an den Bandscheiben und der Wirbelsäule sind vor allem genetisch bedingt und heute nicht häufiger als vor 500 Jahren. Experten schätzen, dass Bandscheibenschädigungen nur in 3 bis 5 % aller Fälle die Ursache von Rückenschmerzen sind. Auch Rückenschmerzen als Folge arbeitsbedingter Belastungen gehen immer weiter zurück und haben heute einen Anteil von circa 15 %. Oft lassen sich die Beschwerden aber nicht eindeutig auf körperliche Ursachen zurückführen – die Mediziner sprechen dann gerne von unspezifischen Rückenschmerzen.

### Der Einfluss der Psyche

Bei der Entstehung von Rückenschmerzen spielen meist mehrere Faktoren eine Rolle. Diese können individuell sehr unterschiedlich sein. Wer nur den Körper untersucht, wird den wahren Grund für die Schmerzen unter Umständen nicht finden. Mehr Erfolg bei der Klärung von möglichen Ursachen verspricht der biopsychosoziale Ansatz. Er ist auch die Grundlage von aktuellen Präventionsprogrammen wie dem DAK-Rückencoaching. In der Analysephase wird hier versucht, nicht nur die reinen körperlichen Beanspruchungen und Veränderungen zu betrachten, sondern auch psychische und soziale Einflussgrößen mit einzubeziehen.

Denn psychische Faktoren haben einen großen Einfluss auf die Spannung der Muskulatur und die Entstehung von Schmerz. Lang andauernde Stresssituationen, Über- oder Unterforderung und Konfliktsituationen schlagen sich als Rückenschmerzen nieder. Nach Untersuchungen der DAK können bei mehr als 50 % der Patienten, die unter psychischen Erkrankungen litten, in früheren Jahren Behandlungen wegen Rückenschmerzen nachgewiesen werden.

Einen nicht zu unterschätzenden Einfluss hat auch die persönliche Einstellung zu den Schmerzen und das Wissen über Möglichkeiten der Beeinflussung und Bewältigung. So

können psychische Faktoren die Schmerzen verstärken oder lindern. Wer zum Beispiel weiß, dass bei einem Hexenschuss kein Schaden an der Wirbelsäule entsteht, kann besser mit den Schmerzen umgehen.

### Arbeitsklima und Rückenschmerzen

Alle Faktoren, die die Arbeitszufriedenheit und die soziale Unterstützung am Arbeitsplatz unterstützen, sind ein Schutzfaktor vor Rückenschmerzen. Zukunftsängste, Arbeitsverdichtung und ungelöste Probleme am Arbeitsplatz fördern dagegen ihre Entwicklung. ▶

### Nutzlose Therapien

Folgende Maßnahmen haben langfristig keine nachgewiesene Wirkung:

- ▶ **Schonung**, zum Beispiel Bettruhe
- ▶ **spezielle Möbel** (zum Beispiel Sitzmöbel)
- ▶ **orthopädische Gürtel**
- ▶ **Matratzen**
- ▶ **orthopädische Einlagen**
- ▶ **physikalische Maßnahmen** (zum Beispiel Massagen oder Wärmeanwendungen)
- ▶ **Injektionen**
- ▶ **Rückenschule** (außer im betrieblichen Bereich)

## „Belastungen zu vermeiden ist ein völlig ungeeigneter Ansatz“

Prof. Dr. Ingo Froböse ist Leiter des Instituts für Rehabilitation und Behindertensport der Deutschen Sporthochschule in Köln. Bei der Therapie von Rückenschmerzen setzt der ehemalige Spitzensportler vor allem auf Bewegung – die häufig empfohlene Schonung hält er für das völlig falsche Mittel.

**praxis+recht:** Herr Professor Froböse, die Rückenschule galt jahrelang als bestes Mittel zur Prävention von Rückenschmerzen. Warum ist das jetzt nicht mehr so?

**Ingo Froböse:** Die Rückenschule der traditionellen Ausrichtung zeigte sich in der Vergangenheit ohne großen Nutzen. Sie war ausschließlich an Symptomen orientiert, Ziel war die Schulung vermeintlich richtiger Be-

wegungsabläufe und einer korrekten Körperhaltung, also richtiges Heben, Bücken, Sitzen. Im Prinzip wurden lediglich Strategien der Bewegungsvermeidung und Schonung vermittelt. Zudem werden in dem Programm viele ganz normale Alltagsaktivitäten nicht berücksichtigt.

**praxis+recht:** Was sollten wir stattdessen für unseren Rücken tun?

**Ingo Froböse:** Belastungen zu vermeiden ist ein völlig ungeeigneter Ansatz. Die Selektion und Einengung von Aktivitäten, Bewegungen und Sport ist wissenschaftlich nicht begründbar. Vielmehr ist der Wechsel von Belastung und Entlastung für die Wirbelsäule wichtig. Dadurch werden Stoffwechselprozesse geför-

► Schützend wirken ausreichende Gestaltung- und Entscheidungsspielräume bei der Arbeit, die Anerkennung durch Vorgesetzte und Kollegen sowie ein gutes Betriebsklima. Insbesondere die Führungskräfte tragen somit eine große Verantwortung nicht nur für den Erfolg sondern auch für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter. Unterstützen können Betriebe diese positiven Aspekte durch gezielte Maßnahmen zum betrieblichen Gesundheitsmanagement.

### Problem Chronifizierung

Rückenschmerzen sind generell keine ernsthafte und schwerwiegende Erkrankung. Allerdings kehren in 15 bis 45 % der Fälle die Schmerzen innerhalb von zwei Jahren wieder. Wenn dies häufiger passiert, besteht die Gefahr einer Chronifizierung. Hier entwickelt sich ein Teufelskreislauf aus Angst vor Schmerzen, Schonung und Passivität. Die Schmerzen bringen den Rückenpatienten dazu, sich möglichst we-

nig zu bewegen. Dies führt zu nachlassender Kraft und Beweglichkeit und beeinflusst auch die Stimmung negativ. Die verringerte physische und psychische Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit führt wiederum zu weiteren Schmerzen. Diese chronische Symptomatik bildet sich in 2 bis 7 % der Fälle heraus. Für die Betroffenen und ihre Behandler beginnt nun ein langwieriger Prozess, bei dem mehrere interdisziplinäre Versorgungsleistungen wie fachärztliche Behandlung, Krankenhausaufenthalt, Physiotherapie und sogar Rehabilitation individuell zusammengestellt werden müssen. Vorrangiges Ziel muss es aber immer sein, den Teufelskreis rechtzeitig zu durchbrechen und eine Chronifizierung zu vermeiden.

### Was hilft wirklich?

Die Ergebnisse der Forschung, wie sie zum Beispiel auch in den Leitlinien der Europäischen Union zum Rückenschmerz zu finden sind, zei-

## „geeigneter Ansatz“

dert und die Versorgung der Strukturen gesichert. Einzelne Elemente der Rückenschule sind in bestimmten Bereichen sinnvoll, zum Beispiel wenn es darum geht, ständig wiederkehrende Bewegungsabläufe im Arbeitsprozess zu verbessern.

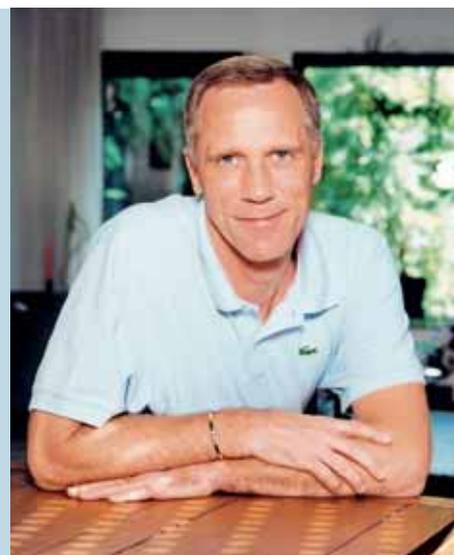
**praxis+recht:** Sie sprechen in Vorträgen häufig von „Fördern durch Fordern“. Was meinen Sie konkret damit?

**Ingo Froböse:** Bewegung und körperliche Aktivität sind mittlerweile zur Therapie erster Wahl bei Rückenschmerzen geworden. Wir müssen das Bewegungssystem Rücken ständig mit allen möglich Belastungsformen fordern. Nur so erfolgt eine trainingsbedingte Anpassung der beteiligten Muskeln, Bän-

der und Gelenke sowie des Stoffwechsels. Dabei gibt es auch positive Nebeneffekte, wie eine verbesserte Körperwahrnehmung und der Abbau der Angst, etwas falsch zu machen.

**praxis+recht:** Wann darf man Bewegungsübungen durchführen?

**Ingo Froböse:** Völlige Schmerzfreiheit ist keine Voraussetzung für Bewegung. Im Gegenteil: Auch bei akuten Beschwerden ist leichte Bewegung sinnvoll, um möglichst schnell wieder zu normalen Alltagsaktivitäten zurückkehren zu können. Es ist natürlich klar, dass ich mit einem Hexenschuss nicht intensiv Fußball spielen kann. Bewegung in vielfältiger Form kann aber helfen, schneller schmerzfrei zu werden.



**Präventions- und Rehabilitationswissenschaftler und Buchautor: Prof. Dr. Ingo Froböse von der Deutschen Sporthochschule in Köln.**

gen erstaunlich einfache Lösungen. Wichtiger Ansatz ist es, die problematische Kombination aus Verunsicherung und Inaktivität zu durchbrechen. Es gibt zwei wichtige Faktoren:

- Information und Kenntnisvermittlung,
- allgemeines Bewegungstraining.

Wer viel über den Rücken weiß, verändert seine Einstellung zum Rückenschmerz. Dazu gehört nicht nur das Wissen über den anatomischen Aufbau der Wirbelsäule, sondern auch die Beobachtung des eigenen Verhaltens und der persönlichen Umgebung. Ganz wichtig ist es auch, Signale des Körpers wie Stress, Verspannungen oder Fehlhaltungen wahrzunehmen und zu verstehen.

Jeder hat eigene Theorien über die Ursachen seiner Beschwerden, die Schwere seiner Erkrankung und mögliche Maßnahmen für die Heilung. Umfassendes Wissen kann helfen, diese Theorien zu überprüfen und eventuell auch nötige Einstellungsänderungen herbeizuführen. ▶



**Oft haben Rückenschmerzen keine organische Ursache.**



### Der Teufelskreis der Schonung

**Wegen starker Schmerzen** schonen viele Patienten ihren Rücken. Das Tückische: Dadurch beginnt ein Prozess, an dessen Ende noch mehr Schmerzen stehen.



- ▶ Bewegungstraining ist die wichtigste Säule im Heilungsprozess und zur Prävention von Wiedererkrankungen. Das zentrale Ziel: Schonung und Inaktivität vermeiden und so schnell wie möglich zu normalen Alltagsaktivitäten zurückkehren. Rückenexperte Ingo Froböse, Professor an der Deutschen Sporthochschule in

Köln, bringt das Konzept auf die einfache Formel „Fördern durch Fordern“ (siehe auch Interview auf Seite 8 und 9). Bewegungstraining bedeutet aber nicht nur eine spezielle Rückengymnastik – alle Formen von Bewegung und Sport, also auch Alltagsbewegung wie Treppen steigen, Rasen mähen oder Kisten tragen trainieren die Muskulatur und haben Einfluss auf den Rücken.

### Bewegung ist immer gut

Unter präventiven Gesichtspunkten gibt es für die Wirbelsäule und den Rücken keine falschen Bewegungen. Problematisch sind nur ausschließlich einseitige Belastungen oder das völlige Vermeiden von bestimmten Belastungen. Bei sportlichen Aktivitäten ist im Prinzip alles möglich. Bei Einsteigern sollte natürlich ein vielfältiges Programm, bestehend aus Übungen zur Kräftigung und Beweglichkeit (wie Gymnastik und Fitnesstraining) und Ausdauer (zum Beispiel Nordic Walking) im Mittelpunkt stehen.

Uwe Dresel

### @ Weiterführende Links

[www.bertelsmann-stiftung.de](http://www.bertelsmann-stiftung.de)  
[www.rueckentest.de](http://www.rueckentest.de)  
[www.backpaineurope.org](http://www.backpaineurope.org)

# Dehnen und entspannen

**Ein wenig Bewegung kann nie schaden! Kleine Bewegungspausen können helfen, Verspannungen zu lösen und den Rücken zu entlasten. Mit diesen Übungen von praxis+recht kommen Sie wieder besser in Schwung. Jeder kann mitmachen – probieren Sie es einfach aus.**

### Tipps

- Darauf sollten Sie bei den Übungen achten:
- ▶ Bewegung langsam und ruhig ausführen und in den einzelnen Positionen einige Sekunden innehalten. Dabei tief und gleichmäßig weiteratmen.
  - ▶ Den größten Effekt erzielen Sie, wenn Sie einzelne Übungsreihen zwei- bis dreimal wiederholen.



## Verspannungen lösen

① Falten Sie Ihre Hände hinter dem Kopf und versuchen Sie, die Ellenbogen auf Höhe der Ohren zu halten. Neigen Sie den Oberkörper leicht zur Seite und bleiben Sie drei bis vier Atemzüge in dieser Position. Dann langsam die Seite wechseln.

② Halten Sie Ihre Hände weiter am Hinterkopf und versuchen Sie nun, einige Atemzüge lang die Ellbogen so weit, wie es Ihnen angenehm ist, nach hinten zu drücken.

③ Ziehen Sie jetzt die Ellenbogen von hinten nach vorn, und rollen Sie den Kopf ein. Ziehen Sie Ihr Kinn so weit wie möglich zur Brust, ohne dabei einen Rundrücken zu machen.



## Die Lebensgeister wecken

① Strecken Sie, auf einem Stuhl sitzend, die Arme nach vorne aus. Atmen Sie tief ein und heben Sie Ihre Arme bis auf die Höhe Ihrer Ohren an. Strecken Sie sich nun weit nach hinten und halten Sie diese Position zwei bis drei Atemzüge lang.

② Beugen Sie sich wieder nach vorne und legen Sie den Oberkörper auf den Oberschenkeln ab. Dann den Kopf und die Arme hängen lassen und etwa 30 Sekunden lang entspannen.

③ Falten Sie die Hände hinter dem Rücken zusammen und versuchen Sie die Arme so weit, wie es Ihnen noch angenehm ist, vom Körper weg nach oben zu strecken. Einige Atemzüge lang halten.

# Perfekter Urlaub – oder Strandstress pur?

Viele Urlaubsreisen scheitern an überzogenen Erwartungen. Weniger ist aber gerade im Urlaub oft mehr – praxis+recht verrät, wie Sie in der schönsten Zeit des Jahres richtig entspannen können.



Urlaub – das bedeutet für die meisten ausspannen, neue Kraft tanken, dem Alltag entfliehen. Tatsächlich artet die schönste Zeit des Jahres aber oft in Stress aus: Alles soll perfekt sein, jeder auf seine Kosten kommen. Deshalb ist gut die Hälfte der Urlauber nach der Reise alles andere als erholt, wie eine Studie der Weltgesundheitsorganisation ergab. Besonders anfällig für Urlaubsstress sind dabei gerade Menschen, die auch im Beruf viel leisten. „Der größte Feind unserer Entspannung sind wir selbst“, erläutert Diplom-Psychologe Frank Meiners von der DAK. Sein Rat: Das bekannte Diätprinzip „FdH“ (steht für „Friss die Hälfte“) lässt sich auch auf den Urlaub anwenden. Konkret heißt das: Realisieren Sie von allen geplanten Aktivitäten nur die Hälfte!

### Gute Planung ist wichtig

Der Stress beginnt oft schon beim Abflug, wenn lange Schlangen am Schalter die Reisefreude ausbremsen. Tipp: Einen Tag früher packen als sonst und am Vorabend einchecken. Die Hälfte vergessen? „Nehmen Sie es als Erfahrung, einmal zu sehen, mit wie wenig man zurechtkommen kann. Konzentrieren Sie sich stattdessen auf das Wesentliche, das entspannt enorm“, so Meiners. Notfalls lassen sich Sonnenbrille und Handtuch auch am Urlaubsort kaufen. FdH für den Urlaub bedeutet aber auch, das Reiseziel zu überdenken: Lange Flüge mit wenig Bewegungsfreiheit sind anstrengend – besonders für Kinder. Den Kleinen ist es in der Regel gleich, ob sie im Sand von Teneriffa oder an der Nordsee spielen. Für Familien eignet sich eine Reise per Bahn besonders gut: Anders als im Auto oder Flugzeug haben Kinder hier die Möglichkeit, herumzulaufen und zu spielen. So fühlt sich die Reise gleich viel kürzer an.

### Entspannung braucht Zeit

Echter Urlaub vom Alltag ist oft schwer: Auch unter den Sternen des Südens verfällt man leicht in den alten Trott. Man nörgelt, wenn das Essen auf sich warten lässt, und hakt die Sehenswürdigkeiten ab wie die To-do-Liste im Büro. „Entspannung auf Kommando – das funktioniert nicht“, warnt der DAK-Psychologe. Wer im Berufsalltag 100 % geben muss,



## So klappt's auch mit den Freunden

### Fünf Tipps für einen stressfreien gemeinsamen Urlaub

Urlaub ist noch viel schöner, wenn man ihn gemeinsam mit den besten Freunden verbringen kann. Denn für sie bleibt im Alltag oft wenig Zeit. Doch häufig enden die sorgfältig geplanten Wochen im Streit, und die Freundschaft hat sich erledigt. Mit der richtigen Vorbereitung und Einstellung muss es aber nicht so weit kommen.

- ▶ **Urlaubsgestaltung besprechen.** Auch wenn alle dasselbe Ziel haben, bei der Ausgestaltung vor Ort kommt es dennoch oft zu Unstimmigkeiten. Denn Urlaub bedeutet für jeden etwas anderes.
- ▶ **Freiräume lassen.** Alle Interessen unter einen Hut zu bekommen, ist kaum möglich.

Deshalb vorab freie Tage für Einzelaktivitäten festlegen und alleine etwas unternehmen.

- ▶ **Flexibel und spontan sein.** Auch wenn vorher alles genau besprochen und geplant wurde: Oft kommt es anders, und dann heißt es, Ruhe bewahren und improvisieren.
- ▶ **Für Familien mit Kindern.** Teilen Sie sich die Kinderbetreuung mit ihren Freunden. So schaffen Sie Zeit für Zweisamkeit.
- ▶ **Tolerant sein.** Auch wenn Ihnen einige Dinge nicht gefallen und Sie anderer Ansicht sind als Ihre Freunde – versuchen Sie, darüber hinwegzusehen.

kann nicht sofort auf null herunterfahren. Die ersten Tage werden zum Ankommen benötigt, das tatsächliche Ausspannen erfolgt meist erst in der zweiten Woche. „Wer kann, sollte einmal im Jahr einen längeren Urlaub einplanen“, rät Meiners. Zwischen Urlaubsende und Arbeitsbeginn sollten außerdem ein bis zwei freie Tage liegen, um sich wieder auf den Alltag einzustellen.

### Gefahr für die Beziehung

Urlaubszeit ist Trennungszeit: „Jede dritte Scheidung wird nach dem gemeinsamen Urlaub eingereicht“, erklärt DAK-Experte

Meiners. Unterschiedliche Vorstellungen prallen aufeinander, gleichzeitig sind die Erwartungen an die kostbaren freien Tage mit dem Partner besonders hoch. Kein Wunder, dass schwelende Krisen im Urlaub leicht eskalieren. Die FdH-Regel in Sachen Beziehung: „Machen Sie dem Partner Vorschläge, aber keinen Druck“, rät der DAK-Experte. „Unternehmen Sie stattdessen im Urlaub öfter mal etwas auf eigene Faust.“ Ob Strandtag, Museumsbesuch oder Wandertour – für alle Aktivitäten gilt: „Alles kann, nichts muss“.

Frank Meiners



## Die ideale Mittagspause

**Zur Mittagsstunde Spitzenleistungen** erbringen? Schlechtes Timing. Denn Kreativität und Konzentration erreichen bei den meisten von uns zwischen zehn und elf Uhr ihren Höhepunkt. Danach fällt die Leistungskurve ab, und der Körper braucht eine Pause. Laut einer aktuellen DAK-Umfrage verzichtet aber jeder Zehnte auf die verdiente Erholung – aus Zeitmangel. Dabei ist die richtige Entspannung gar nicht schwer. Das Stichwort lautet hier „60-30-10“: Mit diesem Idealmaß können Arbeitnehmer gezielt abschalten und schnell neue Kraft schöpfen.

**60 Prozent:** Mit Powerfood durchstarten. Etwas mehr als die Hälfte der Mittagspause sollte für eine Mahlzeit eingeplant werden. Doch bitte kein deftiges Essen. Denn schwere Kost lässt die Verdauungsorgane auf Hochtouren arbeiten. Konzentriertes Arbeiten ist dann nicht möglich.

**30 Prozent:** Neuer Schwung für müde Glieder. Wer rastet, der rostet. Bewegung in der Mittagspause schützt vor Rücken- und Nackenschmerzen und kurbelt den Kreislauf an. Ein knappes Drittel der Mittagspause sollte deshalb für ein kleines Fitnessprogramm eingeplant werden. Wer eine Stunde Zeit hat, kann beispielsweise 20 Minuten an der frischen Luft spazieren gehen. Nur 15 Minuten Pause? Dann gilt: Fenster öffnen und vier Minuten den Körper dehnen und strecken.

**10 Prozent:** Runterfahren und entspannen. Eine kurze Entspannungsübung bringt neue Power: einfach die Augen schließen, tief durch die Nase ein- und durch den Mund ausatmen. Das Ganze viermal hintereinander und anschließend mit klarem Kopf schwingvoll wieder loslegen.

## Dicke Luft im Büro

**Trockene oder brennende Augen**, eine verstopfte Nase, Kopfschmerzen oder ein Kratzen im Hals: Schlechte Luft im Büro kann krank machen. Wenn möglich, sollte deshalb regelmäßig gelüftet werden. Dazu werden die Fenster mehrmals täglich fünf bis zehn Minuten lang komplett geöffnet. Die Fenster nur zu kippen, reicht meistens nicht. Eine andere Möglichkeit, um selbst zur guten Büroluft beizutragen, sind Pflanzen. Optimal sind Sorten, die viel Wasser verdunsten und große Blattflächen haben. Sie erhöhen die Feuchtigkeit der Luft. Eine allein reicht allerdings nicht: Pro Arbeitsplatz sollten je nach Größe mindestens vier Pflanzen aufgestellt werden.



## Top oder Flop

**Schlechte Führungskräfte** schaden ihrem Unternehmen und sorgen für Frust bei ihren Untergebenen. Gute Führungskräfte dagegen motivieren ihre Mitarbeiter und treiben sie zu Höchstleistungen an. Doch was gut und was schlecht ist, darüber gibt es verschiedene Ansichten. Die Universität Münster untersucht nun erstmals unterschiedliche Führungsstile in einer Studie und vergleicht ihre Effektivität. Das Gute daran: Die Wissenschaftler interessieren sich für beide Seiten: die des Chefs und die seiner Mitarbeiter.



**Fragebogen:** [www.psy.uni-muenster.de/Psychologie.inst2/AEHell/personen/rowold/umfrage/index.html](http://www.psy.uni-muenster.de/Psychologie.inst2/AEHell/personen/rowold/umfrage/index.html)

## Unzufrieden mit der Berufswahl

**Mehr als ein Drittel** der deutschen Arbeitnehmer würde heute einen anderen Beruf wählen. Dies ist das erschreckende Ergebnis einer internationalen Studie des Personaldienstleisters Kelly Services. Die Studie wurde in 33 Ländern durchgeführt, insgesamt wurden rund 115.000 Menschen befragt. Auffällig: Viele Arbeitnehmer aus Deutschland fühlen sich durch ihre schulische oder berufliche Ausbildung nicht ausreichend auf die Erfordernisse des Arbeitsalltags gewappnet. Auch in anderen Ländern sind die Arbeitnehmer unzufrieden mit ihrer Ausbildung: Die geringste schulische Unterstützung empfanden die Befragten aus Schweden (26 %), Norwegen (27 %), Dänemark (29 %), der Türkei (30 %), der Ukraine (37 %), Russland und Italien (39 %). Die deutschen Teilnehmer liegen zusammen mit den Kollegen aus Frankreich und China auf Platz 24: Insgesamt 42 % von ihnen gaben an, dass sie mit dem Schulsystem gut auf das Arbeitsleben vorbereitet wurden. Übrigens: Am zufriedensten sind Arbeitnehmer aus Indien.



# recht

## Arbeitsrecht

Bald beginnt das neue Ausbildungsjahr:  
Alles was Arbeitgeber wissen müssen  
**Seite 22**

## Sozialversicherung

Betriebliche Altersvorsorge: Wann besteht  
Beitragspflicht in der Sozialversicherung?  
**Seite 20**

## Arbeitsrecht

Weit verbreitet, aber rechtlich schwer zu  
fassen: Mobbing aus juristischer Sicht  
**Seite 28**



## Neue Pflichten für Arbeitgeber

**Nach langen Verhandlungen hat der Bundestag in diesem Frühjahr die Reform der Pflegeversicherung beschlossen. Die wichtigste Änderung: Arbeitgeber und Beschäftigte müssen ab Juli 2008 mehr zahlen. Dafür werden die Leistungen der Versicherung aber teilweise auch deutlich verbessert.**

Foto: Mauritius

**D**as Pflege-Weiterentwicklungsgesetz tritt am 01.07.2008 in Kraft und verändert die Strukturen der Pflege zugunsten aller Beteiligten, insbesondere aber der Pflegebedürftigen, der Angehörigen und der Pflegenden. Erstmals seit dem Start der Pflegeversicherung im Jahr 1995 werden die Leistungen verbessert. Damit einher geht eine Erhöhung der Beiträge um 0,25 Prozentpunkte, damit die Leistungsverbesserungen auch bezahlt werden können. Eine grundlegende Reform, die die Finanzierung der Pflegeversicherung langfristig sichert, steht allerdings noch aus.

Die Leistungen der Pflegeversicherung werden schrittweise erhöht – im Bereich der häuslichen Pflege, aber auch für demenziell erkrankte Pflegebedürftige im stationären Bereich. Erstmals wird es einen Anspruch auf individuelle und umfassende Pflegeberatung (Fallmanagement) geben. Als zentrale wohnortnahe und erreichbare Anlaufstellen für den Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen werden Pflegeplatzstützpunkte nach einer dementsprechenden Länderentscheidung eingerichtet. Ebenfalls neu: Der Anspruch von Arbeitnehmern, für die Pflege Angehöriger freigestellt zu werden. ▶

## Mehr finanzielle Leistungen

Ambulante Sachleistungen (pro Monat)				
Pflegestufe	bisher	ab 1.7.2008	2010	2012
Stufe I	384 €	420 €	440 €	450 €
Stufe II	921 €	980 €	1.040 €	1.100 €
Stufe III <sup>1)</sup>	1.432 €	1.470 €	1.510 €	1.550 €
Pflegegeld (pro Monat)				
Pflegestufe	bisher	ab 1.7.2008	2010	2012
Stufe I	205 €	215 €	225 €	235 €
Stufe II	410 €	420 €	430 €	440 €
Stufe III	665 €	675 €	685 €	700 €
Stationäre Sachleistungen (pro Monat)				
Pflegestufe <sup>2)</sup>	bisher	ab 1.7.2008	2010	2012
Stufe III	1.432 €	1.470 €	1.510 €	1.550 €
Stufe III (Härtefälle)	1.688 €	1.750 €	1.825 €	1.918 €

1) Die Stufe III für Härtefälle in Höhe von 1.918 €/Monat bleibt unverändert.  
2) Die Beträge der Stufen I und II bleiben zunächst unverändert.



Die Reform stärkt die ambulante Pflege zu Hause.

- ▶ Im Einzelnen haben sich folgende Punkte durch die Reform verändert:
  - Die ambulante Versorgung wird gestärkt. Die Angebote für Pflegebedürftige sind künftig wohnortnah besser aufeinander abgestimmt und vernetzt. Jedes Stadtviertel erhält einen Pflegestützpunkt. Sogenannte Fallmanager kümmern sich gezielt um die Unterstützung des Einzelnen und seiner Angehörigen. Gefördert werden betreute Wohnformen und Wohngemeinschaften, wo Pflegebedürftige zusammenleben. Diese können in Zukunft auch Betreuungsleistungen gemeinsam abrufen. Beispiel: eine Senioren-WG, die ihr Pflegegeld zusammenlegt und sich eine Pflegekraft teilt.

- Arbeitnehmer, die Angehörige pflegen, können eine bis zu sechsmonatige unbezahlte Freistellung von der Arbeit mit anschließender Rückkehrmöglichkeit in Anspruch nehmen. Ausgenommen sind Kleinbetriebe mit weniger als 15 Beschäftigten. Die Arbeitnehmer sind während dieser Zeit sozial abgesichert. Bei akuten Pflegebedarf gibt es einen Anspruch auf unbezahlte kurzfristige Freistellung von der Arbeit bis zu zehn Tagen.
- Die finanziellen Leistungen der Pflegeversicherung werden erhöht. Bis 2012 werden die ambulanten Sachleistungsbeträge stufenweise spürbar angehoben.
- Der zusätzliche Leistungsbetrag für Menschen mit erheblich eingeschränkter Alltags-

**i** Die beiden Broschüren „Pflege zu Hause. Praktische Hinweise und Anregungen.“ und „Ambulante Pflege durch einen Pflegedienst. Ein Leitfaden für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen.“ erhalten Sie in den DAK-Geschäftsstellen, oder zum Herunterladen als PDF unter [www.dak.de](http://www.dak.de).



## Höhere Beiträge ab dem 01.07.2008

Zum 01.07.2008 steigt der Beitrag für die Pflegeversicherung um 0,25 Prozentpunkte von bisher 1,7 auf 1,95 %, für Kinderlose von 1,95 auf 2,2 %. Diese Beitragserhöhung soll die Finanzierung bis 2014/2015 sichern. Die Beiträge werden wie bisher zur Hälfte vom Arbeitgeber bezahlt. Als Ausgleich dafür wurde der Buß- und Betttag als Feiertag gestrichen. Am Beitragszuschlag von 0,25 Prozentpunkten für Kinderlose beteiligt sich der Arbeitgeber nicht. Für versicherungspflichtige Auszubildende, die nicht mehr als 325 € brutto im Monat bekommen, übernimmt er dafür den gesamten Beitrag. Im Bundesland Sachsen gilt eine Sonderregelung: Weil dort kein Feiertag für die Pflegeversicherung gestrichen wurde, beträgt der Anteil zur Pflegeversicherung für Arbeitnehmer mit Kindern 1,475 % und für Kinderlose 1,725 %. Der Arbeitgeber zahlt in jedem Fall nur 0,475 %.

	Beitragssatz in %		Arbeitnehmeranteil in %		Arbeitgeberanteil in %	
	bis 30.6.08	ab 1.7.08	bis 30.6.08	ab 1.7.08	bis 30.6.08	ab 1.7.08
<b>Eltern</b> alle Bundesländer (außer Sachsen)	1,70	<b>1,95</b>	0,85	<b>0,975</b>	0,85	<b>0,975</b>
<b>Kinderlose</b>	1,95	<b>2,20</b>	1,10	<b>1,225</b>	0,85	<b>0,975</b>
<b>Eltern</b> Bundesland Sachsen <sup>1)</sup>	1,70	<b>1,95</b>	1,35	<b>1,475</b>	0,35	<b>0,475</b>
<b>Kinderlose</b>	1,95	<b>2,20</b>	1,60	<b>1,725</b>	0,35	<b>0,475</b>

1) Da im Bundesland Sachsen zur Finanzierung der Pflegeversicherung kein Feiertag weggefallen ist, gilt dort für die Verteilung der Beitragsanteile eine Sonderregelung.

kompetenz, also Demenzkranke und Behinderte, wird je nach Betreuungsbedarf auf bis zu 2.400 € jährlich angehoben.

- Unterstützung erhalten auch diejenigen, die nicht im eigentlichen Sinne gepflegt, aber wegen ihrer eingeschränkten Alltagskompetenz betreut werden müssen.
- Pflegeheime werden zusätzliche Betreuungskräfte für Demenzkranke einstellen.
- Die Qualität der Pflege verbessert sich durch Transparenz und ein besseres Pflegemanagement. Krankenkassen und Pflegeeinrichtungen erstellen verbindliche Standards für die Pflegequalität. Ab 2011 wird jede Pflegeeinrichtung einmal im Jahr unangemeldet überprüft. Die Prüfergebnisse müssen in den Hei-

men zusammengefasst und gut sichtbar ausgehängt werden. Außerdem erscheinen sie in allgemeinverständlicher Form im Internet.

- Es gibt eine bessere Prävention und Rehabilitation in der Pflege. So werden Anstrengungen von Pflegeeinrichtungen gefördert, mit aktivierender Pflege und Rehabilitation gute Pflegeergebnisse zu erzielen.
- Bürgerliches Engagement in der Pflege wird unterstützt. Engagierte Bürgerinnen und Bürger sollen künftig besser in vernetzte Versorgungsangebote eingebunden und eine Schulung durch die Pflegekassen bekommen können. Das betrifft zum Beispiel Versorgungsangebote auf kommunaler Ebene wie Betreuungsgruppen für Demenzkranke.

- Die Pflegekassen erhalten wie die gesetzliche Krankenversicherung die Möglichkeit, private Pflegezusatzversicherungen zu vermitteln. Für den Bereich der privaten Pflegeversicherung wird die Übertragbarkeit der individuellen Altersrückstellungen eingeführt. Bei niedrigen Einkommen gibt es Härtefallregelungen zur Übernahme von Beiträgen analog zum Basistarif in der privaten Krankenversicherung. ■

### Mehr zum Thema

[www.dak.de](http://www.dak.de) > Kundenservice > Beratung und Service > DAK-Pflegekasse

## Arbeitsrecht: Das Pflegezeitgesetz

Ziel des Pflegezeitgesetzes (PflegeZG) ist es, Beschäftigten die Möglichkeit zu eröffnen, pflegebedürftige nahe Angehörige in häuslicher Umgebung zu pflegen. Es soll die Vereinbarkeit von Beruf und familiärer Pflege verbessern. Das Gesetz gilt also nicht, wenn die Angehörigen eines Arbeitnehmers stationär, zum Beispiel in einem Heim, gepflegt werden. Das PflegeZG regelt zwei grundsätzlich unterschiedliche Pflegesituationen: akute und längere Pflege.

- Bei akut auftretenden Pflegesituationen haben Beschäftigte das Recht, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um für einen nahen Angehörigen eine bedarfsgerechte Pflege zu organisieren oder die sofortige pflegerische Versorgung des betroffenen Angehörigen sicherzustellen (kurzzeitige Arbeitsverhinderung).
- Zu einer längeren Pflege naher Angehöriger in häuslicher Umgebung können Berufstätige bis zu sechs Monate Pflegezeit in Anspruch nehmen. Hierbei können Beschäftigte zwischen der vollständigen und teilweisen Freistellung von der Arbeit wählen. Der Anspruch auf Pflegezeit besteht nicht gegenüber Arbeitgebern mit regelmäßig 15 oder weniger Beschäftigten. Die notwendige sozialversicherungsrechtliche Absicherung während der Pflegezeit ist gewährleistet.

Das PflegeZG unterscheidet also zwischen einer kurzzeitigen Freistellung (Arbeitsbefreiung) und der länger andauernden Freistellung (Pflegezeit).

### Freistellungsanspruch wegen kurzzeitiger pflegebedingter Arbeitsverhinderung

Das PflegeZG räumt in § 2 Abs. 1 Arbeitnehmern zunächst das Recht ein, der Arbeit kurzfristig bis zu zehn Tage fernzubleiben. Voraussetzung: Sie müssen für einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in einer akut aufgetretenen Pflegesituation eine bedarfsgerechte Pflege organisieren oder eine pflegerische Versorgung in dieser Zeit sicherstellen. Eine Zustimmung des Arbeitgebers ist dafür nicht erforderlich. Der Arbeitgeber kann allerdings eine ärztliche

Bescheinigung über die Pflegebedürftigkeit des Angehörigen verlangen.

Die Arbeitnehmer sind nach § 2 Abs. 2 PflegeZG verpflichtet, ihre Verhinderung und die voraussichtliche Dauer unverzüglich anzuzeigen. Eine eigenständige Entgeltfortzahlungspflicht des Arbeitgebers bestimmt das Gesetz für diesen Fall nicht. Hier erfolgt nur ein Verweis auf bestehende anderweitige gesetzliche, tarifliche, betriebliche oder individualvertragliche Regelungen (§ 2 Abs. 3 PflegeZG).

Hat ein Arbeitnehmer keinen Anspruch auf Entgeltzahlung, besteht auch kein Anspruch auf eine staatliche Lohnersatzleistung. Im Referentenentwurf des Gesetzes war noch vorgesehen, dass Arbeitnehmer in diesen Fällen gemäß § 44a Abs. 3 Sozialgesetzbuch XI (SGB XI) von der Pflegekasse Pflegeunterstützungsgeld beanspruchen können – und zwar in Höhe von 70 % des regelmäßig erzielten Arbeitsentgelts für bis zu zehn Arbeitstage je Pflegebedürftigen. Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt konnte sich mit diesem Vorschlag allerdings nicht durchsetzen.

### Sechsmonatiger Freistellungsanspruch bei häuslicher Pflege naher Angehöriger

Arbeitnehmer eines Unternehmens mit in der Regel mehr als 15 Beschäftigten (ursprünglich geplant: zehn Beschäftigte) haben über den



**Wenn Arbeitnehmer ihre Angehörigen pflegen wollen, muss der Arbeitgeber sie prinzipiell freistellen.**

kurzzeitigen Freistellungsanspruch aus § 2 PflegeZG hinaus gemäß § 3 Abs. 1 PflegeZG einen Anspruch auf vollständige oder teilweise Freistellung von der Arbeit. Dieses Recht haben die Beschäftigten immer dann, wenn sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen selbst pflegen möchten. Dabei können die Arbeitnehmer zwischen vollständiger Freistellung oder teilweiser Freistellung wählen. In welchem Umfang der Arbeitnehmer seine Arbeitszeit reduzieren möchte, darf er selbst entscheiden.

Die Pflegebedürftigkeit des Angehörigen ist durch Vorlage einer Bescheinigung der Pflegekasse oder des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung nachzuweisen. Will der Arbeitnehmer die Pflegezeit beanspruchen, muss er dies spätestens zehn Tage vor Beginn schriftlich gegenüber dem Arbeitgeber ankündigen und gleichzeitig erklären, für welchen Zeitraum und in welchem Umfang die Freistellung von der Arbeitsleistung in Anspruch genommen werden soll (§ 3 Absatz 3 PflegeZG).

Bei einer teilweisen Freistellung hat der Arbeitnehmer auch die gewünschte Verteilung der Arbeitszeit anzugeben. Arbeitgeber und Arbeitnehmer müssen dann eine schriftliche Vereinbarung über die Verringerung und Verteilung der Arbeitszeit treffen, wobei der Arbeitgeber den Wünschen des Arbeitnehmers zu entsprechen

### Kernpunkte

#### § 2 Pflegezeitgesetz (PflegeZG):

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung: vollständige oder teilweise Befreiung von bis zu zehn Arbeitstagen

#### Voraussetzungen:

- ▶ Akut auftretende Pflegesituation naher Angehöriger
- ▶ Unverzügliche Mitteilung an Arbeitgeber
- ▶ Für Arbeitgeber ergibt sich keine Entgeltfortzahlungspflicht aus PflegeZG – aber aus anderen Gesetzen (zum Beispiel § 616 BGB) oder Vereinbarungen (Tarifverträge)
- ▶ Betroffen sind alle Arbeitgeber



chen hat, es sei denn, dem stehen dringende betriebliche Erfordernisse entgegen (§ 3 Abs. 4 PflegeZG). Die Pflegezeit beträgt für jeden pflegebedürftigen nahen Angehörigen längstens

## Kernpunkte

### § 3 und 4 Pflegezeitgesetz (PflegeZG):

Pflegezeit: unbezahlte vollständige oder teilweise Freistellung für bis zu sechs Monate

#### Voraussetzungen:

- ▶ Geplante Pflege eines nahen Angehörigen in häuslicher Gemeinschaft
- ▶ Schriftliche Ankündigung gegenüber dem Arbeitgeber spätestens zehn Arbeitstage vor Beginn
- ▶ Nachweis der Pflegebedürftigkeit des nahen Angehörigen
- ▶ Keine Zustimmung des Arbeitgebers bei Totalfreistellung nötig
- ▶ Bei teilweiser Freistellung: Umfang und Verteilung der Arbeitszeit müssen schriftlich mit dem Arbeitgeber vereinbart werden
- ▶ Betrifft nur Arbeitgeber mit mehr als 15 Beschäftigten
- ▶ Keine Entgeltfortzahlung durch den Arbeitgeber – gewisse sozialversicherungsrechtliche Absicherung für den Arbeitnehmer durch Leistungen der Pflegekasse

sechs Monate. Endet die Pflegebedürftigkeit oder ist die häusliche Pflege unmöglich oder unzumutbar, endet die Pflegezeit vier Wochen nach Eintritt der veränderten Umstände. Der Arbeitgeber ist unverzüglich zu unterrichten. Will der Arbeitnehmer die Pflegezeit vorzeitig beenden, geht dies nur mit Zustimmung des Arbeitgebers.

### Weitere Definitionen und Regelungen des Pflegezeitgesetzes

Die Regelungen des PflegeZG gelten nur für die Pflege naher Angehöriger. Das Gesetz fasst diesen Begriff im § 7 Abs. 3 sehr weit. Danach sind:

- Großeltern, Eltern, Schwiegereltern,
- Ehegatten, Lebenspartner, Partner einer eheähnlichen Gemeinschaft, Geschwister,
- Kinder, Adoptiv- oder Pflegekinder, die Kinder, Adoptiv- oder Pflegekinder des Ehegatten oder Lebenspartners, Schwiegerkinder und Enkelkinder

nahe Angehörige im Sinne des PflegeZG.

Als pflegebedürftig gelten nach dem PflegeZG Personen, die die Voraussetzung der §§ 14 und 15 Sozialgesetzbuch XI erfüllen oder voraussichtlich erfüllen.

Abgesichert wird der Anspruch auf Pflegezeit durch einen besonderen Kündigungsschutz des Arbeitnehmers. Gemäß § 5 Abs. 1 PflegeZG darf der Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis von der Ankündigung bis zur Beendigung der kurzzeitigen Arbeitsverhinderung nach § 2 oder der Pflegezeit nach § 3 grundsätzlich nicht kündigen. Nur in Ausnahmefällen kann die für den Arbeitsschutz zuständige oberste Landesbehörde eine Kündigung für zulässig erklären.

Für die Vertretung des pflegenden Arbeitnehmers kann befristet ein anderer Arbeitnehmer eingestellt werden. Hierin liegt ein sachlicher Grund für die Befristung. Die Dauer der Befristung muss kalendermäßig bestimmt oder bestimmbar sein. Dieser Arbeitsvertrag ist mit einer Frist von zwei Wochen kündbar, wenn die Pflegezeit vorzeitig endet. Das Kündigungsschutzgesetz ist in diesen Fällen nicht anzuwenden.

Thomas Kuschel



## Finanzielle Sicherheit im Pflegefall.

**DAKplus Pflege.**

Mehrfach ausgezeichnet.



Ganz gleich, ob Sie sich ambulant oder stationär pflegen lassen, Sie erhalten für jeden Tag Ihrer Pflegebedürftigkeit ein vereinbartes **Pflegegeld – bis zu 2.250,- EUR monatlich.**

#### Ihre Vorteile

- Leistung in **jeder Pflegestufe!**
- **Schutz Ihres Vermögens** und des Vermögens Ihrer Angehörigen!
- **Reduzierung Ihrer Eigenanteile!**

**So günstig ist DAKplus Pflege:**  
Für **nur 7,25 EUR** sichert sich ein 35-jähriger DAK-Kunde monatlich **750,- EUR** im Pflegefall.

+++ Jetzt online abschließen +++

**www.dak.de**

Infos anfordern unter

**HanseMercur Hotline (0180) 1 12 13 16**

Montag bis Freitag von 8 bis 20 Uhr

3,9 Cent/Minute aus dem Festnetz der Dt. Telekom, Abweichungen bei Anrufen aus Mobilfunknetzen.

# Rente: Der Staat unterstützt Sparer

**Bislang unterstützen nur wenige Unternehmen ihre Mitarbeiter bei der Vorsorge für das Rentenalter. Um die betriebliche Altersvorsorge sowohl für Arbeitgeber als auch Beschäftigte attraktiv zu machen, werden die Beiträge steuerlich und sozialversicherungsrechtlich begünstigt. Seit Januar 2008 gibt es hier eine Veränderung.**

**F**ür die Geldanlage zugunsten der Altersvorsorge stehen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung. Eine Form des Sparplanes ist die Einzahlung in eine Pensionskasse. Die Pensionskasse ist eine rechtlich selbstständige Versicherung, die durch Zuwendungen der Trägerunternehmen finanziert wird.

Die steuerliche Beurteilung von Beiträgen des Arbeitgebers an eine Pensionskasse hat sich ab 01.01.2008 insofern geändert, als dass ein steuerfreier Grundbetrag eingeführt worden ist. Für den

## @ Mehr zum Thema

Eine ausführliche Beschreibung der rechtlichen Vorgaben und Fallbeispiele zur Beitragsberechnung finden Sie im Rundschreiben der Spitzenverbände vom 28.12.2007 unter:

**[www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de)** >

**praxis+recht Magazin > Recht > Sozialversicherung**

Anzeige

ab 97,50 €  
pro Person/Tag  
inkl. Übernachtung/Vollpension

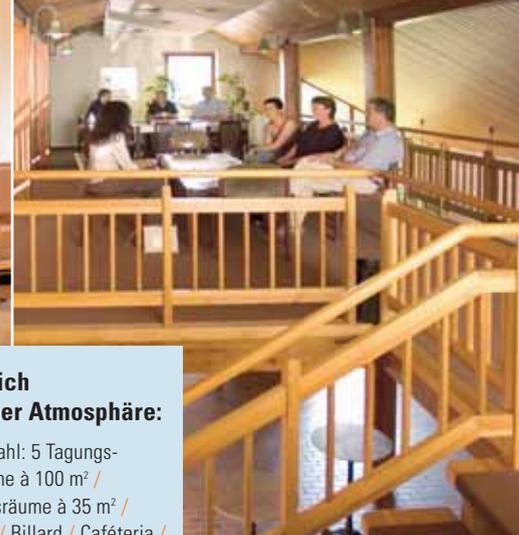
Arbeitnehmer sind laufende Zuwendungen des Arbeitgebers an eine Pensionskasse nach § 3 Nr. 56 Einkommensteuergesetz (EStG) steuerfrei – vorausgesetzt, es handelt sich um eine umlagefinanzierte Altersvorsorge, die in Form einer Rente ausbezahlt wird. Die Steuerfreiheit gilt bis zu einer Höchstgrenze von 1 % der Beitragsbemessungsgrenze der Rentenversicherung (West). Im Jahr 2008 sind dies 636 €, was einem monatlichen Steuerfreibetrag von 53 € entspricht. Sind die Umlagen des Arbeitgebers höher, so kann der über der Freibetragsgrenze liegende Betrag weiterhin pauschal versteuert werden (§ 40b Abs. 1 EStG).

#### Beitragspflicht in der Sozialversicherung

Aufgrund der steuerrechtlichen Änderung ist ab 2008 auch die sozialversicherungsrechtliche Beurteilung der Arbeitgeberumlagen neu geregelt worden (§1 Sozialversicherungsentgeltverordnung – SvEV). Danach gehören zusätzlich zum Lohn gewährte Arbeitgeberumlagen zu Pensionskassen nicht zum beitragspflichtigen Arbeitsentgelt, wenn sie steuerfrei oder pauschal versteuert werden.

Eine Ausnahme gilt für Arbeitgeberumlagen zu Pensionskassen, die bereits wegen besonderer Versorgungsregelungen auf Basis des sogenannten Hinzurechnungsbetrages beitragspflichtig waren (zum Beispiel die Versorgungsanstalt des Bundes und der Länder). In diesen Fällen besteht Beitragspflicht für den 100 € übersteigenden Teil des steuerfreien und pauschal besteuerten Anteils. Die Summe des steuerfreien und pauschal besteuerten Anteils der Arbeitgeberumlage bis zu 100 € ist monatlich auf der Basis des Hinzurechnungsbetrags (§ 1 Abs. 1 Satz 3 SvEV) beitragspflichtig.

Der Hinzurechnungsbetrag ergibt sich aus 2,5 % des für die Bemessung der Arbeitgeberzuwendung maßgebenden Entgelts abzüglich des Zukunftssicherungsfreibetrages von 13,30 € (§ 1 Abs. 1 Satz 3 SvEV). Falls der Umlagesatz unter 2,5 % liegt, tritt bei der Ermittlung des Hinzurechnungsbetrags dieser Umlagesatz an die Stelle des Faktors von 2,5 %. Katrin Kohlmeier



#### Treffen Sie sich in angenehmer Atmosphäre:

Sie haben die Wahl: 5 Tagungs- und Seminarräume à 100 m<sup>2</sup> / 6 Gruppenarbeitsräume à 35 m<sup>2</sup> / 92 Einzelzimmer / Billard / Cafeteria / Fitnessraum / Kegelbahn / Sauna / Schwimmbad / Solarium / Sonnenterrasse / Sportplatz / Tennisplatz / Tischtennis



Freiraum für Ihre Ideen:

## Schöner tagen in Bad Segeberg!

Direkt am Segeberger See, in zentraler Lage zwischen Hamburg, Lübeck und Kiel, liegt das DAK-Tagungszentrum. Neben dem schönsten Freilichttheater Europas, in dem alljährlich im Sommer die Karl-May-Festspiele stattfinden, liegt auch die Ostsee in unmittelbarer Nähe. Und hier hat die DAK ihr eigenes Tagungszentrum.

Hier können Sie perfekte Räumlichkeiten, modernste Kommunikationstechnik und eine gesunde Ernährung für Ihre Tagungen, Seminare und Veranstaltungen nutzen.

Ruhe, gute Luft und die herrliche Umgebung bilden den richtigen Rahmen für erfolgreiche Meetings. Ideale Möglichkeiten für Freizeit, Fitness, Wellness und Erholung erwarten Sie. Lassen Sie sich inspirieren!

**DAK-Tagungszentrum  
Bad Segeberg**

Kastanienweg 4  
23795 Bad Segeberg  
Telefon 0 45 51/99 10  
Fax 0 45 51/99 11 99

Rufen Sie uns an und buchen Sie Erfolg!

Infos unter  
[www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de)  
„Für Ihre Tagungen“

# Auf die Plätze, fertig, los!

Mit dem neuen Ausbildungsjahr beginnt für viele junge Menschen der viel zitierte Ernst des Lebens. Doch auch der Arbeitgeber muss sich gut vorbereiten, wenn ein Auszubildender in seinem Betrieb anfängt. Alle wichtigen rechtlichen Regelungen zum Ausbildungsverhältnis finden Sie in diesem Artikel.

Grundlage des Ausbildungsverhältnisses ist der Berufsausbildungsvertrag. Das Berufsbildungsgesetz schreibt vor, dass die wesentlichen Bedingungen des Vertrages schriftlich festzuhalten sind. Er muss mindestens folgende Punkte festlegen:

- die sachliche und zeitliche Gliederung sowie Art und Ziel der Berufsausbildung, insbesondere die Berufstätigkeit, für die ausgebildet werden soll,
- Beginn und Dauer der Berufsausbildung,
- Ausbildungsmaßnahmen außerhalb der Ausbildungsstätte,
- Dauer der regelmäßigen täglichen Arbeitszeit,
- Dauer der Probezeit,
- Zahlung und Höhe der Vergütung,
- Dauer des Urlaubs,
- Voraussetzungen, unter denen der Berufsausbildungsvertrag gekündigt werden kann,
- Hinweis auf anzuwendende Tarifverträge, Betriebs- oder Dienstvereinbarungen.

## Diese Unterlagen sollte der Auszubildende mitbringen:

- Lohnsteuerkarte
- Sozialversicherungsausweis/Versicherungsnachweisheft
- Mitgliedsbescheinigung der Krankenkasse
- Bei ausländischen Auszubildenden: Aufenthalts-/Arbeiterlaubnis





Foto: Conbis

**Eine gute betriebliche Ausbildung: für viele der erste Schritt auf der Karriereleiter.**

### **Probezeit, Vergütung und Urlaub**

Das Berufsausbildungsgesetz sieht eine Probezeit von wenigstens einem Monat aber höchstens drei Monaten vor. Während dieser Zeit kann das Ausbildungsverhältnis von jeder Seite ohne Einhaltung einer Frist und ohne Angabe von Gründen schriftlich gekündigt werden.

Für seine Arbeit erhält der Auszubildende eine Vergütung, die mindestens jährlich ansteigen muss. Besteht eine tarifliche Regelung, so sind diese Sätze maßgebend.

Der gesetzliche Mindesturlaub hängt vom Alter des Auszubildenden ab. Er beträgt – bei sechs Werktagen pro Woche – jährlich:

- mindestens 30 Werktage, wenn der Auszubildende zu Beginn des Kalenderjahres noch nicht 16 Jahre alt ist,
- mindestens 27 Werktage, wenn der Auszubildende zu Beginn des Kalenderjahres noch nicht 17 Jahre alt ist,
- mindestens 25 Werktage, wenn der Auszubildende zu Beginn des Kalenderjahres noch nicht 18 Jahre alt ist,
- mindestens 24 Werktage für erwachsene Auszubildende.

Der Urlaub sollte vom Auszubildenden möglichst zusammenhängend in den Berufsschulferien genommen werden.

### **Pflichten des Ausbilders**

Der Auszubildende ist verpflichtet, dem Auszubildenden alle Fertigkeiten und Kenntnisse zu vermitteln, die zum Erreichen des Ausbildungsziels notwendig sind. Alle zur betrieblichen Ausbildung erforderlichen Ausbildungsmittel müssen kostenlos zur Verfügung gestellt werden.

Gleichzeitig muss der Ausbilder die Auszubildenden zur Teilnahme am Berufsschulunterricht anhalten und sie für die Teilnahme an Ausbildungsmaßnahmen freistellen.



**i** „Fit für den Job“, die DAK-Broschüre für Berufsanfänger, erhalten Sie in den DAK-Geschäftsstellen oder zum Herunterladen als PDF unter [www.dak.de](http://www.dak.de).

Der Auszubildende ist verpflichtet, den Ausbildungsnachweis regelmäßig und zeitnah zu kontrollieren und abzuzeichnen – schließlich muss er am Ende der Ausbildungszeit ein Zeugnis ausstellen.

### **Pflichten des Auszubildenden**

Der Auszubildende ist an folgende Vereinbarungen gebunden:

- die Fertigkeiten und Kenntnisse des Berufes zu erwerben,
- sorgfältig zu arbeiten,
- an Ausbildungsmaßnahmen und am Berufsschulunterricht teilzunehmen,
- einen Ausbildungsnachweis zu führen,
- Weisungen zu befolgen,
- die geltende Ordnung der Firma zu beachten,
- mit Maschinen und Einrichtungen sorgfältig umzugehen,
- Betriebs- und Geschäftsgeheimnisse nicht weiterzugeben.

### **Ausbildungsnachweise**

Die Ausbildungsordnungen sehen im Normalfall vor, dass Auszubildende während ihrer Ausbildungszeit ein Berichtsheft in Form von Ausbildungsnachweisen führen müssen. In diesen Fällen ist das ordnungsgemäße Führen des Berichtsheftes Voraussetzung für die Zulassung zur Abschlussprüfung. Die Ausbildungsnachweise sind mindestens einmal pro Monat wahrheitsgemäß und vollständig zu führen und müssen sowohl vom Auszubildenden als auch vom Ausbilder unterschrieben werden. Die Ausbildungsnachweise sind stichwortartig über die durchgeführte Ausbildungstätigkeit einschließlich der betrieblichen, überbetrieblichen und schulischen Unterweisung anzufertigen. Die Ausführung erfolgt während der Ausbildungszeit im Betrieb. ▶

### Arbeitszeit und Pausen

Die regelmäßige tägliche Ausbildungszeit ist im Ausbildungsvertrag vereinbart. Wie lange der Auszubildende arbeiten darf und welche Pausen ihm zustehen, hängt von seinem Alter ab: Jugendliche dürfen in der Regel täglich nicht mehr als acht Stunden beschäftigt werden. Ihre wöchentliche Arbeitszeit darf 40 Stunden nicht überschreiten.

Bei einer Beschäftigungszeit von mehr als vier- einhalb bis sechs Stunden sind den Jugendlichen Pausen von insgesamt 30 Minuten und bei mehr als sechs Stunden Pausen von insgesamt 60 Minuten zu gewähren. Die Pausen müssen jeweils mindestens 15 Minuten betragen.

Erwachsene Auszubildende (mindestens 18 Jahre alt) dürfen an sechs Tagen wöchentlich bis zu acht Stunden täglich beschäftigt werden.



**Auch der Arbeitgeber sollte den Ausbildungsvertrag sehr sorgfältig prüfen.**



Bis zu zehn Arbeits- bzw. Ausbildungsstunden sind zulässig, wenn die über acht Stunden hinausgehende Zeit durch Freizeitausgleich innerhalb höchstens sechs Kalendermonaten wieder ausgeglichen wird.

Für Erwachsene ist bei einer Arbeitszeit von sechs bis neun Stunden eine Pause von mindestens 30 Minuten vorgeschrieben, bei mehr als neun Stunden von 45 Minuten. Die Pausen müssen mindestens 15 Minuten dauern. Die genannten Zeiten sind Höchstarbeitszeiten. Pausen zählen nicht als Arbeitszeit. Wird ein Auszubildender länger beschäftigt, als es in seinem Ausbildungsvertrag vorgesehen ist, so handelt es sich um Überstunden. Für Überstunden besteht ein Anspruch auf Freizeitausgleich oder eine besondere Vergütung.

### Arbeitszeit und Berufsschule

Alle Auszubildenden sind für die Dauer ihrer Berufsausbildung berufsschulpflichtig. Der Auszubildende hat den Auszubildenden vor Beginn der Berufsausbildung bei der zuständigen Berufsschule anzumelden.

Auszubildende dürfen vor dem Beginn des Berufsschulunterrichts nicht im Ausbildungsbetrieb beschäftigt werden, wenn der Unterricht

vor neun Uhr beginnt. Sie haben Anspruch auf Freistellung für die Dauer des Berufsschulunterrichts einschließlich der Pausen und der Fahrzeiten zwischen Schule und Betrieb.

Gehen Jugendliche zur Berufsschule, sind sie bei Teilzeitunterricht von mehr als fünf Unterrichtsstunden an einem Schultag pro Woche für den Rest des Tages von der betrieblichen Ausbildung befreit. Bei mehreren Schultagen pro Woche bestimmt der Betrieb den Tag, an dem der Auszubildende nach der Schule freigestellt wird. An den übrigen Tagen hat der Jugendliche nach der Berufsschule die Ausbildung im Betrieb aufzunehmen.

Bei Blockunterricht, der eine volle Kalenderwoche von Montag bis Freitag umfasst, können die jugendlichen Auszubildenden nur zu einer höchstens zweistündigen Veranstaltung je Woche in den Betrieb bestellt werden. Ansonsten sind sie freizustellen. Umfasst ein Blockunterricht weniger als eine Kalenderwoche, gilt die Freistellungsregelung zum Teilzeitunterricht. Erwachsene Auszubildende und ihr Ausbildungsbetrieb können vereinbaren, dass Ausbildungszeiten nach der Berufsschule zeitlich auf andere Tage verschoben werden. Allerdings darf dabei eine Ausbildungsdauer von zehn



Stunden täglich und 48 Stunden wöchentlich nicht überschritten werden. Die Berufsschulzeit ist hierbei anzurechnen.

### Prüfungen

Die Zwischenprüfung soll den Ausbildungsstand und eventuelle Lücken sichtbar machen. Die Industrie- und Handelskammern (IHKs) führen Zwischenprüfungen durch, an denen jeder Auszubildende teilnehmen muss. Der Auszubildende und der Betrieb erhalten anschließend das Prüfungsergebnis.

Das Berufsausbildungsverhältnis endet mit Ablauf der vereinbarten Ausbildungszeit oder mit dem erfolgreichen Abschluss der Prüfung vor der IHK. Der Auszubildende wird zur Abschlussprüfung zugelassen, wenn

- die Ausbildungszeit so weit zurückgelegt ist, dass die erforderlichen Kenntnisse, Fertigkeiten und berufliche Erfahrungen vermittelt werden konnten,
- der Auszubildende an einer Zwischenprüfung teilgenommen und
- vorgeschriebene Ausbildungs- und Tätigkeitsnachweishefte geführt hat.

Die Abschlussprüfung wird vor einem Prüfungsausschuss der IHK abgelegt. Besteht der

**Grundlage für ein erfolgreiches Ausbildungsverhältnis: Zufriedenheit auf beiden Seiten.**

Auszubildende vor Ablauf der Ausbildungszeit die Abschlussprüfung, so endet das Berufsausbildungsverhältnis mit dem Bestehen der Abschlussprüfung. Jeder, der die Abschlussprüfung besteht, erhält von der IHK ein Prüfungszeugnis.

### Kündigung

Das Ausbildungsverhältnis darf nach Ablauf der Probezeit nur im gegenseitigen Einvernehmen gelöst oder aus wichtigem Grund fristlos gekündigt werden. Der Auszubildende kann den Vertrag kündigen, wenn die Berufsausbildung aufgegeben wird oder ein anderer Ausbildungsberuf gewählt wurde. Allerdings ist dann eine Kündigungsfrist von vier Wochen einzuhalten. Die Kündigung muss in jedem Fall schriftlich erfolgen.

Thomas Kuschel



**Wenn alle Formalitäten erledigt sind, steht dem Start ins Berufsleben nichts mehr im Weg!**

Anzeige



**ASB**  
MANAGEMENT  
ZENTRUM  
HEIDELBERG

# Wissen, das Vorsprung schafft!

- > Weiterbildung für den Mittelstand seit 1948
- > über 400 praxisorientierte Seminare
- > systematische Seminare zur betrieblichen Altersversorgung (bAV)
- > intensive Kleingruppen für nachhaltige Wirkung
- > Standort: Heidelberg
- > einfache Online-Buchung

NEU: Nebenberufliche Studiengänge

MBA Human Resources Management

Master Pension Management

jetzt einschreiben:  
Studienbeginn September '08

ASB Management-Zentrum-Heidelberg e.V.  
Gaisbergstraße 11-13, 69115 Heidelberg  
Telefon 06221 988-8  
info@asb-hd.de

**ASB**  
MANAGEMENT  
ZENTRUM  
HEIDELBERG

Informieren Sie sich:  
[www.asb-hd.de](http://www.asb-hd.de)

## Aktuelle Fachliteratur



### Ein Schriftstück mit Tücken: Alles über Arbeitsverträge

Der Arbeitsvertrag bildet die rechtliche Grundlage eines Arbeitsverhältnisses. Deshalb sollten sowohl Arbeitnehmer als auch Arbeitgeber das Schriftstück vor Unterzeichnung genau prüfen:

- Stimmt der Vertrag mit den Abmachungen im Gespräch überein?
- Welche Konsequenzen haben bestimmte Regelungen, wie Befristung und Teilzeit?
- Was ist sozialversicherungsrechtlich, etwa bei geringfügiger Beschäftigung, zu beachten?

Dieser Ratgeber hilft dabei, Arbeitsverträge richtig zu lesen, sie zu verstehen, Problempunkte zu erkennen, hierüber zu verhandeln und dann richtig abschließen zu können. Er behandelt die Probleme, die bereits bei Beginn des Arbeitsverhältnisses, bei Vertragsabschluss beachtet werden sollen, um hinterher Konflikte zu vermeiden – auch bei eventuellen späteren Änderungen des Vertrags.

Die rechtlichen Aspekte sind einfach aufbereitet und in einer verständlichen Sprache dargestellt, zahlreiche Beispiele, Muster und Schaubilder machen die komplizierte Materie anschaulich. Der Ratgeber hat außerdem ein ausführliches Sachregister und berücksichtigt wichtige Urteile und Gesetze. Das Buch wendet sich an Arbeitnehmer und -geber, Betriebsräte und an Personal.

**Reinhard Wetter: Der richtige Arbeitsvertrag, 4. Auflage, 128 Seiten, 7,50 €, Deutscher Taschenbuch Verlag, ISBN 978-3-406-56184-9**



### So sehen moderne Arbeitszeugnisse aus

Die meisten Arbeitszeugnisse enthalten unständliche Formulierungen, verdeckte Beurteilungen und unnötige Floskeln. Nun sind die Zeugnisse aber nicht nur wichtig für den beurteilten Mitarbeiter, sondern auch Visitenkarten für die Firma. Unternehmen, die dem althergebrachten Zeugniscode verhaftet bleiben, stellen sich selbst kein gutes Zeugnis aus. Wer jedoch seine Mitarbeiter mit informativen und zeitgemäßen Zeugnissen ausstattet, erhöht deren Chancen auf dem Arbeitsmarkt und positioniert seine Firma als modernes Unternehmen. Gute Gründe also, alte Zöpfe abzuschneiden und eine neue Zeugniskultur ins Leben zu rufen.

Karl-Heinz List zeigt, wie man ein klar strukturiertes, informatives und leicht lesbares Zeugnis verfasst. Der erfahrene Unternehmensberater gibt Zeugnisausstellern eine Reihe von Hilfsmitteln an die Hand, zum Beispiel Mitarbeiterbeurteilungsbögen, Formulierungshilfen, Textbausteine und diverse Musterzeugnisse, und macht Personalverantwortlichen so die Arbeit leichter. Auch die rechtlichen Aspekte stellt der Autor dar. Da alle Arbeitshilfen auch auf der beiliegenden CD-ROM gespeichert sind, können sie direkt in der betrieblichen Praxis angewendet werden.

**Karl-Heinz List: Das zeitgemäße Arbeitszeugnis, 2. überarb. Auflage inkl. CD-ROM, 229 Seiten, 19,80 €, BW Verlag, ISBN 978-3-8214-7653-7**



### Übersichtlich: Das gesamte Arbeitsrecht in einem Band

Jährlich neu und aktuell: Die große „Übersicht über das Arbeitsrecht/Arbeitsschutzrecht“ beschreibt das gesamte Rechtsgebiet, enthält alle aktuellen Änderungen und orientiert sich nah an der Praxis.

Ausführlich werden die neuesten Entwicklungen dargestellt – allen voran das Pflegezeitgesetz. Ebenfalls im Fokus: die Neuerungen im Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz und im Kündigungsschutz. Bei der Tarifentwicklung erfährt das Thema Mindestlöhne besondere Aufmerksamkeit. Natürlich geht es auch um die Entwicklungen in der Betriebspraxis – insbesondere im Hinblick auf das geänderte Befristungsrecht. Aus dem Bereich des Arbeitsschutzrechtes wird den neuen Regelungen in der Lärm- und Vibrationsschutzverordnung, dem Nichtraucherschutz und dem Gentechnikgesetz viel Beachtung geschenkt.

Die Autoren sind Experten aus dem zuständigen Ministerium, den Bundesbehörden und den Arbeitsgerichten. Sie beschreiben das umfangreiche Rechtsgebiet in verständlicher Sprache und anhand vieler Beispiele. Die übersichtliche Gliederung und das große Stichwortverzeichnis erleichtern die Recherche. Alle Gesetzesänderungen nach Drucklegung werden auf der Homepage des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales dokumentiert.

**BMAS (Hrsg.): Übersicht über das Arbeitsrecht/Arbeitsschutzrecht – Ausgabe 2008, 816 Seiten, 28 €, BW Verlag, ISBN 978-3-8214-7281-2**

# DAK

## Unternehmen Leben



### Tolle Aussichten für Vermittler!

**Werben Sie einen neuen Kunden für die DAK.**

Sie erhalten als Dankeschön zwei Geschenk-Gutscheine von SportScheck im Gesamtwert von 20,- €.\* Sie gelten wie Bargeld bei Ihrem Einkauf! Und wenn Sie jemanden kennen, der zuerst einmal über die umfangreichen Leistungen der DAK informiert werden möchte, erhalten Sie einen Geschenk-Gutschein im Wert von 10,- €.\* Die DAK ist eben immer eine Empfehlung wert! Ende des Aktionszeitraumes: 31.08.2008.

*\*Die Prämien werden nicht aus Mitgliedsbeiträgen finanziert.*

Jetzt 2 Gutscheine sichern



Ihre Gutscheine gelten für einen Einkauf in den Filialen oder für Ihre Katalog- sowie Internetbestellung unter [www.sportscheck.com](http://www.sportscheck.com)

**SportScheck**  
Wir machen Sport.

**0180/550 50\*** Bundesweit im Festnetz der T-Com 14 Cent pro Minute. Mobilfunktarife sind abweichend.

[www.sportscheck.com](http://www.sportscheck.com)

### Ein 2-faches Dankeschön als Prämie

Beispiele aus über 20.000 Artikeln des SportScheck-Sortiments



**Deuter Navajo 28 Multisportrucksack**

mit Bodenfach für Schuhe oder Wäsche etc.

Bestellnr.: 1384671 €39,95 red.



**O.C.K. Poloshirt**

in funktioneller Pikeequalität, pflegeleicht mit hohem Tragekomfort.

Bestellnr.: 1432193 ab €29,95



**O.C.K. Zipp hose**

aus robuster Canvasqualität.

Bestellnr.: 8162805 ab €44,95

Sichern Sie sich Ihre Prämie mit diesem Coupon. Kreuzen Sie Zutreffendes an und senden Sie den Coupon ausgefüllt bis zum **31.08.2008** an die **DAK** (siehe Anschrift unten).

**Ja**, ich habe einen neuen DAK-Kunden geworben und erhalte bei Bestätigung der Mitgliedschaft **2x** die SportScheck-Gutscheine im Wert von je 10,- €.

**Ja**, ich nenne nebenstehend jemanden, der persönlich über die Leistungen der DAK informiert werden möchte. Für diesen Tipp erhalte ich **1x** den SportScheck-Gutschein im Wert von 10,- €.

**Ja**, ich werde Kunde der DAK.\*

**Ja**, ich bin an einer Mitgliedschaft interessiert. Ich bitte um eine persönliche Beratung und bestätige dieses durch meine Unterschrift (siehe unten).

VORNAME/NAME  KRANKENVERS.-NR

STRASSE/HAUSNUMMER  PLZ/ORT

TELEFONNUMMER  UNTERSCHRIFT

Senden Sie den ausgefüllten Coupon bis zum **31.08.2008** an:  
**DAK, Redaktion: Kunden werben, Postfach 10 14 44, 20009 Hamburg**

VORNAME/NAME  GEBURTSDATUM

STRASSE/HAUSNUMMER  PLZ/ORT

TELEFONNUMMER  UNTERSCHRIFT

\*Ihre Angaben werden bis auf Widerruf zur schriftlichen oder telefonischen Kontaktaufnahme und Beratung gespeichert. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Alle Angaben sind freiwillig.

# Rechtsurteile aus dem Arbeitsrecht

## Weit verbreitet, aber rechtlich schwer zu fassen: Mobbing aus juristischer Sicht

**Bundesarbeitsgericht (BAG),  
Urteil vom 16.05.2007, 8 AZR 709/06**

Mobbing verursacht in Deutschland jedes Jahr volkswirtschaftliche Schäden in Milliardenhöhe. Dennoch gibt es keine allgemeingültige rechtliche Definition des Begriffs, wie dieses Urteil des Bundesarbeitsgerichts zu Mobbing, Ausschlussfrist und Schadensersatz wegen Persönlichkeitsverletzung zeigt.

### Der Fall

Der Kläger, seit 1987 als Diplom-Ingenieur bei der Beklagten angestellt, vereinbarte einvernehmlich mit Wirkung zum 01.01.1999 eine vertragliche Ausschlussfrist, nach der Ansprüche aus dem Arbeitsverhältnis spätestens innerhalb einer Ausschlussfrist von sechs Monaten nach Entstehen des Anspruchs geltend gemacht werden mussten.

Ab 1999 war der Kläger dauerhaft arbeitsunfähig erkrankt. Im August 2002 wurde dem Kläger rückwirkend eine Rente wegen Erwerbsunfähigkeit bewilligt. Den Grund für seine Erkrankung sieht der Kläger in systematischem Mobbing, dem er von 1987 bis 2002 in unterschiedlicher Weise im Betrieb der Beklagten ausgesetzt gewesen sei. Der Arbeitnehmer erhob daher im Juli 2002 Klage gegen das Unternehmen auf Schadensersatz, Schmerzensgeld und Entschädigung wegen Persönlichkeitsverletzung.

Die Vorinstanzen, das Arbeitsgericht sowie das Landesarbeitsgericht, hatten seine Klage abgewiesen. Das Landesarbeitsgericht begründete diese Entscheidung mit der Nichteinhaltung der Ausschlussfrist.

### So entschied das Gericht

Die vom Kläger verfolgte Revision hatte Erfolg, sie führte zur Zurückverweisung des Falles an das Landesarbeitsgericht. Begründung: Der Verfall der Ansprüche des Klägers könne nicht aufgrund der vertraglich vereinbarten Ausschlussfrist angenommen werden.

Zwar sei die Verfallklausel wirksam und anwendbar, da die Fristdauer von sechs Monaten nicht zu kurz bemessen sei. Auch umfasse sie Ansprüche aus vorsätzlichen Rechtsgutverletzungen. Entscheidend sei aber die richtige Anwendung der Klausel: Die Klausel knüpfe den Fristlauf an die Entstehung, also die Fälligkeit des Anspruchs. Die Fälligkeit trete nach ständiger Rechtsprechung bei den hier geltend gemachten Schadensersatzansprüchen ein, wenn ein Schaden für den Gläubiger feststellbar sei, also der Gläubiger Kenntnis erlangt haben könnte. Grundsätzlich unproblematisch sei das bei einmaligen Verletzungshandlungen.

### Sonderfall Mobbing

Mobbing sei aber keine einmalige Verletzungshandlung, sondern ein fortgesetztes, aufeinander aufbauendes Instrument des Schikanierens, der Anfeindung oder der Diskriminierung, das in seiner Gesamtheit das allgemeine Persönlichkeitsrecht, die Ehre oder die Gesundheit des Betroffenen verletzen könne. So liege auch die rechtliche Besonderheit der als Mobbing bezeichneten Erscheinungen darin, so das Bundesarbeitsgericht, „dass nicht eine einzelne, abgrenzbare Handlung, sondern die Zusammenfassung mehrerer Einzelakte in einem Prozess zu einer Verletzung ... führen kann“. Die jeweiligen Einzelakte für sich betrachtet müssten dabei gar keine rechtliche Relevanz besitzen. Als Ergebnis hielt das Bundesarbeitsgericht fest, dass die Ausschlussfrist in Mobbingfällen regelmäßig erst mit dem Abschluss der letzten Mobbinghandlung beginnt.

Daher könnten die vom Kläger geltend gemachten Ansprüche jedenfalls nicht im vollen Umfang ausgeschlossen werden, denn die vom Kläger behauptete Verletzung des Persönlichkeitsrechts habe bis in den Monat Mai 2002 andauert, und damit sei zu diesem Zeitpunkt erst vom Beginn der Ausschlussfrist auszugehen.

### Fazit

- Eine Ausschlussfrist von sechs Monaten ist grundsätzlich nicht zu kurz bemessen.
- Auch Ansprüche aus Verletzung des Persönlichkeitsrechts sind von einer Verfallklausel grundsätzlich erfasst.
- Die Fälligkeit eines Anspruchs tritt nach ständiger Rechtsprechung ein, wenn ein Schaden für den Gläubiger feststellbar ist, also der Gläubiger davon Kenntnis erlangt haben kann.
- Die Besonderheit des Mobbing liegt darin, dass eine Gesamtschau vorzunehmen ist, ob einzelne Verletzungen ein übergreifendes systematisches Vorgehen darstellen.
- Eine Ausschlussfrist in Mobbingfällen beginnt regelmäßig erst mit dem Abschluss der zeitlich letzten vorgetragenen Mobbinghandlung.

Cornelia Morick

# Leser fragen – praxis+recht antwortet

## Das Kind einer Mitarbeiterin ist krank. Bis zu welchem Kindesalter muss der Arbeitgeber die Mutter freistellen?

Sybille Faust, Kerpen

Pauschal lässt sich diese Frage nicht beantworten, da es immer auf den konkreten Einzelfall ankommt. So haben zum Beispiel nur Eltern von gesetzlich versicherten Kindern, die das zwölfte Lebensjahr noch nicht vollendet haben, also maximal elf Jahre alt sind, einen unbezahlten Freistellungsanspruch im Zusammenhang mit der Gewährung von Kinderpflegekrankengeld durch die Krankenkasse. Ist das Kind behindert und auf Hilfe angewiesen, gilt diese Altergrenze nicht. Ausführliche Informationen zum diesem Thema finden Sie in der praxis+recht-Ausgabe 2/2007. Sie ist online abrufbar unter [www.dak.de/content/dakprfirmenservice/krank\\_kinder.html](http://www.dak.de/content/dakprfirmenservice/krank_kinder.html).

## In ihrer letzten Ausgabe berichteten Sie über die neue Ehrenamtspauschale. Dazu habe ich eine Frage: Ich habe gehört, dass Personen, die unentgeltlich ehrenamtlich arbeiten, einen Betrag von 300 € direkt von ihrer Steuerschuld abziehen können. Ist das richtig?

Joachim Koopmann, Lingen

Leider nein. Im Gesetzesentwurf der Bundesregierung (Bundestagsdrucksache 1615200) war zwar eine Steuerermäßigung von 300 € im Jahr für bestimmte unentgeltliche Tätigkeiten im gemeinnützigen Bereich (§ 34 Einkommensteuergesetz – EStG) vorgesehen – sie wurde aber nicht eingeführt.

Stattdessen wurde die neue Ehrenamtspauschale von 500 € im Jahr beschlossen (§ 3 Nr. 26a EStG). Dabei handelt es sich, wie unser Artikel in praxis+recht beschreibt, um einen Steuer- und Sozialversicherungsfreibetrag für Einnahmen aus allen nebenberuflichen Tätigkeiten im gemeinnützigen, mildtätigen oder kirchlichen Bereich. Voraussetzung für die Anwendung des Freibetrages ist aber, dass in der Tätigkeit tatsächlich Einkommen erzielt wird. Verbindliche Auskünfte zur Steuerpflicht im Einzelfall kann jedoch nur das Finanzamt erteilen.

**Haben Sie auch eine Frage an praxis+recht? Dann schreiben Sie eine E-Mail an folgende Adresse: [sabine.langner@dak.de](mailto:sabine.langner@dak.de).**

Anzeige



*Dr. Geke & Associates*  
HR-Business Consultants

## 2. DG&A HR-BUSINESS EXCELLENCE CONFERENCE EXKLUSIVES EVENT FÜR PROFESSIONELLES HR-MANAGEMENT

### HR-BUSINESS EXCELLENCE CONFERENCE

23. + 24.09.2008

Kempinski-Hotel Schloss Reinhartshausen  
in Eltville/Erbach (Wiesbaden)

- Spannende Vorträge rund um die Themen strategisches HR-Business-Management und HR-Intelligence
- Ausgewählte Top-Referenten
- Aktuelle HR-Fallstudien
- Networking und Break Out Sessions
- Exklusives Ambiente bei limitierter Teilnehmerzahl

### RAHMENPROGRAMM:

- Prämierung der Sieger des HR-Young Talent Awards
- Kulinarische Weinprobe

### PROGRAMMINFORMATIONEN & ANMELDUNG:

[www.gekeassociates.com](http://www.gekeassociates.com) oder  
Telefon: +49 (0) 211 / 522 95 48-0

### TOP-REFERENTEN 2008



**HEINZ-GERHARD WENTE**  
Personalvorstand  
Continental AG



**KLAUS-PETER BASTGEN**  
Head of HR  
Fujitsu Services GmbH



**HEIKO MÜLLER**  
Head of HR-Strategy and Controlling  
Evonik Industries AG



**DR. ALEXANDER CHRIST**  
Personalleiter  
ALSTOM Deutschland AG



**WOLFGANG GOEBEL**  
Personalvorstand  
McDonald's Deutschland Inc.



**EDGAR MARMITT**  
Personalleiter  
KSB AG



**UWE LOOF**  
Personalleiter  
Hamburg-Mannheimer AG



**GERHARD TSCHENTSCHER**  
Vice President Human Resources  
Pfizer Deutschland GmbH

Medienpartner:

personalmagazin



Sponsoren:

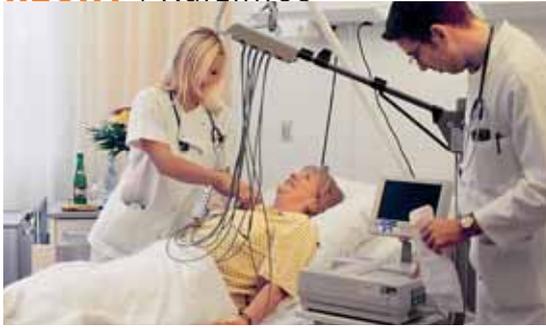
TDS

a Fujitsu company



Initiator:

Dr. Geke & Associates GmbH  
Niederkasserer Lohweg 175  
40547 Düsseldorf  
[info@gekeassociates.com](mailto:info@gekeassociates.com)



**Sind Arbeitnehmer länger krank, erfolgt eine Unterbrechungsmeldung.**

## Krankentagegeld unterbricht Versicherungsverhältnis

**Beziehen arbeitsunfähige**, privat krankenversicherte Arbeitnehmer ein Krankentagegeld, so galt bislang das Beschäftigungsverhältnis für Zeiten ohne Anspruch auf Arbeitsentgelt für längstens einen Monat weiter. Um die gesetzlich versicherten Arbeitnehmer nicht zu benachteiligen, muss der Arbeitgeber seit dem 01.01.2008 für privat versicherte Arbeitnehmer zum Ende der Entgeltfortzahlung bei Arbeitsunfähigkeit eine Unterbrechungsmeldung zur Renten- und Arbeitslosenversicherung abgeben, sofern das Beschäftigungsverhältnis nicht innerhalb eines Kalendermonats wieder aufgenommen wird.

Sind Zuschüsse des Arbeitgebers und sonstige Einnahmen während des Bezugs von Krankentagegeld beitragspflichtig, weil das Vergleichsnettoarbeitsentgelt um mehr als 50 € überschritten wird, besteht aufgrund der Beschäftigung allerdings weiterhin Versicherungspflicht in der Renten- und Arbeitslosenversicherung.

## Endlich einheitliche Anträge

**Seit der Einführung** des Aufwendungsausgleichsgesetzes (AAG) zum 01.01.2006 erhalten Arbeitgeber die Aufwendungen für Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall (U1) und bei Schwangerschaft und Mutterschaft (U2) von der Krankenkasse erstattet, bei der der Arbeitnehmer krankenversichert ist. Bislang mussten Arbeitgeber ihre Erstattungsansprüche mit unterschiedlichen Formularen bei der jeweiligen Krankenkasse beantragen.

In Zusammenarbeit mit den Spitzenverbänden der Krankenkassen wurden neue Erstattungsanträge entwickelt. So können Arbeitgeber nun einheitliche und für alle Krankenkassen geltende Erstattungsanträge nutzen – getrennt nach Arbeitgeberaufwendungen bei Arbeitsunfähigkeit (U1) und bei Schwangerschaft und Mutterschaft (U2).

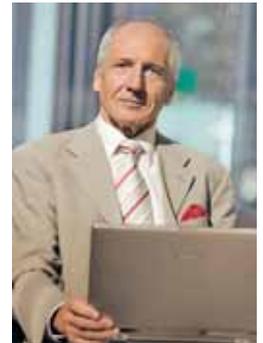
**i Die neuen Formulare können Sie unter [www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de) herunterladen**



## Hinzuverdienst bei Renten

**Die Grenze für** einen rentenunschädlichen Hinzuverdienst wurde rückwirkend zum 01.01.2008 vom Gesetzgeber angehoben. Die Neuregelung gilt für Erwerbsminderungsrentner und Altersrentner, die noch keine 65 Jahre alt sind. Sie dürfen nun statt monatlich 355 € bis zu 400 € verdienen.

Durch die Anhebung der rentenunschädlichen Hinzuverdienstmöglichkeit erfolgt eine Angleichung an die Entgeltgrenze für Minijobs. Laut Meldung der Deutschen Rentenversicherung dürfen Rentner im Unterschied zu Minijobbern aber zweimal pro Kalenderjahr bis zum Doppelten des monatlichen Grenzwertes hinzuverdienen, ohne eine Rentenkürzung befürchten zu müssen – im Jahr 2008 also zweimal bis maximal 800 € pro Monat.



## Mehr Flexibilität bei freiwilligem Engagement

**Für jugendliche Schulabgänger** bis zum Alter von 26 Jahren sind die Möglichkeiten, sich in einem Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) oder einem Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ) zu engagieren, erweitert worden. Das Gesetz zur Förderung von Jugendfreiwilligendiensten führt ab 01.06.2008 die Regelungen für FSJ und FÖJ zusammen und bietet dann unter einem Dach zeitlich flexible Kombinationsmöglichkeiten.

Die Mindestdauer von FSJ und FÖJ beträgt jetzt sechs Monate und kann bis zu einer Gesamtdauer von 18 Monaten verlängert werden. Der Dienst kann auch in mehreren Abschnitten von jeweils mindestens drei Monaten geleistet werden. Es können auch mehrere mindestens sechsmonatige Freiwilligendienste (FSJ und/oder FÖJ) bei verschiedenen Trägern bis zu einer Gesamtdauer von 18 Monaten miteinander kombiniert werden. In Ausnahmefällen kann der Freiwilligendienst mit einer besonderen pädagogischen Konzeption auch auf bis zu 24 Monate verlängert werden. Wie bisher sind die Teilnehmer des FSJ und FÖJ für die Dauer des Freiwilligendienstes sozial abgesichert. An dem Versicherungsschutz (analog dem eines Arbeitnehmers) hat sich durch die Neuregelung nichts geändert. Eine ausführliche Darstellung der sozialen Absicherung finden Sie in der Ausgabe 3/2007 von praxis+recht.



**Freiwillige können ihren Einsatz jetzt noch individueller planen.**



**Viele Tausend Menschen in Deutschland warten auf ein Spenderorgan.**

## Ein Ausweis für Lebensretter

Wer nach seinem Tod Organe spenden möchte, sollte das schriftlich festhalten. Am besten eignet sich dazu ein Organspendeausweis: Den kostenlosen Pass erhalten Sie in allen DAK-Geschäftsstellen oder unter der Telefonnummer 01805-325 325\*.

### Wozu ein Organspendeausweis?

Viele Menschen wären damit einverstanden, nach dem Tod Organe oder Gewebe zu spenden. Aber die wenigsten reden darüber. Deshalb sind Angehörige oft verunsichert, wenn Ärzte sie im Ernstfall nach einer Organspende fragen. Was wäre der Wille des Verstorbenen gewesen? Ein Spendeausweis sorgt für Klarheit und erspart den Angehörigen unter Umständen eine große Belastung.

### Was, wenn man kein Organ spenden will?

Die Frage für oder gegen eine Organspende kann nur jeder für sich persönlich beantworten. Der Organspendeausweis sieht auch Ankreuzmöglichkeiten für diejenigen vor, die keine Organspende wollen oder deren Spendebereitschaft sich auf ganz bestimmte Organe beschränkt. Man kann auch jederzeit seine Meinung ändern und einen neuen Ausweis ausfüllen.

### Wo wird man als Ausweisträger registriert?

Es gibt keine Zentralstelle, die Ausweisträger erfasst. Viele Menschen befürchten, dass sie mit dem Besitz eines Ausweises nicht mehr optimal versorgt werden. Tatsächlich aber wissen die behandelnden Ärzte gar nicht, ob man positiv zur Organspende steht. Von einem Spendeausweis erfahren nur diejenigen, mit denen man darüber redet.

### Rettet eine Organspende tatsächlich Leben?

Ärzte verpflanzen ein Herz, eine Lunge oder eine Leber nur dann, wenn ein Patient an einer lebensbedrohlichen Erkrankung leidet, die mit keinem anderen Mittel mehr heilbar ist und in absehbarer Zeit zum Tode führen würde. Mit einem neuen Organ hat der Betroffene noch eine Lebenschance.

### Kann man einen Empfänger für seine Organe bestimmen?

Nein, der Empfänger wird nach bestimmten Kriterien wie Blutgruppen- und Gewebeübereinstimmung ausgewählt. Die Stiftung Eurotransplant in den Niederlanden führt Wartelisten mit den Daten der Patienten und

ermittelt nach medizinisch begründeten Regeln per Computer den optimalen Empfänger. Dabei spielen auch die Erfolgsaussichten und die Dringlichkeit der Transplantation eine Rolle.

### Kann man zu Lebzeiten Organe spenden?

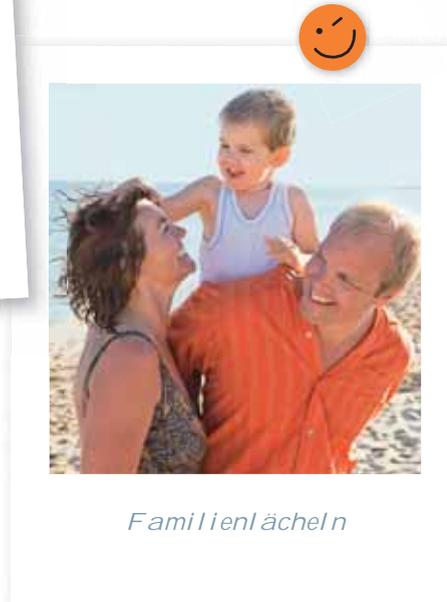
Auch zu Lebzeiten kann ein Organ gespendet werden – zum Beispiel eine Niere, von denen der Mensch zwei hat. Das Transplantationsgesetz erlaubt eine Lebendspende aber nur unter direkten Blutsverwandten (Eltern, Kind, Geschwister), Lebenspartnern oder zugunsten von Menschen, die dem Spender ganz besonders nahe sind.



**i** **Organspendeausweise erhalten Sie in den DAK-Geschäftsstellen.**



Fotografieren Sie das schönste Lächeln, stellen Sie es ins Netz, und gewinnen Sie einen von 200 tollen Preisen (siehe Seite 34).



# Gewinnen Sie mit einem Lächeln!

**Lächeln ist Ausdruck von Lebensfreude, Begeisterung und Zuneigung. Jeder Mensch tut es – auf seine ganz eigene Art. Und genau dieses individuelle Lächeln suchen wir. Deshalb startet die DAK einen großen Fotowettbewerb unter dem Motto „Schenk mir dein Lächeln!“ Machen Sie mit: Insgesamt warten über 200 wertvolle Preise auf Sie!**

**W**as ist schöner als das zufriedene Lächeln eines Babys? Lange bevor es sprechen kann, zeigt das Baby damit seiner Umwelt: Mir geht es gut! Denn Lächeln ist dem Menschen von Geburt an mitgegeben und begleitet ihn ein Leben lang.

Lächeln macht uns sympathisch und hilft uns dabei, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. Außerdem steigert es unser Wohlbefinden. Doch nur wer gesunde und gepflegte Zähne hat, lächelt gerne. Und die hat man

nicht automatisch, jeder muss dafür etwas tun. Denn Zähne müssen regelmäßig gepflegt werden, wenn sie möglichst lange gesund bleiben sollen. Das ist der DAK als Krankenkasse natürlich besonders wichtig.

### Lächeln für die DAK

Da liegt es nahe, Zahnpflege und Mundgesundheit einmal von einer anderen Seite zu betrachten. Dafür wollen wir die sympathische Seite eines Menschen, eben sein Lächeln,

in den Vordergrund rücken. Sind Sie dabei? Dann machen Sie mit beim großen DAK-Fotowettbewerb „Schenk mir dein Lächeln!“ Schenken Sie uns das Lächeln Ihrer Kinder, Ihrer Familie, Ihrer Freunde: Es gibt so viele tolle Gelegenheiten, ein Lächeln einzufangen! Am großen DAK-Fotowettbewerb kann jeder teilnehmen, Sie müssen dazu kein DAK-Kunde sein. Es geht ganz einfach: Stellen Sie einfach ein Foto mit ihrem schönsten Lächeln unter [www.dak.de](http://www.dak.de) ins Netz. Vier Kategorien



## Mehr zum Thema

### Fotografieren und gewinnen!

Fotografieren Sie das schönste Lächeln und stellen Sie es unter [www.dak.de](http://www.dak.de) ins Netz. Jede Woche gewinnen die Bilder mit den jeweils meisten Stimmen in den vier Kategorien

- ▶ Süßes/lustiges Lächeln,
- ▶ Kinderlächeln,
- ▶ Familienlächeln,
- ▶ Siegerlächeln.



Gewinnen können Sie auch als Juror: Wer bei der Bewertung der Fotos im Internet mitmacht, kann ebenfalls an der Preisverleihung teilnehmen.

Der Fotowettbewerb hat am 2. Juni 2008 begonnen. Ende der Aktion ist der 30. September 2008. Alle Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

stehen zur Auswahl: „Süßes/lustiges Lächeln“, „Kinderlächeln“, „Familienlächeln“ und „Siegerlächeln“. Jeder, der die Seite besucht, kann sämtliche Fotos ansehen und seine Stimme seinem Favoriten geben.

Jede Woche gewinnen die Fotos mit den jeweils meisten Stimmen pro Kategorie. Für die Sieger sind insgesamt über 200 wertvolle Preise vorgesehen. Die DAK hat dafür unter anderem Oral-B und Fujifilm als Partner gewinnen können (Preise siehe Seite 34).

Es lohnt sich für Sie aber auch, wenn Sie nur als Juror am Gewinnspiel teilnehmen. Schauen Sie sich alle Fotos an und stimmen Sie für das, welches Ihnen am besten gefällt! Das macht Spaß – Sie sehen schließlich nur freundliche Gesichter – und außerdem sind Sie dann bei der Jurorverlosung dabei und können dort ebenfalls attraktive Preise gewinnen. ▶



## Fotografieren und gewinnen

Machen Sie mit und fangen Sie das Lächeln ein! Über 200 wertvolle Preise warten auf Sie. Sie wissen selbst: Mit einem Lächeln können Sie bei Ihren Mitmenschen nur gewinnen. Probieren Sie es im Büro oder auf der Arbeitsstelle doch einmal aus.

1 x

### FUJIFILM FinePix S100FS

Die inneren Werte der S100FS unterstreichen das exzellente äußere Erscheinungsbild: 11,1 Megapixel Super CCD mit 2/3 Zoll Flächendiagonale, weiter Dynamikumfang, ISO-Werte bis 10.000, optischer Bildstabilisator, lichtstarkes Fujinon-Objektiv mit 14-fachem Zoom und insbesondere die hervorragende Farbwiedergabe mit den neuen Filmsimulationsmodi Velvia und Provia lassen die Herzen aller Fotobegeisterten höher schlagen.



## FUJIFILM



30 x

### FUJIFILM FinePix Z20fd

Die ultrakompakte Designkamera FinePix Z20fd von FUJIFILM mit 3-fachem optischem und 5,7-fachem digitalen Zoom macht nicht nur tolle Fotos, sondern verfügt zusätzlich über jede Menge Videofunktionen, die auch einem Camcorder alle Ehre machen könnten. Mit dem zehn Megapixel CCD und einer hohen Lichtempfindlichkeit bis ISO 1.600 bei voller Auflösung gelangen dem Hobbyfotografen tolle Fotos. Darüber hinaus ist die Z20fd, die es in fünf ausdrucksstarken Farben gibt, mit der FUJIFILM Gesichtserkennungstechnologie ausgestattet.

30 x

### Oral-B Triumph™ SmartGuide

Diese Hightech-Zahnbürste ist das fortschrittlichste Modell von Oral-B. Es löst die Plaque durch pulsierende Bewegungen, die dann durch eine Rotation entfernt wird. Der dazugehörige SmartGuide ist ein drahtloses externes Display, das Ihnen durch visuelle Rückmeldung hilft, Putzgewohnheiten zu verbessern – für gründliches und sanftes Zähneputzen mit Andruckkontrolle.



15 x

### Jahresabo TVdirekt

Die Fernsehzeitschrift mit der optimalen Programmübersicht.



150 x

### Oral-B Vitality Precision Clean Farbedition

Die wiederaufladbare Zahnbürste Oral-B Vitality Precision Clean in drei modernen Farben ist eine rotierende Elektrozahnbürste mit einem runden Bürstenkopf, der jeden Zahn umschließt und sanft das Zahnfleisch stimuliert. Für ein frisches Gefühl im Mund und gesundes Zahnfleisch.




**GRATIS-COUPON**  
Für 5 digitale Bilder sofort auf Fotopapier an der Rossmann KODAK Sofortbild-Station im Format 10 x 15 cm



4 306789 002607

Coupon an der Kasse abgeben. Es gilt nur ein Coupon je Einkauf. Gültig vom 16. Juni bis 31. Dezember 2008. Keine Barauszahlung!

**ROSSMANN**

Fotos: Corbis; Hersteller (6)

Die Gewinne werden von den Kooperationspartnern gesponsert und nicht aus Mitgliedsbeiträgen finanziert.

# In der Gruppe leichter werden

**In der DAK-Fachklinik „Haus Quickborn“ auf Sylt kämpfen Kinder und Jugendliche gemeinsam gegen überflüssige Pfunde. Unterstützt werden sie dabei von Ärzten, Ernährungsberatern, Sporttherapeuten, Pädagogen und Psychologen – ein höchst erfolgreiches Konzept.**

**R**und zwei Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland sind übergewichtig. Und jedes Jahr werden es mehr. Die Gründe für diese Entwicklung sind allgemein bekannt: falsche Ernährung und zu wenig Bewegung. Doch es gibt auch eine gute Nachricht: Im Gegensatz zu Erwachsenen fällt es jungen Menschen vergleichsweise leicht, abzunehmen und ihre Lebensgewohnheiten grundlegend zu ändern – vorausgesetzt, sie bekommen früh genug Unterstützung dabei.

Einer, der ihnen diese Unterstützung gibt, ist Mark Dankhoff. Der Allgemein- und Ernährungsmediziner leitet das „Haus Quickborn“, eine DAK-eigene Fachklinik für übergewichtige Kinder und Jugendliche auf Sylt.

## Gemeinsam abnehmen macht Spaß

Das Angebot der Fachklinik richtet sich an Jungen und Mädchen zwischen acht und 15 Jahren. Eine Therapie im „Haus Quickborn“ dauert sechs Wochen; ein kürzerer Aufenthalt ist nicht sinnvoll, da die Änderung der Lebensgewohnheiten viel Zeit braucht. In der modernen Klinik ist Platz für maximal 64 Abnehmwillige. Sie werden je nach Alter und Geschlecht in verschiedene Gruppen aufgeteilt: „Die Kinder verstehen sich einfach besser, wenn sie die gleichen Interessen haben“, erzählt Mark Dankhoff, „und dann fühlen sie sich sofort viel wohler hier.“ Heimweh käme natürlich trotzdem manchmal auf, aber das sei in der Regel schnell vergessen: „Die Kinder, die anfangs das größte Heimweh haben, wollen nachher gar nicht mehr weg und am liebsten noch zwei Wochen dranhängen.“

Neben psychologischer Betreuung, Sport und Schulunterricht stehen auch medizinische Ge-

sprache auf dem Programm: „Hier erkläre ich den Kindern, was die Fettleibigkeit mit ihrem Körper macht. Denn nicht nur das äußerliche Erscheinungsbild verschlechtert sich, auch Gelenkschmerzen, Kurzatmigkeit und Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen können schnell zu weiteren Problemen werden.“

Besonders problematisch: Viele betroffene Kinder sind nicht selbst an ihrer Fettleibigkeit schuld: „Sie stammen aus sogenannten Broken-Home-Familien, also aus zerrütteten Familienverhältnissen, und kompensieren den Stress zu Hause mit Essen“, erläutert Dankhoff. Gerade deshalb käme es darauf an, dass auch die Familien mitarbeiteten – denn um ihr niedrigeres Gewicht zu halten, müssen die Kinder und Jugendlichen das Gelernte auch später zu Hause weiter umsetzen.

Dabei hilft ihnen das gemeinsame Kochen in der Lernküche der Klinik, wo sie gesunde Zutaten und Rezepte kennenlernen – für so manchen eine Premiere, wie Dankhoff berichtet: „So unglaublich es klingt, viele Kinder kennen nicht einmal den Unterschied zwischen einer Zucchini und einer Gurke.“ Augenzwinkernd fügt Dankhoff hinzu: „Und einige glauben sogar, dass Kühe lila sind ...“

## Nachsorge garantiert Langzeiterfolg

Nach sechs Wochen kehren die Kinder zu ihren Eltern zurück. Doch die Therapie ist damit noch lange nicht zu Ende: Während der nächsten zehn Monate erhalten Eltern und Kinder kontinuierliche Unterstützung durch Ernährungsberater vor Ort. Diese langfristige Nachsorge unterscheidet Haus Quickborn von anderen Kliniken und erkläre auch die hohe Erfolgsquote von über 85 %, so Mark Dank-



**Hilft übergewichtigen Kindern und Jugendlichen beim Abnehmen: Dr. med. Mark Dankhoff.**

hoff: „Wir machen hier den ersten Schritt – aber eine gesunde Lebensführung nach dem Klinikaufenthalt ist das eigentlich Wichtige.“ Seit etwas mehr als drei Jahren arbeitet der Mediziner nun schon in der Klinik und ist mächtig stolz auf seinen Erfolg: „Es freut mich sehr, dass wir es hier schaffen, Kindern die nötige Motivation mit auf den Weg zu geben, sich gesund zu ernähren.“ Bei der Frage, ob es in dieser Zeit ein besonderes Erfolgserlebnis für ihn gegeben habe, muss Dankhoff deshalb auch nicht lange überlegen. Seine Antwort ist so schön wie schlicht: „Für mich ist jedes Kind ein Highlight.“

Katja Hinnemann

## Mehr zum Thema

Das „Haus Quickborn“ auf Sylt ist schwerpunktmäßig auf die Behandlung von übergewichtigen Kindern und Jugendlichen ausgerichtet. Die DAK-Fachklinik ist durch die Deutsche Adipositas-Gesellschaft und die Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter zertifiziert. Bilder und weitere Informationen finden Sie unter [www.dak.de](http://www.dak.de) > Leistungen > Fachkliniken > Haus Quickborn



## Kinder an den Herd!

**Traurig, aber wahr:** In vielen Familien wird kaum noch gekocht, schon gar nicht mit Beteiligung des Nachwuchses. Die meisten Kinder fristen ihr – kulinarisches – Leben zwischen Snackregal und Pizzatruhe. Selbst kochen gilt als uncool. Genau hier setzt der Ernährungstrainer und Buchautor Frank Bauer mit seinem neuartigen Konzept „Cool Cooking“ an. Seine Mission: Kinder zum Kochen bringen. Seine Methode: die Küche zur Partyzone erklären.

Gemeinsam mit der DAK hat der Ernährungsprofi die leckersten Rezepte in seinem ersten Kochbuch zusammengestellt. „Cool Cooking – So macht Kochen mit Ihren Kids richtig Spaß“ spricht Eltern an, die ihren Kindern in Sachen Ernährung mehr mit auf den Weg geben wollen als das Kleingeld für den nächsten Supermarkt. Und es wendet sich an Jugendliche, die ihren Eltern zeigen wollen, wo heutzutage geschmacklich der Hammer hängt.

Kurzum: eine unterhaltsame Lektüre für alle, die Spaß am Kochen und einer zeitgemäßen, leichten Küche haben.

**i Aktuelle Infos über den Kochspaß und Kochbuchbestellung unter [www.dak-family-cooking.de](http://www.dak-family-cooking.de)**

## Auszeichnungen für die DAK

Das Wirtschaftsmagazin **Focus Money** testete im November 2007 insgesamt 38 bundesweite Krankenkassen im Hinblick auf Leistung und Service. Die DAK belegte im Gesamtranking den zweiten Platz. In einer im Mai erschienenen Sonderausgabe hat Focus Money einzelne Aspekte des Rankings nun noch einmal besonders aufbereitet. Mit einem tollen Ergebnis: In den Kategorien „Service“, „Naturheilverfahren“ und „Modellverfahren“ erhielt die DAK jeweils Bestnoten.

Beim Service wurde die flächendeckende Geschäftsstellenstruktur der DAK gelobt, sowie die gute telefonische Erreichbarkeit an sieben Tagen rund um die Uhr. Zum Thema Naturheilverfahren schreibt Focus Money: „Im Rahmen von Klinikaufenthalten etwa zahlt die DAK auch osteopathische Behandlungen. Zudem übernimmt sie die Kosten für die Vorsorge und Rehabilitationsmaßnahmen in der DEKIMED (Deutsche Klinik für Integrative Medizin und Naturheilverfahren), einem Vertragspartner der DAK.“

**i Mehr zum Thema: [www.dak.de](http://www.dak.de)**



## Wichtiger Wegweiser



**Wenn Sie auf der Suche** nach einem geeigneten Krankenhaus sind, zum Beispiel wegen einer Operation, Therapie oder weil Sie bestimmte Leistungszahlen benötigen, bietet Ihnen der DAK-Krankenhaus-Kompass eine zuverlässige Orientierungshilfe. Er enthält die Qualitätsberichte aller in

Deutschland zugelassenen Krankenhäuser für das Jahr 2006. Die Berichte werden alle zwei Jahre von den Krankenhäusern geliefert und sind so auf-

bereitet, dass sie auch für den medizinischen Laien verständlich sind. Den bisherigen Service wollen wir jetzt noch erweitern. Sie können uns dabei helfen, indem Sie uns Ihre persönlichen Erfahrungen und Hinweise mitteilen. Sowohl gute als auch ungünstige Bewertungen können sich auf die Entscheidung der Patienten für ein Krankenhaus auswirken – Ansporn für Kliniken also, ihre Qualität zu steigern, damit Sie als Patient davon profitieren. Als DAK-Kunde können Sie direkt über die Internetadresse [www.dak-krankenhauskompass.de](http://www.dak-krankenhauskompass.de) an der Bewertung unter Angabe Ihrer Versicherungsnummer teilnehmen. Ihre Antworten fließen automatisch anonym in die Onlinedarstellung ein. Haben Sie keinen Internetzugang, können Sie bei Ihrer DAK-Geschäftsstelle einen Flyer anfordern.

**i Mehr zum Thema: [www.dak-krankenhauskompass.de](http://www.dak-krankenhauskompass.de)**



## DAK bringt Firmen auf Trab

**Gemeinsam starten. Gesundheit stärken.** Laufen fördert die Leistungsfähigkeit, das Wohlbefinden und den Teamgeist unter Kollegen und stärkt das Betriebsklima. Deshalb unterstützt die DAK als Gesundheitspartner den Firmenlauf HRS BusinessRun Cologne mit starken Leistungen wie Starterpaketen, Gratismassagen und Vitamincocktails. Ziel der Veranstaltung mit dem kölschen Motto „Laufe, fiere, danzel!“ ist es, dass Unternehmen Beruf und sportliche Bewegung in Einklang bringen. Egal ob alt oder jung, Anfänger oder trainierter Läufer: Bei der Premiere des HRS BusinessRun Cologne steht die Gemeinschaft im Vordergrund, nicht die sportliche Höchstleistung. Die Strecke des Fünfkilometerlaufes, zu dem 3.000 Teilnehmer erwartet werden, ist für jedermann gut zu bewältigen. Im Anschluss an den Lauf finden im Beachsportclub Playa in Cologne eine „AfterRun-Party“ statt.

**i** **Anmeldung und weitere Infos unter [www.dak.de/businessrun](http://www.dak.de/businessrun) oder unter [www.business-run-cologne.de](http://www.business-run-cologne.de)**

Anzeige

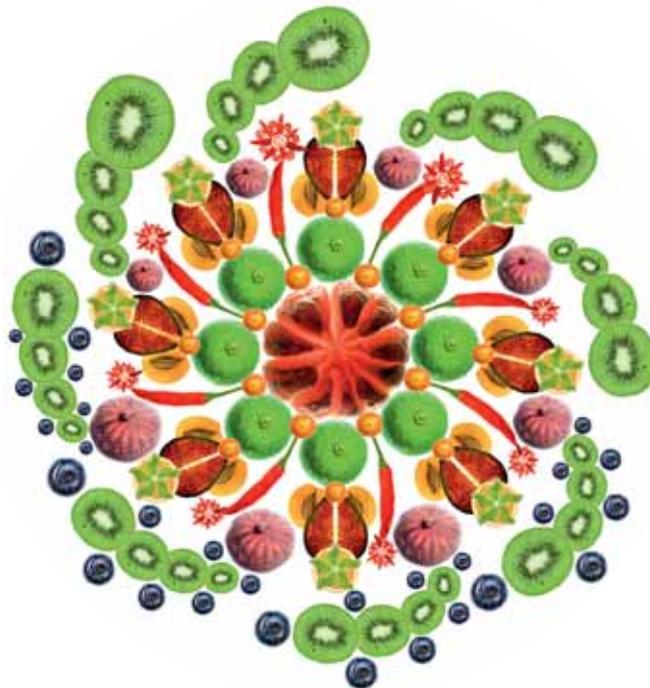
**+++ [www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de) +++ [www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de) +++**

## Voller Genuss für die Augen

**Unsere Lebensmittel:** Sie machen uns fit, sie machen uns krank. Mit Essen vertreibt sich mancher genüsslich die Zeit, während andere hungern. Uns satt zu machen, beschäftigt viele Branchen, andere hingegen diktiert uns unerreichbare Schlankeitsideale.

Um die vielen Facetten des Themas Ernährung zu zeigen, rief die DAK die Studenten des Institute of Design Hamburg, einer internationalen Fachschule für Gestaltung und Kommunikation, zu einem Fotowettbewerb auf. Insgesamt 47 nahmen teil und beleuchteten mit ihren durchweg gelungenen Arbeiten die kulturelle, soziale und ästhetische Dimension von Ernährung. Die 50 besten Bilder sind nun seit April 2008 in einer Wanderausstellung mit dem Titel „Voller Genuss? Ein fotografisches Menü in 29 Gängen“ zu sehen.

**i** **Alle Ausstellungstermine und -orte finden Sie unter [www.dak.de/content/dakgesundichbindabei/vollergenuss.html](http://www.dak.de/content/dakgesundichbindabei/vollergenuss.html)**



**praxis+recht** zu lesen

**DAK**  
Unternehmen Laufen

**Sehr geehrte Abonnentin, sehr geehrter Abonnent,**  
Ihre monatliche Bezahlung mit dem Transfer und Sie gehen nicht ein die Themen Betriebswirtschaft, Personalwesen und Steuern bringt Sie immer auf den neuesten Stand!

**Inhalte**

- Betriebswirtschaftliche und Personalrechtliche aus
- Rechtliche Fragen (Steuerrecht, Sozialrecht)
- Fallbeispiele im Einzel, jungen Betriebswirtschaft
- Steuerfragen (Zins, Lohnsteuer)
- Neue Steuerliche Regelungen und Rechtsprechung ab 2008
- Betriebswirtschaftliche und Personalrechtliche aus
- Rechtliche Fragen (Steuerrecht, Sozialrecht)
- Fallbeispiele im Einzel, jungen Betriebswirtschaft
- Steuerfragen (Zins, Lohnsteuer)
- Neue Steuerliche Regelungen und Rechtsprechung ab 2008

**Bundesgesundheitsministerium baut Robert-Koch-Institut aus**  
Das Robert-Koch-Institut wird künftig eine zentrale Rolle in der Gesundheitsüberwachung spielen. Im Rahmen des Projektes RKI 2010 wird das Bundesgesundheitsministerium das zentrale Bundesinstitut, das die Basis für Gesundheitsüberwachung und -berichterstattung bildet, in die zentrale Gesundheitsüberwachung und -berichterstattung des Bundes des Projektes RKI 2010 auf eine neue Grundlage zu bringen. Die Finanzierung wird durch den Bund und durch die Bundesländer übernommen. Das Robert-Koch-Institut wird die zentrale Gesundheitsüberwachung und -berichterstattung des Bundes des Projektes RKI 2010 auf eine neue Grundlage zu bringen. Die Finanzierung wird durch den Bund und durch die Bundesländer übernommen. Das Robert-Koch-Institut wird die zentrale Gesundheitsüberwachung und -berichterstattung des Bundes des Projektes RKI 2010 auf eine neue Grundlage zu bringen. Die Finanzierung wird durch den Bund und durch die Bundesländer übernommen.

## Newsletter praxis+recht: Abonnieren Sie ihn jetzt!

**Ganz neu: der aktuelle Newsletter von praxis+recht. Er erscheint einmal pro Monat und ersetzt die drei bisherigen Newsletter der DAK zu den Themen Personalwesen, Sozialversicherung und Steuern. Wenn Sie immer aktuell informiert sein möchten, dann melden Sie sich an auf [www.dak-firmenservice.de](http://www.dak-firmenservice.de). Viel Spaß beim Lesen!**

# Wir sind für Sie da!

Sie haben die Fragen. Wir die Antworten. Egal, was Sie wissen wollen: Unsere Experten am Telefon helfen Ihnen rund um die Uhr schnell und kompetent weiter.



## DAKdirekt

01801-325 325\*

24 Stunden an 365 Tagen

**DAK-Versicherungsexperten** informieren und beraten Sie über Leistungen, Beiträge und Mitgliedschaft.

- ▶ „Das Kind unserer Mitarbeiterin ist krank. Muss der Arbeitgeber die Mutter freistellen? Und wer bezahlt die Freistellung für die Beaufsichtigung des Kindes?“
- ▶ „Ist bei der Berechnung der Beiträge in der Phase einer Altersteilzeit die Gleitzone-Regelung anzuwenden?“

## DAKGesundheitdirekt

01801-325 326\*

24 Stunden an 365 Tagen

**DAK-Medizinexperten** beantworten diskret und kompetent alle Ihre Fragen zu medizinischen Themen.

- ▶ „Ich habe Schmerzen im Knie. Muss ich mit dem Joggen aufhören?“
- ▶ „Mein Sohn hat Asthma. Was kann man tun?“

**Bitte beachten Sie: Für medizinische Informationsgespräche gilt dieselbe Schweigepflicht wie beim Arztbesuch. Sie ersetzen aber nicht den Besuch beim Arzt. Wählen Sie bei akuten Notfällen bitte immer die 112!**

## DAKAuslanddirekt

0049-621-549 00 22

24 Stunden an 365 Tagen

**DAK-Medizinexperten-Ausland** helfen Ihnen weiter – wo auch immer auf der Welt Sie sich gerade befinden.

- ▶ „Ich habe mir am Strand einen schweren Sonnenbrand geholt. Können Sie mir einen deutschsprachigen Arzt empfehlen?“
- ▶ „An meinem Urlaubsort gibt es zwei Kliniken. Zu welcher soll ich gehen?“

## praxis+recht: Ihre Meinung ist uns wichtig!

**Worüber wird in Ihrer Firma diskutiert?  
Welche Fragen haben Sie?  
Welche Themen sollten ins Heft?  
Wo können wir uns noch verbessern?**

Die Redaktion von praxis+recht freut sich auf Ihre Anregungen, Wünsche und Verbesserungsvorschläge. Schreiben Sie uns, was Sie denken, oder rufen Sie einfach an!

**Redaktion praxis+recht:** Sabine Langner,  
Postfach 10 14 44, 20009 Hamburg  
**Telefon:** 040-23 96 14 66  
**E-Mail:** sabine.langner@dak.de

\* 3,9 Cent/Minute aus dem Festnetz der Dt. Telekom. Abweichungen bei Anrufen aus Mobilfunknetzen.

# BOSE® WAVE® Music System mit CD-Wechsler.

„... für Nonstop-Musikgenuss.“

zitiert aus „Digital Home“ 1/2006



## Vorteilspaket:

### WAVE® Music System + 3-fach CD-Wechsler

Elegantes, kompaktes Design  
passend zum WAVE® Music System.  
Dank kleiner Standfläche lässt sich  
das System mit Wechsler mühelos in  
nahezu jede Umgebung integrieren.  
Ersatzfernbedienung inklusive.

„Kult von Bose: Klangwunder...“

zitiert aus „Guter Rat“ 5/2005



**Stellen Sie sich vor**, ein einfacher Knopfdruck genügt, und Sie genießen Ihre Lieblings-CDs/MP3-CDs oder Ihr bevorzugtes Radioprogramm überall dort, wo eine Steckdose in der Nähe ist.

**Stellen Sie sich vor**, Sie erleben den raumfüllenden Klang weitaus größerer und teurerer HiFi-Anlagen mit einem System, das kaum mehr Platz braucht als ein aufgeschlagenes Buch – ein System, das dank US-patentierter Technologien keine separaten Lautsprecher benötigt und HiFi-Stereo-Klang sogar bei Zimmerlautstärke garantiert.

**Stellen Sie sich vor**, Sie genießen Ihre Lieblingsmusik mit einem einfachen Knopfdruck viele Stunden ohne Unterbrechung.

Diese einzigartigen Vorteile und viele mehr bietet Ihnen nur das „Klangwunder“ von Bose.

Das WAVE® Music System und der 3-fach CD-Wechsler sind in Schwarz oder Weiß nur direkt bei Bose erhältlich.

## Vielfach ausgezeichnet:



Einfach kostenlos anrufen, jetzt gleich das Vorteilspaket bestellen oder weitere Infos anfordern:

**(08 00) 2 67 33 33**

Infomaterial: SMS mit Wave13927 an 55515 (Standardtarif)

Internet [www.bose-testen.de](http://www.bose-testen.de)

Kennziffer **8APRR27**

Ändert sich Ihre Anschrift, dann rufen Sie bitte an.

DAK . PF 10 14 44 . 20009 Hamburg  
PVSt. 1497 . DPAG . Entgelt bezahlt

**DAKdirekt 01801-325 325**

24 Stunden an 365 Tagen – 3,9 Cent/Minute aus dem Festnetz der  
Dt. Telekom. Abweichungen bei Anrufen aus Mobilfunknetzen.

# Beste Beratung. Beste Bewertung.

d.pole



**Unsere Beratung wurde auf Herz und Nieren geprüft.** Jetzt bescheinigt uns der TÜV Rheinland: Die DAK bietet einen ausgezeichneten Kundenservice. Darauf können Sie sich in allen Lebenslagen verlassen.

DAK-Qualität mit TÜV-Siegel:

- Schnelle und kompetente Hilfe für unsere Kunden
- Persönliche Beratung auch nach Feierabend
- Serviceangebote rund um die Uhr
- Aktive Gesundheitsvorsorge
- Innovative Leistungen

DAK – Unternehmen Leben: Ihre Zufriedenheit bleibt auch in Zukunft unser erstes Ziel.

**DAK**

Unternehmen Leben