

Generation **55plus** Baden-Württemberg

Monatszeitung für Menschen, die mitten im Leben stehen.

www.baumeister-verlag.de

22. Jahrgang

März 2010

Einzelpreis 1.80 €

Aus dem Inhalt

Landespreis für
Theaterstücke
12.000 € Preisgeld
Seite 6



Technik-
Revolution
Neues Hörsystem
Seite 12



Darmkrebs -
Früherkennung
AOK mit Angebot
Seite 16



Gehirnjogging/
Preisrätsel
Reise zu gewinnen
Seite 18/20



Schöner
Wohnen 2010
Beste Empfehlungen
Seite 23 - 26



Studie: Positive Gefühle schützen vor Herzleiden

Glückliche und zufriedene Menschen bekommen seltener Herzkrankheiten. Das haben US-Forscher in einer Langzeitstudie mit 1739 gesunden Erwachsenen bestätigt. Eine Studie ergab nun, dass positive Gefühle das Risiko für Herzkrankheiten bei Menschen senken können. Seite 14

Senioren online: Land fördert Medienkompetenz

Senior-Internet-Initiativen unterstützen ältere Menschen bei Computer- und Internetnutzung

E-Mails schreiben, Bestellungen in der Internetapotheke oder weiterführende Informationen im Netz recherchieren: Vielen Seniorinnen und Senioren sind die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten des Internets oft gar nicht bewusst. Oder es fehlen ihnen Kenntnisse sowie Unterstützung im Umgang mit PC und Internet. Hier helfen Senior-Internet-Initiativen weiter. Diese Gruppen von computer-versierten und interneterfahrenen Seniorinnen und Senioren führen ältere Menschen an die Neuen Medien heran und unterstützen sie bei Fragen und Problemen. In Baden-Württemberg bestehen bereits über 50 Senior-Internet-Initiativen, die Seniorinnen und Senioren auf ehrenamtlicher Basis im Umgang mit Computern schulen und beim Einstieg in das Internet begleiten. Doch gerade in ländlichen Ge-

bieten gibt es bislang nur wenige entsprechende Anlaufstellen für ältere Menschen. Deshalb hat das Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum nun das Projekt „Internet goes Ländle“ ins Leben gerufen. Damit fördert das Ministerium die Gründung weiterer Senior-Internet-Initiativen und trägt so dazu bei, dass noch mehr ältere Menschen PC- und Internetkompetenzen erwerben. Die am Projekt beteiligten Partner - die MFG Baden-Württemberg, das Netzwerk für Senior-Internet-Initiativen Baden-Württemberg e.V. (Netzwerk sii BW) und das Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWiW) der Universität Ulm - wollen vor allem Kommunen in den ländlichen Gebieten Baden-Württembergs anregen, eigene Initiativen ins Leben zu rufen. Darüber hinaus sollen Se-

niorinnen und Senioren, die schon Kenntnisse im Umgang mit Neuen Medien haben, von Helfern aus bereits bestehenden Initiativen an diese neue Aufgabe herangeführt werden. Die neu ausgebildeten Senior-Internet-Helfer können ihr Wissen wiederum an ältere Mitmenschen weitergeben, die noch wenig Erfahrung mit PC und Internet haben. Alle Helfer arbeiten dabei auf ehrenamtlicher Basis. Wie Interessierte neue Initiativen gründen können und wie die Arbeit eines ehrenamtlichen Senior-Internet-Helfers aussieht - damit beschäftigt sich auch eine kostenlose Informations- und Auftaktveranstaltung in Ulm. Hierzu laden die Projektpartner von „Internet goes Ländle“ am Dienstag, den 2. März 2010 ab 10.30 Uhr in die Universität Ulm ein. Nachmittags werden in Arbeitsgruppen drei Themen-

schwerpunkte rund um Senior-Internet-Initiativen bearbeitet und im Anschluss noch offene Fragen aufgegriffen. Anmeldungen sind erbeten. Sie nimmt Ralph Schneider vom ZAWiW (E-Mail: ralph.schneider@uni-ulm.de, Fax: 0731/5023197) bis zum 25. Februar 2010 entgegen. Das detaillierte Programm sowie das Anmeldeformular zu der Veranstaltung wird in Kürze unter www.internet-goes-laendle.de veröffentlicht. „Unser Ziel ist, dass in Zukunft noch mehr ältere Menschen von den Möglichkeiten moderner Informations- und Kommunikationsmittel profitieren können.“

Fortsetzung Seite 2

Fortsetzung von Seite 1

Senioren online: Land fördert Medienkompetenz

Daher freuen wir uns über jeden ehrenamtlichen Helfer, der in seiner Gemeinde eine eigene Senior-Internet-Initiative ins Leben rufen oder bereits vorhandene Ansätze dafür unterstützen möchte“, sagten Carmen Stadelhofer, Geschäftsführerin des ZAWiW, und Bodo Kleineidam, 1. Vorsitzender des Netzwerks sii BW.

Interessenten können sich bei bestehenden Senior-Internet-Initiativen über Erfahrungen und Unterstützungsmöglichkeiten bei der Gründung einer neuen Initiative in ihrer Gemeinde informieren. Anfragen sind per E-Mail unter info@netzwerk-sii-bw.de oder per Telefon unter 0731/5023193 möglich.

Die aktuelle Podcast-Folge des MFG Innovationcasts, „Rüstige Rentner nutzen das Netz“ (podcast.mfg-innovation.de/folge26) sowie der Artikel „Surfen und Skypen statt Kaffeeklatsch und Kegeln“ (www.doit-online.de/feature) beschäftigen sich ebenfalls mit dem Thema Medienkompetenz der „Generation 50 plus“.

Über das Projekt „Internet goes Ländle“

Ziel des Projekts „Internet goes Ländle“ ist es, mithilfe sogenannter Senior-Internet-Initiativen ältere Menschen an Computer und Internet heranzuführen und vorhandene Hemmschwellen zu überwinden. Neben den rund 50 bestehenden sollen weitere Senior-Internet-Initiativen gegründet werden – insbesondere in den ländlichen Gebieten Baden-Württembergs. Die ehrenamtlichen Helfer werden mit einem bereits vorhandenen Qualifizierungskonzept von aktiven Senior-Internet-Helfern aus- und weitergebildet. Die Schulungen erfolgen in Form eines Train-the-trainer-Konzepts – also von Senioren für Senioren. Alle Senior-Internet-Helfer arbeiten auf ehrenamtlicher Basis. Das Projekt wird vom Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg gefördert und gemeinschaftlich mit der MFG Baden-Württemberg, Innovationsagentur des Landes für IT und Medien, dem Netzwerk für Senior-Internet-Initiativen Baden-Württemberg e.V. (Netzwerk sii BW) und dem Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWiW) der Universität Ulm durchgeführt.



Senior-Internet-Initiativen unterstützen ältere Menschen bei Computer- und Internetnutzung.

MFG Baden-Württemberg

Die MFG gehört zu den führenden Innovationsagenturen für IT und Medien in Europa mit Schwerpunkt Informationstechnologie, Software, Telekommunikation und Creative Industries.

Ziel ist die Vernetzung von Kreativwirtschaft und Technologiebranchen zur Stärkung des deutschen Südwestens, zur Förderung von Kooperationen in Europa und zur Unterstützung globaler Zusammenarbeit. Dabei stehen für die MFG als Experte für wissenschaftsbasierte Dienstleistungen besonders Anwenderbranchen wie Automobil- und Maschinenbau sowie die Gesundheitsbranche als potenzielle Kunden und Abnehmer im Fokus. Mit ihren nach ISO 9001 zertifizierten Dienstleistungen und 100.000 Technologiebeziehungen gehört sie international zu den Vorreitern für systemische Standortentwicklung in öffentlich-privaten Partnerschaften.

MFG Baden-Württemberg mbH Innovationsagentur des Landes für Informationstechnologie und Medien

Hannah Fessler Projektleiterin
Internet goes Ländle

Telefon 0711-90715-312
Fax 0711-90715-350
E-Mail: fessler@mfg.de



Das Magazin für Menschen, die mitten im Leben stehen!

Abo-Service:
07181/25 32 31

Im Zeitschriftenhandel erhältlich
Erscheinungsweise: 6 x jährlich
Jahresabonnement: 18 Euro,
incl. Porto, Einzelpreis: 2 Euro

IMPRESSUM

Generation **55plus**
Baden-Württemberg

Generation **55plus**
Stuttgart

Generation **55plus**
Badische Seniorenzeitung

Generation **55plus**
Freiburger Seniorenzeitung

Generation **55plus**
Seniorenzeitung Rems Murr

aktiv

im Leben
Das Magazin für Menschen,
die mitten im Leben stehen

So will ich Leben!
Das Wohlfühlmagazin

Erscheint monatlich im
BAUMEISTER VERLAG
Postfach 12 68,
73602 Schorndorf,
Uhlandstr. 104, 73614 Schorndorf
Telefon 07181/25 32 31
Fax 07181/25 88 78
E-mail: info@baumeister-verlag.de
www.baumeister-verlag.de

Die **SENIORENZEITUNG BADEN-WÜRTTEMBERG** ist eine überparteiliche, konfessionell unabhängige Monatszeitung für die ältere Generation. Für unverlangt eingesandte Manuskripte übernehmen wir keine Haftung. Bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen trägt der Verfasser die presserechtliche Verantwortung. Beiträge der Autoren geben nicht in jedem Falle die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck, auch auszugsweise, bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages.

Chefredaktion:
Werner Stoll, Vi.S.d.P.

Redaktion:
Dr. Stefan Raab,
Uta Haser-Stoll, Reise & Gesundheit
Beate Heibel, Lokales

Ständige Mitarbeiter:
Dr. Helga Vetter, Renate Schauer,
Dieter Schnabel, Kultur,
Hans-Joachim Heister, Lokalredaktion

Anzeigen- und Medienberatung:
Beate Heibel, M.A. Anzeigenleitung,
Carmen Hentschel, Brunhilde Graab,
Silke Röhm
Anzeigen: **Region Freiburg**
Julia Stoll, Torsten Sauter
Tel. 0781/9 48 66 95

Verkaufsbüro Frankfurt,
Verlagsbüro H.Georgi, 61389 Schmitten,
Feldbergstrasse 58a, Telefon 06082/1388,
E-Mail: buerro-hgeorgi@web.de

Druck: DHW-Druckhaus Waiblingen,
71332 Waiblingen
Einzelvekaufspreis: **1.80 Euro**
Jahresabonnement: **27.50 Euro**, inkl.
Versandkosten.
Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste
Nr. 25, gültig ab Januar 2010

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage für die
Publikation: **PC-Wissen für Senioren**,
Bonn, Postvertreibskennzeichen G59106
bei, sowie ein Prospekt „**Vivat**“,
St. Benno Buch- und Zeitschriften-
verlag, Leipzig, bei.
Wir bitten um Beachtung.

Viele Glätte-Opfer: Winter geht auf die Knochen

Räumpflicht auf Gehwegen: Unfallversicherung können Behandlungskosten einfordern

Deutschland fällt hin: Auf vereisten und schlecht geräumten Gehwegen verletzen sich zurzeit immer mehr Menschen. Viele Krankenhäuser melden eine Häufung von Knochenbrüchen, einige haben auch schon aufgehört zu zählen, wie eine Umfrage am vergangenen Montag ergab.

Tausende Menschen müssen in die Notaufnahmen, bei denen es in zahlreichen Gegenden lange Wartezeiten gibt. Genaue Zahlen sind jedoch bundesweit unklar. In einigen Städten war von doppelt so vielen Fällen wie normal die Rede. In Mecklenburg-Vorpommern starb in der kirrrenden Kälte ein Mann. Ersten Ermittlungen zufolge war er auf einem Trampelpfad an Bahngleisen ausgerutscht und nicht wieder auf die Beine gekommen. Bahnmitarbeiter fanden die Leiche am Sonntagabend bei Laage.

Die Eisglätte sorgte zum Beispiel für Hochbetrieb in Hamburgs Krankenhäusern: Allein im Universitätsklinikum im Stadtteil Eppendorf behandelten Notfallärzte am Wochenende 125 Frakturen. Insgesamt wurden gut 520 Patienten aufgenommen, sagte Unfallchirurgie-Chef Prof. Johannes Rueger. Das waren etwa 120 Fälle mehr als an einem normalen Wochenende. So viele Knochenbrüche über einen so langen Zeitraum wie zurzeit habe er noch nie gesehen, sagte Rueger.

Die Asklepios-Kliniken in Hamburg hatten bereits Ende vergan-

gener Woche ihre Notaufnahmen mit Ärzten und Pflegeern aufgestockt. Die Witterung sorgte für einen deutlichen Anstieg der Patientenzahlen, hieß es – an manchen Standorten um 50 Prozent und mehr.

„Im Vergleich zu sonst behandeln wir seit einigen Wochen viele gestürzte Patienten“, sagte auch Heike Gabriel vom Klinikum Magdeburg. 80 Prozent der Menschen, die derzeit in der Notaufnahme behandelt werden, bezeichnete sie als „Winteropfer“. Unfallchirurgie und Orthopädie seien fast komplett ausgelastet. In den Ambulanzen des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UK S-H) in Kiel und Lübeck werden zurzeit 50 bis 75 Prozent mehr Patienten mit Knochenbrüchen behandelt als sonst, sagte Sprecher Oliver Grieve. Besonders häufig seien gebrochene Handgelenke oder Ellenbogen. Ein Kind habe sich beim Rodeln unter anderem den Kiefer gebrochen.

In der Lübecker Sana Klinik wurden im Dezember und Januar etwa 200 Patienten mit Knochenbrüchen behandelt. Das waren nach Angaben einer Sprecherin doppelt so viele wie sonst. Nach fünf Wochen Schnee und Glätte kommen auch die großen Berliner Krankenhäuser beim Zählen der Stürze kaum noch nach. Menschen, die ausrutschten, würden sich oft den Unterarm brechen sowie Zerrungen und Prellungen zuziehen, sagte Daniel Schachinger, Rettungsstellen-Chefarzt des Vivantes



Hausbesitzer sind verpflichtet den Gehweg zu räumen. Sonst kann die Unfallversicherung Behandlungskosten einfordern.

Klinikum im Friedrichshain. In der Berliner Charité werden viele Patienten mit Rippen- oder Knöchelbrüchen eingeliefert. Anfangs wurden hier die Glatteis-Unfälle noch gezählt, inzwischen haben die Ärzte das aufgegeben. Ein Sprecher des Spitzenverbands der gesetzlichen Unfallversicherung DGUV in Berlin sagte, dass es noch keine genauen Zahlen zu den Stürzen auf Wegen gebe. Klar sei aber, dass Hausbesitzer verpflichtet seien, den Gehweg zu räumen. Sonst könne die Unfallversicherung Behandlungskosten einfordern. Eine Sprecherin des Spitzenverbands der gesetzlichen Krankenkassen hat ebenfalls noch keine Daten, kennt

aber das Problem gut: Auch zwei Mitarbeiter ihres Verbands seien gestürzt und hätten sich verletzt. In Baden-Württemberg meldeten die Krankenhäuser ebenfalls Sturzopfer. In den vergangenen Tagen seien Gehwege schlecht gestreut worden, sagte Thorsten Hammer, Oberarzt in der Notaufnahme der Universitätsklinik Freiburg.

So seien viele ältere Menschen mit Handgelenksbrüchen in die Klinik gebracht worden, die auf dem Weg zur Kirche oder zum Friedhof gestürzt waren. Daneben gebe es wie jeden Winter die üblichen verletzten Ski- und Snowboard-Fahrer. „Wir haben den Schwarzwald vor der Tür“, erklärte Hammer.

Kostenzuwachs am geringsten

Krankenkassen geben 3,3 Milliarden aus

Eine Initiative für günstige Nachahmerpräparate hat im Südwesten den Anstieg der Arzneimittelpreise abgebremsst. Die Krankenkassen haben 2009 für Medikamente eine Rekordsumme von 3,3 Milliarden Euro ausgegeben. Das seien 3,7 Prozent mehr als im Vorjahr, so die Techniker Krankenkasse Baden-Württemberg. Mit dieser Steigerung schneide der Südwesten im Vergleich der Bundesländer am besten ab und liege deutlich unter dem Bundesdurchschnitt von 5,9 Prozent. Die Kasernenärztlichen Vereinigung und die Krankenkassen versuchen, Ärzte über Seminare und Broschüren dazu zubewegen, Generika, Medikamente mit abgelaufenem Patent-

schutz, zu verschreiben. Das ist laut TK auch gelungen. „Der Anteil von Generika im Gesamtmarkt ist in den beiden vergangenen Jahren von 57 auf 66 Prozent angestiegen“, sagte Andreas Vogt, Leiter der TK-Landesvertretung. Ob die Krankenkassen Zusatzbeiträge erheben, hänge entscheidend von den Kostensteigerungen bei den Arzneimitteln ab, sagte Vogt. Die TK erhebt bislang keinen Zusatzbeitrag. In Deutschland müsse endlich die Mehrwertsteuer auf Medikamente auf sieben Prozent ermäßigt werden. Die TK begrüße zudem die Initiative der Europäischen Union, stärker gegen Arzneimittelhersteller vorzugehen, die die Einführung von Generika behindern.

Bei Patenten auf Spitzenplatz

Robert Bosch im internationalen Vergleich vorne



Bosch besitzt insgesamt 82.000 Patente.

Die fleißigsten Tüftler kommen aus Schwaben: Die Forscher und Entwickler des Stuttgarter Autozulieferers Bosch haben 2009 mehr als 3.800 Patente angemel-

det – 15 pro Arbeitstag. Das sind ebenso viele wie im Vorjahr. Damit liegt das Unternehmen auf einem bundesweiten Spitzenplatz, teilte die Robert Bosch GmbH am vergangenen Freitag mit. Ob Bosch wie im Vorjahr vor Siemens beim Deutschen Patent- und Markenamt auf Platz eins landete, steht noch nicht fest. 2008 nahm der Autozulieferer beim Europäischen Patentamt den sechsten und beim internationalen Patentamt den fünften Platz ein. Die Bosch-Gruppe besitzt insgesamt 82.000 Patente. Bosch investierte 2009 rund 3,8 Milliarden Euro in Forschung und Entwicklung. Von den 271.000 Mitarbeitern sind 33.000 mit Innovationen beschäftigt.