



Ausgabe 08/2020

26. März 2020

Beihilfestelle: Telefonische Erreichbarkeit

Leider wird die Einschränkung in der Telefonie der Beihilfe bis auf Weiteres beibehalten. In der derzeitigen Situation bleibt es ein großes Anliegen, alle noch verfügbaren Kräfte in der Antragsbearbeitung zu bündeln. Es wird jetzt auch verstärkt mit höheren Antragsengängen gerechnet, was umso mehr eine intensive und konzentrierte Abarbeitung von Anträgen notwendig macht.

Es wird aber nach wie vor **Mo bis Fr von 09.00 bis 12.00 Uhr** eine telefonische Erreichbarkeit angeboten. Des Weiteren wird zusätzlich mit Bandansage und als E-Mail-Eingangsbestätigung informiert.

Tarifpolitik des dbb im Zeichen der Corona-Krise

Am 23. März 2020 haben sich Vertreter der Vereinigung der kommunalen Arbeitgeberverbände (VKA), von ver.di und des dbb in Berlin getroffen, um gemeinsam zu beraten, wie die durch die aktuelle Corona-Krise verursachten Probleme und Herausforderungen im Bereich der Tarifpolitik der Kommunen zu bewältigen sind. Für den dbb nahm der Fachvorstand Tarifpolitik, Volker Geyer, an den Gesprächen teil.

Da sich zum aktuellen Zeitpunkt nicht seriös planen lässt, wann und in welcher Form Tarifverhandlungen wieder möglich sein werden, werden sich die eingangs genannten Sozialpartner am 29. April 2020 erneut treffen, um dann eventuell zu entscheiden, wann und in welcher Weise anstehende Tarifverhandlungen geführt werden sollen. Über den Fortgang dieser Beratungen zu einer Tarifpolitik werden wir nach weiteren Informationen zeitnah berichten.

Was ist sinnvoll, um eine längere Zeit zu Hause oder eine Quarantäne gut zu überstehen?

Diese Infos sind einer Fuldaer Zeitung (24.3.2020) entnommen worden.

Speisen für das Immunsystem: Wir brauchen viel Zink, Vitamin C und Eisen, um unser Immunsystem fit zu halten“, erklärt die Ernährungsberaterin Ursula Zimmermann. Sie rät vor allem zu Nahrungsmitteln wie Spinat, Beeren oder auch Hülsenfrüchten. Diese Dinge könne man problemlos in der Konservendose oder aus dem Tiefkühlfach kaufen.

Sich mit Kräutern auseinandersetzen: Vor allem Zwiebeln seien wahre Vitamin C-Bomben, genauso wie Knoblauch. Laut der Expertin gehören darüber hinaus in die Vorratskammer Kürbisse, Eier und Zitrusfrüchte. „Auch eine Kiste mit Äpfeln versorgt über einen langen Zeitraum hinweg mit Nährstoffen.“ Prinzipiell solle man in den kalten Wintermonaten, in denen man schneller erkrankt, auf viel Vitamin C und D sowie Zink zurückgreifen. „Gerade bei einem Virusinfekt spielt die Ernährung eine große Rolle, da dieser den Körper sehr schwächen kann.“ Nicht vergessen sollte man neben den typischen Grundnahrungsmitteln verschiedene Kräuter, etwa zum Würzen und Verfeinern: „Unsere Natur bietet uns so unglaublich viele leckere Dinge, zum Beispiel Bärlauch, Brennnesselspitzen, Giersch oder Schafgarbe. Vielleicht bekommt der eine oder andere ja momentan in seiner freien Zeit Lust, sich damit auseinanderzusetzen.“

Experimentierfreude lohnt sich: Es gibt im Internet viele Seiten, auf denen erklärt wird, wie welches Kraut aussieht“, schlägt Zimmermann vor. Darüber hinaus solle man sich nicht davor scheuen, in der Küche mal Neues auszuprobieren.“

Die Fuldaerin vermutet, dass die Coronakrise gerade in Sachen Ernährung und Nachhaltigkeit einige Aha-Effekte mit sich bringen wird. „Das war schon damals in der Ölkrise so. Plötzlich konnten alle Fahrradfahren und zu Fuß gehen.“ Zudem sieht sie in dieser nie dagewesenen Situation eine Chance, die freie Zeit mit Sinn und Verstand zu gestalten. „Unsere Gesellschaft lebt in einem Hamsterrad. Nun können wir versuchen, im eingeschränkten Alltag achtsamer und dankbarer zu sein – und ein Stück weit gesünder zu leben“, so Zimmermann.