

PROVINZIAL

Ausgabe 25

aktiv

Eine Information der Westfälischen Provinzial Versicherung

► **ENTSCHLEUNIGUNG**

Tipps für einige geruhsame
Tage in der Region

► **ERSTE HILFE**

Die richtigen Handgriffe
können Leben retten



KINDER UND BERUF MANAGEN

Au-pairs – Hilfe auf Zeit

Wie Sie Unterstützung
für Ihre Familie finden

SICHER PLANEN 2-5

TITEL: KULTURAUSTAUSCH

Au-pairs unterstützen Familien mit Kindern und lernen die Sprache im Gastland. Bei richtiger Vorbereitung profitieren beide Seiten.

SICHER LEBEN 6-7

Erste Hilfe: Die richtigen Handgriffe können Leben retten
Übergabe: wie Chefs den geeigneten Nachfolger finden können

SICHER MOBIL 8-9

In der Ruhe liegt die Kraft: Tipps für einige geruhsame Tage

AKTIV FÜR WESTFALEN 10-11

Flüchtlinge: Mit Filmen Haushaltsgeräte erklären
Provinzialer helfen: Viele Mitarbeiter engagieren sich freiwillig

MENSCHEN 12

Aktionskünstler Thomas Nufer und seine schrägen Einfälle

Impressum

Herausgeber:

Westfälische Provinzial Versicherung AG
Provinzial-Allee 1, 48159 Münster

Verantwortlich für den Inhalt:

Peter Börsch, Norbert Wessels

Redaktion:

Birte Carow (Projektleitung), Lars Mrongowius, Michael Reitz (Chefredaktion)

Autoren:

Barbara Einhoff, Andreas Schulte

Schlussredaktion:

Schlussredaktion.de

Grafik:

claim GmbH

Fotos: Stock/Solstock (1, 2, 51), swissmediavision (41.), encier (4 r.), Clandy-Images (4 u.), Markus Beck (6 o.), martin-dm (7 u.); Calypso Verlag/Studie Dr. Walter (3); fotolia/H. Bauer (5 r.), Thomas Zagler (6 u.), fanatykk (8 o.), anatoliy_gleb (8-9 u.), sir_j (9 l.u.), Elizaveta, Alex White (Klapper); Piet Truhlar (7 o.); Oliver Franke, Tourismus NRW (9 l.o.); LiebesGrün; Abtei Königsmünster; fotolia/karelnoppe; Prachtlamas (9 r.v.o.); Thomas Clerx (10 u.); Gregor Fendel (11 o.); Flair Hotel Nieder Ostwig; LWL/Lechtape; Aug. Krämer Kornbrennerei (11 u.v.l.); Marc Geschonke; Jan Braun/Hainz Nixdorf MuseumsForum (12 v.o.)

Druck: Thiekötter Druck GmbH

Redaktionsschluss: 7. September 2017

www.provinzial-online.de



KINDER UND BERUF MANAGEN DANK AU-PAIR

Kultauraustausch auf Zeit

Au-pairs unterstützen Familien mit Kindern und lernen dabei Deutsch. Agenturen helfen bei der Vermittlung.

Alles begann im 19. Jahrhundert.

Wohlhabende Familien in der Schweiz schickten ihre Töchter zum Spracherwerb ins angrenzende Ausland. Die Mädchen wurden in Gastfamilien untergebracht und dort verpflegt, als Gegenleistung halfen sie im Haushalt und bei der Kinderbetreuung. Bis heute wird „au pair“, was sinngemäß „auf Gegenseitigkeit“ bedeutet, auf diese Art praktiziert. Mittlerweile weltweit, quer durch alle Schichten, auch von Jungen und seit 2010 auch von älteren Frauen („Granny-Nannys“).

Laut der Gütegemeinschaft Au pair bringen in Deutschland derzeit 196 Agenturen beide Seiten zusammen. 187 Full-Service- und neun Matching-Agenturen bieten ihre Dienste an – letztere ausschließlich im Internet: Dort finden Au-pairs und Gastfamilien über einen Profilab-

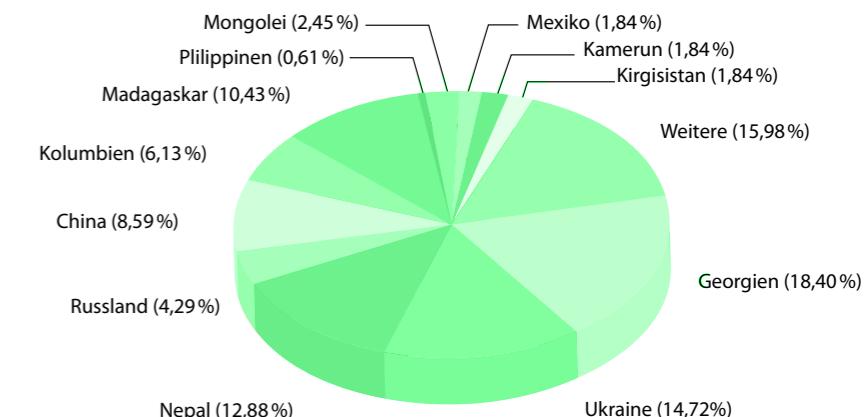
Rund 13.000 Au-pairs kamen vergangenes Jahr nach Deutschland.*

gleich selbstständig zueinander. Das ist kostengünstig, allerdings entfällt meist die persönliche Beratung und Betreuung. Ein Weg, von dem Cordula Walter-Bolhöfer von der Gütegemeinschaft Au pair eher abrät. „Am besten wendet man sich an eine Full-Service-

Agentur, die mit Partner-Agenturen im Ausland zusammenarbeitet“, lautet ihre Empfehlung. Damit steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Au-pair und Gastfamilie zueinander passen. Und das Risiko falscher Erwartungen und daraus folgender Konflikte sinkt. Etwa die des Au-pairs, im Gastland Vollzeit studieren und nebenher ein wenig babysitten zu können. Oder die Annahme der Gastfamilie, das Au-pair würde den Haushalt schmeißen und die minderjährigen Kinder

Top-Au-Pair-Länder

Woher kamen die ausländischen Au-pairs, die 2016 vermittelt wurden?*



* aus Konjunkturmfrage 2017: Entwicklungen und Trends im deutschen Au-pair-Wesen



Gute Wege ins Ausland

„Au pair“ ermöglicht es, die Sprache und Kultur eines Landes kennenzulernen, beschützt von einer Gastfamilie.

► Was ein Au-pair mitbringen sollte:

- Toleranz, Verantwortungsbewusstsein, Geduld
- 200 Stunden Erfahrung in der Kinderbetreuung
- polizeiliches Führungszeugnis
- Führerschein (z.B. USA), Reisepass
- Visum (außerhalb der EU und EWR-Staaten)

► Krankenversicherung

- Grundsätzlich gilt innerhalb der EU bzw. des europäischen Wirtschaftsraums die gesetzliche Absicherung. Jedoch sollte auf jeden Fall nachgefragt werden, für welchen Zeitraum und in welchem Umfang diese gelten.

- Um auf Nummer sicher zu gehen, sollte eine Au-pair-Versicherung abgeschlossen werden.

► Privat-Haftpflichtversicherung

- Falls keine Versicherung über die

Eltern besteht, muss eine eigene abgeschlossen werden.

► Unfallversicherung

Mit eigener Police oder über die Mitversicherung bei den Eltern besteht weltweit Versicherungsschutz.

► Finanzen

Wer jede Woche mindestens 10 Stunden (inkl. Hausaufgaben) an einem Sprachkurs teilnimmt, kann weiterhin Kindergeld beziehen.

► Länderspezifische Informationen

Bundesverband Au-Pair Society:

www.au-pair-society.org

International Au Pair Association:

www.iapa.org

Internationale Jugendarbeit der Diakonie:

www.au-pair-vij.org

Bundesverband katholischer Au-pair-Beratungsstellen:

www.aupair-invia.de

rund um die Uhr betreuen. „Beides geht nicht“, weiß Cordula Walter-Bolhöfer.

Welche Rechte und Pflichten mit einem Au-pair-Aufenthalt in Deutschland verbunden sind, gibt die Bundesagentur für Arbeit vor; sie sind angelehnt an das „Europäische Abkommen über die Au-pair-Beschäftigung“ des Europarats. Demnach kümmert sich ein Au-pair in der Gastfamilie in erster Linie um die minderjährigen Kinder, begleitet sie zum Kindergarten, zur Schule und zu Freizeitaktivitäten. Im Haushalt hilft er oder sie beim Aufräumen, Waschen, Bügeln, macht Frühstück und bereitet einfache Mahlzeiten zu. Mehr als sechs Stunden täglich

Das RAL-Gütezeichen garantiert Sicherheit für die gesamte Au-pair-Zeit.



SCHUTZ.ENGL

Mit Jobhopping durchs Land

Kellnern in Auckland, dann surfen an der Westküste der Nordinsel, bei der Kiwi-Ernte auf den Waikato-Feldern helfen und auf Stewart Island auf Trekkingtour gehen. Mit „Work & Travel“, also Arbeiten und Reisen, lässt sich nicht nur Neuseeland super kennenlernen. Backpackern zwischen 18 und 30 Jahren stehen fast alle Kontinente offen. Mit elf Ländern hat Deutschland ein sogenanntes Working-Holiday-Abkommen abgeschlossen. Agenturen helfen bei der Organisation von Visum, Aushilfsjobs, Unterkünften, Steuernummer, Bankkonto und Versicherungen.

coming“ und „Au pair Outgoing“. 34 Agenturen und Verbände sind damit derzeit ausgezeichnet. Sie stehen für Qualitäts- und Sicherheitsstandards, die das Deutsche Institut für Gütesicherung geprüft und anerkannt hat. Entwickelt wurden sie von der 2004 gegründeten Gütegemeinschaft Au pair e.V. im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Neben der Vergabe der Gütezeichen unterstützt die Gütegemeinschaft Au-pair-Interessierte bei der Suche nach einer Agentur. Kostenlos, neutral und trägerübergreifend berät auch das europäische Jugendinformationsnetzwerk Eurodesk auf seinem Mobilitätsportal „Raus von Zuhause“.

www.rausvonzuhaus.de

www.guetegemeinschaft-aupair.de

Keine Angst vor Erster Hilfe

Ein kühler Kopf und die richtigen Handgriffe können bei einem schweren Unfall Leben retten.

Ganz klar, Erste Hilfe ist Pflicht. Doch die Kenntnisse aus den fernen Zeiten der Führerscheinprüfung sind bei vielen Verkehrsteilnehmern verflogen. Untersuchungen haben festgestellt, dass sich nur jeder dritte Autofahrer damit noch auskennt. Die Folge: Wenn es kracht, schaut so mancher lieber weg und hilft nicht. Das ist nicht nur unverantwortlich, sondern auch juristisch problematisch. Wer Notsituationen ignoriert, kann wegen unterlassener Hilfeleistung bestraft werden. Wer hingegen nach bestem

Wissen und Gewissen handelt, ist vor juristischen Folgen sicher. Deshalb: Anpacken! Aber wie?

Schwerverletzte zuerst

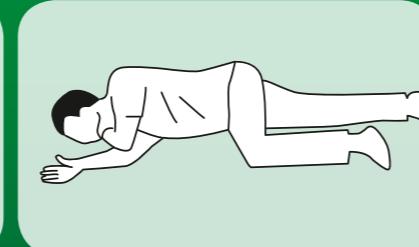
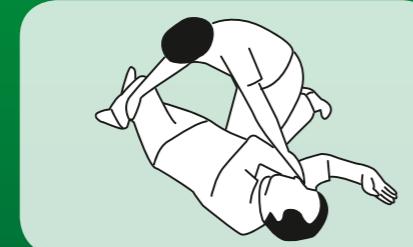
Zunächst gilt es, die Unfallstelle abzusichern. Dann erst sollte der Notruf über die 112 erfolgen und mit der Ersten Hilfe begonnen werden: Schwerverletzte sind zuerst zu versorgen. Sprechen Sie eine reglose Person laut an. Reagiert sie nicht, kontrollieren Sie die Atmung. Dazu muss zunächst der Hals des Verletzten überstreckt sowie

der Mund leicht geöffnet werden. In dieser Position wird die Atemkontrolle durch Sehen, Hören und Fühlen durchgeführt. Atmet der Verletzte, muss er in die stabile Seitenlage gebracht werden. Atmet er nicht, sollten Sie den Verletzten auf den Rücken legen und mit der Herzdruckmassage beginnen. Dazu drücken Sie mit gestreckten Armen den Brustkorb des Verletzten 30-mal gut fünf Zentimeter, dann zweimal beatmen. Viel mehr können Sie eigentlich nicht tun. Aber diese Erste Hilfe kann Leben retten. ■



Die stabile Seitenlage ...

- ... sorgt dafür, dass der Mund des Betroffenen zum tiefsten Punkt des Körpers wird.
- So werden Atemwege freigehalten, Erbrochenes oder Blut kann ablaufen.
- Ein Verletzter mit eingetrübtem Bewusstsein wird so vor dem Ersticken bewahrt.



1 Neben dem Betroffenen knien. Beine des Betroffenen strecken. Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.

2 Fernen Arm des Betroffenen am Handgelenk greifen. Arm vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche des Betroffenen an dessen Wange legen. Hand nicht loslassen.

Quelle: Deutsches Rotes Kreuz.

Wenn der Chef aufhört

Mit der Suche nach einem Nachfolger sollten Unternehmenslenker frühzeitig beginnen.

Wer im Arbeitsleben stets in der Verantwortung stand, lässt auch im Alter nur ungern los. Erst recht, wenn er sein eigener Chef ist. Dennoch ist es wichtig, sich rechtzeitig um die Unternehmensübergabe zu kümmern. Denn aufgrund des demografischen Wandels stehen Nachfolger in Deutschland nicht gerade Schlange. Nach Angaben des Deutschen Industrie- und Handelskammertags (DIHK) finden 43 Prozent der Unternehmer keinen Nachfolger.

Region. Auch einige Unternehmensberatungen haben sich darauf spezialisiert, nicht nur einen Nachfolger zu finden, sondern auch die komplette Übergabe zu moderieren. Fünf Jahre, so raten Experten des Bundeswirtschaftsministeriums, sollten sich Chefs für Suche, Verhandlungen und Einarbeitung des Nachfolgers einplanen. Und: Wenn die Übergabe erfolgt ist, sollten Chefs auch loslassen und dem Nachfolger vertrauen. ■

Hemmschuh Kaufpreis: 44 Prozent der Alt-Inhaber bie- ten ihre Firma zu teuer an.

Quelle DIHK

www.nexxt-change.org
www.bvmw.de → [Marktplatz](#) → [Nachfolgemarkt](#)



CHEF.SACHE

Viele Unternehmer wünschen sich eine Nachfolge innerhalb der Familie.

Aber ist die interne Nachfolge wirklich die Beste? Prüfen Sie daher genau: Sind Ihre Kinder aufrichtig interessiert, kompetent und willens, die Führung zu übernehmen? Wenn ja, dann überfordern Sie niemanden. Übertragen Sie Verantwortung in kleinen Schritten. Auch intern gilt: Für die komplette Übergabe sollten Sie sich gut fünf Jahre Zeit nehmen. ■



Wer mit einem Heißluftballon fährt, lässt den Alltag am Boden und hat den Blick auf das große Ganze. Und der Brenner sorgt für himmlische Wärme.



Endlich abschalten

Um dem wachsenden Alltagsdruck zu entkommen, bietet unsere Region jede Menge Entschleunigungspotenzial.

Wenn Hektik und Stress das Leben bestimmen, wird es Zeit abzutauchen und zu entspannen. Doch das ist leichter gesagt, als getan. Laut einer Studie des Landesinstituts für Arbeitsgestaltung (LIA) aus dem Jahre 2011 fühlen sich die Menschen in NRW vor allem durch Gedanken an die Arbeit, familiäre Verpflichtungen sowie die körperliche Verfassung in ihrer Erholung gehemmt. Dabei ist regelmäßige Erholung für die Rückgewinnung der verbrauchten Kräfte unverzichtbar, mahnt das LIA. Das Schöne: Dafür braucht es nicht einmal

eine Woche Urlaub. Forscher vom Institut für Psychologie an der Uni Münster haben herausgefunden, dass wir die meiste Energie in den ersten Tagen tanken. Und manchmal reichen schon ein paar Stunden, um abzuschalten. Die größte Erholungswirkung erzielen Menschen übrigens, so die Forscher, wenn sie nur das tun, worauf sie wirklich Lust haben. Und wenn sie Zeit mit Menschen verbringen, die sie mögen

oder wenn sie kleine Herausforderungen meistern.

Wege zur Erholung

Ein Aufenthalt in einem Kloster ist sicher der konsequenteste Weg, um dem „täglichen Wahnsinn“ zu entkommen. Dafür bietet sich zum Beispiel die Abtei Königswinter in Meschede an (s. Eventtipps S. 9). Aber auch in der Natur finden sich Orte der Stille. Viele Wanderwege sind in der kalten Jahreszeit deutlich weniger frequentiert als im Sommer.

Mit warmen Stiefeln und einer dicken Jacke ausgestattet, kann sich jeder in der klaren Luft den Kopf freilaufen. Zum Beispiel auf dem Jakobsweg, der allein in Westfalen über mehrere Hundert Kilometer verläuft. Auch eine Husky-Trekking-Tour durch die Sauerländer Wälder ist eine Kraftquelle (husky-events.de). Und bei einer Fastenwanderwoche lässt sich jede Menge „Alltagsmüll“ abladen (www.fastenwandern-sauerland.de).

Für Körper, Geist & Seele

Wem es draußen zu kalt ist, der kann bei einem Besuch in einer der zahlreichen Thermen und Heilbäder in der Region wahrlich wohlige Momente erleben. In der SoleTherme Bad Sassen-dorf zum Beispiel taucht man in eine 33 Grad warme Natursole ein. ■



Event.Tipps

► **Besinnlich:** „Hütten-Spa“, „Slow-Food“-Verpflegung und die schöne, autofreie Natur direkt vor der Hüttentür sorgen im Schmallenberger Bergdorf Liebesgrün für Ruhe und Entspannung. www.liebesgruen.de



► **Meditativ:** Im „Haus der Stille“, dem Gästehaus der Abtei Königsmünster in Meschede, bleibt der Lärm der Welt draußen. Wer möchte, kann an Kursen und am Klosteralltag teilnehmen. www.koenigsmuenster.de → Gäste + Angebote → Haus der Stille



► **Heilsam:** Im Ayubowan Ayurveda Center in Bad Berleburg bringen Spezialisten und Therapeuten aus Sri Lanka mit Kuren und Speisen Körper, Geist und Seele in Einklang. www.ayurveda-bad-berleburg.de



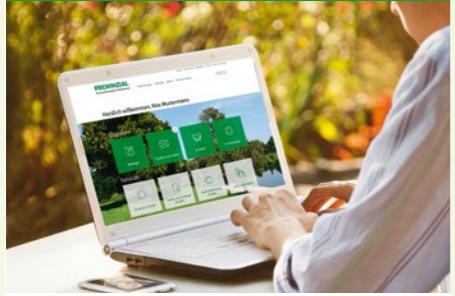
► **Stressfrei:** Ein „Achtsamkeitstag“ im Gesundheitspark Nienhausen in Gelsenkirchen dient dem nachhaltigen Stressabbau und Resilienz-Aufbau. Den Auftakt macht eine Lama-Wanderung. www.prachtlamas.de



Sauna, Sole, Moor und Quellwasser
www.nrw-tourismus.de/thermen-in-nrw

„Richtig erholen“, Broschüre des LIA
www.lia.nrw.de → service → Publikationen → lia_praxis

Smartphone-App: Erholung in den Alltag retten
www.holidaily.de

SCHUTZ.ENGL**„Meine Provinzial“**

Mit dem neuen Online-Portal haben Kunden jetzt jederzeit Einsicht in ihre Daten und Verträge. Sie können ihre persönlichen Daten ändern, Schäden melden und Bescheinigungen anfordern – all dies lässt sich mit wenigen Klicks bequem erledigen. „Meine Provinzial“ sorgt auf kurzem, sicherem Weg für Übersicht und eine zeitnahe Erledigung aller Anliegen.

www.meine-provinzial.de

Bilder statt Worte

Zehn neue Erklärfilme sollen die Sicherheit in Unterkünften für geflüchtete Menschen erhöhen.

Waschen, kochen, heizen – Alltagstätigkeiten können schnell zur Gefahr werden. Erst recht, wenn Menschen mit den kulturellen Gegebenheiten vor Ort noch nicht vertraut sind. So zeigen Erfahrungen der Betreiber von Flüchtlingsunterkünften, dass Haushaltsgeräte oft falsch genutzt werden – mit riskanten Folgen für die Bewohner. Für mehr Sicherheit sorgen zehn kurze, nonverbale Erklärfilme, die von der Provinzial gemeinsam mit dem Verband der Feuerwehren in NRW produziert wurden. Abrufbar sind die Filme über das Scannen eines QR-Codes.

„Unser Ziel ist es, ohne Worte Menschen ganz unterschiedlicher Nati-

onalität zu erreichen“, sagt Brand-assessor Mirco Schneider, Leiter der Abteilung Schadenverhütung/Risikoberatung bei der Westfälischen Provinzial Versicherung. Said Baouchi, Leiter einer Einrichtung für geflüchtete Menschen, hat auch die spätere Mieterverantwortung im Blick: „Die Filme bieten eine niedrigschwellige Methode, auf mögliche Gefahren hinzuweisen und auf das Leben in einer eigenen Wohnung vorzubereiten.“ Broschüren zur „Sicherheit in Unterkünften für Flüchtlinge“ sowie mit QR-Codes versehene Aufkleber und Plakate können hier bestellt werden:

<https://sicherheitserziehung.shop>



Filme ansehen: Mit dem Smartphone und einer Codeleser-App wird der QR-Code (Quick Response, „schnelle Antwort“) gescannt.

Provinzialer helfen

Viele Mitarbeiter übernehmen soziale Verantwortung.

Fast 1.000 Mitglieder zählen mittlerweile die Vereine „Provinzialer helfen in Westfalen-Lippe“ und „Provinzialer helfen“. Mit ihren Mitgliedsbeiträgen, zahlreichen Spenden und der Verdopplung jedes gespendeten Euros durch die Provinzial kamen 2016 konzernweit 188.000 Euro zusammen. Damit konnten 58 Projekte unterstützt werden – unter anderem in Bad Oeynhausen. Dort sichert eine Spende über 5000 Euro die Fortsetzung von „Das Weite suchen“, einem Tanztraining körperbehinderter und gesunder Kinder. ■

www.provinzialerhelfen.de

**Ausflugstipps****300 Meter unter Tage**

Mit Helm, Schutzkleidung und der Grubenbahn geht es hinunter in den Stollen des Erzbergwerks Ramsbeck. Nach einer Rundfahrt und Führung mit erfahrenen Bergarbeitern wird ein zünftiges Gruben-Light-Dinner serviert. Dauer: drei Stunden.

www.hotel-nieder.de →
Essen unter Tage

**Dalheimer Advent**

An den ersten drei Adventssonntagen bietet das Kloster eine Alternative zum Weihnachtsmarkt: Rund um Kirche und Ehrenhof gibt es kleine Konzerte, Handwerksvorführungen, Märchenlesungen und eine Himmelswerkstatt für Kinder.

www.lwl.org.de → Kultur →
Landesmuseen → Kloster Dahlheim

**Handarbeit seit 150 Jahren**

Ein Besuch in der Dortmunder Familienmanufaktur August Krämer am Schwanenwall gewährt Einblicke in die Tradition der manuellen Herstellung edler Liköre und Brände sowie feinster Schokolade. Kostproben inklusive. Anmeldung unter

www.august-kraemer.de → Kontakt





Bunter Vogel

Der Aktionskünstler Thomas Nufer lebt von seinen schrägen Einfällen.

Thomas Nufer plant einmal mehr „Schräges“, wie er es nennt: „West-östlicher Diwan“ heißt sein jüngstes Kunstvorhaben. Mehr als 500 Teppiche will der 57-Jährige im kommenden Sommer auf dem Münsteraner Domplatz ausbreiten – eine Begegnungsstätte für Europäer und Araber. Ge-

gensätze will er zusammenführen: Zu Schweinefleisch wird Falafel gereicht, zu Minztee westfälisches Bier.

„Ich mache keine Kunst um der Kunst willen, sondern eine, die verändert“, beschreibt er seine Motivation. Der „West-östliche Diwan“ ist dabei nur eine seiner vielfältigen Aktionen.

Verhasste Tüte

Vor zwei Jahren hat er in einer Sammelaktion die Stadt Billerbeck weitgehend von umweltschädlichen Plastiktüten befreit, bei einem anderen Projekt visualisierte er vorgeschoßene Kündigungsgründe von Arbeitgebern.

Die Region Münster sei ein guter Ort für Kunstdaktionen, findet der gelernte Designer: „Die Menschen sind weit aufgeschlossener, als das Klischee über die Westfalen vorgibt.“ Seit 30 Jahren lebt der gebürtige Stuttgarter schon hier und bereichert die Region mit seinen Aktionen. Derzeit ist er mit einem seiner Theaterstücke auf Tournee: „Die Neu-Erfindung Europas“. Der skurril pointierte Abriss über die jüngere Geschichte Europas trägt Nufers typische Handschrift: bunt, schräg und erhellt zugleich. ■

www.thomasnufer.de

MEISTER.STÜCK

Heinz Nixdorf Museum. Das Zentrum der Digital-Szene lag nicht immer nur im kalifornischen Silicon Valley, sondern Anfang der 60er-Jahre auch in der deutschen Provinz. In Paderborn gründete Heinz Nixdorf die Nixdorf Computer AG und baute das Unternehmen zu einem weltweiten Player aus. Heute existiert das Unternehmen nicht mehr, geblieben

allerdings ist das größte Computermuseum der Welt mit jährlich mehr als 100.000 Besuchern. Das Heinz Nixdorf MuseumsForum (HNF) zeigt die Geschichte der Informationstechnik vom Abakus bis zum Großrechner. Heinz Nixdorf verstarb, bevor sein Museum vor gut zehn Jahren fertig wurde. Sein Vermächtnis lebt weiter, nicht nur durch das Museum. Generationen von Geldautomaten tragen fast überall auf der Erde seit 1978 seinen Namen. ■

