



CKK. Mitten im Leben.

Miteinander

Erscheint vierteljährlich **JUNI 2025**



PB-PP|B-04915
BELGIE(N)-BELGIQUE

P912080
Postdepot: Lüttich X

Abs.: CKK - Chaussée de Haecht 579/40 - 1031 Brüssel



**Klima, Gesellschaft
und Gesundheit**

**Was motiviert uns
zum Engagement?**

Medi +

Die neue Versicherung
der CKK

**Krebs am
Arbeitsplatz**

Eine stille Gefahr

Sport und Geschlecht

Ein ungleiches Rennen

Klima und Gesundheit: eine Frage der sozialen Gerechtigkeit

Die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesundheit sind eine Realität, die uns alle angeht. Eine Realität, die leider soziale Ungleichheiten verschärft

Die Ergebnisse einer unserer letzten Studien, die auf S. 12 näher erläutert wird, bestätigt eine allzu oft unterschätzte Tatsache: **Der Klimawandel betrifft nicht alle Menschen gleichermaßen.**

Die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesundheit der Schwächsten – insbesondere Kinder, Menschen in prekären Lebensverhältnissen und Menschen mit chronischen Erkrankungen – sind besonders besorgniserregend.

Die im Rahmen der Studie befragten Mitglieder der CKK äußerten sich zutiefst besorgt um die Gesundheit künftiger Generationen. Häufigere Hitzewellen, die Ausbreitung exotischer, krankheitsübertragender Mücken, Luftverschmutzung oder auch endokrine Disruptoren: All diese Phänomene werden durch die Klimakrise verstärkt und belasten bereits heute die Schwächsten.

Und doch sind es oft diejenigen, die am stärksten von den Auswirkungen betroffen sind, die am wenigsten zu dieser Krise beigetragen haben. Familien mit geringem Einkommen und chronisch Kranke beispielsweise verfügen nicht über die notwendigen Mittel, um sich anzupassen, und müssen dennoch die ersten Folgen dieser Veränderungen tragen. Diese ohnehin schon geschwächten Bevölkerungsgruppen sehen ihre Gesundheit durch sich verschlechternde Lebensbedingungen bedroht.

Eine gerechte Klimapolitik: eine Notwendigkeit

Die Klimakrise ist nicht nur eine Frage der Umwelt, sondern auch eine Frage der Volksgesundheit. Gesundheit und Klima sind untrennbar miteinander verbunden! Es muss dringend gehandelt werden, um diese Realität in die Klimapolitik zu integrieren. Die Gesundheit und das Wohlergehen aller müssen im Mittelpunkt öffentlicher Entscheidungen stehen, wobei den Schwächsten besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden muss. Das bedeutet nicht nur, in Maßnahmen zur Verlangsamung des Klimawandels zu investieren, sondern auch den Zugang zu einer gesunden Umwelt zu verbessern, gefährdete Bevölkerungsgruppen zu schützen und ein würdiges und widerstandsfähiges Lebensumfeld zu gewährleisten.

Die CKK wird sich weiterhin für diese Vision einsetzen und das Bewusstsein für diese Themen schärfen. Der Kampf gegen klimatische Ungleichheiten ist ein Kampf für soziale Gerechtigkeit, aber auch für das Grundrecht jedes Einzelnen auf ein gesundes Leben. Lassen Sie uns gemeinsam auf eine Gesellschaft hinarbeiten, in der soziale Gerechtigkeit und Klimagerechtigkeit Hand in Hand gehen, um allen Menschen eine gesunde Zukunft zu garantieren.

„Diejenigen, die am wenigsten zum Problem beitragen, sind oft am stärksten von der Klimakrise betroffen.“

Ihre CKK

Öffnungszeiten

unserer Geschäftsstellen

Eupen

- Kundenberatung: montags bis freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Empfang (ausschließlich Schnellschalter): montags, dienstags und mittwochs von 13:30 bis 17 Uhr
- Sozialdienst: freitags von 9 bis 12:30 Uhr

Kelmis

- Kundenberatung: montags von 13:30 bis 17 Uhr, dienstags, donnerstags und freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Sozialdienst: donnerstags von 9 bis 12:30 Uhr

Sankt Vith

- Kundenberatung: dienstags, mittwochs und freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Sozialdienst: freitags von 9 bis 12:30 Uhr

Büllingen

- Kundenberatung: dienstags von 9 bis 12:30 Uhr und von 13:30 bis 17 Uhr
- Sozialdienst: dienstags von 9 bis 12:30 Uhr

Wir sind auch nach Terminvereinbarung zugänglich: ckk-mc.be/termin

i Während den Sommerferien gelten angepasste Öffnungszeiten in unseren Geschäftsstellen. Überprüfen Sie bitte die Öffnungszeiten auf ckk-mc.be/kontakt bevor Sie uns besuchen.

Inhalt

Aktuelles

4

„Meine Arbeitsunfähigkeit“ in Meine CKK
Das Wohlbefinden der Jugendlichen verbessern
Stellenangebot bei der CKK
... und vieles mehr!

Gesundheit

6

Medi +, die neue Versicherung der CKK
Krebs am Arbeitsplatz - eine stille Gefahr
Senioren und ihre Zahnpflege

Gesellschaft

12

Klima: Was bringt uns zum Engagement?
Sport und Geschlecht: ein Rennen um die Gleichberechtigung

Angebote

16

Entdecken Sie zahlreiche Angebote und Veranstaltungen zur Förderung Ihrer Gesundheit

So erreichen Sie uns

Kundenberatung

☎ 087 32 43 33

✉ kontakt@mc.be

Sozialdienst

☎ 087 30 51 16

✉ sozialdienst@mc.be

Autonomie-Beratung

☎ 087 32 43 39

✉ autonoME@mc.be

Senioren-Dienst

☎ 087 30 51 42

✉ senioren@mc.be

Unser aktuelles Kontaktangebot können Sie jederzeit einsehen unter ckk-mc.be/kontakt

Miteinander

ckk-mc.be/miteinander
Erscheint vier Mal im Jahr

Verantwortlicher Herausgeber:
Alexandre Verhamme,
Chaussée de Haecht 579/40
1030 Brüssel

Redaktion: Chiara Seca

Fotos: Adobe Stock

Grafische Gestaltung: Paf!

Druck: Myriad

Einige Artikel sind übersetzt aus En Marche: enmarche.be

Veröffentlicht von Visie in beweging vzw

Eine Frage oder ein Fehler in Ihrer Postschrift? Kontaktieren Sie uns über ckk-mc.be/kontakt oder rufen Sie uns an unter 087 32 43 33.



Aktuelles

„Meine Arbeitsunfähigkeit“: eine neue Rubrik in Meine CKK

Die Online-Akte Meine CKK wird um neue Funktionen erweitert! Sie hatten bereits die Möglichkeit, Ihr ärztliches Attest online zu übermitteln, Ihr Auskunftsblatt auszufüllen, Ihre Arbeitsunfähigkeitsakte zu verfolgen oder die Genehmigung des Vertrauensarztes für die Wiederaufnahme der Teilzeitarbeit zu beantragen. In der Rubrik **„Meine Arbeitsunfähigkeit“** finden Sie nun auch Einzelheiten zu Arbeitsunfähigkeitsakten der letzten drei Jahre: Zeitraum der Arbeitsunfähigkeit, Zahlungsdaten der Geldleistungen, Zahlungen der CKK... Hinweis: Die Akten für Mutterschaftsurlaub, Geburtsurlaub und Elternzeit sind derzeit nicht betroffen.

Das Tool finden Sie in der Rubrik **„Arbeitsunfähigkeit“** im gesicherten Bereich Meine CKK (meine.ckk-mc.be) oder in der App Meine CKK (ckk-mc.be/app).



Sie fühlen sich im Umgang mit der App Meine CKK nicht wohl? Die CKK organisiert kostenlose Workshops! Weitere Infos auf S. 16.

Das Wohlbefinden junger Menschen verbessern

Entdecken Sie unsere Videos von Experten und Eltern mit ihren Jugendlichen.

Psychosoziale Kompetenzen sind Fähigkeiten, die uns helfen, uns im Leben zurechtzufinden und mit Alltagssituationen umzugehen. Sie sind in Bezug auf die allgemeine Gesundheit vorteilhaft und ein wesentlicher Faktor für das Wohlbefinden. Sie helfen unter anderem dabei, besser mit anderen auszukommen, sich selbst besser kennenzulernen, Angst und Stress zu reduzieren, gefährliches Verhalten zu vermeiden, sich sozial anzupassen...

Entdecken Sie in mehreren Videos was psychosoziale Kompetenzen sind und warum es wichtig ist, diese bei jungen Menschen zu entwickeln. Die Videos von Experten und Eltern mit ihren Jugendlichen finden Sie auf ckk-mc.be/wohlbefinden-jugendliche.



FARDE WECHSEL DICH Schulmaterial wiederverwenden

Wussten Sie, dass Sie an zahlreichen Tauschorten in der DG Schulmaterial kostenlos abgeben oder mitnehmen können? Tun Sie was Gutes für die Umwelt und unterstützen Sie andere Familien. Entdecken Sie die solidarischen Tauschorte für Schulmaterial in Ihrer Nähe.

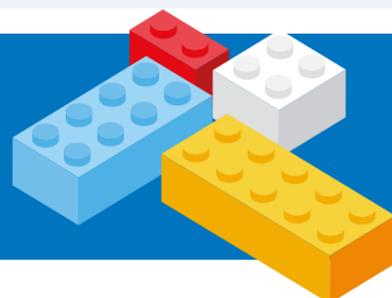
ckk-mc.be/farde-wechsel-dich

LEGO® Sammlung: Steine für eine Rampe

Haben Sie Lego-Steine, die Sie nicht mehr benötigen? Alteo recycelt die Steine, um Rampen für Personen mit eingeschränkter Mobilität zu bauen!

Bringen Sie Ihre Lego-Steine zu Alteo in Eupen: Klosterstraße 29.

alteo-dg@mc.be • 087 27 96 96



Berechnen Sie Ihre Vorteile online



Entdecken Sie das neue Tool der CKK, mit dem jeder, je nach seinen Bedürfnissen, auf einfache Weise die Vorteile und Erstattungen abschätzen

kann, auf die er Anspruch hat. Anfang 2025 präsentierte die CKK ihr neues Vorteilsangebot (Zusatzversicherung): Akupunktur, Brille, Periodenprodukte, Blutabnahme, Kauf eines Fahrrads, Haushaltshilfe... Es gibt viele Vorteile, aber aufgrund mangelnder Infos können wertvolle Hilfen verpasst werden. Mit nur wenigen Klicks ermittelt dieser Online-Rechner für Sie die Vorteile, die Sie betreffen, und zeigt Ihnen die Beträge an, auf die Sie Anspruch haben.



ckk-mc.be/vorteile-berechnen

STELLENANGEBOT

Werden Sie Kundenberater!

Suchen auch Sie eine Arbeit, die Sinn macht und die Gesellschaft bewegt?

Jeder Arbeitsplatz bei der CKK hat einen positiven Einfluss auf das Leben von Millionen von Belgiern. Das ist es, was uns jeden Tag antreibt und motiviert. Als Kundenberater der CKK begleiten Sie unsere Mitglieder bei den Formalitäten im Rahmen ihrer Gesundheit: Sie hören ihnen zu und analysieren ihre Situationen und Bedürfnisse, Sie helfen ihnen, ihre Rückerstattungen zu erhalten, ihre Rechte als Patient zu kennen oder ihre Unterlagen bei einer Arbeitsunfähigkeit zu vervollständigen... Sie haben auch die Möglichkeit, sich anderen Herausforderungen zu stellen, die Ihren Interessen entsprechen: Teilnahme an lokalen Veranstaltungen, Anwerbung neuer Mitglieder, Zusammenarbeit mit Experten-Kollegen in anderen Bereichen, Teilnahme an verschiedenen Projekten rund um das Thema Gesundheit...

Haben Sie ein gutes Verhältnis zu anderen Menschen? Hören Sie gerne zu und helfen anderen, auch wenn es manchmal schwierig ist? Möchten Sie neue Dinge lernen und sich neuen Herausforderungen stellen? Themen rund um die Gesundheit interessieren Sie? Werden Sie Teil des Kundenberaterteams!

Jetzt bewerben über ckk-mc.be/kundenberater



© Pierre-Laurent Baroo

Die Qualität unserer Umwelt verschlechtert sich

Trotz der unternommenen Anstrengungen hat sich der Zustand der Umwelt in Belgien zwischen 2019 und 2023 weiter verschlechtert. Das geht aus dem neuesten Bericht des FÖD Volksgesundheit hervor.

Alle vier Jahre zieht der FÖD Volksgesundheit eine Bilanz über die Umweltpolitik, die auf föderaler Ebene umgesetzt wurde. In ihrem vierten Bericht, der dem Parlament kürzlich vorgelegt wurde, werden mehrere wichtige Herausforderungen hervorgehoben. Die Biodiversität ist besonders besorgniserregend. Beispielsweise sind von den 381 einheimischen

Wildbienenarten mehr als ein Drittel ausgestorben oder in unterschiedlichem Maße bedroht. Obwohl die Föderalbehörde die Verabschiedung der nationalen Bestäuberstrategie 2021-2030 initiiert und unterstützt hat, ist diese nach wie vor unzureichend, betont der Bericht.

Mobilität und Verkehr sind ein weiterer schwarzer Punkt: Die Emissionswerte des Straßenverkehrs liegen immer noch über den Werten von 1990. Darüber hinaus bleiben die Luftverschmutzung und die Exposition gegenüber gefährlichen Chemikalien große Herausforderungen im Kapitel der öffentlichen Gesundheit.

Es ist jedoch nicht alles negativ. Belgien schneidet bei der zirkulären

Nutzung von Materialien besser ab als der EU-Durchschnitt. Außerdem wurde die Kapazität zur Erzeugung von Windenergie in der Nordsee stark ausgeweitet, obwohl noch weitere Anstrengungen unternommen werden müssen, um diese grüne Energiequelle auszubreiten.

„Um die Ziele der Vereinten Nationen für nachhaltige Entwicklung zu erreichen, ist es zwingend notwendig, die Politik zu stärken, Umweltindikatoren strenger zu überwachen und ein ehrgeiziges Engagement für den Umweltschutz aufrechtzuerhalten“, schließt der Bericht. Eine klare Botschaft für Entscheidungsträger.

Der vierte föderale Umweltbericht kann unter health.belgium.be eingesehen werden.

Medi +, die neue Versicherung für Ihre alltägliche Versorgung

Sie können jetzt Ihre alltägliche Versorgung bei der CKK versichern, ohne Altersgrenze und ohne Selbstbeteiligung, dank der Medi +, die neue wahlfreie Versicherung der CKK.

In Belgien gibt es drei Ebenen der Gesundheitsversorgung: **Die Pflichtversicherung:** Sie wird von der Sozialversicherung finanziert und ist für alle gleich, unabhängig von der Krankenkasse. Die **Zusatzversicherung** (Vorteile der Krankenkassen): Sie werden durch die Beiträge aller Mitglieder finanziert, unterscheiden sich von einer Krankenkasse zur anderen und ergänzen die Pflichtversicherung. Die **wahlfreien Versicherungen:** Sie bieten denjenigen, die es wünschen, einen noch umfassenderen Versicherungsschutz, der auf ihre speziellen Bedürfnisse zugeschnitten ist. Bei der CKK beziehen sich die wahlfreien Versicherungen auf **Krankenhausaufenthalte** (Hospi +, Hospi +100 und Hospi +200), **zahnärztliche Leistungen** (Denta +) und seit diesem Jahr auch auf **ambulante Leistungen** (Medi +). Diese Versicherungen stehen dem Mitglied zur freien Wahl. Die Prämie hängt vom Alter ab (und bei der Krankenhausversicherung auch vom gewünschten Versicherungsschutz).

Als CKK-Mitglied haben Sie nun also die **Möglichkeit, die Medi + Versicherung** abzuschließen, eine Versicherung, die Sie von Kopf bis Fuß abdeckt. Die Medi + ergänzt die CKK-Vorteile in den Bereichen Optik, Hörvermögen, Psychologie, medizinische und paramedizinische Beratungen, alternative Therapien, Prävention und bietet auch Erstattungen für Fußpflege an. Sie ist für alle CKK-Mitglieder zugänglich, die ihre Beiträge regelmäßig zahlen und erfordert keinen medizinischen Fragebogen.

Was versteht man unter ambulante Leistungen?

Ambulante Leistungen sind **medizinische Versorgung des Alltags, die keinen Krankenhausaufenthalt** und keine Tagesklinik erfordern. **Sie finden außerhalb des Krankenhauses statt** (z. B. in der Praxis eines Gesundheitsdienstleisters) oder während einer Beratung oder einer medizinischen Handlung im Krankenhaus. Es handelt sich um eine **alltägliche Versorgung, die von Gesundheitsfachkräften** wie Ärzten, Krankenpflegern, Kinesiotherapeuten, Psychologen, Podologen usw. durchgeführt wird.

Kumulierbare Erstattungen

Die verschiedenen **Erstattungen der Medi +** sind untereinander kumulierbar. Sie kommen auch zu den Vorteilen hinzu, die (im Rahmen der Zusatzversicherung) für alle CKK-Mitglieder vorgesehen sind.

Optik

- Bis zu **400 € pro Person** alle 3 Jahre für den **Kauf von Korrekturbrillen oder -linsen**. Auch ohne Verschreibung, in jedem Alter und bei allen Dioptrien.
- Bis zu **500 € pro Person** (250 € pro Auge), ohne Altersgrenze, für eine **Augenoperation** zur Korrektur einer Sehstörung.

Hörvermögen

Bis zu **1 200 € für Hörgeräte** (600 € pro Ohr), ohne Altersgrenze, wenn Ihr Hörgerät von der Pflichtversicherung erstattet wird.

Psychologie und Sexologie

Bis zu **600 € pro Jahr** und pro Person (bis zu 25 € pro Sitzung) für die Beratung eines von der CKK anerkannten Psychologen, Orthopädagogen, Psychotherapeuten oder Sexologen, mit oder ohne Erstattung durch die Pflichtversicherung.

Ärztliche und paramedizinische Beratungen

Vollständige Erstattung (außer Honorarzuschläge), ohne Altersgrenze, der Kosten für **Beratungen und technische Handlungen eines Allgemeinmediziners, Facharztes, Kinesiotherapeuten, Logopäden oder häuslichen Krankenpflegers**.

Alternative Therapien und Prävention

Bis zu **250 € pro Jahr** und Person (bis zu 25 € pro Sitzung oder Leistung), für wahlweise:

- **Osteopathie, Akupunktur, Chiropraktik, Homöopathie, Ernährungsberatung** bei anerkannten Leistungserbringern
- und Kosten für **Impfungen, Desensibilisierungsmittel und Blutabnahmen**.

Fußpflege

Bis zu **100 € pro Jahr** und pro Person für **wahlweise medizinische Fußpflege oder Podologie oder für den Kauf von orthopädischen Einlagen**.

Vorbehaltlich der Ausschlüsse und Beschränkungen, die in den allgemeinen Bestimmungen der Medi + festgelegt sind. Diese befinden sich auf ckk-mc.be/allgemeine-bestimmungen.

Sie können Ihre Erstattungen kumulieren!

Die Erstattungsbeträge von Medi + kommen zu den in Ihrem Beitrag enthaltenen CKK-Erstattungen hinzu. Für Ihre Brille z.B. können Sie also alle drei Jahre bis zu 520 € erhalten (120 € CKK-Vorteil + 400 € Erstattung der Medi +). Für Ihre Psychologie-Beratungen können Sie mit der CKK bis zu 960 € pro Jahr erhalten (360 € CKK-Vorteil + 600 € Erstattung der Medi +). Informieren Sie sich über alle Erstattungen auf ckk-mc.be/medi.

Eine Versicherung für alle

Getreu ihren Werten der Solidarität ist das wichtigste Prinzip der CKK, niemanden aufgrund einer bereits bestehenden Krankheit auszuschließen. Sie müssen also keinen medizinischen Fragebogen ausfüllen. Sie können die Medi + auch in jedem Alter abschließen.

Wartezeit

Bei Versicherungsabschluss gilt eine 6-monatige Wartezeit. Die Wartezeit wird aufgehoben, wenn Sie bei Vertragsabschluss bereits durch eine gleichwertige Versicherung für ambulante Leistungen versichert sind.

Ohne medizinischen Fragebogen und ohne Ausschluss wegen Vorerkrankungen

Monatsprämien 2025

Die Medi + ist ab 5,53 € pro Monat zugänglich. Für Kinder unter 7 Jahre ist sie kostenlos. Sie können wählen, ob Sie per (jährliche) Überweisung oder per (vierteljährliche, halbjährliche oder jährliche) Einzugsermächtigung bezahlen möchten.

Kostenlos bis zum 7. Geburtstag!	
Von 0 bis 6 Jahre	0 €
Von 7 bis 19 Jahre	5,53 €
Von 20 bis 34 Jahre	9,35 €
Von 35 bis 49 Jahre	12,32 €
Von 50 bis 64 Jahre	16,85 €*
Von 65 bis 74 Jahre	22,85 €*
Ab 75 Jahren	32,74 €*

* Die genannten Prämien beziehen sich auf Versicherte, die Medi + vor dem 50. Lebensjahr abgeschlossen haben. Wenn Sie den Versicherungsvertrag nach Ihrem 50. Geburtstag abschließen, wird ein Zuschlag erhoben.



Sind Sie 50 Jahre oder älter?

In diesem ersten Jahr der Einführung von Medi + gilt eine Prämie ohne Zuschlag, unabhängig vom Alter zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses! Warten Sie nicht länger! Wenn Sie bis zum 31. Januar 2026 abschließen (Vertragsbeginn spätestens am 1. Februar 2026), wird Ihre Prämie während der gesamten Vertragsdauer nicht erhöht. Für Versicherungsverträge, die ab dem 1. März 2026 beginnen, werden die Prämien für Personen über 50 Jahre erhöht.

Kein administrativer Aufwand

Die meisten Erstattungen der wahlfreien Versicherung Medi + erfolgen automatisch auf der Grundlage der Erstattungen, die Sie bei der CKK beantragen. Sie müssen keine zusätzlichen Schritte unternehmen!

Weitere Infos und Vertragsabschluss

Weitere Infos über die neue Versicherung Medi + finden Sie unter ckk-mc.be/medi oder fragen Sie die Broschüre bei Ihrem Kundenberater an. Der Versicherungsvertrag kann direkt online unter ckk-mc.be/versicherung-abschliessen abgeschlossen werden. ■

Medi + ist ein Produkt der CKK-Assura, eine Versicherungsgesellschaft auf Gegenseitigkeit, die vom Kontrollamt für Krankenkassen unter der Nummer 150/02 für die Versicherungszweige 2 und 18 zugelassen ist, und wird von der MC-CKK, einem Versicherungsagenten, der im Register der Versicherungsvermittler unter der Nummer 1006c eingetragen ist, vertrieben. Ihr Sitz befindet sich in der Chaussée de Haecht 579 BK 40, 1031 Brüssel. Das Merkblatt sowie die allgemeinen Bestimmungen finden Sie unter ckk-mc.be/allgemeine-bestimmungen. Der Versicherungsvertrag unterliegt dem belgischen Recht. Die Laufzeit des Vertrages ist lebenslang. Dies ist ein unverbindliches Werbedokument. Bei Beschwerden können Sie sich an die Beschwerdestelle der CKK (plaintes@mc.be) oder an den Ombudsmann für Versicherungen (info@ombudsman-insurance.be) wenden.

Krebs am Arbeitsplatz: eine stille Gefahr

Die Exposition gegenüber krebserregenden Stoffe stellt die häufigste arbeitsbedingte Todesursache dar. Die Prävention stößt auf die zunehmende Flexibilisierung der Berufswelt.

Text: Sandrine Warszacki, Übersetzung: Rachel Hurlet

In der Europäischen Union sterben jedes Jahr schätzungsweise 80-100 000 Menschen an Krebs, der durch ihre Arbeitsbedingungen verursacht wird (1). In den zehn Minuten, die Sie für die Lektüre dieses Artikels benötigen, sind das fast zwei Todesfälle... Trotz dieser furchterregenden Statistiken bleibt das Thema eher unauffällig. „In Belgien verursachen Unfälle am Arbeitsplatz etwa 80 Todesfälle pro Jahr. Krebserkrankungen sind für mehr als die Hälfte der Todesfälle am Arbeitsplatz verantwortlich! Dennoch wird viel weniger darüber gesprochen“, bedauert Kris Van Eyck, Leiter der Abteilung Unternehmensservice bei der CSC.

Von den Minen in die Küchen

Früher ließ in Belgien die Silikose - eine Lungenkrankheit, die durch das Einatmen von Gesteinsstaub verursacht

wird - die Bergleute zittern. Siliziumdioxid ist auch ein gefürchtetes Karzinogen. „Zweifelloser einer der Schadstoffe mit dem größten Einfluss auf die Anzahl der berufsbedingten Krebserkrankungen, die sich in den nächsten Jahren entwickeln werden“, sorgt sich Steven Ronsmans, Professor für Arbeitsmedizin und Toxikologie an der KU Leuven. Silikastaub, der beim Schneiden von Steinen oder Beton entsteht, stellt eine große gesundheitliche Herausforderung für den Bausektor dar. Doch die Gefahr lauert auch an weniger erwarteten Orten... „In Küchen sind Arbeitsflächen aus Kunststein gerade in. Aber dieses Material, das aus einer Mischung aus Siliziumdioxidpulver und Harz besteht, setzt die Arbeiter, die es herstellen und handhaben, einer der höchsten Gefahrenstufen aus“, so der Toxikologe. In Australien wurde dieses Material sogar verboten...

Neue Formen der Umweltverschmutzung

Die Metall- und Stahlindustrie sowie die chemische Industrie gehören zu den Industriezweigen, in denen das Risiko einer Exposition gegenüber Karzinogenen heutzutage gut dokumentiert ist. Dasselbe gilt für Arbeiter, die Kohlenwasserstoffdämpfen, beispielsweise Automechaniker und Feuerwehrleute, Sägemehl oder auch der Sonne ausgesetzt sind... Zu diesen mittlerweile „bekannteren“ Schadstoffen kommen jetzt noch die Risiken hinzu, die mit der zunehmenden Exposition gegenüber endokrinen Disruptoren verbunden sind: chemische Moleküle, die eine schädliche Wirkung auf

das menschliche Hormonsystem haben. Viele Berufe sind betroffen: Landwirte, Friseure, Kosmetikerinnen in Nagelstudios, Haushaltshilfen... Diese Exposition kann auch eine Gefahr für die Angehörigen der Arbeiter darstellen. Die Geschichte von Emmy, der Tochter eines Blumenhändlers, die mit 11 Jahren an Leukämie starb, erschütterte kürzlich die Bürger. In Frankreich ist es das erste Mal, dass der Entschädigungsfonds für Pestizidopfer die Krankheit eines Kindes als Folge einer vorgeburtlichen Exposition anerkennt.

Eine schwierige Anerkennung

In Belgien werden jedes Jahr mehr als 75 000 neue Krebsfälle diagnostiziert. Studien zufolge sind etwa 5 % dieser Krebserkrankungen berufsbedingt. Im Jahr 2023 erkannte Fedris, der Fonds, der für die Entschädigung von

Berufskrankheiten zuständig ist 210 Berufskrankheiten an (d. h. weniger als 0,3 %)! Wie lässt sich ein so auffälliger Unterschied zwischen den Schätzungen epidemiologischer Studien und der Zahl der entschädigten Arbeitnehmer erklären?

Fedris erkennt nur drei Krebsarten an, die, weil sie sehr spezifisch sind, direkt mit einer beruflichen Exposition in Verbindung gebracht werden können, sagt Kris Van Eyck: Lungenkrebs durch Asbest, Nasennebenhöhlenkrebs durch Holzstaub und Hautkrebs durch Sonnenexposition. „Außerhalb dieser Liste muss das Opfer den Zusammenhang zwischen seinen Arbeitsbedingungen und seiner Krankheit beweisen können. Und das ist ein wahrer Hürdenlauf!“

Die erste Herausforderung besteht darin, die Exposition gegenüber dem Karzinogen nachzuweisen. „Es kann 20, 30 oder sogar 40 Jahre dauern, bis Krebs ausbricht, manchmal ist der Arbeitnehmer schon in Rente.“ Die Exposition über eine ganze Karriere hinweg zurückzuverfolgen, ist fast unmöglich“, kommentiert der Gewerkschafter. Zweitens muss nachgewiesen werden, dass diese Exposition die direkte und spezifische Ursache der Krankheit ist. „Wie kann man beispielsweise bei einem Raucher feststellen, in welchem Ausmaß welcher Faktor die Krankheit ausgelöst hat? Die Aufgabe wird durch neue Formen der Umweltverschmutzung, die immer komplexer werden, noch schwieriger. Man spricht von Cocktail-Effekten aus Stoffgemischen, von Schadstoffen, die so klein sind, dass man nicht einmal mehr über die Instrumente verfügt, um sie zu messen...“

Ein blinder Fleck im Gesundheitswesen

Die Schwierigkeit für die Opfer, eine Anerkennung - sei sie finanziell oder symbolisch - zu erhalten, veranschaulicht im weiteren Sinne die Art und Weise, wie unsere Gesellschaft das Risiko von Berufskrebs wahrnimmt und berücksichtigt, bedauert Steven Ronsmans. „Die Schwierigkeit, epidemiologische Daten mit einzelnen Fällen in Verbindung zu bringen macht die Problematik abstrakt. Vor allem, da die Auswirkungen nicht direkt sind. Heute zahlen wir für die Folgen der Verwendung von Asbest vor 30 Jahren und die Präventionsmaßnahmen, die wir heute ergreifen, werden ihre Wirkung erst in 30 Jahren entfalten... Es ist daher schwierig, die Bedeutung zu erfassen“, betont der Toxikologe. Vor allem, wenn diese langfristigen gesundheitlichen Herausforderungen auf wirtschaftliche Interessen und der Sicherung von Arbeitsplätzen stoßen, die ihrerseits sehr konkret und unmittelbar sind.

Substitution im Vordergrund

Die Prävention von Berufskrebs ist im Arbeitsschutzgesetz geregelt und beruht auf einer goldenen Regel, die mit dem Akronym „STOP“ zusammengefasst wird. Die oberste Priorität ist das S von Substitution, erklärt Kris Van Eyck

von der CSC. „Die erste Frage, die man sich stellen muss, ist einfach: Kann der krebserzeugende Gefahrstoff durch eine weniger gefährliche Substanz ersetzt werden?“ Ist keine Alternative möglich, so kommen anschließend das T von Technik und das O von Organisation. „Es geht darum, die Arbeitsbedingungen so zu gestalten, dass die Risiken minimiert werden: Lüftungssysteme installieren, geschlossene Arbeitskreisläufe schaffen und die Schichten so organisieren, dass die Anzahl der Personen, die dem Schadstoff ausgesetzt sind, sowie die Dauer dieser Exposition so weit wie möglich begrenzt werden.“ Nur als letztes Mittel sollte das P für persönlicher Schutz zum Einsatz kommen: „Die Ausrüstung ist nicht

immer ergonomisch, die Masken können bei Hitze schwer erträglich sein, die Form ist nicht immer an das Gesicht eines Mannes oder einer Frau angepasst... Wir neigen zu sehr dazu, die Verantwortung auf den individuellen Schutz zu verlagern, und vergessen dabei, dass die Lösung in erster Linie in der Beseitigung von Giftstoffen und kollektiver Prävention besteht.“

Prävention unter Druck gesetzt

Die belgische und die europäische Gesetzgebung bieten zwar einen soliden Schutzrahmen, doch in der Praxis sieht die Realität bei weitem nicht ideal aus“, so der Unternehmensbeauftragte der CSC. „Heutzutage werden Aufgaben mit hohem Risiko häufig an prekär Beschäftigte, Auftragnehmer übertragen... Wie kann eine Zeitarbeitsfirma die Karzinogene kontrollieren, denen ihre Zeitarbeitskräfte an verschiedenen Standorten ausgesetzt sind? Wie kann ein Arbeitgeber die medizinische Betreuung eines aus dem Ausland entsandten Arbeitnehmers sicherstellen?“ Die Flexibilisierung des Arbeitsmarktes erschwert die Überwachung von Berufsrisiken, beklagt Kris Van Eyck. Er weist ebenfalls auf die Schwierigkeiten in kleinen Unternehmen oder von Selbstständigen hin: „In großen Industrien werden Gesundheitsrisiken in der Regel gut erkannt. Aber wenn eine Haushaltshilfe zu einem Kunden geht ist nicht bekannt, welche Produkte sie verwendet, wie sie sie gebraucht und welche Anweisungen sie erhalten hat, um sich zu schützen.“ *Last but not least* fehlt es der Arbeitsmedizin, die in den Unternehmen eine Schlüsselrolle spielt, sowohl bei der Vermeidung von Expositionen gegenüber Karzinogenen als auch bei der Betreuung ausgesetzter Arbeitnehmer, an Armen. Nur 1 % der Medizinstudenten ziehen derzeit diese Spezialisierung in Betracht, so der FÖD Volksgesundheit... „Indem sie alle Bemühungen auf die Wiedereingliederung von Langzeitkranken konzentriert, riskiert die Arizona-Regierung diese doch zentrale präventive Rolle der Arbeitsmedizin weiter zu schwächen“, befürchtet der Gewerkschafter. ■

(1) „Quellen: European Trade Union Institute und Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz.“



„Wenn eine Haushaltshilfe zu einem Kunden geht, ist nicht bekannt, welche Produkte sie verwendet, wie sie sie gebraucht und welche Anweisungen sie erhalten hat, um sich zu schützen.“

Kris Van Eyck

Senioren nutzen Zahnpflege zu wenig

Ab 65 Jahren wird der Besuch beim Zahnarzt von jedem Zweiten gemieden. In Pflegeheimen ist die Situation noch schlimmer. Dabei ist die Mund- und Zahnpflege in jedem Alter wichtig.

Text: Joëlle Delvaux, Übersetzung: Rachel Hurlet

Die geringe Inanspruchnahme von zahnärztlichen Leistungen bei Senioren ist eine der auffälligsten Feststellungen des Studiendienstes der CKK über die Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen durch ihre Mitglieder im Alter von 65 Jahren und älter. Im Jahr 2023 ging kaum mehr als einer von zwei Senioren zum Zahnarzt. Obwohl diese Anzahl im Vergleich zu 2016 (45 %) steigt, bestehen weiterhin große Unterschiede. So nimmt der Besuch beim Zahnarzt mit zunehmendem Alter stark ab (ab 85 Jahren weniger als 30 %). Auch in der Wallonie und bei Personen mit Anspruch auf die erhöhte Kostenerstattung (EKE), wird der Besuch vernachlässigt. Bei den 85-Jährigen und Älteren gingen nur 28 % zum Zahnarzt, wenn sie häusliche Krankenpflege erhielten, aber 38 %, wenn sie keine häusliche Krankenpflege erhielten. „Unsere Daten bestätigen die Feststellungen, die in vielen Ländern gemacht wurden“, kommentiert Hervé Avalosse, Forscher bei der CKK. „Je älter die Menschen werden, desto seltener nehmen sie zahnärztliche Leistungen in Anspruch. Es gibt aber keinen Grund, Zähne und Mund zu vernachlässigen, nur weil man älter ist.“

Zu kostspielig?

Laut Literatur sind die Kosten der Hauptgrund, den Senioren für die Vernachlässigung Ihrer Zahnpflege angeben (1). Dennoch werden die meisten konservierenden Präventivmaßnahmen in der Zahnheilkunde von der Pflichtversicherung gut erstattet. Und bei Personen mit Anspruch auf die EKE beschränkt sich der Eigenanteil oft auf wenige Euros. Dies könnte die finanziellen Hindernisse für gängige zahnärztliche Leistungen beseitigen. Die geringe Anzahl der vertragsgebundenen Zahnärzte erhöht das Risiko zusätzlicher Kosten. Außerdem werden einige Behandlungen von der Pflichtversicherung für Senioren kaum oder gar nicht erstattet. So ist über 64 Jahren die Diagnose der parodontalen

Erkrankung (Parodontaler Screening Index) die einzige Leistung, die in der Parodontologie erstattet wird. Von den CKK-Mitgliedern im Seniorenalter, erhielt 2023 jeder zehnte eine solche Diagnose. Das ist fünfmal so viel wie im Jahr 2016. Wenn jedoch eine subgingivale Zahnreinigung erforderlich ist, wird diese Behandlung - bei der der Zahnstein tief unter dem Zahnfleisch entfernt wird - ab 65 Jahren nicht mehr erstattet (2). In dieser Lebensphase ist der Bedarf jedoch am größten, da das Risiko, dass sich die Zähne lockern, mit dem Alter steigt. „Die Altersgrenze für die Erstattung lässt sich nur aus finanziellen Gründen erklären“, bedauert Denis Delvenne, Vertrauenszahnarzt der CKK. „Es war geplant, im Budget 2025 für Gesundheitsleistungen Geld für eine Ausweitung der Kostenerstattung bereitzustellen, dies wurde jedoch aufgrund von Einsparungen verschoben.“

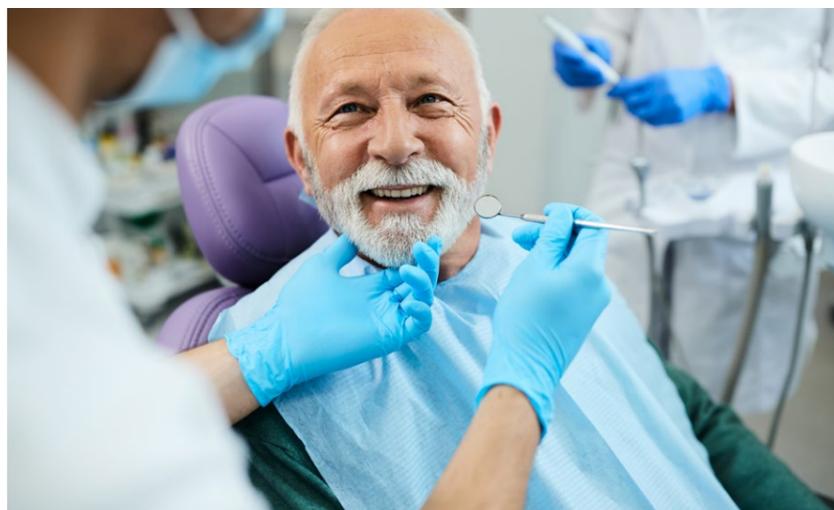
Vernachlässigung der Zahngesundheit

Finanzielle Hindernisse sind bei weitem nicht der einzige Grund. In einem kürzlich erschienenen Bericht (3) weist das Föderale Fachzentrum für Gesundheitspflege (KCE) auf

das mangelnde Bewusstsein für die Bedeutung einer guten Mundhygiene hin, die jedoch für die allgemeine Gesundheit und die Lebensqualität von entscheidender Bedeutung ist. Der Mund ist die erste Eintrittspforte für Mikroben und Entzündungen.

„Menschen, die nicht regelmäßig den Zahnarzt besuchen, werden es nicht plötzlich tun, wenn sie in Rente gehen“, so Denis Delvenne. Einige sehen keine Notwendigkeit dafür. Andere fürchten die Diagnose des Zahnarztes aus Angst vor der Behandlung. Andere lassen einfach die Zeit verstreichen, bis zu dem Zeitpunkt, an dem sie dringend einen Arzt aufsuchen müssen...

„Bei Menschen, die unter großen gesundheitlichen Problemen leiden, scheinen die Zähne in den Hintergrund zu rücken“, analysieren die CKK-Forscher, um die geringe Inanspruchnahme von zahnärztlichen Leistungen bei Senioren zu erklären. Doch eine schlechte Mund- und Zahngesundheit verschlimmert viele Krankheiten wie Diabetes, Herz- und Atemwegserkrankungen. Ganz zu schweigen von den negativen Auswirkungen auf die Ernährung, das Selbstwertgefühl und die Lebensqualität... Auch das Tragen einer herausnehmbaren Prothese ist kein Argument, um nicht zum



Zahnarzt zu gehen. Das Zahnfleisch verändert sich, was dazu führen kann, dass die Prothese nicht mehr gut sitzt. „Die Gesundheitsdienstleister, vor allem der Allgemeinmediziner, spielen eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, ihre Patienten für die Mundhygiene zu sensibilisieren und sie dazu zu ermutigen, regelmäßig den Zahnarzt zu besuchen“, so die Forscherin Rebekka Verniest.

Zugänglichkeit für ältere Menschen

Für ältere Menschen ist die Schwierigkeit, sich fortzubewegen, zweifellos ein großes Hindernis für die Inanspruchnahme von zahnärztlichen Leistungen. „Wenn eine Person Schwierigkeiten hat, sich fortzubewegen und auf ihre

Angehörigen angewiesen ist, ist es verständlich, dass sie den Zahnarzt nur dann aufsucht, wenn es wirklich notwendig ist“, räumt der Vertrauenszahnarzt ein. Denis Delvenne ist der Meinung, dass Mundhygieniker diese präventive Rolle übernehmen sollten. Die einzigen Leistungen, die für Hygieniker erstattet werden, sind jedoch prophylaktische Zahnsteinentfernungen und -reinigungen, die in einer Praxis unter der Verantwortung eines Zahnarztes durchgeführt werden.

Vorbeugen und behandeln, in jedem Alter

„Dank der Prävention haben die neuen Generationen älterer Menschen insgesamt eine bessere Mundgesundheit“, freut sich der

Vertrauenszahnarzt. Während vor zwanzig Jahren fast alle Bewohner von Pflegeheimen herausnehmbare Prothesen trugen, behält heute die große Mehrheit ihr eigenes Gebiss. „Die Prävention muss entsprechend fortgesetzt werden. Sehr alte Menschen sollten eine gute Zahnhygiene beibehalten und regelmäßig zum Zahnarzt gehen können. Andernfalls waren alle Bemühungen umsonst. Die Herausforderung ist groß.“

(1) Mehr als 2,1 Mio. Belgier sind von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht, Statbel, Februar 2024.

(2) Denta +, die Zahnzusatzversicherung der CKK, erstattet u. a. die offizielle Gebühr für die subgingivale Zahnreinigung bei über 65-Jährigen zu 100 %, um die fehlende Erstattung durch die PV auszugleichen.

(3) „Die Leistung des belgischen Gesundheitssystems“, Bericht 376B, KCE, 2024.

Wie nehmen Senioren die Gesundheitsleistungen in Anspruch?

Wie kann sichergestellt werden, dass alle Senioren Zugang zu einer qualitativ hochwertigen Gesundheitsversorgung haben? Der Studiendienst der CKK analysierte die Rechnungsdaten der Pflichtversicherung von 2016 bis 2023 in Bezug auf alle ihre Mitglieder über 65 Jahre.

Allgemeinmediziner, weitgehend verfügbar

Im Durchschnitt sehen Senioren ihren Hausarzt neunmal im Jahr. Mit zunehmendem Alter gibt es immer mehr Kontakte, vor allem in Pflegeheimen. Der Allgemeinmediziner nimmt sich vor allem bei seinen sehr alten und isolierten Patienten Zeit für Besuche. Doch die Hausbesuche nehmen seit einigen Jahren stetig ab. In einer Situation, die durch den Pflegekräftemangel verschärft wird, haben ältere und alleinstehende Senioren oft keine andere Wahl, als ihre Angehörigen für den Weg zur Praxis zu beauftragen.

Zugängliche häusliche Krankenpflege

Im Jahr 2023 erhielt einer von fünf Senioren häusliche Pflege, wobei dieser Anteil bei Personen mit EKE auf einen von drei stieg. Mit zunehmendem Alter wird die Pflege immer regelmäßiger. Die häusliche Krankenpflege, die besonders in Flandern in Anspruch genommen wird, fördert den Verbleib der Senioren zu Hause. Sie ist auch finanziell erschwinglich, da die Krankenschwester oft vertragsgebunden sind.

Unzureichende Grippe-Impfung

Im Jahr 2023 waren 62 % der über 65-Jährigen, die zu Hause lebten, gegen die Grippe geimpft. Das ist mehr als vor der Coronavirus-Pandemie, aber die Impfungen gehen bei den Personen mit

EKE etwas zurück. Es gibt auch große regionale Unterschiede: Zwei von drei Senioren haben sich in Flandern impfen lassen, während es in der Wallonie und Brüssel weniger als einer von zwei war. Der Impfstoff schützt jedoch vor schweren Formen der Grippe und bremst die Übertragung des Virus. Es ist wichtig, dass Gesundheitsdienstleister ihre älteren Patienten sensibilisieren.

Zu viele und möglicherweise ungeeignete Medikamente

Im Jahr 2023 nahmen 38 % der Senioren über einen längeren Zeitraum hinweg mindestens fünf verschiedene Medikamente ein, wobei dieses Phänomen in der Wallonie und bei Personen mit EKE stärker ausgeprägt war. Außerdem bleibt diese Multimedikation unterbewertet, da die Daten nicht erstattete Medikamente wie Schlafabletten, bestimmte Schmerzmittel usw. nicht berücksichtigen. Noch alarmierender ist, dass mehr als zwei von drei Senioren Medikamente verschrieben bekommen, die vielleicht nicht die beste Behandlung sind. Bei Bewohnern von Pflegeheimen und Senioren, die häusliche Krankenpflege in Anspruch nehmen, ist dieser Anteil deutlich höher (mehr als vier von fünf).

„Le recours aux soins des personnes âgées“, K. Ackaert, H. Avalosse, R. Verniest, Studiendienst der CKK, in *Santé & Société*, April 2025, in Französisch auf mc.be/sante-societe

Klima: Was motiviert uns zum Engagement?

Je besser man über den Klimawandel informiert ist, umso besorgter ist man über das Thema und desto eher scheint man bereit zu sein, sich persönlich dafür einzusetzen, den Klimawandel zu bremsen, legt eine CKK-Umfrage nahe.

Text: Barbara Delbrouck, Übersetzung: Rachel Hurler

Im Jahr 2024 wurde ein symbolischer Meilenstein erreicht, als die globale Jahrestemperatur zum ersten Mal um 1,5°C über das vorindustrielle Niveau anstieg. Und das viel früher als erwartet. Während die Berichte über den Klimawandel in allen Bereichen Rekorde aufstellen und dringenden Handlungsbedarf signalisieren (1), scheint die Mobilisierung für den Klimaschutz ins Stocken geraten zu sein. Haben die Belgier deshalb aufgehört, sich für das Klima zu interessieren? Und was könnte sie dazu bewegen, sich zu mobilisieren? Eine Umfrage des Studiendienstes unter CKK-Mitgliedern liefert einige Antworten... Anfang 2024 wurde ein Online-Fragebogen an die Mitglieder verschickt. Auf der Grundlage der Antworten von 910 Mitgliedern konnten die Forscher einige Feststellungen treffen (2). Die wichtigste: Je besser man über den Klimawandel informiert ist, desto mehr Sorgen macht man sich darüber und desto eher scheint man bereit zu sein, etwas zu unternehmen.

Sorge um künftige Generationen

Die Mitglieder wurden auch zu ihren Sorgenquellen befragt (siehe Kasten). Die Sorge um den Klimawandel ist deutlich größer, wenn es um die Auswirkungen auf zukünftige Generationen geht, als wenn es um die eigene Person geht. Finanzielle Fragen sind, wenn auch in geringerem Maße, ebenfalls Anlass zu großer Sorge. Die Ergebnisse zeigen, dass die Auswirkungen des Klimawandels immer noch als ein Problem gesehen

Man unterschätzt die Motivation der anderen

Angesichts der Klimaskepsis, der politischen Untätigkeit und der schleppenden Mobilisierung stellt sich die Frage, ob wir es mit einer allgemeinen Leugnung oder einem kollektiven tetanischen Anfall zu tun haben. Gute Nachrichten: Eine groß angelegte internationale Umfrage verdeutlicht die Motivation der Bürger. Laut dieser Studie (1), die vor einem Jahr unter 130 000 Menschen in 125 Ländern durchgeführt wurde, will sich die große Mehrheit der Weltbevölkerung für den Kampf gegen den Klimawandel einsetzen.

- 69 % geben an, dass sie bereit wären, 1 % ihres Einkommens zur Unterstützung der Bemühungen gegen die globale Erwärmung zu spenden.
- 86 % befürworten klimafreundliche soziale Normen: Einschränkung des Fleischkonsums, Nutzung erneuerbarer Energien, Anpassung des Kaufverhaltens...
- 89 % fordern eine Intensivierung der politischen Maßnahmen.

Trotz dieser breiten Unterstützung zeigt die Studie, dass Einzelpersonen die Handlungsbereitschaft anderer Bürger unterschätzen. Was das kollektive und persönliche Handeln hemmt... Wenn die anderen nichts tun, warum sollte ich dann etwas beitragen? Dabei verstärkt die Entmutigung des einen die des anderen...

Anstatt immer wieder über Minderheits-

werden, das räumlich und zeitlich weit entfernt ist. Dabei hat sich gezeigt, dass diese bei uns leider schon sehr präsent sind, insbesondere auf gesundheitlicher Ebene: Zunahme bestimmter Erkrankungen im Zusammenhang mit Hitze, Verschlimmerung von Pollenallergien, Zunahme von Atemwegsbeschwerden aufgrund der Ozonkonzentration in der Luft sowie Schimmel in überfluteten Häusern, Auftreten bestimmter Tropenkrankheiten usw.

Nicht nur ein Problem der Reichen

Man hört oft, dass der Klimawandel nur wohlhabende, gesunde Menschen beschäftigen würde, die die Zeit und den Luxus haben, sich mit dem Thema zu beschäftigen. Menschen, die mit Krankheiten zu kämpfen haben oder kaum über die Runden kommen, weil sie zu sehr damit beschäftigt sind, „zu überleben“, wären weniger betroffen. Die Ergebnisse der Umfrage widerlegen diese Ansicht: Menschen, die finanziell verletzlich sind und einen schlechteren Gesundheitszustand haben, zeigen sich stattdessen etwas mehr besorgt über den Klimawandel als Menschen, die nicht mit diesen Problemen konfrontiert sind. Und das trotz eines geringeren Informationsstandes (3). Aus gutem Grund sind sie oft die ersten, die von den Auswirkungen des Klimawandels betroffen sind, obwohl sie in der Regel weniger dazu beitragen, zum Beispiel dadurch, dass sie weniger fliegen... Außerdem haben sie weniger Möglichkeiten, etwas zu unternehmen,

wie beispielsweise in Solaranlagen oder die Isolierung ihres Hauses investieren. Umso wichtiger ist es, sich auf eine sozial gerechte und für alle geeignete Politik des ökologischen Übergangs verlassen zu können. Derzeit besteht ein perverser Effekt darin, dass die staatliche Unterstützung oft in den Taschen der wohlhabenderen Menschen landet, die das Geld für Renovierungen haben. Informationskampagnen, die an die Lebensrealität jedes Einzelnen anknüpfen, spielen ebenfalls eine entscheidende Rolle.

Je besser man informiert ist, umso mehr handelt man!

Das Hauptziel der Forscher war es, herauszufinden, ob es einen Zusammenhang zwischen dem Wissen über den Klimawandel, der Sorge darüber und dem persönlichen klimafreundlichen Verhalten gibt. Ergebnis: Diese drei Elemente sind sehr wohl miteinander verbunden! Je mehr Informationen man hat, umso besorgter ist man (insbesondere in Bezug auf mögliche Auswirkungen auf die Gesundheit). Auch unabhängig von den demografischen und sozioökonomischen Unterschieden zwischen den Menschen. Die besser informierten (und daher besorgten) Menschen neigen auch eher dazu, aktiv zu werden, indem sie ihren Lebensstil ändern oder sich engagieren, z. B. in einer Naturschutzorganisation. Darüber hinaus sind sie eher von den Auswirkungen von Maßnahmen überzeugt, die den Klimawandel verlangsamen.

Über konkrete und positive Lösungen informieren

Diese Studie bestätigt die Auffassung, dass Information entscheidend ist, um Handlungen auszulösen. Aber wie ist es zu erklären, dass die Mobilisierung derzeit auf einem Tiefstand ist, obwohl wir noch nie so sehr auf die Klimadringlichkeit aufmerksam gemacht wurden? Die Forscher der Studienabteilung erwähnen eine Spur. Es ist zwar wichtig, das Bewusstsein für die Gefahren des Klimawandels zu schärfen, aber es ist kontraproduktiv, nur Angst zu verbreiten. Andernfalls fühlen sich die

Die wichtigsten Ergebnisse der Umfrage

- 82,5 % der Befragten sind davon überzeugt, dass die menschlichen Aktivitäten für die globale Erwärmung verantwortlich sind.
- Die CKK-Mitglieder sind besonders besorgt über die Auswirkungen auf zukünftige Generationen.
- Personen mit finanziellen Schwierigkeiten oder chronischen Gesundheitsproblemen sind etwas besorgter.
- Die Studie zeigt Zusammenhänge zwischen Wissen, Besorgnis und Engagement. Je besser man informiert ist, desto besorgter ist man und desto eher handelt man für das Klima.



Menschen entmutigt: Wozu soll man dann noch etwas beitragen? Die Forscher stellen fest, dass es von entscheidender Bedeutung ist, auch über die vielen positiven Geschichten und möglichen Aktionen zur Bekämpfung des Klimawandels zu sprechen. Anstatt Schuldgefühle zu wecken, sollte man lieber andere inspirieren und zeigen, wie man konkret handeln kann... Aus der Tat kommt die Überzeugung. ... und nicht umgekehrt. ■

(1) Lancet Countdown Report 2024 über Gesundheit und Klimawandel: Verzögerte Maßnahmen, rekordverdächtige Bedrohungen.

(2) Die Forscher merken die Möglichkeit einer Verzerrung an, da die Antworten auf die Studie freiwillig sind. Es ist möglich, dass Personen, die das Thema der Studie wichtig finden, eher an der Studie teilgenommen haben.

(3) Bei finanziell schwachen Personen ist das Wissen geringer. Menschen mit einer chronischen Krankheit scheinen etwas besser informiert zu sein als der Durchschnitt. Allerdings ohne dass dies von Bedeutung wäre.

Was bereitet Ihnen am meisten Sorgen?

Gesundheitsrisiken im Zusammenhang mit dem Klimawandel

An erster Stelle stehen die Auswirkungen auf die Gesundheit der zukünftigen Generationen (68,4 %), die Ankunft exotischer Mücken (53,6 %), die Zunahme der Anzahl der Hitzetage (46,4 %) und Gesundheitsrisiken (37,4 %).

Umweltprobleme im Zusammenhang mit der Gesundheit

An erster Stelle stehen die biologische Vielfalt (66,9 %), die Luftverschmutzung (65,4 %), die endokrinen Disruptoren (59,3 %), der Klimawandel (53,7 %) und Pestizide (50,4 %).

Sport und Geschlecht: ein Rennen um die Gleichberechtigung

Auf der einen Seite fördert Sport universelle Werte. Auf der anderen Seite bleibt die Diskriminierung, insbesondere von Frauen, bestehen. Wie kann man diesem Paradox ein Ende setzen und den Sport von den Podesten bis zu den Amateuren integrativer gestalten?

Text: Sandrine Warsztacki, Übersetzung: Rachel Hurler

Mit 282 weiblichen und 289 männlichen Athleten haben die Olympischen Spiele in Paris ihr Ziel erreicht und sind die erste Olympiade mit nahezu gleichberechtigter Beteiligung geworden. Die Geschichte hat einen weiten Weg zurückgelegt seit Anfang des letzten Jahrhunderts, als Pierre de Coubertin, der Gründer der modernen Spiele, emotionslos erklärte, dass „eine weibliche Olympiade nur uninteressant, unästhetisch und unkorrekt sein könnte“. Wird das Bewusstsein, das die Sportwelt seit etwa zehn Jahren bewegt, ausreichen, um sich von dieser frauenfeindlichen Vergangenheit zu befreien? Während sich Sportlerinnen, im Gegensatz zu Bobbi Gidd, nicht mehr als Männer verkleiden müssen, um einen Marathon zu laufen (Frauen durften erst 1972 an den Start gehen), mussten Beachvolleyballerinnen bis zu den Olympischen Spielen 2012 in London warten, um ihren Bikini gegen Shorts tauschen zu dürfen...

Ein noch immer ungleiches Spielfeld

„Sport ist im kollektiven Unterbewusstsein stark mit Männlichkeit verbunden und bleibt bis heute eine der ungleichsten Institutionen unserer modernen Gesellschaft“, heißt es in einem frisch im Senat eingereichten Entschließungsantrag zur Förderung der Gleichstellung der Geschlechter im Sport. Mitautor des Textes ist Thierry Witsel, Senator und Vater des Fußballspielers Axel Witsel. Er erklärt weiter: „Bei einem Skisprungwettbewerb in Deutschland in diesem Winter erhielt der Sieger einen Scheck von 3 200 Euro, seine Kollegin... eine Tasche voller Kosmetikartikel!“ Die Fußballweltmeisterschaft der Frauen zog 300 Millionen Dollar an Sponsoring an. Die der Männer, 1,7 Milliarden... Laut dem Institut für die Gleichstellung von Frauen und Männern beträgt in Belgien das

Lohngefälle zwischen Sportlern und Sportlerinnen 81 %. Frauen machen nur 6 % der Berufssportler aus, in 59 % der Fälle mit Teilzeitverträgen.

Die Senatorinnen und Senatoren weisen auch auf die Notwendigkeit hin, mehr Frauen in die Führungsebene zu bringen: Trainerinnen, Schiedsrichterinnen, Vereinsmanagerinnen. Heute werden 14 der 67 Sportverbände im französischsprachigen Teil Belgiens nun von Frauen geleitet. „Der Sport hat die Geschichte nicht für sich, aber er holt allmählich auf, vor allem dank der Politik, die nun Quoten in den Verwaltungsräten vorschreibt.“ (1), kommentiert Florian Giraudo, stellvertretender Direktor der AES-AISF, dem Verband, der den frankophonen Sportsektor vereint. „Aber die Einstellung von Trainerinnen bleibt eine große Herausforderung. Dies erfordert eine proaktive Politik innerhalb der Verbände, um die Trainerausbildungen bei Frauen bekannt zu machen.“

Ein Bedürfnis nach Privatsphäre und Sicherheit

Geschlechterungleichheiten zeigen sich auch bei „normalen“ Teilnehmern. In Belgien machen Männer 70 % der Mitglieder von Sportvereinen aus. In einem von Ressourcenknappheit geprägten Umfeld - 61 % der Clubs leiden laut der AES-AISF unter einem Mangel an Infrastruktur - ist der Zugang zu Einrichtungen nicht immer gleichmäßig verteilt. Dieses Ungleichgewicht erstreckt sich auch auf den öffentlichen Raum, wo städtische Infrastrukturen wie Fußball- und Basketballplätze, Skateparks oder City-Stadien mehr Wert auf Kulturen legen, die als „männlich“ gelten. Das Gefühl der Unsicherheit, die mangelnde

Beleuchtung, die Abgeschiedenheit bestimmter Einrichtungen, aber auch die Angst vor Blicken in von Männern dominierten Räumen gehören zu den Haupthindernissen, die von den rund 100 Frauen genannt wurden, die im Rahmen einer kürzlich durchgeführten französischen Studie befragt wurden (2).

Laut dem Eurobarometer 2018 treiben 44 % der Männer mindestens einmal pro Woche Sport, während es nur 36 % der Frauen sind. Bei den 15- bis 24-Jährigen vergrößert sich der Abstand: 59 % der jungen Männer gegenüber 47 % der jungen Frauen. Das Einsetzen der Menstruation, die wachsende Brust, die Angst vor dem Schwitzen... Die Pubertät ist eine Übergangsphase, in der junge Mädchen dazu neigen, nach und nach den Sport aufzugeben. „Unter dem Druck, weiblich sein zu müssen, wird es in diesem Alter schwieriger, sich zu zeigen. Selbst wenn keine Bemerkungen gemacht werden, verinnerlicht man den Blick der Gesellschaft“, stellt Aurélie Aromatario, Soziologieforscherin an der ULB, die sich auf Fragen zu Geschlecht und Körper spezialisiert hat, fest. Auch wenn konkrete Vorkehrungen wie die Bereitstellung privater Duschen und geeigneter Kleidung dazu beitragen, wohlwollende Räume zu schaffen, erfordert Inklusivität auch die Sensibilisierung der Betreuer: „Junge Mädchen, aber auch Frauen im Allgemeinen, haben oft das Bedürfnis, in allen Umständen tadellos zu sein, und lassen sich mit dem Druck leichter entmutigen“, stellt die Soziologin fest.

Vom Wettkampf zur Inklusion

Der Vorschlag des Senats zur Förderung der Gleichstellung der Geschlechter im Sport hebt eine Reihe von Maßnahmen hervor, die entwickelt werden sollen: Schulung und Ausstattung für die Verantwortlichen und das Personal der Verbände und Vereine, Entwicklung von Verhaltensregelungen mit Sanktionen zur Verhinderung von Sexismus,

Gewährleistung der Inklusivität bei der Renovierung oder dem Bau neuer Infrastrukturen, Einrichtung einer Beobachtungsstelle für die Gleichstellung von Männern und Frauen in der Welt des Sports, um die Entwicklungen zu messen... Nach Abschluss der Anhörungen wird der endgültige Text in Form von Empfehlungen an die föderalen Einrichtungen weitergeleitet. Abgesehen von den konkreten Maßnahmen, die umgesetzt werden können, muss die Förderung der Inklusion auch unsere Vorstellungen hinterfragen. Sport wird zum Integrationsmodell der Gesellschaft erhoben, ist aber gleichzeitig ein Spiegel der Diskriminierungen, die sie durchziehen: Sexismus, Homophobie, Rassismus, mangelnde Inklusivität gegenüber Behinderungen... „Die Geschichte des Sports und seiner Institutionen ist von Formen der Ausgrenzung, des Sexismus und des sozialen Elitarismus geprägt. Die Zugänglichkeit des Sports für

alle ist heute eine Realität, doch darf man dabei nicht vergessen, dass der Sport grundsätzlich auf einem Wettkampfsprinzip beruht“, erinnert Aurélie Aromatario. „Natürlich kann man zum Spaß Sport treiben, ohne zu versuchen, der oder die Beste zu sein. Aber diese Leistungslogik durchdringt alle Praktiken, selbst wenn es sich um Freizeitaktivitäten handelt. Man muss dieser Realität ins Gesicht schauen können um sie zu hinterfragen: Nach welchen Kriterien wird die Leistung bewertet? Wäre es nicht möglich, Praktiken in Betracht zu ziehen, die weniger oder anders hierarchisieren?“ Auf dem Minenfeld der Stereotypen bleibt die Gleichstellung zweifellos ein Langstreckenlauf. ■

(1) Das belgische Gesetz von 2011 schreibt vor, dass in allen Verwaltungsräten mindestens ein Drittel der Vertreter jedes Geschlechts anwesend sein muss. Der Europäische Rat setzt die Messlatte bis 2026 auf 40 %.

(2) „La pratique sportive dans l'espace public au prisme de l'inclusion des femmes“, Institut national des études territoriales, 2024.

Der blinde Fleck der Gewalt

„Du bist stark ... für ein Mädchen!“ „Eine Marke hat mir ein Sponsoring verweigert, weil ich keine sexy Fotos mit ihren Outfits machen wollte.“ „Der Trainer konnte es nicht ertragen, zwei Mädchen in einer Beziehung im Team zu haben, er hat uns belästigt und auf die Ersatzbank gesetzt.“ „Ich habe einen Trainer wegen sexueller und moralischer Belästigung verklagt, der Verband hat ihn geschützt“. #BalanceTonSport, die Kampagne, die anlässlich des Internationalen Tags der Frauenrechte am 8. März 2021 gestartet wurde, wird von einem Kollektiv von rund 50 Akteurinnen und Akteuren aus der belgischen Sportwelt unterstützt und lüftet einen Teil des Schleiers über geschlechtsspezifische Gewalt im Sportmilieu, der von „gewöhnlichem“ Sexismus bis hin zu den schwerwiegendsten Taten reicht. „Nach der Ausstrahlung des Videos haben wir Dutzende von neuen Berichten erhalten“, sagt die Judoka Charline Van Snick, die die Aktion initiiert hat. Auch wenn die Kampagne damals ein gewisses Medien- und Politikecho fand, zieht die Olympiasiegerin ein bitteres Fazit: „Fühlen Sie sich belästigt, weil Männer Ihnen durch die Glasscheibe des Raumes hinterherpfeifen? Kein Problem, wir verlegen Sie in den Keller!“

Der kürzlich im Senat eingebrachte Vorschlag zur Förderung der Gleichstellung der Geschlechter im Sport geht noch einen Schritt weiter: „Die Problematik der geschlechtsspezifischen Gewalt im Sport bleibt weitgehend unbeachtet. Es gibt kaum Angaben zu diesem Thema, und sowohl die Verbände als auch die Sportvereine schenken ihm wenig Aufmerksamkeit.“ Auch wenn nach und nach Sensibilisierungsmaßnahmen ins Leben gerufen werden, „fühlen sich die Vereine hilflos und schlecht gerüstet, um Beschwerden im Zusammenhang mit Gewalt zu bearbeiten“, räumt Serge Mathonet, Direktor der AES-AISF, ein, der sich für die Schaffung einer externen Kontrollkommission ähnlich der für Doping einsetzt, um eine unabhängige und strenge Behandlung dieser Situationen zu gewährleisten.



Agenda

Das Team Gesundheitstreff läuft für das Leben!

Bewegung und Engagement: Das Team Gesundheitstreff unterstützt am 28. und 29. Juni den Lauf für das Leben in Eupen (Stadion Stockbergerweg). Schließen Sie sich dem Team an!

Der Lauf für das Leben ist eine familienfreundliche Veranstaltung, die sich an alle Altersgruppen richtet. Während 24 Stunden wechseln sich Teams beim Gehen oder Laufen ab und symbolisieren so den ständigen Kampf der Patienten (der „Kämpfer“) und ihrer Angehörigen gegen die Krankheit.

Die CKK, Die Eiche, Alteo, Ocarina, der PRT und Vivadom bilden das **Team Gesundheitstreff**: Machen Sie mit und gehen oder laufen Sie zugunsten der Stiftung gegen Krebs oder betreuen Sie den Stand des Teams. Dort werden diverse Animationen, sportliche Aktivitäten und Verköstigungen angeboten. Ein besonders originelles Highlight wird das Obstmobil sein: Wer damit in die Pedale tritt, presst gleichzeitig leckere Smoothies!

Weitere Infos auf cck-mc.be/lfld



Von **Samstag, 28. Juni (15 Uhr) bis Sonntag, 29. Juni (15 Uhr)** im Stadion Stockbergerweg in Eupen (Stockbergerweg 5). Kostenbeteiligung: 10 €*. Anmelden für das Team Gesundheitstreff unter lauffurdasleben.be/gesundheitsstreff.

*Die Teilnahme beträgt mindestens 10 € zugunsten der **Stiftung gegen Krebs**. Als CKK-Mitglied erstattet Ihnen der Vorteil „Sport“ der CKK Ihre Teilnahmegebühr (bis zu 10 €). Fordern Sie Ihre Bescheinigung am Empfang des Lauf für das Leben an, kleben Sie einen Aufkleber darauf und werfen Sie sie in einen CKK-Briefkasten. Schneller und einfacher: Fotografieren Sie die Bescheinigung mit der App Meine CKK!

Testen Sie Ihr Hörvermögen!

Haben Sie Zweifel an der Qualität Ihres Gehörs? Lassen Sie Ihr Hörvermögen kostenlos testen.

Das Gehör spielt in unserem Alltag eine Schlüsselrolle. Es ermöglicht uns, mit anderen zu kommunizieren, auf Gefahren aufmerksam zu werden, aber auch die angenehmen Geräusche um uns herum in vollen Zügen zu genießen. Haben Sie den Eindruck, Ihr Hörvermögen verschlechtert sich? Die Symptome können progressiv oder zunächst unauffällig sein. Es ist wichtig, schnell einen Gesundheitsdienstleister



aufzusuchen, um eine Diagnose zu erhalten und sich behandeln zu lassen.

Lassen Sie Ihr Hörvermögen kostenlos testen am Mittwoch, 11. Juni bei Qualias in Lontzen (Neutralstraße 910), Termine zwischen 14 und 16 Uhr.

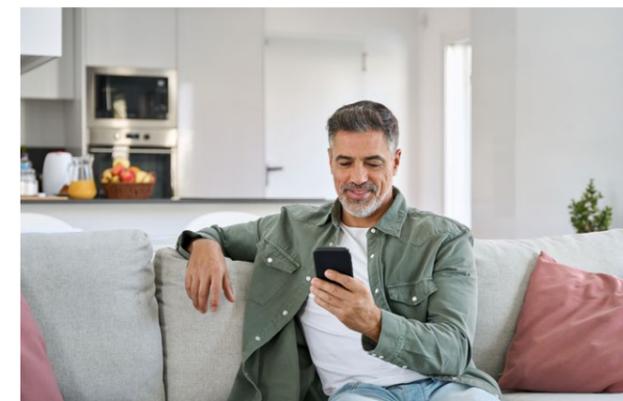
Infos und Terminvereinbarung:
cck-mc.be/hoertest • 04 222 11 99

Entdecken Sie weitere Termine in der Region wie z.B. in Heusy oder Stavelot unter mc.be/agenda-audition

Entdecken Sie die App Meine CKK

Sie fühlen sich im Umgang mit digitalen Medien nicht wohl? Die CKK organisiert **kostenlose Workshops** zur App Meine CKK und erklärt Ihnen, wie Sie die App installieren und wie sie Ihnen sämtliche Formalitäten erleichtern kann: **Mittwoch, 18. Juni von 10 bis 12 Uhr bei der CKK Eupen** (Klosterstraße 66) und **Donnerstag, 19. Juni von 14 bis 16 Uhr bei der CKK Sankt Vith** (Büchelstraße 3).

Infos und Anmeldung:
cck-mc.be/workshop-app • 0477 75 27 71



BÜRGERDEBATTE

Die Rolle der Pflege in der Gesellschaft von morgen

Unser Gesundheitssystem steht vor großen Herausforderungen. Um es zu verbessern, brauchen wir Ihre Beteiligung! Die CKK organisiert einen Gruppenaustausch über wichtige Fragen ein, wie z.B.: *Sollte die Zeit, die für die Pflege eines Angehörigen aufgewendet wird, immer bei der Berechnung der Rente berücksichtigt werden? Sollten die Entscheidungen einer Person, ob gut oder schlecht für ihre Gesundheit, den Zugang zu Gesundheitsleistungen beeinflussen, die sie erhält? Sollten Menschen in Armut bei der Gesundheitsversorgung Vorrang haben? ...*

Wir brauchen Ihre Meinung, um aktiv zu werden und den Wandel einzuleiten. Wenn wir auch in Zukunft eine zugängliche und gerechte Gesundheitsversorgung gewährleisten wollen, müssen wir heute damit beginnen. Ihre Beiträge dienen als Grundlage für den Caruna-Gipfel am 22. November.

Nehmen Sie teil am **Dienstag, 24. Juni von 19 bis 21 Uhr bei Die Eiche** in Eupen (Kirchstraße 39b, in der Citypassage).

Infos und Anmeldung:
cck-mc.be/caruna • 0477 75 27 71



Mit dem Planwagen durch den Hertogenwald

Lust auf eine gemütliche Planwagenfahrt mit Ardenner Pferden durch den wunderschönen Hertogenwald? Treffpunkt am Samstag, den 14. Juni um 13:30 Uhr auf Ternell! Dauer: 3 Stunden, Preis: 20 €.

Infos und Anmeldung bei Alteo:
 Klosterstraße 29, Eupen • 087 27 96 96 • alteo-dg@mc.be

Sommerreise nach Klingenmünster

Vom 13. bis 19. Juli 2025 reist Alteo nach Klingenmünster in Rheinland Pfalz.

Die Ehrenamtlichen von Alteo haben ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Die Teilnehmer erwartet ein Besuch im Schuhmuseum in Hauenstein, ein Holzatelier und der Mediterrane Garten Maikammer. Ein besonderes Highlight ist der Ausflug zum Hockenheimring und zum Technikmuseum in Speyer. Auch die Erkundung der umliegenden Städte, sei es zu Fuß oder mit der Bimmelbahn, verspricht viele neue Entdeckungen. Die Teilnehmer übernachten im gemütlichen Hotel Stiftsgut Kaisermühle.

Infos und Anmeldung bei Alteo:
 Klosterstraße 29, Eupen • 087 27 96 96 • alteo-dg@mc.be



Sommer, Sonne, Strand

Auch dieses Jahr geht es in den Sommerferien mit Ocarina an die belgische Küste. Die Gruppe reist vom 26. Juli bis zum 2. August in den Ferienort De Panne. Die Reise richtet sich an Kinder zwischen 7 und 15 Jahren.

Die Kinder wohnen in einem großen Freizeitzentrum, das direkt an Dünen und Freizeiträume grenzt. Der Preis für die Ferienreise beträgt 490 €. Mitglieder der CKK erhalten eine Ermäßigung von 170 € bzw. 270 €. Im Preis inbegriffen sind Hin- und Rückreise mit dem Luxusreisebus, Unterkunft mit Vollpension, ein Tagesausflug in einen Freizeitpark, alle Aktivitäten, Betreuung durch Ocarina Ostbelgien und Versicherungen.

Weitere Infos bei Ocarina:
087 27 96 50 • eupen@ocarina.be

Anmeldung über das Online-Formular (**QR-Code** scannen oder über ocarina.be/de/ferienaufenthalt-de-panne):



Das Glück dieser Erde liegt auf dem Rücken der Pferde

Reitaufenthalt mit Ocarina in den Allerheiligenferien für alle 7- bis 15-Jährigen, die eine Woche rund ums Pferd erleben möchten.

Pflegen, Satteln, Reiten – alles unter fachkundiger Anleitung von professionellen Reitlehrern: Der Aufenthalt findet vom **25. Oktober bis 1. November** in den belgischen Ardennen statt. Inmitten herrlicher Wiesen, Felder und Wälder leben dort rund 60 Kleinpferde und Ponys, die auf ihre Reiter warten. Täglich gibt es Reitunterricht in der Manege und Ausritte, begleitet von professionellen Reitlehrern. Die Jugendleiter von Ocarina sorgen für ein unterhaltsames Freizeit- und Abendprogramm rund um das Thema Ostwind. Der Preis für die Ferienreise beträgt 480 €. Mitglieder der CKK erhalten eine Ermäßigung von 170 € bzw. 270 €. Im Preis inbegriffen sind die Hin- und Rückreise mit dem Luxusreisebus, Unterkunft mit Vollpension, alle Reitstunden, Betreuung durch Ocarina Ostbelgien und Versicherungen.

Weitere Infos bei Ocarina:
087 27 96 50 • eupen@ocarina.be

Anmeldung über das Online-Formular (**QR-Code** scannen oder über ocarina.be/de/reitlager-graide):



Neurodings®

Manchmal sieht man vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr. Man ist festgefahren in einer gedanklichen Ausweglosigkeit. Das Ziel vor Augen durch Blockaden unerreichbar. Innerliche Unruhe und Unzufriedenheit machen sich breit. Genau hier kommt das Neurodings®-Angebot ins Spiel. Ohne jegliches Kunsttalent ist es dennoch ein künstlerischer Weg, um Ruhe, Gelassenheit und Entspannung zu finden und seine geistige Kreativität wieder anzukurbeln. Das Treffen wird angereichert mit Elementen aus der Meditation, der integralen Persönlichkeitsentfaltung und der Bewusstseinsbildung.

- **Samstag, 31. Mai um 9 Uhr in Eupen:** Ziele umsetzen/ ich kann! (35 €/150')
- **Mittwoch, 4. Juni um 19 Uhr in Sankt Vith:** Premium-Zeit für Dich! (35 €/150')

Infos und Anmeldung bei Die Eiche: 087 59 61 31 (werktags von 9 bis 12 Uhr) • info@die-eiche.be



Die Eiche auf Kurs!

Entdecken Sie die Kursangebote von Die Eiche und bringen Sie Körper und Geist in Einklang. Alle Kurse kosten 60 € für 10 Wochen.

Kurse in Eupen:

- Montags um 9 Uhr: **Atmung & Wohlbefinden**
- Mittwochs um 12 Uhr: **Pilates**
- Donnerstags um 14:30 Uhr: **Fibrogymnastik**
- Donnerstags um 18:30 Uhr: **Stretch & Relax**
- Freitags um 14:15 Uhr: **Pilates für Einsteiger**
- Freitags um 15:30 Uhr: **Power Pilates**

Kurse in Bütgenbach:

- Dienstags um 10 Uhr: **Body Fit für Alt & Jung**
- Mittwochs um 8:30 Uhr: **Smovey Bodywork**
- Freitags um 9:45 Uhr: **Body Style**

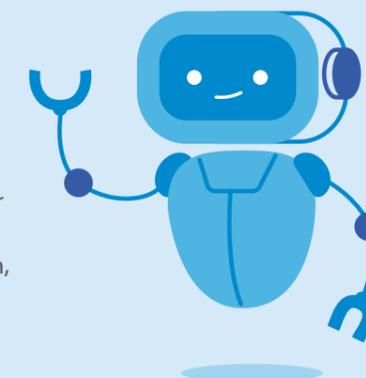
Infos und Anmeldung bei Die Eiche: 087 59 61 31 (werktags von 9 bis 12 Uhr) • info@die-eiche.be



THEMENABEND

Künstliche Intelligenz

Der KI-Themenabend beschäftigt sich mit einem künstlich generierten Wissen, das uns schon längst überall im Alltag und in der Welt begegnet, ohne dass wir es wissen. Und wenn wir glauben, alles über die Künstliche Intelligenz zu wissen, so wissen wir in Wirklichkeit und wenn überhaupt, dass wir nichts wissen! Der Themenabend „Künstliche Intelligenz“ findet statt am **Donnerstag, 12 Juni um 19 Uhr in Eupen** (10 €/120').



Infos und Anmeldung bei Die Eiche: 087 59 61 31 (werktags von 9 bis 12 Uhr) • info@die-eiche.be

DIGI-TREFF

Weltumweltag

Der DiGi-Treff ist die perfekte Mischung aus Bildung und Unterhaltung, verfeinert mit Überraschungen und interessanten Alltagstipps. Wissen, das die Welt nicht braucht, aber wer weiß das schon? Vielleicht sollten die Informationen rund um den Weltumweltag doch mehr ernst genommen werden! Der DiGi-Treff „Weltumweltag“ findet statt am **Donnerstag, 5. Juni um 19 Uhr in Eupen** (10 €/120').

Infos und Anmeldung bei Die Eiche: 087 59 61 31 (werktags von 9 bis 12 Uhr) • info@die-eiche.be

Ferien für Ihre Kinder mit Ocarina!

Entdecken Sie die Ferienangebote von Ocarina Ostbelgien auf ocarina.be/de/ferienaufenthalte

Die Eiche auf Tour!

Entdecken Sie die Reiseangebote von Die Eiche:

- Vom 20. bis 27. Juni: **Reise nach Blankenberge**, 849 € pro Person (Vollpension im Doppelzimmer)
- Vom 8. bis 10. Dezember: **Reise „Brügge-Gent“**, 399 € pro Person (Übernachtung mit Frühstück im Doppelzimmer)
- Am Donnerstag, 28. August: **Tagesschiffahrt auf dem Rhein**, 85 €

Infos und Anmeldung bei Die Eiche: 087 59 61 31 (werktags von 9 bis 12 Uhr) • info@die-eiche.be

Medi +

Die Gesundheitsversicherung
mit mehr Versicherungsschutz

- + Brille
- + Osteopathie
- + Blutabnahme
- + Psychologie
- + Ärztliche Beratungen
- + Hörgeräte
- + Fußpflege
- + Kinesiotherapeut
- + Orthopädische Einlagen
- + Akupunktur

Ab 5,53 € pro Monat
Ohne Altersbeschränkung
Ohne medizinischen Fragebogen

ckk-mc.be/medi
087 32 43 33

Die Bedingungen und das Merkblatt erhalten Sie auf
ckk-mc.be/allgemeine-bestimmungen oder auf Anfrage.



CKK. Mitten im Leben.

Medi + ist ein Versicherungsprodukt des Zweigs 2 der CKK-Asura mit Sitz in Chaussée de Haecht 579 BK40, 1031 Brüssel. Weitere Infos: ckk-mc.be/medi. Die Beschwerdestelle ist über plaintes@ckk-mc.be oder über den Ombudsman für Versicherungen (info@ombudsman-insurance.be) erreichbar. Für den Versicherungsvertrag gilt belgisches Recht. Die Vertragslaufzeit ist lebenslang. Unverbindliches Werbeprospekt, April 2025.