

MITGLIEDERGEWINNUNG

Auch unser Verein lebt von der Beteiligung. Bitte unterstützt uns, indem ihr weitere Mitglieder werbt. Wir bedanken uns für jede Neuaufnahme mit € 50,- oder wahlweise einem Amazon- oder dm-Gutschein.

Wenn ihr eine eigene AUB-Gruppe im Betrieb gründen wollt, sprecht uns gern an. Wir sind finanziell und inhaltlich für euch da. So stärken wir gemeinsam eure Unabhängigkeit im Unternehmen.

TIPP „Entdecken Sie kostenlose Online-Trainings der Google Zukunftswerkstatt - von KI über Digitales Marketing bis zu Produktivitätstools – ideal für alle Mitarbeitenden und Betriebsräte, die beruflich weiterkommen möchten.“

Mehr Infos dazu:



Bei allen Fragen rund um Mitgliedschaft, Seminare und Netzwerk sind wir für Sie da:

Montag bis Freitag von 09.00 – 17.00 Uhr

Ute Herzog:	0911 – 2870814	service@aub.de
Tanja Blättler:	0911 – 2870815	office@aub.de
Mike Bubner:	0160 – 3611164	mike.bubner@aub.de



Folgen Sie uns auf
Social Media:



<https://aub.de/social-media>

Impressum:

© 2026 AUB e. V. | Frauentorgraben 67 | 90443 Nürnberg | service@aub.de | www.aub.de
Design: GDC Media & Design (UG); Fotos: Adobe Stock; Druck: TV Satzstudio GmbH

40 JAHRE AUB



Seit den 1970er Jahren entstand in vielen Betrieben der Wunsch nach einer Arbeitnehmervertretung, die unabhängig von großen Organisationen agiert und näher an den tatsächlichen Herausforderungen im Arbeitsalltag ist. Aus diesem Umfeld heraus entwickelte sich Mitte der 1980er Jahre die Aktionsgemeinschaft Unabhängiger Betriebsräte (AUB). Die Vereinsgründung im Jahr 1986 war damit kein Zufall, sondern die konsequente Antwort auf ein wachsendes Bedürfnis nach mehr Eigenständigkeit, Pragmatismus und direkter Interessenvertretung.

Von Anfang an stand die AUB für einen klaren Ansatz. Nah an den Menschen, lösungsorientiert und ohne starre ideologische Vorgaben. Über die Jahrzehnte hinweg haben wir uns weiterentwickelt, neue Themen aufgegriffen und uns den Veränderungen in der Arbeitswelt gestellt. Was geblieben ist, ist der Fokus auf die praktische Unterstützung von Beschäftigten und der Anspruch, eine verlässliche Stimme im Betrieb zu sein. Immer wieder wurde in den vergangenen Jahren behauptet, unabhängige Arbeitnehmervertretung hätte keine große Zukunft. Zu wenig laut, zu wenig sichtbar. Und trotzdem ist die AUB heute noch da – und für viele Beschäftigte ein verlässlicher Begleiter im Arbeitsalltag. Das liegt nicht nur an engagierten Betriebsräten, sondern vor allem an euch Mitgliedern, die der AUB über Jahre hinweg die Treue gehalten haben. Menschen, die wissen: Es braucht auch eine unabhängige Stimme - nah an den Beschäftigten, ohne politische oder organisatorische Zwänge. Gerade in Zeiten von Veränderungen, Unsicherheit und steigenden Anforderungen wird das spürbar. Viele wünschen sich weniger große Versprechen und mehr Orientierung, Unterstützung und ein offenes Ohr.

40 Jahre AUB sind deshalb kein Anlass für große Worte, sondern für ein ehrliches Dankeschön. Für Vertrauen, für Unterstützung und für die Bereitschaft, diesen Weg gemeinsam zu gehen. Denn am Ende zeigt sich: Was wirklich gebraucht wird, bleibt.

ARBEITSPLATZ ALTERSGERECHT GESTALTEN – GESUNDHEIT SICHERN

Belegschaften werden älter, Menschen arbeiten länger. Umso wichtiger sind Arbeitsbedingungen, die in jeder Lebensphase gesund und leistungsfähig halten. Erfahrung bringt Wissen und Qualität – gleichzeitig verändern sich Belastbarkeit und Regeneration. Ohne Anpassungen drohen Ausfälle und Motivationsverlust.

Was Ihr konkret tun könnt:

- **Ergonomie nutzen:** Gute Arbeitsmittel, passende Sitz- und Stehmöglichkeiten sowie ausreichend Licht entlasten spürbar.
- **Belastungen ansprechen:** Zeitdruck, Erreichbarkeit oder körperliche Anforderungen offen thematisieren.
- **Arbeitszeiten prüfen:** Flexible Modelle, Pausen und faire Schichtplanung unterstützen die Gesundheit.
- **Weiterbildung nutzen:** Lernen sichert Perspektiven – unabhängig vom Alter.
- **Wissen teilen:** Erfahrung im Team weitergeben und Strukturen dafür schaffen.

Beschäftigte sollten ihre Bedürfnisse klar benennen und Lösungen einfordern. Altersgerechte Arbeit beginnt nicht später – sondern jetzt.



Foto: KI-generiert

WARUM ABSCHALTEN IM URLAUB SO SCHWER FÄLLT – UND WIE ES BESSER GELINGT

Der Urlaub ist gebucht – und trotzdem fällt vielen das Abschalten schwer. Statt Entspannung kreisen die Gedanken um To-dos und Verpflichtungen. Ständige Erreichbarkeit hält den Kopf im Arbeitsmodus. Wer keine klaren Grenzen setzt, nimmt den Stress mit. Auch Dr. Matthias Weniger betont: Dauerverfügbarkeit und Leistungsdruck verhindern echte Erholung.

Was konkret hilft:

1. **Vorbereitung:** Aufgaben klären, Vertretung regeln, Puffer einplanen.
2. **Digitale Grenzen:** Push-Nachrichten aus, feste Check-Zeiten – oder bewusst offline gehen.
3. **Aktiv erholen:** Bewegung, Natur, Schlaf und kleine Auszeiten bringen den Kopf zur Ruhe.
4. **Beziehungen pflegen:** Zeit mit vertrauten Menschen gibt Energie.
5. **Gelassen bleiben:** Nicht alles durchplanen – Ungeplantes gehört dazu.
6. **Sanfter Wiedereinstieg:** Ersten Arbeitstag ruhig angehen, Routinen beibehalten.

Urlaub ist keine Flucht, sondern eine Investition in frische Energie. Wer bewusst abschaltet, kommt wirklich erholt zurück.



ALKOHOLFREIER COCKTAIL IPANEMA

ZUTATEN

Für 1 Portion:

- 1 Limette, unbehandelt
- 1 TL Rohrzucker
- 100 ml Maracujasaft
- 100 ml Ginger Ale
- 1 Handvoll Eis
- etwas Minze



Limette heiß waschen, in Viertel schneiden, in ein Glas geben. Den Rohrzucker darauf streuen und mit einem Stößel die Limetten gut zerdrücken. Mit dem Saft und Ginger Ale auffüllen, das Eis dazugeben und einmal umrühren. Dekorieren mit Minze und einem Strohhalm servieren.

ERFOLGREICHE BETRIEBSRATSWAHLEN 2026



Die Betriebsratswahlen 2026 sind abgeschlossen – und vielerorts zeigt sich ein klarer Trend: Klassische Gewerkschaften haben in einigen Betrieben weiter an Zustimmung verloren. Gleichzeitig wünschen sich viele Beschäftigte mehr Unabhängigkeit und eine Interessenvertretung, die nah an ihrem Arbeitsalltag ist. Hier setzen unsere AUB Betriebsräte an. In zahlreichen Unternehmen konnten sie erneut Zugewinne verzeichnen. Unabhängige Betriebsratsarbeit bedeutet, sich konsequent an den Interessen der Belegschaft zu orientieren – ohne parteipolitische Bindung und mit einem klaren Blick für praktikable Lösungen.

Unser Glückwunsch gilt allen gewählten AUB-Betriebsrätinnen und Betriebsräten. Euer Engagement, eure Nähe zur Belegschaft und der Einsatz für eine konstruktive Mitbestimmung sind ein starkes Signal für die Zukunft der betrieblichen Interessenvertretung.

FACHTAGUNG 2026 – CHANCEN DER MITBESTIMMUNG

Vom 06. bis 09. Oktober laden wir zur Fachtagung „Chancen der Mitbestimmung – Bewährtes nutzen, Neues wagen“ nach Berlin ein. Im Mittelpunkt stehen aktuelle Entwicklungen, praxisnahe Impulse und der Austausch mit erfahrenen Expertinnen und Experten. Freuen Sie sich auf kompakte Updates zu Rechten und Aufgaben, spannende Workshops sowie neue Perspektiven für die Mitbestimmung im Arbeitsalltag und das gemeinsame Abendprogramm mit einer Revue im Friedrichstadtpalast.

Jetzt vormerken und frühzeitig anmelden – der Frühbucherpreis gilt bis 30.06.2026.

