



Foto: Benjamin Nolte / picture alliance

Obwohl Versicherte schon heute viele Leistungen aus eigener Tasche bezahlen, wird es für sie ab dem kommenden Jahr erneut teurer. SoVD kritisiert steigende Zusatzbeiträge innerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung

Grenze der Belastung erreicht

Seit Jahren kritisiert der SoVD dieses Vorgehen als un-solidarisch: Anstatt staatliche Aufgaben aus Steuermitteln zu bezahlen, wälzt der Bund die Kosten hierfür auf die gesetzliche Krankenversicherung ab. Die Quittung bekommen nun die Versicherten. Ab dem nächsten Jahr müssen sie voraussichtlich einen deutlich höheren Zusatzbeitrag bezahlen. Und leider steht auch für die kommenden Jahre zu befürchten, dass sich diese Kostenspirale weiter dreht.

Mit Beginn des neuen Jahres wird die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) wohl spürbar teurer. Darauf wies kürzlich der sogenannte Schätzerkreis hin. In diesem sitzen Fachleute unter anderem aus dem Bundesgesundheitsministerium und dem GKV-Spitzenverband. Regelmäßig bewertet das Gremium die Entwicklung der Einnahmen und Ausgaben innerhalb der GKV und gibt auf dieser Grundlage eine Prognose für das folgende Jahr ab.

Diese wiederum dient dann als Grundlage für die Festlegung des durchschnittlichen Zusatzbeitragssatzes, den gesetzlich Versicherte auf den allgemeinen Beitragssatz von 14,6 Prozent ihres Einkommens obendrauf bezahlen müssen. Jeweils die Hälfte der Kosten übernehmen Arbeitgeber beziehungsweise Rentenversicherung.

Für das Jahr 2025 geht der Schätzerkreis von einer Finanzierungslücke innerhalb der GKV von 13,8 Milliarden Euro

aus. Legt man diese Summe auf alle gesetzlich krankenversicherten Menschen um, ergibt sich rein rechnerisch pro Kopf ein durchschnittlicher Zusatzbeitrag von 2,5 Prozent. Dessen Satz liegt derzeit bei 1,7 Prozent.

Entscheidend ist jedoch, dass es sich hierbei stets um einen Durchschnittswert handelt. Das bedeutet, über die konkrete Höhe des Zusatzbeitrages entscheidet letztlich jede Krankenkasse individuell nach
Fortsetzung auf Seite 2

Rekordbeteiligung beim Inklusionslauf

Über 900 starteten bei der 9. inklusiven SoVD-Aktion
Seiten 4 + 5



Klinikreform nicht zulasten Versicherter

Kritik an Finanzierungsplan
Seite 3



SoVD kämpft weiter für bessere Renten

Rentenpaket II umsetzen – Demo für Inflationsausgleich
Seite 3



Herausragendes Engagement gesucht

„SoVD-Superheld*innen“-Aktion geht weiter
Seite 7



Blickpunkt

Schon wieder hat Finanzminister Christian Lindner mit einem Vorstoß für Aufregung gesorgt und Ängste geschürt. Er will die Wohnkosten für alle Bürgergeld-Empfänger*innen auf eine Pauschale umstellen und sieht darin Sparmöglichkeiten in Milliardenhöhe. Glücklicherweise ist er damit in der Koalition sofort durchgefallen und sorgte zuvor allseits für Unverständnis. Mit Recht, denn Lindners Idee ist – einmal mehr – von der Lebensrealität vieler Menschen Lichtjahre entfernt. Aber

schlimmer noch: Sie hätte dramatische Folgen. Viele würden ihr Zuhause verlieren, weil die Pauschale in ihrer Region nicht für die Mieten reicht.

Die Ignoranz gegenüber sozial Benachteiligten ist schwer erträglich. Und auch ein Bundesfinanzminister sollte wissen: Einsparpotenzial ist bei den Ärmsten kaum vorhanden. Außerdem werden die Wohnkosten bereits auf ihre Angemessenheit hin überprüft.

Bürgergeld-Empfänger*innen immer wieder über einen Kamm zu

scheren, stigmatisiert pauschal alle Menschen, die auf staatliche Leistungen angewiesen sind. Und das hilft kein bisschen weiter. Konstruktiv wären – statt oberflächlichem Bashing, pauschaler Sanktionsverschärfung und Einspardrohungen – vernünftige Unterstützungsangebote für die Betroffenen. Dafür muss Lindner auf der Suche nach einer zukunftsfesten Haushaltskonsolidierung endlich an die Steuerprivilegien für Superreiche ran!

Michaela Engelmeier
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Hier befindet sich das Adressfeld für die Etikettierung im Einzelversand

SoVD kritisiert die erneut steigenden Zusatzbeiträge innerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung

Grenze der finanziellen Belastung erreicht

Fortsetzung von Seite 1

Bedarf. Anders als der reguläre Beitragssatz, der für alle Versicherten gleich hoch ist, unterscheidet sich somit der anfallende Zusatzbeitrag von Kasse zu Kasse. Da dies nicht zuletzt eine entscheidende Rolle für den Wettbewerb spielt, macht es sich keine Krankenkasse leicht, von ihren Versicherten einen höheren Zusatzbeitrag einzufordern (siehe „Lohnt ein Wechsel der Krankenkasse?“ auf

dieser Seite). Angesichts bereits in diesem Jahr gestiegener Ausgaben sind die finanziellen Reserven der meisten gesetzlichen Krankenkassen inzwischen jedoch aufgebraucht. Woran liegt das?

Neben zuletzt stark gestiegenen Kosten insbesondere im Krankenhaus und bei Arzneimitteln weisen die Krankenkassen vor allem auf die zunehmende Belastung durch versicherungsfremde Leistungen hin. Sie kritisieren, dass die Bundesregierung ihrer finanziellen Verantwortung für gesamtgesellschaftliche Aufgaben nicht nachkomme. So zahle der Bund beispielsweise seit Jahren viel zu niedrige Beiträge für die gesetzliche Krankenversicherung der Menschen, die Sozialhilfe, Arbeitslosenhilfe oder Bürgergeld erhalten. Anstatt diese

Kosten aus Steuermitteln zu begleichen, müssten hierfür Beitragsmittel erhalten.

Auch die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier bezeichnete es als völlig inakzeptabel, dass sich der Bund seiner Finanzierungsverantwortung entziehe und auf Beitragssteigerungen setze, nur um den Haushalt zu schonen. Mit Blick auf die vermutlich ebenfalls steigenden Beiträge zur sozialen Pflegeversicherung sagte Engelmeier: „Diese Praxis muss beendet und gesamtgesellschaftliche Aufgaben müssen aus Steuermitteln finanziert werden.“

Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) setzt derzeit viel Hoffnung auf die Krankenhausreform (siehe Bericht auf Seite 3). Langfristig, so Lauterbach, werde diese den



Foto: benjaminolte / Adobe Stock

Steigende Kosten und höhere Ausgaben zeigen, dass an einer nachhaltigen Reform des Gesundheitssystems kein Weg vorbeiführt.

Besserverdienende zahlen mehr

Streit um Sozialabgaben

Im Konflikt um höhere Sozialabgaben für Gutverdienende hat sich Bundesarbeitsminister Hubertus Heil (SPD) gegenüber Bundesfinanzminister Christian Lindner (FDP) durchgesetzt. Mit Verzögerung verabschiedete das Kabinett Heils Entwurf nun doch noch unverändert.

Durch die Anhebung müssen Gutverdiener*innen künftig mehr zahlen, weil ein größerer Teil ihres Lohns unter die Sozialabgabenpflicht fällt. In der allgemeinen Rentenversicherung steigt die Beitragsbemessungsgrenze auf 8.050 Euro pro Monat (2024: 7.550 Euro). Die Versicherungspflichtgrenze in der gesetzlichen Krankenversicherung steigt auf 6.150 Euro (5.775 Euro). Wer mehr verdient, kann wählen, sich freiwillig gesetzlich oder privat zu versichern. Die Bemessungsgrenze in der Krankenversicherung wird auf 5.512,50 Euro (5.175 Euro) festgesetzt.

In der Renten- und der Krankenversicherung werden die Beitragsbemessungsgrenzen jährlich an die Lohnentwicklung angepasst. Bis zu diesen Höhen werden von den Löhnen Beiträge an die Sozialversicherungen abgezogen. Für den Anteil der Entgelte sind keine Sozialabgaben fällig. Das Finanzministerium bemängelt, dass „die höheren Sozialabgaben für Gutverdienende im Widerspruch zu den Steuerentlastungen in der Wachstumsinitiative“ stünden.

Das weist der SoVD zurück. „Lindner macht Politik gegen die arbeitende Mitte“, kritisiert Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Der SoVD fordere stattdessen nachhaltige und gerechte Lösungen. „Ein echter Schritt in die richtige Richtung wäre die Einbeziehung weiterer Personengruppen in die Sozialversicherungssysteme“, erklärt Engelmeier. *veo*

Lohnt ein Wechsel der Krankenkasse?

Was die Zusatzbeiträge gesetzlicher Krankenkassen angeht, gibt es schon heute große Unterschiede. Während einzelne Kassen weniger als ein Prozent verlangen, sind es bei anderen mehr als drei. Ein Wechsel kann also Geld sparen. Dabei sollte man jedoch einige Dinge beachten.

Erhebt eine Krankenkasse erstmals einen Zusatzbeitrag oder erhöht sie diesen, muss sie das den Versicherten vorab schriftlich mitteilen. Diese

haben dann ein Sonderkündigungsrecht mit einer Frist von zwei Monaten, welches bis zum Ende des Monats gilt, in dem es teurer wird. Erhöhen sich die Kosten beispielsweise zum 1. Januar 2025, könnten Versicherte bei einer Kündigung zum Monatsende ab dem 1. April Mitglied in einer anderen Krankenkasse werden. Bei rechtzeitiger Anmeldung kümmert sich die neue Kasse dann auch um die Kündigung der alten Versicherung.

Wechselwillige sollten nicht allein auf die Höhe des Zusatzbeitrages achten. War man mit der eigenen Kasse bisher zufrieden, sollte man klären, ob dies auch bei einem neuen Anbieter zu erwarten ist – zumal auch dieser möglicherweise nicht um die Erhebung eines höheren Zusatzbeitrages herkommt.

In erster Linie unterscheiden sich Krankenkassen bei den freiwillig angebotenen Leistungen. Hierzu gehören Ausgaben, die über die gesetzlichen

Regelungen hinausgehen, etwa für Reha-Maßnahmen, Reiseimpfungen, professionelle Zahnreinigungen oder Osteopathie. Darüber hinaus kann es sinnvoll sein, sich zu informieren, ob es eine Unterstützung bei der Arztsuche oder die Übernahme von Kosten für Gesundheitskurse im Bereich Prävention gibt.

Wer darauf angewiesen ist oder Wert legt, sollte auch klären, ob eine Beratung vor Ort gewährleistet ist. *jos*

Statt höherer Beiträge fordert der SoVD die Rückzahlung zweckentfremdeter Mittel

Pflegeversicherung bereitet weiterhin Sorge

Die soziale Pflegeversicherung steht derzeit finanziell unter großem Druck. Aus diesem Grund dürfte es auch hier im kommenden Jahr für die Versicherten teurer werden. Zwar kündigte Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) eine „große Reform“ an. Deren Umsetzung ist angesichts der sehr unterschiedlichen Positionen innerhalb der Koalition aber mehr als fraglich.

Berichten über eine drohende Zahlungsunfähigkeit widersprach Lauterbach. Die Pflegeversicherung stehe zwar unter Druck, ihr drohe jedoch nicht die Insolvenz, so der Minister. Die Bundesregierung bürge dafür, dass Pflegebedürftige und Angehörige auch in Zukunft die ihnen zustehenden Leistungen erhielten.

Energische Kritik äußerte dagegen die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Mit Blick auf den eigenen Haushalt entziehe sich der Bund weiterhin seiner Verantwortung. Anstatt die während der Corona-Pandemie zweckentfremdeten



Foto: Photographee.eu / Adobe Stock

Finanzielle Probleme erklärt das Bundesgesundheitsministerium unter anderem mit einer gestiegenen Zahl an Pflegebedürftigen.

Mittel in Höhe von mehr als fünf Milliarden Euro zurückzuzahlen, lasse der Staat die Pflegeversicherung auf den Kosten sitzen. Auch gingen gesamtgesellschaftliche Aufgaben wie etwa die Übernahme der Rentenbeiträge pflegender Angehöriger noch immer zu deren Lasten.

Vor diesem Hintergrund bezeichnete Engelmeier höhere Beitragssätze als inakzeptabel. Zuvor müsse der Bund seinen Teil zur Stabilisierung der Pflegeversicherung beitragen und zweckentfremdete Beitragsmittel erstatten. Diese würden dringend für Pflegebedürftige benötigt. *jos*

SoVD kritisiert nach Beschluss des Gesetzentwurfes einseitige Finanzierung – Widerstand von Kliniken und Ländern

Klinikreform nicht auf Kosten der Versicherten

Der Bundestag hat den Gesetzentwurf zur Krankenhausreform verabschiedet. Ihr Ziel ist es, die medizinische Versorgung verbessern. Die schlechte Finanzlage der Kliniken, zu wenig Personal und Medikamente hatten den Anstoß gegeben. Wenn die Länder keinen Riegel verschieben, kommen damit große Veränderungen auf die Kliniken zu. Der SoVD begrüßt die notwendigen Verbesserungen, fordert jedoch eine Finanzierung des Umbaus aus Steuermitteln statt aus Versichertenbeiträgen. Er warnt davor, die Gesundheitssystemreformen einseitig auf Kosten der Beitragszahler*innen umzusetzen.

Im Fokus der Gesundheitsreform steht eine qualitativ bessere Versorgung. Vor allem kleinere Krankenhäuser sollen künftig nur diejenigen Eingriffe vornehmen, die sie besonders gut beherrschen. Für eine gute Versorgung müssen Patient*innen dann unter Umständen längere Wege bis zum nächsten zuständigen Krankenhaus in Kauf nehmen.

Einzelne Behandlungsarten sollen per Gesetz in 65 Leistungsgruppen eingeteilt werden. Welche Klinik welche Leistungsgruppen anbieten darf, entscheiden die jeweils die Behörden der Länder. Um für Behandlungen bezahlt zu werden, müssen die Krankenhäuser ein entsprechendes Qualitätsniveau und Personal vorweisen können.

Etwa 30 Prozent der Kliniken schreiben derzeit rote Zahlen, die Reform bringe eine „Entöko-

nomisierung“, verspricht Gesundheitsminister Lauterbach (SPD). So soll die bisherige Vergütung über Fallpauschalen eingeschränkt werden, weil sie erhebliche Fehlreize setze.

In Zukunft sollen die Kliniken vor allem dafür bezahlt werden, dass sie bestimmte Leistungen anbieten, und entsprechende „Vorhaltepauschalen“ erhalten. Diese sollen 60 Prozent ihrer Kosten decken, während 40 Prozent wie gehabt über die Fallpauschalen abgerechnet werden. Darüber hinaus sind zusätzliche Mittel für Kernbereiche von Kliniken vorgesehen, etwa für die Intensivmedizin, Kinderheilkunde, Geburtshilfe, Schlaganfallbehandlung oder Traumatologie. Zusätzliche Regelungen wie ambulante Leistungsangebote sollen kleinen Kliniken in ländlichen Regionen helfen.

Obwohl niemand an der Not-

wendigkeit von Verbesserungen zweifelt, kommt vonseiten der Kliniken und der Länder starker Gegenwind. Dieser richtet sich vor allem gegen die Finanzierungspläne. Die Deutsche Krankenhausgesellschaft will die Klinikreform gar blockieren. Und auch die Bundesländer drohen mit einer Blockade im Bundesrat und der Anrufung des Vermittlungsausschusses (*Stand bei Redaktionsschluss*). Sie glauben nicht daran, dass die Reform Insolvenzen im ländlichen Raum abwenden kann. Ein weiterer Kritikpunkt: Die Kliniken sollen für die Phase der Reform-Umsetzung zehn Jahre lang per Gesetz mit einem Transformationsfonds in Höhe von 50 Milliarden Euro abgesichert werden. Eine Hälfte soll von den Ländern, die andere von den gesetzlichen Krankenkassen kommen.



Foto: Dmytriy / Adobe Stock

Die Finanzierung der Krankenhausreform stößt auf Widerstand.

„Das ist eine Zweckentfremdung von Beitragsmitteln“, kritisiert auch SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Es kann nicht sein, dass so viel Geld aus der Liquiditätsreserve des Gesundheitsfonds kommen soll – und damit allein auf Kosten der Versicherten.“ Dies sei nicht nur verfassungsrechtlich bedenklich, sondern angesichts der überaus angespannten Finanzlage in der gesetzlichen Krankenversiche-

rung unverantwortlich. „Schon heute verzeichnet der Gesundheitsfonds ein Defizit von 6,3 Milliarden Euro, und die gesetzlichen Krankenkassen schreiben weiter rote Zahlen.“

Der SoVD begrüßt hingegen einen Änderungsantrag, der zumindest den Weg für ein Meldesystem von Behandlungsfehlern zur Förderung der Patient*innensicherheit ebnet soll. *Veronica Sina*

Forderung zur Umsetzung des Rentenpakets II bekräftigt – Aktion zum Inflationsausgleich

SoVD kämpft weiter für eine bessere Rente

Die Diskussion um das Rentenpaket II geht weiter. Eine zügige Einigung, wie sie der SoVD mit Nachdruck fordert, scheint nicht in Sicht. Zuletzt hat im Bundestag eine Anhörung des Ausschusses für Arbeit und Soziales mit einigen Sachverständigen stattgefunden. Der SoVD wird deshalb seine Vorschläge für eine bessere Rente (www.die-bessere-rente.de) inklusive der Forderung nach einer Erwerbstätigenversicherung und nach einem höheren Rentenniveau noch stärker in den Fokus seiner Aktionen stellen.

Mit dem Bundeshaushalt 2025 hatte die Ampelregierung bereits erste Änderungen zur Reform des Systems beschlossen. Diese sollten auch den Weg für das Rentenpaket II bereiten.

Die Reform gestaltet sich als mühsam verhandelter und zwischenzeitlich verworfener Kompromiss. Zentral ist eine Haltelinie beim Rentenniveau. Danach soll dieses bis 2039 nicht unter 48 Prozent fallen – ein nicht verhandelbares Anliegen von SPD und Grünen, das der SoVD teilt.

Die Liberalen haben das „Generationenkapital“ hineinverhandelt: Im ersten Schritt soll der Staat zwölf Milliarden Euro Schulden aufnehmen, in den Jahren darauf je drei Prozent mehr, und das Geld über eine Stiftung in Aktien anlegen. Mit den erhofften Gewinnen will man den Beitragsanstieg bremsen.

Die Regierung geht davon aus, dass der Rentenbeitrag demzufolge 2045 statt bei 22,7 Prozent bei 22,3 Prozent liegen wird. Den Einstieg in eine aktienbasierte Altersversorgung befürwortet die FDP mit Christian Lindner an ihrer Spitze schon lange.



Foto: David Tett / Centre for Ageing Better

Auch nach einem Leben voller Arbeit sind viele Renten sehr niedrig.

Ginge es nach ihnen, würden die Bürger*innen selbst – privat und staatlich gefördert – für die Rente vorsorgen. Der SoVD wie auch Teile der Regierung stehen dem Vorhaben ablehnend gegenüber. Ihr Argument: Sehr viele Menschen verfügen überhaupt nicht über die Mittel, um privat vorzusorgen.

Weil viele Renten schon heute sehr niedrig sind, setzt sich der SoVD für eine Verbesserung des Systems ein und hat auf der

Themenseite www.die-bessere-rente.de seine Positionen öffentlich gemacht. Besorgt zeigte sich die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier zuletzt angesichts der Antwort des Sozialministeriums auf eine Fraktionsanfrage zu den Rentenhöhen.

Demnach haben Menschen mit Durchschnittsverdienst rechnerisch 45 Jahre und zwei Monate in die Rentenkasse eingezahlt, um am Ende monatlich 1.500 Euro herauszubekommen. Für ei-

nen Betrag von 1.250 Euro waren es 37 Jahre und acht Monate. Für eine Rente in Höhe der Grundsicherung von durchschnittlich 938 Euro waren es 28 Jahre und drei Monate. Das auf Eckwerten basierende Rechenmodell trifft für viele nicht zu, da nur wenige über einen solch langen Zeitraum das Durchschnittseinkommen erzielen. Es liegt nach vorläufigen Werten der Rentenversicherung 2024 jährlich bei 45.358 Euro. „Vor allem Frauen schaffen die Beitragszeiten nicht, weil sie das Berufsleben für Kinder oder Pflege unterbrechen“, so Engelmeier.

Der SoVD schlägt vor, den Freibetrag in der Grundsicherung auszuweiten, wenn in die gesetzliche Rentenversicherung (GRV) eingezahlt wurde. Die geplante Stabilisierung des Rentenniveaus bei 48 Prozent begrüßt der Verband als wichtigen Zwischenschritt. Mittelfristig fordert er eine Anhebung auf 53 Prozent und die Weiterentwicklung der GRV zu einer Erwerbstätigenversicherung, in die ausnahmslos alle einbezogen werden, auch Selbstständige, Abgeordnete und Beamt*innen. *Veronica Sina*

Demo am 6. November

Für einen Inflationsausgleich auch für die knapp 21 Millionen Rentner*innen hat der SoVD durch alle Gliederungen über viele Monate deutlich und medial laut wahrnehmbar Stellung bezogen. Zahlreiche politische Termine wurden dafür genutzt und eine Petition in den Deutschen Bundestag eingebracht. Zudem sammelten mehrere Landesverbände, teilweise in regionalen Bündnissen, Unterschriften und übergaben diese der Politik. Obwohl die Signale in der Bundespolitik angekommen sind, soll es einen Inflationsausgleich allein aus Kostengründen im Bundeshaushalt nicht geben.

Nun gibt es mehrere regionale Bestrebungen zu einer Demonstration in Berlin. Bündnisse in Schleswig-Holstein, Hamburg und Niedersachsen rufen daher ihre Mitglieder auf, am 6. November ab 11 Uhr am Brandenburger Tor für eine Inflationsprämie zu demonstrieren, und organisieren Fahrten. Der SoVD-Bundesverband unterstützt diese Maßnahmen und beteiligt sich an der Aktion.



Teilnehmende aus allen Altersklassen mit und ohne Rund 900 Starter*innen

Gelebte Inklusion, Spaß, Gemeinschaft, Vielfalt – und das alles bei strahlendem Sonnenschein. Beim neunten SoVD-Inklusionslauf auf dem Tempelhofer Feld herrschten perfekte Bedingungen für einen erfolgreichen Tag voller Bewegung und Unterhalt-

Zum Auftakt war es noch ein bisschen frisch, aber viele Besucher*innen und Teilnehmende der verschiedenen Disziplinen waren trotzdem schon zum Veranstaltungsort auf dem Tempelhofer Feld gekommen. Moderator Rafael Treite eröffnete gut gelaunt das Event und die Kifrie-Musiketage stand zum ersten Mal auf der Bühne, um ihren Song zum Inklusionslauf zu spielen. Darin gibt es die passende Textzeile „Gemeinsam kommen wir ans Ziel“, die damit einen passenden Grundstein für einen Tag voller Sport und Spaß bildete.

Inklusionslauf als Symbol für Vielfalt und Miteinander

Die Begrüßung übernahm die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Sie hieß die Gäste willkommen und sprach über den Inklusionslauf und dessen Geschichte seit der ersten Ausgabe 2014. Engelmeier freute sich über rund 900 Teilnehmende zwischen 1 und 86 Jahren und bedankte sich bei den Kooperationspartnern, nämlich dem Sportclub Lebenshilfe, dem Berliner Leichtathletik-Verband, der Lebenshilfe Berlin und dem Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband, sowie für die Förderung durch die Aktion Mensch.

Sie hob den Vorbildcharakter des Inklusionslaufes auch für andere Veranstaltungen hervor. Denn während es hier selbstverständlich sei, dass Menschen mit und ohne Behinderungen gemeinsam Sport machen, sei das leider nicht die Regel.

Auch die Schirmherrin der

diesjährigen Ausgabe, Franziska Liebhardt, richtete einige Worte an die Gäste und Sportler*innen. Für sie sei es eine „große Ehre“, Teil des Inklusionslaufes zu sein. Denn der sei ein Symbol für „Vielfalt, Gemeinschaft und Miteinander“. Sie berichtete über ihre Arbeit als Vorsitzende der Kinderhilfe Organtransplantation (KiO) und ihre Erfahrungen als organtransplantierte Person.

Sportlicher Auftakt mit Bambinilauf und Staffell

Der sportliche Teil begann mit dem Bambinilauf. Hier starteten viele Kinder – auch mit Beeinträchtigungen – in einem bunten, gut gelaunten Rennen über 300 Meter. Mit Unterstützung der Eltern und lautstarken Anfeuerungen von außen kamen alle glücklich ins Ziel. Bei diesem Lauf begleitete die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier ihre Enkelin auf der Strecke.

Etwas länger wurde die Distanz im anschließenden Staffellauf, bei dem vier Mitglieder einer Staffel jeweils eine Strecke von 400 Metern zu absolvieren hatten. Auch hier nahmen mehrere Starter*innen im Rollstuhl oder mit anderen Beeinträchtigungen teil – unter anderem der Vorsitzende der SoVD-Jugend, Sebastian Freese. Auch der SoVD-Landesverband Rheinland-Pfalz / Saarland beteiligte sich mit einer Staffel, und diese war als eine der ersten im Ziel.

Besuch aus dem Berliner Spitzensport

In den Rennen über 1 und 2,5 Kilometer gab es einige be-

eindruckende Sprints zu sehen, aber es ging natürlich auch etwas gemächlicher ins Ziel – beim Inklusionslauf stehen der Spaß an der Bewegung und die Gemeinschaft im Mittelpunkt.

Über die 2,5-Kilometer-Distanz war auch Fabian Drescher, Präsident von Hertha BSC, als Teilnehmer dabei. Er lobte im Anschluss das Konzept der Veranstaltung und äußerte große Anerkennung für die Teilnehmenden. „Es ist beeindruckend zu sehen, wie Inklusion und Sport hier auf so wunderbare Weise vereint werden“, sagte er am Mikrofon.

Bevor die letzten Läufe auf dem Tempelhofer Feld anstünden, sorgte die Tombola für glückliche Gesichter bei den Gewinner*innen.

Rollstuhlparcours lud zum Mitmachen ein

Neben den etwa 900 Starter*innen in den verschiedenen Disziplinen waren in diesem Jahr auch außerordentlich viele Besucher*innen auf dem Tempelhofer Feld. Für sie gab es ein umfangreiches Rahmenprogramm mit Unterhaltung auf der Bühne und vielen Ständen zum Infomieren und Mitmachen. Zu den Ausstellern gehörten etwa die SoVD-Berufsbildungswerke Nordic CAMPUS und BBW Stendal, die Fürst-Donnersmarck-Stiftung Berlin und das Pfefferwerk Stadtkultur. Die Einrichtungen waren außerdem mit vielen Teilnehmenden bei den verschiedenen Läufen dabei.

Großer Andrang herrschte auch beim Rollstuhlparcours. Viele Kinder nutzten die Gelegenheit, das für sie



Foto: Sascha Pfeiler

Zusammenarbeit und Koordination sind beim Staffellauf von großer Bedeutung.



Foto: Sascha Pfeiler

Das BBW Stendal war mit einer großen Gruppe von Läufer*innen auf dem Tempelhofer Feld dabei.



Foto: Sascha Pfeiler

Drei, zwei, eins und los! Ein buntes Feld von Teilnehmenden setzte sich jeweils über die verschiedenen Strecken in Bewegung. Ins Ziel kam jede*r auf eigene Weise und im eigenen Tempo.



Foto: Denny Brückner

Unter blauem Himmel und mit guter Laune läuft es sich am besten. Beim Inklusionslauf gab es entsprechend viele lachende Gesichter.

Einschränkungen feierten gemeinsam Inklusion in Berlin beim SoVD-Inklusionslauf

In diesem Jahr lockte die Veranstaltung eine Rekordzahl an Teilnehmenden und Gästen an. Im Mittelpunkt standen die sportlichen Leistungen. Mit dem Bühnenprogramm, vielen Ausstellern und der großen Tombola gab es aber auch abseits der Strecke ein buntes Angebot.

ungewohnte Fortbewegungsmittel auszuprobieren und neue Einblicke zu gewinnen. Rollstuhlfahrer*innen konnten an den Rampen und beim Slalomfahren ihre Geschicklichkeit zeigen. Sehr beliebt waren zudem die Torwand und das Kinderschminken.

Zwischen den Läufen unterhielten die Kifrie-Musiketage und die Trommelgruppe der Ufa-Fabrik mit ihren musikalischen Beiträgen die Gäste. Die Trommelgruppe war nicht nur auf der Bühne, sondern auch im Start- und Zielbereich im Einsatz und feuerte die Teilnehmenden zu sportlichen Höchstleistungen an.

Große Freude über die eigene Leistung im Ziel

Als großer Abschluss waren die Läufe über 5 und 10 Kilometer an der Reihe. Hier setzten sich noch einmal viele Menschen in Bewegung, um die Strecke zu bewältigen. Und egal, ob sie für eine Runde unter 20 Minuten brauchten oder mehr als eine Stunde unterwegs waren – im Ziel war die Freude, aber manchmal auch die Erschöpfung groß. Mit Traubenzucker, viel Flüssigkeit und Äpfeln, die es sofort nach dem Zieleinlauf gab, um den Energiehaushalt wieder aufzufüllen, ließ sich dem aber beikommen.

Einer der Teilnehmer über die 10-Kilometer-Strecke war Linus Bade. Der Inklusionsaktivist und Influencer ist aufgrund einer Spastik bewegungs eingeschränkt. Er hat für sich das Frame Running entdeckt: eine Sportart, bei der eine Mischung aus Fahrrad und Dreirad ohne Pedale nur durch die Bewegung

der eigenen Beine bewegt wird. Mit seinem Gefährt war er sehr schnell über die 10 Kilometer unterwegs. Am Tag vor dem Inklusionslauf war er außerdem Protagonist in einem Beitrag des ZDF-Mittagsmagazins, der seinen Alltag und seine Vorbereitung auf den Lauf zeigte.

Im nächsten Jahr feiert der Lauf zehnjähriges Jubiläum

Der Inklusionslauf ist ein Beispiel dafür, wie Inklusion im Alltag gelingen kann. Die vielen strahlenden Gesichter der Teilnehmenden machten allen klar, wie sehr es solche Veranstaltungen braucht. „Dieser Lauf zeigt, dass es keine Barrieren gibt, wenn wir gemeinsam etwas erreichen wollen.“



Foto: Denny Brückner

„Frame-Runner“ Linus Bade war wieder beim Inklusionslauf dabei und absolvierte die 10 Kilometer.

Jeder Schritt, den wir heute gegangen sind, ist ein Schritt in Richtung einer inklusiveren Gesellschaft“, fasste Michaela Engelmeier den Tag zusammen.

Der SoVD-Inklusionslauf wächst und ist ein fester Termin im Berliner Laufkalender. Im nächsten Jahr steht das Jubiläum zur zehnten Ausgabe an. Der SoVD freut sich, dann wieder viele Teilnehmende mit und ohne Behinderungen zu einer einzigartigen Veranstaltung begrüßen zu können. Der nächste Inklusionslauf findet am 11. Oktober 2025 statt.

Auf der Website des SoVD unter www.sovd.de/inklusionslauf sind ein Video sowie eine Fotogalerie mit vielen weiteren Eindrücken vom Inklusionslauf eingestellt. Alle Zeiten der Teilnehmenden sind im Internet unter www.inklusionslauf.de/ ergebnisse abrufbar.

Sebastian Triesch

Schwerpunkt „nicht sichtbare Beeinträchtigungen“

Interessante Gespräche beim Talk auf der Bühne

Zum Inklusionslauf gehört auch das Programm auf der Bühne, selbstverständlich mit Übersetzung in Gebärdensprache. In diesem Jahr sprachen die Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann von der Depressionsliga über ihre Erfahrungen.

Schwerpunktthema beim SoVD-Inklusionslauf waren „nicht sichtbare Beeinträchtigungen“. Dazu sprachen die Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann, Vorstandsmitglied der Depressionsliga, auf der Bühne. Die Depressionsliga unterstützt Betroffene und Angehörige beim Umgang mit der Krankheit und setzt sich für eine Entstigmatisierung in der Gesellschaft ein.

Beide wünschten sich mehr Bewusstsein in der Öffentlichkeit und mehr Sensibilität für das Thema. Außenstehenden fehle häufig Empathie im Alltag, wenn sie auf Menschen mit nicht sichtbaren Einschränkungen trafen, so Liebhardt. Vorthmann beklagte die allgegenwärtige „Ellenbogengesellschaft“, die es Betroffenen schwer mache, mit ihrer Erkrankung an die Öffentlichkeit zu gehen. Auch im Arbeitsleben gebe es viele Herausforderungen.

Passend zur Veranstaltung betonten beide den positiven Einfluss von Sport auf ihr Wohlbefinden.



Foto: Sascha Pfeiler

Michaela Engelmeier bei der Eröffnung des Inklusionslaufes.



Foto: Sascha Pfeiler

V. li.: Moderator Rafael Treite, Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann, Vorstandsmitglied der Depressionsliga.



Foto: Sascha Pfeiler

So viele Besucher*innen wie noch nie zuvor waren am 12. Oktober zum SoVD-Inklusionslauf gekommen und machten ihn zu einer erfolgreichen Veranstaltung. Viele informierten sich dabei auch über die Arbeit des Verbandes.

www.sovd.de


Urlaub in der Kleingruppe: Leistungen variieren

Bei „Seniorenreisen“ genau hinschauen

Gut betreut reisen, eine Reiseleitung kümmert sich um alles: Viele, die älter oder in ihrer Gesundheit oder Mobilität eingeschränkt sind, sehen das als entspannten Urlaub. Doch bei Reisen speziell für Senior*innen sollten Interessierte die Leistungen gut prüfen.

Sich um Transfer, Hotel, Essen und Ausflüge nicht sorgen – die Angebote für begleitete Gruppenreisen nähmen zu, so die Verbraucherzentrale Niedersachsen. Doch „Seniorenreise“ sei kein geschützter Begriff. Daher sollte man genau vergleichen. Erfüllen die enthaltenen Leistungen alle Bedürfnisse? Inbegriffen sein können etwa medizinische Betreuung, Kuranwendungen, Beratungen, spezielle Kost oder barrierefreie Transporte und Zimmer. Vorsicht gelte bei lauter Zusatzoptionen. Und sind Verkaufsveranstaltungen geplant, lieber Finger weg! *ele/dpa*



Foto: Marek / Adobe Stock

Nicht alle Angebote sind seriös.

Aktuelles Urteil

Kein früherer Arzttermin gegen Bezahlung

Fachärzt*innen haben oft monatelang keine freien Termine für gesetzlich Krankenversicherte. Nun wurde ein Fall aus Solingen bekannt, in dem eine Augenheilkunde-Praxis von einem Patienten 150 Euro aus eigener Tasche für einen früheren Termin wollte. So ein Vorgehen ist nicht erlaubt, stellte das Landgericht Düsseldorf klar.

Nach Buchung in einem Online-Portal bot die Praxis dem Kassenpatienten telefonisch an, für den Termin 150 Euro zu zahlen – oder Monate zu warten. Er meldete es der Verbraucherzentrale NRW. Die mahnte den Arzt ab und klagte, da er keine Unterlassungserklärung unterschrieb.

Das Gericht urteilte: Der Arzt darf solche Selbstzahler*innen-Termine gegen Aufpreis nicht anbieten. Die Zeit lag in den Sprechstunden für gesetzlich Versicherte, die nötige Behandlung wäre eine Kassenleistung gewesen und er habe gegen die ärztliche Berufsordnung verstoßen (Az.: 34 O 10/22). *ele/dpa*



Foto: ISO K Medien GmbH / Adobe Stock

Reguläre Sprechstunden sollen allen Versicherten offenstehen.

E-Scooter stehen und liegen auf Gehwegen – nicht barrierefrei und ein Risiko

Gefahr für blinde Menschen

Elektrisch angetriebene Tretroller, sogenannte E-Scooter, sind „Elektrokleinstfahrzeuge“ und dürfen in Deutschland seit Mitte 2019 auf die Straße. Diese Freigabe sollte zur Verkehrswende beitragen. Bisher zeigen sich jedoch Probleme: viele Unfälle – sowie Risiken für Menschen mit Einschränkungen.

Manche stellen die meist gemieteten E-Scooter nach der Fahrt achtlos ab. Oft stehen und liegen diese mitten auf Gehwegen und Plätzen. Das ist für Fußgänger*innen ein Hindernislauf, für Personen mit Gehbehinderung oder Kinderwagen schwierig – und für Blinde und Sehbehinderte gefährlich. Sie können stolpern und stürzen.

Der SoVD fordert darum endlich Regeln, wo und wie die Roller parken dürfen. Wege müssten immer frei sein. Das sollte die Elektrokleinstfahrzeuge-Verordnung klarstellen, die die Regierung gerade überarbeitet.

Anlass ist unter anderem, dass es immer mehr Unfälle mit E-Scootern gibt. So sollen etwa Blinker Pflicht werden. Geplant ist jedoch zudem, auch für sie Gehwege und Fußgängerzonen mit Zusatzzeichen „Radverkehr



Foto: Thomas Bartilla / Geisler-Fotopress / picture-alliance

Besonders für Blinde sind im Weg geparkte Roller Stolperfallen.

frei“ im Schrittempo freizugeben. „Das darf aber nicht zu noch mehr auf Fußwegen abgestellten E-Scootern führen!“, so SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier bei einem Termin im Verkehrsministerium.

Bisher dürfen die Stehroller nur auf Radwegen, Fahrbahnen und Seitenstreifen fahren. Nicht zu verwechseln sind sie mit Elektrorollstühlen und -mobilen für Gehbehinderte, die man oft ebenfalls E-Scooter nennt. *ele*

Jobcenter rechnet Einkommen und Vermögen an – aber manches davon nicht

Abzüge vom Bürgergeld

Das Bürgergeld soll das Existenzminimum sichern. Dass es dafür mit der jetzigen Berechnungsmethode der Regelsätze nicht ausreicht, kritisiert der SoVD immer wieder. Manche der über fünf Millionen Arbeitsuchenden verdienen deshalb hinzu. Prinzipiell dürfen sie so viel arbeiten, wie sie wollen. Aber das Jobcenter verrechnet es mit dem Bürgergeld. Was darf man behalten, was wird weggekürzt?

Dank Freibeträgen kann sich der „Nebenjob“ lohnen, weil am Ende etwa zusätzlich übrig bleibt. Das gilt für angestellte wie selbstständige Tätigkeiten.

100 Euro sind pauschal immer „frei“. Hinzu kommen nach der Höhe des Verdienstes gestaffelte weitere Beträge.

Bei einem Minijob darf man zusätzlich 20 Prozent des Geldes über den 100 Euro behalten.

Bei Jobs bis 1.000 Euro brutto bleiben pro Single ohne Kind 30 Prozent anrechnungsfrei. Verdient die Person zwischen 1.000 und 1.200 Euro brutto, bleiben ihr von dem Betrag zwischen den beiden Grenzen 10 Prozent. So kann sie auf bis zu 348 Euro Freibetrag kommen. Singles mit minderjährigem Kind haben eine Obergrenze von 1.500 Euro.

Komplizierte Anrechnung

Alle Beträge richten sich nach dem Brutto, abgezogen werden sie aber vom Netto. Das macht die Rechnung kompliziert. Wie viel das Jobcenter im Einzelfall kürzt, hängt zudem von noch mehr Faktoren ab: etwa Familienstand, Zahl und Alter von Kindern, Fahrtkosten, Versicherungen und Steuern. Vorher schauen kann man im „Freibe-



Foto: juergenphilipps / Adobe Stock

Wer im Leistungsbezug arbeitet, darf einen Teil behalten. Auch bei anderen Einkünften und bei Vermögen gibt es „geschützte Arten“.

tragsrechner“ des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, ganz unten auf: www.sgb2.info.

Ausnahmen und Schonfristen

Bei anderen Arten von Einkommen gibt es keine Freibeträge. Komplette verrechnet das Amt etwa Eltern-, Kinder- und Krankengeld, Unterhalt, Mieteinnahmen, Kapital- und Zinserträge, Dividenden, Renten, Steuererstattungen, Abfindungen, BAFöG, Ausbildungsgeld und Wohngeld.

Unangetastet bleiben Sonderbezüge wie Opferentschädigung,

Blindengeld, Mutterschaftsgeld, Ferienjobs, Geld für Pflegekinder und Katastrophenhilfen.

Auch Vermögen ist teils geschützt. Zum Schonvermögen gehören selbst bewohnte, angemessene Immobilien, „unerhebliches“ Erbe oder Schmuck. Beim Rest gelten Freibeträge: im ersten Jahr 40.000 Euro für den*die Antragsteller*in und 15.000 Euro für jedes weitere Bedarfsgemeinschaftsmitglied; ab dem zweiten Jahr pro Person 15.000 Euro. Alles darüber wird am Bürgergeld gekürzt. *ele/dpa*

Großes Engagement gesucht!

Seit über 100 Jahren wird der SoVD vom freiwilligen Engagement seiner Mitglieder getragen. Bundesweit sind sie das Rückgrat in den Orts- und Kreisverbänden. Mit der Auszeichnung „SoVD-Superheld*in“ ehrt der Verband Personen, die sich besonders verdient gemacht haben. Nun geht die Aktion in die nächste Runde.



Noch ist es nicht lange her, dass im Rahmen der inklusiven Ruder-Regatta in Grünau bei Berlin die Kürung der SoVD-Superheld*innen 2024 stattfand. Drei Mitglieder wurden für ihren Einsatz und ihre ehrenamtliche Verdienste im SoVD ausgezeichnet, und dies auch stellvertretend für viele andere Aktive, die den SoVD ausmachen. Bei der Verleihung hieß es: „Unsere Mitglieder, vor allem in den Orts- und Kreisverbänden, die einander helfen, unterstützen, die Gemeinschaft und Solidarität täglich leben, sind unser Rückgrat im Sozialverband Deutschland!“



Foto: Laurin Schmid

Anne-Dörthe Lorenz (NRW) und Ulrich Helmboldt (NDS) waren gemeinsam mit Martina Serowi (RPS) die Preisträger*innen des Jahres 2024.

Und genauso ist es. Diese Feststellung gilt für den heutigen, modern aufgestellten SoVD ebenso wie für den Verband, als er noch Reichsbund hieß. Auch künftig will der Verband deshalb das herausragende soziale Engagement einzelner SoVD-Mitglieder würdigen und auszeichnen. Ob nachbarschaftliche Hilfe, Organisation von Gemeinschaftsnachmittagen, Gruppenreisen und Informationsveranstaltungen oder unentgeltliche Beratung in sozial(rechtlich)en Angelegenheiten

– jedes Engagement ist wichtig für die ganze Gemeinschaft.

Wie geht es weiter? Zunächst sind Sie – alle SoVD-Mitglieder – und Ihre Initiative gefragt. Schicken Sie uns Ihre Vorschläge für Mitglieder, die sich in Ihren Augen ehrenamtlich in besonderer Weise verdient gemacht haben!

Nutzen Sie für eine Berücksichtigung im Auswahlverfahren bitte das unten stehende Formular und senden Sie es uns ausgefüllt zurück an:

**SoVD-Superheld*innen
SoVD-Bundesgeschäftsstelle,
Vorstandsbüro, Stralauer Straße 63,
10179 Berlin**

Sie können Mitglieder auch online über den unten stehenden QR-Code nominieren.

Unter allen Einsendungen wählt später eine Jury unter Leitung der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier wieder drei Gewinner*innen aus. Diese werden zum nächsten SoVD-Inklusionslauf am 11. Oktober 2025 nach Berlin eingeladen und im Rahmen der inklusiven Großveranstaltung als „SoVD-Superheld*innen des Jahres“ gekürt. Die Preisträger*innen erhalten eine Auszeichnung und einen Zuschuss zur Ortsverbandsarbeit. Selbstverständlich benachrichtigen wir die Gewinner*innen rechtzeitig. Zuvor werden wir in der Septemberausgabe 2025 der SoVD-Zeitung zahlreiche Superheld*innen mit einem Foto und einer Kurzbeschreibung vorstellen. *veo*

Weitere Informationen finden Sie unter: www.sovd.de/sovdsuperhelden.

Wer sind unsere SoVD-Superheld*innen?

Zum Online-Formular ►



MEIN VORSCHLAG FÜR DEN* DIE SOVD-SUPERHELD*IN

Einsender*in

Name

Gliederung

Im Verband seit

Telefon

E-Mail

Superheld*in



Name

Gliederung

Im Verband seit

Telefon

E-Mail

Er / Sie hat die Auszeichnung verdient, weil ...

Bitte tragen Sie hier die Begründung für Ihren Vorschlag ein. Achtung: Es geht hierbei nicht um ein gewähltes Amt oder eine Funktion, sondern um besondere Aufgaben. Das kann die Organisation von Spielenachmittagen ebenso sein wie nachbarschaftliche Hilfe oder das Austragen der SoVD-Zeitung. Jeder Einsatz zählt, nur Mut!





Foto: photophonie/Adobe Stock

Altersarmut in Deutschland wächst – mit einer hohen Dunkelziffer. Geld vom Staat, das ihnen zustünde, beziehen Ältere oft gar nicht.

Viele stellen keine Anträge auf Grundsicherung im Alter

Verzicht auch aus Scham

Rund 80 Prozent der berechtigten Senior*innen nahmen laut Schätzungen die Grundsicherung im Alter in den letzten Jahren nicht in Anspruch, wenn sie nur Aussicht auf Beträge bis 200 Euro hatten.

Fachleute gehen davon aus, dass insgesamt etwa 60 Prozent ihre Ansprüche nicht einforderten und auf Geld vom Staat verzichteten. Die Gründe seien unterschiedlich: etwa, weil sie sich schämten, nichts davon wussten oder den Antrag zu kompliziert fanden.

Das ergab eine Überblicksstudie des Deutschen Institutes für Interdisziplinäre Sozialpolitikforschung (Difis). Nähmen alle Haushalte ihre Rechte wahr, hätten sie etwa 30 Prozent mehr Einkommen. Wie bei allen Sozialleistungen gab es aber nur Zahlen von 2019.

Dass so viele die Grundsicherung im Alter nicht nutzen, ist ein sozialpolitisches Problem. Denn so bleiben ihre Ziele unerreicht: Altersarmut zu verringern oder gar zu verhindern sowie Teilhabe an der Gesellschaft zu sichern. Darauf weist auch die Autorin der Studie hin. Sie schlägt vor, die Antragstellung zu erleichtern, etwa indem sie einfach in Seniorentreffs möglich wäre. *ele/difis/dpa*

www.sovd.de/die-bessere-Rente

Die
bessere
Rente



Volkstrauertag am 17. November – Gedenken an Opfer von Krieg und Gewalt

Erinnern und Frieden suchen

Der Volkstrauertag 2024 fällt auf den 17. November. Längst gilt der stille Feiertag nicht mehr nur den gefallenen deutschen Soldaten und Ziviltoten zweier Weltkriege: Deutschland gedenkt aller Opfer von Krieg, Gewaltherrschaft und Terror weltweit – und mahnt zu Versöhnung, Verständigung und Frieden.

Laut dem „Friedensgutachten 2024“ gab es im letzten Jahr mehr Gewaltkonflikte und Todesopfer auf der Welt als je zuvor. Über die Hälfte von ihnen trugen sich in Afrika zu. Im Bewusstsein sind hierzulande aber vor allem die beiden Kriege in der Ukraine und im Nahen Osten infolge des Überfalls der Terrororganisation Hamas auf Israel vor gut einem Jahr. Auch das sind Themen der Veranstaltungen zum 17. November.

Offizielle Gedenkfeier zeigt internationale Freundschaft

Im Mittelpunkt steht stets die Kranzniederlegung in der Zentralen Gedenkstätte der Bundesrepublik Deutschland, der Neuen Wache in Berlin. Die zentrale Gedenkstunde findet danach im Plenarsaal des Bundestages statt. Veranstalter ist der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e. V. Das ZDF überträgt ab 13.30 Uhr live, Phoenix auch mit Gebärdendolmetschung.

Neben den höchsten Vertretern der Bundesrepublik nehmen wichtige nationale und internationale Gäste aus Politik, Kultur, Wirtschaft, Religionen, Verbänden und Organi-



Foto: Jörg Carstensen/picture-alliance

Das vergangene Jahr stellte einen Negativrekord auf. Doch Krieg, Gewaltherrschaft und Terror kosten zu allen Zeiten weltweit Opfer.

sationen teil. Die Gedenkstunde steht diesmal im Zeichen der deutsch-rumänischen Freundschaft; Hauptredner ist Rumäniens Staatspräsident Klaus Iohannis. Die Feier wird mit Musik umrahmt. Zudem zeigen junge Menschen ihre Sicht auf Krieg, Frieden und Erinnerungskultur.

SoVD beteiligt sich an der Erinnerungskultur

Hinzu kommen deutschlandweit etliche lokale Veranstaltungen auf Friedhöfen und an

Gedenkstätten. An vielen Orten beteiligt sich traditionell auch der SoVD, 1917 als Kriegsopferverband gegründet.

Volkstrauertag ist immer zwei Sonntage vor dem ersten Advent. Dass sich der weltliche Feiertag nach religiösen Daten richtet, stößt teils auf Kritik. Christliche Totengedenken fallen in denselben Monat: katholisch Allerheiligen am 1. und Allerseelen am 2., evangelisch Toten- oder Ewigkeitssonntag, diesmal am 24. November. *ele*

SoVD im Gespräch



Die DBR-Vertreterinnen Michaela Engelmeier (li.), Prof. Dr. Sigrid Arnade (vorne) und Verena Bentele (VdK, re.) gehörten ebenso zur Delegation wie Bundesbehindertenbeauftragter Jürgen Dusel und BMAS-Staatssekretärin Kerstin Griese (Mitte).

G7-Treffen zu Inklusion

Als Teil der deutschen Delegation reiste SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier nach Italien: zum ersten G7-Ministertreffen zum Thema Inklusion und Behinderung vom 14. bis zum 16. Oktober in Assisi und Solfagnano. Neben den Sozialminister*innen der sieben großen Industriestaaten waren auch Gastländer dabei. Die Ergebnisse, festgehalten in der „Solfagnano-Charta“, sollen Maßnahmen weltweit voranbringen.

Engelmeier nahm dort an einer Podiumsdiskussion über Inklusion bei der Notfallversorgung teil. Sie lobte Fortschritte bei den Notrufdiensten, kritisierte aber das Katastrophenmanagement.

Jubiläumsfeier bei der meravis

75 Jahre gibt es die Wohnungsgesellschaft meravis, die zur SoVD-Familie gehört – ein Grund zum Feiern! Zu Gast war auch SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Mit dem Verbandsratsvorsitzenden Bernhard Sackarendt gratulierte sie dem meravis-Aufsichtsratsvorsitzenden Reinhard Meyer überdies zu 25 Jahren Einsatz als SoVD-Bundesrevisor und Revisorensprecher.

Geladen waren zudem aus dem SoVD Alfred Bornhalm, Landesvorsitzender Schleswig-Holstein, Dirk Swinke, Vorstandsvorsitzender Niedersachsen, Dirk Kortylak, Vorstand Niedersachsen, sowie GdW-Präsident Axel Gedaschko.



Foto: Denny Brückner

V. li.: meravis-Aufsichtsratsvorsitzender Reinhard Meyer, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier sowie die beiden meravis-Geschäftsführer Prof. Dr. Florian Ebrecht, der neu im Amt begrüßt wurde, und Matthias Herter.

Länder wollen endlich Teilhabe von Menschen mit Behinderungen stärken

Finanzlücken bei der Inklusion

In Deutschland leben rund 13 Millionen Menschen mit Behinderungen. Ihre gesellschaftliche Inklusion ist ein demokratisches Grundprinzip. Das Thema stand bei der Ministerpräsident*innen-Konferenz in Leipzig Ende Oktober im Fokus. Doch ohne solide Finanzen könnte die Umsetzung ins Stocken kommen.

Die Länder wollen Menschen mit Behinderungen besser in die Gesellschaft einbinden. Spätestens seit der UN-Behindertenrechtskonvention, seit 2008 in Kraft, ist Deutschland zur Inklusion aber längst verpflichtet. Über das Ziel sei man sich bundesweit auch einig, so der

gastgebende sächsische Ministerpräsident Michael Kretschmer (CDU). Im nationalen Recht regelt das nun unter anderem das Bundesteilhabegesetz.

Doch der Blick in die Realität zeigt Lücken und Verbesserungsbedarf. Das kritisiert der SoVD immer wieder dringlich.

Die Regierungschefs und -chefinnen berieten sich auch mit den Behindertenbeauftragten von Bund und Ländern, vor allem zu Inklusion bei Bildung, Arbeit, Wohnen und Gesundheit. Die Kosten für die Maßnahmen seien gestiegen. Der Bund müsse sich mehr beteiligen. *ele/dpa*



Aktuelles Urteil



Foto: Viacheslav Yakobchuk / Adobe Stock

Stufen am Wohnhaus können manche nur mit Hilfe bewältigen.

Vermieter muss Rampe für Rollstuhl erlauben

11.000 Euro Entschädigung für Diskriminierung muss eine Berliner Wohnungsbaugesellschaft einem Mieter im Rollstuhl zahlen. Sie hatte ihm nicht genehmigt, eine Rampe ans Haus bauen zu lassen.

Die Gesellschaft verweigerte die Zustimmung hartnäckig, zwei Jahre lang und aus pauschalen Gründen, „die nicht ansatzweise zu überzeugen vermochten“, so das Berliner Landgericht. Es urteilte: Das ist diskriminierend. Dafür sprach es dem Rollstuhlfahrer nach dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG) 11.000 Euro zu.

Eine hohe Entschädigung sei angebracht, denn die Vermieterin habe den Mann wegen seiner Behinderung gravierend benachteiligt. Ohne Hilfe anderer könne er nicht sechs Treppenstufen überwinden. So habe er das Haus nicht spontan und eigenständig verlassen oder betreten können und sei in seiner Bewegungs- und Handlungsfreiheit stark eingeschränkt gewesen (Az.: 66 S 24 / 24).

Wegen Diskriminierung geklagt hatte der Mann, als er in einem anderen Prozess den Anbau erzwungen hatte. Auch da stellte das Gericht klar: Ist jemand darauf angewiesen, muss der Vermieter eine Rampe erlauben (Amtsgericht Kreuzberg, Az.: 7 C 118 / 23). *ele/dpa*

Hoher Stand von Erkältungen und Corona – Mehrheit geht nicht zu Ärzt*innen

6,9 Millionen Atemwegsinfekte

Von Erkältung über grippale Infekte oder echte Grippe bis Corona: Für diese Jahreszeit sind vergleichsweise viele Menschen in Deutschland akut krank. Das berichtete das Robert Koch-Institut (RKI) im Oktober. Schwere Fälle seien aber, ähnlich wie in den Vorjahren, recht selten.

Insgesamt 6,9 Millionen akute Atemwegsinfekte deutschlandweit schätzte das RKI zuletzt – unabhängig davon, ob die Erkrankten damit auch eine ärztliche Praxis aufsuchten. Und das taten laut dem RKI-Bericht hochgerechnet nur rund 1,5 Millionen Menschen. Die große Mehrheit kurierte ihre Symptome eher in Eigenregie aus.



Foto: Subbotina Anna / Adobe Stock

Dabei handelte es sich, so schätzt das Institut, um 900 Corona-Erkrankungen pro 100.000 Einwohner*innen. Eingeschickte Proben aus Praxen, wenn Patient*innen dort waren, wiesen allerdings mit 29

Prozent am häufigsten Rhinoviren nach, also die klassischen Erkältungsviren. Coronaviren lagen mit 19 Prozent dann auf Platz zwei. Die Erreger Influenza A und B, die für die Grippe verantwortlich sind, wurden dabei nicht mit nachgewiesen.

Corona bleibt im Umlauf. Mitte Oktober wurden dem RKI 11.580 laborbestätigte Fälle gemeldet, die Tendenz war nur leicht abnehmend. In der ganzen Saison gab es bisher 193 übermittelte Todesfälle mit Corona-Infektion. Fast alle Verstorbenen (96 Prozent) waren 60 Jahre oder älter. *ele/dpa*

Die meisten gehen nicht mit jeder Erkältung in eine Praxis.

Anzeige

Teutoburger Wald

Bad Salzfluten FeWo an der Promenade, 1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse, ☎ 052 22 / 152 17 | fewo@bad-salzfluten.de

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen:
Privat-, Kontaktanzeigen,
Gewerbliche Anzeigen oder Reiseanzeigen.
Buchung und Beratung unter
07243 / 5390-123
0176 / 47129886

Polnische Ostsee

Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung PLZ 0-5
Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn **04435 - 953 88 60**
14 Tage Kur - poln. Ostsee, 3***+ Hotel, 300m zum Strand
Schwimmbad/Sauna, Ü/F/HP, 2 Anwendungen p. Werktag, Fahrstuhl, p.P. im DZ ab **599€**
14 Tage Kombi-Reisen Mai 2025
1 Woche **Masuren** mit Ausflüge und 1 Woche Erholung/ Kur poln. Ostsee,
alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kur, p.P. im DZ **1.299€**
Die letzten freien Termine in Swinemünde, Kolberg, Henkenhagen
für Ihren Weihnachts- / Silvesterurlaub mit Transfer, kurzfristig buchen!!!
Ü/F/HP/2 Anwendungen p. Werktag, Weihnachts u. Silvesterfeier **Katalog anfordern**

Naturpark Spessart

Ihr barrierefreies Hotel - Panoramalage - Lift
Hallenbad-Infrarot-Sauna-Whirlpool-Dampfbad-Kegelbahnen
HP ab 65€
staatl. aner. Erholungsort. 90km Wanderwege, Biergarten, Livemusik, viele Einzelzimmer, Beste Ausflugsmöglichkeiten
Seniorengerecht, alle Zi. Flachdusche/WC/Fön/Safe/Wlan/TV.
Landhotel Spessartruh | Wiesenerstr.129 | 97833 Frammersbach, Bayern
Tel. 09355-7443 | www.landhotel-spessartruh.de landhotel@spessartruh.de

Bayerischer Wald

Denken Sie JETZT an Ihre Gruppenreise 2025!
Schönes Hotel zwischen Passau & Nationalpark Bay. Wald
Alle Zimmer mit DU/WC, Fön, Telefon, Sat-TV, Hallenbad (33°C), Sauna, Dampfsauna, Farblicht-Saunarium, Solarium, Kräutersauna, Solebad, Rosenbad, Fitnessraum und Ruhepavillon, Lift, 2 Kegelbahnen, windgeschützte Terrasse. Frühstücksbuffet, Menüwahl.
5 Übernachtungen mit Halbpension p.P. im DZ inkl. 1 x Reiseleitung für eine Tagesfahrt **330,-**
Inhaber: Alfred Binder
Freihöfer Str. 6
94124 Buchberg
Tel. 08505-9007-9
Fax 08505-9007-99
info@hotelbinder.de
www.HotelBinder.de

Polnische Ostsee

(K)urlaub u.a. Usedom, 7 Tg., HP, Hotel**** ab **€198,-** optional Hausabholung & Anwd. JAWA-Reisen.de (GmbH) Giersstr. 20, 33098 Paderborn ☎ **05251/390 900**

Harz

Bad Lauterberg FeWo, Kab.-TV, Sep.-Eing., Ruh.Lage, 2 Pers, ab 35,-€/Tag ☎ **055 24/16 30**

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur run
• Onlinemarketing
• Mediaplanung
• Kooperationsmarketing
Anspruchspartner
Agentur Neun GmbH
Vanessa Kunz
Pforzheimer Straße 132
76275 Ettlingen
Telefon: 07243/ 53 90-123
E-Mail: vanessa.kunz@agenturneun.de

Nord-/ Ostsee

Büsum* FeWo-2Pers.** 38qm/FeWo-4Pers. 50qm, Küche, WoZ., SZ., D-Bad, Balkon, Garten, Stellplatz, TV uvm. ☎ **0174/6 11 3066**

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee-Ferienwohng. strandnah Garten Hunde willkommen freie Termine ab **85 €** ☎ **0174/6882835**

Nord-Ostsee-Kanall Meist befahrene Wasserstraße der Welt, Fewos, Dachterr., Badesea, Hauspr. ☎ **0 48 35/ 13 00, landhausamgrashof.de**

FeWh. in Husum, strandnah, für 2-4 Personen 50,- € pro Tag ☎ **0 48 41/ 6 39 87** **www.jacobs-ferienwohnung.de**

NORDSEE: 2 NR-Fewos, sep. Eingang, Garage 2 Schlafzimmer, Hausprosp. ☎ **0 48 46/ 29 1**

BÜSUM, **-Fewo, 1 - 3 Personen**, 5 min. z. Strand u. Ortskern, Flachbild-Kabel-TV, NR, keine Haustiere, ab 29,- € ☎ **0 48 34/2611 • www.haus-corinna.de**

FeWh. für 2-4 Pers., kuschliges Privathaus in Westerland/Sylt, großer Garten ☎ **0174-5890901**

Urlaub an der Nordsee Ferienhaus mit Garten. ☎ **0152 - 53435007**

BÜSUM, 3 DZ mit Farb-TV und 1 FeWo. Kühlschrank, Garten. ☎ **0 48 34/84 93**

BÜSUM, Fewo für 1-2 Pers., Balkon, Parkplatz, Fahrräder, W-Lan, Wäsche inklusive. Ab 29€ p.T., ☎ **048343283**

Gesucht & Gefunden

Treppenlift
Bundesweiter Service, 24 Stunden, 365 Tage im Jahr
Auch zur Miete
► Service bundesweit
► Kurze Lieferzeiten
► Sehr preiswert
Neu oder gebraucht
Rufen Sie uns kostenlos an **0800 - 234 56 55**
www.minova-lift.de

Gedenkveranstaltung in der Herschelstraße 31

In der Herschelstraße 31 in Hannover hat der heutige Sozialverband Deutschland (SoVD) 1957 seine Landesgeschäftsstelle erbaut. Erst viele Jahrzehnte später erfuhr der Verband bei einem Besuch der Gedenkstätte Ahlem, dass sich auf seinem Grundstück von 1941 bis 1943 ein sogenanntes „Judenhaus“ befand. Seitdem hat Nancy Widmann, Historikerin und Leiterin der Abteilung Organisation beim SoVD in Niedersachsen, nach den Geschichten und Schicksalen der damaligen Bewohner*innen geforscht und versucht, nachzuvollziehen, was sich in der Herschelstraße während der Nazi-Zeit ereignet hat. Gemeinsam mit der Stadt Hannover, der Zeitzeugin Ruth Gröne, die als Kind in dem „Judenhaus“ leben musste, und der Historikerin Dr. Marlis Buchholz arbeitete der SoVD die Geschehnisse auf. Ein wichtiger Teil dessen war die Entwicklung einer Gedenktafel in Zusammenarbeit mit der Landeshauptstadt Hannover: Im Rahmen einer Veranstaltung am 9. Oktober 2024 enthüllten der SoVD-Vorstandsvorsitzende Dirk Swinke und Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay gemeinsam die Stadttafel zum dauerhaften Erinnern an das ehemalige „Judenhaus“ und seine Bewohner*innen.

Seit mehr als 100 Jahren setzt sich der SoVD für Toleranz, gesellschaftlichen Zusammenhalt und gegen das Vergessen ein. Deshalb war es Niedersachsens größtem Sozialverband besonders wichtig, die Geschichte des „Judenhauses“ in der Herschelstraße aufzuarbeiten. Dort lebten zahlreiche Jüdinnen und Juden, zumeist in „Mischehen“, unter widrigen Bedingungen und waren Kontrolle sowie brutaler Gewalt und Willkür der Gestapo ausgeliefert.

Grußworte des Oberbürgermeisters und des SoVD-Vorstandsvorsitzenden

In Kooperation mit der Landeshauptstadt Hannover erarbeitete der SoVD eine Stadttafel, die seit dem 9. Oktober 2024 an der Fassade des Hauses an die Bewohner*innen erinnert. „Ich danke dem Sozialverband Deutschland, auf dessen Initiative und mit dessen Erlaubnis die Stadttafel an ihrer Landesgeschäftsstelle angebracht werden konnte. Sie ist Teil eines Gesamtkonzepts für die Erinnerung an die sogenannten ‚Judenhäuser‘ in Hannover. Ausgehend von der geplanten städtischen Informationstafel zum ehemaligen ‚Judenhaus‘ in der Lützowstraße sollen künftig Stadttafeln an den Orten der ehemaligen ‚Judenhäuser‘ aufgehängt werden und so die Erinnerung und das Gedenken an die Menschen lebendig halten, die unter der Nazi-Herrschaft zwangsweise in diesen Häusern leben mussten“, sagte Oberbürgermeister Belit Onay bei der

Gedenkveranstaltung in der SoVD-Landesgeschäftsstelle.

„Der Einsatz für Demokratie und Solidarität ist ein wesentlicher Eckpfeiler unseres Verbands – nicht zuletzt, weil einige unserer Gründer in Konzentrationslagern ermordet wurden. Es ist unsere Verantwortung, auf das Schicksal der Opfer des grausamen Nazi-Regimes aufmerksam zu machen und daran zu erinnern. Das tun wir mit der Aufarbeitung der Geschichte des ehemaligen ‚Judenhauses‘“, betonte Dirk Swinke, Vorstandsvorsitzender des SoVD in Niedersachsen. Man müsse auch sicherstellen, dass sich solche unmenschlichen Verbrechen niemals wiederholen können. Es sei auch heute notwendig, wachsam zu bleiben und sich entschieden gegen Anfeindungen und Hass zu stellen. „Es ist unsere Pflicht, Antisemitismus, Rassismus und jeder Form von Diskriminierung entschlossen entgegenzutreten – immer und überall“, appellierte der SoVD-Vorstandsvorsitzende.

Erinnerungen der Hausbewohnerin Ruth Gröne

Die Zeitzeugin Ruth Gröne hatte den SoVD bei der Aufarbeitung und Recherche der Ereignisse intensiv unterstützt. „Ich freue mich sehr, dass es nach so vielen Jahren endlich zu diesem Gedenken gekommen ist“, sagte Gröne bei der Gedenkveranstaltung. Sie hatte schon lange den Wunsch nach einem Gedenken an die Bewohner*innen des ehemaligen „Judenhauses“, wie sie dem

SoVD erzählte. Gemeinsam mit ihren Eltern musste die damals achtjährige Gröne ab dem 25. Oktober 1941 in der Herschelstraße 31 wohnen. Der Familie war ein Erkerzimmer auf der ersten Etage – über einem Zwischengeschoss – zugewiesen worden. Als Kind erlebte Gröne hier die alltägliche Angst und Gewalt. In ihrem Bericht bei der Eröffnung der Gedenkveranstaltung schilderte sie:

„Unter der Bezeichnung ‚Kontrolle‘ kamen mehrmals in der Woche alkoholisierte Gestapo-Beamte zu später Stunde in das Haus und trieben die Bewohner – Männer, Frauen, alte Leute und Kinder – unter höchster Eile mit Gebrüll, Schlägen und Tritten durch das Treppenhaus in den Keller. Die Männer mussten sich separat aufstellen und wurden mit Knüppeln und Reitpeitschen geschlagen. Oder gezwungen, sich gegenseitig zu verprügeln, bis sie am Boden lagen; unfähig, alleine wieder aufzustehen. Meine Mutter drückte mein Gesicht fest an ihren Körper und hielt meine Ohren zu. Trotzdem sah ich die Folterungen und hörte die Schreie. Die Angst um meinen Vater, die Misshandlungen könnten auch ihn treffen und wir müssten es mit ansehen, hat meine Mutter den Mut aufbringen lassen, bei der nächsten Attacke den Gestapo-Beamten um Erlaubnis zu bitten, mit mir zurück in unser Zimmer zu gehen. Mit einer Handbewegung hat er es geduldet. Unter der Bettdecke konnten wir im zweiten Stock die Kommandos und die Schmerzensschreie hören.“



Foto: Katharina Lorenz

Dirk Swinke, SoVD-Vorstandsvorsitzender, Ruth Gröne, Zeitzeugin, und Belit Onay, Oberbürgermeister (v. li.), an der enthüllten Gedenktafel in der Herschelstraße 31 in Hannover.



Foto: Landeshauptstadt Hannover

Ruth Gröne berichtete eindrucksvoll von den Geschehnissen in der Herschelstraße.

An die Zerstörung des Gebäudes bei einem der schwersten Bombenangriffe auf Hannover und die Flucht aus dem Schutzkeller erinnert sich die Zeitzeugin bis heute sehr genau: „Auch die Herschelstraße 31 stand in kurzer Zeit in Flammen. Rauch drang in den Keller. Wir mussten raus aus dem Haus, uns ins Freie retten, um nicht zu ersticken oder zu verbrennen. Wolldecken wurden in Wannen mit Löschwasser getaucht. Mein Vater hingte mir eine nasse schwere Decke um, umfasste mich und wir rannten in Richtung Celler Straße. Meine Mutter hinter uns her, in der Handtasche wichtige Dokumente. Unter der Bahnbrücke hatten wir etwas Schutz vor den Flammen, der Hitze und dem Funkenflug, der durch das Feuer entstanden war. Wir hatten das Wichtigste gerettet: unser Leben.“

Zwangsmaßnahmen gegen die jüdische Bevölkerung

In der Herschelstraße 31 wurden im Rahmen der sogenannten „Aktion Lauterbacher“ im September 1941 hannoversche Jüdinnen und Juden zwangseingewiesen. Mehr als 1.200 jüdische Bürger*innen mussten Anfang September 1941 innerhalb weniger Stunden ihre Wohnungen räumen und wurden gezwungen, in 15 sogenannte „Judenhäuser“ im Stadtgebiet zu ziehen. Das Wohn- und Geschäftshaus Herschelstraße 31, das der jüdischen Familie Klompus gehörte, zählte zu diesen Häusern. Anfang Dezember 1941 lebten etwa 150 jüdische Mieter*innen im überbelegten Haus. Am 15. Dezember 1941 wurden 85 von ihnen nach Riga deportiert, rund 40 mussten in andere „Judenhäuser“ umziehen. Neu hinzu kam eine Gruppe in „Mischehen“ lebender Juden mit ihren Ehefrauen. Bei der Ausbombung des Hauses am 9. Oktober 1943 wohnten hier noch ungefähr 60 Menschen.

MEHR ERFAHREN

Umfassende Informationen zum ehemaligen „Judenhaus“ stellt der SoVD dauerhaft auf seiner Website unter www.sovd-nds.de/gedenken bereit. Hintergrundinformationen sind außerdem bei der Landeshauptstadt Hannover unter www.hannover.de/judenhaeuser abrufbar.



Foto: Elin Schweiger

Zum Gedenken hat der SoVD zusätzlich eine Info-Broschüre veröffentlicht.



Foto: Nancy Widmann

Rund 60 Gäste nahmen teil – unter anderem aus verschiedenen jüdischen Gemeinden, dem Rat der Religionen, von der Stadt und der Region Hannover, aus dem SoVD und anderen Verbänden.

Neue Broschüre „Was ist eine Patienten-Verfügung?“ in Leichter Sprache

Demenz und rechtliche Vorsorge

Wer entscheidet über ärztliche Maßnahmen, wenn Betroffene bei fortgeschrittener Demenz dazu nicht mehr in der Lage sind? Warum ist eine Patientenverfügung wichtig und wie erstellt man sie korrekt? Die neue Broschüre „Was ist eine Patienten-Verfügung?“ des bayerischen Justizministeriums hilft bei der Antwort auf diese schwierigen Fragen – in leicht verständlicher Sprache.

Justizminister Georg Eisenreich sagte bei der Vorstellung: „Wunsch und Wille der Betroffenen müssen immer im Mittelpunkt stehen. Das gilt vor allem bei Entscheidungen über Art und Umfang ärztlicher Behandlung, insbesondere am Lebensende. Auch Menschen, denen das Lesen und Verstehen normaler Texte schwerfällt, sollen bei diesen Fragen selbstbestimmt mitentscheiden können. Mit dieser Broschüre in Leichter Sprache leisten wir auch einen Beitrag zur Umsetzung der Behindertenrechtskonvention der Vereinten Nationen, die auf größtmögliche Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen abzielt.“

Gesundheits- und Pflegeministerin Judith Gerlach: „Die Broschüre unterstützt Menschen mit Demenz darin, ihr Leben nach ihren eigenen Vorstellungen zu gestalten. Von einer Patientenverfügung profitieren auch die Angehörigen. Denn sie stellt nicht nur für Betroffene selbst wichtige Weichen, sondern sie entlastet Angehörige bei schwierigen Entscheidungen im weiteren Krankheitsverlauf in einer ohnehin emotional äußerst belastenden Situation.“

Die neue Broschüre enthält auch ein Patientenverfügungsformular des Verlags C.H.BECK, das mit der Broschüre kostenlos zur Verfügung gestellt wird. Eisenreich: „Ob nach einem Unfall, einer schweren Krankheit oder im Fall einer Demenz: Jeder von uns kann in die Situation geraten, wichtige Ent-



Foto: Anke Thomass / Adobe Stock

Formulare sind oft in einer Sprache verfasst, die Menschen mit geistigen Einschränkungen nicht mehr verstehen.

scheidungen nicht mehr selbst treffen zu können. Häufig wird das Thema lange Zeit verdrängt. Aber es ist wichtig, sich rechtzeitig Gedanken zu machen und Vorsorge für den Fall der Fälle zu treffen. Es ist mir als Justizminister ein besonderes Anliegen, die Menschen in Bayern über den Vorsorgebedarf und die Vorsorgemöglichkeiten zu informieren. Einen wichtigen Beitrag dazu leisten unsere Broschüren samt der dort enthaltenen Musterformulare. Wir wollen damit die Vorsorge so einfach wie möglich gestalten.“

Ministerin Gerlach: „Ein vorausschauender und offener Umgang mit Demenz ist wichtig. Denn Prognosen gehen von steigenden Zahlen in den kommenden Jahrzehnten aus. Bis ins Jahr 2030 rechnen Expertinnen und Experten voraussichtlich mit rund 300.000

Betroffenen im Freistaat, bis 2040 sogar mit 380.000. Umso wichtiger ist es, dass wir den Betroffenen ein Leben in der Mitte der Gesellschaft ermöglichen und uns in allen Bereichen für die Verbesserung der Lebensbedingungen der Betroffenen und ihrer Angehörigen einsetzen. Diese Leitziele verfolgen wir bei der Umsetzung der Bayerischen Demenzstrategie, die wir im Rahmen des Bayerischen Demenzpakts mit rund 50 Partnerinnen und Partnern weiterentwickelt haben. Neben den bayerischen Staatsministerien wirken zum Beispiel auch Kirchen, Kammern, private Träger, Wohlfahrts- und Betroffenenverbände, kommunalen Spitzenverbände und Organisationen der Zivilgesellschaft an einer demenzfreundlichen Gesellschaft mit.“

Die Broschüre „Was ist eine Patienten-Verfügung? Infos in Leichter Sprache“ ist kostenlos unter: www.justiz.bayern.de/media/pdf/broschueren abrufbar. Sie ist neben der digitalen Fassung auch im Ausdruck über das Broschüren-Portal der Bayerischen Staatsregierung erhältlich.

Der SoVD bietet ebenfalls Broschüren (nicht in Leichter Sprache) zur Vorsorge an, zum Beispiel eine Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung unter: www.sovd.de/medienservice/broschueren.

Quelle: Bayerisches Gesundheitsministerium



Foto: bilderstoeckchen / Adobe Stock

Wie man im Krankenhaus behandelt werden möchte, sollte man frühzeitig in einer Patientenverfügung festlegen.

Krankenzusatzversicherung – welche sinnvoll sind

Angebote vergleichen

Ob im Krankenhaus, beim Zahnarzt oder im Ausland – immer mehr gesetzlich Versicherte erweitern ihren Gesundheitsschutz durch Zusatzversicherungen. Doch für wen lohnen sich welche Versicherungen?

Ein Rücktransport nach Deutschland ist im Krankheitsfall für gesetzlich Versicherte nicht enthalten. Zudem akzeptieren ausländische Ärztinnen bzw. Ärzte die Versichertenkarte oft nicht. „Die Auslandsreisekrankenversicherung ist in der Regel eine sinnvolle Investition. Verträge sind schon ab zehn Euro pro Person und Jahr zu haben“, sagt Bastian Landorff, Fachberater für Krankenversicherungen bei der Verbraucherzentrale Bayern. Beim Rücktransport oder im Fall chronischer Erkrankungen enthalten manche Policen jedoch Einschränkungen. Verbraucher*innen sollten die Leistungen daher genau vergleichen.

Stationäre Zusatztarife sehen die Kostenübernahme für eine Chefarzt*ärztinnenbehandlung und für die Unterbringung im Ein- oder Zweibettzimmer vor. „Eine solche Zusatzversicherung kann teuer werden. Ein gesunder 40-Jähriger zahlt pro Monat schnell über 30 Euro“, so Landorff. Auch hier sollten Versicherte besonderes Augenmerk auf die enthaltenen Leistungen richten. So gibt es etwa Tarife, die ausschließlich bei Unfällen leisten oder auf bestimmte ärztliche Gebührenfaktoren begrenzt sind.

Ob Kronen, Brücken oder Implantate: Gesetzliche Krankenkassen zahlen nur die sogenannte Regelversorgung. Einige Zusatztarife bezuschussen hingegen die Kosten für höherwertigen, oft teuren Zahnersatz. „Wem generell die Versorgung durch die gesetzliche Versicherung ausreicht, kann die Restkosten möglicherweise selbst tragen“, sagt Landorff. „Alternativ können Versicherte günstige Tarife wählen, die sich zwar an der Kassenleistung orientieren, diese aber prozentual aufstocken.“ Bei Verträgen sollten Verbraucher*innen darauf achten, dass alle gewünschten Leistungsbereiche enthalten sind und unter anderem auf maximale jährliche Erstattungsgrenzen achten.

Auch bei Sehhilfen, alternativen Behandlungen oder bestimmten Arzneimitteln versprechen Zusatzversicherungen eine Kostenübernahme. Erstattungen sind jedoch teilweise streng begrenzt. „Verschiedene Leistungsbereiche werden gerne als Paket angeboten. Da kann es schnell sein, dass Versicherte für eine Leistung zahlen, die sie gar nicht benötigen“, so der Krankenversicherungsexperte. Auch hier gilt es, das Verhältnis von Beitrag zu Leistung stets kritisch zu prüfen.

Wer eine Zusatzversicherung abschließen möchte, sollte das bei guter Gesundheit tun. Denn fast immer findet vor Vertragsabschluss eine Gesundheitsprüfung statt. Hat die Interessentin oder der Interessent Vorerkrankungen, können Risikozuschläge zum Beitrag oder sogar Ablehnungen erfolgen. Ist ein Versicherungsfall schon vor Vertragsschluss eingetreten, leistet die Police dafür normalerweise nicht.

„Vor dem Abschluss lohnt es sich immer, verschiedene Angebote zu vergleichen“, sagt Landorff. Dabei sollten Interessent*innen beachten, dass die Beiträge im Laufe der Zeit und teilweise auch mit Erreichen eines bestimmten Alters steigen können. „Wer schon zu Beginn mit der Beitragshöhe hadert, sollte einen Abschluss überdenken“, so Landorff.

Bei Fragen rund um private Krankenzusatzversicherungen hilft die Beratung der Verbraucherzentrale Bayern. Weitere Infos zur Beratung gibt es unter: www.verbraucherzentrale-bayern.de/beratung-by.

Quelle: Verbraucherzentrale Bayern

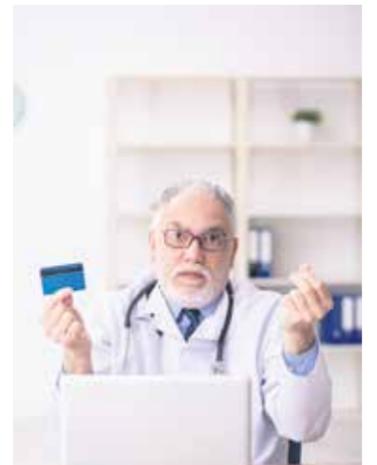


Foto: Elnur / Adobe Stock

Im Ausland wird die Versicherungskarte oft nicht akzeptiert und Barzahlung verlangt.

Caritasverband bietet Deutschlands erstes Pflegeübungs-Wohnmobil im Bäderland Bayerische Rhön an

Grünes Licht für barrierefreien Campingurlaub

Einmal Camper, immer Camper. Doch was, wenn Krankheit oder Alter die Mobilität einschränken? Der Caritasverband für den Landkreis Rhön-Grabfeld hat die Lösung für Pflegebedürftige und Angehörige: das erste Pflegeübungs-Wohnmobil Deutschlands, kurz PÜWomo.

Die offizielle Übergabe an den Wohnmobilstandort Bad Königshofen übernahm Bayerns Staatsministerin für Gesundheit, Pflege und Prävention Judith Gerlach, MdL, höchstpersönlich am 30. September. Denn ihr Ministerium hat das Modellprojekt des innovativen Caritas-Teams ebenso gefördert wie vor einigen Jahren das Pflegeübungs-Zentrum (PÜZ) in Mellrichstadt.

„Wir wollen Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder Pflegebedürftigkeit Perspektive, Lebensfreude und Zuversicht schenken. Dazu gehört

die Erholung vom oft belastenden, anstrengenden Alltag“, erläutert Angelika Ochs, Vorstandin des Caritasverbandes für den Landkreis Rhön-Grabfeld.

Zum Auftakt der feierlichen Übergabe begrüßte Angelika Ochs herzlich Staatsministerin Judith Gerlach. Ebenso ging ihr Dank an die maßgeblichen Unterstützer*innen des Modellprojekts den stellvertretenden Landrat Josef Demar (CSU), den 1. Bürgermeister Thomas Helbling (CSU), Kurdirektor Werner Angermüller, Steffen Vogel (CSU, MdL), sowie beim leider verhinderten Gerald Pittner

(Freie Wähler) für deren Engagement rund um das Modellprojekt.

Im PÜWomo genießen Pflegebedürftige und Angehörige dank der speziellen Fahrzeugausstattung einen entspannten Aufenthalt im fränkischen Kurort im Bäderland Bayerische Rhön. Besondere Sicherheit gibt die benachbarte Caritas-Sozialstation St. Peter. Die Fachkräfte unter Pflegedienstleitung von Gudrun Rathgeber stehen den Gästen des PÜWomo beratend und pflegerisch zur Seite. Weiterhin kann die Seniorentagespflege der gleichen Einrichtung genutzt werden. Bei Bedarf erfolgen Schulungen für den häuslichen Bedarf im Caritas-Schulungsraum. Und nicht zuletzt befindet sich die barrierearme Frankenthaler in Bad Königshofen direkt gegenüber vom Wohnmobilstellplatz.

Das PÜWomo gewährt durch seine technische Ausstattung



Foto: Caritas RGF / Sabrina Pörtner

Passionierte Camper*innen müssen nach einer Behinderung nicht auf ihr Hobby verzichten: Wohnmobile gibt es auch barrierefrei.

Sicherheit und Funktionalität. Das Fahrzeug ist mit breiten Türen und einem relativ breiten befahrbaren Innenraum ausgestattet. Drehbare Stühle in der Fahrkabine ermöglichen bequemes Sitzen und einen komfortablen Transfer. Der Tisch ist klapp- und höhenverstellbar. Das Bett kann mit einem leicht erreichbaren Schalter hinauf- und hinuntergefahren werden.

Infos und Anfragen für Buchungen für das PÜWomo nimmt die Caritas Sozialstation St. Peter in Bad Königshofen entgegen unter Tel.: 09761/21 00, oder per E-Mail: puewomo@caritas-nes.de. www.caritas-rhoengrabfeld.de/sozialstationen/womo oder bei: www.frankenthaler.de/wohnmobilisten. Quelle: Caritasverband für den Landkreis Rhön-Grabfeld

Vorstandspositionen in Ortsverbänden zu besetzen

Engagierte Mitglieder für das Ehrenamt gesucht

Für seine Ortsverbände in Röthenbach und Nürnberg-Fürth sucht der SoVD Bayern engagierte Mitglieder als stellvertretende*n Vorsitzenden, als Schatzmeister*in und als Schriftführer*in.

Die Aufgaben des Ehrenamtes sind folgende:

- Der oder die stellvertretende Ortsvorsitzende unterstützt die den Ortsvorsitzende*n.
- Der*die Schatzmeister*in übernimmt die Kassenführung (bar und Bank) und die Prüfung der ordentlichen Buchführung.
- Der*die Schriftführer*in erstellt Protokolle und verfasst Einladungen, Glückwünsche etc.

Selbstverständlich erhalten Interessierte Unterstützung und eine Einarbeitung. Wenn Sie Interesse haben, gibt Ihnen die Landesgeschäftsstelle unter Tel.: 089/53 05 27 detaillierte Auskunft.



Glückwünsche

Der gesamte Landesvorstand und die Mitarbeiter*innen des Landesverbandes gratulieren allen Mitgliedern, die im November Geburtstag feiern, recht herzlich und wünschen viel Gesundheit. Besondere Glückwün-

sche gehen an:

65 Jahre: 8.11.: Günther Ruckdäschel, Michelau..

75 Jahre: 12.11.: Elfriede Fehr, Bärnau; 20.11.: Hartmut Engert, Coburg; 30.11.: Elisabeth Michel, München.

85 Jahre: 8.11.: Heinz Kötzel, Ansbach; 14.11.: Walter Müller, Plößberg; 15.11.: Marianne Schichtl, Oberding.

90 Jahre: 15.11.: Heinrich Götz, Ebensfeld; Edith Bäumler, Weiden.

5 Termine

Ortsverband Lautertal.

10. November, 11.30 Uhr: „Braten Gelaber“, Sportheim TSV Unterlauter.

14. November, 18 Uhr: Vorstandssitzung im Bergstüble, Neukirchen.

Vorschau: 14. Dezember, 14 Uhr: Weihnachtsveranstaltung im Sportheim des TSV Oberlauter.

Ortsverband Michelau

17. November, 10 Uhr: Teilnahme am Gottesdienst mit anschließendem Zug zum Ehrendenkmal.

Vorschau: 7. Dezember: Nikolauskaffee im Mehrgenerationenhaus.



Sozialberatung

Terminabsprache bitte über den Landesverband Bayern, Impplerstraße 55, 81371 München, Tel.: 089/53 05 27.

Kümmererstelle Coburg: nach telefonischer Absprache, Ansprechpartnerin Barbara Hölzel, Tel.: 0170/52 73 691 oder E-Mail: barbara.hoelzel@freenet.de.

Kümmererstelle Coburg-Lautertal: nach Absprache mit Ansprechpartnerin Barbara Hölzel, Telefon: 0170/52 73 691 (mobil) oder E-Mail: barbara.hoelzel@freenet.de.

Sozialberatung in Ebensfeld: Ansprechpartner: Dr. Josef Haas, Telefon: 09543/53 49, E-Mail: dr.josef.haas@web.de.

Sozialberatung in Ingolstadt: AWO-Geschäftsstelle, Beckerstraße 2 a, nur nach Terminvereinbarung bei Ansprechpartnerin Elfriede Schreiner,

Telefon: 0911/98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

Sozialberatung in Michelau: jeden ersten Samstag im Monat, von 13.30 von 14.30 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Schneyerstraße 17, Ansprechpartner: Günther Ruckdäschel, Telefon: 09571/83 585.

Sozialberatung in Mitterteich: Rathaus Mitterteich, Kirchplatz 12, nur nach Terminabsprache bei Ansprechpartnerin Elfriede Schreiner, Telefon: 0911/98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

Kümmererstelle in der Oberpfalz/Weiden: Ansprechpartner: Dr. Josef Haas, Telefon: 09543/53 49, E-Mail: dr.josef.haas@web.de.

Kümmererstelle in Oberfranken/Bayreuth: Ansprechpartner: Dr. Josef Haas, Telefon: 09543/53 49, E-Mail: dr.josef.haas@web.de.

haas@web.de.

Kümmererstelle Pegnitz, Roth, Schwabach: AWO-Begegnungsstätte, Nördliche Ringstraße 11 a, jeden ersten Freitag im Monat, nur nach Terminabsprache bei Elfriede Schreiner, Telefon: 0911/98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

Sozialberatung in Tirschenreuth: Seniorenzentrum Tirschenreuth, Haus Ziegelanger, Egerstraße 27, nur nach Terminabsprache bei Ansprechpartnerin Elfriede Schreiner, Telefon: 0911/98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

Rechtsschutzbüro Nürnberg: Trödelmarkt 27-29, 90403 Nürnberg, Mo bis Do, von 9 bis 11 Uhr, und nach telefonischer Vereinbarung. Ansprechpartnerin: Elfriede Schreiner, Telefon: 0911/98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

Jetzt Mitglieder werben

Die Aktion „Mitglieder werben Mitglieder“ des SoVD-Landesverbandes Bayern geht weiter: Für jedes neu geworbene Mitglied, sei es für Einzel-, Partner- oder Familienmitglieder, bekommen SoVD-Mitglieder einen 15-Euro-Gutschein.

Weitere Informationen dazu gibt es unter Tel.: 089/53 05 27 oder mit einer E-Mail an: info@sovd-bayern.de.

SoVD Fulda und Terrarienverein Fulda veranstalteten gemeinsames Fest

Krokodile im Erdgeschoss

Der SoVD-Ortsverband Fulda und „Scalare“ 1925 Fulda richteten gemeinsam ihren diesjährigen Grillnachmittag auf dem rund 13.000 Quadratmeter umfassenden Gelände des größten hessischen Aquarien- und Terrarienvereins aus.

Bei schönstem Sommerwetter begrüßte SoVD-Ortsvorsitzender Michael Mander neben den zahlreichen Gästen auch Landesschatzmeisterin Marita Schliephorst, die auch Vorsitzende des Kreisverbandes Osthessen ist.

Bei Gegrilltem, zahlreichen Salaten und gekühlten Getränken standen die Geselligkeit und der Austausch im Mittelpunkt, ehe „Gery“, Mitglied des gastgebenden Vereins, die Gäs-

te durch die im Mai 2000 eröffnete Aquarien- und Terrarienausstellung auf zwei Etagen im Rudi-Schmitz-Haus führte, die in ihrer Größe und Vielfalt als eine der sehenswertesten in Deutschland gilt.

Im barrierefrei erreichbaren Erdgeschoss sahen die SoVD-Mitglieder mehr als ein Dutzend Süßwasseraquarien mit Rochen und Raubsalmeln, tropischen Fischen von nahezu allen Kontinenten sowie Korallen,

Garnelen und Seesternen. Im offenen Aquaterrarium begeisterten tropische Schildkrötenarten. Im Obergeschoss staunten die Besucher*innen über Echsen, Schlangen und Krokodile in neun großen Terrarien sowie eine Vielzahl tropischer Insekten in kleineren Behältern. Ein Highlight des Rundganges war das fast ausgewachsene Kubakrokodil-Pärchen. Die vom Aussterben bedrohte Art findet sich in Deutschland in nur wenigen Exotarien und konnte 2015 im Tümpelgarten erstmals deutschlandweit nachgezüchtet werden. Beulenkrokodile, die giftige Texas-Klapperschlange und Warane sowie eine große Tigerpython waren weitere Glanzlichter des Rundganges.

Der Nachwuchs vergnügte sich zusätzlich auf dem vereins-eigenen Spielplatz, auf dem ein großes geschnitztes Holzkrokodil für weiteren Spaß sorgte.

Bevor das Treffen mit Kaffee und Kuchen am frühen Abend ausklang, wurden noch (in Abwesenheit) Rosemarie und Manfred Wagenknecht für ihre zehnjährige Mitgliedschaft geehrt.



Am Grillnachmittag wurde es nicht nur auf dem Grill heiß. Bei hochsommerlichen Temperaturen waren besonders die gekühlten Getränke sehr begehrt.

Treffen im Ortsverband Rotenburg-Bebra-Solz

Eine heiße Angelegenheit

Groß war der Umsatz an kühlen Getränken beim Grillnachmittag des Ortsverbandes Rotenburg-Bebra-Solz. Bei über 30 Grad Celsius im Schatten strahlte die Sonne mit den Besucher*innen im Anglerheim Storchensee in Rotenburg um die Wette.

Ortsvorsitzende Marita Schliephorst, zugleich Landesschatzmeisterin und Vorsitzende des Kreisverbandes Osthessen, ehrte Ivonne Werner für 25-jährige Mitgliedschaft sowie das Ehepaar Brigitte und Klaus-Dieter Schelhas für zehnjährige Mitgliedschaft. Die weiteren, in Abwesenheit geehrten Mitglieder bekamen ihre Urkunden und Abzeichen nachgereicht.

Das Glücksrad, das von Bianca Tobi betreut wurde, sorgte für zusätzliche Kurzweil. Eine leckere Verführung bot Helma Göb mit ihren selbst gebackenen Waffeln. Vom Grill gab es saftige Steaks und Würstchen, die zusammen mit selbst gemachten Salaten den geselligen Nachmittag kulinarisch abrundeten.



V. li.: Kai Höhner von Keitz, Vorsitzender Michael Mander, Vanessa von Keitz und Martin Will mit Tochter (vorne) am Grillnachmittag.

Die Verbraucherzentrale warnt vor Fakeshops im Internet mit Niedrigpreisen

Lockangebote mit Billig-Heizöl

Kurz vor Beginn der Heizsaison locken Fakeshops mit günstigen Heizölpreisen. Oft ähneln solche Shops denen von seriösen Anbietern. Erst bei genauem Hinsehen stellt man Auffälligkeiten fest, zum Beispiel, dass sich die Webseite mit erfundenen Gütesiegeln schmückt oder kein Impressum vorhanden ist.

Vor einer Bestellung sollten Sie folgende Punkte in einem Internet-Shop genau checken:

- Gibt es mehrere – darunter auch kundenfreundliche – Zahlungsarten oder bleibt am Ende des Bestellvorgangs nur die Vorkasse übrig?
- Gibt es eine überprüfbare Anbieteradresse im Impressum?
- Werden Angebot und Preis mit allen erforderlichen Details angegeben?
- Werden Lieferbedingungen und -kosten ausreichend dargestellt?
- Sind Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) und darin Hinweise zum Widerruf vorhanden?

- Wird mit einem vertrauenswürdigen Gütesiegel wie z.B. „Trusted Shop Garantie“ (Trusted Shops), „s@fer-shopping“ (TÜV Süd) und „Geprüfter Onlineshop EHI“ (EHI Retail Institute GmbH) geworben?

Eine zuverlässige Orientierung bieten solche Siegel jedoch nur, indem man auf das Logo klickt und dadurch auf die Homepage des Prüf-Unternehmens weitergeleitet wird.

Auf der sicheren Seite sind Sie, wenn Sie Waren nur bei Online-Händlern ordern, die mehrere kundenfreundliche Zahlungsarten bis zum Klick auf den Kauf-Button zur Verfügung

stellen. Sicher sind zum Beispiel Zahlungen auf Rechnung oder per Lastschrift. Bei der Zahlung auf Rechnung muss erst gezahlt werden, wenn die Ware angekommen ist. Bei Zahlung per Lastschrift kann die Zahlung noch bis zu acht Wochen lang rückgängig gemacht werden.

Nutzen Sie den Fakeshop-Finder der Verbraucherzentralen: Sie geben einfach die Internet-Adresse des Shops ein, und erhalten nach wenigen Sekunden ein Ergebnis in Ampelform: Rot bei einer eindeutigen Warnung, gelb als Hinweis, vor der Bestellung genauer hinzusehen und grün, wenn alles in Ordnung ist. *Quelle: VZ*



V. li.: Die Jubilar*innen Klaus-Dieter und Brigitte Schelhas, Ivonne Werner sowie die Vorsitzende Marita Schliephorst.

www.sovd-hessen.de



Sprechstunden und Sozialberatung

Wenn nicht anders vermerkt, finden Sozialberatungen und Sprechstunden nach Terminvereinbarung statt. Sozialrechtstermine der Sozialjurist*innen Sigrid Jahr, Thomas Meinel, Annette Mülöt-Carvajal-Gomez und Angelika Purschke werden über die Sozialberater*innen oder die Landesgeschäftsstelle vermittelt.

Landesverband Hessen

Landesgeschäftsstelle, Luisenstraße 41, 65185 Wiesbaden, Sekretärin Christine Weidenauer, Bürozeiten: montags bis freitags, 10–15 Uhr. Tel.: 0611/85 108, E-Mail: info@sovd-hessen.de. Beratung nur nach telefonischer Voranmeldung.

Kreisverband Südhessen

Vorsitzender Rudolf Schulz, Friedensstraße 26, 63179 Obertshausen, Terminver-

einbarung bei Sekretärin Yvonne Hartwig, Tel.: 0152/52 69 12 80 (mobil), E-Mail: yvonne.hartwig@sovd-hessen.de.

Beratung Obertshausen

Friedensstraße 26, 63179 Obertshausen; Vermittlung durch Sekretärin Yvonne Hartwig, Tel.: 0152/52 69 12 80, E-Mail: yvonne.hartwig@sovd-hessen.de.

Beratung Wiesbaden

Landesgeschäftsstelle, Luisenstraße 41, Tel.: 0611/85 108, E-Mail: info@sovd-hessen.de.

Kreisverband Marburg-Biedenkopf

Terminvereinbarung bei Helga Kläs, Sozialberaterin und Vorsitzende, unter Tel.: 06422/89 87 202, per E-Mail: hklaes@sovd-hessen.de und bei Hans-Werner Dersch, Tel.:

06423/51 524 oder kommen Sie während der Öffnungszeiten einfach vorbei!

Beratung Wetter

Rathaus, Zimmer 2, UG, Marktplatz 1, jeden ersten und dritten Montag im Monat, 15.30–18 Uhr.

Kreisverband Hofgeismar-Kassel

Beratung Bad Wildungen

SoVD-Büro, Bahnhofstraße 5a, montags 13–18 Uhr und mittwochs 9–15 Uhr. Terminvereinbarung bei Hans-Jürgen Schmidt, Sozialberater und Vorsitzender, unter Tel.: 05621/96 78 787, Tel.: 0151/96 46 189 (mobil) oder per E-Mail: hans-juergen.schmidt@sovd-hessen.de oder kommen Sie während der Öffnungszeiten einfach vorbei!

Beratung Calden

Irmgard Fohr, Kreisver-

bandsvorsitzende, unter Tel.: 05674/65 67, oder per E-Mail: irmgardfohr@gmx.de.

Beratung Hofgeismar

Brigitte Schutta, Tel.: 05671/36 42.

Beratung Kassel

AWO-Haus, Wilhelmshöhe Allee 32 a, Annette Mülöt-Carvajal-Gomez, dienstags 14–17 Uhr und donnerstags 10–13 Uhr, Tel.: 0561/14657.

Beratung Korbach

Ralf Wiegelmann, Tel.: 0171/76 30 410 (mobil).

Beratung Vernahahlshausen

Sonja Hettler, Tel.: 05571/49 52.

Kreisverband Osthessen

Terminvereinbarung bei Marita Schliephorst, Sozialberaterin und Vorsitzende, unter Tel.: 06655/74 02 26, Tel.:

0176/95 53 81 36 (mobil) oder per E-Mail: m.schliephorst@sovd-hessen.de oder kommen Sie während der Öffnungszeiten einfach vorbei!

Beratung Eschwege

AWO, An den Anlagen 8, jeden ersten Dienstag im Monat, 14–16 Uhr.

Beratung Fulda

Sozial- und Arbeitsgericht, Sitzungssaal im Erdgeschoss, Am Hopfengarten 3, jeden ersten Montag im Monat, 14–16 Uhr.

Beratung Rotenburg

Neues Rathaus, Altenstube im 1. OG, Marktplatz 14–15, jeden ersten Dienstag im Monat, 10–12 Uhr.

Beratung Sontra

Bürgerhilfe, Niederstadt 41, jeden ersten Montag im Monat, 10–12 Uhr.

Neueste Lancet-Studie identifiziert zwei neue Risikofaktoren für die Entstehung von Demenzerkrankungen

Gefährlich: Sehverlust und hohes Cholesterin

Ein abnehmendes Sehvermögen und ein zu hohes Cholesterin – das sind zwei neue Demenz-Risikofaktoren, welche die Lancet-Kommission zur Prävention, Intervention und Pflege von Demenz in ihrer neuen Studie vorstellt. Damit steigt die Anzahl der vermeidbaren Erkrankungsrisiken für Demenz laut Lancet-Kommission auf 14 Punkte.

In der letzten Studie von 2020 hatten die beteiligten Fachleute zwölf Faktoren identifiziert, unter anderem Depressionen, Schwerhörigkeit, soziale Isolation oder Bluthochdruck. Durch einen gesunden Lebensstil und medizinische Vorsorge können laut Studie 45 Prozent der Demenzerkrankungen verzögert oder verhindert werden.

Abnehmendes Sehvermögen beeinträchtigt Sozialleben

Sehbehinderungen können das Demenzrisiko insbesondere im späten Lebensalter erhöhen. Laut Lancet-Studie kann man das Erkrankungsrisiko um zwei Prozent senken, wenn besonders im hohen Alter Sehschwächen ausgeglichen werden. Weltweit bleiben bei 12,5 Prozent der Menschen über 50 Jahren Sehschwächen unbehandelt.

„Ein abnehmendes Sehvermögen kann ähnliche Folgen haben, wie Schwerhörigkeit. Menschen, die schlechter sehen oder hören ziehen sich oft zurück und sind sozial weniger aktiv. Durch die soziale Isolation verarbeitet das Gehirn weniger Reize und wird weniger stimuliert. Die Leistungsfähigkeit nimmt ab und die Betroffenen haben ein höheres Risi-

ko, an Alzheimer zu erkranken“, erklärt Dr. Anne Pfitzer-Bilsing, Leiterin der Abteilung Wissenschaft von der gemeinnützigen Alzheimer Forschung Initiative. „Außerdem kann soziale Isolation zu Depressionen führen, die ebenfalls zu den Demenz-Risikofaktoren zählen.“

Hohe Cholesterinwerte sollten behandelt werden

Zu hohe Cholesterinwerte gehören laut Lancet zu den vermeidbaren Risikofaktoren im mittleren Lebensalter und beeinflussen das Erkrankungsrisiko um sieben Prozent. Ist der



Foto: Elnur/Adobe Stock

Hohe Cholesterinwerte sind nicht nur ein Risiko fürs Herz, sondern auch fürs Gehirn.

Cholesterinwert im Normalbereich, zum Beispiel durch die Einnahme von Cholesterinsenkern, sinkt das Risiko auf Null. Ein hoher Cholesterinspiegel kann die Bildung von schädlichen Proteinablagerungen fördern. Diese Amyloid-Plaques sind ein charakteristisches Merkmal der Alzheimer-Krankheit.

„Ein hoher Cholesterinspiegel kann aber auch andere Demenzerkrankungen begünstigen. Hohe Cholesterinwerte können zu Ablagerungen in den Blutgefäßen führen, die die Blutversorgung des Gehirns beeinträchtigen. Dadurch steigt das Risiko für eine vaskuläre Demenz“, erläutert Pfitzer-Bilsing. „Mit Aufnahme des Cholesterins in die Liste der Risikofaktoren unterstreicht die Lancet-Kommission die Wichtigkeit der Herz-Kreislauf-Gesundheit für die Demenzprävention. Denn Herz- und Kreislauf-Erkrankungen stehen in Zusammenhang mit einem weiteren Risikofaktor für Demenz, dem Bluthochdruck.“

Gesunder Lebensstil beugt Demenz vor

In Deutschland leben 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. Die häufigste Demen-



Foto: Prostock-studio/Adobe Stock

Nachlassendes Sehvermögen wirkt sich ebenso schlecht auf die Teilnahme am Leben aus wie vermindertes Hörvermögen.

zerkrankung ist die Alzheimer-Krankheit. Alzheimer und viele andere Demenzerkrankungen sind noch nicht heilbar und wirksame Therapien kurzfristig noch nicht in Sicht. „Deshalb ist es so wichtig, dass wir immer besser verstehen, wie wir Demenzerkrankungen vorbeugen können. Wenn wir ein gesundes und aktives Leben führen, uns regelmäßig bewegen, soziale Kontakte pflegen und medizinische Risikofaktoren wie Sehschwäche, Schwerhörigkeit, Bluthochdruck und Cholesterinwerte behandeln lassen, dann haben wir schon sehr viel dafür getan, um unser persönliches Demenzrisiko zu senken“, erklärt Pfitzer-Bilsing.

Dies sind die 14 Demenz-Risikofaktoren:

- geringe Bildung
- eingeschränkte Hörfähigkeit
- hoher Cholesterinspiegel
- Depressionen
- Kopfverletzungen
- Bewegungsmangel
- Diabetes Typ 2
- Rauchen
- Bluthochdruck
- starkes Übergewicht
- übermäßiger Alkoholkonsum
- soziale Isolation
- Luftverschmutzung
- Einschränkungen der Sehkraft.

Vieles davon kann durch Eigeninitiative bekämpft werden.

Quelle: Alzheimer Forschung Initiative e. V.

Projekt des BBW Stendal hilft, beeinträchtigte Menschen in Arbeit zu bringen

Vitrinen für das Sportmuseum

„WIR – Weiterkommen – Ideen stärken – Richtung finden“, ein Projekt des Berufsbildungswerkes (BBW) Stendal des SoVD, unterstützt die nachhaltige berufliche Wiedereingliederung von Menschen mit gesundheitlichen und / oder psychischen Beeinträchtigungen auf dem ersten Arbeitsmarkt. Es trägt erste Früchte: Ein Team übergab dem Stendaler Sportmuseum Unterbauten für Glasvitrinen.

Das BBW liegt unweit der Sportgeschichten-Sammlung und sei ein fester Kooperationspartner, so Historiker Jörg Hosang. Umso mehr freute ihn, dass zwei weitere Vitrinen einen stabilen Holzunterbau erhielten. Die weißen Gestelle, die Schränke ähneln, fertigten die Teilnehmenden unter Leitung von Zimmermannsmeister Heiko Tannhäuser an; mit Mitteln aus dem Europäischen

Sozialfonds Plus und dem vom Land Sachsen-Anhalt geförderten Projekt „Regio Aktiv“.

Die Vitrinen, spendiert von der Tangermünder Tischlerei Berndt, beherbergen unter anderem Medaillen des Stendaler Sprinters Walter Becker. Er hatte sie 1927 bei den Deutschen Meisterschaften der Deutschen Turnerschaft für zweite Plätze über 100 und 200 Meter errungen.

Ein erfahrenes BBW-Team

steht den Teilnehmenden zur Seite: eine Psychologin, eine Sozialpädagogin und ein praktischer Anleiter. Ziel sind bessere Chancen auf eine Ausbildung oder Beschäftigung. Es gibt noch freie Plätze – für Kund*innen des Jobcenters Stendal, die eine gesundheitliche und / oder psychische Einschränkung haben.

Mehr Infos gibt es unter: <https://www.bbw-stendal.de/portfolio> per Klick auf das Projekt WIR.



Foto: BBW Stendal

Mit Plakaten werben die Engagierten schon für den Aktionstag 2025.

BBW-Einsatz für Naturschutz beim World Cleanup Day

Die Welt räumt auf ...

... und das BBW macht mit: Die Umwelt am eigenen Wohnort von Abfall zu befreien, darauf zielt der jährliche World Cleanup Day („Weltaufräumtag“) am 20. September. Bereits einen Tag früher beteiligte sich daran auch wieder das Berufsbildungswerk Stendal.

15 Auszubildende und drei Mitarbeitende sagten dem Müll den Kampf an. Sie nahmen sich die Umgebung des Bade- und Anglersees an der Bundesstraße 189 und das Waldstück in Wischer vor. Die jungen Erwachsenen waren erschüttert, wie achtlos Menschen die Natur zerstören. Sie fanden etwa Dämmwolle, Kleidung, Windeln, Zigarettenstummel, Verpackungen und menschliche Hinterlassenschaften. Im Vorjahr hatte das BBW 300 Kilogramm gesammelt und zur Deponie gebracht. Diesmal waren es immerhin 100.

Viele seien sich wohl nicht bewusst über den Ernst der Lage beim Umweltschutz, so die Teilnehmenden: „Das Problem beginnt bei uns. Jeder kann was tun!“ Sie erstellten Plakate, die vor der Mensa andere motivieren sollen, nächstes Mal mitzumachen. Unterstützt hatten die Aktion die Entsorgungsfirma ALS und das Umweltamt.



Foto: BBW Stendal / Ute Krug

Die Projekt-Teilnehmenden zimmerten unter erfahrener Anleitung.



Foto: Sportmuseum Stendal

Vitrine mit lokaler Sporthistorie.

Anzeige



4 Übernachtungen inkl. HP
ab 435,00 € pro Person *

Dezember-Angebot im Erholungszentrum Büsum

Adventszauber an der Nordsee

- Begrüßungsglühwein und winterliches Gebäck in unserem Restaurant
- reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet mit allem, was das Herz begehrt
- Sektfrühstück sowie Genießer-Adventsbuffet
- unterhaltsamer Nachmittag mit Bratapfel, Waffeln, Punsch & Adventskino

Jetzt Urlaub in Büsum anfragen unter Telefon 04834-95250 oder auf unserer Internetseite www.erholungszentrum-buesum.de

* Angebotspreis: ab 435,00 € pro Person. Buchbarer Zeitraum: 02.12. bis 06.12.2024 nach Verfügbarkeit für SoVD-Mitglieder (bei 6 Übernachtungen ab 625,00 € pro Person im buchbaren Zeitraum 11.12. bis 17.12.2024) – im Haus Nordsee oder Haus Andrea, zzgl. Kurtaxe der Gemeinde Büsum. Fragen Sie auch gerne nach unseren weiteren Angeboten!





Tipp für Kinder

Hilfe, ich bin du!

Bei Bo und seiner Familie war an diesem Tag irgendwie der Wurm drin. Ob groß oder klein, waren sich alle unabhängig voneinander sicher, das im Vergleich anstrengendste Leben überhaupt zu haben. Warum nur weigerten sich die anderen, das endlich einzusehen?

Doch dann passiert etwas, womit niemand gerechnet hat: Nach einem mysteriösen Leuchten in der Nacht ist plötzlich nichts mehr, wie es vorher war: Bo ist auf einmal Oma und auch alle anderen im Hause Kugel haben über Nacht die Körper getauscht. Als Papa Mats in den Kindergarten geht, Opa als Polizistin für Recht und Ordnung sorgt und Bo die verschnarchten Freundinnen seiner Oma ordentlich auf Trab hält, verspricht es der verrückteste Tag ihres Lebens zu werden!



Johanna von Vogel: Hilfe, ich bin du! Der Tag, an dem Bo plötzlich Oma war. Cbj Kinderbücher, 128 Seiten, ab 6 Jahren, ISBN: 978-3-570-18124-9, 15 Euro.

Möchtest du das vorgestellte Buch gewinnen? Dann schicke einfach die Lösung aus „Rolands Rätselecke“ unter dem Betreff „Hilfe, ich bin du!“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.



Rolands Rätselecke

Schlüssel zum Piratenschatz

Verflixte Kiste! Nun hat der Pirat endlich den lange gesuchten Schatz gefunden – und dann bekommt er das Schloss nicht auf. Nur einer der Schlüssel passt, findest du heraus, welcher es ist? Die entsprechende Nummer ist die gesuchte Lösung. Viel Erfolg!



Grafik: nataljacernecka / Adobe Stock; Foto: eyetronic / Adobe Stock; Montage: SoVD



Voll engagiert

Alkohol in Lebensmitteln

Eltern und meist auch Kinder wissen, dass Getränke wie Bier, Wein oder Schnaps Alkohol enthalten. Dieser ist schädlich und sollte – wenn überhaupt – nur von Erwachsenen getrunken werden. Doch auch in unverpackten Lebensmitteln oder in Süßigkeiten kann Alkohol „versteckt“ sein. Hinweise darauf finden sich entweder gar nicht oder nur bei genauem Hinschauen. Die Verbraucherzentralen wollen, dass sich das ändert. Sie fordern einen gut sichtbaren Hinweis auf entsprechenden Produkten.

Wer im Supermarkt Lebensmittel einkauft, achtet oftmals auf das Datum der Haltbarkeit. Ob in der Liste der Zutaten dagegen Alkohol auftaucht, darauf schauen wohl nur wenige. Der Verbraucherzentrale Bundesverband fordert deshalb, dass auf der Verpackung ein Hinweis steht, den Käufer*innen nicht so leicht übersehen können.

Auch bei Teig und Marzipan ist Vorsicht geboten

Die Organisation warnte davor, dass Alkohol auch in Produkten stecken könne, bei denen man nicht unbedingt damit rechnet. Zu diesen gehörten unter anderem Aufbackbrötchen, fertiger Pizzateig, Marzipan oder kleine Brote für Hotdogs. Insgesamt seien gerade feste Lebensmittel weniger gut gekennzeichnet als etwa alkoholische Getränke.

Zutatenliste im Zweifel lieber ganz genau lesen

Besonders häufig ist Alkohol in Süßigkeiten, Desserts und Fertiggerichten zu finden. Aber auch Salatdressings, Feinkost-



Foto: Drazen / Adobe Stock

Wer sicher sein will, dass ein Lebensmittel keinen Alkohol enthält, muss einen genauen Blick auf die verwendeten Zutaten werfen.

salate und Konfitüren enthalten gelegentlich die vor allem für Kinder ungeeignete Zutat.

Bei unverpackten Produkten am besten nachfragen

Noch schwieriger ist Alkohol bei lose verkauften Produkten zu erkennen. Denn bei diesen fehlt in der Regel eine Auflistung der Zutaten. Das gilt zum Beispiel für unverpackte Lebensmittel,

die man beim Bäcker, in der Eisdiele oder in Restaurants kaufen kann. Wer hier auf Nummer sicher gehen will, muss nachfragen.

Ist Alkohol dagegen keine Zutat, weil er etwa durch natürliche Gärung entsteht, findet sich überhaupt kein Hinweis. Das kann etwa bei Sauerkraut, in Apfel- und Traubensaft oder auch bei Weißbrot der Fall sein.



Fröhliche Fehlersuche

Tierische Verwirrung

Auf einer Lichtung treffen sich die Tiere des Waldes. Es geht lustig zu. Doch auf dem Bild, das sie an diesen Tag erinnern soll, haben sich leider zehn Fehler eingeschlichen. Kannst du sie entdecken?

Die Auflösung findest du auf Seite 18 in dieser SoVD-Zeitung.



Grafik: MicroOne / Adobe Stock



ZDF-Reihe „37 Grad“ porträtiert drei Menschen aus drei Generationen

Was ist im Leben wichtig?

Seit 30 Jahren zeigen die Reportagen von „37 Grad“ Geschichten mitten aus dem Leben und lassen dabei „normale“ Menschen zu Wort kommen. Zum Jubiläum der Sendereihe schildern drei unterschiedliche Generationen ihre Sicht auf das Leben und erzählen ganz offen, was ihnen wichtig ist.

Kurz vor ihrem 30. Geburtstag wagt Julia einen Neuanfang. Sie verlässt ihren Mann und kündigt den Job im Gartencenter, um künftig „eine glückliche Mutter“ zu sein. Die 60-jährige Heike dagegen hat nach einer Krebserkrankung gelernt, sich mit bestimmten Dingen im Leben abzufinden. Das muss notgedrungen auch Wolfgang, dessen Frau nur ein Jahr vor seinem 90. Geburtstag verstarb.



Foto: Stephan Floss / ZDF

V. li.: Mit Julia (30), Wolfgang (90) und Heike (60) diskutieren drei Generationen über die großen Fragen des Lebens.

„37 Grad: Die großen Fragen des Lebens“ läuft am 5. November um 22.15 Uhr im ZDF.

Mavie Hörbiger setzt sich aktiv mit NS-Verstrickung ihrer Familie auseinander

Engagiert für Menschlichkeit

Sie entstammt einer bekannten Schauspiel-Dynastie. Deren Rolle in der Zeit des Nationalsozialismus bewertet die Darstellerin kritisch. Aus dieser Verantwortung heraus setzt sie sich für Aufklärung und Toleranz ein. Am 14. November feiert die Schauspielerin Mavie Hörbiger ihren 45. Geburtstag.

Mavie Hörbiger möchte nicht nur durch ihre Arbeit am Wiener Burgtheater beeindrucken. Die Deutsch-Österreicherin mischt sich auch politisch ein.

Öffentlich bezieht sie etwa Position gegen die Freiheitliche Partei Österreichs (FPÖ). Dass viele Menschen aus der Kunst- und Kulturszene zur Hetze der Rechtspopulisten schweigen, beunruhigt die Bühnendarstellerin. Für Mavie Hörbiger steht fest: Gleichgültigkeit darf nicht noch einmal zur Zerstörung von Demokratie und freiheitlicher Gesellschaft führen!



Foto: Franz Neumayr / picture alliance

Mavie Hörbiger will nicht durch Schweigen zur Mitläuferin werden. Sie stellt sich deshalb einer nationalistischen Ideologie entgegen.

Für Florian David Fitz relativiert ein Wechsel der Perspektive eigene Probleme

Mit dem Blick von außen

Bekannt machten ihn Filme wie „Männerherzen“ oder „Jesus liebt dich“. In der Netflix-Serie „Das Signal“ macht er als Mann einer Astronautin die Erfahrung, dass der Blick auf den Erdball alltägliche Sorgen kleiner erscheinen lässt. Am 20. November wird Schauspieler Florian David Fitz 50 Jahre alt.

Als Darsteller und Drehbuchautor möchte Florian David Fitz nicht nur unterhalten, sondern auch zum Nachdenken anregen. Im Interview mit dem Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND) wandte er sich dabei gegen einfache Lösungen. Viele Themen, so Fitz, würden derzeit zugespitzt. Für ihn sei Politik jedoch ein fehlbares System, das davon lebe, „dass wir alle etwas machen“. Zu verlangen, dass Politiker*innen alles brillant lösen, sei in seinen Augen unerwachsen. Denn eine perfekte Lösung gebe es nicht.



Foto: Starpax / picturedesk.com / picture alliance

Damit Ärger im Alltag gar nicht erst überhandnimmt, rät Florian David Fitz dazu, einen neuen Blickwinkel einzunehmen.



Buchtipp

Die Stunde der Mauersegler

Als die Familie Simon-Hauschke Ost-Berlin 1988 verlässt, liegt mehr als ein Jahr der Ausgrenzung hinter ihr. Am schwersten wiegt es, dass sie nur zu dritt ausreisen dürfen, denn für Sohn Christian gilt der Ausreiseantrag nicht mehr. Viele Jahre nach der Wiedervereinigung kommt es auf einer Familienfeier dann zum Eklat: Zu viele Geheimnisse und Lügen haben sich in den Jahren der DDR und in der Nachwendzeit angestaut; zu groß ist die Last des Schweigens. Erst Urenkelin Lou beginnt, kritische Fragen zu stellen. Dabei muss sie erkennen, wie schwer es ist, den eigenen moralischen Ansprüchen gerecht zu werden.

Margarethe Adler: Die Stunde der Mauersegler. C. Bertelsmann, 352 Seiten, ISBN: 978-3-570-10552-8, 22 Euro.

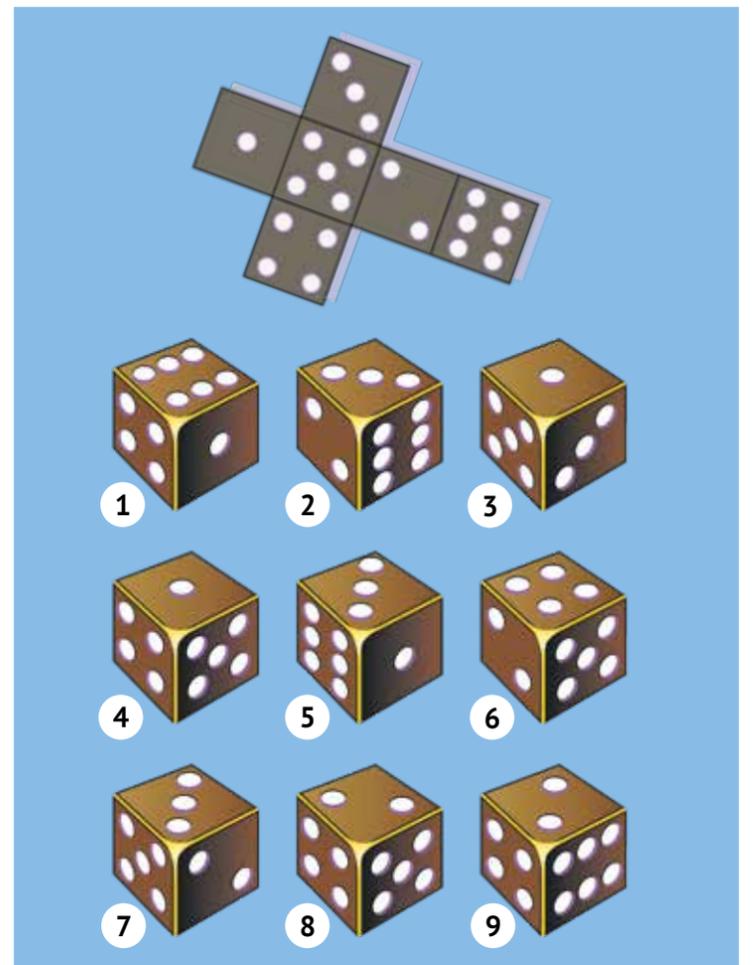


Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Die Stunde der Mauersegler“ entweder per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.



Denksport

Der Würfel ist gefallen



Grafik: nataljacernecka / Adobe Stock

Als der römische Feldherr Julius Cäsar sich an seine Soldaten wandte, soll er einst gesagt haben, der Würfel sei gefallen (auf lateinisch: „alea iacta est“). Damit meinte er, seine Entscheidung sei unumstößlich. Was unsere Denksportaufgabe angeht, sind Sie in Ihrer Entscheidung dagegen völlig frei: Nur einer der Würfel von 1 bis 9 passt nicht zu dem aufgefalteten Exemplar oben – welcher ist es? Die Auflösung finden Sie wie immer auf Seite 18 dieser Ausgabe.

Buchtipp

Café der Freiheit

Tara Paighambari ist fünf Jahre alt, als sie gemeinsam mit ihrer Familie aus dem Iran nach Berlin flieht. Jahrelang lebt sie in Flüchtlingsunterkünften, die damals noch als „Asylantenheime“ bezeichnet werden. Allen Widrigkeiten zum Trotz gelingt der jungen Frau ein glänzendes Abitur sowie im Anschluss ein Studium. Sie arbeitet einige Zeit in der Unternehmensberatung, bevor sie sich dazu entschließt, in Berlin ein Café zu eröffnen. Damit will Tara Paighambari einen Raum schaffen, an dem sich Menschen willkommen und zu Hause fühlen können. Ihre Erlebnisse schildert sie in dem Buch „Café der Freiheit“. Es ist eine Geschichte vom Durchhalten und Weitermachen, von Mut und dem Vertrauen auf die großen und kleinen Zeichen des Schicksals.



Tara Paighambari: *Café der Freiheit. Von Teheran in die Mitte Berlins.* Berlin Verlag, 224 Seiten, ISBN: 978-3-8270-1514-3, 18 Euro.

Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Café der Freiheit“ entweder per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber per Post mit dem gleichen Stichwort an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.

Redensarten hinterfragt

„Splitterfasernackt“ im Wald

Wer sich ohne jedes Textil am Körper präsentiert, ist „splitternackt“ oder auch „splitterfasernackt“. Der Ursprung beider Ausdrücke geht jedoch nicht auf das Entkleiden von Menschen zurück. Er führt vielmehr in den Wald, wo Bäume gewaltsam ihre Hülle lassen mussten.

Die recht lautmalerische Bezeichnung fehlender Bekleidung entstand in der frühen Neuzeit. Zurück geht sie jedoch weniger auf die Textilindustrie, als vielmehr auf die Forstwirtschaft. Diese war in erster Linie auf stabiles Holz angewiesen. Um jedoch an das sogenannte Kernholz von Bäumen zu gelangen, mussten diese zunächst von Rinde und Splintholz befreit werden. War dies erreicht, galt der Werkstoff als „splitterfasernackt“. Einer kleinen Lautänderung haben wir es zu verdanken, dass wir heute auch in anderen Zusammenhängen noch von „splitterfasernackt“ sprechen.



Foto: Lyndon Stratford/peopleimages.com/Adobe Stock

Ohne äußere Schale und unverhüllt können Menschen und Bäume gleichermaßen splitterfasernackt dastehen.

Gibt's doch gar nicht, oder?

Lübeck geht auf Nummer sicher

Bauarbeiten sind Autofahrer*innen ein Dorn im Auge, zur Sanierung von Straßen aber unumgänglich. Um Verzögerungen durch falsch abgestellte Fahrzeuge zu vermeiden, fuhr die Stadt Lübeck vor einigen Jahren schweres Geschütz auf und ließ allein in einer Straße 160 Halteverbotsschilder aufstellen.

Um Vermessungsarbeiten durchführen zu können, musste am Lübecker Heiligen-Geist-Kamp zeitweise ein totales Halteverbot eingerichtet werden. Angesichts einzelner, jeweils durch Bäume eingegrenzter Parkbuchten wollte die Stadtverwaltung dabei Missverständnisse ausschließen. Daher ließ sie jede Parklücke in der Durchgangsstraße einzeln kennzeichnen und entlang der Fahrbahn insgesamt über 160 Halteverbotsschilder aufstellen – alle paar Meter eines. Tatsächlich kam niemand in der Hansestadt auf die Idee, ausgerechnet dort den Wagen abzustellen.



Foto: Carsten Rehder / picture alliance

Im Jahr 2019 vermittelte die norddeutsche Stadt Lübeck mit diesem Schilderwald eine einzige Botschaft: „Bitte fahren Sie weiter!“

Des Rätsels Lösung

Fuchs und Bär, schaut mal her! (Ausgabe Oktober, Seite 16)

Auf dem Bild waren 19 Bären und 12 Füchse zu sehen.

Der Würfel ist gefallen (Denksport, Seite 17)

Der falsche Würfel trägt die Nummer 8.

Tierische Verwirrung (Fehlersuche, Seite 16)

Die fehlerhaften Stellen im Bild haben wir rechts markiert.



Variante: LEICHT

7			4	2		3	9
9		8	3	○		4	
				6	5	7	
6						4	8
5				2			6
○	8	1					3
	1	5	7				
	7				3	9	5
3	6		2	5		○	8

211

Auflösung des Vormonats

5	2	7	4	9	6	3	1	8
9	3	6	8	1	2	4	7	5
4	8	1	5	3	7	6	2	9
8	1	4	9	6	3	2	5	7
7	9	5	2	4	1	8	3	6
3	6	2	7	8	5	1	9	4
6	5	3	1	7	8	9	4	2
1	7	9	6	2	4	5	8	3
2	4	8	3	5	9	7	6	1

Die beiden Diagramme sind mit den Zahlen 1 bis 9 aufzufüllen.

Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen.

Auflösung des Vormonats

6	2	9	3	7	8	5	4	1
3	4	5	1	9	2	6	7	8
7	8	1	6	4	5	3	9	2
2	7	6	5	3	9	1	8	4
1	9	3	7	8	4	2	5	6
8	5	4	2	1	6	9	3	7
9	6	2	8	5	7	4	1	3
5	1	7	4	2	3	8	6	9
4	3	8	9	6	1	7	2	5

Variante: MITTEL

8				7	1			6
	7		4		6			○
	3	1					2	4
				6		4		
	9			2			7	
		7	○	5				
7	8					9	5	
			9		2		4	
1	○		7	4				8

Möchten Sie einen weiteren (hier nicht abgebildeten) Buchpreis gewinnen? Dann notieren Sie die eingekreisten Zahlen von oben nach unten und schicken Sie diese per E-Mail an: sudoku@sovd.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, „Sudoku“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.

Pflegen Sie einen Angehörigen?

Nutzen Sie zuzahlungsfreie Pflegehilfsmittel zur Entlastung in der häuslichen Pflege

Nach § 40 SGB XI ab Pflegegrad 1*

So einfach gehts:

- 1 **Unterlagen** telefonisch oder online **anfordern** oder auf unserer Webseite **downloaden**
- 2 **Antrag ausfüllen** und an uns zurück **senden** – wir kümmern uns um den Rest
- 3 **Pflegeset zuzahlungsfrei erhalten** und jederzeit an Ihre Bedürfnisse **anpassen**

*Setzt einen entsprechenden Bedarf laut § 40 Absatz 2 SGB XI und die Notwendigkeit im Einzelfall voraus.



Haben Sie Fragen? kontakt@mein-pflegeset.de

Kostenfrei anrufen **0800 000 83 64 (Mo-Fr 8-20 Uhr)**

Weitere Infos unter www.mein-pflegeset.de

meinPflegeset - ein Service von Praxis Partner

Praxis Partner ist seit fast 40 Jahren ein starker Partner an der Seite von Arztpraxen, medizinischen Versorgungszentren und ambulant operierenden Zentren in ganz Deutschland.



Praxis Partner GmbH
In den Fritzenstücker 9-11
65549 Limburg

fachversand@praxis-partner.de
www.praxis-partner.de



MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS



BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR



Herbst-Attacke 2024 Erlebnisurlaub im Hasseröder Burghotel Wernigerode

Gaumenfreuden, Entertainment, Wellness, Erlebnisse und noch vieles mehr!

- **4 Tage / 3 Übernachtungen HP+** inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (u.a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, WLAN, Begrüßungsdrink, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung/Verfügbarkeit)
- **Wertgutschein** Hotel-Shop

Eintritt zu folgenden Erlebnis-Highlights bereits im Preis enthalten:

- **Rübeländer Tropfsteinhöhle · Glasmanufaktur Harzkristall Erlebnisführung**
- **Luftfahrtmuseum Wernigerode**

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum bis 22.12.24
Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.
Zzgl. WE-Zuschlag für Erw. 15,00 €/Erw./Nacht (Fr & Sa),
zzgl. Energiekostenpauschale 3,00 €/Erw./Nacht.

je Erw.
im DZ

312,- €

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

Jetzt bis zu **36% Vorteil!**





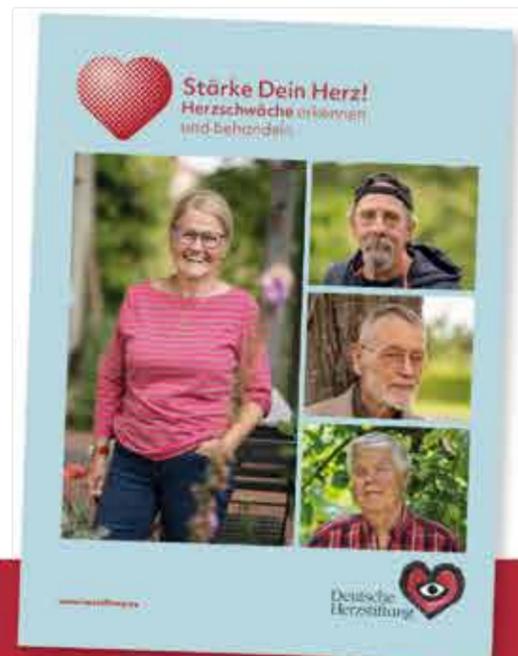
Stärke Dein Herz!

Herzschwäche erkennen und behandeln

Rund vier Millionen Menschen leiden in Deutschland an Herzschwäche, bei der das Herz aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr in der Lage ist, den Körper mit ausreichend Blut und Sauerstoff zu versorgen. Eine Herzschwäche beginnt meist schleichend, unbehandelt schreitet die Herzerkrankung weiter fort, die Symptome nehmen zu.

Warnzeichen können sein:

- ♥ Atemnot / Kurzatmigkeit bei Belastung (z.B.) Treppensteigen
- ♥ Leistungsabnahme / Abgeschlagenheit
- ♥ Wassereinlagerungen an Knöcheln und Beinen



Jetzt den kostenlosen Ratgeber anfordern!



069 955128-400
www.herzstiftung.de





KURdirekt

8 Tage p.P. ab **€523,50**

2x Eintritt in die THERME EINS & 1x Teilkörpermassage inkl.!

Erholungsreise nach Bad Füssing

Verbringen Sie erholsame Urlaubstage in Bad Füssing. Der im Herzen des Passauer Landes gelegene Kurort Bad Füssing gilt als beliebtestes Heilbad Europas.



IHR HOTEL: 3+ Hotel Dein Franz

Lage: Ihr Hotel befindet sich inmitten des Kurorts Bad Füssing. Der Kurpark, eine kleine Ladenstraße und die THERME EINS sind bequem in wenigen Minuten fußläufig zu erreichen.

Zimmer/Ausstattung: Die 41 Zimmer des Hotels sind gemütlich eingerichtet und verfügen über Bad oder Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Radio, Telefon und kleinen Kühlschrank. Das Hotel verfügt weiterhin über eine Rezeption, einen Lift und einen Frühstücksraum.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Die hauseigene Physiotherapiepraxis bietet Ihnen gegen Aufpreis erholsame und wohltuende Anwendungen. Oder Sie nutzen den Fahrradverleih (gg. Gebühr) im Hotel, um das herrliche Rottaler Bäderdreieck aktiv zu erkunden.



3+ Hotel Dein Franz



Zimmerbeispiel, 3+ Hotel Dein Franz



Eingangsbereich, 3+ Hotel Dein Franz

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7/14/21x Übernachtung im 3+ Hotel Dein Franz
- ✓ 7/14/21x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 7/14/21x Abendessen im Restaurant "Hofschänke"*** (Laufweg ca. 400 Meter)
- ✓ 1x Begrüßungsgetränk
- ✓ 2x Eintritt in die THERME EINS (je ca. 5 Std.) pro Woche
- ✓ 1x Teilkörpermassage** (ca. 20 Min.) pro Woche
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN) in den Zimmern
- ✓ Örtliche Reiseleitung mit regelmäßigen Sprechstunden

Mit Zahlung der Kurtaxe vor Ort (ca. € 3,40 p.P./Tag) können Sie die folgenden Leistungen der Kur- und Gästekarte Bad Füssing in Anspruch nehmen, u. a. mit:

- Eintritt zu den Kurkonzerten des Kurorchesters
- Nutzung des Orts- und Bäderverkehrs gemäß Fahrplan

TERMINE & PREISE 2024/2025 p.P.

im Doppelzimmer Anreise: montags	8 Tage/ 7 Nächte	Verl.-Woche
A 25.11.24; 02.12.24; 09.12.24; 16.12.24*	€ 523,50	€ 323,50
B 03.02.25; 10.02.25; 17.02.25	€ 677,-	€ 399,-
C 24.02.25; 03.03.25; 10.03.25; 17.03.25; 24.03.25	€ 727,-	€ 449,-
D 31.03.25; 07.04.25	€ 777,-	€ 499,-
Einzelzimmer-Zuschlag	€ 105,- pro Woche	

Hinweise:

- *Bitte erkundigen Sie sich im Restaurant nach den Auswahlkarten für die Halbpension. Öffnungszeiten des Restaurants "Hofschänke": täglich, 11-24 Uhr.
- **Bitte beachten Sie, dass die Massage nur nach erfolgter individueller Terminvereinbarung bei Herrn Märzendorfer (Physiotherapeut, Kurallee 10, 94072 Bad Füssing, Tel.: 08531-914440) durchgeführt wird.
- **Letzter Rückreise am 23.12.24.
- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 3,40 p.P./Tag
- > Verlängerung: Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.kurdirekt.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.kurdirekt.de/datenschutz

Reisecode: SOVD

Weitere Termine für 2025 finden Sie in unserem neuen Katalog 2025 - jetzt kostenlos anfordern!




REISE KÖNIG

8 Tage p.P. ab **€1.327,-*** statt € 1.477,-

Jetzt buchen & bis zu € 150,- p.P. Frühbucher-Ermäßigung sichern!*

Flusskreuzfahrt „Magie der Vielfalt“

Verbringen Sie eine abwechslungsreiche Kreuzfahrt auf einem der größten Flüsse Europas. Lehnen Sie sich an Bord ganz entspannt zurück und lassen Sie die herrlichen Landschaften auf Ihrem Weg durch Österreich, die Slowakei und Ungarn an sich vorüberziehen. Während Ihrer Flusskreuzfahrt sehen Sie die beeindruckenden Donaumetropolen, wie Wien, Budapest und Bratislava.

IHR REISEVERLAUF

Tag	Hafen	An	Ab
1	Abholung an Ihrer Haustür. Busreise nach Passau und Einschiffung.		18:00 Uhr
2	Wachau (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug „Marille trifft Stift Göttweig“.	08:00 Uhr	13:00 Uhr
3	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang, zum Ausflug in die Puszta und „Budapest bei Nacht“.	10:00 Uhr	-
4	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug „Kulinarisches Budapest“ und Szentendre mit Marzipan-Museum.		13:00 Uhr
	Wiedereinstieg in Esztergom.	18:30 Uhr	19:30 Uhr
5	Bratislava (Slowakei) inkl. Stadtbesichtigung und Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug zur Burg Devin mit Weinverkostung.	06:30 Uhr	23:00 Uhr
6	Wien (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang und Ausflug zum Schloss Schönbrunn mit Sektkellerei.	06:30 Uhr	20:00 Uhr
7	Linz (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtbesichtigung.	14:30 Uhr	21:00 Uhr
8	Passau, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür.	06:30 Uhr	



Restaurant, 4+ DCS Amethyst 1

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4+ DCS Amethyst 1 und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
- ✓ Vollpension an Bord
- ✓ Stadtbesichtigung in Bratislava
- ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
- ✓ Kreuzfahrtsleitung & deutschsprachige örtliche Reiseleitung
- ✓ Alle Hafen- und Passagiergebühren
- ✓ Kofferservice zwischen Anlegestelle und Kabine bei Ein- und Ausschiffung

TERMINE & PREISE* 2025 p.P.

Abfahrtstermine: montags	2-Bett Hauptdeck achtern (HA2)	1-Bett Mitteldeck (MD1)
A 14.04.25; 21.04.25	€ 1.327,- statt € 1.477,-	€ 2.477,- statt € 2.627,-
B 28.04.25; 05.05.25	€ 1.427,- statt € 1.577,-	€ 2.627,- statt € 2.777,-
C 02.06.25; 09.06.25; 16.06.25; 14.07.25; 21.07.25; 28.07.25	€ 1.527,- statt € 1.677,-	€ 2.777,- statt € 2.927,-

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

- > Aufpreis Getränkepaket (Getränke von 9-24 Uhr: Softdrinks, Säfte, Bier, Hauswein, Haussekt, Cocktails, Tee und Kaffee usw.) € 231,-
- > Aufpreise für die Ausflüge auf Anfrage.
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage.

Hinweise:

- *Frühbucher-Preise sind gültig bei Buchung bis 30.11.24. Ab 01.12.24 gilt ein Zuschlag von € 150,- p.P.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert.
- > Routenänderungen vorbehalten.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

Reisecode: SOVD



Ihre Reiseroute

Weitere Termine für 2025 finden Sie in unserem neuen Katalog 2025 - jetzt kostenlos anfordern!



Beratung & Buchung: **0800 - 228 42 66**
gebührenfrei / Mo.-Fr.: 9-17 Uhr

Online buchbar direkt unter: **www.kurdirekt.de**
Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram!

Beratung & Buchung: **0800 - 55 66 700**
gebührenfrei / Mo.-Fr.: 9-17 Uhr

info@reise-koenig.de

Jetzt
in Ihrer
Apotheke

Häusliche Pflege braucht Unterstützung.

Sechs Ideen für die Praxis zu Hause.

Lesen, was gesund macht.

Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540

Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Grünlippmuschel

Neuseeländische Grünlippmuscheln (Perna canaliculus) enthalten Glycosaminoglykane (GAG), die beim Menschen natürlicherweise im Bindegewebe, den Gelenknorpeln und der Gelenkflüssigkeit („Gelenkschmiere“) vorkommen.

Je Kapsel 500 mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.

Best.-Nr. 805 150 Kapseln für 2 Monate € 12,50
Best.-Nr. 1850 300 Kapseln für 4 Monate € 23,00

Erotisan-Manneskraft

Die Kapseln unterstützen die sexuelle Leistungsfähigkeit des Mannes und tragen dazu bei, eine gesunde, natürliche Spannkraft zu erhalten. Die ausgewählten Extrakte aus Potenzholz, Damianablättern, Sabalfrüchten, sowie Guarana sind seit langem für ihre anregende Wirkung bekannt.

Best.-Nr. 1043 120 Kapseln € 21,50
ab 3 Packungen nur € 19,00

Bio-Hagebutten

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Bio-Hagebutten-Pulver eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müslis oder zur Vermischung mit Saft. Von Natur aus mit Galaktolipiden. Vegan, glutenfrei!

Best.-Nr. 563 500-g-Dose (je 1 kg = € 24,00) € 12,00
ab 3 Dosen (je 1 kg = € 22,00) € 11,00

Magnesium-400-supra

Verbessert die Funktion und Belastungstoleranz der Muskeln, insbesondere bei Sport und fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden. Eine Kapsel am Tag deckt den Magnesium-Bedarf eines Erwachsenen.

Best.-Nr. 129 120 Kapseln für 4 Monate € 8,50
Best.-Nr. 135 300 Kapseln für 10 Monate € 17,50

Vitamin C + Zink + D3 + Selen

Vitamin C, D3, Zink und Selen tragen zu einer gesunden, normalen Funktion des Immunsystems bei. Hochdosiert in einer Tablette täglich, stellen sie eine bequeme und zugleich effektive Möglichkeit dar, Abwehrkräfte und Immunsystem tatkräftig zu unterstützen – und zwar ein ganzes Jahr lang!

Best.-Nr. 1476 365 Tabletten € 32,50
ab 3 Packungen nur € 29,50

Grünlippmuschel

Best.-Nr. 805 150 Kapseln für 2 Monate € 12,50
Best.-Nr. 1850 300 Kapseln für 4 Monate € 23,00

Vitamin B12 Supra 200 µg

Gut für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem sowie für mehr Energie. Jede Tablette enthält 200 µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4-8 Monate € 6,50
ab 3 Packungen nur € 5,95

Kürbiskernöl-Kapseln aus kbA

Gut für Blase und Prostata. Das Öl des inhaltsstoffreichen steirischen Ölkürbisses *Cucurbita pepo L. convar. citrullina var. styriaca* aus kontrolliert biologischem Anbau gilt als besonders wertvoll.

Sonderangebot im November 2024!

Best.-Nr. 162 150 Kapseln € 7,95 € 6,50
Best.-Nr. 161 400 Kapseln nur € 19,00 € 16,00

Vitamin C + Zink Langzeit-Kapseln, 60 Stück

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

Außerdem erhalte ich **kostenlos** den großen Sanct-Bernhard-Gesundheitskatalog mit über 900 Naturheilmittel- und Kosmetikartikeln sowie ein wertvolles Kosmetik-Probetset!

GRATIS-TEST* GUTSCHEIN-Nr. 32 auch online einlösbar!

2-Monatspackung FÜR ALLE NEUKUNDEN

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Zusammen mit meiner ersten Bestellung erhalte ich als Dankeschön **kostenlos und versandkostenfrei*** Vitamin C + Zink Langzeit-Kapseln, 60 Stück

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

Ich bestelle mit 14-tägigem Rückgaberecht folgende Artikel:

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96046	Vitamin C + Zink Langzeit-Kps.	1	GRATIS	
versandkostenfrei				

Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz. Alle Informationen zu unseren Produkten und die AGB finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/sovd241132

Name, Vorname _____
Straße, Nr. _____
PLZ, Ort _____
Telefon (falls Rückfragen) _____ Geburtsdatum _____
 Datum, Unterschrift _____

Bestellung bitte an:
Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abt. 32
73342 Bad Dittzbach
Tel.: 073 34/96 540
Fax: 073 34/96 54 44
Abteilung 32
www.kraeuterhaus.de

Bereits jedes 8. Mitglied liest die SoVD-Zeitung *digital*



+ *schneller bei Ihnen
als im Postversand*

+ *enthält alle
Landesbeilagen*

+ *für Tablets und
Smartphones*

+ *schont die Umwelt*



Wechseln Sie zum E-Paper!

Der kürzeste Weg zur Anmeldung geht über das Smartphone. Einfach den QR-Code-Scanner öffnen und über den Code halten. Es erscheint ein Link, den Sie antippen können. Wenn auf Ihrem Gerät kein Scanner installiert ist, finden Sie einen im AppStore oder bei Google Play.



Foto: Jacob Lund / Adobe Stock; Collage: SoVD

Sie können sich auch per Post anmelden.
Schicken Sie das ausgefüllte Formular an:

Sozialverband Deutschland
Abteilung Redaktion
Stralauer Straße 63, 10179 Berlin

Ich möchte in Zukunft die SoVD-Zeitung digital als E-Paper erhalten.

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

Gerne können Sie sich auch direkt über die Website anmelden: www.sovd.de/e-paper