



Foto: Robert Kneschke/Adobe Stock

Statt einer echten Pflegereform bringt die Koalition halbherzige Maßnahmen auf den Weg und erhöht die Beiträge zur Pflegeversicherung.

SoVD kritisiert: Gesetzentwurf ändert nichts an den Problemen der Pflegeversicherung

Reform ohne spürbare Entlastung

Im April verabschiedete das Bundeskabinett den Entwurf zum Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz. Die Vorstandsvorsitzende des SoVD, Michaela Engelmeier, reagierte enttäuscht und sagte, das Gesetz verdiene seinen Namen nicht. Die vermeintliche Reform, so Engelmeier, verlange von den Menschen höhere Beiträge zur Pflegeversicherung, ohne dabei die Situation Pflegebedürftiger und Pfleger hinreichend zu verbessern.

Schafft es der Gesetzentwurf in den kommenden Wochen wie geplant durch den Bundestag, wird die Pflegeversicherung schon ab Juli teurer. Der allgemeine Beitragssatz steigt dann von 3,05 auf 3,4 Prozent des Bruttoeinkommens. Kinderlose zahlen künftig sogar vier Prozent Pflegebeitrag.

Gleichzeitig setzt die Bundesregierung ein Urteil des Bundesverfassungsgerichtes vom letzten Jahr um, indem sie Eltern mit mehreren Kindern entlastet.

Sie zahlen ab dem zweiten Kind 0,25 Beitragssatzpunkte weniger für jedes Kind. Das gilt allerdings höchstens bis zu einer Gesamtzahl von fünf Kindern.

Rentnerinnen und Rentner weiterhin benachteiligt

Diese Beitragsabschläge für Eltern soll es, anders als ursprünglich vorgesehen, jetzt jedoch lediglich bis zum vollendeten 25. Lebensjahr der Kinder geben. Ältere mit erwachsenen Söhnen oder Töchtern gingen

somit leer aus. Das, so die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, sei „ein Schlag ins Gesicht“ für viele Rentnerinnen und Rentner.

Diese treffe die Beitragserhöhung ohnehin besonders hart, da sie bereits seit Jahren den vollen Beitragssatz zur Pflegeversicherung selbst tragen müssen. Daher sei es längst an der Zeit, dass sich die Deutsche Rentenversicherung zur Hälfte an den Beitragszahlungen in der

Fortsetzung auf Seite 2

Anzeige

Vorsorge für den Trauerfall.

Als Mitglied im Sozialverband Deutschland e.V. können Sie besonders günstigen und speziellen Schutz genießen.

Sterbevorsorge

- Versicherungssumme von 1.000 bis 20.000 EUR
- Individueller Rundumschutz in drei Tarifvarianten
- Mitgliedervorteil 3% Beitragsrabatt und attraktive Extraleistungen

Interesse? Dann melden Sie sich!

ERGO Beratung und Vertrieb AG
ERGO Ausschließlichkeits-Organisation/55plus
Überseering 45, 22297 Hamburg
Tel 0800 3746-925 (gebührenfrei)
Vertriebsweg55plus-
VKAHH@ergo.de

ERGO



Blickpunkt

Liebe Mitglieder im SoVD, vielleicht haben Sie in Ihrem Kalender den 5. Mai ja auch schon rot markiert. An diesem Tag findet der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung statt. Viele Organisationen, Initiativen und Verbände treten hierbei mit ganz unterschiedlichen Aktionen für die Rechte behinderter Menschen ein und machen auf deren Probleme aufmerksam. In diesem Jahr lautet das Motto: „Zukunft barrierefrei gestalten“.

Anlass, sich Sorgen über die Zukunft zu machen, gibt es angesichts von Krieg oder Inflation genug. Seit Monaten polarisiert die sogenannte „Letzte Generation“ immer wieder durch umstrittene Aktionen. Sich festzukleben, um damit etwas an ihrer Benachteiligung auf dem Arbeitsmarkt zu ändern, kann für Menschen mit Behinderungen jedoch nicht die Antwort sein. Dennoch ist ihre Wut über diesen Zustand ebenso groß. Immerhin: Ein Gesetzentwurf sieht jetzt eine höhere Ausgleichs-

abgabe für Firmen vor, die keine Schwerbehinderten beschäftigen. Das entspricht durchaus meinem persönlichen Empfinden von Gerechtigkeit. Zusätzlich zu dieser Abgabe zahlen Unternehmen, die keinen einzigen Menschen mit einer Behinderung beschäftigen, bisher ein Bußgeld von bis zu 10.000 Euro. Dass es ausgerechnet diese Strafe künftig nicht mehr geben soll, halte ich für das falsche Signal.

Ihr Joachim Wittrien
SoVD-Vizepräsident

„Diese Leidenschaft beeindruckt mich“

Rentenpräsidentin Gundula Roßbach im Interview

Seite 3



Zuversicht beim Mindestlohn

Nach SoVD-Forderung zeichnet sich Erhöhung ab

Seite 5



Gemeinsam über die Ziellinie

Inklusionslauf mit Kirsten Bruhn als Schirmherrin

Seite 7



Forderung ohne rechtliche Grundlage

Energiepauschale steht Heimbewohner*innen zu

Seite 4



Engagiert für den Tierschutz

Hannes Jaenicke hilft Meeresschildkröten

Seite 24



SoVD kritisiert: Gesetzentwurf ändert nichts an den Problemen der Pflegeversicherung

Strittige Zusatzversicherung

Reform ohne spürbare Entlastung

Fortsetzung von Seite 1

sozialen Pflegeversicherung beteiligt – analog zu den Regelungen innerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung.

Leistungen steigen ab 2024 um magere fünf Prozent

Beitragszahlende haben von dem neuen Gesetz somit also keine Entlastung zu erwarten. Im Gegenteil: Für sie wird es zusehends teurer.

Was die Unterstützung Pflegebedürftiger und ihrer Angehörigen angeht, sieht es leider nicht besser aus. Von den fünf Millionen Menschen, die in Deutschland derzeit auf Pflege angewiesen sind, werden rund vier Millionen zu Hause versorgt. Für Betroffene ist das nicht nur eine emotionale, sondern vor allem auch eine finanzielle Herausforderung. Die Leistungen aus der Pflegeversicherung, die eine Versorgung durch Angehörige oder mithilfe von Pflegediensten möglich machen – ambulante Sachleistungsbeträge und Pflegegeld –, erhöhen sich zum kommenden Jahr lediglich um fünf Prozent.

Im stationären Bereich bietet sich ein ähnliches Bild. Wer



Foto: Robert Kneschke / Adobe Stock

In Deutschland wird nur etwa jede*r sechste Pflegebedürftige (16 Prozent) in einer vollstationären Einrichtung versorgt.

in einem Heim versorgt wird, erhält bereits heute von der Pflegekasse Zuschüsse zu den Zahlungen, die selbst zu leisten sind, also zum Eigenanteil. Abhängig von der Verweildauer in der jeweiligen Einrichtung steigt dieser Zuschuss ebenfalls zum kommenden Jahr um fünf bis zehn Prozent. Während des ersten Jahres in einer vollstationären Einrichtung gäbe es demnach künftig eine Beihilfe von 15 Prozent, im zweiten Jahr dann 30 Pro-

zent. Im Durchschnitt liegt der Eigenanteil derzeit bei über 2.400 Euro pro Heimplatz und Monat.

Erhöhungen machen Preissteigerung nicht wett

Angesichts enormer Kosten sind die zaghaften Erhöhungen für den SoVD allenfalls der sprichwörtliche Tropfen auf einen sehr heißen Stein. Die höheren Zahlbeträge gleichen die gestiegene Inflation nicht aus und greifen mit einem ge-

planten Start zum Januar 2024 darüber hinaus viel zu spät. Erst kürzlich ergab eine Studie im Auftrag der Krankenkasse DAK-Gesundheit, dass ein Drittel aller Heimbewohner*innen bereits auf Sozialhilfe angewiesen ist.

Dennoch sollen Geld- und Sachleistungen auch in den kommenden Jahren nur 2025 und dann erst wieder 2028 an die Preisentwicklung angepasst werden. Eine Dynamisierung muss aus Sicht des SoVD jedoch dringend jährlich erfolgen.

Dass die Bundesregierung den Beitragssatz in der Pflegeversicherung zudem künftig per Rechtsverordnung am Bundestag vorbei erhöhen kann, lehnt der SoVD vor diesem Hintergrund entschieden ab. Schon jetzt haften allein die Beitragszahlenden mit ihrem Geld für das Defizit der Pflegeversicherung. Es ist beschämend, dass die Koalition nicht zu ihrem Versprechen steht, die Rentenbeiträge für pflegende Angehörige aus Steuermitteln zu finanzieren. Stattdessen ergehen sich die zuständigen Ministerien in einem unwürdigen Streit um die Bereitstellung öffentlicher Gelder. *Joachim Schöne*

Kostspielige Privatvorsorge

Der SoVD setzt sich dafür ein, die soziale Pflegeversicherung finanziell zu stärken und zukunftsfähig auszugestalten. Am besten kann dies aus Sicht des Verbandes durch eine solidarische Bürgerversicherung gelingen. Diese würde gewährleisten, dass alle Bürger*innen den gleichen Versicherungsschutz genießen und Zugang zu den nötigen Leistungen erhalten.

Einen davon abweichenden Vorschlag präsentierte jetzt eine Gruppe von Expert*innen im Auftrag des Verbandes der Privaten Krankenversicherungen. Sie plädierten unter der Bezeichnung „Pflege Plus“ für die Einführung einer obligatorischen und kapitalgedeckt finanzierten Zusatzversicherung.

Beim SoVD stieß diese Idee jedoch auf Ablehnung: Eine verpflichtende private Zusatzversicherung sei nicht für jede*n geeignet oder bezahlbar. Gerade Betroffene mit einem begrenzten Einkommen oder einer niedrigen Rente würden die mit dem Lebensalter steigenden Beiträge zu einer solchen privaten Zusatzvorsorge überfordern. *jos*

Antragstellung soll ab Mai möglich sein

Entlastung jetzt auch bei Öl- und Pelletheizungen

Die Gas- und Strompreisbremsen sind seit März in Kraft. Wer andere Energieträger nutzt, soll ab Mai Anträge zur Entlastung bei den Kosten stellen können. Dafür sind Nachweise nötig, dass sich die Preise mindestens verdoppelt haben.

Seit dem vergangenen Jahr ist Energie deutlich teurer geworden. Die von der Bundesregierung beschlossenen Preisbremsen für Strom, Gas und Fernwärme sind, teils rückwirkend, seit Januar 2023 in Kraft und begrenzen die Kosten für den Basisverbrauch. Für Nutzer*innen anderer Energieformen wie Kohle, Öl oder Holzpellets gibt es nun ebenfalls einen Entlastungsmechanismus. Auch weitere Energieträger in den Entlastungspaketen zu berücksichtigen, das war eine Forderung des SoVD während der Diskussion um die Entlastungspakete.



Foto: VRD / Adobe Stock

Heizöl nachzufüllen, das war im vergangenen Jahr sehr teuer.

Anträge zur Erstattung sollen Bürger*innen ab Mai 2023 rückwirkend für den Zeitraum vom 1. Januar bis zum 1. Dezember 2022 stellen. Die Frist läuft voraussichtlich bis zum 20. Oktober.

Kosten, die über dem doppelten Wert des Vorjahreszeitraumes (also 2021) liegen, werden zu 80 Prozent erstattet. Maximal gibt es 2.000 Euro pro Haushalt zurück. Für den jeweiligen Energieträger sind Referenzwerte pro Kilo beziehungsweise Liter festgelegt.

Bei der Verbraucherzentrale gibt es bereits einen Online-Rechner, um die Höhe der Erstattung zu kalkulieren. *str*

SoVD: Medizinische Versorgung ausbauen statt Patient*innen bestrafen

Keine Gebühr in der Notaufnahme

Im April machte ein kontroverser Vorschlag die Runde in der politischen Debatte: Wer die Notaufnahme aufsucht, ohne dass ein Notfall vorliegt, solle eine Strafe zahlen, so der Chef der Kassenärztlichen Vereinigung. Der SoVD hält den Vorschlag für gefährlich und machte seine Ablehnung deutlich.

Andreas Gassen, Chef der Kassenärztlichen Vereinigung, meldete sich mit einer strittigen Idee zu Wort: Gegenüber dem Redaktionsnetzwerk Deutschland schlug er vor, dass Patient*innen eine Gebühr entrichten sollten, wenn sie bei Schmerzen oder medizinischen Problemen direkt in die Notaufnahme gehen, ohne vorher die Leitstelle anzurufen. „Wer noch selbst in eine Notaufnahme gehen kann, ist oft kein echter medizinischer Notfall“, hielt er fest.

Der SoVD kritisierte den Vorschlag deutlich. Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier stellte klar: „Alle Menschen müssen, unabhängig vom Geldbeutel, Tageszeit und Wohnort eine gute medizinische Notfallversorgung erhalten.“ Wichtig sei es, die gesundheitliche Versorgung auszubauen, damit die Menschen zügig Arzttermine bekommen und nicht auf die Notaufnahmen ausweichen müssten.

Auch andere lehnten den Vorstoß ab. Die Stiftung Patien-



Foto: upixa / Adobe Stock

Für manche ist die Notaufnahme die letzte Möglichkeit, weil sie keine Praxis finden. Das darf nicht bestraft werden, findet der SoVD.

tenschutz verwies darauf, dass bereits viele den ärztlichen Bereitschaftsdienst nutzen würden. Sie forderte ausreichende Öffnungszeiten der niedergelassenen Arztpraxen sowie das Angebot von Hausbesuchen.

Janosch Dahmen, gesundheitspolitischer Sprecher der Grünen und Mitglied im Gesundheitsausschuss des Bundestags

erklärte, dass Menschen mit einem akuten medizinischen Problem sich darauf verlassen können müssten, dass sie in der Notaufnahme jederzeit Hilfe bekommen.

Von Gesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) gab es ebenfalls eine klare Absage an den Vorschlag. Dieser werde nicht umgesetzt, so der Politiker. *str*

Rentenpräsidentin Gundula Roßbach lobt angesichts der Sozialwahlen das Ehrenamt

„Diese Leidenschaft beeindruckt mich“

Die Rentenversicherung wird von Arbeitgebenden und Versicherten im Rahmen der Vertreterversammlung selbst verwaltet. Über die Zusammensetzung dieses „Rentenparlamentes“ entscheiden die Versicherten im Rahmen der Sozialwahl. Im Interview mit der SoVD-Zeitung betonte Gundula Roßbach, Präsidentin der Deutschen Rentenversicherung (DRV) Bund, den Stellenwert ehrenamtlichen Engagements.

___ Noch bis Ende Mai findet die Sozialwahl statt. Haben Sie derzeit besonders viel zu tun?

Was die Vorbereitung angeht, sind wir sozusagen schon auf der Zielgeraden. Viel Arbeit hatten im Vorfeld vor allem aber auch diejenigen, die sich selbst zur Wahl stellen. Hinsichtlich der Listen gab es dieses Mal ja besondere Anforderungen.

___ Wie sahen die aus?

Um den Anteil von Frauen in den Vertreterversammlungen und Vorständen zu erhöhen, sollten diese bei den Wahlvorschlägen zu mindestens 40 Prozent berücksichtigt werden. Verpflichtend ist das bisher zwar nur für die Selbstverwaltungen der Krankenkassen, aber auch in der Rentenversicherung wurde das bei den Listen berücksichtigt. Das bildet umso besser die Vielfalt der Menschen ab, die in das System einzahlen.

___ Gibt es denn überhaupt genug Interessierte, die in der Selbstverwaltung mitmachen wollen?

Das erleben wir so. Viele bringen sich etwa in den Widerspruchsausschüssen ein, wo es darum geht, Entscheidungen der Verwaltung zu überprüfen. Darüber hinaus haben wir mit rund 2.600 ehrenamtlichen Versichertenberaterinnen und -beratern in ganz Deutschland auch ein wichtiges Bindeglied zwischen der hauptamtlichen Arbeit und dem ehrenamtlichen Service vor Ort. Falls notwendig, kommen sie sogar zu den Versi-



Foto: Nürnberger / DRV Bund

Ob Sozialwahl oder Rentenberatung – ohne Ehrenamtliche geht es nicht. Das weiß Gundula Roßbach sehr wohl zu schätzen.

cherten nach Hause, um ihnen bei der Antragstellung zu helfen. Dahinter steckt eine Menge Arbeit. Deshalb finde ich es immer wieder beeindruckend, wie viele Menschen dazu bereit sind, sich über Jahre hinweg und mit viel Leidenschaft für andere einzusetzen.

___ Dennoch scheint vielen die Bedeutung der Sozialwahl nicht bewusst zu sein. Woran könnte das liegen?

Wir zahlen für die Rente oder für die Krankenversicherung alle einen Beitrag, der uns jeden Monat automatisch vom Lohn abgezogen wird. Dass dahinter die eigene Versicherung steht, die

übrigens nicht vom Staat, sondern von den gewählten Vertretern der Beitragszahler und der Rentnerinnen und Rentner verwaltet wird, ist möglicherweise gar nicht so konkret erfahrbar. Und gerade jüngere Menschen denken vielleicht auch nicht immer so gerne an ihr späteres Alter.

___ Wenn wir uns das Alter der Rentenversicherung anschauen, dann hat diese sich über Kriege und Krisen hinweg bewährt. Was macht die gesetzliche Rente so stabil?

Es spielt eine große Rolle, dass sich die Politik bei der Rente für die Umlagefinanzie-

rung entschieden hat. Dies gibt immer wieder die Möglichkeit, zu reagieren und Anpassungen vorzunehmen sowie gesellschaftliche Entwicklungen nachzuvollziehen. Das ist etwa in einem System der Kapitaldeckung ganz anders. Da brauche ich einen langfristigen Horizont, weil ich mit dem angelegten Kapital arbeite. Im Umlagesystem stützen wir uns auf den Arbeitsmarkt und auf die Teilhabe der Versicherungsgemeinschaft, die als Kollektiv insgesamt sehr viel abpuffern kann.

Eine hohe Verbundenheit mit diesem System nehme ich darüber hinaus auch bei den Beschäftigten der Rentenversicherung wahr. Die machen ihre Arbeit vielfach aus einer inneren Überzeugung heraus und setzen sich unglaublich intensiv für die Menschen ein.

___ Verbundenheit ist ein gutes Stichwort: Ab dem 1. Juli gilt erstmals seit der Wiedervereinigung in West und Ost ein gleich hoher Rentenwert. Schließt sich damit ein wichtiges Kapitel?

Wir haben in diesem und im kommenden Jahr in den neuen Bundesländern weiterhin die sogenannte Hochwertung der Verdienste. Dadurch werden die im Durchschnitt geringeren Löhne im Osten bei der Rentenberechnung ausgeglichen. Aber in der Tat haben wir ab Juli zum ersten Mal den gleichen aktuellen Rentenwert. Damit ist jeder Entgeltpunkt in Ost und West gleich wert. Das ist doch positiv.

Interview: Joachim Schöne



Foto: Kzenon / Adobe Stock

Nach einer Corona-Infektion können Beschwerden bleiben.

Spätfolgen einer Infektion

Reha wegen Post Covid

Andauernde Erschöpfung, Atemnot, Herzprobleme: Wer mehrere Wochen oder Monate nach einer Infektion mit dem Coronavirus noch immer unter den Spätfolgen leidet, kann eine sogenannte Post-Covid-Reha beantragen. Darauf weist die Deutsche Rentenversicherung hin. Diese dauert in der Regel drei bis vier Wochen und soll Betroffenen helfen, Schritt für Schritt wieder ins Alltags- und Berufsleben zurückzufinden.

Infrage kommen die Reha-Angebote der Deutschen Rentenversicherung für Menschen, die in den letzten zwei Jahren für mindestens sechs Monate einer versicherungspflichtigen Beschäftigung nachgegangen sind. Notwendig für den Antrag bei der Deutschen Rentenversicherung ist ein ärztlicher Bericht.

Bei Fragen erreichen sie das kostenlose Servicetelefon der Deutschen Rentenversicherung unter Tel.: 0800/10004800.

Bund und Länder verhandeln über Krankenhausreform – SoVD für einheitliche Qualitätsstandards

Versorgung der Menschen im Mittelpunkt

Eine Regierungskommission regte Ende 2022 eine Reform bei Deutschlands Krankenhäusern an. Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) versprach daraufhin eine Abkehr von der Ökonomie hin zur Medizin. Seither ringen Bund und Länder um die konkreten Details der Reform. Von Anfang an appellierte der SoVD an alle Beteiligten, ihre Verantwortung wahrzunehmen. Eine hochwertige und möglichst wohnortnahe Versorgung müsse auch in ländlichen Regionen gewährleistet werden.

Wie wirkt sich die geplante Reform auf die Krankenhauslandschaft insgesamt aus? Einzelne Bundesländer fürchten, ihre Notfallversorgung und die reguläre stationäre Versorgung in vielen Kliniken nicht aufrechterhalten zu können. So präsentierte etwa Bayern eine Studie, wonach jedes achte Krankenhaus im Freistaat gefährdet sei. Sorgen über die Finanzierung einzelner Standorte machen sich auch die Kommunen.

Einen Perspektivwechsel bei der Debatte mahnte zuletzt die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) an. Ein Sprecher des GKV-Spitzenverbandes sagte, es werde zu viel über die finanzielle Versorgung von Krankenhäusern gesprochen und zu wenig darüber, auf welche Strukturen die Menschen letztlich angewiesen sind. Gemeinsames Ziel müsse es sein, die bedarfsgerechte Versorgung auf dem Land und in der Stadt sicherzustellen.

Die Vorstandsvorsitzende des SoVD, Michaela Engelmeier, warnte eindringlich davor, den Menschen in Deutschland mit der etwaigen Schließung von Krankenhäusern Angst zu machen. Eine gute Erreichbarkeit sei ebenso wichtig wie eine hohe Qualität in der Versorgung. Die politisch Verantwortlichen forderte Engelmeier dazu auf, beide Aspekte zu berücksichtigen und bei der Klinikreform in Einklang zu bringen.



Foto: ZIHE / Adobe Stock

Eine Krankenhausreform muss aus Sicht des SoVD in jedem Fall sicherstellen, dass nicht der Wohnort über die Qualität der gesundheitlichen Versorgung entscheidet.

Pflegeheime stellen Energiepauschale in Rechnung

Forderung ohne rechtliche Grundlage

Angesichts der hohen Energiekosten erhielten Ende 2022 auch die Bewohner*innen von Pflegeheimen die sogenannte Energiepreispauschale von 300 Euro. Einige Einrichtungen fordern das Geld jetzt von den dort lebenden Menschen zurück – zu Unrecht, sagt die Verbraucherzentrale Berlin.

Laut Verbraucherzentrale hätten einige Bewohner*innen von Pflegeheimen in Berlin ein Schreiben erhalten, in dem von ihnen zusätzlich zum regulären Heimkosteneigenanteil die Energiepreispauschale gefordert wurde. Die Einrichtungen begründeten dies ihrerseits mit gestiegenen Energiekosten. Da die Heime jedoch bereits durch viele andere Maßnahmen unterstützt werden, rät die Verbraucherzentrale Berlin Betroffenen dazu, Widerspruch einzulegen und das Geld zurückzufordern. Sinnvoll könne es darüber hinaus auch sein, die Pflegekasse über diese Vorgehensweise zu informieren.



Foto: Bojan / Adobe Stock

Auch Heimbewohner*innen dürfen frei über die Energiepreispauschale verfügen.

jos/dpa

Auch 2022 kürzten die Jobcenter weniger Leistungsberechtigten das Geld

Erneut weniger Sanktionen

Die Zahl der Sanktionen von Jobcentern gegen Hartz-IV-Beziehende ist im vergangenen Jahr erneut zurückgegangen. Die Bundesagentur habe bei 2,7 Prozent der Leistungsberechtigten das zu bezahlende Geld gekürzt. Im Jahr zuvor war das noch bei 3,1 Prozent der Fall. Hintergrund ist unter anderem ein Urteil des Bundesverfassungsgerichtes, das Sanktionen an strengere Regeln knüpft.

Verletzen erwerbsfähige Leistungsberechtigte ihre Pflichten oder liegen Meldeversäumnisse vor, dann können sich die Leistungen mindern. Eine Pflichtverletzung liegt etwa vor, wenn jemand eine zumutbare Arbeit, eine Ausbildung oder eine Maßnahme zur Eingliederung in den Arbeitsmarkt nicht antritt oder abbricht. Ein Meldeversäumnis liegt vor, wenn die Person Termine ohne wichtigen Grund nicht wahrnimmt.

Bei der ersten Pflichtverletzung wird der Regelbedarf um zehn Prozent für einen Monat, bei einer zweiten Pflichtverletzung um 20 Prozent für zwei Monate und in der letzten Stufe um 30 Prozent für drei Monate gemindert. Jobcenter dürfen die Leistungen insgesamt um maximal 30 Prozent des Regelbedarfes mindern. Kosten für Miete und Heizung dürfen nicht gekürzt werden.

Im Jahr 2019 hatte das Bundesverfassungsgericht entschieden, dass Leistungskürzungen unter bestimmten Bedingungen in Ordnung seien. Kürzungen durch das Jobcenter von 60 Prozent oder mehr stuft das

Gericht jedoch als verfassungswidrig ein. In der zweiten Jahreshälfte 2022 galt zudem ein „Sanktionsmoratorium“. Rechtsfolgen aufgrund von Pflichtverletzungen waren in diesem Zeitraum nicht zulässig.

jos



Foto: Thomas Reimer / Adobe Stock

Die gute Nachricht: Von 100 Leistungsberechtigten kommen 97 mit einer Minderung durch das Jobcenter nicht in Berührung.

SoVD im Gespräch



Foto: BMWSB

Die Bundesministerin Klara Geywitz (SPD, li.) sprach mit der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier über soziale Themen rund ums Wohnen – und über die Sorgen vieler Menschen.

Im Sozialdialog mit Bauministerin Geywitz

Im Rahmen des Sozialdialoges des Bundesministeriums für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen (BMWSB) hatten sich Ministerin Klara Geywitz (SPD) und die SoVD-Vorstandsvorsitzende schon ausgetauscht. Nun war Michaela Engelmeier erneut eingeladen.

Das freundliche, vertiefende Gespräch im Ministerium, an dem auch weitere Fachleute aus BMWSB und SoVD teilnahmen, drehte sich unter anderem um Barrierefreiheit, steigende Mieten, altersgerechtes Umbauen, Sozialwohnungen – und um das neue Wohngeld Plus. Das sei Rentner*innen oft unbekannt, sagte Geywitz. Viele wüssten nicht, dass sie einen Anspruch haben, etwa wenn sie im Eigentum leben und einen Lastenzuschuss beantragen können. Engelmeier lobte hier die Beratung der SoVD-Landesverbände. Diese informierten darüber und unterstützten Mitglieder bei Anträgen.

Sie berichtete auch von existenziellen Ängsten der Menschen wegen der Inflation und Energiekosten. Denn Anrufe und Anfragen dazu beim SoVD haben in den letzten Monaten stetig zugenommen.

Kabinett legt Entwurf zur Änderung des Gebäudeenergiegesetzes vor

Heizen mit Blick aufs Klima

Die Regierung plant eine Änderung des Gebäudeenergiegesetzes. Demnach sollen neu eingebaute Heizungen künftig zu mindestens 65 Prozent auf der Basis erneuerbarer Energien betrieben werden. Gelten soll das ab dem kommenden Jahr für neu gebaute Heizungen oder den Austausch kaputter Anlagen. Funktionierende Heizungen können demnach weiterlaufen. Der SoVD pocht auf die soziale Ausgewogenheit der klimapolitischen Maßnahmen.

Um soziale Härten zu vermeiden, gibt es zu den Vorschriften einige Ausnahmen, Übergangsregelungen und Förderungsmöglichkeiten. Von der Grundförderung in Höhe von 30 Prozent profitieren alle, die eine klimafreundliche Heizung in ihr Haus einbauen. Voraussetzung hierfür ist, dass es sich um selbst genutztes Wohneigentum auf der einen und um eine alte, mit fossilen Energien wie Öl oder Gas betriebene Heizung auf der anderen Seite handelt.

Weitere Zuschüsse soll es für Eigentümer*innen geben, die einkommensabhängige Sozialleistungen erhalten oder sich freiwillig zum Tausch ihrer alten Heizung entscheiden. Auch für den Fall, dass eine Anlage irreparabel kaputt geht, sind Sonderregelungen vorgesehen. Wer jedoch genau Anspruch auf welche Förderung hat, lässt sich pauschal schwer sagen und hängt stark vom Einzelfall ab.

Zur Erreichung der klimapolitischen Ziele und für die Reduktion der Abhängigkeit von Importen fossiler Energie erachtet

der SoVD den vorliegenden Gesetzentwurf als grundsätzlich notwendig. Der Umstieg auf ökologisch sinnvolle Heizformen muss jedoch nach Meinung des Verbandes unbedingt sozial ausgewogen sein.

Der SoVD begrüßt es daher, dass der Entwurf einen besonderen Schutz für Mieter*innen vorsieht, ebenso wie diverse

Ausnahmeregelungen und Härtefälle. Zu diesen zählen auch besondere Vorkehrungen für Menschen, die älter als 80 Jahre sind. In den genannten Bereichen muss das Gesetz unbedingt halten, was es verspricht. Denn für den SoVD steht fest, dass Ökologisches und Soziales nicht gegeneinander ausgespielt werden dürfen.

jos



Foto: Daniel Beckemeier / Adobe Stock

Bei fossilen Brennstoffen gab es zuletzt große Preisschwankungen. Wer sich zum Einbau einer klimafreundlichen Heizung entschließt, bekommt daher vom Staat bis zu 50 Prozent dazu.

Nach der Forderung des SoVD zeichnet sich eine Erhöhung immer mehr ab

Zuversicht beim Mindestlohn

Der Mindestlohn in Deutschland liegt derzeit bei 12 Euro pro Stunde. Bundesarbeitsminister Hubertus Heil (SPD) ging angesichts gestiegener Inflation und höherer Tarifabschlüsse kürzlich jedoch von einer Anhebung im kommenden Jahr aus. Einen konkreten Vorschlag zur Lohnuntergrenze legt demnächst eine unabhängige Kommission vor. Der SoVD fordert eine Anpassung auf 14,13 Euro.

Mit wenigen Ausnahmen gilt der gesetzliche Mindestlohn für alle Arbeitnehmer*innen in Deutschland. Vorschläge zur Höhe dieser Lohnuntergrenze macht alle zwei Jahre eine ständige Kommission der Tarifpartner, die sogenannte Mindestlohnkommission. Per Gesetz beschloss die Bundesregierung zuletzt zum Oktober 2022 eine Anhebung auf 12 Euro pro Stunde. Mit einer Empfehlung der Kommission zu einer möglichen Erhöhung im kommenden Jahr ist bereits in den nächsten Wochen zu rechnen.

Schon im Vorfeld meldete sich der Bundesarbeitsminister zu Wort. Hubertus Heil verwies auf eine weiter hohe Inflation sowie auf „ordentliche Tarifierhöhungen“ und ging davon aus, dass diese sich bei der anstehenden Erhöhung des Mindestlohns niederschlagen werden.

Für eine deutliche Anhebung zum Jahreswechsel sprach sich



Foto: Britta Pedersen / picture alliance / dpa

Geringverdienende kommen ohne einen höheren Mindestlohn nicht aus. Das weiß auch Bundesarbeitsminister Hubertus Heil.

auch die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier aus. Sie verwies auf die weiterhin spürbaren Folgen des Krieges und bezeichnete einen stärkeren Ausgleich der Inflation als dringend erforderlich. Hierfür, so Engelmeier, müsse der Mindest-

lohn nach Berechnungen des Verbandes auf 14,13 Euro steigen. Dies könne im Zweifel auch schrittweise erfolgen. Seine Einschätzung übergab der SoVD an die Mindestlohnkommission, die diese dann in ihre Arbeit einfließen lassen wird. *jos*

SoVD im Gespräch



Foto: Wolfgang Borrs

V. li.: Dr.in Simone Real (SoVD-Referentin), Michaela Engelmeier (SoVD-Vorstandsvorsitzende), Paula Wenning (Referentin beim Kinderschutzbund) und Annemarie Schoß (VdK-Referentin).

Leistungen stärker bündeln

Zu einem Arbeitstreffen kam das Bündnis Kindergrundsicherung in der Bundesgeschäftsstelle des SoVD zusammen. Explizit widersprachen die Anwesenden dabei der Behauptung, es gebe bereits ausreichend staatliche Unterstützungsmaßnahmen für Kinder in Armut. Die Vorstandsvorsitzende des SoVD, Michaela Engelmeier, forderte, Familienleistungen stärker zu bündeln.

Schon 2019 hatte der SoVD die Kindergrundsicherung als sozialpolitisches Ziel formuliert. Michaela Engelmeier freute sich daher umso mehr, dass man nun im Bündnis gemeinsam für dieses Ziel kämpft. Die Vorstandsvorsitzende betonte: „Uns beim SoVD geht es wie allen im Bündnis darum, Leistungen zu bündeln. Damit die Kinder-

grundsicherung aber bei allen ankommt, funktioniert dies am besten mit möglichst nur einer zuständigen Stelle und einer automatisierten Auszahlung.“

Um die Ungleichbehandlung zu beenden, so Engelmeier, müssten die Kinderfreibeträge in einer Kindergrundsicherung aufgehen. Es werde leider oft verschwiegen, dass der

Staat viele der Förderungen gegeneinander aufgerechnet. So profitierten etwa Kinder in Familien, die Bürgergeld empfangen, nicht von der Erhöhung des Kindergeldes, da diese voll auf den Regelsatz angerechnet werde. Das Bündnis will daher einen Systemwechsel erreichen – hin zu einer echten Kindergrundsicherung.

Aktuelles Urteil

Kindergeld wird als Einkommen angerechnet

Menschen, die ihren Lebensunterhalt nicht selbst bestreiten können, erhalten die Grundsicherung. Auf diese Leistung werden Einnahmen aller Art angerechnet – also auch das Kindergeld. Das gilt selbst für den Fall, dass dieses an das Kind direkt gezahlt wird. So urteilte vor Kurzem das Sozialgericht Speyer (Az.: 18 AS 917 / 20).

In dem verhandelten Fall hatten in einem Haus ohne abgetrennte Wohnbereiche die Eltern mit ihren volljährigen Kindern, einer Tochter und einem Sohn, gelebt. Der Sohn bekam das Kindergeld von der Familienkasse direkt auf sein Konto überwiesen.

Geklagt hatte die Tochter, die vom Jobcenter Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes erhielt. Sie bildete mit ihren Eltern eine Bedarfsgemeinschaft. Bei der Berechnung der Grundsicherung war das Kindergeld dem Vater zugeordnet und auf die Leistungen angerechnet worden.

Das Gericht entschied: Das ist korrekt so. Denn laut Gesetz sei das Kindergeld ein Einkommen des Kindergeldberechtigten, hier des Vaters. Der Bruder dagegen gehöre weder zur Bedarfsgemeinschaft noch benötige er das Kindergeld zur Sicherung seines eigenen Lebensunterhaltes.

Zudem lebe der junge Mann im Haushalt des Vaters. Er habe keine abgetrennte Wohnung und sich auch nicht an den Kosten beteiligt, sondern sei im elterlichen Haushalt mitversorgt worden. *jos/dpa*



Foto: katyspichal / Adobe Stock

Irreführend: Kindergeld steht tatsächlich den Eltern zu.

Arzneimittel-Warnhinweis zeitgemäßer formuliert

„Fragen Sie Ihre Ärztin oder in Ihrer Apotheke“

Bestimmt können Sie den immer gleichen Warnhinweis in den Werbespots für Medikamente auch schon mitsprechen. Demnächst müssen Sie diesen allerdings neu lernen. Denn der bekannte Satz trägt künftig gleichstellungspolitischen Aspekten Rechnung.

Es passiert nicht oft, dass Gesetzesformulierungen in den alltäglichen Sprachgebrauch übergehen. Dieser Satz aus dem Heilmittelwerbegesetz aber hat genau das geschafft: „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.“

Da nicht nur männliche Fachleute weiterhelfen können, fordern Berufsverbände seit Langem eine Anpassung dieser aus der Zeit gefallenen Formulierung. Dem trägt das Bundesgesundheitsministerium nun Rechnung und brachte eine Gesetzesänderung auf den Weg. Die etwas längere Formel lautet nun: „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.“

Für die Anpassung ihres Reklamezusatzes hat die Pharma- und Werbebranche nach Inkrafttreten der Gesetzesänderung noch fünf Monate Zeit. Im schlimmsten Fall könnten höhere Kosten anfallen – schließlich erfordert das Lesen des geringfügig verlängerten Textes in der Werbung nun etwas mehr Zeit. *jos/dpa*



Foto: Karanov images / Adobe Stock

Vor der Einnahme von Medikamenten kann es nicht schaden, Fragen zu stellen.

Das Wohnumfeld einrichten – Tipps für Angehörige

Demenzkranken können Spiegel Angst machen

In jedem vierten Haushalt mit Pflegebedürftigen ist Demenz mit im Spiel. Im Umgang damit sind Vertrautes und Sicherheit wichtig. Das gilt besonders für die eigene Wohnung. Wohl alle Menschen wollen sich dort geborgen fühlen – und Demenzkranke erst recht.

Viele Farben, viele Muster: unruhig und unübersichtlich! Ein Mensch mit Demenz kann Informationen schlechter filtern. Das führt schnell zu einer Reizüberflutung und zum Gefühl von Hilflosigkeit. Gerade zu Hause lässt sich das durch ein paar Tricks vermeiden. Expert*innen, auch die Selbsthilfeorganisation „Deutsche Alzheimer Gesellschaft“, empfehlen eine demenzgerechte Gestaltung der gesamten Umwelt („Milieutherapie“).

So rät die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen Angehörigen etwa, die Spiegel in der Wohnung zu entfernen oder abzudecken. Denn wenn die Demenz voranschreitet, erkennen sich Patient*innen nicht mehr selbst. Der Blick in den Spiegel könne dann Ängste wecken. Das gelte auch für Spiegelungen in einer Vitrine oder einem Glastisch.

Die Farbe des Fußbodens könne ebenso Angst auslösen. Sehr dunkle Flächen erschienen Erkrankten bisweilen als Abgrund, sehr helle als „bodenlos“ – das könne den Gang unsicher machen. Besonders problematisch seien blaue oder blaugraue Böden. Betroffene interpretierten sie oft als Wasserfläche. Gut sei laut Verbraucherzentrale ein starker Kontrast zwischen Wand- und Bodenfarbe. Das ermögliche es, den Raum gut wahrzunehmen. *ele/dpa*



Foto: Zhanna / Adobe Stock

Spiegel irritieren demente Menschen, geringe Kontraste auch: Räume sollten übersichtlich sein.

Passende Ärzt*innen und Krankenhäuser online finden

Angeborene Herzfehler: Hilfe per „Herzlotse“

Es gibt über 40 Arten angeborener Herzfehler. Dank der medizinischen Fortschritte kann man damit meist lange leben. Aber um kleine und große Patient*innen gut zu versorgen, sind ausgewiesene Fachleute nötig. Beim Finden hilft ein neues Online-Portal.

Jährlich kommen in Deutschland 8.000–9.000 Babys mit Herzfehler zur Welt. Mehr als 95 Prozent erreichen das Erwachsenenalter. Doch auch die nach Schätzungen derzeit 330.000 erwachsenen Patient*innen mit angeborenem Herzfehler brauchen oft noch Behandlung, bisweilen vollstationär oder gar mit Operationen.

Doch wie findet man eine kinder-kardiologische Praxis oder eine Klinik, die spezialisiert ist, passende Fachärzt*innen oder einen Schwerpunkt hat? Ob für Neugeborene, Babys, größer gewordene Kinder zur Anschlussversorgung oder Erwachsene, etwa nach einem Umzug: Je nach Region sind Expert*innen rar. Viele Eltern oder selbst Betroffene suchen im Internet. Dabei hilft „Dein Herzlotse“. Das neue Portal der Kinderherzstiftung der Deutschen Herzstiftung e.V. findet man unter: <https://herzstiftung.de/dein-herzlotse>. Auf der Website gibt es zudem auch Infos und Tipps. *ele/DHS*



Foto: trendobjects / Adobe Stock

Wo ist die nächste Arztpraxis oder Klinik, die auf Herzfehler spezialisiert ist?

Kaum im Berufsleben, schon arbeitsunfähig: Rentenversicherung greift trotzdem

Frühe Erwerbsminderungsrente

Ob dauerhaft oder auf Zeit: Wenn jemand noch nicht im Rentenalter ist, aber aus gesundheitlichen Gründen nicht oder kaum noch arbeiten kann, greift die Erwerbsminderungsrente. Eigentlich muss die Person dafür vorher in die Rentenkasse eingezahlt haben. Aber was ist mit Berufseinsteiger*innen?

Mit der Situation sind oft Schicksalsschläge verbunden. Sie ziehen sich durch alle Gesellschaftsschichten und Altersklassen. So kann ein Unfall, eine Behinderung oder eine schwere Krankheit schon in den ersten Jahren im Job das Berufsleben ganz plötzlich stoppen. Erhält man dann trotzdem eine Rente?

Ja, so die Deutsche Rentenversicherung (DRV) Bund. Berufsanfänger*innen sind meist abgesichert, auch wenn sie nicht die sonst nötigen fünf Jahre Beiträge in die gesetzliche Rente eingezahlt haben. Dafür gibt es zwei Möglichkeiten.

Können Betroffene durch einen Arbeitsunfall oder eine Berufskrankheit nur noch eingeschränkt arbeiten (sind also „teilweise erwerbsgemindert“), dann reicht schon ein einziger Beitrag zur Rentenversicherung für den Anspruch. Hat die Arbeitsunfähigkeit einen anderen Grund, zum Beispiel eine nicht beruflich bedingte Krankheit, greift eine weitere Regelung. Dafür müssen die Jobstarter*innen aber ganz arbeitsunfähig sein



Foto: Andrey Popov / Adobe Stock

Die meisten sind 50 bis 60 Jahre alt, wenn sie eine „EM-Rente“ zuerkannt bekommen. Doch auch Job-Neulinge können sie beantragen.

(„voll erwerbsgemindert“). In dem Fall sind die fünf Pflichtjahre schon vorerfüllt, sofern die Erwerbsminderung binnen sechs Jahren nach Ende der Schule oder Ausbildung eintritt und in den letzten zwei Jahren mindestens ein Jahr Pflichtbeiträge gezahlt wurden.

Ob neu im Beruf oder länger: Generell zählen für diese Rente nicht nur schon gezahlte Bei-

träge. Durch die sogenannte Zurechnungszeit wird so gerechnet, als hätte man mit dem bisherigen Durchschnittseinkommen weiter gearbeitet und eingezahlt bis zur Altersrente.

Zur Berechnung gab es mehrere Änderungen. Weil Bestandsrentner*innen bei Verbesserungen leer ausgingen, zieht der SoVD mit dem VdK bis vors Verfassungsgericht. *ele/DRV*

Steigende Lebenshaltungskosten: Geld zurücklegen wird für viele schwieriger

Zum Sparen bleibt nichts übrig

Nur noch 40 Prozent der Befragten können laut einer Umfrage für bestimmte Zwecke sparen. Die Kosten des täglichen Lebens steigen, ohne dass die Einkommen Schritt halten. Viele müssen deshalb bei der Altersvorsorge Einschnitte machen.

Die Inflation macht sich immer mehr in den Portemonnaies der Menschen bemerkbar. Wie eine Umfrage der privaten Bausparkassen zeigt, können nur noch 40,4 Prozent der Befragten Geld für geplante Ausgaben oder die Zukunft beiseite liegen. Dies ist der zweitniedrigste Wert, der seit 1997 in dieser Umfrage ermittelt wurde.

Ausgaben für aktuelle Käufe statt Vorsorge

Das verfügbare Einkommen der Menschen kann mit den Preissteigerungen der vergangenen Monate nicht mithalten. Abstriche machen die Befragten vor allem bei der privaten Altersvorsorge. Nur noch 51 Prozent nennen diese als größtes Motiv zum Sparen, im vergangenen Jahr waren es noch 5 Prozent mehr.

Den größten Zuwachs gab es beim Punkt „Konsum“, womit das Sparen für geplante größere Anschaffungen gemeint ist. Kurzfristige Käufe haben also



Foto: Wellnhofer Designs / Adobe Stock

Lebensmittel sind deutlich teurer geworden. Das Geld für den Einkauf fehlt dann oft an anderer Stelle.

eine höhere Priorität als die Absicherung der Zukunft.

Sparen wird für viele immer schwieriger

Das ist in der Regel keine freiwillige Entscheidung, sondern eine Notwendigkeit bei begrenzten Budgets. „Immer mehr Menschen geht das Geld

zum Sparen aus“, stellt Christian König, Hauptgeschäftsführer des Verbandes der Privaten Bausparkassen, fest. Die Inflationsraten sind nach wie vor hoch, gerade bei Energie und Lebensmitteln ist die Teuerung spürbar. Hier brauchen die Menschen weiter Entlastung und Unterstützung, meint der SoVD. *str*



Foto: Sascha Pfeiler

Der SoVD-Inklusionslauf nimmt alle mit, die sich auf ihre Art bewegen wollen und können. Interessierte können sich online unter: www.inklusionslauf.de anmelden.

Am 24. Juni kommen erneut Menschen aus ganz Deutschland zum Inklusionslauf des SoVD nach Berlin

Gemeinsam schaffen es alle über die Ziellinie

Er ist die beste Werbung für gemeinsamen Sport und ein Erlebnistag für die ganze Familie: Am 24. Juni gehen zum Inklusionslauf des SoVD wieder zahlreiche Menschen mit und ohne Behinderungen in Berlin an den Start. Auf dem ehemaligen Flughafen Tempelhof zeigen sie in verschiedenen Laufdisziplinen eindrucksvoll, wie Inklusion gelebt werden kann. Schirmherrin ist in diesem Jahr die mehrfache paralympische Goldmedaillengewinnerin Kirsten Bruhn – eine der weltweit schnellsten Schwimmerinnen mit Handicap.



Kirsten Bruhn

Die Laufveranstaltung bringt politische Forderungen des SoVD nach gesellschaftlicher Teilhabe mit dem Erleben von Gemeinschaft zusammen. Dabei erfahren Groß und Klein, dass Inklusion im Alltag möglich ist und eine Beeinträchtigung kein Ausschlusskriterium sein muss. Seite an Seite haben Menschen mit und ohne Behinderungen beim Inklusionslauf des SoVD vor allem ein Ziel vor Augen: es gemeinsam über die Ziellinie zu schaffen.

Als Gewinner*innen können sich auch in diesem Jahr wieder alle fühlen, die in Berlin dabei waren. Denn einen Leistungsdruck im üblichen Sinne wird es auch beim Inklusionslauf 2023 nicht geben. Egal, ob Bambinilauf für Kinder, Staffel oder eine der längeren Strecken – eine Medaille erhalten alle unabhängig von ihrer jeweiligen Zeit. Wer sich für individuelle Ergebnisse interessiert, kann diese in einer offenen Liste einsehen.

Auf dem Tempelhofer Feld wird es zusätzlich ein großes Rahmenprogramm geben. Die Hauptbühne sowie zahlreiche Stände laden dazu ein, sich zu informieren. Darüber hinaus gibt es auch musikalische Beiträge sowie natürlich leckeres Essen und Getränke. Eine Veranstaltungsfläche bietet zudem etliche Mitmachangebote – vom Torwandschießen über Bewegungsspiele und einen Rollstuhlparcours bis hin zu Boccia und einem speziellen

Memory mit großen, inklusiven Spielkarten und einem Geschicklichkeitsparcours.

Als Schirmherrin konnte der SoVD Kirsten Bruhn gewinnen. Als Leistungssportlerin erlitt sie mit 21 Jahren einen Unfall, der eine inkomplette Querschnittslähmung zur Folge hatte. Doch Kirsten Bruhn ließ sich nicht unterkriegen und gewann allein bei paralympischen Sommer-spielen 11 Medaillen. Heute ist sie eine wichtige Botschafterin für Sport und Inklusion, indem

sie anderen Menschen Mut macht und von ihren Erfahrungen berichtet. *jos*
Informationen sowie Details zur Anmeldung finden Sie im Internet unter: www.inklusionslauf.de.

Tipps der ERGO-Versicherung zur Vermeidung von Unfällen im Alltag

Sichere Fahrt mit dem E-Bike

Ein Fahrrad mit Elektromotor erleichtert die Fortbewegung – gerade bei längeren Strecken. Um bei der Nutzung von E-Bike, Elektrofahrrad oder Pedelec heil anzukommen, gilt es vor Fahrtantritt jedoch einiges zu beachten. Der SoVD-Kooperationspartner ERGO erklärt, worauf man achten sollte.

E-Bikes sind extrem beliebt. Doch viele unterschätzen die Unterschiede in der Fahrweise im Vergleich zu herkömmlichen Fahrrädern. Nicht selten kommt es aufgrund der hohen Geschwindigkeit zu Unfällen. Wie diese sich vermeiden lassen, erklärt Helena Biewer, Leiterin der ERGO-Unfallversicherung.

Mit einem Elektrofahrrad lassen sich längere Strecken deutlich einfacher zurücklegen. Doch dabei sollte man das sehr

unterschiedliche Fahrverhalten im Vergleich zu einem normalen Fahrrad beachten. Denn die höhere Geschwindigkeit erfordert auch eine schnellere Reaktionszeit. Das, so Biewer, führe dazu, dass Fahrer*innen leichter die Kontrolle verlieren. Darüber hinaus sei ein E-Bike auch deutlich schwerer als ein herkömmliches Fahrrad. Durch das höhere Gewicht verlängere sich der Unfallexpertin zufolge auch der Bremsweg.

Biewer rät dazu, sich vor der ersten Fahrt mit dem Aufsteigen, Anfahren und Bremsen vertraut zu machen. Wer nicht allein üben möchte, könne auch ein Sicherheitstraining buchen. Dieses bieten etwa der Allgemeine Deutsche Fahrradclub (ADFC) oder die örtlich zuständige Verkehrswacht an.

Eine wichtige Rolle spielt nach Ansicht der Expertin auch die richtige Ausrüstung. Ein Helm schütze im Fall der Fälle vor schweren Kopfverletzungen, so Biewer. Bei Fahrten mit schnelleren Rädern empfiehlt sie das Tragen spezieller Mofa- oder Rollerhelme, die für ein höheres Tempo geeignet sind.

Wer aufgrund körperlicher Einschränkungen Schwierigkeiten hat, den Schulterblick richtig auszuführen, kann zusätzliche Rückspiegel anbringen. Das, so Biewer, könne vor allem für ältere Menschen im Straßenverkehr eine große Erleichterung sein.

Damit E-Bike-Fahrer*innen gut sichtbar sind, sollten sie zudem möglichst auffällige Kleidung mit reflektierenden Elementen tragen. *jos/ergo*

SoVD im Gespräch



Foto: Felix Zahn/Deutscher Bundestag

Bundestagspräsidentin Bärbel Bas (SPD, li.) im Gespräch mit der Vorstandsvorsitzenden des SoVD, Michaela Engelmeier.

Im Austausch mit der Bundestagspräsidentin

In Berlin traf Michaela Engelmeier die Präsidentin des Deutschen Bundestages, Bärbel Bas. Das Gespräch drehte sich unter anderem auch um das Thema Kindergrundsicherung.

Seit September vergangenen Jahres ist Michaela Engelmeier die Vorstandsvorsitzende des Sozialverband Deutschland. Dem gegenseitigen Kennenlernen diene nun ihr Antrittsbesuch bei Bärbel Bas. Die Bundestagspräsidentin empfing die SoVD-Repräsentantin im Reichstagsgebäude.

Engelmeier informierte über die wichtige Arbeit des SoVD und tauschte sich mit Bas über aktuelle politische Themen aus. Dabei bestimmte die Diskussion auch die innerhalb der Koalition strittige Kindergrundsicherung sowie die aus SoVD-Sicht dringend notwendige Entlastung der Menschen in Zeiten hoher Inflation.



Foto: bernardbodo/Adobe Stock

Wer noch ungeübt ist, sollte den Umgang mit einem Elektrofahrrad vor der ersten richtigen Fahrt trainieren.



Personalien

Die Mitglieder des SoVD-Bundesvorstandes besetzten in der Sitzung am 30. März freigewordene Positionen des Präsidiums neu. Zum Schriftführer wählten sie dabei **Bernhard Sackarendt**. Er gehört dem Verband bereits seit 2008 an. Seit 2019 leitet Sackarendt den SoVD Niedersachsen als 1. Landesvorsitzender.



Foto: Martin Bargiel

Auf derselben Sitzung wählte der Bundesvorstand zudem **Hans-Otto Umlandt** zum Vorsitzenden des Organisations- und Strategieausschusses. Er gehört damit satzungsgemäß auch dem Präsidium an. Umlandt ist 2. Landesvorsitzender des SoVD Schleswig-Holstein und dort auch im Kreisverband Dithmarschen aktiv.



Auf ihrer Landesverbandstagung am 1. April wählten die Delegierten des SoVD Baden-Württemberg **Cornelia Boldt** zur 1. Landesvorsitzenden. Sie folgt auf Hartmut Marx, der sich aus Altersgründen nicht erneut zur Wahl stellte. Boldt gehört dem SoVD seit 1989 an und leitet zudem den Kreisverband Bodensee-Alb.



Die Delegierten des SoVD Berlin-Brandenburg wählten **Ursula Engelen-Kefer** auf der Landesverbandstagung erneut zur 1. Landesvorsitzenden. Die frühere stellvertretende Vorsitzende des Deutschen Gewerkschaftsbundes ist SoVD-Vizepräsidentin sowie Mitglied im Sozialpolitischen Ausschuss des SoVD-Bundesverbandes.



Bundesverbandstagung des SoVD in Berlin

Vom 7. bis zum 12. November 2023 findet die 23. ordentliche Bundesverbandstagung des SoVD statt. Veranstaltungsort ist das Hotel Pullmann Berlin Schweizerhof, Budapester Straße 25, 10787 Berlin.

www.sovd.de/service



Betrug am Telefon: wachsam sein und keine Daten an Fremde aushändigen

Im Zweifel lieber auflegen

Betrugsversuche am Telefon sind vielfältig. Die Anrufenden nutzen häufig die Gutgläubigkeit und Hilfsbereitschaft ihrer Opfer aus. Um sich davor zu schützen, hilft es, über die Betrugsmaschen Bescheid zu wissen und das Gespräch zu beenden, sobald Druck aufgebaut wird.

Telefonbetrug ist kein neues Phänomen. Unter Kriminellen ist die Methode, durch Vorspielen falscher Tatsachen Vertrauen zu gewinnen, weit verbreitet. Das Ziel ist immer, an Daten und letzten Endes das Geld der Opfer – häufig Senior*innen – zu kommen.

Die Identitäten, die die Betrüger*innen annehmen, sind dabei vielfältig. Die Bandbreite reicht von Support- oder Datenabgleich-Anrufen unter Missbrauch der Namen großer Unternehmen, bei denen sie etwa eine Vireninfektion des Rechners vorgegaukelt, bis hin zu diversen Einzeltrickvarianten oder angeblichen Rückforderungen der Rentenversicherung. Dazu kommen falsche Gewinne oder Gewinnspiele, sowie Straf- und Kostendrohungen wegen frei erfundener Vergehen, unter Missbrauch der Namen von Behörden oder sogar der Polizei.

Wenn ein völlig unerwarteter Anruf kommt, ist es immer angebracht, etwas Skepsis zu wahren. Angerufene sollten



Foto: highwaystarz / Adobe Stock

Am Telefon gilt: Keine Informationen zur Kreditkarte teilen und keine Überweisungen im Online-Banking autorisieren.

sich keinesfalls verunsichern oder gar einschüchtern lassen, nichts installieren, keine Daten angeben oder bestätigen, keine Überweisungen vornehmen, sondern am besten gleich auflegen. Das nimmt den Betrüger*innen den Wind aus den Segeln, rät Martin Meingast vom Verein „Deutschland sicher im Netz“.

Zugangsdaten zum Online-Banking oder Daten zur Kreditkarte sollte man nie am Telefon weitergeben. Wenn doch Informationen in falsche Hände geraten, sollte man die entsprechenden Unternehmen und seine Bank informieren und die Accounts oder das Bankkonto erst einmal sperren lassen, rät der Experte. *str/dpa*

Studie zeigt niedrigeres Erkrankungsrisiko bei Einsatz von Hörgeräten

Hörgeräte beugen Demenz vor

Nachlassende Sinneswahrnehmungen erhöhen das Risiko, an Demenz zu erkranken. Der rechtzeitige Einsatz von Hörhilfen kann die Gefahr reduzieren, zeigt eine neue Studie. Wichtig sei deshalb auch, dass das Umfeld auf eine beginnende Schwerhörigkeit schnell reagiert.

In der Wissenschaft ist schon länger bekannt, dass Schwerhörigkeit eine Demenzerkrankung begünstigt. Eine neue Studie hat jetzt ergeben, dass Hörgeräte bei vielen älteren Menschen eine Demenz vermeiden können. Im renommierten Fachjournal „The Lancet Public Health“ berichtet ein chinesisches Forschungsteam von seiner Untersuchung.

Es analysierte Daten von 437.704 Menschen im Alter von 40 bis 69 Jahren, die über ihr Hörvermögen Auskunft gaben und anfangs alle noch keine Demenz hatten. Die mittlere Zeit bis zur Kontrolle betrug im Schnitt rund zwölf Jahre. Demnach hatten Menschen mit Schwerhörigkeit ohne Hörgerät ein um 42 Prozent erhöhtes Risiko, eine Demenz zu bekommen. Trugen Schwerhörige dagegen ein Hörgerät, glich das Risiko dem von normal hörenden Menschen.

„Wenn die Sinnesorgane nachlassen, wächst gleichzeitig auch das Risiko für Demenz“, sagt



Foto: Scott Griessel / Adobe Stock

Wenn Angehörige bei Gesprächen nicht mehr folgen können, kann das ein Anzeichen für Schwerhörigkeit sein.

auch Peter Berlit, Neurologe und Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN). Weltweit haben laut DGN rund 50 Millionen Menschen Demenz, davon allein in Deutschland 1,6 Millionen.

Bisher war nicht so klar belegt, dass die Korrektur der Hörprobleme durch Hörhilfen ein erheblicher Beitrag zur De-

menzprävention sein kann. „Das zeigt diese Studie eigentlich sehr schön“, sagte Berlit. Daher sei es besonders ratsam, dem so früh wie möglich entgegenzuwirken.

Vor allem das Umfeld sollte deshalb darauf achten, wenn sich das Hörvermögen von Angehörigen verschlechtert.

str/dpa



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.



Gleich QR-Code scannen und anmelden!

Wechseln Sie zum E-Paper!
 Seit zwei Jahren können sich Mitglieder für den Wechsel zur digitalen SoVD-Zeitung entscheiden. Viele haben dies bereits getan und erhalten ihre Mitgliederzeitung schnell und bequem auf ihr Tablet oder Smartphone. Sie schonen dabei auch unsere Umwelt. Ihr Vorteil: Als E-Paper ist die SoVD-Zeitung schneller bei Ihnen als im Postversand. Zudem enthält das E-Paper alle Landesbeilagen sowie weiterführende Links und Videos in Artikeln.

Foto: Farknot Architect / Adobe Stock

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 Webseite ummelden: www.sovd.de/e-paper

SoVD erkämpft rund 46 Millionen Euro

Neue Rekordsumme: In den Bereichen Rente, Pflege, Bürgergeld, Behinderung und Gesundheit hat der SoVD in Niedersachsen im vergangenen Jahr fast 46 Millionen Euro an einmaligen Nachzahlungen für seine rund 280.000 Mitglieder erstritten. Auch die Beratungen und Verfahren in den Bereichen Wohngeld und Bürgergeld sind massiv gestiegen. Für Niedersachsens größten Sozialverband ein Zeichen dafür, dass die Menschen immer mehr mit finanziellen Problemen zu kämpfen haben.

Immer mehr Menschen kommen in die 50 SoVD-Beratungszentren in ganz Niedersachsen,

weil ihr Geld nicht mehr für die Miete und den Lebensunterhalt reicht. „Seit Beginn des Jahres

verzeichnen wir gerade beim Wohngeld einen großen Ansturm. Die Anzahl der Anträge

hat sich verfünffacht“, erläutert Dirk Swinke, Landesgeschäftsführer des SoVD in Niedersachsen. Das habe zwar unter anderem mit der Wohngeld-Reform zu tun, aber vor allem auch mit den zunehmenden finanziellen Schwierigkeiten der Bürger*innen. „Viele von ihnen kommen zu uns und sind aufgrund der derzeitigen Preissteigerungen verzweifelt, da sie nicht mehr wissen, wie sie ihre Miete zahlen sollen“, ergänzt der SoVD-Landesvorsitzende Bernhard Sackarendt.

ben wurde, dieser Betrag aber für die Betroffenen bei Weitem nicht ausreicht. Hier muss der Gesetzgeber dringend nachbessern, damit Empfänger*innen von Bürgergeld nicht in Armut leben müssen“, fordert Sackarendt. Außerdem dürfe nicht vergessen werden, dass hinter jedem Antrag ein Mensch steckt. „Oft dauert die Bearbeitung beim Wohngeld und auch beim Bürgergeld enorm lange. Das ist für die Betroffenen extrem belastend, weil sie oft nicht wissen, wie sie ihren Alltag finanziell stemmen sollen“, gibt Sackarendt zu bedenken.

Anzahl der Bürgergeld-Anträge verdoppelt

Beim Bürgergeld verzeichnet der SoVD in Niedersachsen ebenfalls enormen Beratungsbedarf. „Auch hier haben sich die Anträge zum Jahresanfang verdoppelt. Zwar enthält das Bürgergeld einige wichtige Neuerungen, die Antragstellung ist aber immer noch sehr kompliziert und für Laien kaum zu bewältigen“, so Swinke weiter. „Hinzu kommt, dass zwar der Regelsatz um 53 Euro angeho-

38.000 Verfahren geführt

Dass es sich für Betroffene lohnen kann, mit ihrem Anliegen zum SoVD zu kommen, zeigt die Summe der erstrittenen Nachzahlungen für 2022: Diese lag bei fast 46 Millionen Euro. Insgesamt hat der Verband über 38.000 Verfahren geführt und konnte in mehr als jedem zweiten Verfahren seinen Mitgliedern zu ihrem Recht verhelfen. /j



Foto: Martin Bargiel

Der SoVD in Niedersachsen berät und unterstützt seine Mitglieder in 50 Beratungszentren im Bundesland bei allen Fragen des Sozialrechts.

**GEMEINSAM
GEGEN EINSAM**

Jeder zehnte Mensch in Deutschland fühlt sich einsam. Die Corona-Pandemie hat das noch einmal sehr verstärkt. Vereinsamung betrifft aber nicht nur Senior*innen, Pflegebedürftige oder Menschen mit Behinderung, sondern immer öfter auch Jugendliche.

Unser Mittel dagegen ist Gemeinsamkeit: Wir reichen den Menschen die Hand, machen ihnen Mut und helfen, wo immer es nötig ist.

Eine Kampagne des SoVD

www.sovd-gemeinsam.de

SOVD

Achim Häfner besucht mit seinen Eulen Pflegeeinrichtungen

Gefiederter Besuch im Heim

Hund und Katze hat fast jeder schon einmal gestreichelt. Eine Eule auf dem Arm zu haben, ist da schon etwas anderes. Dieses Erlebnis ermöglicht ein Falkner aus der Pfalz den Bewohnenden von Pflege- und Altenheimen sowie der Behindertenhilfe.

Dass Tiere auf Bewohnende von Pflegeeinrichtungen eine positive Wirkung haben, ist bekannt. In der Regel denkt man dabei an Hunde, Katzen oder vielleicht ein Alpaka. Eulen erscheinen erst einmal ungewöhnlich. Doch auch die Greifvögel mit den kraftvollen Augen sind für solche Aufgaben geeignet.

Achim Häfner ist als „Falkner der Herzen“ in der Pfalz aktiv. Mit mehreren speziell dafür ausgebildeten Eulen ist er in ganz Deutschland unterwegs und besucht Einrichtungen. Der SoVD konnte bei solch einer Aktion in Berlin dabei sein.

Wenn Achim Häfner mit Schleiereule Emma auf dem Arm in den Raum kommt, ist das Staunen bei den Bewohner*innen groß. Manche haben anfangs Berührungsängste gegenüber den fremden Vögeln. Doch die lassen sich problemlos an ihrem weichen Federkleid streicheln. Für besondere Freude sorgen die



Foto: Sebastian Triesch

Achim Häfner, hier mit Uhu Marga, ist in Alten- und Pflegeheimen und Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen unterwegs.

wenige Wochen alten Küken, die während der Kuschelrunde auch mal auf dem Schoß oder an der Schulter einschlafen.

Während der Falkner Fragen beantwortet und über die faszinierenden Tiere aufklärt, besucht seine Frau Katharina mit einer Eule die bettlägerigen Patient*innen. Auch bei ihnen

sorgt der tierische Besuch für ein Lächeln und Emotionen.

Den Effekt der Tiere bestätigen auch die Beschäftigten. Für sie sei es eine Freude, zu sehen, wie manche Bewohnende im Kontakt mit den Eulen regelrecht aufblühten, erklärt eine Angestellte nach dem Besuch.

Sebastian Triesch

Allergiesaison durch Klimawandel länger als früher

Heuschnupfen betrifft immer mehr Menschen

Juckende Augen, Niesattacken und eine laufende Nase begleiten viele durch den Frühling. Vor allem bei Älteren gibt es mehr Diagnosen. Heuschnupfen sollte schnell erkannt und behandelt werden, um eine Verschlimmerung zu verhindern.

Blauer Himmel, Sonnenschein und die blühende Natur: Was eigentlich nach Frühlingsidylle klingt, führt bei vielen Menschen jedes Jahr wieder zu Beschwerden. Denn mit dem Sprießen der Gräser und Bäume beginnt auch die Heuschnupfensaison.

Immer mehr Menschen reagieren darauf und müssen zu Tabletten oder Nasenspray greifen, ermittelte die Kaufmännische Krankenkasse. Zwischen 2011 und 2021 sei die Zahl der Allergiker*innen um 11,5 Prozent gestiegen.

In der Altersgruppe der 50- bis 59-Jährigen stieg die Zahl der Betroffenen demnach um etwa ein Drittel, bei den 70- bis 74-Jährigen verdoppelte sie sich sogar fast.

Durch den Klimawandel sei die Heuschnupfensaison mittlerweile deutlich länger als früher. Wichtig sei es, einen Heuschnupfen rasch zu erkennen und zu behandeln, warnte die Krankenkasse. Unbehandelt könne Heuschnupfen sich verschlimmern und zu chronischem Asthma führen.



Foto: Sandor Jackal / Adobe Stock

Wenn der Raps blüht gibt es gelbe Felder – für Manche aber auch laufende Nasen.

str/dpa

Anzeige



Ausführung Deutschlandweit

PFLEGEKOMFORT.de

macht das Leben lebenswert

Umbau Wanne zur Dusche an einem Tag
Code: Gratis Brauseset



Bei Pflegegrad bis zu
4000 €
Förderung!

Duschen, Duschkabinen und Duschtrennung aus Glas nach Maß

Wir haben Pflegekomfort Berater in ganz Deutschland und uns ist kein Weg zu weit!

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie eine unserer Ausstellungen oder Webseite. Die Kontaktdaten finden Sie in der Fußzeile.

Frühjahrsaktion!
 Nennen Sie den Code: **"Gratis Brauseset"** und Sie erhalten bei Beauftragung eines Umbaus der Wanne zur Dusche ein Brauseset gratis.

Benroder Str. 12 · 31311 Uetze
Tel. 0800 - 002 40 02

Bühler Str. 77 · 66130 Saarbrücken
Tel. 0681 - 883 88 32

Ausstellung Mo.-Fr. 9.00 - 14.00 Uhr · www.pflegekomfort.de



Tipp für Kinder

Krank? Gesund? Im Körper geht's rund!

Zyttie und Phago sind weiße Blutkörperchen. Sie jagen schädliche Eindringlinge und sind Tag und Nacht mit Aufräumen beschäftigt. Mit ihnen wird es nie langweilig. Denn in deinem Körper passieren ständig neue und spannende Dinge, bei denen ihr Einsatz gefordert ist. Egal, ob es im Hals kratzt oder du Bauchschmerzen hast: Sie finden die Ursache deiner Beschwerden und tun alles dafür, dass du bald wieder gesund bist!

Die Ärztin und Autorin Katja Ludwig erklärt, was in deinem Körper passiert, wenn du krank bist. Und sie gibt Tipps, was du tun kannst, damit es dir besser geht.

Katja Ludwig: Krank? Gesund? In deinem Körper geht's rund! Penguin Junior, 48 Seiten, für Kinder ab fünf Jahren, ISBN: 978-3-328-30071-7, 15 Euro.



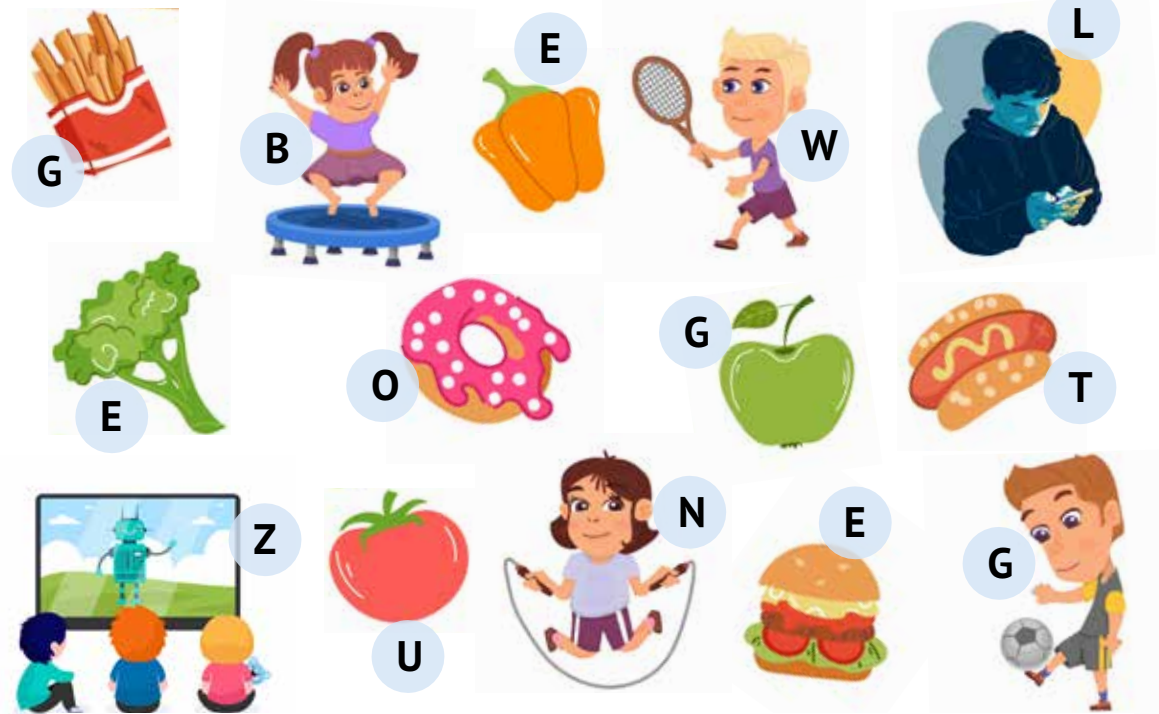
Möchtest du das Buch gewinnen? Dann löse das Rätsel in Rolands Rätselecke. Die Lösung schickst du mit dem Betreff „In deinem Körper geht's rund“ entweder per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.



Rolands Rätselecke

Was hiervon ist gut für dich?

Natürlich ist es in Ordnung, auch einmal ungesunde Sachen zu essen oder auf der faulen Haut zu liegen. Für dieses Rätsel zählen allerdings nur die Buchstaben der Dinge oder Beschäftigungen, die gut für uns sind. Das gesuchte Lösungswort ist etwas, das allen Menschen dabei hilft, gesund zu bleiben.



Grafiken: LadadikArt, PrettyVectors, Sylverarts, PCH.Vector / Adobe Stock; Montage: SoVD

Nicht alles, was einem schmeckt oder was man hin und wieder gerne tut, ist auch wirklich gesund.



Fröhliche Fehlersuche

Spaziergang mit Hund

Hunde freuen sich über ausgedehnte Spaziergänge im Park. Aber Achtung: Auf dem unteren Bild haben sich insgesamt zehn Fehler eingeschlichen – findest du die Unterschiede?

Für die Auflösung blättere einfach weiter zur Seite 18!



Grafik: GabiWolf / Adobe Stock



Voll durchgeblickt

Was steckt hinter dem Vatertag?

Am Vatertag, auch Herren- oder Männertag genannt, stehen die Papas im Mittelpunkt. Das passiert immer an einem Donnerstag, an dem gleichzeitig auch Christi Himmelfahrt ist. Das ist ein wichtiges christliches Fest und deshalb ein Feiertag, an dem die meisten Menschen nicht zur Arbeit gehen müssen. Einige Väter machen daher an diesem Tag einen Ausflug mit einem Bollerwagen oder einer Kutsche. Viele nutzen den freien Tag aber auch, um etwas mit der ganzen Familie zu unternehmen.

Die ursprüngliche Idee zu dem Vatertag hatte die Amerikanerin Sonora Louisa Dodd schon im Jahr 1910. Sie wollte damals vor allem ihrem eigenen Vater eine Freude machen. Dieser hatte sich nämlich nach dem Tod seiner Frau allein um die insgesamt sechs Kinder der Familie gekümmert.

Andere fanden Sonoras Idee so gut, dass sich der Vatertag in den USA schnell durchsetzte. Seit 50 Jahren ist er dort sogar ein offizieller Feiertag, der immer am dritten Sonntag im Juni begangen wird.

Bei uns in Deutschland ist der Vatertag selbst zwar kein Feiertag, fällt aber immer auf den gleichen Termin wie Christi Himmelfahrt. Und weil dieses Kirchenfest immer genau 39 Tage nach dem Ostersonntag stattfindet, fällt somit der Vatertag jedes Jahr auf einen Donnerstag. Ähnlich wie beim Muttertag, der allerdings immer auf einen Sonntag fällt, basteln viele Kinder zu diesem Anlass Geschenke für ihren Papa oder überraschen ihn mit Blumen.



Foto: Andrii IURLOV / Adobe Stock

Ein Tag ausschließlich für Männer: Am 18. Mai ist Vatertag. Dann dreht sich in vielen Familien alles um die Papas.

Himmelfahrt und Vatertag haben eigentlich gar nichts miteinander zu tun. Warum beides am gleichen Tag gefeiert wird, kann niemand mehr so genau sagen. Den freien Tag zumindest nutzten die Männer schon vor über 100 Jahren dazu, um gemeinsam durch die Gegend zu ziehen. Dabei fuhren sie entweder in einer Kutsche oder sie zogen einen Bollerwa-

gen hinter sich her, in dem sie Getränke transportierten. Eine solche Herrenpartie findet in vielen Gegenden Deutschlands noch heute zum Vatertag statt. Einiges an diesem Brauch hat sich jedoch in den letzten Jahren geändert. Immer öfter verbringen Väter den ihnen gewidmeten Tag nicht ausschließlich in einer Männerrunde, sondern lieber mit der ganzen Familie.

Zeitmaschine

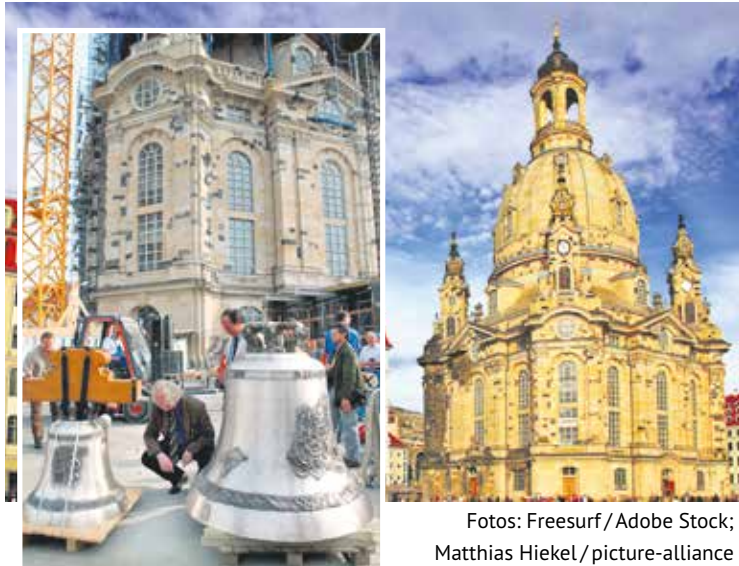
Ein Symbol der Versöhnung

Die 1743 fertiggestellte Frauenkirche prägte als barocker Prachtbau über Jahrhunderte hinweg die Silhouette der Stadt Dresden. Nach der Zerstörung der Kirche am Ende des Zweiten Weltkrieges beließ die DDR die Ruine als ein Mahnmal gegen Krieg und Zerstörung. Nach der Wende jedoch wurden die Rufe nach einem Wiederaufbau immer lauter und zeigten schließlich Wirkung: Am 4. Mai vor 20 Jahren wurden die neuen Glocken der Dresdner Frauenkirche geweiht. Der beeindruckende Sandsteinbau wurde zu einem Symbol der Versöhnung.

Luftangriffe amerikanischer und britischer Bomber sorgten am 13. und 14. Februar 1945 für unermessliches Leiden und unfassbare Verwüstung. Im Zentrum der Stadt Dresden wütete ein Feuersturm, dessen riesige Hitze auch die Frauenkirche zum Einstürzen brachte. An einen Wiederaufbau des Gotteshauses war in den folgenden Jahrzehnten nicht zu denken. Das änderte sich mit dem Fall der Mauer.

Anfang 1990 wandte sich eine Bürgerinitiative mit dem „Ruf aus Dresden“ an die Öffentlichkeit, um über Spenden einen Wiederaufbau zu ermöglichen. In einer internationalen Stiftung sollten hierfür Gelder gesammelt werden. Explizit rief man auch die Siegermächte des Zweiten Weltkrieges auf, sich daran zu beteiligen.

In der Folge gründeten sich bald schon überall auf der Welt Fördervereine, so auch in Groß-



Fotos: Freesurf / Adobe Stock; Matthias Hiekel / picture-alliance

Vor ihrem Einbau wurden die sieben neu gegossenen Glocken der Dresdner Frauenkirche erst einmal gründlich inspiziert.

britannien („Dresden Trust“) und in den USA („Friends for Dresden“). Auch die britische Königsfamilie trug mit ihrem Scherflein aus der Privatschatulle zum

Gedanken der Versöhnung bei. Nach der Weihe der Glocken fanden am 30. Oktober 2005 ein Gottesdienst und ein Festakt zur Fertigstellung der Kirche statt.

Gib's doch gar nicht, oder?

Marmorstein des Anstoßes

Der Bundesstaat Florida liegt im konservativ regierten Süden der USA. Nachdem dort an einer Privatschule im Unterricht ein Bild von Michelangelos Statue „David“ zu sehen war, gingen Eltern auf die Barrikaden. Sie beschwerten sich, man hätte ihre zwölfjährigen Kinder mit Pornografie konfrontiert. Tatsächlich verlor die Leiterin der Schule daraufhin ihren Job.

Er war Maler, Bildhauer, Architekt und Dichter: Michelangelo Buonarroti lebte von 1475 bis 1564 und gilt als einer der bedeutendsten Künstler Italiens. Seine aus einem einzigen Marmorblock geschlagene Figur des David ist die bekannteste Skulptur der Kunstgeschichte. Sie zeigt den Helden kurz vor dem Kampf gegen Goliath. Das biblische Motiv selbst dürfte gerade konservative Eltern nicht



Fotos: Prostock-studio, nicknick_ko / Adobe; Montage: SoVD

Kann ein 500 Jahre alter Marmorpenis heute Heranwachsende moralisch gefährden?

stören. Für einige Väter und Mütter in Florida hat Michelangelos David jedoch offensichtlich einen entscheidenden Makel – er ist schlichtweg zu nackt. Die zuständige Schulbehörde fühlt sich grob missverstanden: Man habe die Leiterin der „Tallahassee Classical



School“ nicht zum Rücktritt gedrängt, weil diese im Kunstunterricht ein Bild der unbekleideten Statue gezeigt habe, sondern weil sie die Eltern zuvor nicht um deren schriftliche Erlaubnis gebeten habe.

Hierzulande sorgt der rechtskonservative Bildersturm in den USA immer wieder für Kopfschütteln. Nach der Abstammungslehre steht nun auch die Kunst in der Kritik. Dabei hat Nacktheit an sich doch nichts mit Pornografie zu tun.

Zu Wort meldete sich auch der Bürgermeister von Florenz, wo der David im Original zu bewundern ist. Er sagte, Kunst sei Zivilisation und wer sie lehre, verdiene Respekt.

Buchtipps

Weite Sicht

Diese Geschichte führt die Schicksale von vier Frauen zusammen. Zu ihnen gehört Gesine, die Hilfe braucht und nicht weiß, wie sie darum bitten soll, ebenso wie Sabine, die einsam ist und sich nicht damit abfindet. Charlotte wiederum stellt nach dem Tod ihres Mannes vieles in Frage, an das sie bisher geglaubt hatte. Die Dänin Bente ist in diesem Quartett der Freigeist. Sie fürchtet, nicht mehr genug Zeit zu haben für das, was ihr das Leben bietet. Als Bente nach vielen Jahren wieder in Hamburg auftaucht, wirbelt sie Charlottes Leben mit ihrer Abenteuerlust gehörig durcheinander.

Vier Frauen, vier Leben. Und doch können sie das, was ihnen die Sicht auf Neues verstellt, nur mit vereinten Kräften zur Seite schieben. Thorsten Pilz schreibt klug und einfühlsam über Menschen, die bei sich ankommen.

Thorsten Pilz: Weite Sicht. Lübbe Belletristik, 286 Seiten, ISBN: 978-3-7857-2837-6, 22 Euro.



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

Denksport

Streichen Sie Kakao, verzichten Sie auf Judo!



Foto: splitov27 / Adobe Stock

Unsere Aufforderung stellt keine grundsätzliche Empfehlung für Ihr weiteres Leben dar. Wenn Sie jedoch bei dieser Denksportaufgabe alle Buchstaben der Wörter Judo und Kakao streichen, dann erhalten Sie einen Sinnspruch, den Sie durchaus beherzigen sollten. Die Auflösung finden Sie wie immer auf Seite 18 dieser Ausgabe.

Buchtipp

Die Nacht der Zugvögel

Nisha träumt davon, ihrer Tochter ein besseres Leben zu ermöglichen. Deshalb verlässt sie ihre geliebte Heimat und arbeitet weit weg als Kindermädchen. Der Preis ist hoch, denn die Sehnsucht nach ihrem Kind droht Nisha fast zu zerreißen. Für ihre Arbeitgeberin Petra wird sie schnell unverzichtbar. Doch trotz der vermeintlichen Nähe macht Petra sich kaum die Mühe, auch den Menschen Nisha mit seinen Ängsten, Sorgen und Hoffnungen kennenzulernen. Erst als Nisha plötzlich verschwindet und Petra schockiert feststellen muss, wie gleichgültig die Polizei darauf reagiert, folgt sie Nishas Spuren. Was sie entdeckt, wird sie selbst und ihr Leben für immer verändern.

In ihrem Buch gibt die Autorin Christy Lefteri den Vergessenen eine Stimme. Dabei scheut sie nicht davor zurück, auch unbequeme Fragen zu stellen.



Christy Lefteri: Die Nacht der Zugvögel. Limes, 416 Seiten, ISBN: 978-3-8090-2752-2, 22 Euro.

Möchten Sie das vorgestellte Buch gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Die Nacht der Zugvögel“ entweder per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.

Hätten Sie's gewusst?

Fleischfressende Tomaten

Ist von einer fleischfressenden Pflanze die Rede, dann denken die meisten Menschen wohl zunächst an ein exotisches Gewächs. Dabei fanden Wissenschaftler*innen des Royal Botanic Gardens in der Nähe von London schon vor einiger Zeit heraus, dass unter anderem auch Tomaten- und Kartoffelpflanzen zu dieser Gattung gehören und für Insekten gefährlich werden können.

Nicht zuletzt aufgrund ihrer Fangblätter zählt die Venusfliegenfalle im Pflanzenreich wohl zu den bekanntesten Fleischfressern. Da gehen Kartoffeln oder auch Tomaten schon sehr viel dezenter zu Werke. Als Mordwerkzeug dienen ihnen klebrige Härchen an ihren Stängeln. Mit diesen machen die sich harmlos gebenden Gewächse kleinen Insekten den Garaus und nutzen die herabgefallenen Tiere als natürlichen Dünger.



Menschen, die sich vegetarisch ernähren, stehen mit dieser Erkenntnis vor einem Dilemma: Ist der Verzehr karnivorer Pflanzen moralisch vertretbar?

Foto: ValentinValkov / Adobe; Zeichnung: JrCasas / Adobe; Montage: SoVD
Von wegen harmlose „Fleischtomate“: Das beliebte Gartengewächs meuchelt Insekten, um an deren Nährstoffe zu gelangen!

Redensarten hinterfragt

Mein Freund und Kupferstecher

„Mein lieber Freund und Kupferstecher!“. Mit dieser Bezeichnung ruft man jemanden mit einem Augenzwinkern zur Ordnung. Die Herkunft dieser Redensart ist nicht zweifelsfrei belegt. Neben dem Handwerk selbst spielte wohl aber auch das unehrenhafte Nachmachen („Abkupfern“) eine Rolle.

Im 16. Jahrhundert galt das Kupferstechen als hohe Kunst. Hierbei wurden existierende Abbildungen oder Schriften auf Kupferplatten übertragen, die sich zum Drucken verwenden ließen. Verschwiegen man dabei den Namen des ursprünglichen Malers beziehungsweise der Malerin, so kupferte man also ab. Im schlimmsten Fall ließ sich diese Kunst auch zum Fälschen von Geldscheinen missbrauchen.



Hinter der Anrede „mein lieber Freund und Kupferstecher“ steckt also möglicherweise eine Mahnung, den Pfad der Tugend nicht zu verlassen.

Foto: franke 182 / Adobe Stock; Kupferstich: Albrecht Dürer
Albrecht Dürer (1471–1528) war für seine Kupferstiche bekannt.

Des Rätsels Lösung

Einzigartige Fische im Ozean (Ausgabe April, Seite 16)
 Einzigartig war der Fisch mit dem Buchstaben „J“.

Streichen Sie Kakao, verzichten Sie auf Judo (Denksport, Seite 17)
 „Sich regen bringt Segen“.

Spaziergang mit Hund (Fehlersuche, Seite 16)
 Die Veränderungen haben wir in dem Bild rot markiert.



Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

Variante: MITTEL

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

Auflösung des Vormonats

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

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. Mai.

Apotheken Umschau – immer besser informiert



Mit Vorbeuge- und Vorsorgethemen



Mit Tipps zur Haustier-Gesundheit



Mit Ratschlägen für eine gesunde Ernährung

JETZT in Ihrer Apotheke!

Lesen, was gesund macht.

Kostenfreie Pflegehilfsmittel für die häusliche Pflege – gleich beantragen!

1. Unterlagen anfordern

2. Antrag ausfüllen

3. Pflegeset erhalten

mein Pflegeset

Bis zu 40€ monatlich

Pflegen Sie einen Angehörigen mit Pflegegrad?

Dann haben Sie einen gesetzlichen Anspruch auf zuzahlungsfreie Pflegehilfsmittel!

Mit einem Pflegegrad (1–5) können Sie sich **Pflegehilfsmittel**, wie z. B. **Einmalhandschuhe**, **Händedesinfektionsmittel** (als Flüssigkeit oder als Gel), **Bettschutzunterlagen**, **FFP2-Masken** und **Einmal-Lätzchen**, im Wert von bis zu 40€ monatlich, erstatten lassen.

Ihre Vorteile im Überblick

- Pflegebedürftige mit Pflegegrad haben Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel gemäß § 40 SGB XI**
- In der Regel übernimmt die Pflegekasse die Kosten des monatlichen Pflegesets zu 100%**
- Keine Vertragsbindung, keine Verpflichtungen**
- Pflegeset jederzeit und individuell anpassbar**
- Wir liefern das gewünschte Pflegeset zuverlässig und versandkostenfrei nach Hause**

Für Rückfragen sind wir jederzeit gerne kostenfrei unter Tel.: 0800 000 83 64 persönlich für Sie da oder per E-Mail an: kontakt@mein-pflegeset.de

Weitere Infos unter: www.mein-pflegeset.de



Feiern und helfen!

Geburtstag, Hochzeit, Jubiläum: Sie möchten feiern und sind selbst wunschlos glücklich? Dann wünschen Sie sich von Ihren Gästen **Spenden statt Geschenke** – und geben Sie damit Kindern weltweit eine bessere Zukunft.



Foto: James Rodriguez / © Kindernothilfe

kinder
not
hilfe



Ich berate Sie gerne persönlich:

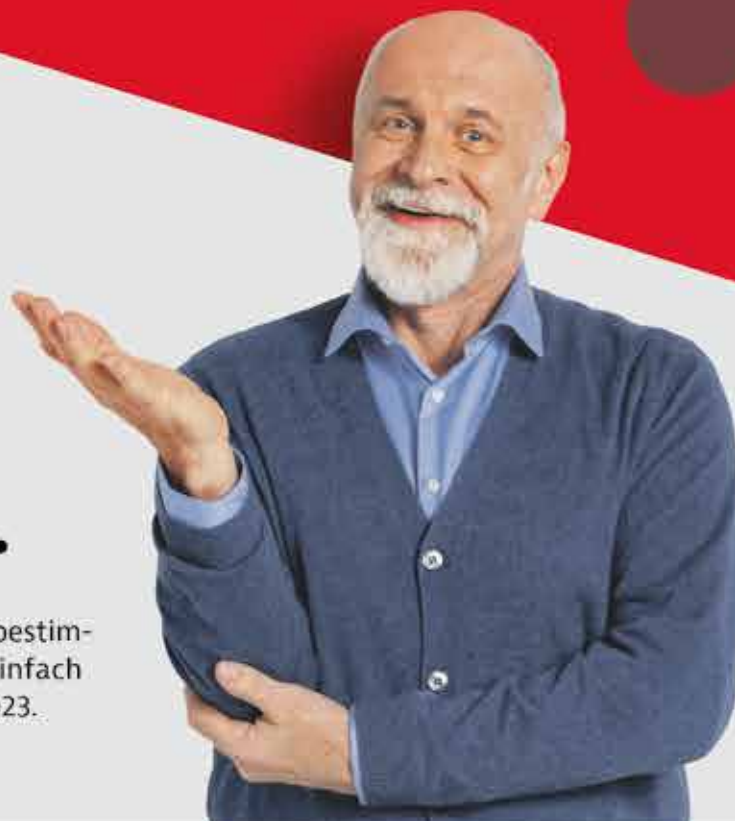
Petra Mühlig
Telefon: 0203 7789-184
E-Mail: petra.muehlig@kindernothilfe.de



www.kindernothilfe.de/spenden-statt-schenken

Man ist nie zu alt, um über seine Zukunft zu entscheiden.

Für eine starke Gemeinschaft: Jetzt mitbestimmen bei Rente und Gesundheit. Ganz einfach mit deinem Kreuz bei der Sozialwahl 2023.
www.sozialwahl.de



Sozialwahl 2023
Für Rente & Gesundheit

Deine Stimme. Deine Wahl.

Naturpark Spessart

**Barrierefrei | Panoramalage | Lift | Hallenbad
Infrarot | Sauna | Dampfbad | Kegelbahn | Biergarten**



Staat. anerk. Erholungsort | 90 km Wanderwege
Livemusik | Grillen | Bingo | Beste Ausflugsmöglichkeiten, viele EZ. **HP ab 62€.** *Prospekt anfr.*

Landhotel Spessartruh, Wiesenerstr.129 | 97833 Frammersbach
Tel. 09355-7443 | Fax -7300, www.landhotel-spessartruh.de

Rhein / Mosel

Fewo Mosel bei Cochem 40,- € / Tag
Schöne Rad- u. Wandermöglichkeiten, Grill- und Liegewiese im Seitental. Bahnstation, WLAN, Sat-TV, C. Kröger · Petersbergstr.12 · 56858 Neef
Tel + Fax 06542-2498 · www.fewo-kroeger.de

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

Mittelmosel ÜF ab 32,- €
Pohl · 54538 Kinheim · Kröverstr.25
Tel. 06532-2592 · www.haussibylle.de

Bayerischer Wald



5 ÜN pro Person ab 345,-
inkl. Halbpension PLUS
mit Frühstücksbuffet, Mittagsimbiss,
Kaffee & Kuchen, abends 3 Gänge-Menü
Gr. Hallenbad 32°C, 6 Saunen, Fitness

Urlaubshotel Binder, Alfred Binder
Freihofer Straße 6, 94124 Büchlberg
Tel. 08505 / 90070, info@hotelbinder.de
www.hotelbinder.de

Harz

Bad Lauterberg FeWo, 50m², 2 Pers. Balkon,
ab 30,-€, Gerlach ☎ **05524 / 80698**

Bad Lauterberg FeWo, Kab.-TV., Sep.-Eing.,
Ruh.Lage, 2 Pers., ab 35,-€/Tag ☎ **05524 / 1630**

Polnische Ostsee

(K)urlaub u.a. Swinemünde, Kolberg
14 Tg., VPL, 20 Anwd., Hausabholung ab 333,-
☎ **05251/390900** JAWA-Reisen.de (GmbH)
Giersstr. 20, 33098 Paderborn

Weserbergland

Hotel-Pension **„Resi“** Inh. Markus Weber
Am Kreuzberg 2
37688 Beverungen
Zim. Du/WC, TV, Radio, Tel., teils Balk., Hallenbad,
Solar-, Liegew.-Terr., Herrliche Rad- und Wanderwege.
So.-Fr. 5x Ü/HP 290€ p.P., 7x Ü/HP 399€ p.P.
Weitere Angebote auf Anfrage.
☎ **05273/1397** · www.hotel-pension-resi.de

Steinhuder Meer, ruhige FeWo. 2 Pers.
Terrasse, Fahrräder. ☎ **05033 6467**

Teutoburger Wald

Bad Salzuflen FeWo an der Promenade,
1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse.
☎ **05222 / 15217** | fewobadsalzuflen@gmail.com

Nord-/ Ostsee

Büsum *** FeWo-2Pers. 38qm/FeWo-4Pers.
50qm, Küche, WoZ., SZ., D-Bad, Balkon,
Garten, Stellplatz, TV uvm. ☎ **0174/6113066**

Urlaub mit dem Hund Nähe Kiel / Ostsee
Ferienhaus, Grundstück eingezäunt, Strand-
nähe ab 75,00€ pro Tag · **Mobil 0170 350 1174**

Haby: 6 km bis Eckernförde, 2 Pers., Balk.,
65€/Nacht inkl. Bettwä., Handtü., End-
reinigung, keine Haust. Jede weitere Pers.
auf Anfrage. ☎ **0151/565 877 00**

Timendorfer Strand. App. für 2 Personen
30 + 45 m² mit Südbalkon, Strand 5 Min.
inkl. Bettw. u. Handtücher · **Tel. 04503 - 5716**

Scharbeutz/Timendorfer Strand - Fewo 49 bis 74,-€
5 Gehm./Strand · Abh. v. Bhf. · **Tel. 04503 - 73 647**

FeWh. in Husum, strandnah, für 2-4 Per-
sonen 50,-€ pro Tag ☎ **04841/63987**
www.jacobs-ferienwohnung.de

Ostsee, Zinnowitz, FeWo. 2-4 Pers., 2 Zi,
56 m², ab 50€ p.T. ☎ **0170/4626601**

Nord-Ostsee-Kanal! Meist befahrene Wasser-
straße der Welt. Fewos. Dachterr. Badese. Hauspr.
☎ **04835/1300**, landhausamgrahof.de

Nordseebad Burhave, FeWo 2P, Hallenbad,
barf. Duschbad, Sauna ☎ **04733 - 9109992**

NORDSEE: 2 NR-Fewos, sep. Eingang, Garage
2 Schlafzimmer, Hausprosp. ☎ **04846/291**

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee-Ferien-
woh. strandnah Garten Hunde willkommen
freie Termine **ab 80 €** ☎ **0174/6882835**

BÜSUM, 3 DZ mit Farb-TV und 1 FeWo.
Kühlschrank, Garten. ☎ **04834/8493**

BÜSUM, **.** Fewo, 1 - 3 Personen,
5 min. z. Strand u. Ortskern, Flachbild-
Kabel-TV, NR, keine Haustiere, ab 29,- €
☎ **04834/2611** · www.haus-corinna.de

Kurz vor Bremerhaven: Ferienwohnung
2-4 P., 50,- die Nacht, Endreinigung 30,-
Bettw. + Handt. vorhanden, mit Poolbenutzung
☎ **0171/2337 304**

BÜSUM, DZ u. EZ, TV, Garten, zentr.
Lage + ÜF 25,- €. ☎ **0160 / 171 44 38**

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

Gesucht & Gefunden

Treppenlift

**Service & Montage
übernimmt
unser Hersteller**

Auch zur Miete

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

**Neu oder
gebraucht**

Rufen Sie uns kostenlos an
0800 - 55 33 112
www.minova-lift.de

Du bist ganz alleine, auch behindert und suchst einen starken, ehrlichen, zuverlässigen Partner für eine feste gute harmonische aufrichtige Beziehung, du bist zw. 25 u. 35 J, eventuell bis 45 J. Ehem. Beamter, selbst auch behindert, möchte Dich gerne kennenlernen, schreibe mir bitte, vielleicht mit Foto, bin 60+ **Chiffre-Nr.: 05-2023-01**

Wem darf ich als xxxx Mensch das „Wir Gefühl“-Zweisamkeit an - bieten, bin leicht behindert, Pensionär, habe keine Altlasten, suche treue, ehrliche, zuverlässige, liebevolle Partnerin zw. 55 u. 65 J., bin sozial-christlich u.a. caritativ eingestellt. **Chiffre-Nr.: 05-2023-02**

Reisetipp

26160 Bad Zwischenahn im Ammerland, Haus Beneke, Hermann-Löns-Str. 10 C
Tel 04403/5283 Gepfl. FEWO 45 m² - 70 m² für 2-4 Pers. Preis 55,- bis 65,- €
Die Wohnungen sind komplett eingerichtet mit Kabel-TV, Bettwäsche und Handtücher. Inh. H. Beneke

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur neun

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

Ansprechpartner:
Agentur Neun GmbH
Sarina Blender
Pforzheimer Straße 132
76275 Ettlingen
Telefon: 07243/5390-123
sarina.blender@agenturneun.de

Kräuterhaus Saint Bernhard

www.kraeuterhaus.de Bestell-Telefon: 073 34/96540



120 Jahre





Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

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.

vegetarisch, glutenfrei, vegan

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



Hyaluronsäure 400mg

Die Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes, der Gelenkflüssigkeit und des Knorpels. Bemerkenswert ist ihre Fähigkeit, große Mengen Wasser an sich zu binden. Jede Kapsel enthält 400mg Hyaluronsäure und 80mg Vitamin C, das zur Kollagenbildung beiträgt.

Best.-Nr. 843 120 Kapseln für 4 Monate **€ 24,50**
ab 3 Packungen **nur € 21,50**

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**

Mariendistel-Kapseln

Nur eine gesunde Leber kann die für die Verdauung wichtige Gallenflüssigkeit bilden. Deshalb haben wir Cholin hinzugefügt, das nachweislich zu einem normalen Fettstoffwechsel und Erhalt einer normalen Leberfunktion beiträgt.

Aktion im Mai 2023!

Best.-Nr. 1811 90 Kapseln für 3 Monate **€ 12,50**
Zu jeder bestellten Packung - eine GRATIS dazu!

Omega-3 Supra-1000mg

Wertvolle Omega-3-Fettsäuren für eine herzgesunde Ernährung plus Folsäure für den Erhalt des normalen Homocysteinspiegels. Jede Kapsel enthält 1000mg Fischöl mit einem besonders hohem Gehalt an Omega-3-Fettsäuren (DHA, EPA) von über 60%.

Best.-Nr. 95 120 Kapseln **€ 15,00**
ab 3 Packungen **nur € 13,50**

Magnesium-400-supra TOP

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**

Gedächtnis-Kapseln mit Ginkgo!

Mit B-Vitaminen, Jod, Zink und Ginkgo-biloba-Extrakt! Wichtig für die Erhaltung von Gedächtnis, Lernfähigkeit und geistiger Fitness ist eine gute Versorgung mit Nährstoffen, die auf die Funktion von Gehirn, Psyche und Nervensystem abgestimmt sind.

Aktion im Mai 2023!

Best.-Nr. 81 180 Kapseln **€ 13,50 11,-**
ab 3 Packungen **nur € 12,00 9,90**

GRATIS-TEST-Bestell-Coupon hier abtrennen, ausfüllen und einsenden!

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 600 Supra-Kapseln, 60 Stück

Zur Unterstützung Ihres Immunsystems!

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

Ich bestelle mit **14-tägigem Rückgaberecht** folgende Artikel:

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96433	Vitamin C 600 Supra-Kapseln	1	GRATIS	

versandkostenfrei

Alle Informationen zu unseren Produkten unter www.kraeuterhaus.de
Informationen zur Datenverarbeitung unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz
sovd230532

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

Bestellung bitte an:
Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abl. 32
73342 Bad Ditzgenbach
Tel.: 073 34/96540
Fax: 073 34/965444
Abteilung 32
www.kraeuterhaus.de

Erholungsreisen mit **KURdirekt**



8 Tage p.P. ab
€ 529,-

2x Eintritt in die Therme 1 inkl.!



15 Tage p.P. ab
€ 699,-

Kur-Anwendungen inkl.!

Thermenspaß in Bad Füssing

Erholung an der Ostseeküste

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 1 sind bequem in wenigen Minuten fußläufig zu erreichen.

Zimmer/Ausstattung: Alle 17 Zimmer des Hotels sind komplett renoviert und modern ausgestattet mit Bad oder Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Radio, Telefon und kleinem Kühlschrank. Die Einzelzimmer sind bei gleicher Ausstattung etwas kleiner. 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.

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 als 1-Gang-Menü im Restaurant "Hofschänke"***
- ✓ 1x Begrüßungsgetränk
- ✓ 2x Eintritt in die Therme 1 pro Woche (Thermalbad, je ca. 3,5 Std.)
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN) in den Zimmern
- ✓ Örtliche Reiseleitung

Mit Zahlung der Kurtaxe vor Ort (ca. € 2,90 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
- Teilnahme am geführten Rad- und Wanderprogramm
- Nutzung des Orts- und Bäderverkehrs gemäß Fahrplan

TERMINE & PREISE 2023 p.P. im DZ

Anreise: montags	8 Tage/ 7 Nächte	Verl.-Woche
A 27.11.23; 04.12.23; 11.12.23*	€ 529,-	€ 329,-
B 30.10.23; 06.11.23; 13.11.23; 20.11.23	€ 599,-	€ 379,-
C 08.05.23; 15.05.23; 22.05.23; 29.05.23; 05.06.23; 12.06.23; 19.06.23	€ 649,-	€ 429,-
D 26.06.23; 03.07.23; 10.07.23; 17.07.23; 24.07.23; 31.07.23; 07.08.23; 14.08.23; 21.08.23; 28.08.23; 04.09.23; 11.09.23; 18.09.23; 25.09.23; 02.10.23; 09.10.23; 16.10.23; 23.10.23	€ 699,-	€ 479,-
Einzelzimmer-Zuschlag pro Woche	€ 105,-	

Hinweise:

- *Bitte erkundigen Sie sich im Restaurant nach den Auswahlkarten für die Halbpension. Öffnungszeiten des Restaurants "Hofschänke": Mo.-Fr.: 17-23 Uhr und Sa.+So.: 11-23 Uhr
- **Letzte Rückreise am 18.12.23.
- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 2,90 p.P./Tag
- > Verlängerung: Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstraße 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

Das Ostseebad Kolberg ist mit sechs Kilometer feinstem Sandstrand das größte Heilbad Polens. Aus morastigen Wiesen in der Umgebung wird das „Kolberger Heilmoor“ gestochen, das eine Reihe von hochwirksamen Stoffen enthält.



IHR HOTEL: 3+ Aparthotel Nad Parseta

Lage: Das moderne Kurhotel liegt an der Altstadt von Kolberg, am Fluss Parsante. Die Strandpromenade erreichen Sie in ca. 30 Gehminuten oder mit dem Shuttlebus (nach vorheriger Anmeldung; gg. kleine Gebühr).

Zimmer/Ausstattung: Die 86 Nichtraucher-Zimmer und -Appartements sind modern mit Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Telefon, Kühlschrank, Wasserkocher, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Balkon und Safe (gg. Gebühr) ausgestattet. Im Hotel Nad Parseta befinden sich zudem eine Rezeption mit Wechselstube, Safevermietung und Bademantelverleih (jeweils gg. Gebühr), drei Lifte, ein Restaurant und eine Bar.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Die Kur-Anwendungen erfolgen in den hauseigenen Behandlungsräumen. Es werden bspw. Moorpackungen, Bäder, Massagen und Inhalationen angeboten. Im Hotel befinden sich darüber hinaus ein kleines Schwimmbad (2 x 5 m, ca. 27°C), Whirlpool, Fitnessraum (kostenlose Nutzung) sowie eine Salzgrotte und eine finnische Sauna (jeweils gg. Gebühr).

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 14x Übernachtung im 3+ Aparthotel Nad Parseta
- ✓ 14x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 14x Abendessen als Buffet
- ✓ 1x Kuchenbuffet pro Woche
- ✓ Ärztliches Eingangsgespräch
- ✓ 3 Kur-Anwendungen pro Werktag* (Mo-Fr) nach ärztlicher Vorgabe
- ✓ Kostenfreie Nutzung von Schwimmbad, Whirlpool und Fitnessraum (außerhalb der Therapiezeiten)
- ✓ Kostenfreie Teilnahme an den Hotel-Veranstaltungen
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
- ✓ Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung
- ✓ Vorteilskarte mit Vergünstigungen in den Geschäften vor Ort
- ✓ 24-Stunden-Notruftelefon
- ✓ Möglichkeit zur Buchung von Ausflügen vor Ort

TERMINE & PREISE 2023 p.P.

Anreise: samstags	15 Tage/14 Nächte im DZ	EZ-Zuschlag
A 28.10.23; 11.11.23	€ 699,-	€ 196,-
B 14.10.23	€ 799,-	€ 196,-
C 13.05.23; 27.05.23; 10.06.23; 24.06.23; 08.07.23; 22.07.23; 05.08.23; 19.08.23; 02.09.23	€ 899,-	€ 196,-

Hinweise:

- *An polnischen Feiertagen entfallen die Kur-Anwendungen ersatzlos.
- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 1,20 p.P./Tag
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
- > 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

Jetzt zum Newsletter anmelden!

Einfach QR-Code scannen, zum Newsletter anmelden und immer die besten Angebote erhalten!



3+ Hotel Dein Franz



Zimmerbeispiel, 3+ Hotel Dein Franz



Eingangsbereich, 3+ Hotel Dein Franz



3+ Aparthotel Nad Parseta



Zimmerbeispiel, 3+ Aparthotel Nad Parseta



Beratung & Buchung:

0800 - 228 42 66

gebührenfrei / Mo.-Fr.: 09-17 Uhr



Online buchbar direkt unter:

www.kurdirekt.de



Pierce Brosnan („James Bond“) ist im Kino in einer Comic-Verfilmung zu sehen

Premiere als Superheld mit Stil

Bevor er sein Schauspielstudium aufnahm, versuchte er sich als Kunstmaler, Straßenmusiker und Feuerschlucker. In dem Film „Black Adam“ ist der ehemalige James-Bond-Darsteller nun erstmals auch als Superheld zu sehen. Am 16. Mai feiert Hollywoodstar Pierce Brosnan seinen 70. Geburtstag.

Bei seinem Vorsprechen für die Rolle des „Batman“ ging er 1989 noch leer aus. Als „Doctor Fate“ kann man den Iren nun auf der großen Leinwand bewundern. Mit einem Schmunzeln gab Pierce Brosnan zu, dass er damit im Kino vermutlich einer der ältesten Superhelden sei.

Auch im wirklichen Leben bemüht sich Brosnan um eine bessere Welt – ganz ohne Superkräfte. Der Vegetarier engagiert sich für den Schutz der Meere und bezeichnete den Einsatz von Klimaschutzaktivistin Greta Thunberg als vorbildlich.



Foto: Vianney Le Caer / Invision / AP / picture alliance

Nicht ohne Grund gilt Pierce Brosnan als einer der bestgekleideten Schauspieler. Dabei zeigt er auch erfolgreich Mut zur Farbe.



Foto: Moritz Geiger / ZDF

Hannes Jaenicke mit der Meeresbiologin Dr. Christine Figgner am Strand von Ostional in Costa Rica mit einer Meeresschildkröte.

Hannes Jaenicke im Einsatz für Meeresschildkröten

Engagiert für Tiere

Schauspieler Hannes Jaenicke engagiert sich seit Langem für den Umweltschutz. Sein neuester Einsatz in der preisgekrönten ZDF-Reihe gilt den Meeresschildkröten.

Bereits seit 150 Millionen Jahren ziehen sie durch die Ozeane des Planeten, überlebten Dinosaurier, Eiszeiten und Naturkatastrophen. Heute aber sind alle verbliebenen Arten der Meeresschildkröten vom Aussterben bedroht. Hannes Jaenicke zeigt, warum die zunehmende Verschmutzung der Weltmeere mit Kunststoffen für die Tiere zu einem existenziellen Problem wurde.

Die Doku „Hannes Jaenicke: Im Einsatz für Meeresschildkröten“ läuft am 9. Mai um 22.15 Uhr im ZDF und ist in der Mediathek verfügbar.

Sängerin Adele belohnte sich für ihre Disziplin

Trotz Diät zu McDonalds

Für den James-Bond-Song „Skyfall“ gewann sie den Oscar. Zuletzt nahm sie rund 45 Kilo ab und verzichtete dennoch nicht auf Fast Food. Am 5. Mai wird die britische Sängerin Adele 35 Jahre alt.

Geboren wurde Adele Laurie Blue Adkins in London. Dort wuchs sie bei ihrer Mutter auf, nachdem der Vater die Familie verlassen hatte.

In verschiedenen Interviews äußerte sich die Sängerin nun zu ihren beeindruckenden Erfolgen beim Abnehmen. Gelungen sei ihr dies durch hartes Training und veränderte Essgewohnheiten. An einem Tag in der Woche, so Adele, erlaube sie sich allerdings einen Besuch im Schnellrestaurant – als kleine Belohnung für ihre Mühe und ihr Durchhalten.



Foto: PicturePerfecta / IMAGO

Adele lebt gesund – und mag Hamburger mit Pommes.

www.sovd.de



Moderatorin Sonja Zietlow war früher Lufthansa-Pilotin an Bord einer Boeing 737

Überfliegerin im Dschungel

Vor ihrer Karriere im Fernsehen saß sie als Erste Offizierin im Cockpit eines Verkehrsflugzeuges. Bereits seit 2004 führt sie durch das RTL-Dschungelcamp „Ich bin ein Star – Holt mich hier raus!“. Am 13. Mai feiert die Moderatorin Sonja Zietlow ihren 55. Geburtstag.

Als Kandidatin der Sendung „Herz ist Trumpf“ wurde Sonja Zietlow fürs Fernsehen entdeckt. In der Hochphase nachmittäglicher Talkshows stand sie für die nach ihr benannte Talkshow „Sonja“ vor der Kamera.

Privat engagiert sich die gebürtige Bonnerin für den Tierschutz. So ist Zietlow unter anderem Schirmherrin des Vereins „Beschützerinstinkte“, den sie selbst mitgegründet hat. Der Förderverein kümmert sich um Hunde, die in Not geraten sind, und fördert die Ausbildung von Therapiehunden.



Foto: Stefan Gregorowius / picture alliance

Gemeinsam mit Daniel Hartwich begab sich Sonja Zietlow auch im letzten Jahr für den Sender RTL in den australischen Dschungel.

Schauspieler Hardy Krüger junior betreibt in Berlin das Café „Fräulein O.“

Die Torten backt er alle selbst

Der Sohn des gleichnamigen Kinostars wuchs im italienischen Teil der Schweiz auf. Bekannt als Darsteller machte ihn dann die ARD-Serie „Gegen den Wind“. Wenn er nicht vor der Kamera steht, rollt er mit Begeisterung den Kuchenteig aus. Am 9. Mai wird Hardy Krüger junior 55 Jahre alt.

Neben der Schauspielerei gilt seine Liebe dem kleinen Café in der Köpenicker Altstadt. Dieses wurde mittlerweile zu einem beliebten Treffpunkt für Jung und Alt. Schon früh am Morgen steht Hardy Krüger jr. dort in der Küche, um seine süßen Köstlichkeiten zuzubereiten.

Für den Star der ZDF-Fernsehserie „Forsthaus Falkenau“ war es nicht immer leicht, aus dem Schatten seines berühmten Vaters zu treten. Vielleicht ist das auch der Grund dafür, dass er sich inzwischen lieber Hardy Daniel Krüger nennen lässt.



Foto: PublicAd / PublicAddress / PB / picture alliance

Zurück zu den eigenen Wurzeln: Als Jugendlicher absolvierte Hardy Krüger jr. in Berlin eine Ausbildung zum Koch.