



Foto: Bernd von Jutrczenka / picture alliance

Das Bürgergeld löst Hartz IV ab; der ursprüngliche Entwurf von Bundesarbeitsminister Hubertus Heil wurde allerdings beschnitten.

Union und Ampelkoalition finden bei den Streitfragen Kompromisse in letzter Minute

Bürgergeld kommt. Mit Abstrichen

Nach zähem politischem Ringen haben die Ampelkoalition und die Union den Weg für das Bürgergeld freigemacht. Kurz vor knapp fanden beide Seiten in den zentralen Streitfragen Kompromisse. Ab 1. Januar 2023 soll Hartz IV Geschichte sein. Millionen Bedürftige können dann mit höheren staatlichen Leistungen rechnen. Der SoVD erkennt die mit der Einigung erzielten Verbesserungen an, vermisst jedoch ein Herzstück des ursprünglichen Entwurfs der Sozialreform.

In den vergangenen Wochen hatte die Union sich gegen entscheidende Punkte des Vorhabens gestellt. Zwar fand der Gesetzentwurf die Mehrheit im Bundestag. Doch Länder unter Regierungsbeteiligung von CDU und CSU blockierten Mitte November die Sozialreform im Bundesrat. Deshalb wurde der Vermittlungsausschuss angerufen. Das Gremium aus Vertreter*innen von Bundestag und Bundesrat zurrte den in letzter Minute erzielten Einigungsvorschlag fest.

Parlament und Länderkammer besiegelten am 25. November das Bürgergeldgesetz.

Höhere Leistungen für Millionen Bedürftige

Ab dem kommenden Jahr steigen die Bezüge von alleinstehenden Leistungsbezieher*innen um 53 Euro auf 502 Euro. Auch in Bedarfsgemeinschaften erhöhen sich die Leistungen. „Es ist wichtig, dass eine Einigung erzielt wurde“, befürwortet SoVD-Vorsitzende Michaela Engelmeier die

Verabschiedung des Bürgergeldgesetzes. „Damit erfolgt ein Ausgleich der Kostensteigerungen, die Armutsbetroffene seit Monaten besonders bitter spüren.“

Der SoVD bewertet es als positiv, dass zentrale Bereiche der Reform trotz massiver Angriffe erhalten werden konnten. So hatten CDU und CSU gefordert, dass Menschen weniger eigenes Vermögen behalten dürfen, wenn sie die staatliche Leistung erhalten. Die Ampel hatte ein Schonver-

Fortsetzung auf Seite 2

Beim Wohngeld Verzögerung

Berechtigte müssen auf Auszahlung warten

Seite 5



Zusammenhalt zeigt sich in der Krise

Mangel und Not – Zeitreise in die Vergangenheit

Seite 3



Jetzt gehen wir nach Karlsruhe!

SoVD und VdK streiten für Erwerbsgeminderte

Seite 4



Josefs Geschenk

Eine Weihnachtsgeschichte

Seite 9



Wortwahl mit Bedacht

Charly Hübner wird 50 Jahre alt

Seite 24



Anzeige



Wenn alles wie von selbst läuft.

Die ERGO Kfz-Versicherung macht das Leben leichter: weil Sie sich um nichts kümmern müssen - und im Ernstfall keine bösen Überraschungen erleben. Denn bei uns sind viele wichtige Leistungen automatisch enthalten.

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

**Wir wünschen allen SoVD-Mitgliedern
und allen Freund*innen unseres Verbandes
eine friedvolle Adventszeit und
ein gesegnetes Weihnachtsfest!**

**Ihr Bundesvorstand und Präsidium
Ihre Vorstandsvorsitzende**

Union und Ampelkoalition finden bei den Streitfragen Kompromisse in letzter Minute

Bürgergeld kommt. Mit Abstrichen

Fortsetzung von Seite 1

mögen von 60.000 Euro geplant. Nun ist ein Betrag von 40.000 Euro für die erste Person einer Bedarfsgemeinschaft und 15.000 Euro für jede weitere festgelegt worden. Es gilt eine Karenzzeit von einem Jahr; die Koalition hatte zwei Jahre gefordert, in der Leistungsbezieher*innen das Ersparte nicht aufbrauchen müssen.

„Die Einführung von Karenzzeiten – wenn auch verändert – ist ein großer Erfolg der Ampelkoalition“, stellt Engelmeier fest. Dies sei ein wichtiges Zeichen für all diejenigen, die neu in den Grundsicherungsbezug rutschen, so die SoVD-Vorstandsvorsitzende. Wenn Eltern kurzfristig ihren Job verlören und das Geld nicht mehr für den Familienunterhalt ausreiche, werde jetzt garantiert: „Ihr habt Zeit, euch um einen neuen Job zu bemühen, und müsst nicht parallel für eure Familien ein neues Zuhause suchen oder euer Erspartes aufbrauchen.“

Dass die Höhe des Schonvermögens reduziert wurde, ist aus Sicht des SoVD ein eher verschmerzbarer Abstrich. „Die sehr

hohen Freibeträge spielen ohnehin im Alltag unserer Mitglieder keine große Rolle. Wir haben in den Beratungsstellen in den seltensten Fällen Menschen sitzen, die so viel Geld auf der hohen Kante haben.“

Vertrauenszeit wäre ein wichtiges Signal gewesen

Ein anderes Zugeständnis an die Union ist den Augen des SoVD hingegen schmerzhafter: Künftig soll es mehr Sanktionen für Grundsicherungsbeziehende geben als ursprünglich geplant. Das hatte die Union mit Vehemenz verlangt.

Die Ampel hatte demgegenüber eine „Vertrauenszeit“ von sechs Monaten vorgesehen, in der Sanktionen nur noch unter bestimmten Bedingungen möglich sein sollten. Diese ist nun komplett gestrichen.

Stattdessen sollen von Anfang an Leistungsminderungen greifen, wenn Arbeitslose sich zum Beispiel nicht für einen Job bewerben, obwohl dies mit dem Jobcenter vereinbart war. „Wir haben beim SoVD ein anderes Menschenbild“, macht Engel-

meier deutlich. „Wir sehen, dass fast jede*r vierte Erwerbsfähige in der Grundsicherung einer Beschäftigung nachgeht und der Lohn trotzdem nicht ausreicht, um den Lebensunterhalt zu sichern. Die sechsmonatige Vertrauenszeit, in der nur Meldesäumnisse hätten sanktioniert werden können, wäre ein deutliches Signal gewesen. Weil sie die Zusammenarbeit auf Augenhöhe zwischen Leistungsberechtigten und Mitarbeitenden in den Jobcentern stärken würde“, führt die Vorstandsvorsitzende weiter aus.

„Als SoVD sind wir deshalb enttäuscht, dass die Vertrauenszeit dem Verhandlungskalkül zum Opfer gefallen ist. Aber das entlarvt einen Teil der Verhandlungen und deren spalterischer Spielchen.“ In einer so existenziellen Krise die Armen gegen die Ärmsten auszuspielen, sei moralisch absolut verwerflich. Und es sei überdies in der Sache wenig nachvollziehbar, da nur bis zu drei Prozent der Leistungsbeziehenden überhaupt sanktioniert würden.

Gleichwohl übersieht der SoVD nicht, dass das neue Stu-



Foto: pressefoto_korb | Micha Korb / picture alliance

Grundsicherungsbeziehende haben ab Januar etwas mehr Geld.

fenmodell bei den Sanktionen eine Verbesserung zur Hartz-IV-Gesetzgebung darstellt.

SoVD mahnt Rückkehr zur sachbezogenen Diskussion

Wesentliche Teile der Reform werden im Übrigen erst zum 1. Juli in Kraft treten: Ab dann sollen die Jobcenter mit jeder und jedem Arbeitslosen einen Kooperationsplan aufstellen, in dem ein Weg zurück zu regulärer Arbeit gezeichnet wird. Bestand hat

somit das Anliegen der Ampelfraktionen, künftig den Wert vor allem auf Qualifizierung und dauerhafte Beschäftigung zu legen, statt Leistungsbezieher*innen in kurzfristige Hilfsjobs zu vermitteln. „Dafür haben wir uns eingesetzt, das heißen wir gut!“, erklärt Engelmeier. Der SoVD mahnt, zur realitätsbezogenen politischen Diskussion zurückzufinden und spaltende Sprachgewalt auf dem Rücken Betroffener zu unterlassen.

Veronica Sina

Hinzuverdienstgrenzen bei Frührente sollen fallen

Arbeiten im Ruhestand?

Beschäftigte, die früher als regulär in den Ruhestand gehen und nebenbei arbeiten, mussten bislang strenge Einkommensgrenzen einhalten. Andernfalls drohte eine Rentenkürzung. Das soll sich bald ändern. Die jährlichen Hinzuverdienstgrenzen bei vorgezogenem Ruhestand sollen fallen.

Im Rahmen einer befristeten Corona-Regelung lag die Hinzuverdienstgrenze 2020 und 2021 bei 46.000 Euro. Ohne die Gesetzesänderung würde sie zum 1. Januar 2023 wieder auf 6.300 Euro sinken. Statt die Ausnahmeregelung zu verlängern, sollen Frührentner*innen künftig nun unbegrenzt hinzuverdienen können. Dem Gesetzentwurf muss der Bundestag noch zustimmen.

Auch für erwerbsgeminderte Rentner*innen soll es Lockerungen geben. Bei voller Erwerbsminderung bleibt demnach ein jährlicher Hinzuverdienst von rund 17.800 Euro anrechnungsfrei. Die Grenze soll jährlich neu festgelegt werden. Der Nebenjob verpflichtet zur Steuererklärung. Menschen, die das reguläre Rentenalter bereits erreicht haben, sind davon nicht betroffen.

Der SoVD betrachtet die geplante Neuregelung zwiespalten. Zwar begrüßt er individuell mögliche Verbesserungen. Doch setzt sich der Verband in erster Linie für die Stärkung der gesetzlichen Rente als Altersversorgung ein. Sie soll den Lebensstandard sichern. Der SoVD befürchtet, dass mit dem Wegfall der Hinzuverdienstgrenzen die Türen für weitere Senkungen des Rentenniveaus geöffnet werden könnten. Dass Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen frühzeitig aus dem Beruf ausscheiden müssen, überhaupt arbeiten müssen, um über die Runden zu kommen, ist aus SoVD-Sicht nicht hinzunehmen. ve



Foto: Stephanie Eichler / Adobe Stock

Viele müssen im Alter hinzuverdienen, weil die Rente nicht reicht.

SoVD kritisiert: Kassen müssen höhere Zusatzbeiträge nicht schriftlich mitteilen

Informationspflicht ausgesetzt

Weil 2023 laut Prognosen 17 Milliarden Euro im Gesundheitsfonds fehlen werden und die Politik dies nur in Bruchteilen aus Steuermitteln auffängt, sind die gesetzlichen Krankenkassen (GKV) flächendeckend zu Erhöhungen des Zusatzbeitrages gezwungen. Im Schnitt soll er um 0,3 Prozentpunkte steigen; von Kasse zu Kasse sind auch stärkere Anhebungen möglich – darüber berichteten wir bereits ausführlich.

Erhöht eine gesetzliche Krankenkasse ihren Zusatzbeitrag, muss sie dies ihren Versicherten rechtzeitig schriftlich mitteilen. Jetzt wurde jedoch die Informationspflicht mit Verweis auf die vorhandenen Sparzwänge ausgesetzt. Lediglich auf ihrer Internetseite und in ihren Magazinen müssen die Krankenkassen darüber unterrichten. Dabei betrifft die Beitragserhöhung 57,3 Millionen Versicherte im Land.

Derzeit liegt der durchschnittliche Zusatzbeitrag bei 1,3 Prozent. Mit dessen Erhöhung um 0,3 Prozent und dem allgemeinen Beitrag von 14,6 Prozent summieren sich die Beiträge auf 16,2 Prozent – so hoch wie noch nie.

Unter anderem der GKV-Spitzenverband fürchtet weitere Zusatzbeiträge. Außerdem sollen die Rücklagen der GKV weiter abgeschmolzen werden, die nichts anderes sind als Versichertenbeiträge.

Der SoVD sieht das hohe Defizit in Kranken- und Pflegeversicherung seit Langem mit großer Sorge. Aus seiner Sicht kann es



Foto: PhotoSG / Adobe Stock

Keine Informationspflicht über erhöhte Zusatzbeiträge? Aus Sicht des SoVD ist dies eine nicht nachvollziehbare Entscheidung.

nicht sein, dass der Bund sich der Rücklagen bedient, um die teure Gesetzgebung der letzten Jahre zu refinanzieren. Dies geht zulasten der Beitragszahlenden, die durch gestiegene Preise und Inflation bereits überlastet sind.

Bitte informieren Sie sich, wie hoch der von Ihrer Kasse erhobene Zusatzbeitrag ist! Entscheiden Sie, ob Ihre Kasse weiterhin die richtige für Sie ist.

Dies hängt auch davon ab, welche Leistungen Sie erwarten. 95 Prozent sind vom Gesetzgeber festgelegt. Aber es gibt feine Unterschiede, die Sie berücksichtigen sollten.

Auf der Internetseite des GKV-Spitzenverbandes, www.gkv-spitzenverband.de, finden Sie alle gesetzlichen Kassen und deren Leistungsspektrum zum Vergleich.

Veronica Sina

Litten Menschen einst unter Inflation und Krieg, kommen nun Versorgungsängste und Energiearmut hinzu

In einer Krise zeigt sich der Zusammenhalt

Vor über einem Jahrhundert führten die Folgen des Ersten Weltkrieges zur Gründung des SoVD. Seither hat der Verband seine Mitglieder durch verschiedene Krisen begleitet. Mit dem Angriff auf die Ukraine kehrten in diesem Jahr die Schrecken des Krieges zurück nach Europa. Gleichzeitig bereiten gestiegene Preise den Menschen zunehmend Sorge. Welche Ausnahmesituationen mussten frühere Generationen bewältigen? Begeben wir uns auf eine Zeitreise in die Vergangenheit.

In wenigen Wochen beginnt das neue Jahr 2023. Genau ein Jahrhundert früher litt Deutschland noch unter den Folgen des Ersten Weltkrieges. Die junge Weimarer Republik stand vor einer immensen Bewährungsprobe. Denn der Staat war im wahrsten Sinne des Wortes pleite. Die Materialschlachten des Krieges hatten nicht nur Millionen von Menschenleben gefordert, sondern auch Werte und Kapital vernichtet.

Deutsches Reich führte einen Krieg „auf Pump“

Das Kaiserreich hatte die enormen Kriegskosten fast ausschließlich über Aneihen finanziert – mit fatalen Folgen. Denn zusätzlich zu diesen Schulden musste Deutschland nun auch die im Versailler Vertrag festgelegten Reparationen bezahlen. Kurzerhand warf der Staat die Notenpresse an, um seinen Verpflichtungen nachkommen zu können. Zu leiden hatte darunter die Bevölkerung: Es gab immer mehr Geld, für das man jedoch immer weniger kaufen konnte. Die Inflation erreichte absurde Ausmaße.

Vor 100 Jahren: Rechnen mit Summen in Milliardenhöhe

Die Regierung brachte eine ausufernde Anzahl von Banknoten in Umlauf, für die es keinen materiellen Gegenwert gab. Geldscheine wurden zu Spielgeld, die Preise explodierten. Im Sommer 1923 etwa kostete ein einzelnes Ei 800 Mark – ein Schnäppchen, denn zum Jahresende musste man dafür bereits 320 Milliarden Mark hinlegen.

Weder die politisch Verantwortlichen noch Wirtschafts-



Foto: akg-images / picture alliance

Zur Zeit der Weimarer Republik führte die hohe Inflation viele Menschen in bittere Armut.

fachleute erkannten damals das eigentliche Problem. Für sie war das Geldrücken eine Folge der Inflation, nicht aber deren Ursache. Heute hat man daraus Lehren gezogen. Zudem sind die Notenbanken inzwischen unabhängige Institutionen und somit vor dem direkten Zugriff von Staaten geschützt.

Reichsbund tritt für die Rechte der Ärmere ein

Mit Einführung der Rentenmark konnten die Menschen in Deutschland Ende 1923 ihr „Spielgeld“ eintauschen. Für eine Billion Papiermark gab es eine Rentenmark. Die Inflation war gebannt. Eine Perspektive bot sich jedoch nur denjenigen, die Sachwerte besaßen, wie etwa Immobilien oder Unternehmen. Ganze Bevölkerungsschichten

dagegen hatten ihr Ersparnis verloren und blieben mittellos zurück. Für ihre Interessen trat der wenige Jahre zuvor gegründete Bund der Kriegsteilnehmer und Kriegsbeschädigten ein, der spätere Reichsbund und heutige SoVD.

Die damals mehr als 800.000 Mitglieder im Verband traten vehement für den Aufbau einer sozialen und solidarischen Gesellschaft ein. Und doch führten die Weltwirtschaftskrise und die spätere Machtübernahme der Nationalsozialisten das Land in die nächste Katastrophe – und in den nächsten Krieg.

Vor 75 Jahren: Not und Mangel nach dem Krieg

Der Zweite Weltkrieg hatte unvorstellbares Leid und maßlose Zerstörung zur Folge. Die Überlebenden standen vor dem Nichts. Ihnen fehlte es an Lebensmitteln und an Rohstoffen. Viele Deutsche behielten sich damals durch Tauschgeschäfte auf dem „schwarzen Markt“ und beschafften sich Brennmaterial, wo immer es ging, sei es durch das Abholzen der verbliebenen Bäume oder durch den „Kohlenklau“ auf Güterzügen.

Zu dieser Zeit des Wiederaufbaus gründete sich der Reichsbund neu und nahm auch seine sozialpolitische Arbeit wieder auf. In den folgenden Jahren erreichte der Verband, gestärkt durch die wachsende Zahl seiner Mitglieder, Leistungsverbesserungen etwa bei der Rentenversicherung oder beim Bundesversorgungsgesetz.

Vor 50 Jahren: Energie als soziale Frage

Neue Sorgen tauchten in den 1970er-Jahren auf, als sich der Ölpreis vervierfachte. Die steigenden Energiepreise trieben die Inflationsrate auf bisher ungekannte Höhen. Im Dezember 1973 lag die Preissteigerung in Deutschland bei rund acht Prozent. Ein kurzer Blick in die Gegenwart: In diesem Jahr lag die Inflationsrate zuletzt bei über zehn Prozent.

Der damalige Bundeskanzler Willy Brandt (SPD) warb für einen „autofreien Sonntag“ und erklärte das Energiesparen quasi zur Bürgerpflicht. Mit der Ölpreiskrise machte man sich somit erstmals Gedanken über eine moderne Energiepolitik. Und trotzdem zeigte sich ein halbes Jahrhundert später



Foto: Serhii Korovayny / n-ost

Die U-Bahnhöfe in ukrainischen Städten dienen den Menschen als Schutz vor russischen Raketenangriffen. Fotos hiervon waren als Aktion auf sonst kommerziell genutzten Plakatwänden in Berliner U-Bahnhöfen zu sehen.

erneut, wie sehr die Menschen noch immer auf Öl und Gas angewiesen sind.

Heute: In Europa herrscht erneut Krieg

Russlands Angriffskrieg auf die Ukraine hatte europaweit steigende Preise für Energie und Lebensmittel zur Folge. Gleichzeitig machte sich die EU seit

Kriegsbeginn immer weniger abhängig von russischem Gas. Und zuletzt kam fast ein Viertel der Elektrizität innerhalb der EU aus Solar- und Windkraft.

Am unmittelbarsten leiden natürlich die Menschen in der Ukraine unter dem Krieg. Seit Februar sind sie regelmäßig Bombenangriffen ausgesetzt. Zuletzt zerstörte Russland gezielt die Wasser- und Stromversorgung in vielen Regionen. Kurz vor dem Winter bahnt sich eine humanitäre Katastrophe an.

Die Kämpfe dauern bereits seit Monaten an. Niemand in Europa sollte deshalb jedoch zur Normalität übergehen. Vor allem die vielen aus dem Kriegsgebiet geflüchteten Menschen sind jetzt auf die Solidarität anderer Länder angewiesen. Denn für sie geht es in erster Linie ums Überleben. Der SoVD hat sich aus seiner Tradition als Verband der Kriegsoffer mit der Resolution „Stoppt das Leiden!“ früh positioniert. Egal, wie weit zurück in die Geschichte wir schauen: Es sind Krisen, in denen sich unser Zusammenhalt und unsere Menschlichkeit zeigen.

Joachim Schöne



Foto: picture alliance

Vor 75 Jahren kehrten die ersten Kriegsgefangenen aus Russland zurück. Für viele andere sollte die Gefangenschaft dagegen noch mehrere Jahre dauern.



Foto: Serhii Korovayny / n-ost

Vor den russischen Angriffen sucht ein älteres Ehepaar in Kiew Schutz in der U-Bahn. Da niemand weiß, wann die nächste Rakete einschlagen wird, bleiben viele Menschen dauerhaft dort.



Foto: Klaus Rose / IMAGO

Vor 50 Jahren bereitete die Ölkrise den Menschen erstmals akute Sorge um die Verfügbarkeit von Energie. Damals wie heute stiegen in der Folge auch die Preise für Lebensmittel und andere Güter.

Energiepreispauschale nun doch auch für Rentner*innen

Zuschuss zum Heizen

Die hohen Energiepreise bereiten vielen Menschen große Sorgen. Nun erhalten auch Rentner*innen einmalig eine Unterstützungsleistung von 300 Euro. Die Zahlung ist bis zum 15. Dezember vorgesehen und erfolgt automatisch. Ein Antrag muss nicht gestellt werden.

Zuvor waren im dritten Entlastungspaket keine Entlastungen für die rund 20 Millionen Rentner*innen vorgesehen gewesen. Der SoVD hatte sich daraufhin in einem offenen Brief an die Spitzen der Regierungsparteien und die zuständigen Ministerien gewandt, um seine Sorge über die Nichtbeachtung auszudrücken. Dass nun zielgerichtet nachgebessert wurde, damit ältere Menschen mit oft niedrigen Alterseinkünften ebenfalls Unterstützung erfahren, ist als ein Erfolg zu werten.

Insgesamt fordert der SoVD noch weiter reichende Entlastungen für Personengruppen mit geringen Einkommen.



Foto: simona / Adobe Stock

Viele ältere Menschen können von ihrer Rente keinen Cent für höhere Energiekosten erübrigen.

Übersichtlicher Zugriff auf Serviceleistungen

Digitale Rentenplattform

Ab Mitte 2023 sollen die Rentenversicherten und die Rentner*innen in Deutschland eine neue digitale Plattform nutzen können. Das Onlineportal werde für alle Bedürfnisse rund um Reha, Rente und Versicherung angeboten, teilte die Rentenversicherung vor Kurzem mit.

Vor allem auf bereits bestehende digitale Serviceleistungen soll die Plattform einen übersichtlichen Zugriff bieten. In einem persönlichen Login-Bereich können Versicherte demnach Anträge stellen. Sie finden darüber hinaus ein persönliches digitales Postfach und eine Feedback-Funktion vor. Weil viele Nutzer*innen ein hohes Alter haben werden, ist darüber hinaus ein Zugriff für Bevollmächtigte geplant.

Ebenfalls im kommenden Jahr soll außerdem die schon vorhandene sogenannte Digitale Rentenübersicht erstmals für größere Personengruppen zugänglich sein. Sie bietet einen Gesamtüberblick über die gesetzliche, betriebliche und private Altersvorsorge. Ab 2024 soll die Online-Übersicht dann allen Interessierten angeboten werden.

dpa/veo

SoVD und VdK streiten nach Bundessozialgericht-Urteil weiter für Erwerbsgeminderte

„Jetzt gehen wir nach Karlsruhe!“

SoVD und VdK kämpfen in einem Musterverfahren Seite an Seite gegen die Benachteiligung von Erwerbsminderungsrentner*innen. Konkret geht es um die Zurechnungszeiten, die zum 1. Januar 2019 erhöht wurden. Dabei wurden die mehr als 1,8 Millionen Menschen, die dann bereits eine Rente bezogen, nicht berücksichtigt. Eine nicht hinnehmbare Ungerechtigkeit, meinen die beiden Verbände.

Nachdem das Bundessozialgericht in Kassel die gemeinsame Revision des SoVD und des VdK zurückgewiesen hat, gehen die Verbände jetzt einen Schritt weiter und rufen das Bundesverfassungsgericht in Karlsruhe an. Sie möchten erreichen, dass Bestandsrentner*innen, die zwischen 2001 und 2019 ihre EM-Rente erhalten haben, mit einer Gleichbehandlung rechnen dür-

fen. Nun muss also das Bundesverfassungsgericht klären, ob die derzeitige Gesetzgebung gegen den Gleichbehandlungsgrundsatz des Grundgesetzes verstößt. Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier sagt dazu: „Auch wenn das Bundessozialgericht uns nicht recht gegeben hat, hoffen wir weiterhin, dass uns die Verfassungsrichter in Karlsruhe zustimmen werden.“

Bei den Musterverfahren geht es originär um Revisionsverfahren einer Klägerin und eines Klägers, die sich benachteiligt sahen. Inzwischen hat der Gesetzgeber nachgebessert und Zuschläge beschlossen. Doch je nach Rentenbeginn zwischen 2001 und 2019 liegen diese ab Juli 2024 bei 4,5 bzw. 7,5 Prozent – aus Sicht von SoVD und VdK zu spät und zu niedrig. *Veronica Sina*

Deutsche Rentenversicherung und Polizei warnen vor besonders dreister Masche

Trickbetrüger wieder unterwegs

Auf besonders abgebrühte Art versuchen derzeit Trickbetrüger*innen, Menschen im Ruhestand Geld zu stehlen. Dabei machen sie sich offenbar zunutze, dass diese sensibel reagieren, wenn es um ihre Renten geht. Schließlich haben sie ein Leben lang für ihre Altersbezüge gearbeitet.

Das Vorgehen an sich ist nicht neu. Kriminelle geben sich als jemand anders aus, um das Vertrauen potenzieller Opfer zu erschleichen oder Druck auf diese auszuüben. Der Möglichkeiten gibt es einige: einen täuschend echt wirkenden Brief, einen unangekündigten Besuch oder einen unerwarteter Anruf.

In den Fällen, die derzeit gehäuft vorkommen, geben sich die Betrüger*innen als Mitarbeitende der Rentenversicherung aus. So versuchen sie, an persönliche Daten, die Bankverbindung oder sogar Bargeld zu kommen.

Vor allem dubiose Anrufe nähmen vielerorts zu, warnen die Deutsche Rentenversicherung Bund und die Polizei. In einigen Fällen werde dabei im Display (deutsch: Anzeige) des Telefons

sogar die Rufnummer der Deutschen Rentenversicherung imitiert. Ältere Menschen, die sich



Foto: Christian Horz / Adobe Stock

Trickbetrüger*innen arbeiten häufig mit dem Telefon.

hierdurch in Sicherheit wiegen sollen, würden dann eindringlich aufgefordert, Geld auf ein fremdes Konto zu überweisen. Die „Begründung“: Es handele sich um Gebühren für die Bearbeitung und Auszahlung von Rentennachzahlungen und vermeintlichen Sonderauslosungen.

Mit Rentenpfändung, -kürzung oder anderen Nachteilen werde gedroht, wenn die Kontaktierten sich weigerten. Die DRV betont, dass ihre Mitarbeitenden in keinem Fall telefonisch dazu auffordern, Geld ins In- oder gar Ausland zu überweisen.

Wer einen solchen Anruf erhält, sollte sich auf nichts dergleichen einlassen. Betroffene können sich an das kostenfreie DRV-Servicetelefon unter Tel: 0800/10 00 48 wenden. *veo*

SoVD im Gespräch



Foto: Bundesministerium der Finanzen / photothek

SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier (re.) suchte den sozialpolitischen Austausch mit Bundesfinanzminister Christian Lindner (Mi.). Auch SoVD-Referentin Anna John war bei dem Gespräch dabei.

Engelmeier im Austausch mit Lindner

Vor Kurzem traf sich SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier auch mit dem Bundesminister für Finanzen, Christian Lindner (MdB, FDP) zum sozialpolitischen Austausch.

Engelmeier berichtete aus Sicht des SoVD, wie es den Menschen angesichts der stetig ansteigenden Inflation und Energiekrise aktuell tatsächlich gehe. Die Anrufe und Anfragen von Mitgliedern und Bürger*innen hätten in den vergangenen Monaten

immer weiter zugenommen. Viele Menschen wüssten nicht mehr, wie sie ihre Rechnungen bezahlen oder den Kühlschrank füllen sollen. Die existenzielle Angst, die tief bis in die Mitte der Gesellschaft reiche, müsse ernst genommen werden, so Engelmeier.

In Bezug auf die Entlastungsmaßnahmen stellte sie dar, dass die Vorschläge der Expert*innen-Kommission rund um die Gaspreispbremse zwar gute Ansätze seien, bei der Umsetzung einer Energiepreispbremse aber auch weitere Heizformen wie Öl und Pellets zu berücksichtigen seien.

Engelmeier sagte auch, dass der SoVD bei der Finanzierung der Entlastungsmaßnah-

men weiterhin dafür eintrete, die Spitzensteuersätze auf 53 Prozent anzuheben und insbesondere auch eine Übergewinnsteuer einzuführen, um die Profiteur*innen der Krise an deren Bewältigung zu beteiligen.

Christian Lindner machte deutlich, dass es mit der FDP in der Regierung keine Anhebung der Spitzensteuersätze oder eine Übergewinnsteuer fernab des Strommarktes geben werde. Die geäußerte Sorge des SoVD, dass stattdessen die Sozialversicherungsbeiträge weiter steigen und in Zukunft jenseits der 40-Prozent-Marke liegen könnten, bestätigte der Bundesfinanzminister hingegen.

2023 steigt die Unterstützung – Berechtigte müssen auf Auszahlung warten

Wohngeld: Verzögerung droht

Im Januar kommt die Wohngeldreform. Damit haben mehr Menschen Anspruch und die Höhe der Unterstützung steigt. Doch aufgrund der erwarteten Überlastung der Ämter werden die Anträge erst später bewilligt. Auszahlungen gibt es daher womöglich erst ab März 2023.

Bundestag und Bundesrat haben die Wohngeldreform und damit die Einführung des sogenannten Wohngeld Plus ab Januar 2023 beschlossen. Mit dem neuen Gesetz wächst die Zahl der Anspruchsberechtigten von derzeit etwa 600.000 auf rund zwei Millionen Haushalte.

Zugleich steigt die Summe, die an Wohngeldbeziehende ausgezahlt wird. Der Wohngeldbetrag erhöht sich 2023 voraussichtlich um durchschnittlich rund 190 Euro pro Monat. Das bedeutet eine Verdoppelung von derzeit im Durchschnitt rund 180 Euro auf dann rund 370 Euro pro Monat.

Der SoVD begrüßt die Ausgestaltung des neuen Wohngeldes. Anlässlich der Vorstellung der Pläne im September stellte die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier fest: „Das neue Wohngeld kommt genau zur richtigen Zeit und erfüllt

unsere Forderungen. Denn schon sehr bald müssen alle ihre Heizungen anschalten. Und Menschen mit niedrigen Einkommen müssen für eine warme Wohnung mehr Geld ausgeben, denn häufig leben sie in schlecht isolierten Wohnungen.“

Bei Anträgen droht lange Bearbeitungszeit

Doch ob die Menschen tatsächlich bereits im Januar von der Leistung profitieren können, ist zweifelhaft. Mehrere Stellen warnen, dass es zu großen Verzögerungen zwischen Antragsstellung und der Bewilligung kommen kann. Wer das Wohngeld ab Januar beantragt, wird es wohl erst später, dafür aber immerhin rückwirkend erhalten. „Es ist anzunehmen, dass die Bearbeitungszeit stärker steigt“, sagte die Bundesbauministerin Klara Geywitz (SPD) ge-

genüber der Bild-Zeitung. Auch Ramona Pop, Vorständin des Bundesverbandes der Verbraucherzentralen, sieht ein solches Szenario kommen. Gegenüber der Welt sagte sie, es drohe zum Jahresanfang ein „Ämter-Chaos, sodass Menschen wochen- oder sogar monatelang auf die Bearbeitung und Auszahlung warten müssten.“

Komplizierter Antrag erschreckt Berechtigte ab

Wohngeld können Menschen mit geringen Einkommen bekommen, die keine Sozialleistungen wie etwa Grundsicherung beziehen. Derzeit sind knapp die Hälfte der Beziehenden Rentner*innen. Um Wohngeld zu bekommen, muss ein Antrag beim entsprechenden Amt gestellt werden. Viele, die Anspruch auf die Leistung hätten, wissen davon gar nichts. Zudem ist der Antrag sehr lang und kompliziert. In vielen Bundesländern ist es dabei nicht möglich, ihn digital auszufüllen und einzureichen.

Eine erste Orientierung bietet der Wohngeldrechner auf der Website des Bundesministeriums für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen. Der ist bisher allerdings noch nicht an die Reform angepasst.

Die Wohngeldreform war auch Thema in der neuesten Ausgabe von „Engelmeier live“. Dabei sagte Michaela Engelmeier: „Es ist wichtig, dass Menschen davon wissen, dass sie es beantragen können. Das Wohngeld ist kein Almosen, es steht den Menschen zu.“ str



Moderator Peter Zernechel mit Henriette Wunderlich und Ingo Schäfer; auf den Monitoren Matthias W. Birkwald.

Talk zur Rentenpolitik

Für viele reicht die Rente trotz eines langen Arbeitslebens nicht zum Leben. Wie das besser werden kann und wie es in anderen Ländern aussieht, waren Themen bei SoVD.TV.

Ende Oktober ging es bei SoVD.TV um die Rentenpolitik und die Anforderungen an eine Reform, um die Rente für die Zukunft fit zu machen. Bei der spannenden Runde mit Matthias W. Birkwald von der Linken, Ingo Schäfer vom DBG und SoVD-Expertin Henriette Wunderlich ging es kenntnisreich unter anderem um die Grenzen der privaten Vorsorge, das nötige Rentenniveau von 53 Prozent und Erfahrungen aus anderen Ländern. Die Sendung ist auf dem Youtube-Kanal des SoVD und unter www.sovd.de abrufbar.



Wechseln Sie zum E-Paper!

Die SoVD-Zeitung als E-Paper kommt direkt ins Postfach – mit allen Beilagen und schneller als gedruckt.



Gleich QR-Code scannen und anmelden!

Fotos: Kaspars Grinvalds, Florian Kunde / Adobe Stock



Foto: pikselstock / Adobe Stock

Im nächsten Jahr gibt es mehr Wohngeld. Davon profitieren auch Rentner*innen.

SoVD im Gespräch



Foto: Wolfgang Borrs

V. li.: Büroleiterin Stefanie Lausch und Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier vom SoVD trafen Bundesgeschäftsführer Sebastian Wegner und Präsidentin Susanna Karawanskij von der Volkssolidarität.

Themenvielfalt mit der Volkssolidarität

SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier stellte sich Susanna Karawanskij und Sebastian Wegner von der Volkssolidarität vor. Präsidentin Karawanskij ist auch Ministerin im Thüringer Ministerium für Infrastruktur und Landwirtschaft (Die Linke). Die Verbände tauschten sich unter anderem über Frauen- und Genderpolitik, Kinderarmut, Wohngeld, die Entlastungspakete, Mobilität und die Forderung nach einem Sozialgipfel aus.



V. li.: Anja Weusthoff vom Bundesvorstand des DGB mit der SoVD-Bundesfrauensprecherin Jutta König und der stellvertretenden Leiterin der Abteilung Sozialpolitik im SoVD, Dr.in Simone Real.

Bündnis diskutiert auf Fachtagung wichtiges Thema

Gerechte Verteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit

Seit Oktober gehört der SoVD dem Bündnis „Sorgearbeit fair teilen“ an. An der Fachtagung „Sorgearbeit – selbstverständlich weiblich? Close the Care Gap!“ des Bündnisses nahm kürzlich auch Bundesfrauensprecherin Jutta König teil.

Eine repräsentative YouGov-Umfrage ergab unlängst, dass drei von vier Deutschen eine gleichmäßige Verteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit zwischen Frauen und Männern befürworten. Dies, so die Befragten, sei ihnen „wichtig“ bis „sehr wichtig“. Die Realität sieht jedoch noch immer anders aus.

Denn in Deutschland leisten Frauen nach wie vor den Großteil unbezahlter Sorgearbeit. Sie sind mehrheitlich für die Erziehung der Kinder verantwortlich und übernehmen Pflege und Hausarbeit. Abgesehen von der Belastung durch die damit verbundene Organisationsarbeit hat dies für sie auf dem Arbeitsmarkt und beim Erwirtschaften eigener Einkünfte bis hin zur Rente erhebliche Nachteile zur Folge. Aber auch Männer bleiben durch die traditionelle Arbeitsteilung unter Druck, das Haupteinkommen für die Familie überwiegend oder alleine zu erwirtschaften.

Mit dieser Situation setzten sich die in dem Bündnis „Sorgearbeit fair teilen“ zusammengeschlossenen Organisationen im November auf einer Fachtagung auseinander. Sie unterstrichen, dass die Politik gefordert sei, Maßnahmen auf den Weg zu bringen, die zu einer Schließung dieser Sorgelücke führen. Dies sei gerade vor dem Hintergrund der Folgen der Corona-Krise dringend notwendig. Denn ohne die geschlechtergerechte Verteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit könne die gesellschaftliche Ungleichheit zwischen den Geschlechtern nicht beseitigt werden. *jos*

Experte warnt: Mädchen sind zunehmend von der Wirklichkeit überfordert

Ohne Mut fehlt Perspektive

Michael Schulte-Markwort ist Kinder- und Jugendpsychiater. Er erlebt es in seiner Praxis verstärkt, dass Heranwachsenden der Mut und damit die Neugier auf das Leben fehlt. Obwohl sie gerade erst ins Leben starten, sind sie erschöpft und ziehen sich zunehmend zurück. Mädchen seien von diesem Phänomen häufiger betroffen als Jungen. Für Schulte-Markwort liegt das auch an fehlenden Vorbildern.

Wie ist es um die Seelen von Kindern bestellt? Mit dieser Frage setzt sich Michael Schulte-Markwort schon seit Langem beruflich auseinander. Anhand von Fallbeispielen schildert er in seinem neuen Buch das Phänomen der „mutlosen Mädchen“.

Zu dieser Gruppe gehört auch die 17-jährige Anna. Sie hat die Schule abgebrochen und sitzt perspektivlos zu Hause. Schulte-Markwort schreibt, die Jugendlichen fühle sich von der Welt da draußen nicht „gelockt“. In dieser sei für sie nichts Anziehendes, Interessantes oder Attraktives zu entdecken. Anna wünscht sich Veränderung, ohne zu wissen, wie diese gelingen könnte. Ihr Therapeut kommt nach vier Jahren zu dem Schluss, dass sich der seelische Zustand des Mädchens am besten mit dem Wort „Mutlosigkeit“ beschreiben lässt.

Situation ist für Mädchen schwieriger als für Jungen

Schulte-Markwort sagt, das Phänomen der Mutlosigkeit gebe es auch bei Jungen – nur eben deutlich seltener. Eine mögliche Erklärung sieht er darin, dass es den Mädchen an Vorbildern mangelt. Das, so der Therapeut, lasse jedoch nicht auf ein liebloses Elternhaus schließen. Vielmehr hielten mutlose Mädchen unserer Gesellschaft insgesamt einen Spiegel vor. Sie möchten nicht so erschöpft werden wie ihre Mütter, die mit den Anforderungen eines Berufes und gleichzeitiger Kinderbetreuung verständlicherweise



Foto: Wordley Calvo Stock / Adobe Stock

Es ist kein Massenphänomen, und doch gibt es eine Gruppe von mehrheitlich Mädchen, die dem Leben mutlos gegenüberstehen.

an ihre Grenzen stoßen. Denn trotz aller Veränderungen hin zu mehr Gleichberechtigung von Mann und Frau trage die Mutter weiterhin die Hauptlast in der Familie.

Die Leidensgeschichte von Anna macht Michael Schulte-Markwort ratlos. Erst spät versteht er, dass Annas Mutlosigkeit nicht die Ursache ihres Zustandes, sondern der Ausdruck ihres Scheiterns ist. Als er dieses Phänomen bei anderen Patientinnen beobachtet, beginnt er darüber zu schreiben.



Michael Schulte-Markwort: Mutlose Mädchen. Ein neues Phänomen besser verstehen. Kösel, 256 Seiten, ISBN: 978-3-466-31177-4, 22 Euro.

Aufgaben zwischen Frauen und Männern fair verteilen

Der Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie hat keinen Ratgeber im klassischen Sinn verfasst, in seinem Buch findet sich keine Patentlösung. Vielmehr regt Schulte-Markwort an, die Last innerhalb der Familie gerechter aufzuteilen. Vor allem aber, so sein Fazit, müssten wir gemeinsam nachdenken, wie wir den Mädchen ihren Mut zurückgeben können. *jos*

SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Treffen von Michaela Engelmeier (SoVD, Mi.) mit Vertreter*innen der Deutschen Rentenversicherung Bund (v. li.): Dr. Reinhold Thiede, Brigitte Groß, Gundula Roßbach und Dr. Dina Frommert.

Planmäßiger Verlauf bei Grundrente

Zu einem Austausch trafen sich Gundula Roßbach, Präsidentin der Deutschen Rentenversicherung Bund, und Michaela Engelmeier, SoVD-Vorstandsvorsitzende, in Berlin. Bei dem Gespräch ging es unter anderem um die Einführung der Grundrente.

Roßbach zufolge sei die Überprüfung der Renten auf die Voraussetzung eines Grundrentenzuschlages mittlerweile planmäßig abgeschlossen. Der

technische Aufwand wie auch der Bedarf an Personal sei jedoch sehr hoch gewesen. Dies habe sich entsprechend auf die Höhe der Verwaltungskosten bei der Grundrente ausgewirkt. Die Prüfung sei auch deshalb positiv verlaufen, weil der Abgleich mit den Finanzämtern mittlerweile sehr gut funktioniere. Bereits innerhalb von drei Tagen würden die Rentenversicherungsträger von dort eine Rückmeldung zum jeweiligen Einkommen erhalten.

Michaela Engelmeier sprach auch die jährliche Renten Anpassung an. Der SoVD erhalte regelmäßig Anfragen, ob die prozentualen Steigerungen nicht durch feste Summe ersetzt werden

könnten, um dadurch niedrige Renten stärker zu berücksichtigen. Es stellte sich heraus, dass die Rentenversicherung diesem Vorschlag, ähnlich wie der SoVD, kritisch gegenübersteht. Denn dadurch würden zwar kleine und Kleinstrenten begünstigt, gerade bei diesen sei das Haushaltseinkommen jedoch nicht selten recht hoch, da dort zum Beispiel eine Beamtenversorgung vorliege. Im Ergebnis herrschte Einvernehmen darüber, dass es im Interesse einer Umverteilung besser wäre, wenn alle Menschen in ein System einzahlten. Dies stützt letztlich die vom SoVD seit Langem geforderte Erwerbstätigenversicherung.



Foto: Robert Kneschke / Adobe Stock

Die Möglichkeit zur telefonischen Krankschreibung ist bis Ende März 2023 verlängert worden. In manchen Bundesländern ist künftig keine Isolation nach einer Corona-Infektion mehr vorgeschrieben.

Isolationspflicht fällt teilweise, Verlängerung der telefonischen Krankschreibung

Neues bei den Corona-Regeln

Seit mehr als zwei Jahren bestimmen die Regeln zur Eindämmung des Coronavirus große Teile des Alltages. Diese haben sich immer wieder geändert. Jetzt kommt es in manchen Bereichen zu weiteren Lockerungen, die aber nicht immer bundesweit einheitlich gelten.

In der Corona-Pandemie ist die befürchtete „Winterwelle“ mit vielen Ansteckungen und belegten Krankenhausbetten bisher ausgeblieben. Statt erneuter Verschärfungen der Corona-Regeln gibt es daher an vielen Stellen Lockerungen. Dabei entsteht allerdings derzeit wieder der föderale „Flickenteppich“ bei den Verordnungen, vor dem oftmals gewarnt wurde.

Unterschiedliche Regeln zur Isolationspflicht

Infektionsschutz ist in vielen Bereichen Ländersache. Und so nutzen mittlerweile mehrere Bundesländer die juristischen Möglichkeiten des Infektionsschutzgesetzes, um die Isolationspflicht aufzuheben oder abzuschwächen. In Bayern, Baden-Württemberg, Schleswig-Holstein, Hessen sowie Rheinland-Pfalz gibt es keine Isolationspflicht mehr. Mit Co-

rona Infizierte müssen in der Öffentlichkeit jedoch Abstand halten – und eine Maske tragen, wo das nicht gewährleistet ist. Nordrhein-Westfalen dagegen hat die Isolationspflicht bei einer Infektion auf fünf Tage verkürzt. Danach kann man das Abkapseln beenden, unabhängig von einem positiven Testergebnis.

Impfpflicht in medizinischen Berufen läuft aus

Die Pflicht zum Nachweis einer Corona-Impfung für Beschäftigte in Pflegediensten, Kliniken oder Praxen war eine der umstrittensten Regelungen zur Pandemiebekämpfung. Praktisch wurde sie kaum durchgesetzt und viele Pflegekräfte konnten auch ohne Impfung weiter arbeiten. Die Impfpflicht wird voraussichtlich nicht verlängert und läuft damit am Ende des Jahres aus.

Krankschreibung per Telefon weiter möglich

Die telefonische Krankschreibung bei leichten Atemwegserkrankungen hat sich bewährt und wird vorerst beibehalten. Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) hat die zuvor bis Ende November befristete Regelung bis Ende März 2023 verlängert. Versicherte, die aufgrund einer leichten Atemwegserkrankung arbeitsunfähig sind, können nach telefonischer Anamnese bis zu sieben Tage krankgeschrieben werden. Möglich ist nach wie vor eine einmalige Ausweitung der telefonischen Krankschreibung um bis zu sieben weitere Tage.

Impfungen nur noch bei Hausärzt*innen

Durch eine Anpassung der Corona-Impfverordnung soll es Impfungen ab 2023 nur noch in Hausarztpraxen geben. *str*

Für den Notfall vorsorgen – Vorsorgetipps im Internet

Stromausfall – was nun?

Wegen der angespannten Lage bei der Energieversorgung könnte es in Deutschland nach Einschätzung des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) in den kommenden Monaten zu regional und zeitlich begrenzten Stromausfällen kommen, die über das bisherige Maß hinausgehen. Zeit, sich ein paar Gedanken zu machen und vorzusorgen.

Ohne Strom wird es schwierig – Telefon, Computer, Herd oder Heizung fallen aus, Züge fahren nicht mehr, Aufzüge stecken fest, das Licht geht aus und mancherorts bleibt sogar das Wasser weg. Die meisten Ausfälle werden schnell behoben. Doch es gibt Ausnahmesituationen, in denen der Strom mehrere Tage lang ausfällt.

Die Ursache von Stromausfällen können nicht nur Energieknappheit oder Naturkatastrophen sein, sondern auch das gezielte, zeitweise Abschalten durch Betreiber, um die Netze zu schützen und die Gesamtversorgung nicht zu gefährden. Das Risiko soll vor allem ab Januar und Februar steigen. Auf der Internetseite des BBK unter bbk-bund.de erfahren Sie, wie Sie Ihren Haushalt ausstatten können, um einige Tage ohne Strom zurechtzukommen – und was Sie während eines etwaigen Ausfalls beachten müssen. *veo*



Foto: Wolfgang Borrs

Viele SoVD-Gliederungen beteiligten sich am Volkstrauertag. Vizepräsidentin Ursula Engelen-Kefer legte einen Kranz nieder.

Kranz für Kriegsoffer

Der jährliche Volkstrauertag, diesmal am 13. November, mahnte wieder zum Frieden – besonders aktuell durch die Schrecken des Ukraine-Krieges. Für den SoVD nahm Vizepräsidentin Prof. Dr. Ursula Engelen-Kefer auch schon am Vortag in Berlin an der Feierlichkeit in der Gedenkstätte Plötzensee teil.

Einsparen soll sich in der Energiekrise auch lohnen – SoVD fordert zudem Einbeziehen anderer Energiearten

Gas- und Strompreisbremse noch für Winter

Mit zwei Preisbremsen will die Bundesregierung steigende Energiepreise mildern: mit einer für leitungsgebundenes Erdgas und Fernwärme und mit einer für Strom. Der SoVD stufte das Konzept schon ein (Titelthema im November). Jetzt berät der Bundestag über die Gesetzentwürfe im Detail.

Preisbremsen, also am Verbrauch orientierte Ausgleichszahlungen, hält der SoVD an sich für gut. Per Gießkannenprinzip erhalten allerdings nicht gezielt Ärmere Geld, die die Teuerungen mehr treffen. Das gilt für Gas wie Strom. Darum fordert der SoVD, umzuverteilen.

Beide Bremsen sollen von März 2023 bis April 2024 gelten. Doch geplant ist beim Gas jetzt, mit der Märzabrechnung die Entlastungsbeträge Januar und Februar anzurechnen.

80 Prozent des Vorjahresverbrauchs kosten dann pro kWh maximal 12 Cent (Gas) – aus SoVD-Sicht noch zu teuer, wie berichtet – und 9,5 Cent (Fernwärme); für Verbrauch darüber gilt der normale Anbieterpreis.

Die Rückwirkung zum Winter begrüßt der SoVD. Dennoch müssen die Bürger*innen erst in Vorleistung gehen. Eine Härtefallregelung dafür ist geplant, aber noch unklar gestaltet. Und es bleibt die Forderung, andere Energiearten einzubeziehen. Öl

etwa wird ebenso rasant teurer.

Auch die Strompreisbremse kommt per Entlastungsbetrag: Haushalte und kleinere Unternehmen, die weniger als 30.000 kWh Strom im Jahr verbrauchen (für andere Kategorien gilt anderes), erhalten 80 Prozent ihres bisherigen Verbrauchs für 40 Cent pro kWh. Die Differenz zum Vertragspreis wird übernommen. Dass nur ein Teil des alten Verbrauchs subventioniert wird, soll Anreiz sein, trotzdem Strom zu sparen – wenn es geht. *ele*



Foto: Valerii / Adobe Stock

Ob Gas oder Strom: Am Verbrauch orientierte Ausgleichszahlungen sollen direkt entlasten, aber auch zum Energiesparen animieren.

Mit dem Rollstuhl nur in die 2. Klasse – trotz Ticket

Bei der Bahn keine Wahl

Ein niedersächsischer Landtagsabgeordneter hat öffentlichkeitswirksam auf eine Diskriminierung von Menschen mit Mobilitätseinschränkungen hingewiesen: Mit seinem Rollstuhl kann er in den meisten Fernzügen nicht in der ersten Klasse mitfahren.

Manche Arbeitgeber stellen Mitarbeitenden, die oft Dienstfahrten machen, ein Jobticket. Dazu gehört Niedersachsens Landtag. Seine Mitglieder erhalten die „NetzCard D“ der Deutschen Bahn, und zwar 1. Klasse. Damit dürfte Constantin Grosch, MdL (SPD), in 75 Landtagsjahren der erste Abgeordnete im Rollstuhl, in Niedersachsen fahren und nach Berlin. Doch er kann nicht, kritisierte er auf Twitter: „Da die @DB_Bahn aber nach wie vor findet, dass Behinderte in niedrige Klassen gehören, werde ich also der einzige niedersächsische Abgeordnete sein, dem dieses Privileg nicht zuteilwird.“ Plätze erster Klasse gebe es für ihn nur im alten ICE 1, der bald aus dem Verkehr geht.

Das löste eine Debatte aus. Viel drehte sich um das Privileg selbst statt um den Ausschluss davon. „Mir geht es nicht um irgendeinen vermeintlichen Komfort in der 1. Klasse, sondern um die Alltagsdiskriminierung gegenüber behinderten Menschen“, stellte Grosch gegenüber dem SoVD klar. „In der 1. Klasse gibt es grundsätzlich keine Plätze für Menschen im Rollstuhl. Selbst wenn ich in der 2. Klasse unterwegs bin, scheitert es oft an der Verfügbarkeit von Plätzen und dem hohen Aufwand in der Organisation vorab.“ Schon vor der Abgeordnetenzeit hatte er auf Barrieren hingewiesen, wie es ebenso der SoVD tut. Diese weitere nun trifft auch Rollifahrende, die kein Jobticket bekommen und nicht in der Politik sind: Sie haben schlicht keine Wahlfreiheit.

Ähnlich ist es bei anderen Anbietern. Die Deutsche Bahn indes betonte, Rollstuhlplätze seien ein „klassenloser Bereich“. Im Nahverkehr ist Barrierefreiheit seit 2022 Pflicht; auch für den Regional- und Fernverkehr muss sie gemäß UN-Konvention kommen. *ele*



Foto: Michalek Fotografie

Seine 1.-Klasse-Bahnkarte kann Constantin Grosch nicht nutzen.

Große Weltspiele 2023 zum ersten Mal in Deutschland

Special Olympics und SoVD für Inklusionssport

Die Special Olympics World Games für Athlet*innen mit geistiger und mehrfacher Behinderung sind 2023 erstmals in Deutschland: vom 17. bis zum 25. Juni in Berlin. Über die Vorbereitungen sprach SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier mit der Präsidentin von Special Olympics Deutschland (SOD), Christiane Krajewski.

SOD ist die deutsche Organisation der größten vom Internationalen Olympischen Komitee (IOC) anerkannten Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Beeinträchtigung. Seit 2018 Spitzenverband im Deutschen Olympischen Sportbund, vertritt SOD die Interessen von 40.000 Aktiven in 30 olympischen Sportarten.

Während der Spiele, nämlich am 24. Juni, findet auch wieder der SoVD-Inklusionslauf statt. Bei dem Treffen von Krajewski und Engelmeier, begleitet von Büroleiterin Stefanie Lausch, ging es daher auch um eine mögliche Einbindung der SoVD-Veranstaltung.

Krajewski informierte zudem über das Thema „Healthy Living“ und den Vorstoß von SOD in die gesundheitliche Betreuung. Über Projekte bilde man Teilhabeberater*innen aus, die die Inklusionsbemühungen des organisierten Sportes vor Ort unterstützen. Deutlich wurde, dass der SoVD und SOD gemeinsam wichtige Themen zur Inklusion bewegen können. Man will in Kontakt bleiben.

Die Special Olympics 2023 werden die größte Multisportveranstaltung in Deutschland seit Olympia 1972. Rund 7.000 Athlet*innen in 190 Delegationen und 26 Sportarten nehmen teil. Über 20.000 ehrenamtliche Helfende begleiten sie. Wer zum „Team Volunteer“ gehören will, meldet sich an auf: www.berlin2023.org unter „Mach Mit“. Fragen stellen kann man per E-Mail an: volunteers@berlin2023.org.

Internationaler Tag der Menschen mit Behinderung: SoVD gibt DBR-Staffelstab weiter

DBR-Veranstaltung zu Barrieren

Der 3. Dezember ist seit 1992 der Internationale Tag der Menschen mit Behinderung. Die diesjährige Welttagsveranstaltung des Deutschen Behindertenrates (DBR) findet am Vortag statt und trägt das Motto einer erfolgreichen SoVD-Kampagne (Landesverbände NRW und Niedersachsen): „Ich bin nicht behindert – ich werde behindert!“. Dabei gibt der SoVD am 2. Dezember auch den DBR-Vorsitz weiter.

Gemeinsam leben, lernen, arbeiten und alt werden: Spätestens, seit Deutschland 2009 die UN-Behindertenrechtskonvention ratifiziert hat, ist Inklusion nicht nur ein Wunsch. Sie ist ein Menschenrecht. Trotzdem stoßen Menschen mit Behinderungen im Alltag noch auf viele Barrieren. An gleichberechtigter Teilhabe hindern etwa defekte Aufzüge, fehlende Blindenleitsysteme, zu wenige barrierefreie Wohnungen und schwer verständliche Informationen.

Zum Welttag der Menschen mit Behinderungen will der DBR auf diese Barrieren aufmerksam machen. Wie Menschen mit verschiedenen Beeinträchtigungen ausgeschlossen werden, zeigen vor allem Videos mit Betroffenen. Zum Abbau der Barrieren und den gesellschaftlichen und politischen Aufgaben gibt es eine Podiumsdiskussion.

Traditionelles Ende bildet die „Staffelstabübergabe“ für die Geschäfte des DBR. Den Stab übergibt die jetzige Sprecherratsvorsitzende, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela



Die DBR-Welttagsveranstaltung ist auf Youtube bei „SoVD.TV“ zu sehen. Am 2. Dezember von 10 bis 12 Uhr wird sie live gestreamt, in Gebärdensprache gedolmetscht und untertitelt unter: <https://youtu.be/sCPCzrAWqcc>. Ein zweiter Stream zeigt sie auch in Leichter Sprache unter: <https://youtu.be/L4vD-3Zmb4>.



Foto: UPD / von Ploetz

Die UPD wird umgestaltet, um Patient*innen wirklich unabhängig zu beraten. Das hieße aber, diese über ihre Verbände zu beteiligen.



Foto: Daniel Kubirski / picture alliance / dpa

Hindernisse, die andere nur stören, können Menschen mit Behinderungen den Alltag erschweren. Der Welttag sensibilisiert dafür.

Engelmeier, für 2023 an das Weibernetz e.V. – „Soziales im Blick“ wird natürlich berichten.

Politischer Austausch und Mitwirkung an Gesetzen

Bis dahin war im Jahr 2022 das DBR-Sekretariat unter Leitung des SoVD an etlichen Themen für das Aktionsbündnis tätig. Es bleibt noch viel zu tun, damit Debatten, Gesetze und Realität rund um Barrierefreiheit, Inklusion und Antidiskriminierung vorankommen; auch in Krisen.

So tagte nicht nur regelmäßig der Arbeitsausschuss, der betonte, Herausforderungen seien nur bewältigbar, wenn alle gemeinsam an Lösungen arbeiten. Auch die AGs, teils neue wie „AGG“ und „Barrierefreie Arztpraxen“, blieben am Ball. Letztere traf zweimal die kassenärztliche Bundesvereinigung, etwa zur Lage Blinder und Sehbehinderter.

Weitere Themen, auch bei Treffen mit der Politik, waren u.a. die Maskenpflicht in Werkstätten für Menschen mit Behinderungen und steigende Lebenshaltungskosten.

Inklusion endlich national und international umsetzen

DBR-Vertretende wirkte zudem bei vielen anderen Terminen für Inklusion mit. So traf sich am 17. November erstmals die neue AG des Familienministeriums, „Inklusives SGB VIII“, zur Kinder- und Jugendhilfe.

Für den 30. November hatte das Institut für Menschenrechte die behindertenpolitischen Verbände zu den 41. Konsultationen der Monitoring-Stelle UN-Behindertenrechtskonvention eingeladen. Am selben Tag bei der NAP-Sitzung (Nationaler Aktionsplan) berichtete das Bundesministerium für Arbeit und Soziales zu Inklusion im Sport.

Reform der Unabhängigen Patientenberatung (UPD)

Laufend nahmen DBR-Verbände zudem Stellung zu Gesetzentwürfen. Dieser kam vom Gesundheitsministerium: Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) bekommt eine neue Organisationsform. Zum 1. Januar 2024 soll sie von einer gGmbH zu einer Stiftung bürgerlichen Rechts werden. Der Spitzenverband Bund der Krankenkassen soll sie errichten, die Satzung Unabhängigkeit sichern. Finanzieren sollen das weiter die Krankenkassen. Am 17. November nahm der DBR an einer Anhörung zum Entwurf teil.

So befürwortet der SoVD eine dauerhafte, staatsferne, unabhängige Struktur. Doch nur ein echter Neustart brächte Vertrauen zurück. Eine Stiftung sei geeignet, aber nur bei Beteiligung von Patientenorganisationen, wie es im Koalitionsvertrag steht. Für eine Neuaufstellung hatten SoVD, VdK und Verbraucherzentrale schon im März gemeinsam einen Vorschlag gemacht. *ele*

Josefs Geschenk

von Ewald Arenz

„Einen Augenblick, Jungs“, hallte es durch die nachtdunkle, nur von einem funkelnden Stern schwach beleuchtete Wüste, „wartet mal kurz.“ Die kleine Karawane kam zum Stehen. Eines der Kamele schnaubte durch die Nüstern, und die beiden anderen Reiter warfen sich einen resignierten Blick zu, bevor sie sich umdrehten.

„Hör mal“, sagte einer der beiden und gab sich Mühe, nicht genervt zu klingen, „wir haben den Palast erst vor zwei Stunden verlassen. Du hättest einfach nicht so viel trinken sollen. Wie oft haben wir jetzt schon ...“

„Das ist es nicht“, kam die Stimme gedämpft, und man hörte hektisches Rascheln und Kramen, „ich halte es noch aus. Aber ich ... äh ... ich kann das Geschenk nicht finden.“

Stille. Erst überraschte, dann ungläubige Stille in der kühlen Wüstennacht.

„Was meinst du mit: Ich kann das Geschenk nicht finden?“, fragte der erste Reiter fassungslos, „was soll das heißen: Ich kann das Geschenk nicht finden?“

„Ich bin absolut sicher, dass ich es eingepackt habe“, kam es aufgeregt von hinten, „und jetzt ist es weg. Nur der Ziegenkäse ist da.“

„Ziegenkäse!“, sagte der zweite Reiter und bemühte sich, die Be-

herrschung nicht zu verlieren, „Ziegenkäse! Kannst du dir auch nur annähernd vorstellen, was für eine Presse wir haben werden, wenn wir mit Ziegenkäse ankommen?“ Er deutete auf den schwach funkelnden Stern, und in seine Stimme kam nun doch ein Hauch von Sarkasmus. „Hast du auch nur die geringste Ahnung, was die Leute sagen werden, wenn es heißt: Und sie folgten dem Stern und kamen an das Haus und fanden das Kindlein mit seiner Mutter Maria und taten ihre Schätze auf und siehe, es waren Weihrauch, Myrrhe und Ziegenkäse? Ich, mein Lieber, habe den Weihrauch. Balthasar hat die Myrrhe. Seit Wochen sind wir unterwegs, und wir haben alles noch im Gepäck. Was ist eigentlich los mit dir?“

„Ziegenkäse ist nichts Schlechtes“, verteidigte sich Caspar hitzig, „ich mag Ziegenkäse. Ziegenkäse ist gesund.“

„Nicht für einen Säugling, der eine Woche alt ist!“, knirschte Melchior. „Wo ist das Kyphi?“

„Vielleicht habe ich es bei Herodes im Palast liegen lassen“, überlegte Caspar, „können wir noch mal umkehren?“

Balthasar sagte höhnisch: „Wenn du es bei Herodes hast liegen lassen, hat es sich längst in Rauch aufgelöst. Jeder weiß, dass Herodes Räucherwerk über alles liebt. Warum wohl? Dieses Kyphi ist ja auch nur das teuerste, das jemals gemischt wurde. Teurer als Weih-

rauch und Myrrhe zusammen! Und wo kriegst du um diese Jahreszeit Kalmus und Honig her? Ganz abgesehen von der Myrrhe, die du ja dann auch noch brauchst? Meine kriegst du jedenfalls nicht. Was machen wir jetzt? Wir können ja schlecht den Ziegenkäse verbrennen!“

Caspar stammelte verlegen: „Meint ihr nicht, dass zwei Geschenke vielleicht reichen ... also, es ist doch nur ein Kind ... und wir haben ja immerhin den ganzen Weg auf uns genommen ...“

„Drei!“, sagten Melchior und Balthasar eisig, „die heilige Zahl ist drei. Dreieinigkeit. Drei Weise. Drei Geschenke. Nicht zwei. Drei. Und jetzt überleg dir was!“

Die beiden drehten sich um und ritten weiter. Caspar kramte weiter in seinen Beuteln, fand aber nichts. Dann fasste er nach seiner Börse.

„Na gut“, murmelte er, „Geld kann man ja immer schenken. Ist vielleicht nicht heilig, und verbrennen kann man es auch nicht, aber immerhin ist es Gold!“

Er sprang auf sein Kamel und hatte die beiden anderen kurz vor dem Stall eingeholt.

„Und?“, fragte Melchior, während Balthasar bloß die Brauen fragend hochzog. Caspar wies auf das Beutelchen Gold. Die beiden anderen drehten die Augen zum Himmel, aber da öffnete sich schon die Stalltür, und warmes

Licht strömte heraus. Die drei traten ein, knieten vor der Krippe nieder und berührten schließlich mit der Stirn den Boden vor Maria, als sie ihre Geschenke ausbreiteten. Maria lächelte, und Caspar atmete erleichtert auf. Aber dann sah er Josef, der Weihrauch, Myrrhe und Gold ein wenig gequält musterte. Melchior und Balthasar sahen Caspar streng an. Caspar senkte den Kopf und murmelte: „Tut mir leid wegen des Goldes. Wirklich.“

„Nein, nein“, sagte Josef höflich, „ist schon in Ordnung ... ich meine, Gold ist toll. Nur ... es ist jetzt schon eine Woche her, dass die Hirten da waren, und wir ... na ja ... vor allem ich ...“

Maria sah die drei Weisen um Verzeihung bittend an. „Josef“, erklärte sie nachsichtig, „ist recht weltlich. Er hat Hunger!“

In Caspars Gesicht breitete sich ein breites, erleichtertes Grinsen unverfälschten Glücks aus, und er stand langsam auf.

„Da“, sagte er fröhlich, „kann ich helfen!“

Zwei Augenblicke später standen Caspar und Josef glücklich kauend neben Caspars Kamel vor dem Stall.

„Ziegenkäse“, sagte Josef mit vollem Mund, „mag ich wirklich gern.“

Und über dem Stall funkelte der Stern hell und freundlich.



Diese Geschichte stammt aus dem Buch „Plötzlich Bescherung“ von Ewald Arenz, erschienen im Verlag ars vivendi, ISBN: 978-3-7472-0435-1, 20 Euro.



SoVD im Gespräch mit Ministerpräsident Weil

Gemeinsam mit Michaela Engelmeier, der neuen Vorstandsvorsitzenden des SoVD, haben der SoVD-Landesvorsitzende Bernhard Sackarendt und Landesgeschäftsführer Dirk Swinke dem Ministerpräsidenten Stephan Weil einen Antrittsbesuch abgestattet. Neben den dringend notwendigen finanziellen Entlastungen für die Bürger*innen standen auch die Themen Pflege und Wohnen auf der Agenda des Gespräches. Aus Sicht des niedersächsischen SoVD gehen die Planungen der neuen Landesregierung dabei nicht weit genug.

Inflation, steigende Energiepreise und hohe Mietkosten: Die Belastungen der Bürger*innen in Niedersachsen steigen derzeit enorm. Beim Austausch mit Niedersachsens frisch wiedergewähltem Ministerpräsidenten Stephan Weil nutzten die SoVD-Vertreter*innen deshalb die Gelegenheit, um über die Probleme zu diskutieren.

„Aus unserer täglichen Sozialberatung wissen wir ganz genau, wo bei den Menschen der Schuh drückt. Viele von ihnen haben große finanzielle Sorgen und wissen nicht, wie sie ihre Nebenkosten oder die Miete zahlen sollen“, erläuterte der Landesvorsitzende Bernhard Sackarendt. „Die Entlastungen müssen deshalb schnell voran-

getrieben werden. Es darf nicht noch mehr Zeit verstreichen“, ergänzte Landesgeschäftsführer Dirk Swinke. Auch die Problematik der explodierenden Pflegeheimkosten und der Wohnungsbau waren Thema des Gespräches. Hier gehen Niedersachsens größtem Sozialverband die Pläne der neuen Landesregierung nicht weit ge-

nug. Die SoVD-Vertreter*innen appellierten zudem an den Ministerpräsidenten, schnelle Regelungen des Bundes auch über Niedersachsens Einfluss im Bundesrat herbeizuführen.

Ministerpräsident Stephan Weil gratulierte der neuen Vorstandsvorsitzenden und bedankte sich für den guten Austausch: „Die Arbeit des SoVD

ist für die niedersächsischen Bürgerinnen und Bürger unerlässlich. Wir stehen angesichts der Energiekrise und der Inflation vor großen gesellschaftlichen Herausforderungen. Insbesondere die Themen Wohnen und Pflege werden Schwerpunkte in dieser Legislatur sein, damit wir weitreichende und unbürokratische Entlastungen für die Menschen erreichen. Das bereits vor der Landtagswahl angekündigte niedersächsische Entlastungspaket mit einem Volumen von fast einer Milliarde Euro haben wir heute im Kabinett auf den Weg gebracht.

Außerdem wird die neue Landesregierung mit der Schaffung einer gemeinnützigen Landeswohnungsgesellschaft und dem Landesprogramm gegen Obdach- und Wohnungslosigkeit dafür sorgen, dass es mehr bezahlbaren Wohnraum gibt. Die Konzentrierte Aktion Pflege führen wir gemeinsam mit dem SoVD fort und sind im engen Austausch bei der Umsetzung des Niedersächsischen Pflegegesetzes. Wir werden außerdem den niedersächsischen Vorsitz der Ministerpräsidentenkonferenz nutzen, um die Themen Wohnen und Pflege noch stärker auf Agenda zu bringen.“ *sj*



Foto: Lea Karrasch

Antrittsbesuch in Hannover: Mit dem kürzlich wiedergewählten niedersächsischen Ministerpräsidenten Stephan Weil (2. v. li.) sprachen Michaela Engelmeier (2. v. re.), Bernhard Sackarendt (re.) und Dirk Swinke.

Kleiner Einsatz, große Wirkung: Hinterlassen Sie bleibenden Eindruck!

Ob praktische Helferlein im Alltag, Streuartikel für Ihren Messestand oder kleine Präsente für Technik-Freunde – in unserem Werbemittel-Shop finden Sie viele Artikel, mit denen Sie Ihre ehrenamtliche Arbeit unterstützen oder einfach anderen eine Freude machen können. Damit bleiben Sie in Erinnerung, denn – über ein kleines Geschenk freut sich jeder!



Schauen Sie vorbei, und entdecken Sie die Werbemittelwelt des SoVD:

www.sovd-shop.de

SOVD

SOVD

Mehrgenerationenhäuser bieten einen Ausweg aus der Isolation und ermöglichen soziale Teilhabe

Orte des Miteinanders und der Begegnung

In Mehrgenerationenhäusern begegnen sich ganz unterschiedliche Menschen. Sie setzen sich in der Nachbarschaft für gesellschaftlichen Zusammenhalt ein. An diesem Austausch sind alle Generationen beteiligt. Teilhabe und die Möglichkeit, sich zu engagieren und mitzugestalten, stehen im Mittelpunkt. Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier ist davon überzeugt, dass Mehrgenerationenhäuser der Einsamkeit von Menschen gezielt entgegenwirken können.

Das Bundesprogramm „Mehrgenerationenhaus. Miteinander – füreinander“ fördert bundesweit rund 530 Mehrgenerationenhäuser. In erster Linie will die Bundesregierung dadurch gleichwertige Lebensverhältnisse in ganz Deutschland schaffen. Aber dabei steht jede Kommune vor einer etwas anderen Herausforderung. Um diese meistern zu können und jeweils passende Lösungen zu entwickeln, entscheiden die

Häuser selbst, welche Schwerpunkte sie in ihrer Arbeit setzen möchten.

Zu den möglichen Bereichen zählen zum Beispiel die Vereinbarkeit von Familie und Pflege, die Integration von Menschen mit Migrations- und Fluchtgeschichte, Demokratieförderung, digitale Bildung oder ökologische Nachhaltigkeit.

Unabhängig davon, welchen Schwerpunkten sich ein einzelnes Mehrgenerationenhaus widmet, gehören generationenübergreifende Arbeit, Teilhabe, Sozialraumorientierung und freiwilliges Engagement zu den Aufgaben, die es mit allen anderen Häusern gemeinsam hat.

Ganz gleich, ob im ländlichen oder städtischen Raum: Die Häuser tragen mit ihrer Arbeit zu einem attraktiven Wohn- und

Lebensumfeld bei und leisten einen wichtigen Beitrag, damit die Menschen sich in ihren Kommunen wohl und unterstützt fühlen. Genau diese Funktion der Mehrgenerationenhäuser könnte nach Ansicht der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier angesichts der zunehmenden Armut im Land bald immer wichtiger werden.

Wer nur noch an das Bezahlen der nächsten Rechnung denke, fühle sich abgehängt

und einsam – für soziale Teilhabe bestehe dann meistens kein Spielraum mehr. Genau das findet Engelmeier fatal: „Wir müssen dafür sorgen, dass es weiterhin kostenfreie Begegnungsorte für die Menschen gibt, um in Kontakt mit anderen Menschen bleiben und am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Dafür können Mehrgenerationenhäuser eine ganz wichtige Rolle spielen.“



Foto: Irina Schmidt/Adobe Stock

Der Name ist Programm: Mehrgenerationenhäuser stehen für die Begegnung und den Austausch unterschiedlicher Altersgruppen.

Einsamkeit, so die SoVD-Vorstandsvorsitzende, sei leider häufig auch ein Symptom von Armut. Mehrgenerationenhäuser könnten da in vielerlei Hinsicht Abhilfe schaffen. Engelmeier sagte:

„Da sind ältere Menschen mit Zeit, die bei der Kinderbetreuung mal aushelfen können. Und da sind die Jüngeren, die vielleicht dabei unterstützen, wenn in der Wohnung der Älteren Reparaturaufgaben an-

stehen oder ein Einkauf im Supermarkt erledigt werden muss. Aus Gemeinschaft kann so viel Gutes entstehen.“

Doch natürlich wirken nicht allein Mehrgenerationenhäuser

einer sozialen Isolation entgegen. Davon unabhängig bleiben auch

beim SoVD die Türen weiterhin offen für alle, die Unterstützung brauchen oder aber einfach die Gemeinschaft im Verband erleben wollen. *jos*

Info

Wollen Sie sich über das Bundesprogramm Mehrgenerationenhaus des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ausführlich informieren? Dann gehen Sie online auf: www.mehrgenerationenhaeuser.de.

Wir brauchen weiterhin kostenfreie Orte der Begegnung

Jüngere können helfen, wenn ein Einkauf erledigt werden muss

Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung nur noch elektronisch

„Gelber Schein“ über die Krankenkasse

Eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (AU) müssen Arbeitnehmende ab 2023 dem Arbeitgeber bzw. der Arbeitgeberin nicht mehr vorlegen – das geschieht ab kommendem Jahr auf elektronischem Wege. Auf einen AU-Ausdruck für sich selbst sollten sie weiter bestehen.

Arbeitgeber*innen erhalten ab Januar 2023 die Daten zur Arbeitsunfähigkeit ihrer Angestellten von den Krankenkassen nur noch elektronisch. Damit ändert sich die Krankmeldung auch für Arbeitnehmende. Bislang waren Arbeitnehmer*innen verpflichtet, bei ihrem Betrieb spätestens ab dem vierten Tag einer Arbeitsunfähigkeit eine sogenannte AU-Bescheinigung ihres Arztes oder ihrer Ärztin vorzulegen.

Umgangssprachlich wird hier von der Krankschreibung gesprochen. Neu ist nun: Die Verpflichtung zur Vorlage der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung in Papierform fällt ab dem 1. Januar. Das gilt für gesetzlich Versicherte, nicht aber für privat Versicherte.

Beim neuen eAU-Verfahren (e = elektronische, AU = Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung) übermitteln Praxen noch am Tag des Praxisbesuches die Bescheinigung elektronisch an die Krankenkasse. Das Verfahren müssen alle Vertragsärzt*innen, Vertragszahnärzt*innen und Vertragskrankenhäuser anwenden. Ab dem 1. Januar 2023 erhält dann auch der Arbeitgeber die AU-Daten elektronisch von der Krankenkasse.

Es gibt aber auch Ausnahmen. So sind Privatärzt*innen, Ärzt*innen im Ausland, Rehabilitationseinrichtungen und Physio- sowie Psychotherapeut*innen noch nicht an dem neuen Verfahren beteiligt.

Für ihre eigenen Unterlagen erhalten Beschäftigte auch weiterhin wie gewohnt eine Version auf Papier. Sie bleibt wichtig für den Fall, dass der Arbeitgeber oder die Arbeitgeberin die Arbeitsunfähigkeit anzweifelt. *veo*

Am 5. Dezember ist Tag des Ehrenamtes – unermesslicher Wert für die Gesellschaft

Einsatz für das Gemeinwohl

Viele Millionen Menschen in Deutschland engagieren sich ehrenamtlich. Wie viele es tatsächlich sind, ist unklar – die Schätzungen gehen teilweise deutlich auseinander. Ehrenamtliche Tätigkeit ist eine starke Schulter, ohne die unsere Gesellschaft in der uns bekannten Form nicht möglich wäre.

Ob bei der freiwilligen Feuerwehr, als Übungsleiter*in in Sportvereinen, als Lesepat*in oder als Betreuer*in alter und kranker Menschen – die Aufgaben, die ehrenamtliche Helfer*innen übernehmen, sind gemeinwohlorientiert. Auch der SoVD lebt vor Ort und in den Gliederungen vor allem vom unermüdlichen Einsatz füreinander.

Was vielen gar nicht so bewusst ist: Neben der gesellschaftlichen Bedeutung kommt dem Ehrenamt auch eine wirtschaftliche Komponente zu. Schätzungen des Deutschen Zentrums für Altersfragen gehen etwa davon aus, dass alleine die Einzelbetreuung einen wirtschaftlichen Wert von mehreren Milliarden Euro im Jahr hat.

Am 5. Dezember findet wieder der Internationale Tag des Ehrenamtes statt. Der Gedenk- und Aktionstag hat die Anerkennung und Förderung ehrenamtlichen Engagements zum Ziel. Der Tag wurde 1985 von den Vereinten Nationen (UN) beschlossen und



Foto: Mediteraneo/Adobe Stock

Repräsentative Befragungen belegen, dass sich rund 40 Prozent der Menschen in Deutschland freiwillig engagieren.

fand 1986 erstmals international statt. Damit ersetzte er den zuvor in Deutschland am 2. Dezember begangenen Tag des Ehrenamtes. Am Internationalen Tag des Ehrenamtes wird hierzulande der Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland an besonders engagierte Personen vergeben. Für sein langjähriges Engage-

ment für Obdachlose soll dieses Jahr der Berliner Schlagersänger Frank Zander von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier persönlich ausgezeichnet werden. Nachdem der 80-Jährige schon 2002 das Verdienstkreuz am Bande erhalten hatte, steht nun mit dem Verdienstkreuz 1. Klasse die nächste Stufe an. *veo*

 **Zeitmaschine**

Und es hat „Bumm“ gemacht

Cornelia Füllkrug-Weitzel war lange Zeit Präsidentin von Brot für die Welt. Sie sagte: „Der Spaß, den ein Feuerwerk macht, ist nur kurz. Die Freude, die durch Teilen entsteht, ist von Dauer.“ Ein schlechtes Gewissen wolle man den Menschen aber nicht machen. Unter dem Motto „Brot statt Böller“ rief die christliche Hilfsorganisation vor 40 Jahren erstmals dazu auf, weniger Geld für Feuerwerkskörper auszugeben.

Der Verkauf entsprechend explosiver Produkte ist nur an wenigen Tagen gestattet. Trotzdem oder vielleicht gerade deswegen werden Jahr für Jahr allein in Deutschland Böller und Raketen für mehr als 100 Millionen Euro gekauft. Es ist nun einmal Tradition, das alte Jahr mit viel Lärm zu verabschieden und das neue nicht weniger laut zu begrüßen. Aber könnte man nicht wenigstens einen Teil des Geldes sinnvoller oder – wie man heute sagen würde – nachhaltiger investieren?

Diese Frage zumindest stellte am 28. Dezember 1982 die Hilfsorganisation Brot für die Welt unter dem Slogan „Brot statt Böller“. Sie warb damit um Spenden für die Entwicklungsprojekte in Afrika, Asien, Lateinamerika und Osteuropa. Hier



Fotos: MoiraM/Adobe Stock; epd/IMAGO



Viel Lärm um nichts: Von dem in Pyrotechnik investierten Geld bleibt wenig übrig. Darauf machte die Kampagne „Brot statt Böller“ unter anderem mit diesem Plakat aufmerksam.

können bereits kleine Summen den Menschen vor Ort Hilfe zur Selbsthilfe ermöglichen. Auch darin sieht Cornelia Füllkrug-Weitzel eine Tradition: Mit der ersten oder letzten Überweisung eines Jahres könne man den Menschen in Entwicklungsländern neue Lebenschancen eröffnen.

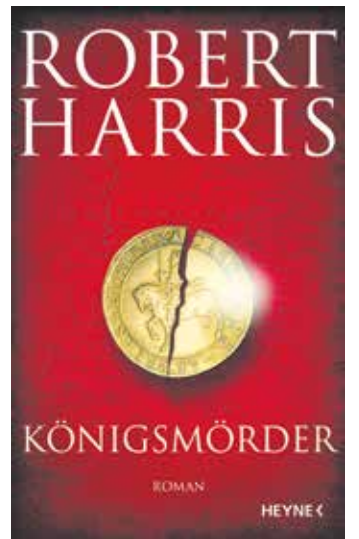
Die Kampagne musste sich in den letzten 40 Jahren aber auch immer wieder Kritik gefallen lassen. Ursache für den Hunger in ärmeren Ländern, so eines der Argumente, sei schließlich nicht das Silvesterfeuerwerk, sondern eine verfehlte Agrarpolitik der reichen Industriestaaten.

 **Buchtipps**

Königsmörder

England, 1660. König Karl II. erlässt ein Generalpardon. Davon ausgenommen sind jene Hochverräter, die das Urteil zur Enthauptung seines Vaters Karl I. unterzeichnet haben. Zu diesen Königsmördern gehören auch die Offiziere Whalley und Goffe, die im Bürgerkrieg auf der Seite Oliver Cromwells kämpften. Zuflucht finden sie in den neuen Kolonien in Amerika. Dort treffen sie auf eine Gesellschaft, die durch einen pietistischen Fanatismus geprägt ist und sich gerade vom Mutterland jenseits des Atlantiks abspaltet. Unter Gleichgesinnten könnten sich die Flüchtlinge in Sicherheit wiegen, wären ihnen nicht ebenso fanatische Häscher auf den Fersen.

Robert Harris: *Königsmörder*. Heyne Verlag, 544 Seiten, ISBN: 978-3-453-27371-9, 24 Euro.



Möchten Sie das vorgestellte Buch gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Königsmörder“ 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. Dezember.

 **Denksport**

Festliche Träume vom Weihnachtsmann



Foto: JenkoAtaman/Adobe Stock

Wer rausfinden will, ob es den Weihnachtsmann wirklich gibt, der muss lange genug wach bleiben. Doch manchmal fällt es schwer, die Augen offen zu halten. Richtig zusammengesetzt ergeben die Puzzleteile nacheinander das gesuchte Lösungswort. Die Schere sollten Sie allerdings nur im äußersten Notfall zu Hilfe nehmen. Die Lösungen finden Sie wie immer auf Seite 18.

 **Gibts doch gar nicht, oder?**

Der schiefste Turm der Welt

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Schräge liegt so nah: Wer schiefe Bauwerke bestaunen möchte, muss hierfür nicht extra nach Italien reisen. Denn der schiefste Turm der Welt steht in dem schönen Ort Gau-Weinheim in Rheinland-Pfalz. In „Anlehnung“ an das gemeinhin bekanntere Bauwerk bezeichnen die Menschen dort ihre Heimat liebevoll als „rheinhessisches Pisa“.

Errichtet wurde das Bauwerk bereits im Mittelalter. Damals war der inzwischen unter Denkmalschutz stehende

viereckige Wehrturm Teil der Friedhofsbefestigung. Heute dagegen stellt er mit Abstand die Hauptsehenswürdigkeit

der Gemeinde Gau-Weinheim im Landkreis Alzey-Worms dar. Der Titelgewinn „schiefer Turm der Welt“ liegt dabei noch gar nicht lange zurück.

Im vergangenen Sommer ergab eine Messung einen Neigungswinkel von über 5,4 Grad. Zum Vergleich: beim Turm von Pisa sind es nur etwa 4 Grad. Am 11. September 2022 dann kam die Bestätigung durch das Rekord-Institut für Deutschland. Es folgte der verdiente Eintrag ins Guinnessbuch der Rekorde.

Der „zweitschiefe“ Turm der Welt befindet sich übrigens in der Gemeinde Suurhusen in Ostfriesland. Da die Neigung auch hier so nicht vorgesehen war, muss – Rekorde hin oder her – die Frage erlaubt sein, ob wir Deutschen schlicht keine Türme bauen können.



Foto: Boris Roessler/picture alliance/dpa

Geneigte Gemeinde: Nüchtern betrachtet steht dieser Turm schief. Die benachbarten Häuser bleiben glücklicherweise standhaft.

Buchtipps

Die Träume der Sterbenden

Christopher Kerr ist Hospizarzt. Tausende von Menschen hat er bereits begleitet, die ihm im Angesicht ihres Todes erstaunliche Erlebnisse berichteten. Es sind Erfahrungen, die darauf hindeuten, dass sich während des Sterbens seelische Prozesse



in uns ereignen, die verblüffend lebensbejahend und friedvoll sind. Oft sind es Träume, in denen alte Beziehungen intensiv wieder aufleben, wie auch bedeutungsvolle Erfahrungen der Liebe, des Aussöhnens und des Verzeihens. Sie markieren für die Betroffenen den Übergang von tiefstem Leid, Schmerz und Verzweiflung hin zu Trost, Hoffnung und Akzeptanz im Angesicht der eigenen Endlichkeit. Und sie ermöglichen es den Sterbenden, loszulassen und die Reise „auf die andere Seite“ zuversichtlich anzutreten.

Christopher Kerr, Carine Mardorossian: Die Träume der Sterbenden. Heyne Verlag, 288 Seiten, ISBN: 978-3-453-70447-3, 13 Euro

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

Hätten Sie's gewusst?

Mit dem Theo an die Spitze

Vicky Leandros stürmte bereits als Teenager die Hitparaden. Mit 19 Jahren siegte sie beim „Grand Prix Eurovision de la Chanson“. Dann aber weigerte sich ihre Plattenfirma, eines ihrer Lieder zu veröffentlichen – dieses passe nicht zum eher romantischen Image der Sängerin. Doch Leandros blieb stur und landete mit dem Evergreen „Theo, wir fahr'n nach Lodz“ einen ihrer größten Erfolge.

Die Entstehungsgeschichte ist skurril: Durch die Fernsehserie „Die Abenteuer des braven Soldaten Schwejk“ wird der Vater von Vicky Leandros auf eine Melodie aufmerksam. Das eingängige Soldatenlied „Rosa, wir fahr'n nach Lodz“ stammt bereits aus dem Ersten Weltkrieg. Es besingt einen seinerzeit eingesetzten Mörser namens „Rosa“. Kurzerhand gibt Leo Leandros einen neuen Text in Auftrag. Anschließend produziert er den modernisierten Schlager mit seiner Tochter, die damit ihren bis heute einzigen Nummer-eins-Hit in Deutschland erzielt.



Foto: evannovostro / Adobe Stock
Wer 1974 eine Diskothek besuchte, wusste bald schon wohin die Reise nach dem markanten „Theooo“ von Vicky Leandros ging.

Redensarten hinterfragt

Den Kopf in den Sand stecken

Haben Sie angesichts einer kaum zu bewältigenden Aufgabe schon einmal resigniert? Dann hat man Ihnen möglicherweise sprichwörtlich geraten, nicht den Kopf in den Sand zu stecken. Dieses Verhalten angesichts einer drohenden Gefahr schrieb man früher fälschlicherweise dem Vogel Strauß zu.

Der Ruf der Strauße erlitt bereits im Altertum Schaden. Denn schon damals sagte man den flugunfähigen Vögeln nach, sie würden bei Gefahr „abtauchen“. Richtig ist vielmehr, dass sie sich in brenzlichen Situationen flach auf ihr Nest legen, um dieses mit ihrem Federkleid zu tarnen.

Da der Strauß Pflanzen frisst, hält er seinen Kopf naturgemäß häufig in Bodennähe. Hierdurch kann leicht der Eindruck entstehen, er würde diesen vergraben. Das aber käme den langhalsigen Tieren bei einer Bedrohung nicht in den Sinn. Sie würden vielmehr ihr Heil in der Flucht suchen.



Foto: Evgeny Govorov / Adobe Stock
Wie die meisten Tiere rennt auch der Strauß bei Gefahr weg – und das mit einem Tempo von bis zu 90 Kilometern pro Stunde.

Des Rätsels Lösung

Verhext und zugenäht (Ausgabe November, Seite 16)

Die unten abgebildeten Hexen mit den Nummern 2, 11, 13 und 14 gab es nur einmal.

Festliche Träume vom Weihnachtsmann (Denksport, Seite 17)

Rechts sehen Sie das fertige Bild. Die Puzzleteile ergaben das Lösungswort „Christkind“.



Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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

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

Auflösung des Vormonats

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

Möchten Sie einen weiteren 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. Dezember.

Mit spitzer Feder

Buchtipps

Konzertierte Aktion



Tea Time

Die Freundinnen Franziska und Nina wohnen im selben Haus in der kleinen Stadt Weinheim. Aus einer Sektlaune heraus gründen sie mit vier anderen Frauen, die alle eine spezielle Macke haben, den Klub der Spinnerinnen. Als Nina jedoch ihre Handtasche verliert, nimmt das Verhängnis seinen Lauf. Denn der Finder der Tasche hört nicht auf, Nina zu belästigen. Zur Seite steht ihr zunächst zwar ein hilfreicher Nachbar. Doch jetzt ist vor allem weibliche Solidarität gefordert. Das ruft die Clubschwestern auf den Plan. Bald schon beginnt die kriminelle Fantasie zu blühen – mit fatalen Folgen.



Ingrid Noll: Tea Time. Diogenes, 320 Seiten, ISBN: 978-3-257-07214-3, 25 Euro.

Möchten Sie dieses Buch gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Tea Time“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Dezember.

Gegen- teil von poetisch	Eisen- fraß	Wirt- schafts- wissens- schaffler	Küsten- schiff, Segel- jacht	Aristo- krat		Rücken- trage- korb	ugs.: Dreis- tigkeit		vor- zeitig	afro- amerik. Musik- stil	Mutter Karls V.		Frage- wort (3. Fall)	beißen- der Spott		Ziererei
									Program- m zum Anse- hen von Webseiten						2	
Stadt im Kreis Waren- dorf						unbe- schädigt				3	engl.: Hitze, Wärme					Gebiet in der Tschech. Republik
gemei- beltes Bild- werk		4							flacher Binnen- fracht- kahn		eine der Nordfrie- sischen Inseln					
						Spiel- gerät beim Curling		zwei- stellige Zahl				Berg- papagei Neu- seelands				
Zu- kunfts- traum	Tapeten- material		in best. Verhält- nissen lebend		südwest- deutsch: Mörtel	7					Wild- pflege	schwar- zer Vogel			Geheim- schrift- schlüssel	
Band- schleife			13				besondere Form des Sauer- stoffs			verkrus- teter Schnee		10				
				9	saudi- arab. Stadt		Stadt im Sauer- land					römi- scher Liebes- gott				
Segelschul- schiff, gesunken 1957		westöst.: Hoch- gebirgs- weide		aromat. duftender Lippen- blütler					Stadt an der Bodden- landschaft			Markt- stand		11		
ver- modern						Laub- baum		kennnis- reich atlant. Bündnis								1
orienta- lischer Männer- name				deutsche Vorsilbe		Stadt in West- falen				Roman- figur bei Beecher Stowe †		AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ U ■ M ■ A ■ R ■ K ■ E ■ N ■ N ■ A ■ M ■ E ■ F ■ A ■ E ■ A ■ ■ B ■ R ■ A ■ N ■ D ■ N ■ E ■ T ■ Z ■ E ■ L ■ A ■ B ■ ■ R ■ A ■ D ■ I ■ C ■ E ■ L ■ L ■ E ■ T ■ G ■ E ■ B ■ U ■ B ■ ■ M ■ A ■ L ■ S ■ C ■ H ■ O ■ R ■ E ■ D ■ F ■ O ■ N ■ T ■ E ■ R ■ E ■ S ■ A ■ ■ S ■ E ■ L ■ E ■ K ■ T ■ I ■ O ■ N ■ T ■ E ■ L ■ E ■ F ■ O ■ N ■ K ■ A ■ L ■ I ■ ■ T ■ E ■ I ■ N ■ B ■ U ■ C ■ H ■ R ■ K ■ A ■ P ■ I ■ T ■ E ■ L ■ ■ A ■ N ■ N ■ M ■ U ■ S ■ I ■ K ■ E ■ R ■ W ■ E ■ I ■ L ■ ■ F ■ E ■ L ■ D ■ H ■ A ■ S ■ E ■ A ■ R ■ M ■ B ■ I ■ N ■ D ■ E ■ ■ T ■ A ■ G ■ R ■ G ■ A ■ R ■ N ■ ■ T ■ U ■ R ■ B ■ I ■ N ■ E ■ I ■ L ■ M ■ ■ G ■ E ■ B ■ E ■ I ■ N ■ L ■ A ■ B ■ O ■ E ■ ■ E ■ N ■ T ■ E ■ R ■ N ■ E ■ S ■ T ■				
besonders, eigen- tümlich (veraltet)	12					Weise, Gewohn- heit										
					6	Wahl- spruch										
den Inhalt ent- nehmen		Kranken- trans- port- gerät					5	dt. Physiker † 1854								
											0297					

Impressum

SoVD – Soziales im Blick erscheint jeweils zum Monatsanfang (11 Ausgaben/Jahr). Herausgeber ist der Sozialverband Deutschland e.V., Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, Tel.: 030/72 62 22 - 0, E-Mail: redaktion@sovd.de.

Redaktion: Veronica Sina (veo/verantw.), Joachim Schöne (jos), Eva Lebenheim (ele), Sebastian Triesch (str), Brigitte Grahl (bg), Denny Brückner (Bildbearbeitung), Nancy Gühne (Redaktionsassistentin). Für Anzeigen und Werbebeilagen ist die Zeitung lediglich Werbeträger; eine Empfehlung des SoVD für Produkte oder Dienstleistungen ist damit nicht verbunden. Veröffentlichte Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Der Bezug von „Soziales im Blick“ ist im SoVD-Mitgliedsbeitrag enthalten.

Datenschutz: Der Schutz personenbezogener Daten hat beim Sozialverband Deutschland e.V. oberste Priorität. Informationen zum Thema Datenschutz finden Sie unter www.sovd.de/kontakt/datenschutz.

Anzeigenverwaltung: Agentur Neun GmbH, Pforzheimer Straße 132, 76275 Ettlingen, Telefon: 07243/53 90 120, Mobil: 0179/61 04 719, E-Mail: sovd@agenturneun.de.

Druck und Verlag: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co. KG, Wilhelmine-Reichard-Straße 1, 34123 Kassel.

Auflage: Die verbreitete Auflage betrug im 3. Quartal 2022 insgesamt 408.876 Exemplare.



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Das Lösungswort zum Gewinnen eines weiteren Buchpreises bitte bis zum 15. Dezember einsenden an: SoVD, Redaktion, Stichwort: „Kreuzworträtsel“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, oder per E-Mail: kreuzwortraetsel@sovd.de. Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse anzugeben!

Natürlicher Schutz ist weniger stark als vor der Pandemie – doppelt so viele Impfdosen als früher freigegeben

Jetzt noch Abwehr gegen Grippe aufbauen

Kontakte reduzieren, Abstand halten und Masken tragen: Mit diesen Vorgaben wurde in den beiden letzten Jahren nicht allein der Verbreitung von Coronaviren entgegengetreten. Darüber hinaus dämmte das auch andere Krankheiten wie grippale Infekte, Halsschmerzen und die Grippe (Influenza) ein. Die Kehrseite ist: Das Immunsystem war dadurch weniger gefordert.

Normalerweise muss das Immunsystem jeden Tag Viren und Bakterien abwehren. Deshalb gibt es eine große Menge an Abwehrzellen. Doch in der Corona-Pandemie war der Körper weniger Viren und Bakterien ausgesetzt. Statt einer großen Anzahl haben viele Menschen nun deutlich weniger Abwehrzellen. Infolgedessen ist der natürliche Schutz, beispielsweise gegen Grippeviren, schwächer geworden. Die meisten Menschen sind derzeit also mit einem weniger starken Immunsystem ausgestattet, das beispielsweise auf eine echte Grippe, die Influenza, nicht so gut vorbereitet ist.

Die ersten Patient*innen, die an dem Erkältungsvirus RSV, das als „kleine Schwester“ der Grippe gilt, erkrankt sind, lagen bereits Anfang Oktober in den Krankenhäusern. Das Erkältungsvirus betrifft normalerweise nur Kinder.

Es tritt immer ein bis zwei Monate vor der Influenza auf. Weil es sich aber auf dieselbe Art und Weise verbreitet – nämlich über Tröpfcheninfektion – sehen es viele Mediziner*innen als eine Art Vorboten der Grippe an.

Das Grippevirus ändert sich jedes Jahr

Das Grippevirus verändert sich jedes Jahr. Deswegen gibt es jedes Jahr neue Viren, sogenannte Mutanten. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) berät darum auch jedes Jahr neu, wie die aktuelle Gripeschutzimpfung zusammengesetzt sein soll.

In dieser Saison enthält der Impfstoff laut entsprechenden Berichten Antigene der aus der Südhalbkugel-Zirkulation bekannten Varianten für die Virusstämme Influenza A (H1N1) und (H3N2) sowie die zwei Influenza-B-Linien Austria und Phuket.



Foto: thodonat/Adobe Stock

Viele haben wegen der zurückliegenden Hygienemaßnahmen ein weniger starkes Immunsystem.

Doppelt so viele Impfdosen wie letztes Jahr freigegeben

Die deutsche Zulassungsbehörde, das Paul-Ehrlich-Institut, hat bislang mehr als 20 Millionen Grippe-Impfstoffdosen freigegeben. Das sind fast doppelt so viele wie im Vorjahr. Darunter ist auch ein Hochdosis-Impfstoff für ältere Personen, bei denen die Schutzwirkung des Immunsystems schwächer ausfällt. Er ist viermal so hoch dosiert wie sonst üblich.

Nach vorläufigen Daten aus Australien, wo es im dort gerade ausklingenden Winter sehr früh zu einem starken Anstieg der Fallzahlen gekommen war, schützt die Impfung zu ungefähr 30 bis 40 Prozent davor, wegen einer Grippe in medizinische Behandlung zu müssen. Auch die Ansteckungsgefahr für andere ist reduziert. Vor allem Menschen mit besonderen Risiken, etwa bei einer chronischen Krankheit, und Personen

über 60 Jahre sollten sich nach Rücksprache mit ihrem Arzt oder ihrer Ärztin impfen lassen. Denn für sie kann eine Grippeinfektion gefährlich werden.

Die Impfung sollte ab Oktober bis Mitte Dezember erfolgen. Danach dauert es etwa 10 bis 14 Tage, bis der Körper einen ausreichenden Schutz vor einer Ansteckung aufgebaut hat.

Auch eine spätere Impfung zu Beginn des Jahres ist meist noch sinnvoll. veo

Anzeige



Freiwillige für die Tafel gesucht!

Werde auch du Teil der Tafel-Familie!



Mache einen Bundesfreiwilligendienst bei der Tafel. Es gibt viele Möglichkeiten, sich zu engagieren: Fahrer/in, Lebensmittelausgabe, Büro, Logistik ... Melde dich einfach bei der örtlichen Tafel.

Weitere Infos unter www.tafel.de



TAFEL
DEUTSCHLAND



BFD
Der Bundesfreiwilligendienst
Zeit, das Richtige zu tun.

Jana-Maria Adolf,
Tafel in Herford



15 Tage p.P. ab € 699,-

KURdirekt

20 Kur-Anwendungen inkl.!

Kur-Urlaub in Marienbad



8 Tage p.P. ab € 1.139,-*

REISE KÖNIG

Jetzt buchen & bis zu € 120,- Frühbucher-Ermäßigung sichern!*

Zuschlag für Kabine zur Alleinbenutzung an allen Terminen um 50% reduziert!*

Flusskreuzfahrt „Donaurhapsodie“

Marienbad gilt als einer der schönsten böhmischen Kurorte. Rund 40 Heilquellen, prächtige Bauten und wunderschöne Parkanlagen prägen das Bild des mondänen Kurorts.



3+ Hotelkomplex Flora-Maxim

Lage: Sie wohnen am oberen Ende der Kurpromenade, in unmittelbarer Nähe der Kolonnaden.

Zimmer/Ausstattung: Alle Zimmer verfügen über Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Telefon und kostenfreien Internetzugang (WLAN). Zur weiteren Ausstattung gehören drei Restaurants, mehrere Lifts und kostenfreier Internetzugang (WLAN) im ganzen Hotel. Das Hotel ist nicht barrierefrei.

Freizeit/Kur/Wellness: Der Komplex verfügt über einen eigenen Kurbereich, in dem alle gängigen Kur-Anwendungen geboten werden. Des Weiteren steht Ihnen das Schwimmbad (8 x 4 m, ca. 29°C) außerhalb der Therapiezeiten zur Verfügung.



4+ Resort Reitenberger

Lage: Sie wohnen absolut zentral, direkt bei der Kolonnade.

Zimmer/Ausstattung: Die modernisierten Zimmer verfügen über Dusche/WC, Fön, Leihbademantel, Sat.-TV, Telefon, kostenfreien Internetzugang (WLAN), Minibar und Safe. Eine Lobby-Bar, drei Lifts, Terrasse sowie ein Café mit À-la-carte-Restaurant laden zum Verweilen ein.

Freizeit/Kur/Wellness: Das Resort besitzt eine Kurabteilung mit Schwimmbad (9 x 6 m, ca. 29°C), Whirlpool, Saunabereich mit Dampfbad und einem Fitnessraum (kostenfrei außerhalb der Therapiezeiten). Zudem verfügt das Haus über eine Salzgrotte (gg. Gebühr).



- INKLUSIV-LEISTUNGEN**
- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
 - ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
 - ✓ 14x Übernachtung in der gebuchten Unterkunft
 - ✓ 14x reichhaltiges Frühstücksbuffet
 - ✓ 14x Abendessen:
 - im 3+ Hotel Flora-Maxim als 3-Gänge-Menü
 - im 4+ Resort Reitenberger als Buffet inkl. Getränke (Wasser & Saft)
 - ✓ 1x Kaffee und Kuchen pro Aufenthalt
 - ✓ Ärztliches Eingangsgespräch
 - ✓ 20 Kur-Anwendungen pro Aufenthalt nach ärztlicher Vorgabe
 - ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
 - ✓ Geführter Rundgang durch Marienbad
 - ✓ Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung

TERMINE & PREISE 2023 p.P. im DZ

	3+ Hotel Flora-Maxim	4+ Resort Reitenberger
Anreise: montags	15 Tage / 14 Nächte	15 Tage / 14 Nächte
A 02.01.23; 09.01.23	€ 699,-	€ 899,-
B 16.01.23; 23.01.23	€ 799,-	€ 999,-
C 30.01.23; 06.02.23; 13.02.23	€ 899,-	€ 1.099,-
D 20.02.23; 27.02.23; 06.03.23; 13.03.23	€ 999,-	€ 1.199,-
E 20.03.23; 27.03.23; 03.04.23; 10.04.23; 26.06.23; 03.07.23; 10.07.23	€ 1.049,-	€ 1.249,-
F 19.06.23; 17.07.23; 24.07.23	€ 1.099,-	€ 1.299,-
G 17.04.23; 24.04.23; 01.05.23; 08.05.23; 15.05.23; 22.05.23; 29.05.23; 05.06.23; 12.06.23; 19.06.23; 26.06.23; 03.07.23; 10.07.23; 17.07.23; 24.07.23	€ 1.149,-	€ 1.349,-
Einzelzimmer-Zuschlag pro Arrangement	€ 280,-	€ 280,-

Hinweise:

- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 2,- p.P./Tag
- > 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

Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Donau-Kreuzfahrt mit dem 4++ Schiff BELVEDERE. An Bord können Sie sich ganz gemütlich zurücklehnen und die Aussicht auf vorbeiziehende Naturschönheiten, wie die weinselige Wachau, genießen. Während Ihrer Landgänge erkunden Sie sehenswerte Metropolen, wie Wien, Budapest und Bratislava. Lassen Sie sich von der Vielfalt der lieblichen Donau verzaubern!

IHR REISEVERLAUF

Tag	Hafen	An	Ab
1	Abholung an Ihrer Haustür, Busreise nach Passau und Einschiffung		17:00 Uhr
2	Wien (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang	13:00 Uhr	23:00 Uhr
3	Esztergom (Ungarn) Budapest (Ungarn)	12:00 Uhr / 19:30 Uhr	15:30 Uhr / 23:30 Uhr
4	Mohács (Ungarn)	10:00 Uhr	17:30 Uhr
5	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang	09:00 Uhr	21:00 Uhr
6	Bratislava (Slowakei) mit Möglichkeit (exkl.) zum Stadtrundgang	13:45 Uhr	18:30 Uhr
7	Pöchlarn (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug zur Schallaburg	12:30 Uhr	16:30 Uhr
8	Passau, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür	08:30 Uhr	



- INKLUSIV-LEISTUNGEN**
- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
 - ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
 - ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4++ BELVEDERE und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
 - ✓ Vollpension an Bord
 - ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
 - ✓ Freie Nutzung der kostenfreien Bord-Einrichtung
 - ✓ Deutschsprachige Kreuzfahrtsleitung an Bord
 - ✓ Sämtliche Schleusen-, Hafen- und Liegeplatzgebühren
 - ✓ Gepäckbeförderung bei Ein- und Ausschiffung
 - ✓ Audioset bei allen Ausflügen
 - ✓ Persönliche Reiseunterlagen mit Reiseführer
 - ✓ Möglichkeit zur Buchung von Ausflügen vorab und an Bord

TERMINE & PREISE*1 2023 p.P.

Abfahrtstermine: montags	2-Bett Hauptdeck vorn/achtern (HX)	Zuschlag 2-Bett-Kabine zur Alleinbenutzung*2
A 27.03.23; 03.04.23	€ 1.139,-	15% statt 30%
B 09.10.23; 16.10.23	€ 1.239,-	30% statt 60%
C 24.04.23; 01.05.23; 18.09.23	€ 1.339,-	37,5% statt 75%
D 22.05.23; 29.05.23; 19.06.23; 26.06.23; 28.08.23; 04.09.23; 11.09.23	€ 1.439,-	45% statt 90%

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

- > Aufpreis **Ausflugspaket** (Wien, Budapest, Bratislava, Schallaburg bei Pöchlarn): € 145,-
- > Aufpreis **Getränkpaket** (Getränke von 9-24 Uhr: Wein, Bier, Tagescocktail, offene alkoholfreie Getränke, Kaffee und Tee uvm.): € 190,-
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage

Hinweise:

- *Bei Buchung bis 22.12.22 erhalten Sie € 120,- Frühbucher-Ermäßigung.
- **Single-Spezial: Zuschlag für Kabine zur Alleinbenutzung um 50% reduziert (begrenzte Kontingenz)
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
- > Routenänderungen vorbehalten.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

Reisecode: SOVD

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

Online buchbar direkt unter: **www.kurdirekt.de**

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

info@reise-koenig.de

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS






BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR




Winterzauber im Harz

Erlebnis-Kurzurlaub im Hasseröder Burghotel Wernigerode

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

- **4 Tage / 3 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (u.a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, WLAN, Sondernachlass für das gegenüberliegende Erlebnisbad mit Saunalandschaft, Begrüßungsdrink, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl im Restaurant „Burghof“
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot*
- **Wertgutschein** Hotel-Shop

Eintritt zu folgenden Erlebnis-Highlights bereits im Preis enthalten:

- Rübäländer Tropfsteinhöhlen
- Erlebnisführung Glasmanufaktur Harzkristall
- Luftfahrtmuseum Wernigerode

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum 01.01. bis 02.04.23

WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00€/Tag (Fr & Sa).
Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.

je Erw.
im DZ

279,- €



Jetzt bis zu
**37%
Vorteil!**

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe. Zzgl. Energiekostenpauschale 3€/Erw./Nacht.

*Nach Voranmeldung und Verfügbarkeit.

BURGHOTEL WERNIGERODE GMBH & CO. KG · LANGER STIEG 62 · 38855 WERNIGERODE · TEL +49 (0)39 43 / 51 64-0 · WWW.HASSEROEDER-BURGHOTEL.DE

Bayerischer Wald

Denken Sie JETZT an Ihre Gruppenreise 2023!
Schönes Hotel zwischen Passau & Nationalpark Bay. Wald

Alle Zimmer mit DU/WC, Fön, Telefon, Sat-TV, Hallenbad (33°C), Sauna, Dampfsauna, Farblicht-Saunarium, Solarium, Kräutersauna, Solebad, Rosenbad, Fitnessraum und Ruhepavillon, Lift, 2 Kegelbahnen, windgeschützte Terrasse. Frühstücksbuffet, Menüwahl.

5 Übernachtungen mit Halbpension p.P. im DZ inkl. 1x Reiseleitung für eine Tagesfahrt 300,-

Binder URLAUBSHOTEL
Inhaber: Alfred Binder
Freihofer Str. 6
94124 Büchlberg
Tel. 08505-9007-0
Fax 08505-9007-99
info@hotelbinder.de
WWW.HOTELBINDER.DE

Polnische Ostsee

Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung*
Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn Tel: 04435 - 953 88 60

14 Tage Kur - poln. Ostsee
Kurort Swinemünde bis Kolberg
z.B. 3****Hotel, 300m zum Strand
Schwimmbad/Sauna, Ü / F / HP, Fahrstuhl
2 Anwend. p. Werktag, Termine ganzjährig

14 Tg. p.P./DZ, 799
EZ ab 10€ p.N. 28 Tg. mögl. ab **599,-**

Kombi-Reisen Mai oder Okt. 2023

- ♦ 1 W. Masuren u. 1 W. Kur poln. Ostsee, oder
- ♦ 1 W. Danzig u. 1 W. Kur poln. Ostsee, oder
- ♦ 1 W. Breslau - Krakau - Zakopane u. 1 W. Kur Bad Flinsberg

p.P./DZ EZ ab 10€ p.N. **1.199,-**

*Haustürabholung: PLZ 0-5 inklusive, PLZ 6-9 auf Anfrage
Nur noch ein paar Zimmer für Weihnachten und Silvester
fordern Sie unsere Prospekte an: kurundvital@preiswerte-kurreisen.de

Nord-/ Ostsee

Büsum*** FeWo-2Pers. 38qm/FeWo-4Pers. 50qm, Kü, Woz., SZ., D-Bad, Balkon, Garten, Fahrräder, Stellpl., TV uvm. ☎ 0174/611 3066

FeWh. in Husum, strandnah, für 2-4 Personen 50,- € pro Tag ☎ 048 41/6 39 87
www.jacobs-ferienwohnung.de

BÜSUM, Fewo für 1-2 Pers., Balkon, Parkplatz, Fahrräder, W-Lan, Wäsche inklusive. Ab 27€ p.T., ☎ 048343283

Gesucht & Gefunden

Zärtlicher, treuer Mann, 60 Jahre, 180cm, Handicap, aus Raum Dortmund-Hörde, ohne Internet, ohne Fahrzeug, toleranter Nichtraucher, dreifach geimpft, sucht Freundin ohne Tieranhang ☎ 015227/288093 Anruf oder SMS

Suche Stahlhelme beider Weltkriege für Militärsammlung ☎ 015227/288093 f.sommer333@gmail.com

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

Naturpark Spessart

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

Staat. anerkt. Erholungsort | 90 km Wanderwege
Livemusik | Grillen | Bingo | Beste Ausflugsmöglichkeiten, viele EZ. **HP ab 59€.** *Prospekt anfr.*

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

Nordseebad Burhave** FeWo 2P, Hallenbad, barf., Duschbad, Sauna ☎ 04733 - 910 9992

Nord-Ostsee-Kanal! Meist befahrene Wasserstraße der Welt. Fewos, Dachterr., Badesees, Hauspr. ☎ 048 35/1300, landhausamgrashof.de

NORDSEE: 2NR-Fewos, sep. Eingang, Garage 2 Schlafzimmer, Hausprosp. ☎ 048 46/291

Urlaub mit dem Hund Ostsee/ Ferienhaus nahe Kiel, Grundstück eingezäunt, Strand ca. 300m, ab € 75,- p.T., ☎ 0170/3501174

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee-Ferienw. strandnah Garten Hunde willkommen freie Termine **ab 70 €** ☎ 0174/6882835

BÜSUM, **-Fewo**, 1 - 3 Personen, 5 min. z. Strand u. Ortskern, Flachbild-Kabel-TV, NR, keine Haustiere, ab 29,- € ☎ 048 34/2611 • www.haus-corinna.de

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

Teutoburger Wald

Bad Salzuffen FeWo an der Promenade, 1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse. ☎ 052 22 / 152 17 | fewobadsalzuffen@gmail.com

Harz

Bad Lauterberg 3**** FeWo, Kab-TV, Sep.-Eing., Ruh.Lage, 2Pers., ab 30,- €/Tag ☎ 055 24/16 30

Bad Lauterberg FeWo, 50 m², 2,3 Pers. Balkon, TV, ab 25,- €, Gerlach ☎ 055 24 / 806 98

Weserbergland

Hotel-Pension „Resi“ Inh. Markus Weber Am Kreuzberg 2 37488 Beverungen

Zim. Du/WC, TV., Radio, Tel., teils Balk., Hallenbad, Solar, Liegew.-Terr., Herrliche Rad- und Wanderwege.
So.-Fr. 5x Ü/HP 255€ p.P., Weihnachten Silvester 10x Ü/VP 685€ p.P. Weitere Angebote auf Anfrage.
☎ 05273/1397 • www.hotel-pension-resi.de

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur run

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

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

BÜSUM, 3 DZ mit Farb-TV und 1 FeWo. Kühlschrank, Garten. ☎ 048 34/8493

Kurz vor Bremerhaven: Ferienwohnung 2-4 P., 50,- die Nacht, Endreinigung 30,- Bettwäsche + Handtücher vorhanden ☎ 0171/2337 304

Polnische Ostsee

(K)urlaub u.a. Rügen, Usedom, Kolberg, Marienbad, 14 Tg., HP, 30 Anwd., Hausabholung ab € 366,- ☎ 05251/390 900, JAWA-Reisen.de (GmbH) Gierstraße 20, 33098 Paderborn

Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540





Entwicklung und Herstellung
im eigenen Haus



Seit 1903 Naturheilmittel und
Kosmetik höchster Qualität!

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) nur € 11,00

Erotisan-Manneskraft

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

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

Grünlippmuschel

Neuseeländische Grünlippmuscheln (*Perna canaliculus*) enthalten Glycosaminoglykane (GAG), die beim Menschen natürlicherweise im Bindegewebe, den Gelenknorpeln und der Gelenkflüssigkeit („Gelenkschmiere“) vorkommen. Jede Kapsel enthält 500mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.

Best.-Nr. 805 150 Kapseln € 12,50
Best.-Nr. 1850 300 Kapseln € 23,00

Vitamin D3 2.000 I.E.

Vitamin D3 ist für viele Lebensfunktionen unentbehrlich. Es spielt eine wichtige Rolle für feste, stabile Knochen und Zähne, sowie für ein vitales Immunsystem. Jede Mono-Tablette enthält 50µg Vitamin D3 entsprechend 2.000 I.E.

Best.-Nr. 209 150 Tabletten € 6,00
ab 3 Packungen nur € 5,50

Magnesium-400-supra TOP

Verbessert die Funktion der Muskeln, insbesondere bei körperlicher Anstrengung. Es fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden. Jede Kapsel enthält 400mg reines Magnesium.

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.

Best.-Nr. 81 180 Kapseln für 6 Monate € 13,50
ab 3 Packungen nur € 12,00

Bio-Hagebutten

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

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-Probetset!

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 svd221232

Hyaluronsäure-Kapseln 500mg

Die Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes, der Gelenkflüssigkeit und des Knorpels. Jede Kapsel enthält 500mg Hyaluronsäure und 40mg Vitamin C, das zur Kollagenbildung beiträgt.

Best.-Nr. 864 90 Kapseln für 3 Monate € 19,50
ab 3 Packungen nur € 18,00

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-Probetset!

Ich bestelle mit 14-tägigem Rückgaberecht folgende Artikel:

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

Name, Vorname: _____

Straße, Nr.: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon (falls Rückfragen): _____ Geburtsdatum: _____

Datum, Unterschrift: _____

Bestellung bitte an:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG

Helfensteinstr. 47, Abt. 32

73342 Bad Diltzenbach

Tel.: 073 34/96 540

Fax: 073 34/96 54 44

Abteilung 32

www.kraeuterhaus.de

Pflegen Sie einen Angehörigen?

Dann nutzen Sie den Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel!

Auch
FFP2-Masken
im Set kostenfrei erhältlich!



Kostenfreie Pflegehilfsmittel

für die häusliche Pflege

Sie pflegen einen Angehörigen mit Pflegegrad? Dann haben Sie einen gesetzlichen Anspruch auf zuzahlungsfreie Pflegehilfsmittel!

Was viele Pflegebedürftige nicht wissen: Mit einem Pflegegrad (1–5) können Sie sich Pflegehilfsmittel, wie z. B. Einmalhandschuhe, Händedesinfektion, Bettschutzunterlagen oder FFP2-Masken und Einmal-Lätzchen erstatten lassen.

Mit den zuzahlungsfreien Produkten sollen pflegende Angehörige so finanziell entlastet werden. Monatlich übernimmt die Pflegekasse Kosten in Höhe von bis zu 40 €.

Um den Anspruch nutzen zu können, genügt der Antrag von **meinPflegeset**. Um die Bewilligung und Kostenübernahme durch die Pflegekasse kümmern wir uns dann für Sie.

meinPflegeset steht Ihnen in 6 verschiedenen Kombinationen zur Verfügung, zusätzlich können Sie sich Ihr eigenes **meinPflegeset** zusammenstellen – ganz nach Ihren persönlichen Bedürfnissen.

Sie bekommen die gewünschten Hilfsmittel dann jeden Monat pünktlich und ohne Zuzahlung an die von Ihnen gewünschte Adresse geliefert.

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

Bis zu
40€
monatlich

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
- ✓ Pflegeset jederzeit anpassbar
- ✓ Wir liefern das gewünschte Pflegeset zuverlässig und versandkostenfrei nach Hause

in Service von: Praxis Partner Fachversand für Arzt- und Laborbedarf GmbH
In den Fritzenstücker 9–11
65549 Limburg



Sänger Max Raabe interpretiert mit Vorliebe Lieder jüdischer Komponisten

Verbeugung vor großer Kunst

Mit dem Palast-Orchester präsentiert er Schlager der 1920er- und 30er-Jahre. Viele der feinsinnigen Lieder stammen von jüdischen Komponisten, deren Namen und Lebensdaten der Baritonsänger bei seinen Konzerten ganz bewusst nennt. Am 12. Dezember feiert Max Raabe seinen 60. Geburtstag.

Die Karriere des gebürtigen Westfalen nahm ihren Anfang in einem Kirchenkinderchor. Später widmete sich der staatlich geprüfte Opernsänger mit Vorliebe Chansons aus der Zeit der Weimarer Republik.

Vor einigen Jahren trat Max Raabe auch in Israel auf. Mit Begeisterung reagierten dabei vor allem die anwesenden Holocaust-Überlebenden auf die Lieder ihrer Kindheit. Sie kamen zu Raabe hinter die Bühne und zeigten ihm Bilder vom Abschied ihrer Familien in Deutschland.



Foto: Andreas Weihs / IMAGO

Auf Rufe des Publikums nach seinem Hit „Kein Schwein ruft mich an“ reagiert Raabe trocken: „Das bedaure ich außerordentlich.“

Ihre Rolle in „Der Ölprinz“ war für Katy Karrenbauer ein Kindheitstraum

Mit scharfer Zunge und Gewehr

Als Häftling „Walter“ prägte sie die RTL-Serie „Hinter Gittern – Der Frauenknast“. In Bad Segeberg spielte sie bei den Karl-May-Spielen die Anführerin eines Trecks und verschaffte sich Respekt in einer von Männern dominierten Welt. Am 31. Dezember wird Schauspielerin Katy Karrenbauer 60 Jahre alt.

Sie verkörpert regelmäßig starke Frauen, hat aber auch als Musikerin Erfolg. Vor allem von den Widrigkeiten des Alltags kann Katy Karrenbauer ein Lied singen. Nach privaten Fehlinvestitionen landete sie in der Privatinsolvenz, aus der sie sich selbst befreien konnte.

Eigenen Rückschlägen zum Trotz liegt ihr das Schicksal anderer am Herzen. Karrenbauer engagiert sich für an Mukoviszidose Erkrankte und für ein Kinderhospiz. Zudem tritt sie regelmäßig in Krankenhäusern vor Patient*innen auf.



Foto: Future Image / IMAGO

Der „Ölprinz“ (Sascha Hehn) sollte sich vorsehen: Rosalie Ebersbach (Katy Karrenbauer) weiß mit einer Flinte umzugehen.

Nachrichtensprecher Thorsten Schröder lief seinen zweiten Ironman auf Hawaii

Stolz, Schmerz, Erleichterung

Als Sprecher der Tagesschau im Ersten berichtet er nüchtern über Ereignisse aus aller Welt. Weit aus emotionaler dagegen zeigte er sich bei der Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii. Ebenso glücklich wie erschöpft erreichte er dort das Ziel. Am 30. Dezember wird Thorsten Schröder 55 Jahre alt.

Zwei Jahre bereitete sich der Nachrichtensprecher auf seine Teilnahme an der Weltmeisterschaft des Ironman („Mann aus Eisen“) vor. Er nutzte den Weg zur Arbeit fürs Training oder schlüpfte direkt nach dem Job in die Sportsachen. Dann startete Thorsten Schröder bei dem bekannten Triathlon auf Hawaii.

Er schwamm (3,86 km), fuhr Rad (180,2 km), lief (42,2 km) und erreichte mit letzter Kraft das Ziel. Dort nahm Ironman Schröder seine Medaille entgegen und alle Qualen waren schlagartig vergessen.



Foto: Zink / IMAGO

Thorsten Schröder bereitete sich mit diversen Triathlons auf den Ironman Hawaii vor – stets im Trikot seines Vereins FC St. Pauli.



Foto: Felix Abraham / ZDF

Gehen auf eine weihnachtliche Odyssee (v. li.): Axel (Dietmar Bär), Jan (Max Riemelt) und Kellnerin Linh Nguyen (Nhung Hong).

Es weihnachtet im ZDF-Herzokino am vierten Advent

Ein Taxi zur Bescherung

Von Hamburg ins Erzgebirge – das klingt nach einem lukrativen Auftrag für Taxifahrer Axel. Doch die Fahrt wird für ihn und seine Mitreisenden zu einer emotionalen Reise in ein neues Leben.

Jan ist nach einem Unfall erblindet. Neue Hoffnung schöpft er durch eine Internetbekanntschaft. Zu Weihnachten will er seine Angebetete besuchen – doch der Zug fällt aus. Kurzentschlossen heuert er den wortkargen Taxifahrer Axel an. Auf ihrem Weg ins Erzgebirge geraten die beiden in eine Vollsperrung, müssen sich ein Doppelbett teilen und auch sonst einige Verwicklungen überstehen.

Der Film „Ein Taxi zur Bescherung“ läuft am 18. Dezember um 20.15 Uhr im ZDF und ist bereits vorher in der ZDF-Mediathek verfügbar.

Charly Hübner vermeidet unnötiges Gerede

Wortwahl mit Bedacht

Als Kommissar im „Polizeiruf 110“ brachte er Verdächtige zum Reden. Privat dagegen schreibt der Schauspieler lieber Briefe als SMS. Am 4. Dezember wird Charly Hübner 50 Jahre alt.

Seine Rolle als wortkarger Polizist in der ARD-Krimireihe hängt er Anfang des Jahres an den Nagel. Doch auch privat ist Charly Hübner niemand, der viele Worte macht, ein Schauspieler ohne Allüren.

Von dem Kurznachrichtendienst Twitter hält Hübner wenig, von seiner derzeitigen Heimatstadt Hamburg dagegen viel. Der Zeitung *Tagesspiegel* erklärte der 1,92 Meter große Darsteller, warum: „Da kommst du in den Zeitungskiosk rein und die sagen ‚Moin‘ und der Rest ist schon geklärt.“



Foto: 7aktuell / IMAGO

Aus Carsten Johannes Marcus wurde „Charly“ Hübner.

www.sovd.de

