



Foto: Christian Müller/Adobe Stock

Im Kanzleramt einigten sich die Koalitionsspitzen zum Bundeshaushalt 2024. Der Beschluss muss noch den Bundestag passieren.

Angesichts höherer Kosten für Geringverdienende fordert SoVD gerechten Sozialausgleich

Sparhaushalt zulasten Ärmere

Nach langen Diskussionen einigte sich die Bundesregierung Ende vergangenen Jahres auf einen neuen Haushalt. Der bringt vor allem höhere Kosten – unter anderem beim Heizen und Tanken. Das trifft Menschen mit niedrigem Einkommen besonders hart. Ohne Sozialausgleich können sie die weiter steigenden Preise schon jetzt kaum abfedern. Enttäuscht von dem Kompromiss der Koalition zeigte sich daher der SoVD. Die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier bekräftigte das Eintreten des Verbandes für einen fortschrittlichen Sozialstaat. Hierbei dürften auch höhere Steuern für Wohlhabende kein Tabu sein.

Eine Entscheidung des Bundesverfassungsgerichtes brachte die Ampelkoalition Mitte November in Bedrängnis. Dem Urteil des höchsten deutschen Gerichtes zufolge darf sich der Bund Notlagenkredite nicht für spätere Jahre auf Vorrat zurücklegen. Das aber hatte die Bundesregierung zur Finanzierung der Energiepreiskontrolle und der Fluthilfe im Ahrtal getan. Unter Hochdruck musste sie daher einen Nachtragshaushalt für 2023 sowie einen neuen Haushalt für 2024 beschließen. Angesichts vieler entgegengesetzter Auffassungen der miteinander regierenden Parteien gestaltete ebendas sich jedoch schwierig.

Während die FDP zusätzliche Kredite und ein erneutes Aussetzen der Schuldenbremse ablehnte, forderten die Grünen einen Abbau klimaschädlicher Subventionen. Die Meinungsverschiedenheiten gingen so weit, dass sich Bundeskanzler Olaf Scholz (SPD) genötigt sah, klarzustellen, dass es keinen Abbau des Sozialstaates in Deutschland geben werde.

Höheres Bürgergeld kam zum Jahresbeginn

Während der Verhandlungen hatte der SoVD immer wieder vor Kürzungen im Sozialbereich gewarnt. Diese blieben nun weitgehend aus. So wurde etwa das Bürgergeld wie vorgesehen

zum Jahreswechsel erhöht, und auch die Kindergrundsicherung soll 2025 an den Start gehen. In einer ersten Reaktion begrüßte das die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Allerdings, so Engelmeier, hätte sie sich einen Haushalt gewünscht, der Fortschritt auch tatsächlich möglich macht. Konkret nannte sie das Aussetzen der Schuldenbremse und höhere Steuern für Wohlhabende. Stattdessen gingen die Beschlüsse zulasten der Verbraucher*innen und des Klimaschutzes.

Auf eine spürbare Mehrbelastung müssen sich die Menschen bei den Energiekosten einstellen. Die Koalition will den CO₂-

Fortsetzung auf Seite 2

Sie machen unseren Alltag besser

Verleihung des Deutschen Engagementpreises

Seite 3



Ältere zu wenig geschützt?

Institut für Menschenrechte kritisiert Bundesregierung

Seite 6



Viele Änderungen im neuen Jahr

Neuerungen 2024

Seite 7



Demenz oder Vergesslichkeit?

Richtige Diagnose von entscheidender Bedeutung

Seite 9



Wir wünschen allen SoVD-Mitgliedern
und Freund*innen unseres Verbandes
ein gutes und gesundes Jahr 2024!

SoVD-Bundesvorstand
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Hier befindet sich das neue
Adressfeld für die Etikettierung
im Einzelversand

Angesichts höherer Kosten für Geringverdienende fordert der SoVD einen gerechten Sozialausgleich

Sparhaushalt zulasten ärmerer Menschen

Fortsetzung von Seite 1

Preis beim Tanken und Heizen mit fossilen Energien anheben. Dieser steigt von zuletzt 30 Euro pro Tonne zum 1. Januar 2024 auf 45 Euro. Die damit erzielten Einnahmen fließen in den sogenannten Klima- und Transformationsfonds, aus dem unter anderem Projekte für den Klimaschutz finanziert werden.

Ende der Preisbremsen für Strom und Gas

Teurer werden somit neben Benzin und Diesel fürs Autofahren auch Öl und Gas zum Heizen. Eine Familie mit einem Heizbedarf von 20.000 Kilowattstunden muss nach Berechnungen des Vergleichsportals Verivox mit jährlichen Mehrkosten von 78 Euro beim Gas und 96 Euro bei einer Ölheizung rechnen.

Durch den Wegfall eines ursprünglich geplanten Bundeszuschusses zu den Entgelten für das Stromnetz steigen auch die Preise für Strom. Während die Koalition nach ihrem Kompromiss zum Haushalt an der geplanten Senkung der Stromsteuer für das produzierende Gewerbe festhält, ließ sie die

staatlichen Gas- und Strompreisbremsen zum Jahreswechsel auslaufen.

Förderung für den Kauf von Elektroautos beendet

Wer plant, sich ein E-Auto anzuschaffen, erhält hierfür künftig keine staatliche Umweltprämie mehr. Die Möglichkeit, einen entsprechenden Zuschuss zu beantragen, lief kurzfristig am 17. Dezember 2023 aus. Zuvor gestellte Anträge werden noch bearbeitet.

Teurer werden zudem Plastikprodukte. Auf diese erhebt die Europäische Union (EU) eine Abgabe, die bisher aus Steuern bezahlt wurde. Jetzt stehen die Unternehmen hierfür selbst in der Pflicht, können entsprechende Kosten jedoch an die Verbraucher*innen weitergeben.

Keine Subventionen mehr in der Landwirtschaft

Die Steuerbefreiung beim Flugbenzin stieß bei Umweltverbänden seit Langem auf Unverständnis. Nun hat die Bundesregierung angekündigt, Kerosin zumindest im nationalen Luftverkehr zukünftig zu

besteuern. Dadurch könnten innerdeutsche Flüge teurer werden.

Auch im Bereich der Landwirtschaft setzt die Koalition den Rotstift an. Hier erhielten Betriebe bisher einen Teil der für ihren Kraftstoffverbrauch gezahlten Energiesteuer („Agrardiesel“) auf Antrag zurück. Land- und forstwirtschaftliche Fahrzeuge waren zudem von der Kfz-Steuer befreit. Mit diesen Vergünstigungen soll nun Schluss sein.

SoVD schlägt Schritte aus der Krise vor

Der Abbau klimaschädlicher Subventionen ist aus Sicht des SoVD der richtige Weg. Denn von diesem Geld profitieren vor allem einkommensstarke Haushalte. An insgesamt zwölf Punkten machte der Verband deutlich, wie sich diese und andere Verteilungsfragen sozial gerecht lösen lassen.

So ist der SoVD unter anderem dafür, die Schuldenbremse zu reformieren und krisenbedingte Zufallsgewinne bei Unternehmen abzuschöpfen. Eine Vermögenssteuer und ein hö-



Foto: Kay Nietfeld / picture alliance, dpa

An vielen Stellen setzte die Regierung den Rotstift an. Ohne staatliche Hilfen werden dies viele Menschen spüren.

herer Spitzensteuersatz könnten dafür sorgen, dass sich die Schere zwischen Arm und Reich nicht immer weiter öffnet.

Für den Verband steht zudem fest, dass der Staat Menschen mit niedrigem Einkommen vor Energiearmut schützen muss. Eine gezielte Unterstützung wäre das im Koalitionsvertrag vorgesehene Klimageld, mit dem sich höhere Belastungen durch Maßnahmen zum Klimaschutz sozial abfedern lassen.

Unter der Überschrift „12 Schritte aus der Krise“ forderte der SoVD alle demokratischen Parteien dazu auf, gegen die weitere Spaltung der Gesellschaft vorzugehen und sich gemeinsam für eine Gesellschaft einzusetzen, die alle Menschen im Blick behält.

Die kompletten Forderungen des SoVD für ein gerechtes und soziales 2024 finden Sie ab Januar unter: www.sovd.de. jos

Daten gehen automatisch ans Finanzamt

Angaben zur Rente bei der Steuererklärung

Wer eine Rente bezieht, muss unter bestimmten Umständen eine Steuererklärung abgeben. Die Daten hierfür schickt die Deutsche Rentenversicherung direkt an das Finanzamt. Eine Bescheinigung hierüber gibt es auf Wunsch aber auch per Post.

Überschreitet ihr zu versteuerndes Einkommen den jährlichen Grundfreibetrag, kommen auch Rentner*innen um eine Steuererklärung nicht herum. Für das Jahr 2023 beträgt der Freibetrag bei Alleinstehenden 10.908 Euro und bei Verheirateten 21.816 Euro. Immerhin müssen sie die Zahlen zur gesetzlichen Rente nicht mehr von Hand eintragen, da das Finanzamt diese automatisch erhält. Anders sieht es aus, wenn Steuerpflichtige ein Computer-

programm nutzen, in das sie ihre Daten selbst eingeben.

Für diesen Fall stellt die Rentenversicherung mit der „Information über die Meldung an die Finanzverwaltung“ eine kostenlose Bescheinigung zur Verfügung. Einmal beantragt, kommt die Bescheinigung dann in den folgenden Jahren ganz automatisch bis Ende Februar in den heimischen Briefkasten. Beim ersten Mal allerdings muss sie zunächst unter Angabe der persönlichen Rentenversicherungsnummer über das Kundenportal oder den Online-Service der Rentenversicherung angefordert werden. Gehen Sie hierfür im Internet auf die Seite: www.deutsche-rentenversicherung.de. jos

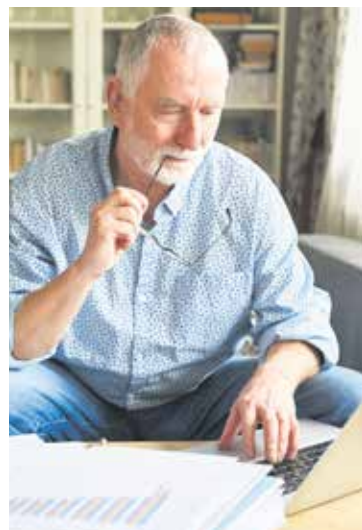


Foto: Robert Kneschke / Adobe Stock

Liegen dem Finanzamt Daten schon vor, dann spart das viel Zeit und Mühe.

Bundesrat will Entnahme ohne vorherige Zustimmung möglich machen

Zu hohe Hürden bei Organspende

Seit Jahren ist die Zahl der Organspenden in Deutschland zu niedrig. Die Bundesländer dringen daher auf eine grundlegende Änderung der rechtlichen Regeln. Im Bundesrat forderten sie ein Gesetz, nach dem die Entnahme von Organen auch ohne die Zustimmung der Betroffenen erlaubt ist.

Ende vergangenen Jahres verabschiedete die Ländervertretung einen Antrag, in dem sie die Bundesregierung dazu auffordert, die sogenannte Widerspruchslösung in das Transplantationsgesetz aufzunehmen. Ein erster Anlauf hierzu war 2020 im Bundestag gescheitert.

Damals beschloss das Parlament eine Regelung, wonach Organspenden nur mit aus-

drücklicher Zustimmung erlaubt bleiben. Anhand einer stärkeren Aufklärung sollten mehr Menschen dazu bewegt werden, über eine Spende nach ihrem Tod nachzudenken. Diese Hoffnung erfüllte sich jedoch nicht: Trotz Informationskampagnen hat bisher nur rund ein Drittel der Bevölkerung eine selbstbestimmte Entscheidung über eine Spende getroffen und in einem

Ausweis festgehalten. In der Praxis liegt bei weniger als 20 Prozent der Fälle, in denen die Entnahme eines Organs möglich wäre, ein schriftlich dokumentierter Wille vor.

Auf dieses Problem weist auch der Bundesrat in seiner Entschließung hin: „In der ganz überwiegenden Zahl der Fälle müssen die Angehörigen entscheiden, die häufig in der akuten Situation des Todes von nahen Angehörigen mit der Entscheidungslast überfordert sind und dann ablehnend oder gar nicht entscheiden.“ Die Länder fordern daher ein Verfahren, bei dem grundsätzlich jeder Mensch als Organspender gilt – es sei denn, die betreffende Person hat zu Lebzeiten widersprochen oder Angehörige tun dies nach deren Tod.

Der Bundesrat wies darauf hin, dass in Deutschland zuletzt insgesamt 8.505 Patient*innen auf eine Organspende warteten. Dem entgegen stand jedoch die Zahl von gerade einmal 2.662 zur Verfügung stehenden Organen. jos/dpa



Foto: fovito / Adobe Stock

Sollen Organe nach dem Tod eines Menschen das Leben anderer retten, müssen Betroffene oder Angehörige dem zuvor zustimmen.



Fotos: Sandra Spindler / metro polis e. V.; Lauren Victoria Mc Kown / Lernen.Leipzig e. V.

Diese großartigen Initiativen bringen Menschen zusammen – anhand von Gesprächen in der Straßenbahn ebenso wie durch die gemeinsame Arbeit im Reparaturcafé.

Zum Tag des Ehrenamtes wurden verschiedene Projekte mit dem Deutschen Engagementpreis ausgezeichnet

Danke, dass ihr unseren Alltag besser macht!

Am 5. Dezember vergangenen Jahres wurde in Berlin der Deutsche Engagementpreis verliehen. Diese bedeutende Auszeichnung für bürgerschaftliches Engagement ging an Menschen, die sich in herausragender Weise für die Gesellschaft einsetzen. Die Kategorien der Preise lauteten unter anderem „Demokratie stärken“, „Grenzen überwinden“ oder „Zusammenhalt leben“. Einige der geehrten Projekte stellen wir an dieser Stelle vor.

Zum Internationalen Tag des Ehrenamtes am 5. Dezember stehen die Menschen im Mittelpunkt, die sich für andere engagieren. Mit dem Deutschen Engagementpreis würdigten aus diesem Anlass zahlreiche Persönlichkeiten aus Politik und Zivilgesellschaft ebendiesen Einsatz. Ihr Dank und ihre Anerkennung galten dabei nicht nur den Preisträger*innen, sondern dem Ehrenamt insgesamt.



Nicht verschwenden, lieber wiederverwenden

Im „Café kaputt“ helfen Ehrenamtliche bei der Instandsetzung von Alltagsgegenständen. Repariert wird alles – vom Toaster über den Liegestuhl bis zur gerissenen Jeans. Neben Sprachmittler*innen machen auch rollstuhlgeeignete Räume eine inklusive Nutzung möglich. Das Reparaturcafé des Vereins „leben.lernen.leipzig“ setzt sich zudem für Umweltbildungsarbeit ein. Den Engagementpreis gab es in der Kategorie „Grenzen überwinden“.

Wer es früh lernt, geht später nicht so schnell unter

Das Deutsche Rote Kreuz in Mecklenburg-Vorpommern setzt sich seit 2010 dafür ein, dass Kinder so früh wie möglich schwimmen lernen. Die Initiative „Rette sich wer's kann – Schwimmen

lernen im Kindergarten“ wurde hierfür in der Kategorie „Leben bewahren“ ausgezeichnet. Das Besondere: Die Beschäftigten der jeweiligen Kita werden zeitgleich zu Schwimmlehrer*innen ausgebildet und können dann die nächsten Kurse selbst durchführen. Dadurch hat das Projekt einen nachhaltigen Effekt.

Die Gesundheit Jugendlicher mit Köpfchen verbessern

In der Kategorie „Chancen schaffen“ überzeugte der Verein „Kopfsachen“. Dort beschäftigen sich junge psychologische Fachkräfte mit der Förderung mentaler Gesundheit. Sie bringen das Thema an Schulen und somit in die Lebenswelt von Jugendlichen ein. In Workshops vermittelt das Team von „Kopfsachen“ die nötigen Grundlagen an Schüler*innen und Lehrkräfte gleichermaßen. An den drei Standorten Berlin, Hamburg und Köln konnten von dieser ganzheitlichen Unterstützung mittlerweile über 11.000 Jugendliche profitieren.



Foto: David Ausserhofer

Das Team vom Bürgerbündnis „Mut machen - Steele bleibt bunt“ mit Bundesministerin Lisa Paus (3. v. li., Bündnis 90 / Die Grünen).

Beherrtes Eintreten für Vielfalt und gegen Hass

Die Aufmärsche einer rechtsextremen Gruppierung in ihrem Ortsteil wollten sie nicht hinnehmen. Daher fanden sich Einzelpersonen sowie Mitglieder von Verbänden, Parteien, Kirchen und Initiativen zusammen und gingen selbst auf die Straße. Dort treten sie seither mit Aufklärung für Toleranz ein. In der Kategorie „Demokratie stärken“ erhielt das Bürgerbündnis „Mut machen - Steele bleibt bunt“ aus Essen hierfür den Deutschen Engagementpreis.



Seit über 100 Jahren wird der SoVD getragen von dem freiwilligen Engagement seiner Mitglieder. Bundesweit sind sie das Rückgrat in den Orts- und Kreisverbänden. Mit der Aktion „SoVD-Superheld*in“ sucht der Verband nun Personen, die sich ehrenamtlich in besonderer Weise verdient gemacht haben. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.sovd.de/sovdsuperhelden.

Anzeige

Vorsorge für den Trauerfall.

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

Sterbevorsorge

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

Interesse? Dann melden Sie sich!

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



Einfach, weil's wichtig ist.

www.sovd.de/sovdsuperhelden



SoVD sieht Ausgestaltung weiterhin kritisch

UPD jetzt als Stiftung

Der SoVD begrüßt die offizielle Anerkennung der Unabhängigen Patientenberatung (UPD) als Stiftung. Weiterhin mit Sorge sieht der Verband jedoch die Einflussmöglichkeiten der Krankenkassen im Stiftungsrat.

Immer wieder hatte der SoVD neben anderen Organisationen eine grundlegende Reform der UPD gefordert und auf einen Neustart hingewirkt. Dabei ging es in erster Linie um deren Unabhängigkeit von wirtschaftlichen Interessen. Als eine starke Stimme kann nun auch der SoVD Mitglieder in den Stiftungsrat der „neuen“ UPD-Stiftung entsenden.

Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier blieb dennoch bei ihrer grundlegenden Kritik an dem Modell. Der große Einfluss der Krankenkassen stelle die Unabhängigkeit der UPD infrage. Engelmeier sagte, viele Menschen wendeten sich gerade deshalb an die UPD, weil sie Auseinandersetzungen mit ihrer Krankenkasse hätten. Wann die UPD ihre Beratung wieder aufnimmt, steht noch nicht fest. SoVD-Mitgliedern steht weiterhin auch die Sozialrechtsberatung des Verbandes zur Verfügung. *jos*

Stiftung will Gemeinschaft in Wohnvierteln stärken

Tag der Nachbarn

Der Tag der Nachbarn ist eine jährliche Initiative der Stiftung nebenan.de zur Stärkung des nachbarschaftlichen Miteinanders. Wer sich mit eigenen Aktionen am 31. Mai beteiligen möchte, kann diese bereits jetzt anmelden.

Die Idee zum Tag der Nachbarn ist einfach: An einem festgelegten Tag im Jahr treffen sich Menschen in ihrer Nachbarschaft – unabhängig von Herkunft, Einkommen, Alter, sozialer Schicht oder religiöser Zugehörigkeit – zu einem Nachbarschaftsfest. Es geht um Austausch und Dialog und darum, der Spaltung unserer Gesellschaft etwas entgegenzusetzen. Das kann ein Picknick, eine Müllsammelaktion im Park oder ein gemeinsamer Spaziergang durch das Viertel sein.

Suchen Sie weitere Informationen oder wollen Sie vielleicht eine eigene Aktion anmelden? Dann besuchen Sie einfach die Internetseite www.tagdernachbarn.de!



Pflegebevollmächtigte Claudia Moll kämpft mit Zwölf-Punkte-Plan für Reformen

Pflegedienste unter Stress

Knappe Zeit, volle Straßen, steigender Bedarf: In der ambulanten Pflege herrscht hoher Druck. Mit einem Bündel von Reformschritten will die Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung, Claudia Moll (SPD), die angespannte Lage in der ambulanten Altenpflege verbessern.

Sie weiß, wovon sie spricht. Denn bis zu ihrer Wahl in den Deutschen Bundestag arbeitete Claudia Moll selbst als Altenpflegerin. Mit ihrem im Dezember veröffentlichten Zwölf-Punkte-Plan will sie daher vor allem den Alltag ambulanter Pflegekräfte erleichtern.

„Wir werden nie wieder so viele Pflegekräfte haben wie jetzt, aber sicher mehr Menschen mit Pflegebedarf“, sagt die SPD-Politikerin. Angesichts der erwarteten Zunahme an Pflegebedürftigen brauche es ein unmittelbar wirksames Verfahren zur Stärkung der ambulanten Pflege. Eine von Claudia Molls Forderungen lautet daher: „Wir brauchen einheitliche Sonderparkrechte für Pflegedienste.“ Denn offensichtlich lehnen einige Dienste heute bereits Anfragen ab, wenn die pflegebedürftige Person in einer Region wohnt, in der man nicht gut parken kann.

Darüber hinaus kann sich die Pflegebeauftragte gut vorstellen, dass ambulante Anbieter künftig Entlastung durch eine KI-gestützte Planung ihrer Touren bekommen.

Angehörige sollen nach den Vorstellungen Molls künftig zudem verstärkt an die Hand genommen werden. „Wer Pflegeberatung im Internet sucht, bekommt über fünf Millionen Treffer“, so die Politikerin. Menschen, die sich an ihre Pflegekasse oder an einen Pflegestützpunkt wenden, sollten vor



Foto: Peter Maszlen / Adobe Stock

In der ambulanten Pflege geht es um Nähe und Zuwendung. Genau das aber lassen die Arbeitsbedingungen immer seltener zu.

diesem Hintergrund nicht einfach nur noch mehr Informationen erhalten. Vielmehr müssten diese Einrichtungen laut Moll



Foto: Holger Gross

Claudia Moll

Kompetenzen aufbauen, um auch die Fallsteuerung ganzheitlich zu übernehmen – also weg von der reinen Beratung, hin zum „Kümmerer“.

Pflegende Angehörige und Betroffene, die Leistungen beantragt haben, sollten zudem nicht mehr an langen und komplizierten Verfahren scheitern. „Sie brauchen auch bessere Verbraucherrechte, wie die Genehmigungsfiktion bei Anträgen, die bei den Pflegekassen länger als drei Wochen liegen“, so Moll. Die Anträge würden dann nach Ablauf dieser Frist automatisch als bewilligt gelten.

Moll setzt sich zudem für eine schnellere Spezialisierung in der Pflege ein. Sie erklärt: „Wir müssen uns von der Vorstellung lösen, dass die Fachkraft, weil sie so umfassend qualifiziert ist, am besten auch alles selber macht.“ Häufig seien Assistenz- und Hilfskräfte für bestimmte Bereiche ebenfalls gut qualifiziert. *jos/dpa*

SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier sprach mit Hermann Gröhe, MdB (CDU), einem der stellvertretenden Vorsitzenden der Bundestagsfraktion der Unionsparteien. Neben Grundversicherung und anderen Themen ging es vor allem um die SoVD-Forderung, auch an Rentner*innen einen Inflationsausgleich zu zahlen. Diesen erhielten bisher nur Berufstätige und Pensionär*innen.

Union über Rente, Inflation und mehr

CDU / CSU-Fraktionsvize Hermann Gröhe, MdB, traf SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und SoVD-Pressesprecher Peter Zernechel zum Gespräch im Bundestag. Der frühere Bundesgesundheitsminister gehörte der von der Regierung eingesetzten Rentenkommission „Verlässlicher Generationenvertrag“ an.

Anlass war Engelmeiers Schreiben vom Herbst an alle Vorsitzenden der demokratischen Fraktionen im Bundestag. Darin forderte der SoVD,

dass auch Rentner*innen einen Inflationsausgleich erhalten.

Bisher gab es Sonderzahlungen nur für Angestellte, teils für Studierende, Praktikant*innen und Fachschüler*innen sowie zuletzt Bundesbeamte*innen – und durch deren angepasste Besoldung und Versorgung auch für Pensionär*innen. Das empfinden Rentner*innen als ungerecht. Auch sie kämpfen mit höheren Preisen und oft zugleich mit kleinen Renten. Die Inflation trifft sie besonders hart.

Gröhe erklärte, das wirke nur wie eine Ungleichbehandlung. Das separate Versorgungssystem für Bundesbeamte*innen – mit der Gültigkeit von Tarifvereinbarungen auch im Ruhestand – sei Teil des „Gesamtpaketes“ öffentlicher Dienst. Da

Berufstätige in der freien Wirtschaft mehr verdienen könnten, sei die gute Pension im Alter ein Ausgleich und für viele erst das Argument für den Staatsdienst.

Auch Allgemeines zur Rente wurde diskutiert; etwa die SoVD-Forderung, das Niveau nicht nur bei 48 Prozent zu sichern, sondern auf 53 anzuheben.

Weitere Themen waren die Schuldenbremse, Grundsicherung und Bürgergeld, die Kindergrundsicherung, mehr Kitaplätze, Ganztagschulen und die Bedeutung von Sport im Rahmen des Teilhabepaketes.

Neben Sozialem ging es auch um die politische Lage. Zum Krieg im Nahen Osten lobte der Unionspolitiker Engelmeiers Einsatz für die Freilassung der von der Hamas Verschleppten.

 **Interview**

„Die Sonderwelten abschaffen“

Der SoVD fordert mehr Engagement für eine inklusive Gesellschaft. Die Vereinten Nationen (United Nations, UN) haben die Inklusion mit ihrer Behindertenrechtskonvention (BRK) seit 2009 zur Pflicht gemacht. Realität ist sie in Deutschland nicht: Das ergab die UN-Staatenprüfung in Genf, der sich die Bundesregierung im August 2023 zum zweiten Mal stellen musste. Das Zeugnis fiel mäßig aus. Anieke Fimmen, behindertenpolitische Referentin des SoVD, war dabei. Sie erklärt, woran es hapert.

Was ergab die Prüfung, setzt Deutschland die BRK um?

Es war zu erwarten, dass die Bundesregierung Kritik kriegen würde. Aber wir als Zivilorganisation fanden die Klatsche noch viel heftiger als gedacht. Erstaunlich, wie interessiert die Leute in Genf waren und wie gut sie nachgefragt haben! Die haben die Regierung nicht mit Ausreden davonkommen lassen, das hat nicht funktioniert.

Ein Hauptkritikpunkt war die immer noch große Segregation – in Schule, Arbeit und Freizeit. Hier werden sogar mehr Förderschulen gebaut. Ein eindrücklicher Satz kam aus der Schweiz: „Ihr müsst in Deutschland aufpassen, dass ihr nicht einfach schleichend eine Umdefinition von Inklusion vornehmt, wenn ihr zum Beispiel sagt, dass Förderschulen Teil des normalen Schulsystems sind.“

Dann die Werkstätten für Menschen mit Behinderungen. Da leben sie schön gesondert in einer anderen Welt und keiner kriegt mit, dass es sie gibt. Diese Kritik war zu erwarten. Auch von uns war das ein großer Punkt in unserem Statement zu Beginn.

Und großes Thema war, dass die Arbeitslosenquote von Menschen mit Behinderungen viel höher ist und sie länger arbeitslos sind als Menschen ohne Behinderungen.

Also vor allem bei Schule und Arbeitswelt steht Deutsch-



Anieke Fimmen

land im Vergleich schlecht da?

Entwicklungsländer werden ja anders geprüft als wir als Industriestaat. Aber was die Weiterentwicklung angeht, sind wir gerügt worden, dass wir viel mehr stagnieren als andere. Österreich wurde oft als positives Beispiel genannt oder England, Skandinavien. Wir haben die Arroganz: „Ach, bei uns ist doch schon alles okay, wir müssen nix machen.“

Was ist der größte Widerspruch zu den Vorgaben der UN und muss sich sofort ändern?

De-Institutionalisierung, also man muss die Sonderwelten abschaffen. Menschen mit Behinderungen sind in einer besonderen Kita, einer besonderen Schule, wohnen in Einrichtungen, arbeiten in WfbMs. Sie müssen sichtbar werden und zur normalen Gesellschaft dazugehören. Auch beim Wohnen muss viel passieren.

Und: Gewaltschutz! Menschen mit Behinderungen sind besonders häufig Gewalt ausgesetzt. Da muss Deutschland unbedingt ran.

Was sind sonst noch konkrete Probleme im Alltag?

Vieles ist nicht barrierefrei. Menschen können nicht richtig an der Gesellschaft teilnehmen, wenn sie wo nicht hinkommen, Mobilität sowie digitale Angebote nicht barrierefrei sind. Das berichten auch unsere Mitglieder.

Und die medizinische Versorgung ist desolat. Von wegen freie Arztwahl! Die haben Menschen mit Behinderungen nicht, weil sie nicht in Praxen reinkommen. Das ist schlimm, weil gerade sie auf gute Versorgung angewiesen sind.

Sie sitzen selbst im Rollstuhl. Was ärgert Sie persönlich?

Die Grundeinstellung, dass Menschen mit Behinderungen so defizitär betrachtet werden: „Was kannst du alles nicht?“ – Schade, dass man nicht einen positiveren Blick hat. Das habe ich zum Beispiel in den USA erlebt, wo ich mehrere Jahre gelebt habe.

Zudem die bauliche Barrierefreiheit. Das wurde auch in Genf gesagt: Wenn Gebäude nicht barrierefrei sind, dann kannst du noch so gut sein für einen Job. Wenn du nicht ins Bürohaus kommst, nimmt dich der Arbeitgeber nicht.
Interview: Eva Lebenheim



Austausch zum Welttag, v. li.: SoVD-Vorstandsvorsitzende und DBR-Sprecher*innenratsmitglied Michaela Engelmeier, Staatssekretär Dr. Rolf Schmachtenberg und SoVD-Referentin Anieke Fimmen.

Deutscher Behindertenrat: Veranstaltung zum Welttag

Inklusion als Aufgabe für die ganze Gesellschaft

„Deutschland wurde geprüft: UN-Behindertenrechtskonvention jetzt umsetzen!“, forderte der SoVD mit den anderen Verbänden im Deutschen Behindertenrat (DBR) zum Internationalen Tag der Menschen mit Behinderungen. Deren Belange rückt der 3. Dezember seit 1993 ins Bewusstsein. Der SoVD sieht den Tag als Weckruf.

An der Welttagsveranstaltung in Berlin nahmen auch Michaela Engelmeier, SoVD-Vorstandsvorsitzende und Mitglied im DBR-Sprecher*innenrat, sowie SoVD-Referentin Anieke Fimmen teil. Fimmen war vor Ort gewesen, als die Vereinten Nationen prüften, wie ihre Mitgliedstaaten die Behindertenrechtskonvention umsetzen. Davon berichtete sie plastisch auf dem Podium.

Der DBR hatte im Vorfeld der Staatenprüfung den Parallelbericht der Zivilgesellschaft koordiniert, die Redaktionsgruppe geleitet und dann die Delegation in Genf angeführt.

Engelmeier sagte zum Welttag: „Deutschland und die ganze Welt stehen gerade vor großen Herausforderungen, die in ihrer Komplexität und Häufung so nicht zu erwarten waren. Als Gesellschaft müssen wir zusammenrücken, für eine offene, demokratische Gesellschaft entstehen und gemeinsame Lösungen finden. Der 3. Dezember muss trotz alledem daran erinnern, dass wir das Ziel einer inklusiven Gesellschaft nicht aus den Augen verlieren dürfen!“

Zudem wurde der Staffelstab für den DBR-Vorsitz weitergereicht. Für 2024 übergab ihn Sigrid Arnade von Weibernetz e. V. an Verena Bentele vom VdK. Alle vier Jahre übernimmt der SoVD. *ele*

 **SoVD im Gespräch**

Visionen für ein Europa für alle diskutiert

Um Teilhabe von Menschen mit Behinderungen ging es auch bei der Konferenz „Europa für Alle: Auf dem Weg zu Inklusion und Chancengleichheit“ in Leipzig im Dezember. Dazu hatten Dr. Katarina Barley, Vizepräsidentin des Europaparlaments, und die Europa-SPD viele Politiker*innen, Bürger*innen und Expert*innen eingeladen, darunter den SoVD.

Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, begleitet von Referentin Anieke Fimmen, war Teil der Podiumsdiskussion „Eu-

ropa inklusiv – unsere Vision“. Diese ging der Frage nach, wie Europa Barrieren abbauen, Vielfalt fördern und den Wandel zur Inklusion gestalten kann. Zudem gab es Arbeitsgruppen zu gleichen Chancen, Arbeitswelt und Möglichkeiten in Europa. Thema war auch der neue Europäische Behindertenausweis.

Bündnis für die junge Generation

Der SoVD unterstützt das Bündnis für die junge Generation, gegründet 2022 von Lisa Paus, Bundesministerin

für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Bündnis 90/Die Grünen). Zum Jahrestreffen in Berlin Ende 2023 waren SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und Bundesjugendvorsitzender Sebastian Freese eingeladen. Sie tauschten sich darüber aus, wie man jugendpolitisch mehr bewirken könnte – etwa mit Susanna Karawanskij, Präsidentin der Volkssolidarität.

Vorträge und Foren widmeten sich dem Aufwachen in Krisenzeiten: ob Klima, Krieg, Inflation, Fachkräftemangel, Pandemiefolgen, psychische Gesundheit oder bei Gleichberechtigung und Teilhabe. „Vergesst Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderungen in der aktuellen Krise nicht! Sie sind derzeit besonders belastet“, so Engelmeier.



SoVD-Bundesjugendvorsitzender Sebastian Freese besuchte mit der Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier das Jahrestreffen des Bündnisses für die junge Generation zum Thema: „Aufwachen in Krisenzeiten“. Das Bündnis sei „wichtig, um jungen Menschen Stimme und Gehör zu verschaffen“, so Freese. Inzwischen hat es rund 200 Unterstützer*innen aus Wissenschaft, Kultur und Gesellschaft.

Bis zu fünf Tage bei leichten Erkrankungen

Krankschreibung per Telefon wieder möglich

Der Gemeinsame Bundesausschuss hat am 7. Dezember entschieden, die telefonische Krankschreibung erneut zu erlauben. Das soll Hausarztpraxen während der Erkältungssaison entlasten. Erstmals wurde das Instrument während der Corona-Pandemie eingeführt.

Patient*innen können bei leichteren Erkrankungen ohne schwere Symptome nach telefonischer Konsultation für maximal fünf Kalendertage krankgeschrieben werden. Voraussetzung dafür ist, dass die Person in der Praxis bekannt und eine Videosprechstunde nicht möglich ist.

Mitten in der Erkältungswelle bringt diese Entscheidung den hausärztlichen Praxen etwas Entlastung.

Ebenfalls neu ist, dass sie Eltern die Bescheinigungen für den Bezug von Kinderkrankengeld auch für maximal fünf Tage telefonisch ausstellen können, wenn sie das Kind kennen.



Foto: Denis Mamin / Adobe Stock

Erkrankte können in der Praxis anrufen, statt sich ins überfüllte Wartezimmer zu setzen.

Personalien

Am 8. Januar begeht **Matthias Herter** seinen 60. Geburtstag. Der Geschäftsführer der meravis Immobiliengruppe studierte in Hannover Wirtschaftswissenschaften und trat dem SoVD bereits vor 20 Jahren bei. Herter ist begeisterter Triathlet und sitzt zudem im Vorstand der Reichsbund Stiftung, die verschiedene soziale Projekte fördert.



Veranstaltung für Familien beim SoVD

Märchenhafter Advent

Am ersten Advent begeisterte „Der gestiefelte Kater“ der Brüder Grimm die Gäste des SoVD – und das vor allem dank zahlreicher mitreißender Lieder. „Musical mobil“, ein Tournée-Theater aus Leipzig, sorgte für leuchtende Kinderaugen in der SoVD-Bundesgeschäftsstelle in Berlin.

Bei den Aufführungen von „Musical mobil“ erstrahlen bekannte Märchen nicht nur schauspielerisch in neuem Glanz, sondern auch musikalisch. Diesmal wurde „Der gestiefelte Kater“ gezeigt.

Zu der barrierefreien Veranstaltung im Dezember am ersten Adventssonntag hatte der SoVD Familien aus der Hauptstadt eingeladen. Das Besondere an diesem gelungenen Nachmittag war, dass weder finanzielle Hürden noch bauliche Barrieren eine Rolle spielten. Die einzigen Geldbeiträge flossen bei diesem Anlass in Form von Spenden zugunsten der Kältehilfe.



Foto: Jan Mirbeth

Uwe Oberthür als Titelheld in der Musicaladaption vom „Gestiefelten Kater“.

Deutsches Institut für Menschenrechte übt Kritik an Bundesregierung

Ältere zu wenig geschützt?

Das Deutsche Institut für Menschenrechte wirft der Bundesregierung vor, sich nicht ausreichend für den Schutz älterer Menschen vor Gewalt und Diskriminierung einzusetzen. Deutschland habe sich bei der Befragung durch die Arbeitsgruppe der Vereinten Nationen (UN) gegen die Schaffung einer neuen Konvention zum Schutz Älterer ausgesprochen.

Die Direktorin des Institutes, Beate Rudolf, sprach von einer verpassten Chance. Angesichts der weltweit wachsenden Zahl älterer Menschen, auch in Deutschland und Europa, sei die Blockade der Bundesregierung in dieser Angelegenheit ein eklatanter Fehler. Zuletzt, so Rudolf, habe gerade die Corona-Pandemie deutlich gezeigt, wie verletzlich ältere Menschen sein könnten. Einschneidende Auswirkungen auf deren Alltag hätten auch der Klimawandel oder die Digitalisierung. Anders als von der Bundesregierung in ihrer Antwort an die Arbeitsgruppe angegeben seien die besonderen Bedürfnisse dieser Gruppe nicht hinreichend durch andere UN-Konventionen abgedeckt.

Dem Institut für Menschenrechte zufolge sei bisher in keinem Abkommen das Recht auf eine Palliativversorgung oder -pflege geregelt. Ebenso verhalte es sich beim Schutz vor Gewalt und finanzieller Ausbeutung sowie bei einer Diskri-



Foto: JackF / Adobe Stock

Aufgrund gesellschaftlicher Veränderungen fühlen sich viele ältere Menschen in ihrem Alltag nicht mehr ausreichend sicher.

minierung aufgrund des Alters. Betroffene könnten sich hierbei bisher auf keine spezifische Regelung berufen.

Wie wichtig Abkommen der Vereinten Nationen für die Durchsetzung der Rechte bestimmter Gruppen sind, zeigt sich in besonderer Weise am Beispiel der UN-Behindertenrechtskonvention. Dieses Über-

einkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen regelt zentrale Bereiche wie Inklusion und Barrierefreiheit und ist seit 2009 in Deutschland geltendes Recht. Als unabhängige Monitoring-Stelle überwacht das Institut für Menschenrechte die Umsetzung der Konvention auf nationaler Ebene. jos/dpa

Lehnt die Kasse den Antrag auf einen Pflegegrad ab, sollten Sie sich wehren

Mit Widerspruch nicht zögern

Wer im Alltag auf Unterstützung angewiesen ist, kann bei der Pflegekasse einen Antrag auf die Zuerkennung eines Pflegegrades stellen. Dieser ist entscheidend für die Höhe des gezahlten Pflegegeldes. Wenn die Kasse den Pflegegrad ablehnt oder aber ihn zu niedrig festsetzt, können Versicherte Widerspruch einlegen. Damit sollte man jedoch nicht zu lange warten.

Grundsätzlich gilt für den Widerspruch die Frist von einem Monat. Diese beginnt mit der Zustellung des Bescheides. Darauf weist die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen (NRW) hin. Wer nicht mehr weiß, wann genau der Bescheid in der Post lag, nimmt dessen Datum als Grundlage.

Innerhalb des einen Monats muss der Widerspruch dann bei der Pflegekasse eingegangen sein. Um das sicherzustellen – und um im Streitfall einen Nachweis parat zu haben –, rät die Verbraucherzentrale, den Widerspruch persönlich abzugeben und sich den Eingang bestätigen lassen. Auch wer ihn per Einschreiben verschickt, geht auf Nummer sicher. Viele Pflegekassen bieten zudem die Möglichkeit, einen Widerspruch online einzulegen.

Was die Formulierung angeht, reicht es zunächst einmal aus, der Pflegekasse mitzuteilen, dass man Widerspruch gegen



Foto: Kzenon / Adobe Stock

Ablehnende Bescheide sind ärgerlich, doch Widersprüche bringen oftmals Erfolg – vorausgesetzt, sie erfolgen rechtzeitig.

eine bestimmte Entscheidung einlegt. Die genaue Begründung kann man später nachreichen. Dafür sollten Versicherte den Bescheid und das Gutachten des Medizinischen Dienstes genau prüfen und zusammentragen, in welchen Punkten sie anderer Meinung sind. Hierbei

können Pflegestützpunkte oder auch die Sozialrechtsberatung des SoVD unterstützen. Auf Grundlage des Widerspruches prüft die Pflegekasse dann ihre Entscheidung. Lehnt sie den Pflegegrad erneut ab, können Versicherte Klage beim Sozialgericht einreichen. jos/VZ

Höhere Grundsicherung, Ende der Preisbremsen, teurere Pflegeversicherung und weitere Neuerungen

Überblick: Viele Änderungen im neuen Jahr

Zum Jahreswechsel und im Laufe des Jahres 2024 treten einige Neuerungen in Kraft. Höhere Sozialbeiträge und steigende Energiepreise werden für weniger Geld in den Taschen sorgen. Verbesserungen gibt es dagegen bei der Grundsicherung und für pflegende Angehörige. Weil der Bundeshaushalt noch nicht beschlossen ist, können sich auch noch kurzfristige Änderungen ergeben.

Mindestlohn steigt

Der Mindestlohn steigt zum 1. Januar von 12 auf 12,41 Euro in der Stunde. Der SoVD hatte einen deutlich höheren Wert gefordert. Im Zuge der Mindestlohnerhöhung steigt auch die Obergrenze für sogenannte Minijobs von 520 auf 538 Euro im Monat.

Höhere Grundsicherung

Die mehr als fünf Millionen Bürgergeld-Empfänger*innen erhalten zum 1. Januar 2024 im Schnitt rund zwölf Prozent mehr Geld. Für Alleinstehende bedeutet das ein Plus von 61 auf 563 Euro im Monat. Erwachsene, die in Partnerschaft zusammenleben, bekommen 506 Euro. Für Kinder liegen die Sätze je nach Alter zwischen 357 und 471 Euro.

Mehr Pflegegeld

Das Pflegegeld in der häuslichen Pflege wird um fünf Prozent erhöht – je nach Pflegestufe sind das monatlich 16 bis 45 Euro mehr. Auch in der ambulanten Pflege steigen die Sachleistungsbeträge um fünf Prozent.

Wer Angehörige pflegt, hat ab 2024 jährlich Anspruch auf Pflegeunterstützungsgeld für zehn Arbeitstage je pflegebedürftiger Person.

Höheres Renteneintrittsalter

Auf 66 Jahre steigt zu Beginn des Jahres die reguläre Altersgrenze. Dies gilt für Versicherte, die 1958 geboren wurden.

Bei der als „Rente ab 63“ bezeichneten Altersrente für besonders langjährig Versicherte steigt die Altersgrenze für 1960 Geborene auf 64 Jahre und 4 Monate. Die abschlagsfreie Altersrente für besonders

langjährig Versicherte kann in Anspruch nehmen, wer mindestens 45 Jahre in der gesetzlichen Rentenversicherung versichert war.

Änderungen beim Elterngeld

Das Elterngeld, das Mütter und Väter als Lohnersatzleistung erhalten, wenn sie nach der Geburt eines Kindes zu Hause bleiben, soll ab April nur noch an Paare gehen, die ein zu versteuerndes Jahreseinkommen von maximal 200.000 Euro haben. Für Alleinerziehende



Foto: Peter Atkins / Adobe Stock

Einkommengrenzen und Bezugsdauer beim Elterngeld ändern sich ab April.

de soll die Grenze ab April bei 150.000 Euro liegen. Die Pläne sind wegen der Verzögerungen beim Bundeshaushalt aber noch nicht endgültig beschlossen. Sie sollen nur für Eltern gelten, deren Kind nach dem 31. März 2024 geboren wird.

Auch bei der Aufteilung der Elternzeit sind Änderungen geplant. Es bleibt bei der maximalen Bezugsdauer von 14 Monaten. Diese können Eltern aber nur noch beanspruchen,

wenn sie maximal einen Monat parallel in Elternzeit gehen. Mindestens einen der Partnermonate müssen sie innerhalb des ersten Lebensjahres des Kindes jeweils allein nehmen. Bei Mehrlingsgeburten soll diese Änderung nicht gelten.

Anhebung des Grundfreibetrages

Der steuerliche Grundfreibetrag, also das jährliche Einkommen, bis zu dem keine Steuern gezahlt werden müssen, steigt im nächsten Jahr. Vorgesehen ist eine Anhebung auf 11.784 Euro. Beim Kinderfreibetrag steht eine Erhöhung auf 6.612 Euro erhöht an.

Sozialversicherungsbeiträge steigen

Der durchschnittliche Zusatzbeitrag in der gesetzlichen Krankenversicherung steigt von 1,6 auf 1,7 Prozent des Einkommens. Wie hoch er genau ausfällt, legt jede Krankenkasse für sich fest und informiert ihre Versicherten.

Auch in der Pflegeversicherung gibt es Veränderungen. Der reguläre Beitragssatz steigt von 3,05 auf 3,4 Prozent des Einkommens. Für Kinderlose ab 23 Jahren und Eltern, deren Kinder älter als 25 sind, steigt er von 3,4 auf 4 Prozent.

Änderung der Beitragsbemessungsgrenzen

In der gesetzlichen Renten- und der Arbeitslosenversicherung liegen die neuen Grenzwerte im Westen bei 7.550 Euro pro Monat und im Osten bei 7.450 Euro. Die Beitragsbemessungsgrenze für die gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung steigt auf 5.175 Euro pro Monat. Bis zu einem Einkommen dieser Höhe werden Sozialabgaben abgeführt, darüber Hinausgehendes ist abgabenfrei.

Höhere CO₂-Steuer

Die Bundesregierung erhöht den Preis für den Ausstoß einer Tonne Kohlenstoffdioxid von 30 auf 45 Euro. Damit steigen die Kraftstoffpreise um 4 bis 5 Cent je Liter. Auch Heizen und der Stromverbrauch werden teurer, sofern dafür fossile Energieträger wie Gas genutzt werden.

Mehrwertsteuer für Speisen

In der Gastronomie gilt vom 1. Januar an wieder der normale Mehrwertsteuersatz von



Foto: Monkey Business / Adobe Stock

Die Anhebung des Mindestlohnes fällt in diesem Jahr sehr niedrig aus. Lediglich 41 Cent pro Stunde gibt es mehr.

19 Prozent statt vorübergehend 7 Prozent für Speisen. Der reduzierte Satz war während der Corona-Pandemie zur Entlastung von Restaurants eingeführt worden. Nun wurde die Ausnahme nicht weiter verlängert. Der Restaurantbesuch dürfte deshalb ab Januar teurer werden.

Ende der Preisbremsen

Die Deckelung der Strom- und Gaspreise lief nun doch Ende 2023 aus. Von Januar bis zum Jahresende waren die Preise auf 12 Cent pro Kilowattstunde für Gas und 40 Cent pro Kilowattstunde für Strom gedeckelt. Dies galt für 80 Prozent des Vorjahresverbrauches.

Mit dem Ende des Wirtschaftsstabilisierungsfonds endet auch diese Maßnahme, obwohl der Bundestag ursprünglich eine Verlängerung bis zum 31. März 2024 beschlossen hatte. In den allermeisten Verträgen liegen die aufgerufenen Preise derzeit aber unter den Grenzwerten der Preisbremsen. Eventuell kann sich ein Vertragswechsel lohnen, um mehr zu sparen.

Online-Klinik-Atlas

Welche Leistungen und welche Behandlungsqualität bietet ein Krankenhaus an? Ab April sollen Bürger*innen diese Informationen in einem Online-Portal nachlesen können. Das sogenannte Transparenzverzeichnis soll als interaktives Portal verständlich über das Angebot an bundesweit rund 1.700 Klinikstandorten informieren.

E-Rezept wird Pflicht

Ab Januar wird das Rezept zum Standard im Gesundheitswesen. Patient*innen erhalten in der Arztpraxis dann nicht mehr den rosafarbenen Zettel, um Medikamente in der Apotheke zu holen. Stattdessen wird das Rezept in einer App oder direkt in der Gesundheits-

karte der Krankenversicherung gespeichert.

Doch der endgültige Abschied vom Papierrezept ist das noch nicht. Wer möchte, kann das Rezept wie gewohnt in der Arztpraxis in Papierform erhalten. Die Rezeptverordnung ist ein einfacher, weißer Ausdruck mit dem entsprechenden Rezeptcode, den die Apotheke ausliest.

Ausweitung der Pfandpflicht

Zur Reduzierung von Verpackungsmüll wird ab 2024 auch auf Milch und Milchkäsegetränken in Plastikflaschen Pfand fällig. Wie für andere Einwegflaschen beträgt dieser Betrag 25 Cent.

Außerdem wird es keine losen Deckel bei Plastikflaschen mehr geben. Bei Flaschen mit einem Inhalt von bis zu drei Litern muss der Verschluss fest am Flaschenhals befestigt sein.

Brustkrebs-Früherkennung

Die Altersobergrenze der kostenlosen Brustkrebsvorsorge für gesetzlich Versicherte wird von 69 auf 75 Jahre angehoben. Gelten soll die Neuregelung zum 1. Juli 2024. Ab dann können sich die neu anspruchsberechtigten Frauen für einen Untersuchungstermin anmelden.

Cannabis-Legalisierung

Im Laufe des Jahres soll der Besitz von Cannabis für Erwachsene erlaubt werden. Geplant ist bisher eine Legalisierung zum 1. April. Ob der Zeitplan klappt, ist aber noch nicht sicher. 25 Gramm sollen im öffentlichen Raum zulässig sein; im privaten Bereich bis zu 50 Gramm aus Eigenanbau. Später im Jahr können Cannabis-Clubs zum gemeinsamen Anbau öffnen. Außerdem steht eine Überarbeitung der Grenzwerte für die Bestimmung der Fahrtüchtigkeit bei Marihuana auf dem Programm. str/dpa



Foto: Gorodenkoff / Adobe Stock

Der Restaurantbesuch war bereits bisher für viele ein Luxus. Im nächsten Jahr dürfte das Vergnügen noch teurer werden.



Foto: Krakenimages.com / Adobe Stock

Hinter plötzlichen Sprachstörungen oder Lähmungserscheinungen kann ein Schlaganfall stecken – reagieren Sie darauf schnell!

Bei Verdacht auf Schlaganfall den Notruf wählen

Rechtzeitig Hilfe holen

Die Anzeichen für einen Schlaganfall treten plötzlich auf. Wer sie bei sich oder anderen beobachtet, sollte nicht zögern, die Notrufnummer 112 zu wählen. Diese Alarmzeichen sollten Sie kennen.

Bei einem Schlaganfall blockiert ein Blutgerinnsel ein Gefäß im Gehirn und mindert die Versorgung mit Sauerstoff. Mit jeder Minute, die bis zur Behandlung verstreicht, steigt das Risiko für bleibende Schäden. Das können Warnzeichen für einen Schlaganfall sein:

- Sehen ist plötzlich nicht mehr wie gewohnt möglich. Betroffene schauen wie durch eine beschlagene Brille.
- Betroffene sprechen in abgehackten Sätzen, verdrehen Silben oder lallen. Einige haben auch Schwierigkeiten, zu verstehen, was man zu ihnen sagt.
- Lähmungserscheinungen und Taubheitsgefühle machen sich bei einem Schlaganfall meist auf nur einer Körperseite bemerkbar. Gesicht, Hände und Arme sind am häufigsten betroffen. Typisch ist ein herunterhängender Mundwinkel.
- Es tritt ein Schwindelgefühl auf, alles dreht sich oder schwankt. Einige erleben dabei auch das Gefühl, als würden sie mit einem Fahrstuhl hinuntersausen.
- Starke Kopfschmerzen machen sich bemerkbar. Diese können bis hin zu Übelkeit und Erbrechen führen.

Treten diese Symptome ganz plötzlich auf, ist schnelle Hilfe ein Muss. Das gilt auch, wenn die Symptome nach wenigen Minuten wieder abklingen. Das spricht für eine transitorische ischämische Attacke (TIA), die oft Vorboten eines Schlaganfalls ist. *jos/dpa*

Wissensvermittlung für Haupt- und Ehrenamt

Seminarkalender 2024

Der SoVD-Bundesverband bietet 2024 mehrere Seminare für Interessierte an. Diese behandeln wichtige Themen für die Verbandsarbeit – unter anderem Kassenführung, politische Interessenvertretung oder das Erstellen von Inhalten für die SoVD-Medien.

Die Seminare finden an mehreren Terminen in der SoVD-Bundesgeschäftsstelle in Berlin statt und decken vielfältige Fragen rund um die Tätigkeiten im Verband ab. Bei einigen Veranstaltungen ist auch ein hybrides Format möglich. Die Seminare helfen den Verantwortlichen bei der täglichen Arbeit im Orts- oder Kreisverband.

Unter www.sovd.de/seminare befindet sich die Auflistung der bisher geplanten Seminare im Jahr 2024 inklusive Informationen zu Zielgruppen, Referent*innen und Zeitplänen. Dort gibt es auch die Möglichkeit zur Anmeldung. *str*



Foto: contrastwerkstatt / Adobe Stock

Auch 2024 gibt es wieder nützliche Seminare beim SoVD.

Nach der Selbsttötung ihres Sohnes macht eine Familie ihr Schicksal öffentlich

Sprechen über das Udenkbare

Wie gehen Eltern damit um, wenn sich ein Kind das Leben nimmt? Schweigen und Verstecken sind das Schlechteste, findet eine Familie aus Frankfurt. Sie will helfen, psychische Krankheiten besser zu erkennen. Auch ein Roman über ihr Erlebtes soll Gespräche über das schwierige Thema ermöglichen.

„Wenn wir damals gewusst hätten, was wir heute wissen, wäre es vielleicht anders ausgegangen“, sagt Alix Puhl. Damals, das ist der Zeitraum vor Emils Tod. Im Corona-Sommer 2020 nahm sich eines der vier Kinder der Frankfurter Familie mit 16 Jahren das Leben. Damit anderen erspart bleibt, was Emil erleiden musste, gehen die Puhls an die Öffentlichkeit. Sie wollen dazu beitragen, dass psychische Krankheiten früher erkannt werden.

Emil war besonders, sagt die Mutter in der Küche, in der nur noch fünf statt sechs Stühle um den großen Esstisch stehen. Emil hatte eine bei Hochbegabten häufige Form des Autismus und litt zuletzt an einer schweren Depression – was den Eltern lange Zeit beides nicht klar war. Der Jugendroman „Alle Farben grau“ von Martin Schäuble versucht, sich in ein solches Kind hineinzusetzen. Auch wenn der Protagonist Paul heißt und Details verfremdet wurden, ist es doch Emils Geschichte. Das Buch sei „eine Tür, um ins Gespräch zu kommen“, hofft Alix Puhl.

Dass die Puhls nicht schweigen wollten, hat mit ihren Erfahrungen nach Emils Tod zu tun. „So viele Menschen kamen auf uns zu und erzählten von Suiziden in ihrem Umfeld“, erzählt Puhl. „Viele sagten: ‚Das ist das erste Mal, dass ich darüber spreche. Aber bitte sagen Sie es niemandem.‘“

Der Kontakt zwischen dem Buchautor Martin Schäuble und der Familie Puhl kam über gemeinsame Bekannte zustande. Anstoß war die Gedenkfeier zu Emils erstem Todestag, auf der die Eltern einen Brief an ihren toten Sohn vorlasen. Schäuble lernte über diese Vermittlung die Puhls kennen und war beeindruckt, wie „schonungslos und ehrlich“ sie waren. Monatlang führte er Gespräche. Ein Sachbuch kam für ihn nicht infrage. „Mit einem Roman hat man die Chance, viel mehr Menschen zu erreichen. Aber ich wollte auch echte Menschen: Von ihnen kann man am meisten lernen.“

Wie die Puhls spürt auch Schäuble, wie groß die Angst vieler Menschen ist, sich dieser Erfahrung zu stellen. „Das Thema ist nicht groß, es ist riesig. Und doch – oder vielleicht deswegen – ist es verdammt schwer, darüber zu sprechen.“ In Lesungen und Interviews will er „Vertrauensarbeit“ leisten: „Nur

weil man nicht darüber spricht, geht das Thema ja nicht weg. Man muss keine Angst haben vor diesem Buch.“

In „Alle Farben grau“ wird die Tat selbst, ebenso wie eine Ankündigung zuvor, komplett ausgespart. An der Stelle, wo sich Paul in dem Roman das Leben nimmt, hat der Verlag zwei schwarze Seiten eingefügt. „Nur sehr wenige Menschen wissen, was auf diesen Seiten geschehen ist“, sagt Alix Puhl.

In Deutschland sterben mehr Menschen durch Selbsttötung als durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten, illegale Drogen und AIDS zusammen, erklärt die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS). Auf jeden Suizid kommen statistisch 10 bis 20 Versuche. Das Themenfeld verdient daher eine deutlich größere Beachtung. Zwar



Martin Schäuble: Alle Farben grau. Verlag S. Fischer, ISBN: 978-3-7373-4329-9, 15 Euro.

steigt das Suizidrisiko mit zunehmendem Lebensalter. Aber in der Gruppe der 15- bis 25-Jährigen ist der Freitod nach Angaben der DGS weltweit die zweithäufigste Todesursache.

Laut Statistischem Bundesamt nahmen sich 2022 in Deutschland 172 Jugendliche zwischen 15 und 20 Jahren das



Foto: Helmut Fricke / dpa

Alix Puhl verlor ihren Sohn durch Suizid. Sie spricht über das Schicksal ihrer Familie, um anderen zu helfen.

Leben und 20 Kinder unter 14 Jahren. „Wissenschaftler gehen davon aus, dass sehr viele Menschen, die durch einen Suizid sterben, zu diesem Zeitpunkt an einer psychischen Erkrankung litten“, heißt es bei der DGS.

Daher wollen die Puhls aufklären. Sie haben ein gemeinnütziges Unternehmen gegründet, das Fortbildungen anbietet, um psychische Krankheiten früher zu erkennen. Dafür wurde Emils leeres Zimmer zum Büro. Inzwischen hat der Verein „tomoni mental health“ zehn Mitarbeitende. Und auch eine Stiftung, die die Puhls eingerichtet haben, widmet sich intensiv der Suizidprävention. *Sandra Trauner/jos*

Haben Sie selbst suizidale Gedanken oder sorgen Sie sich um einen nahestehenden Menschen? Hilfe und anonyme Beratung bietet die Telefonseelsorge unter Tel.: 0800/11 10 111 oder 0800/11 10 222. Weitere Unterstützung finden sie online unter: www.telefonseelsorge.de.



Foto: Caroline Seidel / picture-alliance / dpa

Die Zahl der Suizide in unserer Gesellschaft ist hoch. Der Gedanke, freiwillig aus dem Leben zu gehen, gilt oftmals noch als ein Tabu.

Lässt das Gedächtnis nach, kommt es auf die richtige Diagnose an

Demenz oder Vergesslichkeit?

In Deutschland leben rund 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. Die meisten davon haben eine Alzheimer-Erkrankung. Manchmal stecken aber auch andere Ursachen hinter Vergesslichkeit und Verwirrtheit. Wir erklären, was Sie dazu wissen müssen und wann Sie zum Arzt gehen sollten.

Wenn das Gedächtnis bei Partner*innen, Eltern oder Geschwistern nachlässt, fragen sich Angehörige, ob dies erste Anzeichen einer Demenz sind. Vergisst eine Person häufiger Namen oder Wörter, ist das noch kein Grund zur Panik. „Kommt es hingegen öfters vor, dass jemand Verabredungen und Arzttermine vergisst, Gesagtes nach kurzer Zeit wiederholt oder die Orientierung nachlässt, sollten Angehörige hellhörig werden“, sagt Marion Langhorst von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. Insbesondere gelte das dann, wenn zusätzlich ein sozialer Rückzug und Persönlichkeitsveränderungen auftreten. Dahinter könne Demenz stecken.



Foto: photoschmidt/Adobe Stock

Tauchen Gegenstände häufiger an ungewöhnlichen Orten auf, kann dies ein Anzeichen für beginnende Demenz sein.

ter Druck des Gehirnwassers“, sagt Langhorst. Manche dieser Probleme können behandelt werden; allerdings nur, wenn es eine Diagnose gibt und die Ursache feststeht.

Einige Menschen schrecken jedoch vor einer Untersuchung zurück – auch aus Angst, dass

sie in der Folge vielleicht ihre Eigenständigkeit verlieren. Doch Langhorst beruhigt: „Die Diagnose bedeutet nicht, dass man automatisch geschäftsunfähig ist.“

Oft fällt es Angehörigen auch schwer, die Veränderungen als Krankheit zu akzeptieren. „Tatsächlich berichten Angehörige, dass sie Schritt für Schritt ihren Partner verlieren. Das ist sehr schmerzhaft“, so Langhorst, die regelmäßig am Alzheimer-Telefon Betroffene berät. Doch Verdrängen helfe da leider wenig. Denn traurige Tatsache ist: Alzheimer ist derzeit nicht heilbar. „Dennoch gibt es die Möglichkeit, Symptome abzumildern, indem man den Umgang mit Betroffenen verändert und seine Kommunikation an die Krankheit anpasst“, erklärt Langhorst.

jos/dpa

Info

Das Alzheimer-Telefon unter der Nummer: 030/259 37 95 14 ist ein bundesweites Beratungsangebot für Menschen mit Demenz und für deren Angehörige. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit einer Beratung per E-Mail finden Sie zudem auch im Internet auf der Seite: www.deutsche-alzheimer.de.

Bestimmte Verhaltensweisen können auf eine Demenz hindeuten: Die Brille liegt im Kühlschrank, die Milch lagert in der Badewanne. Wichtig ist dann, die Ursachen abzuklären. Denn Gründe für solche kognitiven Veränderungen gibt es viele.

„Dahinter können Hormonveränderungen oder eine schwere Depression stecken – auch Pseudodemenz genannt, aber auch Nebenwirkungen von Medikamenten, Flüssigkeitsmangel oder ein veränder-

Weniger Betreuungsplätze wegen Fachkräftemangel

Zunehmend Personalnot in der Behindertenhilfe

Die Diakonie Deutschland schlägt Alarm: Immer häufiger würden Anfragen von Menschen mit Behinderungen oder psychischen Erkrankungen nach Betreuungsplätzen abgelehnt. Der Grund hierfür sei, dass es vielerorts an Fachkräften fehle.

Laut einer Erhebung der Diakonie bleiben 60 Prozent der offenen Stellen länger als sechs Monate unbesetzt. Mehr als jede zweite Einrichtung gab bei der Befragung an, dass Plätze in Einrichtungen aus diesem Grund nicht wiederbesetzt werden konnten.

Der diakonische Fachverband deckt nach eigenen Angaben wesentliche Teile der Angebote der Behindertenhilfe sowie der Sozialpsychiatrie in Deutschland ab. Er rief die Bundesregierung dazu auf, einen Runden Tisch gegen den Fachkräftemangel zu initiieren, da dieser die Teilhabe von Menschen mit Behinderungen bedrohe.

jos/dpa



Foto: unai/Adobe Stock

Fehlt es am Personal, ist auch die Betreuung von Menschen mit Behinderungen gefährdet.

SoVD-Broschüre Vorsorgevollmacht

Alter, Krankheit oder ein Unfall können dazu führen, dass man keine eigenen Entscheidungen mehr treffen kann. Eine Vorsorgevollmacht sorgt für Absicherung. Der SoVD klärt in seiner Broschüre darüber auf, was beim Erstellen zu beachten ist. Die notwendigen Formulare sind direkt dabei. Die Broschüre ist online abrufbar unter www.sovd.de/vorsorgevollmacht.



Lehrreiche Aktionswoche des Berufsbildungswerkes Stendal über die Zeit des Nationalsozialismus

„Das Erinnern ist unsere Verantwortung“

Das Berufsbildungswerk Stendal des SoVD bot eine Aktionswoche zur nationalsozialistischen Vergangenheit und zum Holocaust an. Mit einer Filmvorführung, dem Besuch in der Gedenkstätte Sachsenhausen und mehreren Workshops konnten die Teilnehmenden sich kritisch mit dem Nationalsozialismus auseinandersetzen und ihre demokratischen Werte weiter stärken.

28 Jugendliche und junge Erwachsene aus dem Berufsbildungswerk (BBW) Stendal sowie fünf Mitarbeitende führten im Spätherbst eine einwöchige Aktion unter dem Motto „Das Erinnern ist unsere Verantwortung“ durch.

Bei einem gemeinsamen Frühstück kamen alle Teilnehmenden das erste Mal zusammen und begannen mit einer inhaltlichen Heranführung an das Thema. Darin ging es um den Alltag in einem Konzentrationslager. Später fand ein

Kinobesuch mit der Vorführung des Filmes „Nackt unter Wölfen“ statt. Am nächsten Tag besuchten die Teilnehmenden das ehemalige Konzentrationslager Sachsenhausen und erhielten umfangreiche Informationen durch einen Audioguide.

Am darauffolgenden Tag gab es einen Workshop, in dem Collagen entstanden. Außerdem besuchten die BBW-Auszubildenden und Mitarbeitenden tags darauf die Gedenkstätte Feldscheune Isenschubbe Gardelegen, die an ein Massaker

an KZ-Häftlingen im April 1945 erinnert. Der letzte Tag stand im Zeichen der Reflexion der Aktionswoche.

Die Collagen sind in der Mensa des BBW ausgestellt und vermitteln einen Eindruck von der Woche.



Das Erleben am historischen Ort machte die Schrecken des Nationalsozialismus für alle, die an der Aktionswoche des BBW Stendal teilnahmen, erfahrbar.

Teilhabe am Berufsleben fast gescheitert

Aufgrund einer Schwerhörigkeit benötigt Dagmar Lissan Hörgeräte mit bestimmten Merkmalen, um ihren Beruf als Lehrkraft fortsetzen zu können. Die Mehrkosten für geeignete – aber zuzahlungspflichtige – Geräte wollen weder ihre Krankenkasse noch die Deutsche Rentenversicherung (DRV) übernehmen. Selbst das Sozialgericht Hildesheim erkennt Lassans Rechtsanspruch auf Nachteilsausgleich und berufliche Teilhabe nicht an. Erst im Berufungsverfahren, das der SoVD in Niedersachsen für sein Mitglied führt, bekommt Lissan Recht zugesprochen.

Nach einer Chemotherapie, der sich Lissan 2016/2017 unterzieht, ist ihr Hörvermögen beeinträchtigt. In ihrem Arbeitsalltag ist sie jedoch ganz entscheidend auf ein gutes Hörverstehen angewiesen, mitunter auch, um gefährliche und lebensbedrohliche Situationen abzuwenden. Sie arbeitet als Fachkraft für Arbeits- und Berufsförderung bei den Hanoverschen Werkstätten. Hier qualifiziert sie Schüler*innen mit Behinderungen im Bereich der Hauswirtschaft. Ihre Tätigkeit umfasst neben Theorieunterricht auch einen praktischen Teil. Daher arbeitet sie täglich in der Nähe von geräuschintensiven Geräten wie Waschmaschine, Mangel, Bügelstation oder Nähmaschine. Trotz dieser regelmäßigen Umgebungsgläusche muss Lissan mit ihren Schüler*innen verständlich kommunizieren können.

„In der Freizeit habe ich es erst nicht so deutlich bemerkt, aber auf der Arbeit ist mir immer öfter aufgefallen, dass ich die Schüler nicht richtig hören kann“, erinnert sich Lissan. Bei der Betreuung der Schüler*innen kommt es auch immer wieder zu gefährlichen Situationen, die sie rechtzeitig erkennen muss; zum Beispiel, wenn sich jemand aus der Gruppe aggressiv verhält, sich verletzt oder gesundheitliche Probleme bekommt. Zudem muss sie trotz der Störgeräusche auch Telefonate führen.

Zuzahlungspflichtige Hörhilfen bewähren sich im Job

Nachdem ihr Arzt eine beidseitige Innenohrschwerhörigkeit diagnostiziert hat, übergibt Lissan im Januar 2018 ihre Hörgeräteverordnung an einen Hörgeräteakustiker und testet mehrere Hörhilfen. Sie stellt fest, dass nur eines der zuzahlungspflichtigen Modelle den sehr speziellen und hohen Anforderungen ihres Arbeitsplatzes gerecht wird. „Auf jeden Fall musste es ein Hörgerät sein, das die Umgebungsgläusche unterdrückt und das man mit dem Telefon verbinden kann“, schildert Lissan. Bei den zuzahlungsfreien Hörhilfen war das nicht gegeben, im Gegenteil hätten diese mit zusätzlichen Störgeräuschen das Arbeiten noch erschwert, erzählt sie. Beispielsweise habe sich das Ge-



Foto: Artemenko_Daria / Adobe Stock

Viele Betroffene benötigen eine gute Versorgung mit Hörgeräten, um am Berufsleben gleichberechtigt teilhaben zu können.

räusch der Absaugvorrichtung der Bügelstation in ein solches Hörgerät übertragen.

Da Lissan für ihren Beruf eine zuzahlungspflichtige Hörhilfe benötigt, übermittelt der Hörgeräteakustiker im Mai 2018 einen Kostenvoranschlag an ihre Krankenkasse, die energie-BKK. Diese bewilligt ihr daraufhin lediglich die Regelversorgung in Höhe von rund 1.600 Euro. Außerdem leitet die Krankenkasse Lassans Anliegen an die DRV weiter. Doch die DRV lehnt dieses ab. Sie ist der Auffassung, in Lassans Berufsalltag gebe es keine besonderen Anforderungen an das Hörvermögen. Auch den Widerspruch, den Lissan einlegt, weist die DRV nach über fünf Monaten im Dezember 2018 zurück.

Gericht erkennt besondere Höranforderungen nicht an

Aus eigenen Mitteln kann Lissan die Mehrkosten nicht tragen, da sie während einer vorangegangenen schweren Erkrankung ihre finanziellen Rücklagen aufbrauchen musste. Sie wendet sich an den SoVD in Hannover. Die Rechtsexpert*innen des SoVD reichen daraufhin Klage gegen die DRV ein. Das Sozialgericht Hildesheim stellt fest, dass die Krankenkasse einen Fehler gemacht hat. Sie hätte

Lassans Anliegen innerhalb von zwei Wochen an die – in diesem Fall eigentlich zuständige – DRV weiterleiten müssen. Da sie das versäumt habe, sei wiederum die Krankenkasse selbst in der gesetzlichen Pflicht gewesen, vollständig über den Antrag zu entscheiden. Daher wird die Klage gegen die DRV abgewiesen. Auch für die energie-BKK bleibt das Gerichtsverfahren ohne Konsequenzen, denn das Sozialgericht erkennt in Lassans Beruf keine besonderen Anforderungen an das Hörvermögen. Für den Ausgleich ihrer Hörbeeinträchtigung seien auch zuzahlungsfreie Hörgeräte ausreichend, findet das Gericht.

Beruf aufgeben oder in Berufung gehen?

Dagmar Lissan ist nach der Entscheidung des Sozialgerichts im Juni 2020 entmutigt. Eigentlich kann und will sie in ihrem Beruf weiterarbeiten, doch benötigt sie dafür die entsprechende Versorgung. „Für mich gab es nach dem Urteil nur zwei Optionen. Entweder den Beruf aufgeben und vorzeitig in Rente gehen oder in Berufung gehen“, erinnert sie sich. Zu Zweitem habe ihr der Leiter des Sachgebietes Sozialrecht des SoVD in Niedersachsen, Frank Rethmeier,

geraten. „Beim SoVD prüfen wir auch Gerichtsurteile genau und wenn wir eine Aussicht auf Erfolg für unser Mitglied sehen, dann empfehlen wir auch, in die Berufung zu gehen und den eigenen Rechtsanspruch von der zweiten Instanz prüfen zu lassen. Denn auch Gerichten können Fehler unterlaufen“, sagt Rethmeier.

Bestmögliche Versorgung muss gewährt werden

Der SoVD geht 2020 in Berufung und begründet Lassans Rechtsanspruch auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben mit den besonderen Höranforderungen ihrer Tätigkeit. Während des Berufungsverfahrens muss die Ausbilderin über jeweils mehrere Wochen verschiedene zuzahlungspflichtige und zuzahlungsfreie Geräte auf ihrer Arbeit testen. Ergebnis der Untersuchungen ist, dass nur eines der getesteten Geräte – ein zuzahlungspflichtiges – die Anforderungen ihres Arbeitsplatzes erfüllt. Auch das Landessozialgericht kommt zum Schluss, der energie-BKK sei bei der Bearbeitung des Antrages ein Fehler unterlaufen. Sie hätte schon nach der Übergabe der Hörgeräteverordnung an den Hörgeräteakustiker handeln und die Zuständigkeit

klären müssen. Da sie den Antrag aber nicht innerhalb der vorgegebenen Frist an die DRV weitergeleitet habe, sei allein die Krankenkasse für den Antrag zuständig geworden. Außerdem folgt das Landessozialgericht den Ausführungen des SoVD und erkennt an, dass Lassans anspruchsvolle Tätigkeit besondere Höranforderungen stellt. Die energie-BKK wird im März 2023 verurteilt, die Kosten für die zuzahlungspflichtigen Hörhilfen vollständig zu übernehmen.

„Sehr erfreulich war, dass das Landessozialgericht klargestellt hat, dass eine nur ausreichende Versorgung eben nicht genügt, sondern dass die Krankenkasse verpflichtet ist, eine Behinderung möglichst vollständig auszugleichen und die bestmögliche Versorgung zu gewähren“, sagt Rethmeier. Lissan findet besonders positiv, dass die Richter*innen der zweiten Instanz deutlich gemacht haben, dass der Erhalt des Arbeitsplatzes Vorrang hat. „Es ist weder sinnvoll noch wirtschaftlich, eine Versorgung zu verweigern, mit der jemand noch viele Jahre berufstätig sein kann“, meint Lissan. Ein vorzeitiges Ausscheiden aus dem Berufsleben gehe letztlich auf Kosten der Gesellschaft. sam

SoVD-Landesverbände präsentieren sich auf dem Parteitag der Grünen

Gelungene Öffentlichkeitsarbeit

Vom 23. bis 26. Oktober 2023 fand die Bundesdelegiertenkonferenz (BDK) von „Bündnis 90 / Die Grünen“ in Karlsruhe statt. Die Partei feierte – bedingt durch Corona – nachträglich das 40-jährige Jubiläum und kam dazu an einem der Gründungsorte, in Karlsruhe, zusammen.

Der SoVD nahm auf der begleitenden Ausstellung mit einem Infostand teil. Es ist geplant, den SoVD auf weiteren Parteitag der demokratischen Parteien zu präsentieren, um mit den Politikerinnen und Politikern als sozialpolitischer Ideengeber ins Gespräch zu kommen und die Forderungen und Positionen des SoVD mit den Abgeordneten und Entscheidungsträger*innen aus Land und Bund zu diskutieren. Neben der Sozialberatung und der Gemeinschaft vor Ort, ist die sozialpolitische Interessenvertretung die dritte tragende Säule des Verbandes. Die Präsenz auf den Parteitagen der demokratischen Parteien ist ein wichtiges Element dieser Arbeit.

Die Delegation des SoVD auf der BDK bestand aus der Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier, die mit zahlreichen Politikerinnen und Poli-



Von links: Heike Sommerauer-Dörzapf, Katrin Langensiepen und Christian Dirb.

kern am Stand und im Plenum ins Gespräch kam, sowie dem Landesgeschäftsführer Christian Dirb vom Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland und der Landesgeschäftsführerin Heike Sommerauer-Dörzapf vom Landesverband Baden-



Von links: Michaela Engelmeier, Omid Nouripour und Heike Sommerauer-Dörzapf.

Württemberg, die auch die Organisation dieser Ausstellungsbeteiligung übernommen hatte.

Michaela Engelmeier und Heike Sommerauer-Dörzapf trafen unter anderem auf den wiedergewählten Parteivorsitzenden Omid Nouripour, die Fraktionsvorsitzenden Katharina Dröge und Britta Haßelmann, die Abgeordnete im Europäischen Parlament, sowie Katrin Langensiepen, die wie andere Politikerinnen, Politiker und Delegierte auch den Stand des SoVD besuchte.

Zentrale Diskussionsthemen waren die Kindergrundsicherung, Barrierefreiheit, die Reform der Rente- und Pflegeversicherung sowie das Bürgergeld.

Alles in allem waren es vier interessante Tage und der SoVD-Stand konnte sich nicht über mangelnde Besucherresonanz beklagen.



Christian Dirb (ganz links) und Heike Sommerauer-Dörzapf (rechts) kamen mit Delegierten der Grünen ins Gespräch.



Verbraucherzentrale Baden-Württemberg bietet kostenlose Seminare an

Verbraucherthemen vertiefen

Die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg bietet regelmäßig kostenlose Online-Seminare zu aktuellen Themen an, im Januar zum Beispiel zu Versicherungen, Geldanlagen, Smart Home, Strom- und Gasrechnung, mobile und digital Payment.

An den Seminaren kann jede*r Interessierte bequem von zu Hause aus teilnehmen. Übers Internet kann man live die Vorträge verfolgen und den Expertinnen und Experten über einen Chat Fragen stellen.

Als technische Voraussetzung

für die Teilnahme am Online-Seminar werden der aktuelle Firefox oder Chrome Browser empfohlen. Einen vollständigen Überblick über die geeigneten Browser und Endgeräte sowie über die angebotenen Seminare gibt es auf den Webseiten

der Verbraucherzentrale unter: www.verbraucherzentrale-bawue.de. Dort kann man sich auch online anmelden. Wer anonym bleiben will, meldet sich mit E-Mail-Adresse und einem Pseudonym an.

Quelle: Verbraucherzentrale BW



Editorial

Liebe Mitglieder, Freundinnen und Freunde des SoVD,

ich wünsche Ihnen und Ihren Familien, auch im Namen des Landesvorstandes, ein gesundes neues Jahr 2024. Ich hoffe, Sie haben ein paar erholsame und besinnliche Feiertage fernab der Hektik des Alltags im Kreise Ihrer Lieben verbringen können, um frischen Elan für das neue Jahr zu schöpfen.

Die erste Veranstaltung unseres Landesverbandes, nämlich der Neujahrsempfang der Stadt Mannheim, findet am 6. Januar im Rosengarten statt. Wir würden uns sehr freuen, Sie anlässlich dieser Veranstaltung an unserem SoVD-Infostand persönlich begrüßen zu dürfen.

Weiterhin wird der SoVD auch in diesem Jahr bei verschiedenen regionalen und überregionalen Veranstaltungen präsent sein. Die größte Präsentation unseres Landesverbandes wird in diesem Jahr wieder auf der Messe IBO von 20. bis 24. März in Friedrichshafen stattfinden. Hier wird der Landesverband die Messebesucher*innen mit einem neuen Messekonzept willkommen heißen.

Auch die einzelnen Ortsverbände werden in diesem Jahr wieder aktiv dazu beitragen, das Verbandsleben mit ihren Veranstaltungen zu bereichern. Leider wird der Vorstand des einen oder anderen Ortsverbandes in der Region um Mannheim aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr für eine Wiederwahl im Frühjahr zur Verfügung stehen. Daher freue ich mich sehr darüber, wenn Sie mir Ihre Interessensbekundung zur Übernahme eines Amtes oder einer ehrenamtlichen Tätigkeit mitteilen.

Nach wie vor steht auch die Erweiterung der Sozialberatungsstellen sowie das Angebot der Nutzung moderner Kommunikationsmittel wie einer Videoberatung in unserem Fokus. Dies, um unseren Mitgliedern und Ratsuchenden noch mehr Service bieten zu können.

Abschließend bedanke ich mich – auch im Namen des Landesvorstandes sowie den hauptamtlichen Mitarbeitenden im Landesverband Baden-Württemberg – ganz herzlich für Ihr wertvolles ehrenamtliches Engagement und Ihr Interesse für den SoVD, insbesondere im Landesverband Baden-Württemberg.

Ich freue mich über Ihre weitere aktive Mitarbeit, Ihre Ideen und Unterstützung auch im neuen Jahr.

Herzliche Grüße
Ihre Heike Sommerauer-Dörzapf
Landesgeschäftsführerin



Heike Sommerauer-Dörzapf

Nachruf

Betroffen nehmen wir Abschied von dem langjährigen 1. Vorsitzenden des Ortsverbandes Friedrichshafen,

Willy Pitzner,

der nach kurzer schwerer Krankheit am 5. Dezember im Alter von 76 Jahren verstorben ist.

Willy Pitzner trat 1995 in den SoVD ein. Er übernahm im Ortsverband Friedrichshafen Ämter als Schriftführer, Sprecher der Revisoren sowie 1. Vorsitzender und organisierte unter anderem Veranstaltungen. Ab 2006 war er Beisitzer, danach 2. Vorsitzender im Kreisverband Bodensee-Alb.

Der Landesvorstand, der Kreisverband Bodensee-Alb, die Ortsvorsitzenden, die Geschäftsführerin und Mitarbeitenden werden sein Andenken in Ehren halten. Unser Mitgefühl gilt seiner Frau und seinen Kindern mit Familien.

Barmer rät zur Impfung gegen Keuchhusten

Keine Kinderkrankheit

Keuchhusten wird von vielen Erwachsenen unterschätzt. Im Jahr 2021 wurde laut Barmer bei rund 41.000 erwachsenen Bundesbürger*innen Keuchhusten diagnostiziert. Pertussis, so der medizinische Fachbegriff, ist keine Kinderkrankheit.

In der Regel gibt es drei Krankheitsstadien bei Keuchhusten: In den ersten ein bis zwei Wochen gleicht Keuchhusten einer starken Erkältung mit leichtem Fieber. In dieser Zeit sind die Infizierten am ansteckendsten. Danach beginnt die sogenannte Anfallphase, mit krampfartigen Hustenanfällen und keuchenden Geräuschen beim Einatmen. Kinder müssen sich nach einer Hustenattacke oft übergeben. In der dritten Phase klingen die Symptome ab. Das kann bis zu zehn Wochen dauern.

„Keuchhusten verläuft bei Erwachsenen und Kindern nicht identisch. Der Husten ist bei Erwachsenen zwar langanhaltend, aber weniger heftig. Auch das typische Keuchen, Erbrechen und Fieber treten bei ihnen seltener auf als bei erkrankten Kindern. Das kann dazu führen, dass Keuchhusten bei Erwachsenen nicht immer diagnostiziert wird und wir eine hohe Dunkelziffer haben“, so Winfried Plötze, Landesgeschäftsführer der Barmer in Baden-Württemberg.

Erwachsene sollten daher ihren Impfstatus überprüfen und eventuelle Lücken schließen lassen.

Nach einer überstandenen Erkrankung besteht keine lebenslange Immunität. Erwachsene sollten sich einmalig immunisieren lassen, mit einer Auffrischungsimpfung alle zehn Jahre. *Quelle: Barmer BW*



Foto: RFBSIP/Adobe Stock

Bei Husten ziehen Erwachsene kaum Keuchhusten in Betracht.

Jahresabschlussveranstaltung im Ortsverband Schwetzingen-Neulußheim

Weihnachtsstimmung verbreitet

Die letzte Jahresabschlussveranstaltung des Ortsverbandes im Vereinshaus Bassermann in Schwetzingen wurde für alle Besucher*innen zu einer überaus gelungenen Einstimmung in die Adventszeit. Auch der Bürgermeister der Stadt Schwetzingen, Matthias Steffan, war der Einladung gefolgt und nahm als Ehrengast an der Feier teil.

Ebenso kamen eine Abordnung der AWO sowie die Ortsvorsitzende des SoVD Hockenheim, Heidegard Busch, mit Ehemann.

Die Begrüßung der Gäste übernahm dieses Mal die SoVD-Landesgeschäftsführerin Heike Sommerauer-Dörzapf, da die Ortsvorsitzende Ursula Bäuerlein aufgrund einer überstandenen Erkältung noch nicht so gut bei Stimme war.

Bürgermeister Steffan hob in seiner anschließenden Rede hervor, wie dankbar er sei, dass es den SoVD mit seiner Sozialberatung für die Menschen in der Region gebe. Weiterhin betonte er, dass es eine schöne Tradition sei, dass er gemeinsam mit SoVD-Mitglied Gerda Schilling, jedes Jahr am Volkstrauertag einen Kranz am Ehrenmal der gefallenen Soldaten ablege und er dankte ihr dafür ganz herzlich.

Nach der Kaffeepause übernahmen die Sängerinnen und Sänger des „Gesangsvereins



Der Chor aus Ketsch begeisterte mit Weihnachtsliedern.

Sängereinheit 1885 e.V. Ketsch“ mit ihrem Chorleiter und Dirigent Konrad Knopf, der diese am Klavier begleitete, die musikalische Unterhaltung mit einem klassischen Potpourri.

Danach trug Heike Sommerauer-Dörzapf eine Geschichte zum Thema „Weihnachtsstimmung“ vor, da die eigentlich besinnliche, vorweihnachtliche Zeit von den Menschen oft in Hektik und Betriebsamkeit verbracht wird.

Hobbyfotograf Kurt Frey fing

die schönsten Motive der Veranstaltung ein. Er begleitet den Ortsverband schon mehrere Jahre zuverlässig fotografisch.

Abschließend brachte die Sängereinheit aus noch einige klassische Weihnachtsmelodien mit modernen Sequenzen zum Besten. Das Publikum war begeistert und nun endgültig in Weihnachtsstimmung.

Mit kleinen Geschenken, die Ursula Bäuerlein an die Gäste verteilte, ging die harmonische Veranstaltung zu Ende.

5 Termine

Ortsverband Friedrichshafen

Jeden ersten Dienstag im Monat, 14–16 Uhr: Kaffeetreff im Gasthaus „Rebstock“, Werastraße 35, 88045 Friedrichshafen.

Ortsverband Höpfigen

Dienstags, 14.30 Uhr: Info-/Vesper-Nachmittage im „Ochsen“.

Landesverbandverband Baden-Württemberg

6. Januar, 10-18 Uhr: Infostand beim Neujahrsempfang im „Rosengarten“, Mannheim.

Glückwünsche

*Man kann das Leben nur rückwärts verstehen,
aber leben muss man es vorwärts.*

Sören Kierkegaard

Allen Mitgliedern, die im Januar Geburtstag haben, gratulieren wir recht herzlich. Gleichzeitig wünschen wir kranken Mitgliedern eine baldige Genesung.

65 Jahre: 9.1.: Harald Diehm, Hockenheim; 11.1.: Marion Seupt, Meßstetten.

75 Jahre: 9.1.: Gottfried Brändle, Tettang; 23.1.: Marga Schniepp, Baienfurt.

80 Jahre: 24.1.: Brunhilde Ruppner, Tettang; 28.1.: Frieda Campbell, Leonberg.

92 Jahre: 13.1.: Theresia Wengle, Hörgenzell.

In den Geburtstagsgrüßen werden nur diejenigen Mitglieder genannt, die auf ihrem Eintrittsformular einer Veröffentlichung ihres Geburtstages zugestimmt haben. Alle anderen Mitglieder werden ihrem Wunsch gemäß nicht erwähnt.

Sprechstunden

Eine persönliche Sozialrechtsberatung findet in den Regionen zu den angegebenen Sprechstunden durch die Sozialrechtsberater*innen statt. Bei dringenden Anliegen können nach Terminvereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten telefonische Beratungen durchgeführt werden. Teilweise sind, je nach technischen Voraussetzungen, auch Online-/Video-Beratungen möglich.

Sozialberatung in Albstadt

Die Sozialrechtsberatung in der Sonnenstraße 16, 72458 Albstadt erfolgt nur nach Terminvereinbarung unter Tel.: 07431/26 30.

Sozialberatung im Kreisverband Bodensee-Alb

Die Terminvereinbarung für die Sprechstunden erfolgt durch die Rechtsberatungsstelle in Albstadt unter Tel.: 07431/26 30.

Sozialberatung in Bodman-Ludwigshafen

Die Sozialsprechstunden finden jeden dritten Donnerstag im Monat von 10 bis 13 Uhr statt. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich unter

Tel.: 07431/26 30.

Sozialberatung in Kressbronn/Lindau/Friedrichshafen

Die Sprechstunden finden jeden ersten Dienstag im Monat von 10 bis 13 Uhr in Kressbronn statt. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich unter Tel.: 07431/26 30.

Der Sprechtag im Januar findet am 9. Januar statt!

Sozialberatung Mannheim

Die Sozialrechtsberatung findet in der Waldstraße 44 in 68305 Mannheim nur nach Vereinbarung unter Tel.: 0621/84 14 172 statt.

Sozialberatung im Raum Neckar-Odenwald

Die Sprechstunden finden jeden zweiten Freitag eines Monats von 10 bis 11.30 Uhr im Landgasthof „Zum Ochsen“ statt. Vorherige Terminvereinbarung ist erforderlich bei Sozialrechtsberater Dario Becci, Tel.: 0621/84 14 172, oder Leopold Lokotsch (1. Vorsitzender), Tel.: 06283/54 39.

Sozialberatung in Hockenheim

Die Sprechstunden finden am letzten Mittwoch eines Monats

(außer August und Dezember) von 15 bis 16 Uhr in der Zehntscheune, Untere Mühlstraße 4 in 68766 Hockenheim, statt. Vorherige Terminvereinbarung ist erforderlich bei Sozialrechtsberater Dario Becci, Tel.: 0621/84 14 172, oder Heidegard Busch (1. Vorsitzende), Tel.: 06205/15 190.

Sozialberatung im Kreisverband Stuttgart

Die Sprechstunden sind jeden dritten Mittwoch von 9.30 bis 12 Uhr im Gebrüder Schmid Zentrum Heslach, Gebrüder-Schmid-Weg 13, 70199 Stuttgart. Bitte melden Sie sich unbedingt vorher bei Sozialrechtsberater Dario Becci unter Tel.: 0621/84 14 172 an. Bei dringenden Anliegen können auch außerhalb der Sprechzeit Telefonberatungen vereinbart werden.

Sozialberatung im Raum Mittelbaden und Südbaden

Die telefonische Sozialberatung findet unter Tel.: 0621/84 11 51 statt. Für sonstige Fragen steht die Landesgeschäftsstelle in 68305 Mannheim unter Tel.: 0621/84 14 172 zur Verfügung.

Podiumsdiskussion des Ortsverbandes Rülzheim zur Baupolitik

Bezahlbarer Wohnungsbau

Am 23. November 2023 veranstaltete der Ortsverband Rülzheim gemeinsam mit der SPD-Landtagsabgeordneten Dr. Katrin Rehak-Nitsche eine Podiumsdiskussion mit dem Titel „Bezahlbaren Wohnraum schaffen“.

Wolfgang Röhrling vom Ortsverband Rülzheim warf zum Einstieg einen Blick zurück in die Historie des SoVD und damit auf die in den Fünfigern gebaute sogenannten Reichsbundsiedlung in Rülzheim des damaligen Reichsbundes.

Die Einführung gab der Bürgermeister von Rülzheim, Matthias Schardt. Er führte aus, was im Ort und in der Region bereits erreicht worden ist und welche Herausforderungen anstehen, um bezahlbaren Wohnraum aus kommunaler Sicht bereitstellen zu können.

Daran schloss sich die Frage an, was überhaupt bezahlbarer Wohnraum ist – 6,70 oder 10,70 Euro pro Quadratmeter? Die Antwort der Wohnungswirtschaft war sehr eindeutig, nämlich eher 16 Euro, um annähernd im Baukostendeckungsbereich zu landen. Die Geschäftsführerin der Wohnbau Wörth, Petra Pfeiffer, sowie der Geschäftsführer Christian Rohatyn der GSW Speyer stellten nachvollziehbar dar, welche Herausforderungen sie meistern müssen, um bezahlbaren Wohnraum bauen zu können.

Da sind zum einen die hohen Baukosten. Zum anderen hohe bürokratische Auflagen, die lange Genehmigungsphasen verursachen. Von der Planung bis zur Fertigstellung eines Mehrfamilienhauses dauert es mindestens drei Jahre. Beide machen deutlich, dass sie mit ihren Organisationen sehr gerne mehr bezahlbaren Wohnraum bauen würden, wenn die Bedingungen insgesamt kalkulierbarer wären.

Reto Schmitt von der Investitions- und Strukturbank Rhein-



Von links: Wolfgang Röhrling (Ortsverband Rülzheim), Dr. Katrin Rehak-Nitsche (MdL, SPD), Petra Pfeiffer (Wohnbau Wörth), Christian Rohatyn (GSW Speyer), Reto Schmitt (ISB Rheinland-Pfalz) und SoVD-Landesvorsitzender Norbert Weber.

land-Pfalz (ISB) erläutert die verschiedenen Förderprogramme, die sie im Auftrag des rheinland-pfälzischen Finanzministeriums aufgelegt haben, um sowohl bezahlbaren Wohnraum zu schaffen, wie Wohneigentum für Privatmenschen möglich zu machen oder Modernisierungen. Reto Schmitt betonte, dass sich das Förderangebot der ISB sowohl an die Wohnungswirtschaft als auch an Privatpersonen richtet – einfach von dem Team der Wohnraumförderung beraten lassen.

Die Landtagsabgeordnete Dr. Katrin Rehak-Nitsche (SPD) hob hervor, was die Politik tut, um bezahlbaren Wohnraum zu schaffen: zum Beispiel schnellere Prozesse, da circa 70 Prozent der versicherungspflichtig angestellten Menschen berechtigt sind, Mietförderung über einen Wohnungsberechtigungschein zu erhalten.

Wolfgang Röhrling vom SoVD-Ortsverband kam schließlich wieder auf Rülzheim zurück und welche Möglichkeiten es konkret vor Ort gibt, um bezahlbaren Wohnraum zu schaffen.

Der SoVD-Landesvorsitzende Norbert Weber wies auf die jüngst auf der Bundesverbandstagung getroffenen Beschlüsse zu diesem Thema hin, wie Mietpreisbindungsdauer von öffentlich gefördertem Wohnraum oder eine intensivere Förderung durch die Politik. Rheinland-Pfalz ist als Bundesland im Vergleich zu anderen sehr gut aufgestellt und unternimmt viel, um bezahlbaren Wohnraum zu fördern.

Aus dem Publikum kamen ebenfalls viele Fragen, die kompetent beantwortet wurden. In der Schlussrunde wurde deutlich, dass regionale Wohnungsbau-Gesellschaften unverzichtbar sind – damals wie heute.

Editorial

Liebe Mitglieder, Freunde und Freundinnen,

für das neue Jahr wünsche ich Ihnen alles Gute, viel Glück, Zuversicht und Gesundheit!

„An der Zukunft bauen, heißt Wachsein für die Gegenwart“ (Anna-Lena Mil). Und genau das werden wir dieses Jahr noch engagierter tun. Organisationen haben leider oft die Angewohnheit, sich primär mit sich selbst zu beschäftigen. Das ist im gebotenen Maß auch notwendig, um ‚Wachsein zu können für die Gegenwart‘.

Auf Bundesverbandsebene ist erkannt worden, dass mehr Professionalität notwendig ist und ein zweiter Vorstand installiert werden muss. Damit sollen Entscheidungsprozesse erheblich beschleunigt und sich weniger „um die eigene Achse“ gedreht werden. Das passiert nun.

Auf Landesverbandsebene haben wir schon länger erkannt, im Vereinsleben agiler werden zu müssen. Hier greift nun der Beschluss der Landesverbandstagung: die verwaltungstechnische vielzählige Kreisverbandsebene wird ab jetzt durch zwei Netzwerkgruppen ersetzt, so dass die Konzentration des Vereinslebens voll bei den Ortsverbänden liegt. Schauen Sie mal, was Ihr Ortsverband für ein Angebot hat und nehmen Sie ruhig Kontakt zu Ihrem Ortsverband auf. Unsere Aktiven freuen sich auf Sie und auch auf Ihre Ideen.

Sie finden keinen Ortsverband in Ihrer näheren Umgebung? Kein Problem, wir freuen uns auf Ihr Engagement und sind jederzeit bereit, neue Ortsverbände zu gründen.

Thematisch werden wir uns als Landesverband intensiver mit dem Thema Einsamkeit beschäftigen. Sie fragen sich vielleicht, wieso, weshalb, warum? Sehenden Auges hat unsere Gesellschaft Vereinsamungstendenzen. Der demografische Wandel, Corona, persönliche wirtschaftliche Entwicklungen oder auch das gefühlt immer knapper werdende Gut Zeit sind nur einige Faktoren, die diese multipolare Tendenzen der Vereinsamung verursachen. In Gesprächen mit Politiker*innen thematisieren wir das und stellen häufig fest, dass das auch gesehen wird. Allerdings gibt es hierfür kein Patentrezept, außer „Gemeinsam gegen einsam“ zu handeln. Dieses Motto werden wir mit unseren Aktivitäten stärker noch verfolgen.

Damit uns das noch besser gelingt, brauchen wir Sie! Helfen Sie uns mit, den Menschen, die es nötig haben, gemeinsam zu unterstützen. Das kann auf vielfältige Art und Weise insbesondere im Kleinen geschehen. Ebenso wenn Sie sagen, dass Sie Unterstützung, Abwechslung oder auch ein offenes Ohr benötigen. Wenden Sie sich gerne an Ihren Ortsverband und gehen Sie zu den Veranstaltungen Ihres Ortsverbandes. Wir sind für Sie da und unterstützen Sie gerne, ganz im Sinne „Gemeinsam gegen einsam“.

Christian Dirb, Landesgeschäftsführer



Christian Dirb



Die Podiumsdiskussion widmete sich einem hochaktuellen Thema und stieß auf großes Interesse.

Falscher Rentenausweis

Ende November 2023 ist es in einem kurzen Zeitraum zu einem fehlerhaften Versand von Rentenausweisen durch den Renten Service der Deutschen Post AG gekommen. Dabei wurden Anschreiben und Rentenausweise fehlerhaft zugeordnet. Hierdurch haben Rentenberechtigte den Rentenausweis einer anderen Person erhalten. Betroffen waren vor allem Rentner*innen mit einem Rentenbeginn am 1. Dezember 2023. Der Renten Service der Deutschen Post AG hat den Fehler zwischenzeitlich behoben und den Betroffenen ein Entschuldigungsschreiben mit korrektem Rentenausweis übersandt.

Haben Sie so ein Schreiben erhalten, schicken Sie bitte den falschen Ausweis an den Renten Service zurück.

5 Termine

Ortsverband Berzhahn

21. Januar, 14 Uhr: Jahreshauptversammlung mit anschließendem Kriebelkaffee, Mehrzweckhalle Berzhahn.

Ortsverband Homburg-Saarbrücken

6. Januar, 15 Uhr: Neujahrsempfang mit Ehrungen, Essen und Getränken im Sportheim SV Schwarzenbach, Am Wacken, 66424 Schwarzenbach.

Ortsverband Unnau

21. Januar, 11 Uhr: Jahresauftaktveranstaltung im Landgasthof „Zur Quelle“, Brückenstraße 36, 57648 Nistertal. Über Kuchenspenden sowie über eine große Teilnahme würde sich der Ortsverband sehr freuen. **Anmeldungen bis zum 7. Januar** an Jürgen Metzger, Tel. 02661/53 64.

Sprechstunden

Benötigen Sie einen sachkundigen Rat unserer Sozialrechtsberater*innen, dann wenden Sie sich bitte zunächst telefonisch an die Landesgeschäftsstelle in Kaiserslautern oder Mainz, unter Tel.: 0631/73 657 oder Tel.: 06131/69 30 165. Dort verweist man Sie dann an die*den für Ihre Frage zuständige Berater*in.

Zur groben Orientierung der Zuständigkeiten:

- Für die **Region Germersheim, Kaiserslautern, Kusel, Rheinpfalz** steht Ihnen Rechtsanwalt Ralf Geckler unter Tel.: 06236/46 56 43 mit vorheriger Terminvereinbarung zur Verfügung.
- Für die **Region Wörth** steht Ihnen Sozialrechtsberater Jürgen Nesweda unter Tel.: 0151/22 43 52 99 mit vorheriger Terminvereinbarung zur Verfügung.
- Für die **Region Westerland** steht Ihnen Sozialrechtsberaterin Sigrid Jahr mit vorheriger Terminvereinbarung unter Tel.: 06432/92 49 480 zur Verfügung.
- Für die **Region Saar-Pfalz** steht Ihnen Sozialrechtsberater Sven Heidenmann mit vorheriger Terminvereinbarung unter Tel.: 06351/13 14 141 zur Verfügung.
- Für die **Region Rheinhessen-Nahe** steht Ihnen Sozialrechtsberaterin Andrea Klosova mit vorheriger Terminvereinbarung unter Tel.: 0151/43 13 59 02 zur Verfügung.
- Sozialrechtsberatung in **Andernach**, im Haus der Familie, Gartenstraße 4, 56626 Andernach, nach Terminvergabe bei Sigrid Jahr, Tel.: 0151/43 10 67 54.

Die Vergabe von Vor-Ort-Terminen in den Beratungsstellen und von telefonischen oder Online-Beratungen erfolgt über die Sozialrechtsberater*innen.

Neben den hauptamtlichen Sozialrechtsberater*innen stehen Ihnen auch ehrenamtlich Beratende (z. B. Gabriele Scheppelmann, **Spiesen-Elversberg**, Mobiltel.: 0176/34 03 41 58, Richard Dörzapf, **Rülzheim**, Tel.: 07272/61 60, und Helmut Burkhardt, **Kusel**, Tel.: 06382/80 01) nach Terminabsprache mit Rat und Tat zur Seite. Nähere Informationen erteilt die Landesgeschäftsstelle.

Die Adressen der Büros der Landesgeschäftsstelle lauten:

Büro Kaiserslautern: Spittelstraße 3, 67655 Kaiserslautern, Tel.: 0631/73 657.

Büro Mainz: Kaiserstraße 26-30, 55116 Mainz, Tel.: 06131/69 30 165.

Sozialrechtsberatung im Saarland

Der Landesverband bietet in Kooperation mit der AWO Saarland e. V. Sozialrechtsberatung vor Ort an verschiedenen Standorten im Saarland an. Sozialrechtsberater Sven Heidenmann steht persönlich zur Verfügung. Selbstverständlich sind sozialrechtliche Beratungen auch telefonisch oder online zwischen den Sprechtagen möglich.

Sprechstage nur nach Terminvereinbarung unter Tel.: 06351/13 14 141 oder 0151/41 49 15 98 (mobil), Änderung vorbehalten.

Spiesen-Elversberg: 10. Januar, 9.30–12 Uhr, AWO-Begegnungsstätte, Hauptstraße 120.

Homburg (Saar): 10. Januar 13.30–16 Uhr, Mehrgenerationenhaus „Haus der Begegnung“, Spandauer Straße 10.

Nonweiler: 17. Januar, 9.30–12 Uhr, AWO-Wohnheim (Sozialbüro links), Am Hammerberg 1.

Saarbrücken: 17. Januar, 13.30–16 Uhr, AWO-Landesgeschäftsstelle, Hohenzollernstraße 45.



Aus den Kreis- und Ortsverbänden

Ortsverband Hüttigweiler-Spiesen-Ottweiler

Am 25. November letzten Jahres fanden im Rahmen der Mitgliederversammlung des Ortsverbandes Hüttigweiler-Spiesen-Ottweiler die Neuwahlen des Vorstandes statt. Gewählt wurden (siehe Foto 2, von links: 2. Vorsitzende Gabriele Scheppelmann, 2. Frauensprecherin Isabella Coquelin, Schatzmeisterin Inge Schmidt, 1. Frauensprecherin Nicole Feller, 1. Vorsitzender Volker Lieblang, 2. Vorsitzender Manfred Piro, Schriftführer Frank Fuchs, Beisitzer sind Karl-Heinz Schmidt und Rudi Haus. Nicht auf dem Foto sind die Revisor*innen Joachim Schaum und Gertrud Rauch).



Ortsverband Hüttigweiler-Spiesen-Ottweiler 1

Die Vorstandsmitglieder Inge Schmidt und Volker Lieblang waren am 28. November letzten Jahres bei Marianne Picke (siehe Foto 1, Mitte) aus Ottweiler zu Besuch, um ihr im Namen des SoVD zu ihrem 90. Geburtstag zu gratulieren. Frau Picke ist seit über 20 Jahren Mitglied im SoVD-Ortsverband und freute sich sehr über den Besuch.



Ortsverband Hüttigweiler-Spiesen-Ottweiler 2

Ortsverband Steinweiler

Am Volkstrauertag 2023 legten der 1. Vorsitzende Herbert Ößwein und seine Stellvertreterin Christel Hust (siehe Foto 1, von links) im Rahmen einer öffentlichen Feierstunde der Ortsgemeinde einen Kranz für den SoVD am Denkmal für die Kriegopfer auf dem Friedhof in Steinweiler nieder.

Im Anschluss fand wieder das obligatorische Familienfest des Ortsverbandes statt. Dabei nutzte der 1. Vorsitzende des Kreisverbandes Germersheim, Thorsten Greiner, (siehe 2. Foto, rechts) die Gelegenheit und bedankte sich persönlich bei Christel Hust für ihr Engagement. Sie schied nach über



Ortsverband Steinweiler 1

24 Jahren als Frauensprecherin aus gesundheitlichen Gründen aus dem Kreisvorstand aus.



Ortsverband Steinweiler 2

Thorsten Greiner überreichte Christel Hust zur Verabschiedung noch ein Präsent.



Glückwünsche

60 Jahre: 11.1.: Anette Heil, Hinzweiler; 15.1.: Waldemar Seifert, Zornheim; 18.1.: Stephan Ruh, Worms; Uwe Baumgärtner, Otterberg; 21.1.: Evi Christiane Spielberger, Kindsbach; 25.1.: Thomas Wendling, Rülzheim.

65 Jahre: 2.1.: Kornelia Grafte, Bingen; 3.1.: Helmut Gottfried Eiswirth, Hördt; 5.1.: Anton Frommer, Hillscheid; 7.1.: Ghinva Gherghelas, Kaiserslautern; 9.1.: Elvira Mattern, Wörrstadt; 13.1.: Gabriele Latour, Kandel; 14.1.: Inge Sorger, Olsbrücken; 16.1.: Alex Cunow, Hagenbach;

20.1.: Gertrud Krieger, Monsheim; 22.1.: Michael Schaal, Kaiserslautern; Heidi Hoos, Hohenöllen; 24.1.: Maren Lindemann, Elmstein.

70 Jahre: 5.1.: Edith Läufer, Bell; 7.1.: Raimund Heimann, St. Goar; 17.1.: Margot Hey, Landau; 18.1.: Inci Gehrlein, Rheinzabern; 29.1.: Klaus Kühlmann, Germersheim.

75 Jahre: 9.1.: Christa Jocksch, Bobenheim-Roxheim; 12.1.: Siegfried Keller, Lohnweiler; 14.1.: Peter Häußler, Rülzheim; Irene Enk, Aspishem; 21.1.: Helga Kleidt, Alsheim; 23.1.: Martin

Baumann, Limburgerhof

80 Jahre: 4.1.: Helene Hartmann, Marpingen; 13.1.: Werner Lücking, Nieder-Olm; Dieter Junge, Frankenthal; 15.1.: Jürgen Eberspach, Lustadt; 19.1.: Günter Bender, Bad Dürkheim; Ursula Scherer, Kaiserslautern; 29.1.: Jürgen Bluhm, Herxheim.

85 Jahre: 8.1.: Lothar Treptow, Herxheimweyher; 9.1.: Werner Beyerle, Römerberg.

92 Jahre: 3.1.: Odilia Utzig, Spiesen-Elversberg; 29.1.: Karola Lange, Ludwigshafen.

94 Jahre: 15.1.: Berthold Stenger, Spiesen-Elversberg.

Briefe an die Redaktion

Bei Beamt*innen differenzieren

In dieser Rubrik veröffentlichen wir auszugsweise Zuschriften, die sich auf Artikel in der SoVD-Zeitung beziehen. Es handelt sich um Meinungsäußerungen, die nicht unbedingt SoVD-Positionen widerspiegeln. Ein Recht auf Veröffentlichung besteht nicht. Bitte richten Sie Ihre Post an: SoVD, Redaktion & digitale Medien, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, oder per E-Mail an: redaktion@sovd.de.

Zu einem Leserbrief in der Dezember-Ausgabe zum Thema Inflationsausgleich schreibt SoVD-Mitglied Angelika Bergmann aus Itzstedt:

Ich kann gut verstehen, dass Rentner neidisch auf Pensionäre gucken. Aber auch hier muss man unterscheiden. Den Inflationsausgleich erhalten lediglich die Bundesbeamten. Die Landesbeamten haben nichts dergleichen bekommen. Im Gegensatz zu den Rentnern, die im Juli eine Rentenanpassung erhalten haben, wurde den Landesbeamten keinerlei Erhöhung zugestanden.



Foto: Angelov / Adobe Stock

Mitglied Klaus-Dieter Braun aus Ilsede merkt dazu an:

Wenn Herr Bernward Pungert schreiben darf, dass Beamte und Pensionäre schon einen einmaligen Inflationsausgleich über mehrere hundert Euro erhalten haben, so muss dieses an mir als niedersächsischem Pensionär vorbeigegangen sein. Richtig ist, dass die niedersächsischen Beamten und auch Pensionäre keinerlei Zuwendungen erhalten haben.

Es ist immer leicht, Beamte zu vereinheitlichen und das Bild der

Nicht alle Beamt*innen erhalten nach derzeitigem Stand einen Inflationsausgleich, schreiben SoVD-Mitglieder.

Bundesbeamten zu schildern. Für mich sind diese Wiederholungen, die ich auch privat erlebe, nur ärgerlich.

Zum Artikel „Inklusion bringt weiter“ (Seite 9, Dezember-Ausgabe) äußert sich Matilde Kruse aus Haselünne:

Ich bin selber als behinderter Mensch in einer Behindertenwerkstatt und es wird einfach vergessen, dass wir für einen

Hungerlohn arbeiten müssen. Wir arbeiten für eine Vollzeitstelle für weniger als 1 Euro in der Stunde. Das ist definitiv nicht gerecht. Es werden überall die Löhne erhöht, aber an uns denkt keine Regierung. Da fühle ich mich als Mensch 3. Klasse. [...] Wir werden immer auf andere (Bürgergeld, Sozialhilfe oder Ehepartner) angewiesen sein. Wir werden durch unseren Lohn nie selbstständig leben können.

Auf das Gegenüber eingehen und Lösungen finden

Unterstützung bei der Mundhygiene

Wer eine hilfsbedürftige Person – etwa pflegebedürftige Angehörige oder einen Menschen mit Behinderung – bei der Zahnpflege unterstützt, erlebt oft Konflikte. Doch es gibt einige Tipps zum Umgang mit solchen herausfordernden Situationen.

Prof. Dr. Andreas Schulte von der Informationsstelle für Kariesprophylaxe (IfK) gibt Angehörigen Tipps, wie sich Konflikte bei der Mundpflege vermeiden oder entschärfen lassen. Ein Patentrezept, das für alle Menschen mit Hilfsbedarf beim Zähneputzen gleichermaßen funktioniert, gibt es allerdings nicht.

Das fängt schon bei der Frage an, ob die Handzahnbürste oder das elektrische Modell besser geeignet ist. Elektrische Zahnbürsten könnten Zahnbelag zwar etwas besser entfernen als die Handzahnbürste. Doch einige Menschen mit einer geistigen Behinderung etwa lehnen die Vibration und die Geräusche des Gerätes im Mund ab. Dann könne eine Handzahnbürste die bessere Wahl sein, rät auch Andreas Schulte. Das gelte übrigens auch dann, wenn das Gegenüber beim Zähneputzen dazu neigt, auf die Bürste zu beißen.

In vielen Fällen lassen sich individuelle Lösungen finden. Ein Beispiel: Wenn die Mundpflege durch Angehörige generell nicht gut funktioniert, kann es sinnvoll sein, drei- bis viermal im Jahr eine professionelle Zahnreinigung in der Zahnarztpraxis machen zu lassen. Die Krankenkassen zahlen dafür allerdings nicht.

Was eine andere Strategie sein kann, sollte das Gegenüber nicht mitmachen: morgens nur die Zähne des Oberkiefers putzen, abends die des Unterkiefers. „Ich habe oft von Betreuungspersonen gehört, dass allein dadurch die unterstützende Mundpflege wesentlich stressfreier und unkomplizierter abläuft“, so Schulte. str/dpa



Foto: Seventyfour / Adobe Stock

Im Mundraum ist sensibles Vorgehen gefragt.

Anzeigen

Weserbergland

Hotel-Pension „Resi“ Inh. Markus Weber
Am Kreuzberg 2
37688 Beverungen

Zim. Du/WC, TV, Radio, Tel., teils Balk., Hallenbad, Solar, Liegew.-Terr., Herrliche Rad- und Wanderwege.
So.-Fr. 5x Ü/HP 315€ p.P., Weihnachten Silvester
10x Ü/HP 795€ p.P. Weitere Angebote auf Anfrage.
☎ 05273/1397 • www.hotel-pension-resi.de

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

Harz

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

Bad Lauterberg FeWo, 50m², 2 Pers. Balkon,
ab 30,-€, Gerlach ☎ 055 24 / 8 06 98

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

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

Polnische Ostsee

Wir wünschen Ihnen ein gesundes neues Jahr 2024
Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung PLZ 0-5
Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn 04435 - 953 88 60

14 Tage Kur - poln. Ostsee, 3** Hotel, 300m zum Strand**
Schwimmbad/Sauna, Ü / F / HP, Fahrstuhl, 2 Anwend. p. Werktag. p.P. im DZ ab **599,-**

14 Tage Kombi-Reisen Mai / Okt. 2024
1 Woche Erlebnisreise Masuren und 1 Woche Erholung/Kur poln. Ostsee,
oder 1 Woche Danzig und 1 Woche Erholung/Kur an der poln. Ostsee
alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kur, p.P. im DZ **1.299,-**

Gruppenreisen, ab 5 Tage für Vereine, Verbände und Clubs.
Wir erstellen Ihnen nach Ihren Wünschen ein Programm.

Bei unseren Kunden vom SoVD möchten wir uns bedanken und freuen uns, Sie
2024 wieder mit auf Reisen zu nehmen, gerne auch als Gruppe Katalog anfordern

Nord-/ Ostsee

Büsum *** FeWo-2Pers. 38qm/FeWo-4Pers.
50qm, Küche, WoZ., SZ., D-Bad, Balkon,
Garten, Stellplatz, TV uvm. ☎ 0174/611 3066

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee-Ferien-
wohng. strandnah Garten Hunde willkommen
freie Termine ab 75 € ☎ 0174/6882835

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

Urlaub an der Nordsee Ferienhaus mit
Garten. Ab 80€ p.T. ☎ 0152 - 53435007

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

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

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

BÜSUM, DZ u. EZ, TV, Garten, zentr.
Lage + UF 20,- €. ☎ 0160/171 44 38

BÜSUM, 3 DZ mit Farb-TV und 1 FeWo.
Kühlschrank, Garten. ☎ 048 34/84 93

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

Büsum: versch. FeWo, 1-6 Pers. Bezogene Betten
bei Anreise. Teilweise Seeblick. Ab 20€
☎ 04834-9204, www.deichräume.de

Gesucht & Gefunden

Zärtlicher, treuer Mann, 61 Jahre, 180cm,
Handicap, aus Raum Dortmund-Hörde/
Höchsten, ohne Internet, ohne Fahr-
zeug, Nichtraucher, sucht Freundin.
Chiffre-Nr.: 01-2024-01

Treppenlift

Bundesweiter Service,
24 Stunden,
365 Tage im Jahr

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

Auch zur Miete

Neu oder
gebraucht

Rufen Sie uns kostenlos an
0800 - 234 56 55
www.minova-lift.de

Niedersachsen

Bad Pyrmont Kurbezirk
Familiär geführtes Hotel***, ruhige
zentrale Lage an der Fußgängerzone.
Abholung auf Anfrage.
Günstige saisonale Angebote.
Auch Appartements • Prospekt anfordern!

HOTEL Bad Pyrmont Hof***
Brunnenstr. 32, 31812 Bad Pyrmont
05281-94030
info@pyrmontehof.com
www.pyrmontehof.com

Bayerischer Wald

Denken Sie JETZT an Ihre Gruppenreise 2024!
Schönes Hotel zwischen Passau & Nationalpark Bay. Wald

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

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

5 Übernachtungen mit Halbpension p.P. im DZ
inkl. 1 x Reiseleitung für eine Tagesfahrt **320,-**

www.HotelBinder.de

Reisetipp

Seniorenurlaub
in das Allgäu und an die Ostsee

Fordern Sie noch heute unverbindlich den Katalog für Ihren Urlaub 2024 mit
Hotels im Allgäu (u.a. Oberstdorf, Bad Wörishofen, Füssen) und an der Ostsee (u.a.
Rügen, Timmendorf, Darß, Kühlungsborn) an, z.B. inkl. HP, inkl. Hin- u. Rückfahrt
im 9-Sitzer Pkw ab/zur Haustür, 7 Tage für nur 698,-€. Tel. 0 83 76 / 92 92 72
Seniorenflug Keller GmbH, Alpenblickstr. 17, 87477 Sulzberg • www.seniorenflug.de

Polnische Ostsee

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



Tipp für Kinder

Matti, Oma Rose und die Dinge

Mattis Oma wohnt weit weg. Aber gleich nebenan wohnt die freundliche Frau Rose, die viel Zeit für ihn hat. Dann spielen sie zusammen, legen Puzzel, lesen oder backen Zimtwaffeln. Doch in letzter Zeit verhält sich Oma Rose merkwürdig. Sie vergisst Dinge, findet Sachen nicht wieder und ihr fallen manche Wörter nicht mehr ein. An einem Tag vergisst die alte Dame sogar, den Herd auszuschalten. Alle machen sich große Sorgen. Als Oma Rose in ein neues Zuhause zieht, ist Matti zunächst sehr traurig. Doch gleich am Wochenende besucht er sie gemeinsam mit seiner Mama und seiner Schwester.



Brigitte Endres und Marc-Alexander Schulze: *Matti, Oma Rose und die Dinge*. Ein Bilderbuch über Demenz, aracari, 32 Seiten, ab 5 Jahren, ISBN 978-3-907114-20-9, 14 Euro.

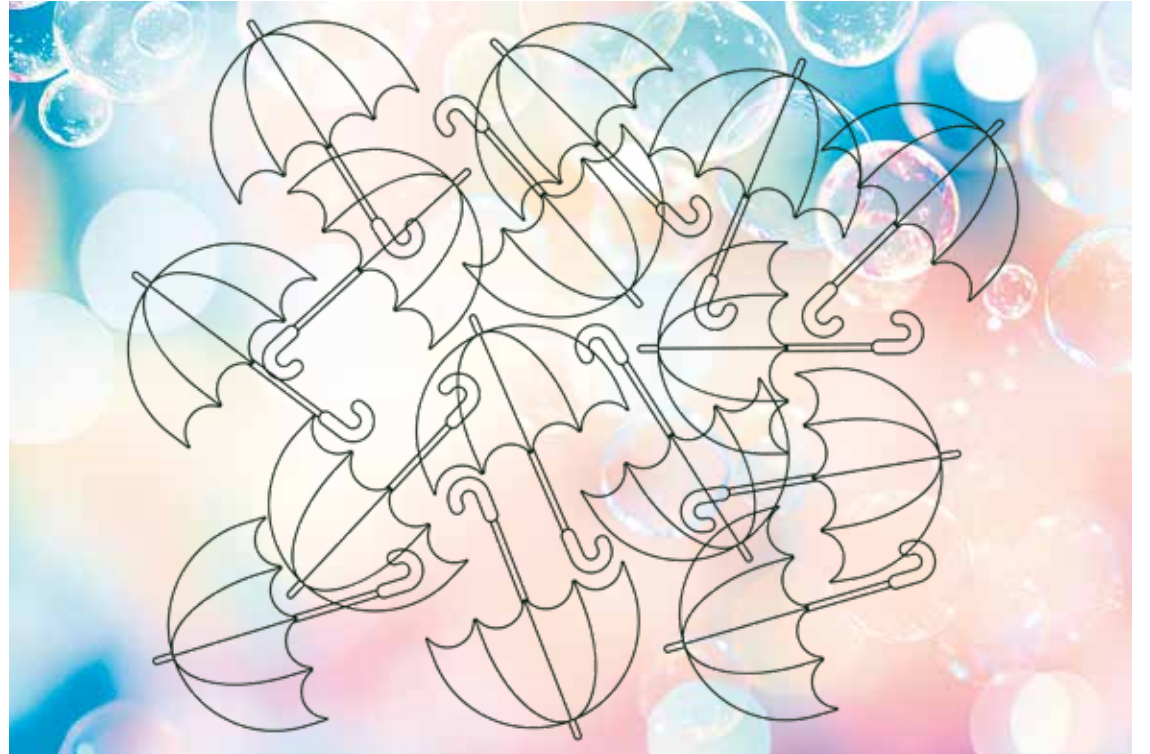
Möchtest du das vorgestellte Buch gewinnen? Dann löse das nebenstehende Rätsel und schicke die Lösung mit dem Betreff „Oma Rose“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Januar.



Rolands Rätselecke

Regenschirme im Überfluss

Bei Regen helfen sie uns dabei, dass wir nicht nass werden. Aber so viele Regenschirme auf einem Haufen, das ist doch wohl etwas übertrieben. Es scheint fast unmöglich, sie zu zählen – oder gelingt es dir? Die richtige Anzahl an Schirmen ist jedenfalls die von uns gesuchte Lösung.



Grafiken: W&S Stock, kharlamova_lv/Adobe Stock; Montage: SoVD



Fröhliche Fehlersuche

Fehler rund ums Schloss

Hier musst du ganz genau hinschauen: Insgesamt zehn Dinge sind auf dem unteren Bild anders. Kannst du die Fehler finden? Die Lösung zeigen wir dir wie immer auf Seite 18.



Grafik: nataljacerneka/Adobe Stock



Voll durchgeblickt

Werbeverbot für Alkohol

Alkohol ist nicht nur ungesund, sondern auch gefährlich. Denn wer regelmäßig Bier, Wein, Sekt oder Schnaps trinkt, kann davon abhängig werden. Trotz dieser großen Gefahren gibt es an vielen Orten Werbung für alkoholische Getränke. Diese Reklame könnte Kinder und Jugendliche dazu verführen, Alkohol auszuprobieren. Genau diese Sorge teilen laut der Umfrage einer Krankenkasse viele Menschen in Deutschland und fordern ein Werbeverbot für Alkohol.

Bei dem Begriff Drogen denken viele Erwachsene zunächst an verbotene Rauschgifte wie etwa Kokain oder Heroin. Diese sind, wie ihr Name schon sagt, Gift für den menschlichen Körper. Sie sind deshalb besonders gefährlich, weil man schon nach kurzer Zeit abhängig von diesen Drogen werden kann. Das bedeutet, dass man immer wieder davon nimmt, weil man es ohne diese Mittel nicht aushält. An so einer Sucht sterben jedes Jahr viele Menschen. Deshalb ist der Verkauf von Rauschgift bei uns streng verboten. Wer damit handelt, kann ins Gefängnis kommen.

Zu den Drogen gehören aber zum Beispiel auch Tabak, der für Zigaretten benutzt wird, oder eben Alkohol. Allerdings darf man diese erst ab einem bestimmten Alter kaufen. Das regelt ein sogenanntes Jugendschutzgesetz. Dieses Gesetz gibt es, weil Alkohol für Kinder besonders schädlich ist: Schon kleine Mengen greifen das Gehirn an und können dazu führen, dass man bewusstlos wird.



Foto: MoiraM/Adobe Stock

Alkohol ist eine Droge und für viele Erkrankungen verantwortlich. Trotzdem gehört er für viele Erwachsene zu ihrem Alltag.

Eltern, Verwandte, Bekannte – im Alltag erleben Kinder und Jugendliche viele Erwachsene, die Alkohol trinken oder Zigaretten rauchen. Darüber hinaus gibt es Werbung auf Plakaten oder im Fernsehen. Viele Menschen befürchten, dass gerade Kinder dadurch in Versuchung geraten könnten, Drogen auszuprobieren. Sollte man diese Reklame daher verbieten?

Bei einer Umfrage der Krankenkasse DAK-Gesundheit sah eine Mehrheit die Werbung für Alkohol kritisch. Die Befragten wünschen sich ein Umdenken. Helfen könnte es zum Beispiel, wenn Kinder und Jugendliche so früh wie möglich etwas über die Gefahr einer Sucht lernen. Auf diese Weise fangen sie im besten Fall erst gar nicht mit dem Rauchen oder Trinken an.

Buchtipp

Sarggeschichten

Wir alle verlieren im Laufe unseres Lebens nahe Menschen an den Tod. Doch kann man sich auf Verlust und Sterben vorbereiten? Sarah Benz und Katrin Trommler sagen: Ja, man kann! Mit zahlreichen Abbildungen, wichtigen Informationen und klaren Handlungsanweisungen zeigen die Autorinnen in ihrem Buch auf einfühlsame Weise, was alles möglich ist, wenn ein Mensch stirbt und bestattet wird.



Die beiden Frauen stellen sich allen wichtigen Fragen rund um die Themen Sterben und Abschiednehmen: Wie versorgt man einen verstorbenen Menschen? Darf ich einen Toten zu Hause aufbahnen? Was kann ich sagen, wenn jemand gestorben ist? Was brauchen trauernde Kinder? Was kostet eine Bestattung? Auf diese und viele weitere Fragen gibt das Buch eine Antwort.

Sarah Benz, Katrin Trommler: *Sarggeschichten. Warum selbstbestimmtes Abschiednehmen so wichtig ist.* Mosaik Verlag, 320 Seiten, ISBN: 978-3-442-39403-6, 22 Euro.

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

Zeitmaschine

Verhaftung der letzten Hexe

Allein mit ihrer Arbeit in einer Fabrik schien es Helen Duncan nicht möglich, sich und ihre Familie durchzubringen. Gegen Bezahlung beschwor das vermeintliche Medium daher die Geister von Verstorbenen. Am 19. Januar vor 80 Jahren wurde die Schottin verhaftet. Die Anklage stützte sich auf ein Hexerei-Gesetz von 1735 und machte die sechsfache Mutter zu „Europas letzter Hexe“.

Bereits als Siebenjährige soll sie Kontakt zu Geistern gehabt haben. Ihre Mutter riet dem Mädchen damals, dies besser geheimzuhalten. Doch für die erwachsene Helen Duncan schien der direkte Draht zum Jenseits eine gute Einnahmequelle. Gutgläubige Spiritisten kamen immer wieder zu der Frau, die unter ihrem Spitznamen „Höllische Nell“ („Hellish Nell“) zu einer lokalen Berühmtheit wurde. Selbst Berichte, wonach ihr „Ektoplasma“ aus Eiweiß und Klopapier bestand, änderten nichts an Duncans Beliebtheit. Doch dann kam der Zweite Weltkrieg.



Helen Duncan (1897–1956): Medium oder Scharlatanin?

In einer Séance beschwor Duncan 1941 den Geist eines Matrosen, dessen Schiff durch ein deutsches U-Boot versenkt worden war. Doch von dieser Verschlussache durfte niemand etwas wissen. Als die Schottin, deren Söhne bei der Marine waren, weitere Details ausplauderte, wurde der Geheimdienst nervös. Indiskretion war das Letzte, was man im Vorfeld der Landung in der Normandie brauchte. Das Medium wurde inhaftiert und kam erst lange nach dem „D-Day“ wieder frei. Scheinbar unbeirrt nahm Helen Duncan ihre Arbeit als Geisterbeschwörerin wieder auf.

Gibt's doch gar nicht, oder?

Eine Stadt unter einem Dach

Am Golf von Alaska, etwa 50 Kilometer von Anchorage entfernt, liegt der Ort Whittier. Die dort lebenden rund 300 Menschen verhalten ihrer Stadt zu einer gewissen Berühmtheit. Denn fast alle von ihnen wohnen in demselben Haus. Warum das so ist? Ganz einfach: Es gibt in dem Küstenort nur diesen einen 14-stöckigen Wohnkomplex, der auch sonst alles Lebensnotwendige beherbergt.

Der Ort Whittier in der Nähe des Prinz-William-Sunds diente früher als Militärstützpunkt. Mit dem Umbau einer Kaserne entstand in den 1970er-Jahren ein großes Apartmenthaus. Seither nennt nahezu die komplette Einwohnerschaft von Whittier die „Begich Towers“ ihr Zuhause. Neben Kirche, Supermarkt und Post befindet sich dort auch die Stadtverwaltung.

Exklusiv ist der Ort auch in anderer Hinsicht. Denn die von Bergen umgebene Stadt ist nur durch einen einspurigen Tunnel erreichbar. Und dieser wechselt im Winter alle 30 Minuten die Fahrtrichtung.



Foto: Barbara Ann Spengler / Wikipedia Commons

Nahezu keine Rolle dürfte bei Unterhaltungen in Whittier diese Frage spielen: „Gehen wir zu dir oder zu mir?“

Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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

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

Auflösung des Vormonats

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

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

Des Rätsels Lösung

Ritter ohne Furcht und Tadel (Ausgabe Dezember, Seite 16)

Das gesuchte Lösungswort lautete „Ritter“.

- Glas,
- Zahn,
- Wasser,
- Topf.

Brückenwörter gesucht (Denksport, Seite 17)

Diese Wörter können sowohl am Ende als auch am Anfang der genannten Begriffe stehen:

- Schirm,
- Apfel,

Fehler rund ums Schloss (Fehlersuche, Seite 16)

Die Unterschiede sind rechts markiert.





8 Tage p.P. ab € 599,-

KURdirekt

10 Kur-Anwendungen inkl.!

Erholungsreise nach Franzensbad



8 Tage p.P. ab € 1.679,-*1

REISE KÖNIG

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

Spektakuläre Weinberge in Portugal

Genießen Sie einen unbeschwernten Urlaub in Franzensbad. Während seiner 200-jährigen Kurtradition haben sich viele Berühmtheiten, wie bspw. Goethe hier erholt. Die hiesigen Heilmittel und die entspannte Atmosphäre mit gepflegten Parkanlagen und Kolonnaden runden das Kurangebot ab.



4+ Savoy und 3+ Goethe Spa & Medical Hotel

Lage: Das Savoy und Goethe Spa & Medical Hotel liegen in der Kurzone von Franzensbad, ganz in der Nähe des Kurparks. Die zwei Hotels sind über einen Durchgang miteinander verbunden.

Zimmer/Ausstattung: Die 93 Zimmer des Hotels Savoy sind mit Bad oder Dusche/WC, Fön, Leihbademantel, Telefon, Safe und Minibar ausgestattet. Das Hotel verfügt weiterhin über eine 24-Stunden-Rezeption, zwei Lifte, eine Lobby-Bar und Café mit Parkblick sowie Terrasse. Das Hotel Goethe verfügt über 84 Zimmer, die alle mit Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Safe und Kühlschrank ausgestattet sind. Darüber hinaus stehen Ihnen im Hotel zwei Lifte und eine Bibliothek zur Verfügung.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Entspannte Stunden können Sie als Gast des Hotels Goethe in der hoteleigenen Infrasauna verbringen. Den Gästen vom Hotel Savoy steht ein Rehabilitations-Bassin (8 x 5 m, ca. 30°C) und eine finnische Sauna zur freien Verfügung.



Schwimmbad, 4+ Savoy Spa & Medical Hotel



Zimmerbeispiel, 3+ Goethe Spa & Medical Hotel

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7x Übernachtung in der gebuchten Unterkunft
- ✓ 7x Halbpension
- ✓ Ärztliches Eingangsgespräch
- ✓ 10 Kur-Anwendungen pro Woche nach ärztlicher Vorgabe
- ✓ Kostenfreie Nutzung des hoteleigenen Wohlfühlbereichs
- ✓ Kostenfreie Teilnahme an den Live-Musikveranstaltungen in der Lobby-Bar des Hotels Savoy
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
- ✓ Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung

TERMINE & PREISE 2024 p.P. im DZ

Anreise: montags	3+ Hotel Goethe	4+ Hotel Savoy
A 08.01.24; 15.01.24; 22.01.24	€ 599,-	€ 599,-
B 29.01.24; 05.02.24; 12.02.24; 19.02.24; 26.02.24; 04.03.24; 11.03.24; 18.03.24	€ 649,-	€ 779,-
C 03.06.24; 10.06.24; 17.06.24; 24.06.24	€ 649,-	€ 799,-
D 25.03.24; 01.04.24; 08.04.24; 15.04.24; 22.04.24; 29.04.24; 06.05.24; 13.05.24; 20.05.24; 27.05.24; 01.07.24; 08.07.24; 15.07.24; 22.07.24; 29.07.24; 05.08.24; 12.08.24; 19.08.24; 26.08.24; 02.09.24; 09.09.24; 16.09.24; 23.09.24; 30.09.24; 07.10.24; 14.10.24	€ 799,-	€ 849,-

Einzelzimmer-Zuschlag ab € 70,- p.P./Woche

- Hinweise:**
- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort; ca. € 2,- p.P./Tag
 - > Verlängerungswoche auf Anfrage.
 - > 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 unendlich scheinende Weinberge, kleine Dörfer und atemberaubende Aussichten bei der Flusskreuzfahrt mit dem 4+ Schiff DOURO QUEEN auf dem drittlängsten Fluss der iberischen Halbinsel, dem Douro. Das Douro-Tal zählt zu den beeindruckendsten Weinbaugebieten der Welt und gehört damit seit 2001 zum Weltkulturerbe der UNSECO. Entdecken Sie die Architektur Portos und lassen Sie sich von den reizvollen Dörfern des Hinterlands in ihren Bann ziehen.

IHR REISEVERLAUF

Tag	Hafen	Ab	An
1	Abholung an Ihrer Haustür und Flugreise nach Porto.	-	-
2	Porto mit Möglichkeit zur Stadtrundfahrt/-gang (exkl.). Weiterfahrt nach Caldas de Aregos.	14:30 Uhr	19:00 Uhr
3	Caldas de Aregos - Ausflug nach Pinhão (inkl.) und Möglichkeit zur Besichtigung des Mateuspalast in Vila Real (exkl.).	07:00 Uhr	11:00 Uhr
4	Pinhão - Barca d'Alva/Vega Terrón mit Möglichkeit zum Ausflug nach Castelo Rodrigo (exkl.).	08:00 Uhr	14:00 Uhr
5	Salamanca - Pocinho	18:00 Uhr	20:00 Uhr
6	Pocinho - Régua mit Möglichkeit zur Besichtigung von Lamego (exkl.).	07:00 Uhr	14:30 Uhr
7	Régua - Porto	07:00 Uhr	14:00 Uhr
8	Porto, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür.	-	-

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice zum nächstgelegenen Flughafen
- ✓ An- und Abreise per Flugzeug nach Porto inkl. Transfer zur Schiffsanlegestelle
- ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4+ DOURO QUEEN und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
- ✓ Vollpension an Bord
- ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
- ✓ Freie Nutzung der kostenfreien Bord-Einrichtung (z.B. Pool)
- ✓ Ausflug nach Pinhão
- ✓ Deutschsprachige Kreuzfahrtsleitung

TERMINE & PREISE*1 2024 p.P.

Abfahrtstermine: donnerstags	Hauptdeck achtern (HX)	Zuschlag 2-Bett-Kabine zur Alleinbenutzung
A 31.10.24	€ 1.679,- statt € 1.798,-	30%
B 17.10.24; 24.10.24*	€ 1.879,- statt € 1.899,-	60%
C 18.04.24; 25.04.24 22.08.24	€ 2.079,- statt € 2.199,-	75%
D 02.05.24*; 09.05.24; 16.05.24; 23.05.24 06.06.24; 13.06.24; 20.06.24* 29.08.24; 05.09.24	€ 2.229,- statt € 2.349,-	90%

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

- > Aufpreis Getränkepaket € 203,-
- > Aufpreis Ausflugspaket (4 Ausflüge): € 159,-
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage.

Hinweise:

- *Frühbucherpreise sind gültig bei Buchung bis 31.01.24. Ab 01.02.24 gilt ein Zuschlag von € 120,- p.P.
- *Single-Spezial: Zuschlag für Kabine zur Alleinbenutzung um 50% reduziert (begrenztes Kontingent!)
- > Routenänderungen vorbehalten.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstraße 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

Reisecode: SOVD



Ihre Reiseroute

Beratung & Buchung: **0800 - 228 42 66** gebührenfrei / Mo.-Fr.: 9-17 Uhr (ab 02.01.24)

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

Beratung & Buchung: **0800 - 55 66 700** gebührenfrei / Mo.-Fr.: 9-17 Uhr (ab 02.01.24)

info@reise-koenig.de

! Wir haben vom 23.12.23 - 01.01.24 Betriebsruhe. Ab dem 02.01.24 sind wir gerne wieder für Sie da!

! Wir haben vom 23.12.23 - 01.01.24 Betriebsruhe. Ab dem 02.01.24 sind wir gerne wieder für Sie da!

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS






HASSERÖDER BURGHOTEL
WERNIGERODE / HARZ

BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR




Winter-Auszeit im Harz

Erlebnis-Kurzurlaub im Hasseröder Burghotel Wernigerode

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

- **3 Tage / 2 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (mit tollen Inklusivleistungen (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, Begrüßungsdrink, Live-Musik, Eintritt zu allen Veranstaltungen des Hotels, u. v. m.)
- **2 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

Diese Erlebnis-Highlights sind bereits im Preis enthalten:

- Eintritt in eine der Rübäländer Tropfsteinhöhlen
- Eintritt in das Luftfahrtmuseum Wernigerode

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum 01.01. bis 28.03.24
 WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00 €/ Nacht (Fr & Sa).
 Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.
 Zzgl. Energiekostenpauschale 3,00 €/Erw./Nacht.

je Erw. im DZ

220,- €

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.



HARZPIN
ERLEBNISZIELE IM HARZ



Jetzt bis zu **39% Vorteil!**

* 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



Kräuterhaus Sanct Bernhard

120 Jahre

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540



Bio-Hagebutten

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Es eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müslis oder zur Vermischung mit Saft. Von Natur aus mit Galaktolipiden.

Vegan, glutenfrei!

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



Magnesium 400 supra-Kapseln

Magnesium verbessert die Funktion und Belastungstoleranz der Muskeln, insbesondere bei körperlicher Anstrengung. Es fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden.

Hoch dosiert – nur 1 x täglich!

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



Erotisan-Manneskraft

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

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



Bio-Hagebutten

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Es eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müslis oder zur Vermischung mit Saft. Von Natur aus mit Galaktolipiden.

Vegan, glutenfrei!

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



Kapuzinerkresse-Meerrettich

Kapseln mit Kapuzinerkressekrautpulver und Meerrettichwurzelpulver. Mit natürlichem Vitamin C aus der Acerolakirsche, dieses trägt zum Erhalt einer normalen Funktion des Immunsystems bei und dient dem Schutz der Zellen vor oxidativem Stress. So helfen Sie Ihrem Immunsystem!

Best.-Nr. 1452 180 Kapseln € 13,50
 ab 3 Packungen nur € 12,00



Gelenkfit-Kapseln

Mit Calcium, Magnesium, die Vitamine B1, B2, B6, B12, C, Niacin, Pantothenensäure, Folsäure und Biotin sowie die Mucopolysaccharide Glucosamin und Chondroitin, die natürliche Bestandteile des Bindegewebes, der Knorpel und der Gelenkflüssigkeit sind.

Best.-Nr. 1790 240 Kapseln für 40 Tage € 21,50
 Best.-Nr. 1791 3er-Packung € 57,00



Gedächtnis-Kapseln mit Ginkgo!

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

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



TOP Vitamin B12 Supra 200µg

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

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

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

2-Monatspackung *FÜR ALLE NEUKUNDEN

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

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

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

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

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

Alle Informationen zu unseren Produkten unter www.kraeuterhaus.de
 Informationen zur Datenverarbeitung unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz sov240132

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

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

Apotheken Umschau – immer besser informiert



Die besten Strategien fürs Abnehmen



Tipps zur Haustier-Gesundheit



Ratschläge für eine gesunde Ernährung

JETZT in Ihrer Apotheke!

Lesen, was gesund macht.

Kostenfreie Pflegehilfsmittel für die häusliche Pflege – gleich beantragen!

Bis zu **40 €** monatlich



So einfach gehts:

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



Haben Sie Fragen? kontakt@mein-pflegeset.de

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

Weitere Infos unter www.mein-pflegeset.de

meinPflegeset - ein Service von Praxis Partner

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



Praxis Partner Fachversand für Arzt- und Laborbedarf GmbH

In den Fritzenstücker 9-11 65549 Limburg

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



Für Sie als Leser: Top-Tarif – auf Wunsch mit SAMSUNG Smartphone!

T.. Ihr neuer Top-Tarif in bester D-Netz-Qualität im Netz der Telekom

- ☑ **FLAT: FESTNETZ**
- ☑ **FLAT: INTERNET** **3 GB LTE**
- ☑ **FLAT: HANDY-NETZE**
- ☑ **FLAT: IM EU-AUSLAND** (EU-ROAMING)

für Sie nur **6,99** €/Monat* (statt regulär 14,99 €) **53% LESER-RABATT**

Nehmen Sie auf Wunsch Ihre bisherige Rufnummer mit!



Auf Wunsch mit **SAMSUNG Galaxy A04s** für nur **6,- €/Monat** zusätzlich*

- Im Wert von 189,- Euro¹⁾
- Großes und brillantes 16,55-cm (6,5")-Infinity-V-Display mit HD+-Auflösung
- Ausdauernder 5.000-mAh-Akku
- Dreifach-Kamera: 50-MP-Weitwinkel-Kamera, Tiefen- und Makro-Kamera
- 32-GB-Speicher für Ihre Daten, Nachrichten und Fotos
- Leicht verständliches, aktuelles Google Android-Betriebssystem
- Inklusive Schutzhülle und Schutzglas Im Wert von 19,98 Euro¹⁾

1,- €* einmalig

GRATIS Versand
Sicherer & schneller Versand mit unserem Partner DHL, Deutsche Post

Limitiertes Angebot: Gleich **kostenlos** anrufen unter:

0800 - 503 532 044

Montag – Freitag: 8.30 – 18.00 Uhr | Samstag: 9.00 – 14.00 Uhr

Oder bestellen Sie einfach und bequem online:

www.lesen-sparen.de/2277

*Spar-Tarif-Infos: Verfügbar in bester Qualität im Netz der Telekom. Die Aktion gilt nur solange der Vorrat reicht in Verbindung mit einem Mobilfunk-Provider-Antrag (Mindestlaufzeit 24 Monate, Startpaketpreis einmalig 39,90 € oder auf Wunsch mit Handy 40,90 Euro: 39,90 Euro + 1,- Euro). Sie profitieren von 53% Leser-Rabatt, der monatliche Paketpreis beträgt nur 6,99 € statt regulär 14,99 €/Monat. **BITTE BEACHTEN SIE:** Im Paketpreis sind bereits Ihre SIM-Karte sowie auf Wunsch Ihr Handy inklusive Zubehör (für nur 6,- Euro/ Monat zusätzlich) enthalten, es fallen keine weiteren Aufpreise oder Kosten dafür an! **Ihre Tarif-Vorteile:** Telefonie-Flatrate für alle nationalen Standardgespräche ins Festnetz, in alle Handynetze und zur Mailbox (ausgenommen Service- und Sonderrufnum.) + Highspeed-Internet-Flatrate (3 GB LTE) im Inland, danach surfen Sie unbegrenzt in Standard-Geschwindigkeit (GPRS) weiter. Sie profitieren von der EU-Regulierung und telefonieren/surfen mit Ihrem neuen Spar-Tarif ohne zusätzlichen Aufpreis auch im EU-Ausland. Der Versand ist für Sie gratis. Alle Preise inkl. MwSt. Norton Anti-Virus-Programm inklusive: verlässlicher Schutz vor fremdem Zugriff und unerwünschter Werbung ein Monat inklusive, danach 1,99 Euro/Monat. Die Laufzeit entspricht Ihrem Mobilfunk-Vertrag. Sie haben im ersten Monat ein tägliches Sonderkündigungsrecht (freenet DLS GmbH, 99076 Erfurt). Eine Aktion des handyservice der tema GmbH & Co. KG, Waltersweierweg 5, 77652 Offenburg. ¹⁾Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers | Stand: Dezember 2023

6. Herzlich Willkommen in Deutschland zur Fußball-EM 2024!



€ 10,- statt € 39,90

Die neue **Fußball-Gedenkprägung** mit hochwertiger Farbveredelung!

1.-5. Jetzt zum Tauschpreis sichern: 5 x 2-Euro für nur € 10,-!



Gemeinsame Rückseite Ø je 25,75 mm | **2-Euro Slowakei** „200 Jahre Pferdepost“ | **2-Euro Italien** „100 Jahre Luftstreitkräfte“ | **2-Euro San Marino** „Der heilige Marinus“ | **2-Euro Spanien** „Vorsitz im Rat der EU“ | **2-Euro Deutschland** „Elbphilharmonie“

- ✓ **Prägefrische Sammlerqualität, also noch nie im Umlauf gewesen!**
- ✓ **Offiziell - kursgültig - gesucht! Riesige Nachfrage - sofort bestellen!**
- ✓ **KEIN RISIKO:** Sie tauschen € 10,- gegen € 10,-!

5 x 2-Euro-Gedenkmünzen - Set Im Tausch: € 10,-

Auch bestellbar unter: <http://Fussball.new-coins.de>

7. Die neue Goldmünze in 999/1000 Feingold!



- ✓ Die erste **Goldmünze** zur Fußball-Europameisterschaft 2024 in Deutschland!
- ✓ 1/100 Goldunze = 0,311 g, Polierte Platte!
- ✓ Limitierte Auflage: nur 5.000 Stück!

€ 49,90 statt € 99,90

Bestell-Coupon

Ja, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. € 5,95 Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung)

- 1.-5. **Komplettsset: 5 x 2-Euro-Gedenkmünzen** (bankfrisch) zum **Tauschpreis** von nur € 10,-! (Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)
- 6. **Fußball-Gedenkprägung** „Anstoß in München 2024“ mit hochwertiger Farbveredelung für nur € 10,- statt € 39,90!
- 7. **Goldmünze** (999/1000 Feingold) zur Fußball-EM 2024 in Deutschland für nur € 49,90 statt € 99,90!
- 8. **1/4-Silberunze** (999/1000 Feinsilber, Polierte Platte, 7,78 g) für nur € 16,90 statt € 59,90!
- 9. **Jeder Besteller erhält GRATIS ein Überraschungsgeschenk!**

Bitte Adresse eintragen und einsenden an:

Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG
Buchhorstblick 7a · 38162 Weddel
Fax: 0 53 06/95 95 77 · E-Mail: service@srh-ltd.de

Es gelten unsere Datenschutzerklärung und unsere AGB. Diese finden Sie auf www.srh-ltd.de!

Name _____ Vorname _____
Straße/Nr. _____
PLZ/Ort _____
Telefon _____ Geburtsdatum _____
Unterschrift _____ skz/bbzd _____

EM 2024: **Endrunden-** **auslosung in der** **Hamburger** **Elbphilharmonie!**

999/1000 Feinsilber! **€ 16,90** statt € 59,90

Ø 26 mm

SoVD-Zeitung digital



Gleich QR-Code
scannen und
anmelden!

- + schneller bei Ihnen als im Postversand
- + enthält alle Landesbeilagen sowie zusätzliche Links und Videos in den Artikeln
- + für Tablets und Smartphones
- + schont die Umwelt



Wechseln Sie zum E-Paper!

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

Foto: Farknot Architect / Adobe Stock

Sie können sich auch per Post anmelden. Schicken Sie das ausgefüllte Formular an:
Sozialverband Deutschland
Abteilung Redaktion
Stralauer Straße 63, 10179 Berlin

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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