



Fotos: Jale Ibrak, Angelov / Adobe Stock; Montage: SoVD

Wer neben einem Job und der eigenen Familie noch Angehörige versorgt, ist im Alltag einer enormen Belastung ausgesetzt.

Beruflich und privat Pflegende gehen oftmals an ihre gesundheitlichen Grenzen

Zuwendung bis zur Erschöpfung

Menschen, die auf Pflege angewiesen sind, benötigen über konkrete Hilfestellungen hinaus auch seelischen Zuspruch. Im Alltag fehlt hierfür allerdings häufig die Zeit. Doch auch die Gefühle und Bedürfnisse der Pflegenden selbst kommen oftmals zu kurz. Das kann schnell zur Überlastung führen. Der SoVD fordert daher bessere Arbeitsbedingungen in der beruflichen sowie mehr Unterstützungsangebote in der häuslichen Pflege.

Die Fähigkeit zur Empathie ist eine wichtige Grundlage menschlichen Miteinanders. Sie lässt uns am Schicksal anderer teilhaben und zeigt diesen, dass wir sie in ihrer konkreten Situation wahrnehmen. Wer eine andere Person pflegt, ob nun im Krankenhaus, in einer stationären Einrichtung oder auch in den eigenen vier Wänden, kommt ohne ein gewisses Einfühlungsvermögen meist nicht weit. Sich die Bedürfnisse und Gefühle anderer erschließen zu können,

ist also eine zentrale Voraussetzung pflegerischer Arbeit. Umgekehrt erwarten Menschen, die aufgrund einer Erkrankung oder altersbedingter Einschränkungen auf Hilfe angewiesen sind, dieses Mitgefühl auch von ihrer Umwelt.

Wer unter Zeitdruck pflegt, hat kaum Zeit für Gespräche

Nicht selten fällt es gerade Pflegebedürftigen schwer, sich in ihre Situation einzufinden. Bedürfnisse, die sie selbst nicht

mehr erfüllen können, erhalten in ihrem Alltag einen immer größeren Stellenwert. Betroffene fühlen sich in der Folge schnell hilflos und einsam. Ein zugewandter Austausch mit dem Pflegepersonal oder Angehörigen könnte einen Großteil der Frustration auffangen. Hierbei kommt jedoch der Faktor Zeit ins Spiel.

Nicht nur Pflegenden kennen das: Es gibt immer etwas zu tun. Im privaten Bereich stehen

Fortsetzung auf Seite 2

Anzeige

Sicherheit für ein aktives Leben.

Als Mitglied im Sozialverband Deutschland e.V. erhalten Sie exklusive Konditionen



Die ERGO Unfallversicherung sorgt dafür, dass Ihre Lebensqualität auch nach einem schweren Unfall erhalten bleibt. Mit finanziellem Schutz und persönlicher Beratung. Unsere Unfallversicherung „Smart“ oder „Best“ können Sie ganz einfach um individuelle Bausteine erweitern.

Interesse? Dann melden Sie sich!

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



Blickpunkt

Am 24. Februar jährte sich der russische Überfall auf die Ukraine zum ersten Mal. Zehntausende getötete Soldat*innen und Zivilist*innen, darunter Hunderte Kinder, sind zu beklagen. Über eine Million Menschen flohen seit Kriegsbeginn nach Deutschland. Sie haben Schlimmstes erlebt: das gewaltsame Sterben von Angehörigen und Freund*innen, den Verlust ihres Zuhauses und ihrer gesamten Infrastruktur, Kälte, Unsicherheit, Angst. Jetzt leben sie in ständiger Sorge um ihre Lieben.

Auswirkungen hat der Krieg auch für das Leben hierzulande: Monat für Monat klettert die Teuerungsrate auf neue Höchststände. Auf hohe Energiepreise folgte der Preisschock bei den Lebensmitteln. Vor allem arme Familien spüren das in aller Härte. Dennoch zeigen die Menschen in Deutschland und in ganz Europa einen beispiellosen Zusammenhalt – verbunden durch den gemeinsamen Willen, zu helfen, zu Solidarität und zu Frieden. Genau dies sind die Ideale des SoVD – unser Verband begründete sich aus

dem Kriegserleben heraus. Ebenso in unseren Reihen ist die Hilfsbereitschaft deshalb ungebrochen.

Putins Krieg verursacht nicht nur unermessliches Leid; er ist außerdem eine Attacke auf die europäische Friedensordnung und die internationale Sicherheitsarchitektur. Umso wichtiger ist es, die Ukraine mit humanitärer, finanzieller und militärischer Hilfe zu stärken und Russland durch ein einheitliches europäisches Vorgehen zu isolieren!

Michaela Engelmeier
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Die Zukunft des SoVD fest im Blick

Außerordentliche Bundesverbandstagung am 3. März
Seite 3



Jedes Kind muss uns gleich viel wert sein

Grundsicherung bringt mehr Geld für arme Familien
Seite 7



Einsamkeit stärker bekämpfen

SoVD-Kampagne läuft ab März bundesweit
Seite 6



Frauen weiterhin benachteiligt

SoVD macht den März zum Gleichstellungsmonat
Seite 5



Ein Mann für skurrile Typen

Schauspieler Bjarne Mädel wird 55 Jahre alt
Seite 24



Beruflich Pflegende und auch Angehörige gehen oftmals an ihre gesundheitlichen Grenzen

Zuwendung bis zur eigenen Erschöpfung

Fortsetzung von Seite 1

speziell Angehörige dabei vor der Herausforderung, nebenher noch das eigene Leben zu organisieren und eventuell noch einer bezahlten Beschäftigung nachzugehen. Auch Pflegefachkräfte stehen bei ihrer Arbeit eigentlich ständig unter Zeitdruck. Das wirkt sich keineswegs nur auf die von ihnen betreuten Menschen aus.

Mitgefühl ist wichtig, kann aber auch belasten

Analysen des Wissenschaftlichen Instituts der AOK zeigen die gesundheitlichen Folgen einer hohen Belastung durch Stress. Demnach treten etwa psychische Erkrankungen in der Pflege nahezu doppelt so häufig auf wie in allen anderen Berufsgruppen. Auch die Zahl der Krankmeldungen liegt deutlich über dem Durchschnitt. Wie lässt sich daran etwas ändern?

Menschen, die sich in der Pflege engagieren, möchten ja prinzipiell anderen helfen und dabei auch an deren Schicksal Anteil nehmen. Das kann jedoch im Fall von Angehörigen aufgrund der persönlichen Beziehung schwierig werden. Beruflich Pflegende dagegen treffen auf ihnen fremde Personen. Sie sind allerdings jeden Tag mit so vielen verschiedenen Lebensgeschichten konfrontiert, dass auch sie mit ihrem Mitgefühl recht bald an Grenzen stoßen.

Pflegende sollten eigene Bedürfnisse ernstnehmen

Der Bonner Pflegewissenschaftler Andreas Kocks warnt daher vor einer „unreflektierten Empathie“. Er rät Pflegenden dazu, auch die eigenen Bedürfnisse nicht außer Acht zu lassen (siehe Interview auf dieser Seite). Kocks war an der Entwicklung des Entlastungskon-

zeptes empCARE beteiligt, mit dem Pflegekräfte lernen können, empathisch für andere zu sein, ohne sich dabei selbst aus dem Blick zu verlieren. Eine bessere Selbstwahrnehmung, so das Ergebnis zahlreicher Schulungen, wirkte sich insgesamt positiv auf die Gesundheit aller am Pflegeprozess Beteiligten aus. Ein ähnliches Angebot für Angehörige hält die AOK mit dem „Familiencoach Pflege“ bereit.

SoVD: Politik muss mehr Unterstützung anbieten

Vollmundige Versprechungen gab es in den letzten Jahren viele, passiert ist jedoch aus Sicht des SoVD zu wenig. Der Verband setzt sich deshalb weiterhin für mehr Angebote zur Entlastung und Unterstützung in der häuslichen Pflege ein. Hierzu gehört insbesondere der Ausbau und die Stärkung der Tages- und Verhinderungspflege.



Foto: Lightfield Studios / Adobe Stock

Vielen Menschen fällt es schwer, auf Hilfe angewiesen zu sein. Werden Bedürfnisse nicht gesehen, kann das zu Frustration führen.

Auch der Personalnotstand bleibt ein Problem. Besonders in der Altenpflege muss die Politik daher endlich bessere Lohn- und Arbeitsbedingungen schaffen. *Joachim Schöne*

Die Positionen des SoVD finden Sie online unter: www.sovd.de/sozialpolitik/pflege.

Informationen zum Selbsthilfeprogramm der AOK gibt es unter: www.familiencoach-pflege.de.

Pflege als Armutsrisiko

SoVD fordert echte Reform

Bereits seit Jahren steigen die Eigenanteile für die Pflege im Heim – und das auch trotz der 2022 eingeführten Entlastungszuschläge. Zu Beginn dieses Jahres mussten Pflegebedürftige nach Berechnungen des Verbandes der Ersatzkassen durchschnittlich 2.411 Euro im Monat selbst zahlen. Damit stieg diese Summe innerhalb eines Jahres um 278 Euro.

Mit Verärgerung reagiert die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier auf diese Zahlen. Sie bezeichnete den erst seit einem Jahr geltenden Leistungszuschlag als eine Fehlkonstruktion. Denn dieser ändere letztlich nichts an den weiter steigenden Pflegeheimkosten. Engelmeier forderte Bundesgesundheitsminister Lauterbach zum Handeln auf: „Wir brauchen schnell eine umfassende Pflegereform mit einer zukunftsfähigen Finanzierung und einer klaren Regelung, wer welche Kosten in welchem Umfang trägt. Dabei müssen die Eigenanteile kurzfristig gedeckelt und Pflegebedürftige sowie Angehörige endlich entlastet werden. Denn so traurig es ist: Pflege ist bei uns ein Armutsrisiko!“

Der SoVD bleibt weiterhin bei seiner Forderung nach einer Pflegevollversicherung. Diese müsse zumindest mittelfristig alle pflegebedingten Kosten übernehmen. *jos*



Interview

„Eigene Bedürfnisse nicht ignorieren“

Andreas Kocks arbeitete über zwölf Jahre hinweg als Krankenpfleger an der Uniklinik Bonn und studierte nebenbei Pflegeforschung. Im Rahmen des „empathiebasierten Entlastungskonzeptes in der Care-Arbeit“ (empCARE) beschäftigte sich der Pflegewissenschaftler mit herausfordernden Situationen im Pflegealltag. Mit der SoVD-Zeitung sprach Andreas Kocks über dringend notwendiges Mitgefühl, über die Grenzen von Empathie und über die Frage, warum Pflegende ihre eigenen Bedürfnisse ernst nehmen sollten.

__ Bevor Sie Wissenschaftler wurden, haben Sie selbst als Krankenpfleger gearbeitet. Was ist denn die größte Herausforderung, vor der Pflegende derzeit stehen?

Was wir vor allem spüren, ist ein Fachkräftemangel. Im Mittelpunkt steht für mich deshalb die Attraktivität von Pflege. Mit Blick auf die Zukunft halte ich es für enorm wichtig, dass wir Menschen für diesen Beruf begeistern und sie dann auch in ihrem Job halten – und zwar so, dass sie gerne dort arbeiten und ihre Fähigkeiten einbringen. Und das ist unter den derzeitigen Bedingungen eine große Herausforderung.

__ Wenn Personal fehlt, dann übernehmen die verbliebenen Pflegekräfte doch automatisch deren Arbeit. Führt das nicht zu einer immer größeren Belastung?

Absolut. Das ist eine Art Teufelskreis, den wir dort haben. Man verliert viele engagierte Menschen, die mit der in ihrer Arbeit erreichbaren Qualität unzufrieden sind. Sie sind schlicht frustriert, weil sie in ihrem Beruf nicht das machen können, wofür sie ursprünglich angetreten sind, und wenden sich ab.

__ Überlastung und Zeitdruck sowie geringe Anerkennung für das Geleistete – das trifft in ähnlicher Weise auch auf die private Pflege zu, oder?

In jedem Fall. Das hat für mich auch etwas mit dem Blick auf Pflege insgesamt zu tun. Da scheint oftmals die Meinung vorzuherrschen, das könne jeder tun. Das macht man aber nicht mal eben nebenbei. Und wenn wir über die Pflege von Angehörigen nachdenken, dann wage ich mir gar kein Bild davon zu machen, welche Leistung Menschen dort erbringen. Das erfährt leider nicht die Wertschätzung, die angemessen wäre.

__ Was können Pflegende tun, um nicht in einen Kreislauf zu geraten, der in Frustration endet?

Man kann lernen, mit Empathie reflektiert umzugehen. Darum ging es bei dem Projekt empCARE. Wenn ich mit meinem Gegenüber mitfühle, dann darf ich meine eigenen Gefühle nicht außer Acht lassen. Das ist eine Frage der Selbstpflege und wäre auch eine wichtige Botschaft für pflegende Angehörige. Man sollte sich eigene Bedürfnisse bewusst machen und diese ernst nehmen.



Andreas Kocks

__ In der Pflege komme ich doch aber ohne Mitgefühl nicht weiter. Wie schaffe ich es, das nicht als eine Einbahnstraße zu begreifen?

Das ist gar nicht so einfach. In Pflegesituationen geht es immer um das Aushandeln von Nähe und Distanz. Aber man kann Empathie lernen. Wenn ich mir bewusst werde, was meine Bedürfnisse sind und die von meinem Gegenüber, dann kann das schon helfen, Lösungen zu finden. Natürlich kann es auch vorkommen, dass man keine Lösung findet. Auch im Krankenhaus können wir den Menschen ihre Ängste nicht immer nehmen. Wir können ihnen aber das Gefühl geben, dass wir ihre Sorgen ernst nehmen und uns darum kümmern.

__ Möglicherweise sieht mein Gegenüber aber nur die eigenen Bedürfnisse. Darauf habe ich dann keinen Einfluss.

Genau. Und damit umzugehen ist eine große Herausforderung. Das gilt für Pflegefachkräfte genauso wie für pflegende Angehörige. Bei der Pflege zu Hause kommt in der Regel auch noch eine persönliche Beziehung hinzu, die das Ganze zusätzlich schwierig machen kann.

__ Viele Familien leisten diese Pflege aber auch, weil sie das wollen. Nur sind sie hierbei dringend auf bessere Rahmenbedingungen angewiesen.

Ich bin da total bei Ihnen. Es bräuchte mehr Unterstützung und es bräuchte überhaupt eine Anerkennung. Da müssen wir uns gar nichts vormachen: Die häusliche Pflege durch Angehörige ist der größte Pflegedienst, den wir in Deutschland haben. Nur mit der Forderung nach Wertschätzung alleine ist es dabei nicht getan. Das hat auch etwas damit zu tun, wie man mit sich selber umgeht, mit der eigenen Gesundheit. Man sollte sich immer wieder fragen: Was tut mir gut? Was gibt mir Kraft?

Interview: Joachim Schöne

Außerordentliche Bundesverbandstagung am 3. März 2023 in Berlin

Die Zukunft des SoVD fest im Blick

Unter diesem Motto wurde unsere Verbandsreform über zwei Jahre hinweg in Arbeitsgruppen und Gremien beraten. Am 3. März in Berlin ist es nun so weit: Die Delegierten der Bundesverbandstagung (BVT) entscheiden über eine umfassende Satzungsänderung. Ziel ist die Modernisierung und Professionalisierung unserer Strukturen.

Jeder Verband sollte sich in gewissen Abständen kritisch fragen, ob er noch auf der Höhe der Zeit ist. Ob Strukturen und Arbeitsformen noch zu den aktuellen Aufgaben und Herausforderungen passen. Vor mehr als zwei Jahren haben wir das beim SoVD gemacht. Und wir waren uns einig: Beim SoVD läuft vieles gut. Unsere größte Stärke ist das Miteinander von Ehrenamt und Hauptamt: Über 20.000 Frauen und Männer, die unseren Verband mit ihrem Engagement tragen – in den 1.488 Orts- und 152 Kreisverbänden, in den 12 Landesverbänden und auf Bundesebene.

Dazu kommt unsere erfolgreiche Sozialrechtsberatung: Mehr als 350 Expertinnen und Experten bearbeiten im Jahr über 45.000 Verfahren und Anträge. 2022 haben wir für unsere Mitglieder mehr als 87 Millionen Euro an Nachzahlungen erstritten. Vor allem in den großen Landesverbänden haben wir starke hauptamtliche Strukturen, und – darauf bin ich als Bundesgeschäftsführer besonders stolz – wir haben ein kompetentes und leistungsfähiges Team in der Bundesgeschäftsstelle in Berlin.

Berufung von Michaela Engelmeier als erster Schritt

Zu einem erfolgreichen SoVD gehört auch, dass wir in Medien und Öffentlichkeit sichtbar sind und gut vernetzt arbeiten. Die Bedingungen dafür haben sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert: Mediale und politische Debatten haben sich extrem beschleunigt, auf Bundes-

ebene wird es für ehrenamtliche Gremien immer schwieriger, die gewachsenen Anforderungen zu erfüllen. Der SoVD muss – genauso wie auch andere Verbände – seine Strukturen an die Zeit anpassen.

Ein erster wichtiger Schritt war im letzten Sommer die Berufung von Michaela Engelmeier als hauptamtliche Vorstandsvorsitzende. Seit September vertritt sie unseren SoVD in der Öffentlichkeit und gegenüber der Politik. Fünf Tage die Woche ist sie in Berlin präsent oder für unseren Verband im ganzen Land unterwegs. Dieser Einsatz zeigt Wirkung: Der SoVD ist präsent. Wir sind jede Woche in den Nachrichten und im Kontakt mit Ministerinnen und Ministern, mit Abgeordneten und Verbandsspitzen.

Modernisierung an der Spitze des Verbandes

Diesen wichtigen Schritt der Reform sind wir also bereits im letzten Jahr gegangen. Als nächsten Schritt schlägt der Bundesvorstand der BVT jetzt eine Satzungsreform vor, die unsere Strukturen schlanker, professioneller und damit handlungsfähiger machen soll. An der Spitze soll zukünftig ein Vorstand aus zwei Personen stehen, die hauptamtlich beim SoVD angestellt sind. Sie vertreten den Verband rechtlich und in der Öffentlichkeit und leiten auch die Bundesgeschäftsstelle und die hauptamtlichen Strukturen in den nicht selbstständigen Landesverbänden.

Der Vorstand soll zukünftig von

einem Verbandsrat berufen, beraten und kontrolliert werden. Dem neuen Gremium sollen 13 von den Landesverbänden entsandte Mitglieder sowie die Bundesfrauensprecherin und der/die Bundesjugendvorsitzende angehören. Der Verbandsrat hat auch die Aufgabe, Ausschüsse zu zentralen Themen einzusetzen – ein sozialpolitischer und ein frauenpolitischer Ausschuss haben dabei sicherlich Priorität. Schließlich sieht der Entwurf der neuen Satzung eine Bundeskonferenz vor, die mindestens einmal im Jahr tagt und in der alle Landesverbände vertreten sind. Damit sichern wir die enge Abstimmung zwischen Ehrenamt und Hauptamt im ganzen Land.

Die Verbandsreform ist kostenneutral

Wir haben diese Reform sorgfältig vorbereitet. Um über die zukünftige Struktur unseres Verbandes zu beraten, hat der Bundesvorstand Anfang 2021 einen Strategieprozess eingeleitet und eine Steuerungsgruppe eingesetzt. Dazu kommen vier Regionalgruppen, in der alle Landesverbände vertreten sind und sich einbringen können. Ein Ergebnis der Beratungen ist der Vorschlag zur Satzungsänderung, der nun auf der BVT vorliegt.

Unser SoVD finanziert sich durch die Beiträge der Mitglieder. Wir haben also eine besondere Verantwortung, sparsam mit unseren finanziellen Mitteln umzugehen. Deshalb sorgen wir auch dafür, dass die neue Struktur keine zusätzlichen Kosten



Foto: Denny Brückner

SoVD-Bundesgeschäftsführer Michael Meder ist ein großer Befürworter der Verbandsreform.

verursacht. Neben den beiden hauptamtlichen Vorstandsmitgliedern soll es keine separate Bundesgeschäftsführung mehr geben. Durch eine klare Aufgabenteilung zwischen Vorstand und Verbandsrat können wir die Stärken unseres SoVD noch besser nutzen.

Nachwahlen für die Übergangsphase

Die neue Struktur an der Verbandsspitze wird nicht sofort nach der BVT in Kraft treten. Weil die Umstellung rechtlich und praktisch etwas kompliziert ist, brauchen wir eine Übergangsphase bis zur ordentlichen Verbandstagung im November. Deshalb haben wir uns entschieden, die vakanten Positionen des Präsidenten und des Vizepräsidenten für diesen Zeitraum nachzubeseetzen. Auf der BVT stellen sich dafür Bernhard Sackarendt (Vorsitzender der SoVD-Landesverbandes Niedersachsen) und Alfred Bornhalm (Vorsitzender der SoVD-Landesverbandes

Schleswig-Holstein) zur Wahl, die zusammen mit unserer Vizepräsidentin Ursula Engelen-Kefer die Reform begleiten und den Übergang gestalten wollen.

Wenn die Delegierten der Satzungsänderung zustimmen, werden wir diesen wichtigen Schritt zur Modernisierung unserer Strukturen bis zum Spätherbst abschließen. Aber Verbandsreform bedeutet mehr: Wir haben mit Michaela Engelmeier begonnen, unsere Kommunikation nach außen zu verändern. Bundesverband und Landesverbände stimmen sich immer enger ab. Daran werden wir weiter arbeiten und unseren SoVD schlagkräftiger, sichtbarer und attraktiver machen. Wir wollen neue Mitstreiterinnen und Mitstreiter im Kampf für eine gerechtere Gesellschaft und ein besseres Sozialsystem gewinnen. Ehrenamt und Hauptamt gemeinsam als starke Stimme für alle, die Unterstützung brauchen.

*Michael Meder
Bundesgeschäftsführer*

www.sovd.de/erdbebenhilfe



Das Erdbeben in der Türkei und in Syrien hat eine furchtbare Zerstörung hinterlassen. Mehr als 40.000 Todesopfer sind zu beklagen, Tausende werden weiter vermisst. Weltweit ist die Hilfsbereitschaft groß. Auch der SoVD ist tief betroffen und hat ein Spendenkonto eingerichtet unter: IBAN: DE89 5206 0410 3003 9999 39 / BIC: GENODEF1EK1 / Evangelische Bank (EB). Jeder gespendete Cent kommt den Opfern zugute.

Foto: Ahmet Ozler / picture alliance, AA



Aktuelles Urteil

Art des Hilfsmittels selbstbestimmt wählen

Die Krankenkasse darf nicht bestimmen, welche Art von Rollstuhl ein Versicherter benötigt, entschied das Landessozialgericht Niedersachsen-Bremen.



Foto: 24K-Production / Adobe Stock

Auch wenn es billiger ist, darf die Kasse keinen nur passiv bewegten E-Rollstuhl vorschreiben.

In dem Fall ging es um einen 49-jährigen mit Querschnittslähmung. Bisher hatte er einen Aktivrollstuhl, den er mit der eigenen Körperkraft bewegte. Wegen nachlassender Kraft und Schulterbeschwerden beantragte der Mann bei der Krankenkasse ein elektrisch unterstütztes Zugerät für seinen Rollstuhl.

Die Krankenkasse lehnte dies als Überversorgung ab und bewilligte einen Elektrorollstuhl. Das Gericht gab dem Mann Recht und verwies auf dessen Selbstbestimmungsrecht. Ein Elektrorollstuhl nehme ihm Raum zur eigenverantwortlichen Gestaltung seines Lebens (Az.: L16 KR 421/21). str/dpa



Foto: upixa / Adobe Stock

Eine Krankenhausreform soll bessere Voraussetzungen für eine Behandlung in der Klinik schaffen.

Kommission zur Krankenhausversorgung empfiehlt Leitstellen und Notfallzentren

Erste Vorschläge zur Reform

Notaufnahmen und Rettungsdienste sind überlastet. Den Mangel an Personal bekommen auch die Patient*innen immer stärker zu spüren. Ändern sollen sich diese für alle Beteiligten unhaltbaren Zustände nun durch eine Krankenhausreform. Erste Empfehlungen hierfür liegen jetzt vor. Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier forderte, den Plänen endlich Taten folgen zu lassen.

Ende vergangenen Jahres hatte Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) eine große Reform im Bereich der Krankenhausversorgung angekündigt. Diese sehe unter anderem eine Abkehr von den sogenannten Fallpauschalen vor, die Kliniken bisher erhalten. Das solle die Anreize senken, möglichst viele Patient*innen zu behandeln. Im Gegenzug sollen die Kliniken künftig feste Beträge für das Vorhalten von Personal, einer Notaufnahme oder notwendiger Medizintechnik bekommen. Mit Blick auf eine Neuorganisation der Notfallversorgung legte die Regierungskommission für eine moderne und bedarfsgerechte Krankenhausversorgung nun weitere Empfehlungen vor.

Zentrale Anlaufstelle könnte im Notfall weiterhelfen

Im Mittelpunkt dieser Vorschläge steht der Aufbau neuer integrierter Leitstellen in ganz Deutschland. Über diese könn-

ten Hilfesuchende künftig eine erste Einschätzung erhalten und würden dann einer passenden Notfallbehandlung zugewiesen. Hierfür könnte das Personal der Leitstelle einen Rettungswagen rufen oder aber einen Termin in einer regulären Arztpraxis beziehungsweise in einer Notaufnahme buchen.

Ebenfalls geplant sind sogenannte integrierte Notfallzentren. Diese würden aus der Notaufnahme eines Krankenhauses sowie einer ärztlichen Notfallpraxis bestehen.

Versorgung der Menschen bleibt wichtigstes Anliegen

Den Ansatz der Reform teilt auch die Vorstandsvorsitzende des SoVD, Michaela Engelmeier. Sie sagte, die Versorgung der Menschen müsse wieder im Mittelpunkt stehen, nicht der Profit. Engelmeier empfahl, die Vorschläge der Kommission vor allem im Sinne der Patient*innen zu prüfen (siehe

hierzu auch „Gesundheit geht vor Kommerz“, SoVD-Zeitung 1/2023, Seiten 1 und 2).

SoVD-Vizepräsidentin Ursula Engelen-Kefer richtete einen eindringlichen Appell an Bund und Länder. Sie erklärte, um eine hochwertige und ortsnahe Notfall- und Akutversorgung sicherzustellen, sei eine angemessene Finanzierung nötig.

Versorgung der Menschen bleibt wichtigstes Anliegen

Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach kündigte bereits an, er wolle die Reform gemeinsam mit den Ländern besprechen. Eine entsprechende Arbeitsgruppe traf sich bereits Ende Februar. Hierbei rief auch der Minister die Bundesländer zu Investitionen in die Kliniken auf. Lauterbach erklärte, das für das Projekt nötige Gesetz solle auf jeden Fall noch in dieser Legislaturperiode wirken. Einen genauen Zeitpunkt allerdings nannte er nicht. jos

Digitale Anwendung zur Kommunikation mit Behörde

App der Arbeitsagentur

Mit „BA-mobil“ bietet die Bundesagentur für Arbeit eine App für Mobiltelefone. Darüber können Kund*innen mit der Arbeitsagentur kommunizieren, Termine und Unterlagen einsehen und künftig auch Bewerbungsunterlagen und Dokumente hochladen.

Wer bei der Bundesagentur für Arbeit als arbeitsuchend gemeldet ist, eine*n Ansprechpartner*in in der Agentur vor Ort und ein Benutzerkonto auf www.arbeitsagentur.de hat, kann die App „BA-mobil“ auf dem Smartphone nutzen.

Die App bietet eine Terminübersicht und sendet Vermittlungsvorschläge direkt auf das Handy. Mit ihr lassen sich auch der Bearbeitungsstand von Online-Anträgen verfolgen und Nachweise wie etwa Krankschreibungen online hochladen sowie Bescheide herunterladen.

Mehr Informationen gibt es unter www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/arbeitslosengeld/app-ba-mobil.



SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Thorsten Frei, Parlamentarischer Geschäftsführer der CDU/CSU-Bundestagsfraktion, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und SoVD-Pressesprecher Peter-Michael Zernechel.

Austausch mit CDU-Politiker Frei

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier hat sich zum Gespräch mit Thorsten Frei, erster Parlamentarischer Geschäftsführer der CDU/CSU-Bundestagsfraktion, getroffen.

Das Treffen fand in freundschaftlicher Atmosphäre statt. Dabei stellte Michaela Engelmeier die SoVD-Positionen zu Themen wie Bürgergeld und Kindergrundsicherung vor und betonte, dass diese schnell eingeführt werden müsste.

Einig waren sich beide, dass eine baldige Rentenreform nötig sei. Hierzu soll ein weiterer Austausch stattfinden.

Treffen mit Thüringens Innenminister

Als Reaktion auf das Antrittschreiben von Michaela Engelmeier war sie vom thüringischen Innenminister Georg Maier (SPD) eingeladen. Frank-Burkhard Biester, Sozialberater in Thüringen, nahm ebenfalls teil.

Bei dem Treffen stellte Engelmeier den SoVD und dessen

Arbeit in Mitteldeutschland vor und lud Georg Maier zum geplanten Tag der offenen Tür in die Erfurter SoVD-Geschäftsstelle ein.

Sie machte auf aktuelle Themen aus der Sozialberatung vor Ort aufmerksam. In diesen gehe es um Maßnahmen zur Entlastung und das Bürgergeld. Themen waren außerdem die demografische Entwicklung in Thüringen mit einer alternden Bevölkerung und die Herausforderungen, die Versorgung im ländlichen Raum aufrechtzuerhalten. Man müsse dringend Anreize zur (Wieder-)Ansiedlung von Haus- und Fachärzten schaffen, so Frank-Burkhard Biester.

Weltfrauentag, Equal Care Day und Equal Pay Day – der SoVD macht den März zum Gleichstellungsmonat

Frauen sind weiterhin benachteiligt

Wie erstmals 2022 haben die SoVD-Frauen 2023 den März wieder zum Gleichstellungsmonat ausgerufen. Denn für echte Gerechtigkeit zwischen den Geschlechtern müssen Politik und Gesellschaft noch nachlegen. Frauen sind weiterhin in vielen Bereichen faktisch benachteiligt. Das markieren auch drei Termine: der Equal Care Day am 1., der Equal Pay Day am 7. und der Internationale Frauentag am 8. März.

Frauen bekommen immer noch deutlich weniger Lohn und leisten mehr unbezahlte Arbeit. Sie sind zudem stärker von Armut bedroht, auch im Alter.

„In den letzten Jahrzehnten ist zwar viel passiert, aber es ist noch ein weiter Weg bis zur Gleichstellung von Mann und Frau“, so SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Hier muss dringend mehr passieren, da bleiben wir dran.“

Bundesfrauensprecherin Jutta König ruft alle im SoVD auf, die drei Protesttage im März zu nutzen, um sich für Gleichstellung starkzumachen. Neben anderen Aktionen (die Verbandsmedien werden weiter berichten) ist auch eine SoVD-TV-Folge „Frauen an die Macht!“ geplant, in der es um den Arbeitsmarkt und Führungspositionen geht.

Schlechtere Jobchancen und weniger politische Teilhabe

Vorbereitend tagte am 7. Februar der Frauenpolitische Ausschuss. Die Mitglieder sprachen über Renten- und Arbeitsmarktpolitik, das Bündnis „Sorgearbeit fair teilen“ und die Initiative #ParitätJetzt, der der SoVD ebenso angehört. Auch hier geht es um „Macht“, vielmehr Teilhabe – in der Politik. Jutta König fordert zur Wahlrechtsreform: „Das muss in den Gesetzentwurf!“ In Parlamenten müssten so viele Frauen wie Männer vertreten sein.

Ein Seminar „Soziale Medien“ vermittelte praktisch, wie die SoVD-Frauen ihre Forderungen bei Facebook oder Instagram bekannter machen können.

Aktionstage für gleiche Bezahlung und Sorgearbeit

Ein großer Punkt bleibt die Bezahlung. Darum gibt es den bundesweiten Equal Pay Day (EPD), den Tag der Entgeltgleichheit. Er ist immer an dem Tag, bis zu dem Frauen rechnerisch im Durchschnitt über die Jahreswende weiterarbeiten, bis



Foto: Krakenimages.com / Adobe Stock

Statt Blumen lieber Gerechtigkeit: Auch der Weltfrauentag am 8. März ist ein Kampftag.

sie den Lohn der Männer vom Vorjahr erreicht haben. Immer noch 18 Prozent „Gender Pay Gap“, geschlechtsspezifische Lohnlücke, sind es laut Statistischem Bundesamt (Destatis). Das sind 66 Tage. So fällt der EPD 2023 auf den 7. März – wie 2022. Die Lücke schließt sich nur langsam, und diesmal hat sich rein gar nichts getan.

Themenschwerpunkt ist die Branche Kunst und Kultur. Hier klafft die Lücke besonders weit.

Der SoVD protestiert wieder beim Equal Pay Day mit und fordert: Gleicher Lohn für gleiche und gleichwertige Arbeit!

Die Geldfrage ist verknüpft mit der Frage, wer sich um Kinder, Haushalt, Angehörigenpflege oder ein Ehrenamt kümmert; was Nachteile bei Job und Rente hat. Wie im Februar berichtet wenden Frauen dafür deutlich mehr Zeit auf. Um in Familie und Gesellschaft so viel unbezahlte Sorgearbeit zu leisten wie Frauen in einem Jahr, bräuchten Männer etwa vier Jahre. Gleiche Aufgabenteilung fordert daher der Equal Care Day am 1. März.

Immer noch 18 Prozent weniger Stundenlohn

Der Gender Pay Gap von jetzt 18 Prozent gilt pro Stunde brutto. Laut Destatis bekamen Frauen in Deutschland 2022 durchschnittlich 20,05 Euro, gegenüber Männern fehlten ihnen 4,31 Euro in der Geldbörse.

Die Ursachen sind nun besser statistisch erfasst. Zu knapp zwei Dritteln liegt es daran, dass Frauen häufiger in schlechter bezahlten Branchen, Berufen und Niveaus arbeiten und mehr in Teilzeit. Letzteres tun sie oft unfreiwillig. Sogar die Brückenteilzeit kann zur Falle werden, das Gesetz ab 2019 findet der SoVD nicht zufriedenstellend. Seit Jahren fordert er ein echtes Rückkehrrecht in Vollzeit und flexiblere Arbeitszeitmodelle.

Doch selbst bei vergleichbaren Tätigkeiten und Erwerbsbiografien waren es noch 7 Prozent Lohnabstand – ohne



Beim Seminar „Soziale Medien“ des Frauenpolitischen Ausschusses.

klaren Grund. Das Statistikamt vermutet, Pausen durch Kinder und Pflege wirken negativ auf Karrieren und Stundenlöhne.

Im Osten sind die Unterschiede kleiner als im Westen. Und ein neuer Vergleichswert ist der „Gender Gap Arbeitsmarkt“. Er bezieht die bezahlte Arbeitszeit und Erwerbstätigenquote ein.

UN-Frauenrechtskonvention und Istanbul-Konvention

Deutschland muss auch internationale Abkommen erfüllen. Gegen Diskriminierung gilt über 40 Jahre die UN-Frauenrechtskonvention CEDAW („Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women“). Seit 2018 gibt es die „CEDAW-Allianz

Deutschland“: 32 Organisationen, darunter der SoVD, prüfen die Anwendung bei Legislative, Judikative und Exekutive in Bund, Ländern und Kommunen.

Fünffähriges Jubiläum hat in Deutschland auch die „Istanbul-Konvention“ des Europarates. 34 Staaten unterzeichneten den Gewaltschutz für Frauen. Dass auch der für gleiche Lebenschancen nötig ist, betont der SoVD oft. Neu seit Februar ist eine bundesweite Meldestelle für frauenfeindliche Anfeindungen und körperliche Angriffe unter: www.antifeminismus-melden.de. *Eva Lebenheim*
Auf www.sovd.de gibt es eine Themenseite, auch mit dem im Februar vorgestellten Positionspapier „Viel Wille, wenig Schwung“.

www.sovd.de/gleichstellungsmonat



Foto: Studio Romantic / Adobe Stock

SoVD im Gespräch

Vorstellung in Sachsen bei Minister Dulig

SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier stellte sich und die SoVD-Arbeit in Mitteldeutschland bei Martin Dulig (SPD) vor, Sachsens Minister für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr. Mit dabei waren Engelmeiers Büroleiterin, Stefanie Lausch, und Duligs persönliche Referentin, Catharina Kost.

Zu den Themen gehörten die Struktur, Kampagnen und Sozialberatung des SoVD, die Entlastungen, das Bürgergeld und das

Deutschlandticket. Dulig sagte, bei Sozialem brauche Sachsen Engagierte wie den SoVD.

Austausch mit dem DGB zur Frauenpolitik

Die Vorstandsvorsitzende des SoVD, Michaela Engelmeier, mit Elke Hannack, stellvertretende Vorsitzende des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB), zum politischen Austausch. Zudem nahmen vom SoVD die stellvertretende Abteilungsleiterin Sozialpolitik, Dr.in Simone Real, sowie vom DGB Hannacks Bü-

roleiterin Steffi Grimm und die Referatsleiterin Frauen, Gleichstellungs- und Familienpolitik, Silke Raab, teil.

Diskussionsthemen waren unter anderem die gleichberechtigte Teilhabe von Frauen am Arbeitsmarkt sowie der Fachkräftemangel, der ohne Frauen nicht zu beheben ist.

SoVD und DGB waren sich einig: Damit Frauen und Männer in allen Lebenslagen Erwerbs- und Sorgearbeit verbinden können, seien passende Rahmenbedingungen zu schaffen. Unbedingt sei die Lohnlücke zu schließen. Und beide fordern die Freistellung des zweiten Elternteils rund um die Geburt eines Kindes.



Foto: SoVD

V. li.: Büroleiterin Steffi Grimm und stellv. DGB-Vorsitzende Elke Hannack, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und stellv. Abteilungsleiterin Dr.in Simone Real, DGB-Referatsleiterin Silke Raab.



Das SoVD.TV-Studio bei der Sendung „Soziales Europa – warum wir die EU brauchen“ mit Moderator Peter-Michael Zernechel und Ursula Engelen-Kefer. Die anderen Gäste waren digital zugeschaltet.

Sozialpolitik der EU war Thema bei SoVD.TV

Die Europäische Union gilt häufig als bürokratisch, kompliziert und wenig attraktiv. Doch sie hat Auswirkungen auf den Alltag von Millionen Menschen, und sie bestimmt Leitlinien der Sozialpolitik. Mehr Einblicke gibt es in der aktuellen Ausgabe von SoVD.TV.

Sozialpolitik liegt vor allem im Verantwortungsbereich der Nationalstaaten. Dennoch beeinflusst auch die Europäische Union ihre Ausgestaltung. Wie das aussieht und wo noch Defizite sind, war Thema in der neuesten Ausgabe von SoVD.TV im Februar. Gäste waren Linn Selle, Präsidentin der Europäischen Bewegung Deutschland, Özlem Demirel, Abgeordnete für Die Linke im Europaparlament, und die SoVD-Vizepräsidentin Prof. Dr. Ursula Engelen-Kefer.

In der Sendung ging es um die Möglichkeiten der Staatengemeinschaft, soziale Standards festzulegen. Engelen-Kefer hob dabei die Richtlinien zum Mindestlohn und zur Entgelttransparenz hervor. Demirel wies außerdem auf die 20 Grundsätze der europäischen Säule sozialer Rechte hin, in denen viele soziale Fortschritte verankert seien.

Problematisch sei aber, dass diese Rechte nicht genügend bekannt seien und die Umsetzung in nationale Regelungen nicht immer ausreiche. Sozialpolitik sei für die EU wichtig, denn die Staatengemeinschaft mache sich angreifbar, wenn sie die Probleme der Menschen nicht löse, so Selle.

Die gesamte Sendung ist auf dem Youtube-Kanal des SoVD unter www.youtube.com/@SoVDTV abrufbar. str

SoVD-Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ läuft ab März bundesweit

Einsamkeit stärker bekämpfen

Jeder zehnte Mensch in Deutschland fühlt sich einsam. Mit der Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ greift der SoVD das Thema auf und entwirft politische Forderungen und Handlungsmöglichkeiten, um dagegen vorzugehen. Denn der SoVD steht für eine solidarische Gemeinschaft.

Einsamkeit ist ein großes Thema unserer Zeit. Sie ist oft nicht sichtbar, betrifft aber viele Menschen. Die Einschränkungen in der Corona-Pandemie mit Lockdowns und Kontaktreduzierungen haben das Phänomen größer werden lassen und ins Bewusstsein geholt. Auch die Inflation führt dazu, dass bei vielen das Geld für soziale Teilhabe nicht mehr reicht und sie sich zurückziehen (müssen).

Um darauf aufmerksam zu machen und konkrete Hilfe anzubieten, startet die beim Landesverband Niedersachsen sehr erfolgreiche Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ nun bundesweit. Das Thema ist für viele relevant, denn Einsamkeit hat viele Facetten und unterschiedliche Ausprägungen. Verbreitet ist sie unter Senior*innen und Alleinerziehenden genauso wie unter Jugendlichen oder Pflegebedürftigen.

Eigener Internetauftritt zur SoVD-Kampagne

Der SoVD bietet gelebte Gemeinschaft und Solidarität. Mit der Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ will der Verband das Thema in den Fokus rücken und Menschen die Hand reichen, ihnen Mut machen und helfen, wo immer Hilfe benötigt wird. Die Kampagne wird viele Aspekte von Einsamkeit aufgreifen und digital bespielen. Eine eigene Kampagnenseite ist unter www.sovd-gemeinsam.de eingerichtet. Dort gibt es Informationen zum Thema sowie über die Angebote des SoVD und die Forderungen des



Gemeinschaft und Solidarität sind Stärken des SoVD. Diese vermittelt er auch in der Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“.

Verbandes. Denn Einsamkeit muss auch politisch angegangen werden. Nur so wird die Zukunft gerechter und solidarischer.

Im Rahmen von „Gemeinsam gegen einsam“ gibt es daher zentrale Forderungen zu den

Bereichen Pflege, Inklusion, Alleinerziehende und Familien, Krankheit, Armut, Mobilitätseinschränkungen, Geflüchtete, Kinder und Jugendliche sowie Senior*innen.

Zusammensein beim SoVD wirkt gegen Einsamkeit

Die Kampagne stellt außerdem die Arbeit des SoVD vor. Wer Rat sucht und alleine in der Auseinandersetzung mit der Bürokratie steht, findet bei der Sozialberatung des Verbandes Unterstützung.

Die Arbeit in den Gliederungen wird in der Kampagne ebenfalls dargestellt, verbunden mit Aufrufen, selbst aktiv zu werden. Denn das Miteinander im Ehrenamt ist eine Säule des SoVD.

„Gemeinsam gegen einsam“ läuft bis zur regulären Bundesverbandstagung des SoVD im November 2023 und wird dort auch das Motto sein. str



Ein Motiv auf Social Media.



Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier mit Thomas Ballast, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Techniker Krankenkasse.

Treffen mit Techniker Krankenkasse

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier traf im Januar Thomas Ballast, den stellvertretenden Vorsitzenden des Vorstandes der Techniker Krankenkasse (TK). Im Gespräch ging es um viele aktuelle gesundheitspolitische Themen wie die ambulante Gesundheitsversorgung, die elektronische Patientenakte und die Zukunft der Krankenhausfinanzierung.

Ballast erkundigte sich be-

sonders nach den zentralen Beratungsanliegen der SoVD-Mitglieder im Bereich der Krankenkassen. Diese sind Krankengeld, Hilfsmittelversorgung und Pflegegradbescheide.

Austausch mit Deutschem Verein

Ebenfalls im Januar gab es ein Treffen von Michaela Engelmeier mit Michael Löher, Vorstandsvorsitzender beim Deutschen Verein für öffentliche und private Fürsorge e.V. (DV). Der Deutsche Verein ist

der Zusammenschluss der öffentlichen und freien Träger sozialer Arbeit. Er hat etwa 2.000 Mitglieder, darunter auch der SoVD. Der DV fördert Bestrebungen auf dem Gebiet der sozialen Arbeit, insbesondere der Sozialhilfe, der Jugendhilfe, der Gesundheitshilfe sowie der Armenpflege, leistet aber keine praktische Sozialarbeit.

Im Gespräch ging es um die Notwendigkeit eines Sozialgipfels mit Beteiligung des Bundeskanzlers, die Ausgestaltung der geplanten Kindergrundsicherung, die Bürgergeldreform, die Entlastungsmaßnahmen der Politik sowie die Krankenhaus- und Pflegereform.

Eckpunkte der Kindergrundsicherung vorgestellt – mehr Geld für arme Familien

„Jedes Kind muss uns gleich viel wert sein“

Noch zwei Jahre, dann soll Schluss sein mit Sozialleistungen vom Jobcenter für Kinder: Ab 2025 soll endlich die Kindergrundsicherung kommen. Jetzt stellte Bundesfamilienministerin Lisa Paus (Bündnis 90 / Die Grünen) die Eckpunkte des Großprojektes aus ihrem Ministerium vor, das gleichzeitig eines der zentralen sozialpolitischen Vorhaben der Ampel ist. Mit der Kindergrundsicherung soll „nicht nur das Leistungsniveau“ erhöht, also mehr Geld zur Verfügung gestellt werden. Durch Entbürokratisierung möchte man außerdem künftig mehr leistungsberechtigte Familien und ihre Kinder erreichen. Der SoVD begrüßt die geplanten Verbesserungen als wichtigen Schritt im Kampf gegen Kinderarmut und für mehr Chancengerechtigkeit.

Über die Kindergrundsicherung wird seit Langem diskutiert. Sozialverbände, Kinderschutz- und Familienorganisationen fordern sie bereits seit Jahren. Einer der Gründe dafür ist, dass die derzeit geltenden staatlichen Unterstützungsleistungen komplex und schwer zu überblicken sind. Hinzu kommt die Stigmatisierung, die von Armut betroffene oder armutsgefährdete Familien fürchten und die sie oftmals davon abhält, zum Jobcenter oder Sozialamt zu gehen. „Die Scham, Leistungen zu beantragen, ist bei Eltern häufig groß. Und da, wo vielleicht keine Scham ist, wissen doch viele Familien nicht, welche Leistungen ihnen zustehen. So leben sie dann oft in verdeckter Armut – mit allen negativen Auswirkungen für sie und ihre Kinder“, weiß SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Mit dem Stigma Armut darf kein Kind aufwachsen. Für uns ist deshalb klar: Jedes Kind sollte eine eigene Absicherung erhalten.“

Direkter Vergleich zeigt Vorteile künftiger Regelung

Im direkten Vergleich der heutigen und künftigen Regelung wird deutlich, mit welchen Vereinfachungen und oftmals Verbesserungen Familien mit geringem Einkommen ab 2025 rechnen dürfen, wenn die Kindergrundsicherung 2025 tatsächlich kommt. Heute zahlt der Staat für jedes Kind bis zum Ende der ersten Ausbildung, etwa einer Lehre oder eines Studiums, bis zum Alter von 25 Jahren monatlich 250 Euro Kindergeld. Den Betrag erhalten die Eltern.

Parallel dazu gibt es die sogenannten Kinderfreibeträge. Die Freibeträge sind steuerfreie Anteile des Einkommens, die sich



Foto: synthex / Adobe Stock

Armut ist häufig mit Scham verbunden. Auch deshalb scheuen bislang viele Familien, staatliche Unterstützungsleistungen zu beantragen.

nach der Kinderanzahl und der Höhe des Einkommens der Eltern richten. Bei der Steuerberechnung ermittelt das Finanzamt, ob sich Kindergeld oder Freibeträge für die Eltern mehr lohnen.

Sind es die Freibeträge, wird dies mit dem ausgezahlten Kindergeld verrechnet. Davon profitieren vor allem hohe Einkommen. Denn Spitzenverdiener*innen werden dadurch im Verhältnis stärker entlastet als Geringverdienende, die Kindergeld beziehen. Das soll sich perspektivisch ändern.

Kindergrundsicherung besteht aus zwei Teilen

Konkret soll die Kindergrundsicherung nach den bislang bekannt gewordenen Details aus zwei Komponenten bestehen: einem Garantiebtrag und einem altersgestaffelten, einkommensabhängigen Zusatzbetrag. Der einheitliche Garantiebtrag ist unabhängig vom jeweiligen Einkommen der Eltern für jedes Kind auszus zahlen – die Höhe soll

anfangs mindestens dem dann geltenden Kindergeld entsprechen. Auf längere Sicht wächst der Sockelbetrag laut Plan des Familienministeriums auf das maximale Entlastungsniveau des Kinderfreibetrages an. Dieser liegt momentan bei 354 Euro im Monat. Sind Kinder 18 geworden, in Ausbildung und ziehen zu Hause aus, geht das Geld direkt an sie und bietet eine Hilfe zur Finanzierung von Studium und Ausbildung.

Auch der SoVD fordert, allen Familien den Mindestbetrag in Höhe von 354 Euro zu gewähren. „Jedes Kind muss dem Staat gleich viel wert sein“, verlangt SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier.

Gestaffelter Zusatzbeitrag ist einkommensabhängig

Den zweiten Teil der Kindergrundsicherung bildet ein altersgestaffelter Zusatzbeitrag. Hier spielt die Höhe des Einkommens der Eltern eine Rolle.

Der maximale Zusatzbetrag

der Kindergrundsicherung soll so festgesetzt werden, dass er – in der Summe mit dem Garantiebtrag – das altersgestaffelte Existenzminimum eines Kindes abdeckt.

Verschiedene staatliche Leistungen werden somit zusammengefasst und unbürokratisch mit der Kindergrundsicherung ausgezahlt. Ein einfach gehaltenes Online-Portal mit einem anwendungsfreundlichen, intelligenten Antragssystem und ein automatisierter „Kindergrundsicherungs-Check“ sollen es Leistungsberechtigten leicht machen, einen Überblick zu gewinnen und Leistungen erhalten.

Nochmals zum Vergleich: Auch heute können Familien mit geringen Einkommen, die aber nicht so wenig haben, dass sie auf Bürgergeld angewiesen sind, zusätzlich zum Kindergeld einen „Kinderzuschlag“ beantragen. Je nach finanzieller Situation gibt es maximal 250 Euro pro Kind. Zudem haben diese Familien, wie auch Familien im Bürgergeldbezug, Anspruch auf Leistungen aus dem sogenannten Bildungs- und Teilhabepaket. Der Staat kann etwa Kosten für Schulausflüge, Klassenfahrten, Musikschule, Sportverein und Schulbedarf übernehmen. Das komplizierte Bezugssystem über verschiedene Anlaufstellen schließt jedoch bislang viele Leistungsberechtigte vom tatsächlichen Bezug aus.

Gesetzgebungsverfahren startet im Herbst

Bis Herbst soll jetzt ein entsprechender Gesetzentwurf entstehen. Noch ist vieles ungewiss: Denn obwohl die Kindergrundsicherung erklärtermaßen ganz oben auf der Agenda der Koalition aus SPD, Grünen und FDP steht, gab es von den Liberalen zuletzt erheblichen Gegenwind.

Dass das Existenzminimum von Kindern überdies neu und bedarfsgerecht ermittelt werden müsste, um mit der Kindergrundsicherung Kinderarmut wirksam zu bekämpfen, ist längst überfällig. In Bezug auf die Festlegung der Regelsätze gibt es im Sozialrecht noch viele ungeklärte Baustellen. Das muss sich ändern, fordert der SoVD. Gemeinsam mit anderen – so etwa im Bündnis für Kindergrundsicherung – wird er den Prozess aufmerksam begleiten und weiterhin gegen Armut und für soziale Gerechtigkeit eintreten.

Veronica Sina

Zahlen zu Armut unter Kindern

- Laut einer Studie der Bertelsmann Stiftung war in Deutschland bereits 2021 jedes fünfte Kind von Armut betroffen.
- Insgesamt waren es 2,9 Millionen Kinder und Jugendliche.
- Dies entspricht einem Anteil von 20,8 Prozent.
- Als armutsgefährdet gelten in Deutschland Kinder und Jugendliche in Familien mit einem Einkommen unter 60 Prozent des mittleren Haushaltseinkommens.
- Das größte Armutsrisiko haben Alleinerziehende und Familien mit mehreren Kindern (Alleinerziehende: 41,6 Prozent; Familien mit drei und mehr Kindern: 31,6 Prozent).
- Die Gefährdung, zu verarmen, ist regional sehr unterschiedlich ausgeprägt: In Bremen ist sie mit 41,1 Prozent am höchsten, in Bayern mit 13,4 Prozent am niedrigsten, Hamburg liegt mit 20,7 Prozent im Mittelfeld.
- Für zwei Drittel der arbeitslosen Kinder und Jugendlichen ist Armut oft ein Dauerzustand (sie leben mindestens fünf Jahre oder auch wiederkehrend in Armut).
- Im Sommer 2022 lebten rund 1,9 Millionen von Armut bedrohte Kinder und Jugendliche in Haushalten, die Sozialleistungen bezogen.
- Seit Sommer 2022 erhalten Familien mit Kindern im Sozialleistungsbezug 20 Euro pro Monat pro Kind als Ausgleich der Inflation und als Übergang, bis die Kindergrundsicherung eingeführt wird.
- Nach Angaben der Bundesregierung von Ende Februar erreicht der Kinderzuschlag derzeit schätzungsweise nur etwa jedes dritte anspruchsberechtigte Kind.
- Demnach wurde die Leistung im Dezember 2022 für knapp 800.000 Kinder ausgezahlt. Das Familienministerium schätzt, dass dies nur rund 35 Prozent der anspruchsberechtigten Kinder sind. Der Kinderzuschlag ist für Familien mit sehr kleinen Einkommen gedacht, die aber kein Bürgergeld beziehen (siehe Beitrag links). veo



Fotos: Michael Damkier, David Pereiras / Adobe Stock

Mit der Kindergrundsicherung soll jedes Kind unbürokratisch eine eigene Absicherung erhalten.



Foto: BBW Stendal

Acht junge Menschen wurden nach ihrer Berufsausbildung in Stendal mit Freude in die Arbeitswelt verabschiedet.

Beruflicher Weg der Absolvent*innen ist geebnet

Ausbildung im BBW mit Erfolg abgeschlossen

Im Beisein von zahlreichen Ehrengästen finden am 27. Juli und 23. August im Berufsbildungswerk (BBW) Stendal die traditionellen Freisprechungen statt. Nach erfolgreich absolvierter Ausbildung wurden bereits kürzlich acht junge Menschen in kleinerem Rahmen feierlich in die Arbeitswelt verabschiedet.

Zu den erfolgreichen Absolvent*innen gehören: Yannik Freudl, Aaron Kira Krömer und Lena Brosinski (Tierpfleger und Tierpflegerin der Fachrichtung Tierheim- und Pensionstierpflege), Roman Luderer (Fachpraktiker für Bürokommunikation), Franziska K. und Max S. (Fachpraktikerin und Fachpraktiker für Zerspanungsmechanik) sowie Julien K. und Artur Arensbürger (Fachpraktiker für Metallbau). Hervorzuheben ist, dass Lena Brosinski und Aaron Kira Krömer ihre Ausbildung aufgrund ihrer guten Leistungen um ein halbes Jahr verkürzt haben. Dabei gelang es Lena sogar, einen Abschluss an der Berufsschule mit einem Notendurchschnitt von 1,0 zu erreichen.

Durch die Leistungen und das Engagement der Abgänger*innen sowie die Unterstützung der Mitarbeitenden des BBW ist auch der weitere berufliche Weg der jungen Menschen geebnet. So konnten drei von ihnen übergangslos in eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung vermittelt werden. Für Julien ergab sich beispielsweise die Möglichkeit, nach einer mehrwöchigen beruflichen Erprobung in einem Magdeburger Stahlbauunternehmen eine Arbeit aufzunehmen. Bei den anderen liegt bereits eine Einstellungszusage vor oder sie haben eine Arbeit in Aussicht. Alle Mitarbeiter*innen des Berufsbildungswerkes wünschen den Absolvent*innen alles Gute für ihren persönlichen und beruflichen Lebensweg.

Notrufnummer 112 ist auch in der Europäischen Union (EU) die erste Wahl

Rasche Hilfe in akuten Notfällen

Die 112 ist der Feuerwehr- oder Rettungsdienst-Notruf. In Deutschland kennen die meisten Menschen die oft lebensrettende Nummer. Doch viele wissen nicht, dass der Notruf auch auf Reisen ins europäische Ausland funktioniert. Wann wähle ich welche Nummer? Ein Überblick.

In akuten Notfallsituationen, in denen unmittelbar Hilfe geleistet werden muss, ist die 112 die erste Wahl. Das ist der Fall, wenn ein schwerer Unfall passiert ist, wenn jemand ohnmächtig oder bewusstlos geworden ist. Auch wenn es brennt, ist die 112 die richtige Nummer.

Rufen Sie die 110, wenn Sie die Hilfe der Polizei benötigen, weil Sie sich bedroht fühlen, in Gefahr oder einer Straftat ausgesetzt sind, die polizeilichen Einsatz erfordert. Oder wenn Sie beobachten, dass andere in solche Situationen geraten. Auch wenn Sie nur vermuten, dass eine solche Situation vorliegen könnte, wählen Sie die 110. Im Zweifelsfall hat die 112 Priorität vor dem Ruf der 110. Die Polizei wird sofort nach dem Notruf vom Rettungsdienst benachrichtigt.

Wenn Sie oder andere in aku-

ter Not sind: Versuchen Sie möglichst, Ihr Anliegen klar zu formulieren. Nennen Sie hierzu zuerst Ihren Namen und den Ort des Geschehens, etwa Straßennamen,

Stockwerk oder aber Autobahnabschnitt, Bahnstation. Wenn der Ort nicht bekannt ist, versuchen Sie es alternativ mit einer prägnanten Beschreibung.

Erklären Sie kurz den Notfall: Was ist passiert? Welche Straftat oder Gefahrenlage liegt vor? Gibt es Verletzte und welche Art von Verletzungen haben Sie oder andere Personen? Wichtig: Bleiben Sie an der Leitung, folgen Sie den Hinweisen und warten, bis das Gespräch beendet wird.

Rufen Sie die 112 auch, wenn Sie kein Netz haben: Unabhängig vom eigenen Provider verbindet sich Ihr Handy mit der nächsten Leitstelle. Der Beschluss der EU-Kommission zum EU-weiten Notruf stammt übrigens von 1991; erst 2008 wurde er umgesetzt. In den meisten Ländern existieren zudem nationale Notrufnummern. *veo*



Foto: Daniel CHETRONI/Adobe Stock

Der Notruf funktioniert meist auch bei schlechtem Empfang.

Mitbestimmung bei Renten- und Krankenversicherung: Briefwahl bis zum 31. Mai

Sozialwahlen 2023 starten bald

Alle sechs Jahre sind Sozialversicherungswahlen, kurz Sozialwahlen – Deutschlands drittgrößte Wahlen nach Bundestag und Europaparlament. Rund 52 Millionen Wahlberechtigte stimmen 2023 wieder ab, wie sich die Selbstverwaltungen der gesetzlichen Sozialversicherungsträger zusammensetzen.

Die Selbstverwaltungsorgane sind die Vertreterversammlung der Rentenversicherung und die Verwaltungsräte der Kranken- und Unfallversicherung. Versicherte und Arbeitgeber wählen ihre Vertreter*innen getrennt.

Unwichtig ist das nicht: Bei der Rentenversicherung entscheidet das Gremium etwa über die Verwendung von Bei-

tragsgeldern, über Reha-Leistungen und prüft Widersprüche. Mitmachen ist also ratsam.

Wahlberechtigt sind alle, die am 1. Januar 2023 mindestens 16 Jahre alt waren und selbst bei den Ersatzkassen oder der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV) versichert sind. Sie erhalten die Unterlagen per Post. Es ist eine reine Briefwahl.

Kommt oder kam jetzt schon ein Schreiben der DRV, ist das aber nur die Vorankündigung. Damit informiert sie seit Mitte Februar über 30 Millionen Versicherte und Rentner*innen. Die Wahlunterlagen folgen erst Ende April. Bis spätestens 31. Mai müssen die Stimmzettel dann wieder bei der DRV sein. Mehr erfährt man auf www.sozialwahl.de. *ele*

SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Diakonie-Präsident Ulrich Lilie (li.) bekam Besuch von der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier und dem Leiter der Abteilung Sozialpolitik beim Bundesverband, Fabian Müller-Zetsche.

Bei Ulrich Lilie, Präsident der Diakonie

Der SoVD besuchte die Diakonie Deutschland – Evangelischer Bundesverband: Die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und der Abteilungsleiter Sozialpolitik, Fabian Müller-Zetsche, tauschten sich mit deren Präsidenten Ulrich Lilie aus. Er stellte auch die Marken Diakonie, Brot für die Welt und Diakonie Katastrophenhilfe vor.

Inhaltlich ging es unter anderem um sozialen Zusammenhalt, die demografische Entwicklung

und den sozial-ökologischen Umbau der Gesellschaft. Beide Organisationen setzen sich für die Kindergrundsicherung ein. Bei der Pflege sahen sie großen Handlungsbedarf. Engelmeier berichtete auch von den Bemühungen um einen Sozialgipfel.

Austausch mit Hermann Gröhe (CDU)

SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier sprach mit Hermann Gröhe, MdB, dem stellvertretenden Fraktionsvorsitzenden der CDU/CSU. Bei

dem Treffen waren auch die Fraktionsreferentin Dr. Marion Hombach und Engelmeiers Büroleiterin Stefanie Lausch dabei.

Engelmeier berichtete aus dem SoVD und bot dessen fachpolitische Unterstützung und Sachverstand an. Zu den konkreten Themen gehörten das Bürgergeld, Kinderarmut und die Kindergrundsicherung.

Gröhe sagte, als Lehre aus den jüngsten Krisen müsse man weiter an der Modernisierung des Sozialstaates arbeiten. Wichtig sei der Union, dass die Mittelschicht nicht den Eindruck habe, in Vergessenheit zu geraten. Der Austausch soll weitergehen.



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



Gleich QR-Code scannen und anmelden!

Foto: Farknot Architect / Adobe Stock

Wechseln Sie zum E-Paper!

Seit über einem Jahr können sich Mitglieder für den Wechsel zur digitalen SoVD-Zeitung entscheiden. Viele haben dies bereits getan und erhalten ihre Mitgliederzeitung schnell und bequem auf ihr Tablet oder Smartphone. Sie schonen dabei auch unsere Umwelt. Ihr Vorteil: Als E-Paper ist die SoVD-Zeitung schneller bei Ihnen als im Postversand. Zudem enthält das E-Paper alle Landesbeilagen, direkte Verlinkungen in Artikel und einen Vorlesemodus.

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

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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

Hilfe für Menschen ohne Krankenversicherung

Über 60.000 Menschen in Deutschland leben ohne Krankenversicherung. Dazu kommt schätzungsweise eine halbe Million Menschen, die keine gültige Aufenthaltsgenehmigung haben. Für sie ist es nicht selbstverständlich, sich ärztlich behandeln zu lassen, wenn sie krank sind, denn die Kosten werden nicht übernommen. Deshalb hat es sich die Malteser Migranten Medizin (MMM) Hannover zur Aufgabe gemacht, Betroffene kostenfrei medizinisch zu versorgen.

Mittlerweile gibt es die Ambulanzen der Malteser in 19 Städten in ganz Deutschland – zwei davon in Niedersachsen. Neben Osnabrück haben Betroffene auch in Hannover eine Anlaufstelle für medizinische Erstuntersuchungen und Notfallversorgung. Seit 2007 stehen ihnen jeden Dienstag von 10 bis 12 Uhr die Türen des Caritashauses am Leibnizufer 13–15 offen. „Die Menschen können ohne vorherige Anmeldung in unsere Sprechstunde kommen. Wir versorgen sie bei plötzlichen Erkrankungen, Verletzungen und in der Schwangerschaft“, berichtet Dr. Michael Lukas, seit 2014 Leiter des Projektes „Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung“. Da sich viele der Patient*innen illegal in Deutschland aufhalten, werden nur die nötigen Informationen aufgenommen: Name, Geburtsdatum, Herkunftsland und eine Telefonnummer. „So können wir die Anonymität unserer Patient*innen wahren, ihnen aber trotzdem Behandlungen zuordnen oder beispielsweise Blutergebnisse mitteilen“, informiert der Projektleiter.

Das ehrenamtliche Team ist gut vernetzt

Am Tag besuchen etwa 20 bis 25 Menschen die offene Sprechstunde in Hannover. Ehrenamtlich behandelt werden sie im Wechsel von drei Ärzt*innen des insgesamt fünfköpfigen Teams und einer Hebamme. Ein Mitglied dieses Behandlungsteams ist die Internistin Dr. Renate Gräfin von

Keller, ärztliche Leiterin. „Ich bin seit 2012 ehrenamtlich für die Malteser tätig, denn es darf nicht sein, dass Kranke nicht versorgt und hilflos allein gelassen werden. Wir sind eine soziale Gemeinschaft, die für Menschen da ist, die am Rand der Gesellschaft stehen und keinen Rückhalt haben“, meint die Ärztin. „Es ist ein gutes Gefühl zu wissen, dass wir schon einige Menschenleben gerettet haben.“

Sind weiterführende Behandlungen oder Operationen notwendig, können die Malteser auf ein Netzwerk aus circa 30 niedergelassenen Fachärzt*innen – zum Beispiel Neurolog*innen oder Augenärzt*innen – und Krankenhäusern zurückgreifen, an die die Patient*innen weitervermittelt werden können.

Kostenlose Behandlung und weitere Unterstützung

Menschen, die sich an die MMM wenden, müssen sich keine Sorgen darum machen, dass sie die Arztrechnung nicht bezahlen können, denn die Behandlung dort ist für sie kostenfrei. Werden Medikamente verschrieben, bekommen die Patient*innen ein spezielles Rezept, das sie in Partnerapotheken abgeben können – die Kosten tragen die Malteser. Auch in Fällen, in denen behandelnde Netzwerkpartner*innen Kosten erheben, werden diese übernommen. Möglich machen das neben dem Honorarverzicht des Teams und einem Eigenanteil, den die Malteser in das Projekt investieren, auch Spenden sowie die seit 2013 bestehende



Foto: Elin Schweiger

Dr. Renate Gräfin von Keller in einem Behandlungsraum der Malteser Migranten Medizin Hannover.

Bezuschussung der Stadt und Region Hannover in Höhe von 60.000 Euro.

Trotz Schwierigkeiten eine wichtige Aufgabe

Dem Projektteam begegnen jede Woche viele verschiedene Schicksale – einige davon bleiben besonders im Gedächtnis. „Ich erinnere mich noch gut an eine ältere Dame aus Osteuropa, die in Begleitung ihres Sohnes wegen einer Stoffwechselerkrankung zu uns kam. Wir haben es geschafft, sie in eine Krankversicherung zu bekommen. Das war ein toller Erfolg“, so Dr. Michael Lukas. Leider gehen Fälle nicht immer so positiv aus. „Besonders frustrierend ist es, wenn wir nicht so helfen können, wie wir müssten, weil die finanziellen Mittel fehlen“,

beschreibt Dr. Renate Gräfin von Keller. Sie wünsche sich von der Politik mehr Unterstützung für das Projekt und für Betroffene. „Außerdem muss unbedingt etwas an den Zugangsvoraussetzungen geändert werden, damit Menschen ohne Krankenversicherung schneller versichert werden können. Es wird immer davon ausgegangen, dass es so etwas in unserem Land nicht gibt, aber auch deutsche Staatsbürger*innen sind von der Problematik betroffen. Sie wird nur leider zu wenig thematisiert“, fügt der Projektleiter hinzu.

„Wir sind dankbar, dass es dieses Angebot gibt. Wir haben davon von Bekannten erfahren“, erzählt ein Mann, der seine schwangere Freundin zu einer Untersuchung begleitet. „Alle hier sind sehr hilfsbereit.“

Ich bin froh, dass meine Eltern Hilfe bekommen“, sagt ein junger Mann aus Vietnam, der für seine Eltern übersetzt. Diese Rückmeldungen zeigen, wie wichtig das Malteser-Projekt auch für die Betroffenen selbst ist. Ganz im Sinne der aktuellen SoVD-Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ (www.sovd-gemeinsam.de) setzt sich das Team dafür ein, dass Menschen, die durchs Raster fallen, nicht ausgegrenzt und allein gelassen werden. Weitere Informationen zur MMM: bit.ly/3WOeMdP. Dr. Renate Gräfin von Keller war auch bereits im SoVD-Podcast „Kein Ponyhof“ zu Gast, um von ihrer ehrenamtlichen Arbeit bei den Maltesern zu berichten. Die ganze Folge ist unter www.sovd-nds.de/podcast zu finden.

esch

Kleiner Einsatz, große Wirkung: Hinterlassen Sie bleibenden Eindruck!

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

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

www.sovd-shop.de



Sicher zu Hause wohnen mit Demenz

Orientierung ist wichtig

Viele Menschen haben Angst, dass sie ins Heim müssen, wenn sie erste Anzeichen von Demenz an sich bemerken. Aber das muss nicht sein: Mit einer sicheren Gestaltung der Wohnräume und einer Struktur, die klare Orientierung bietet, können auch leicht Erkrankte länger selbstständig in den eigenen vier Wänden bleiben.

Menschen mit Demenz werden überfordert, verwirrt und verängstigt, wenn sie zu vielen oder starken Reizen ausgesetzt sind, mit Neuem konfrontiert werden oder die Orientierung verlieren. Daher ist ein klar strukturiertes, aufgeräumtes und reizarmes Zuhause wichtig.

- Ausgehängte oder offene Türen geben einen Überblick, welcher Raum sich dahinter befindet. Wenn geschlossene Türen nötig sind, sollte ein Bild oder Piktogramm darstellen, welches Zimmer sich dahinter befindet, zum Beispiel ein „Manneken Pis“ für die Toilette. Eine Kennzeichnung bietet sich auch für Schränke und Schubladen an.
 - Räume sollten sparsam und funktionell möbliert sein, damit man gleich erkennt, wozu der Raum gedacht ist, zum Beispiel ein Fernsehsessel im Wohnzimmer.
 - Ein altbekanntes Möbelstück ist besser als eine Neuanschaffung. Auch das Umstellen von Möbeln sollte vermieden werden. „Immer der gleiche Platz“ gilt auch für wichtige persönliche Gegenstände wie Schlüssel oder Portemonnaie.
 - Kontraste schaffen, damit zum Beispiel Lichtschalter, Türen oder Haltegriffe leicht erkannt werden.
 - Helle, warme Farben und keine „aufgeregten“ Muster für Wände und Möbel wählen.
 - Aufgeräumte Zimmer sind ein Muss, Suchen regt die Erkrankten nur unnötig auf und herumliegende Gegenstände werden zu Stolperfallen, ebenso wie Teppiche und (Verlängerungs-)Kabel.
 - Eine starke zentrale Beleuchtung und gut ausgeleuchtete Ecken und Winkel geben Orientierung und verhindern Unfälle.
 - Handläufe können einen Weg „leiten“ und verleihen Sicherheit beim Gehen.
 - Damit ein*e Demenzkranke*r nicht unbemerkt aus dem Haus geht, hilft ein Klangspiel an der Tür oder eine Sensor-Fußmatte vor dem Ausgang, die sich beim Betreten akustisch meldet.
- Inzwischen gibt es viele technische Hilfsmittel, die den Alltag nicht nur für Demenzkranke sicherer machen. Informationen gibt es im Internet und beim Fachhandel.



Foto: LIGHTFIELD STUDIOS/Adobe Stock

Merkzettel können dementen Menschen helfen. Noch besser sind Bilder oder Piktogramme.



Briefe an die Redaktion

„Alle zahlen ins System ein“

Vor allem Alterssicherung beschäftigt derzeit viele: Hier veröffentlichen wir auszugsweise Zuschriften, die sich auf Artikel der SoVD-Zeitung beziehen. Die Meinungsäußerungen spiegeln nicht unbedingt SoVD-Positionen wider. 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.

Zum Titel der Februar-Ausgabe, „Gesetzliche Rente direkt stärken!“, meint SoVD-Mitglied Tamara Mazur (Kreis Helmstedt):

Das wäre nicht so dramatisch, wenn alle in das System einzahlen würden. Die Abgeordneten bekommen von meiner Rente, 1.000 Euro monatlich, das 15- bis 20-Fache – ungerecht. Die Obersten der Bahn, zzt. 20, die Rente beziehen: monatlich 20.000 Euro. Ungerecht, die Wenigsten haben eingezahlt. Ich habe mit Kindern, Arbeit und Pflege 40 Jahre voll [gearbeitet] und bin auf die Gutmütigkeit des Staates angewiesen, der mir monatlich 58 Euro [dafür] „schenkt“.



Foto: Elnur / Adobe Stock

Wie der SoVD meinen viele Mitglieder: Wenn alle Berufstätigen in die gesetzliche Rentenversicherung einzahlen, ist sie zukunftsfest.

Hierzu anderer Ansicht als der SoVD ist Burkhard Griem aus Siek / Brunsbek. Er sieht das Generationenkapital positiver:

Mit erheblicher Enttäuschung habe ich Ihre grundsätzlich ablehnende Kommentierung zu den vorgesehenen Aktienrücklagen vom aktuellen Finanzminister Lindner registriert. [...]

Ich habe seit Beginn meines Arbeitslebens (1974) jeweils kleinere Beträge angespart und durch Beharrlichkeit meine finanziellen Möglichkeiten Schritt für Schritt erweitert, auch in Krisenzeiten habe ich KEINE nachhaltigen Verluste finanzieller Werte beklagen müssen – u. a. auch andere Staaten verfahren bereits erfolgreich wie von Herrn Lindner vorgeschlagen / angestrebt [...]. Alle Analysen bezüglich Langfristigkeit / Nachhaltigkeit sprechen nach meiner Kenntnis für sich [...].

Eine ggf. kritische Grundhaltung [...] sollte keinesfalls den klaren Blick trüben für Möglichkeiten [...]. Es verlangt niemand, mit Milliarden Euro herumzujonglieren, aber wir sollten bitte mal überdenken, was möglich ist [...].

Die lauten Rufe: „Nein, nein – bloß nicht!“ höre ich schon viel zu lange [...]. Fehlende Digitalisierung und fast alle Aspekte der Klimakrise sind inzwischen neben vielen anderen Problemen extrem dringlich und ganz einfach erklärbar: Wir (die gesamte Gesellschaft!) sind zu bequem – haben keine Lust, uns mit Veränderungen / Neuerungen zu befassen.

Auch zur Rentenversicherung, aber zu „Zweites Rentenpaket kommt“, Januar, Seite 2, schreibt Wolf Drommert aus Hamburg:

Der Artikel [...] enthält leider die übliche Irreführung der Öffent-

lichkeit, die [...] nur die Summe der Zuschüsse erfährt, nichts aber über die versicherungsfremden Entnahmen aus der Rentenkasse, welche die Zuschüsse weit übertreffen. [...]

Infos in „Rentenanspruch verbessern“, Niedersachsen-Ausgabe Februar, Seite IV, waren Christiane Petereit aus Hannover neu:

Leider habe ich von der Möglichkeit, freiwillige Beiträge für Ausbildungszeiten bei der gesetzlichen Rentenversicherung zu leisten, seinerzeit keine Kenntnis erhalten. Ich (Jahrgang 1960) weise eine gemischte Erwerbsbiografie auf [...], seit 2016 wegen Dienstunfähigkeit vorzeitig in den Ruhestand versetzt worden. In Ihrem Artikel schreiben Sie, dass diese Möglichkeit der Nachzahlung wenig bekannt sei. Warum gibt es von der Deutschen Rentenversicherung keine Informationspflicht? [...]

24. Juni 2023
Berlin

www.sovd.de/inklusionslauf



Foto: Denny Brückner



Tipp für Kinder



Rolands Rätselecke

Luna und die schauerlich-beste Familie der Welt

Eigentlich ist Luna ein ganz normales Mädchen. Etwas allerdings ist in ihrem Leben schon ein wenig besonders. Denn Luna wohnt bei einer Vampirfamilie in einem alten Schloss mitten in dem Ort Liebengrün. Klar, dass davon niemand etwas wissen darf! Manchmal fühlt sich Luna vor lauter Geheimniskrämerei richtig einsam.

Doch dann zieht die gleichaltrige Annemie in das Haus gegenüber, und die beiden Mädchen schließen sofort Freundschaft. So sehr Luna sich darüber freut, bleibt für sie ein Problem, das sie lösen muss: Wie verheimlicht man seiner besten Freundin einen vorlauten Hausgeist, einen wuseligen Skeletthund und Eltern, die sich in Fledermäuse verwandeln?

Skurriel, liebenswert und einfach bezaubernd erzählt und zeichnet Stefanie Dahle eine ganz besondere Freundschaftsgeschichte.



Stefanie Dahle: Luna und die schauerlich-beste Familie der Welt. Arena, 200 Seiten, ab 8 Jahren, ISBN: 978-3-401-71747-0, 14 Euro.

Möchtest du das Buch gewinnen? Dann löse das nebenstehende Rätsel. Die Lösung schickst du mit dem Betreff „Luna“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. März.

Geistreiches Gespenster-Quiz

Bei diesem Ratespiel dreht sich alles um Geister, Hexen und Spukgestalten. Trotzdem musst du dich vor den Fragen nicht fürchten! Die Buchstaben hinter den richtigen Antworten ergeben das Lösungswort. Kleiner Tipp: Hinter dem gesuchten Begriff verbirgt sich häufig ein falsches Gespenst.

1. Wann beginnt die Geisterstunde?

- um Mitternacht (B)
- vor dem Mittagschlaf (K)
- nach dem Mittagessen (M)

2. Womit hält man sich Vampire vom Hals?

- Spinat (A)
- Broccoli (U)
- Knoblauch (E)

3. Wie schläft eine Fledermaus?

- auf dem Rücken (L)
- kopfüber (T)
- im Stehen (K)

4. Wo treffen sich Hexen gerne?

- auf dem Blocksberg (T)
- in der Bibistraße (H)
- vor dem Hexenhügel (W)



Foto: dcw25 / Adobe

Ein echter Geist spukt seine Runde immer nur zur Geisterstunde – doch wann ist die?

5. Was kann man bei einem Gespenst nicht sehen?

- die Füße (P)
- den Kopf (I)
- den Schatten (L)

6. Wie nennt man es, wenn ein Fahrzeug auf der Autobahn in die falsche Richtung fährt?

- Gespensterauto (U)
- Geisterfahrer (A)
- Spukbus (S)

7. So bezeichnet man alle Knochen, aus denen ein Mensch besteht.

- Skelett (K)
- Kotelett (E)
- Raclette (C)

8. Hier lernt man auf dem Jahrmarkt schnell das Gruseln.

- Bammelbahn (T)
- Zombiezug (R)
- Geisterbahn (E)



Foto: Anastasiya / Adobe

Bei diesem Gespenst sind die Füße auf jeden Fall zu sehen.

9. Neben einem Besen und einer schwarzen Katze gehört auch das zur Ausstattung einer „ordentlichen“ Hexe.

- ein Glasauge (M)
- eine Glaskugel (N)
- ein Glas Wasser (R)

Anzeige



Urlaub im Erholungszentrum Büsum

Unser verbandseigenes Erholungszentrum in Büsum hat wieder Kapazitäten frei. Viele Zimmer wurden modernisiert, unsere sonnige Außenterrasse lädt zum Genießen und Entspannen ein. Schauen Sie auf unsere neue Internetseite www.erholungszentrum-buesum.de Es lohnt sich: Ein Urlaub an der Nordsee ist gerade im Frühjahr ein tolles Erlebnis.

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

Sozialverband Deutschland
Landesverband Schleswig-Holstein

SOVD

 **Zeitmaschine**

„Schwach wie eine Flasche leer“

Giovanni Trapattoni ist ohne Frage einer der weltweit erfolgreichsten Trainer im Profifußball. Zudem gilt der Italiener bis heute als Gentleman, den viele für seine zuvorkommende Art schätzen. Aus seiner Zeit beim FC Bayern München jedoch blieb „Trap“ vor allem für einen Wutausbruch vor 25 Jahren in Erinnerung. Auf einer Pressekonferenz am 10. März 1998 platzte ihm der Kragen und er verließ den Raum in größter Erregung mit dem denkwürdigen Satz: „Ich habe fertig“.

Oft noch nach Jahrzehnten wissen Fußballfans, wem sie diesen oder jenen wichtigen Sieg verdanken. In ihren Augen sind es gerade entscheidende Tore, durch die Spieler*innen unsterblich werden. Nur äußerst selten dagegen kommen andere am Sportgeschehen Beteiligte in den Genuss solcher Weihen. Genau das aber gelang dem damaligen Bayern-Trainer Giovanni Trapattoni – noch dazu vor einem Publikum, das primär aus Medienschaffenden bestand.

Zwei Tage vor der fraglichen Pressekonferenz hatte der erfolgsverwöhnte Rekordmeister gegen den FC Schalke 04 verloren. Vor diesem Hintergrund war es wenig überraschend, dass Trapattoni die Leistung seiner Spieler kritisierte. Das tat er dann jedoch für viele überraschend deutlich in einer spontanen Rede, die mehr von Emotionen als von deutscher Grammatik getragen wurde.



Foto: Michael Probst / picture-alliance

Begeisterung sieht anders aus: Mit Leidensmiene verfolgte Giovanni Trapattoni (Mitte) den Auftritt seiner Mannschaft.

Trapattoni zeigte sich unzufrieden mit Mehmet Scholl und Mario Basler: „... diese Spieler waren schwach wie eine Flasche leer!“ Auch der häufig verletzte Thomas Strunz bekam sein Fett weg: „Was erlauben Strunz?“

Nach dem Wutausbruch bewies Giovanni Trapattoni Humor. Er wurde unter anderem Werbefigur für das Getränkeangebot einer Supermarktkette („Flasche leer“). Am 17. März begeht „Trap“ seinen 84. Geburtstag.

 **Buchtipps**

Sag Alex, er soll nicht auf mich warten

München, 1941. Die zwei Studenten Hans und Alex scheint nicht viel miteinander zu verbinden – bis sie eines Tages den Wehrsport schwänzen, um über Kunst und Literatur zu diskutieren. Von da an entwickelt sich zwischen den beiden eine tiefe Freundschaft. Doch ihr ständiger Alltagsbegleiter ist der Krieg. Und immer stärker brodeln in ihnen der Wunsch, ihre Stimme dagegen zu erheben. Aber ihr Vorhaben ist gefährlich. Vor allem, als Hans' jüngere Schwester Sophie nach München zieht, die unter keinen Umständen von ihrem Plan erfahren darf ...

Irene Diwiak erzählt von einer wahren Freundschaft, von der wir noch nie auf diese Weise gelesen haben. Eine Geschichte der „Weißen Rose“, die nicht von ihrem Ende handelt, sondern von ihrem ganz besonderen Anfang – ergreifend, klug und nahbar.



Irene Diwiak: *Sag Alex, er soll nicht auf mich warten*. Verlag C. Bertelsmann, 368 Seiten, ISBN: 978-3-570-10468-2, 24 Euro.

Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Sag Alex, er soll nicht auf mich warten“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. März.

 **Gib's doch gar nicht, oder?**

Glückspilz oder Märchenonkel?

Frane Selak war ein Musiklehrer aus Kroatien. Weltweit bekannt wurde er durch seine unglaubliche Lebensgeschichte. Insgesamt sieben Mal sei er dem Tod auf fantastische Art und Weise entronnen. Im Alter von 73 Jahren dann wurde er sogar Lotto-Millionär. Steckt hinter dem Leben von Frane Selak nun eine hollywoodreife Biografie oder doch eher ein Grimm'sches Märchen?

Im Internet taucht sein Name in Berichten auf, die ihn entweder als einen bedauernswerten Pechvogel oder als einen riesigen Glückspilz beschreiben. Das hängt mit dem Schicksal von

Frane Selak zusammen und ist in erster Linie wohl eine Frage der Perspektive. Denn im Laufe seines Lebens stürzt Selak unter anderem mit dem Zug in

eine Schlucht, wird aus einem Flugzeug geschleudert und rast mit einem Bus in einen Fluss. Er wird angefahren und mehrmals fängt sein eigenes Auto Feuer. Immer wieder sterben Menschen bei diesen Unglücken – nur Frane Selak überlebt auf wundersame Weise jedes einzelne von ihnen. Doch was ist eigentlich dran an all diesen Erzählungen?

Diese Frage stellte sich vor einigen Jahren auch der Sender Deutschlandfunk Nova. Die zuständige Redakteurin recherchierte damals überaus akribisch und sprach sogar mit Frane Selak selbst. Doch Belege für dessen Geschichten fanden sich nicht. Trotzdem könnte es tatsächlich so passiert sein. Und dann wäre es wirklich ein unglaubliches Leben. Zumal Selak gegen Ende seines Lebens noch den Lotto-Jackpot knackte. Und dafür gibt es Beweise.

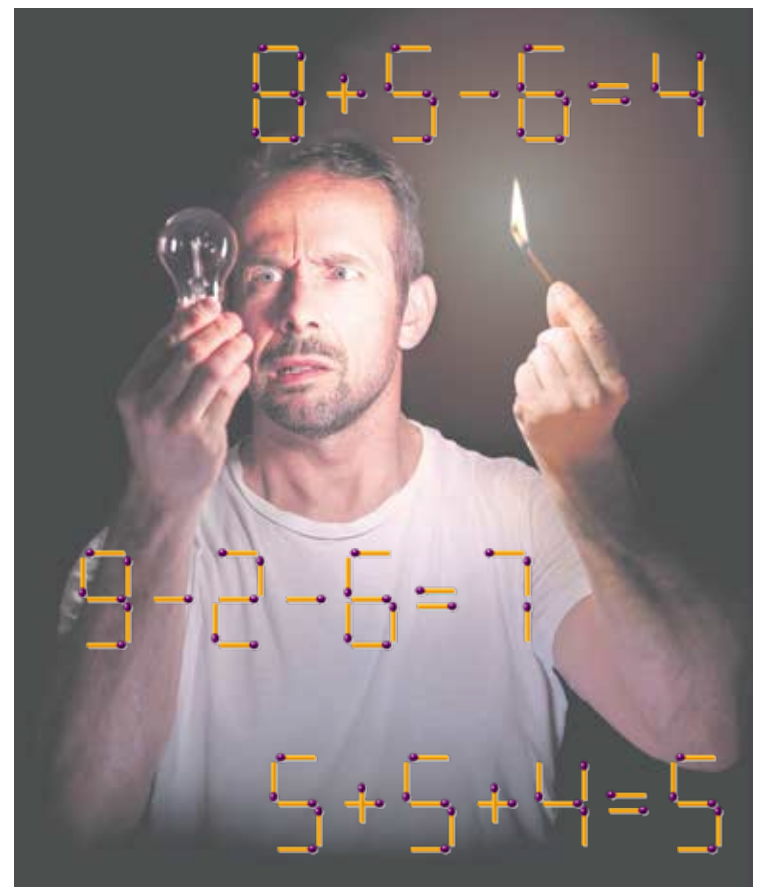


Fotos: phloxii / Adobe Stock; Pixsell / IMAGO

Frane Selak (1929–2016) erzählte gerne von seinem Leben und von dem großen Glück, das er bei seinem vielen Pech hatte.

 **Denksport**

Feuer und Flamme



Grafik / Foto: nataljacernecka, javidestock / Adobe Stock; Montage: SoVD

Sie haben es auf den ersten Blick erkannt: Die Gleichungen oben ergeben keinen Sinn. Durch das Umlegen eines einzelnen Streichholzes allerdings ließe sich aus jeder der drei Aufgaben eine richtige Rechnung machen. Gelingt Ihnen diese Denksportaufgabe? Unseren Lösungsweg verraten wir Ihnen auf Seite 18.

Buchtipps

Equal Pay Now!

Für die gleiche Arbeit verdienen Frauen in Deutschland immer noch weniger als Männer. Viele kostet das im Laufe ihres Lebens mehrere Hunderttausend Euro – und die Freiheit, ein Leben zu führen wie ein Mann: frei von der Demütigung, die mit der Mindervergütung einhergeht.



Die preisgekrönte Journalistin Birte Meier erlebte persönlich, was es bedeutet, gleichen Lohn für gleiche Arbeit einzufordern. Sie kämpfte sich bis zum Bundesverfassungsgericht vor. Als Wegbereiterin und Vorbild für viele Frauen beschreibt sie in ihrem Buch, welche Erfahrungen sie und andere machten, die sich ebenfalls gegen eine ungleiche Bezahlung wehrten. Zudem zeigt sie auf, wie Frauen konkret gegen Lohndiskriminierung vorgehen können.

Birte Meier: *Equal Pay Now! Endlich gleiches Gehalt für Frauen und Männer. Was wir jetzt tun können.* Goldmann, 240 Seiten, ISBN: 978-3-442-17984-8, 16 Euro.

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

Hätten Sie's gewusst?

Rechtsherum geht's schneller

Es klingt zunächst wie ein schlechter Witz: Das amerikanische Unternehmen United Parcel Service (UPS) hält Beschäftigte dazu an, mit dem Lieferwagen stets nur rechts abzubiegen. Dahinter steckt keine Schikane, sondern schlichte Ökonomie. Denn die entsprechend festgelegten Routen senken das Unfallrisiko und sparen Zeit. Der geringere Treibstoffverbrauch schont zudem die Umwelt.

Bestimmt kennen Sie das: Man wartet auf der Spur zum Linksabbiegen meist ewig auf ein grünes Ampelsignal. Außerdem hat der Gegenverkehr generell Vorfahrt. Statistiken des Gesamtverbandes der Versicherungswirtschaft dagegen ergaben, dass Rechtsabbiegen weit weniger oft zu Unfällen führt.

Daraus zog der Paketdienst UPS die logischen Konsequenzen. Minutiös plant der Konzern die Strecken der Lieferfahrzeuge im Voraus und nutzt sogar ein spezielles Navigationssystem. Laut eigenen Angaben spart das Unternehmen damit rund 38 Millionen Liter Sprit pro Jahr.



Fotos: Fabian Ibelherr, Michael/Adobe Stock; Montage: SoVD

Im Speditionsgewerbe spart vorrangiges Rechtsabbiegen Zeit und Geld. Das klappt jedoch nur anhand vorab optimierter Lieferwege.

Redensarten hinterfragt

Was heißt „bis in die Puppen“?

Finden Sie gelegentlich aus dem Fernsehsessel nicht rechtzeitig ins Bett? Vielleicht kommt es auch einmal vor, dass eine fröhliche Feier ein reichlich spätes Ende nimmt? Am nächsten Morgen stellt man dann übermüdet fest, dass es gestern „bis in die Puppen“ ging. Doch woher kommt diese Redensart?

Aus einem Wildgehege in Berlin sollte Mitte des 18. Jahrhunderts ein barocker Stadtpark werden. Verantwortlich für die Umgestaltung des Tiergartens war der preußische Architekt Georg Wenzeslaus von Knobelsdorff. Er ließ zwischen dem Brandenburger Tor und dem Großen Stern zahlreiche Götterstatuen aufstellen. Im Berliner Jargon setzte sich für diese Figuren schon bald die recht despektierliche Bezeichnung „Puppen“ durch. Weil nun ein Spaziergang entlang dieser Skulpturen etwas Zeit in Anspruch nahm, dauerte dies im Volksmund eben „bis in die Puppen“.



Fotos: lumen-digital, lucato/Adobe Stock; Montage: SoVD

Früher einmal zierten Sandsteinskulpturen den Großen Tiergarten. Einheimische unternahmen damals Ausflüge „bis in die Puppen“.

Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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

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

Auflösung des Vormonats

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

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. März.

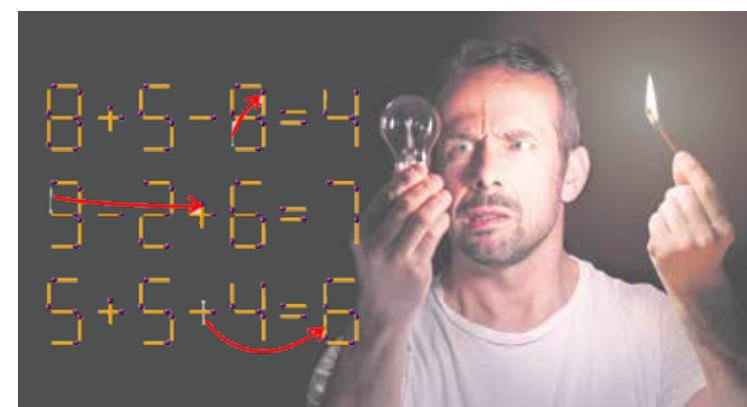
Des Rätsels Lösung

Was grummelt da unterm Bett? (Ausgabe Februar, Seite 16)

Hoffentlich hat euch dieses Rätsel nicht den Schlaf geraubt! Die Monster mit den Nummern 2, 6 und 10 sahen jedenfalls etwas anders aus.

Feuer und Flamme (Denksport, Seite 17)

Die Pfeile zeigen das jeweils zu bewegende Zündholz.



Mit spitzer Feder

Buchtipps

Staatliche Terrorabwehr

Schattenzeit



Der Krieg sei längst verloren, der „Führer“ geisteskrank: Vor 80 Jahren verliert der junge Pianist Karlobert Kreiten diese unbedachten Worte. Sechs Monate später stirbt er am Galgen.

Kreitens Schicksal steht im Mittelpunkt eines Buches über Deutschland im Jahr 1943. In einem Mosaik von Geschichten und Porträts lässt Oliver Hilmes dramatische Ereignisse wieder lebendig werden.



Oliver Hilmes: Schattenzeit. Siedler, 304 Seiten, ISBN: 978-3-8275-0159-2, 24 Euro.

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

Table with crossword puzzle clues and a grid. Includes clues like 'Hautknötchen (Med.)', 'Tobsucht', 'ärmelloses, knappes Oberteil', etc. and a section for 'AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS'.

Impressum

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

Redaktion: Veronica Sina (veo/verantwortw.), Joachim Schöne (jos), Eva Lebenheim (ele), Sebastian Triesch (str), Brigitte Grahl (bg), Denny Brückner (Bildbearbeitung), Nancy Gühne (Redaktionsassistentin). Für Anzeigen und Werbebeilagen ist die Zeitung lediglich Werbeträger; eine Empfehlung des SoVD für Produkte oder Dienstleistungen ist damit nicht verbunden.

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

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

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

Auflage: Die verbreitete Auflage betrug im 4. Quartal 2022 insgesamt 405.359 Exemplare.



Grid for the crossword puzzle solution, numbered 1 to 12.

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

Irrtümer über „Zoster“

Diese Annahmen sind häufig, aber falsch:

- **Gürtelrose sitzt im Gürtelbereich:** Das ist häufig, sie tritt aber überall auf.
- **Nur Alte sind betroffen:** Nein, aber gefährdeter.
- **Wenn sich der Gürtel schließt, stirbt man:** Das ist ein Mythos. Zudem kommt es extrem selten vor. Der Ausschlag ist in der Regel nur auf einer Körperseite.
- **Feuchthalten heilt:** Nein, das gilt für Wunden. Herpes zoster sollte man im Gegenteil trockenhalten.
- **Man steckt Leute im Vorbeigehen an:** Per Luft und Tröpfchen überträgt der Primärerreger die Windpocken, daher ihr Name. Die spätere Gürtelrose steckt nur bei Kontakt mit dem Bläschensekret an – und zwar als Windpocken. Die bekommt man nur einmal im Leben. Da nicht alle wissen, ob sie sie ohnehin schon hatten bzw. geimpft sind, hält man vor allem zu Schwangeren, Alten und Schwachen Abstand und deckt den Ausschlag ab. Gegen Schmierinfektion auch eigener anderer Hautstellen ist Hygiene wichtig: Hände waschen, Einmalwaschlappen nehmen, nicht kratzen, am besten gar nicht anfassen.

Ältere und immungeschwächte Menschen besonders gefährdet – Impfung bietet Schutz

Unterschätzte Volkskrankheit: Gürtelrose

Starke Schmerzen, Juckreiz, Erschöpfung, Fieber und mögliche Langzeitschäden wie chronischer Schmerz: Herpes zoster, auch nur „Zoster“ oder „Gürtelrose“ genannt, ist nicht harmlos. Im höheren Alter wird ein Ausbruch wahrscheinlicher, ebenso ein schwerer Verlauf. Doch man kann und sollte vorbeugen – und dank Früherkennung Beschwerden lindern. Denn das Virus ist ebenso gefährlich wie häufig.

Pro Jahr erkranken in Deutschland 350.000 bis 400.000 Menschen. 25 bis 30 Prozent der Bevölkerung bekommen mindestens einmal im Leben Gürtelrose. Rund zwei Drittel sind über 50 Jahre alt; bei den 85-Jährigen hatte es schon die Hälfte. Mit dem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit – für Ausbrüche und für schwere Verläufe, denn das Immunsystem wird schwächer. Frauen trifft es öfter als Männer.

Gefährdet sind alle mit geringen Abwehrkräften. Kommen kann das etwa durch immunschwächende Krankheiten oder immunsuppressive Medikamente, OPs, Stress, akute Infekte, Vitamin- oder Schlafmangel.

Was ist das überhaupt? Ein Virus mit Hintergrund

Schuld ist das Varizella-Zoster-Virus: als Erstinfektion die Windpocken (Varizellen). Wer, meist als Kind, damit Kontakt hatte – ob erkrankt oder still –, behält lebenslang den Erreger in den Nervenzellen (Rückenmark, Hirnnerven). Dort reaktiviert sich das Virus. Zoster ist eine Folgeinfektion – ohne vorige Windpocken keine Gürtelrose! Das Risiko haben aber fast alle: Mit 40 Jahren tragen 98 Prozent das Virus. Bei rund einem Drittel der Infizierten bricht es aus.



Foto: photohasan/Adobe Stock

Wer als Kind Windpocken hatte, kann später Gürtelrose kriegen. Spätestens ab 60 Jahren sollte man sich dagegen impfen lassen.

Seit 2004 ist ab dem ersten Lebensjahr eine Windpockenimpfung Standard. Die Zoster-Zahlen werden nun beobachtet.

Risiken, Symptome und Verlauf der Erkrankung

Der Name „Gürtelrose“ rührt daher, dass der rötliche Ausschlag oft am Rumpf von der Wirbelsäule als Streifen verläuft. Doch bleibt er meist auf einer Körperhälfte und kann überall auftauchen – sogar am Kopf, dann spricht man auch von Gesichts- oder Kopfrosee. Dort ist es besonders gefährlich. Sind Auge oder Ohr betroffen, dro-

hen Schäden. Auch eine Hirnhautentzündung ist möglich.

Obwohl die sichtbaren Symptome die Haut betreffen: Herpes zoster ist, wie „normaler“ Herpes simplex, neurologisch. Herpesviren befallen Nerven. Der Ausschlag ist nur das, was an deren Enden an die Oberfläche tritt.

Darum geht Zoster mit Nervenschmerzen einher. Dazu kommen Juckreiz und Gefühlsstörungen. Viele haben Fieber und Kopfschmerzen, sind müde und erschöpft. Der Ausschlag – Gruppen von Papeln, Pusteln, Bläschen entstehen, füllen sich, platzen und verkrusten – ist meist in zwei bis

vier Wochen überstanden. Doch Schmerz und Missempfindungen bis hin zu Lähmungen sind auch vorher und nachher möglich.

Bei schwerem Verlauf steigt die Gefahr, dass Schmerzen chronisch werden: eine Post-Zoster-Neuralgie. Zudem erhöht sich kurzzeitig das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle.

Wichtig: Vorbeugung und frühe Behandlung

Das sind genug Gründe, Gürtelrose vermeiden zu wollen. Eine gesunde Lebensart stärkt das Immunsystem. Dazu gehören wenig Stress, viel Schlaf, Luft, Bewegung sowie eine vitaminreiche, zuckerarme Ernährung.

Zudem kann man nun auch gegen Gürtelrose impfen. Seit 2018 empfiehlt die STIKO den Totimpfstoff für alle ab 60, bei Immunschwäche und einigen chronischen Krankheiten ab 50. Dann zahlt die Kasse; Jüngere fragen ihre Hausarztpraxis.

Und wenn man doch erkrankt? Um Schäden zu vermeiden und Beschwerden zu lindern, erhalten Patient*innen Schmerzmittel, eine Lotion/Creme oder Puder und meist schnellstmöglich ein Virostatikum. Dazu ist eine frühe Diagnose nötig. Bei Verdacht also sofort zu Arzt*Ärztin – und dann ausruhen!
Eva Lebenheim

Anzeige

Teutoburger Wald

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

Polnische Ostsee

(K)urlaub u.a. Swinemünde, Kolberg 14 Tg., VP, 20 Anwd., Hausabholung ab 333,- ☎ 05251/390 900 JAWA-Reisen.de | GmbH Giersstr. 20, 33098 Paderborn

Gesucht & Gefunden

Treppenlift

Service & Montage übernimmt unser Hersteller

Auch zur Miete

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

Neu oder gebraucht

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

Bayerischer Wald

Angebot gültig bis 30. April 2023

5 ÜN pro Person ab 335,- inkl. Halbpension PLUS

mit Frühstücksbuffet, Mittagsimbiss, Kaffee & Kuchen, abends 3 Gänge-Menü Gr. Hallenbad 32°C, 6 Saunen, Fitness

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

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 ÜHP 290€ p.P., Oster Urlaub 10x ÜHP 570€ p.P. Weitere Angebote auf Anfrage. ☎ 05273/1397 • www.hotel-pension-resi.de

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

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

Polnische Ostsee

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

14 Tage Kur - poln. Ostsee
mit Haustürabholung* 3***+Hotel, 300m zum Strand, Schwimmbad/Sauna, Ü / F / HP, Fahrstuhl, 2 Anw. p. Werktag, Termine ganzjährig

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

Neu Kombi-Reisen Mai / Okt. 2023 Neu

- ◆ 1 Woche Erlebnisreise Masuren
- ◆ 1 Woche Erholung/ Kur poln. Ostsee, alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kuranwendungen

p.P./DZ EZ ab 10 € p.N. **1.299,-**

* Haustürabholung: PLZ 0-5 inklusive, PLZ 6-9 auf Anfrage

fordern Sie unseren Katalog mit verschiedenen Reisen an: kurundvital@preiswerte-kurreisen.de **50,-€ Rabatt p.P. und Reise**

Harz

Bad Lauterberg FeWo, Kab.-TV., Sep.-Eing., Ruh.Lage, 2 Pers., ab 35,-€/Tag ☎ 05524/16 30

Bad Lauterberg FeWo, 50 m², 2 Pers. Balkon, ab 30,-€, Gerlach ☎ 05524 / 8 06 98

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur

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

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

Nord-/ Ostsee

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

Urlaub mit dem Hund Nähe Kiel / Ostsee Ferienhaus, Grundstück eingezäunt, Strandnähe ab 75,00€ pro Tag - Mobil 0170 350 11 74

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

Nähe Bremerhaven, FeWo. 2 Zi., Küche, Bad, Balk. mit 12m², 50€ pro Nacht + Endrei. 30€ Bettwä. + Handt. vorhanden ☎ 04706/4125647

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

Nord-Ostsee-Kanal! Meist befahrene Wasserstraße der Welt. Fewos, Dachterr., Badesee, Hauspc. ☎ 048 35 / 13 00, landhausamgrashof.de

Nordseebad Burhave* FeWo 2P, Hallenbad, barf., Duschbad, Sauna ☎ 04733 - 910 999 2**

NORDSEE: 2 NR-Fewos, sep. Eingang, Garage 2 Schlafzimmer, Hauspc. ☎ 048 46 / 29 1

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

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

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

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

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS






**hasseroeder
BURGHOTEL**
WERNIGERODE / HARZ

BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR




Burg-Special „TITAN Plus“ Erlebnis-Kurzurlaub in Wernigerode/Harz!

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

- **3 Tage / 2 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, WLAN, Sondernachlass für das gegenüberliegende Erlebnisbad mit Saunalandschaft, Begrüßungsdrink, u. v. m.)
- **2 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl im Restaurant „Burghof“
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung/Verfügbarkeit)
- **Eintritt für TITAN, der weltweit längsten Hängeseilbrücke ihrer Art im Rappbodetal**
- **Eintritt Aussichtsturm Solitair - 39m hoch mit Panoramablick**
- **Eintritt 5D-Kino-Erlebnis an der Rappbodetalsperre**
- **Wertgutschein Hotel-Shop**

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum bis 22.12.23
 WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00 €/ Tag (Fr & Sa).
 Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.
 Zzgl. Energiekostenpauschale 3,00 €/Erw./Nacht.

je Erw.
im DZ

199,- €

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.



Jetzt bis zu
**32%
Vorteil!**



HARZPIN
ERLEBNISZIELE IM HARZ

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



120
Jahre

Kräuterhaus Sanct Bernhard

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





Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

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	€ 21,50
Best.-Nr. 1791 3er-Packung	€ 57,00





Bio-Hagebutten

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Bio-Hagebutten-Pulver eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müllis oder zur Vermischung mit Saft.

vegetarisch, glutenfrei, vegan

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



Erotisan-Manneskraft

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

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



Omega-3 Supra-1000 mg

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

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



Hyaluronsäure-Kapseln 400 mg

Die Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes, der Gelenkflüssigkeit und des Knorpels. Jede Kapsel enthält 400mg Hyaluronsäure und 80mg Vitamin C, das zur Kollagenbildung beiträgt.

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



Magnesium-400-supra TOP

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

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



Gedächtnis-Kapseln mit Ginkgo!

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

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

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

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

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Zusammen mit meiner ersten Bestellung erhalte ich als Dankeschön **kostenlos und versandkostenfrei***

Vitamin C 600 Supra-Kapseln, 60 Stück

Zur Unterstützung Ihres Immunsystems!

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

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

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96133	Vitamin C 600 Supra-Kapseln	1	GRATIS	
versandkostenfrei				



2-Monatspackung
*FÜR ALLE NEUKUNDEN

Name, Vorname _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Telefon (falls Rückfragen) _____ Geburtsdatum _____

Datum, Unterschrift _____

Bestellung bitte an:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
 Helfensteinstr. 47, Abt. 32
 73342 Bad Dützenbach
 Tel.: 073 34/96540
 Fax: 073 34/965444
 Abteilung 32
 www.kraeuterhaus.de

Apotheken Umschau – immer besser informiert



Mit vielen Sofort-Tipps für Ihre Gesundheit



Mit Forschung und Wissenschaft



Mit Ratschlägen für eine gesunde Ernährung

JETZT in Ihrer Apotheke!

Lesen, was gesund macht.

Pflegen Sie einen Angehörigen?

Dann nutzen Sie den Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel!

Auch Händedesinfektionsgel im Set kostenfrei erhältlich!



Ihre Vorteile im Überblick

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

Kostenfreie Pflegehilfsmittel

für die häusliche Pflege

Bis zu **40€** monatlich

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

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

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

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

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

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

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

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



Erholungsreisen mit **KURdirekt**

8 Tage p.P. **ab**
€1.029,-

9 Therapieanwendungen
bereits inklusive!

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ 7x Übernachtung im 4+ Kurzentrum **Weißensadt am See** oder im 4+ Kurzentrum **Waren (Müritz)**
- ✓ 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 7x Mittag- und Abendessen als **3-Gang-Wahlmenü**
- ✓ 2x ärztliches Beratungsgespräch mit Arztbrief
- ✓ 1x Blutuntersuchung pro Aufenthalt
- ✓ **9 Therapieanwendungen pro Woche abgestimmt auf Ihre Gesundheit**
- ✓ Kostenfreie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft, Fitnessraum
- ✓ Leihbademantel
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)

Hinweise:

- **An- und Abreise:** Check-in ab 15 Uhr / Check-out bis 10 Uhr
- **Kurtaxe** ist zahlbar vor Ort: ca. € 1,50 p.P./Tag (Weißensadt) und ca. € 2,- p.P./Tag (Waren)
- **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

Entspannte Auszeit im Kurzentrum Ihrer Wahl

Verbringen Sie einen entspannten Urlaub in einem der zwei Kurzentren. Sie haben die Wahl zwischen dem 4+ Kurzentrum Weißensadt am See inmitten des Naturparks Fichtelgebirge oder dem 4+ Kurzentrum Waren (Müritz), welches im Herzen der Mecklenburgischen Seenplatte am Nordufer der Müritz, dem größten Binnensee Deutschlands, liegt. Beide Unterkünfte zeichnen sich durch ein komfortables Ambiente, großzügige Bade- und Saunalandschaften und umfangreiche Wohlfühlangebote aus.



4+ Kurzentrum Weißensadt am See

Lage: Das Kurzentrum liegt in einmaliger Lage direkt am Weißensdätor See und nur wenige Gehminuten vom Ortszentrum entfernt.

Zimmer/Ausstattung: Die 126 Zimmer und Suiten sind mit Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Radio, Telefon, Kühlschrank, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Safe und Balkon ausgestattet. Das Kurzentrum verfügt darüber hinaus über eine Rezeption, kostenfreien Internetzugang (WLAN) in der Hotelhalle, ein Café, eine Bar mit Seeterrasse sowie einen Lift.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Verbringen Sie entspannte Stunden in der Bade- und Wellnesslandschaft des Kurzentrums, welche über ein ganzjährig beheiztes Außenbecken, Schwimmbad, Whirlpool, Sonnengalerie, Finnische Sauna und Biosauna, Dampfbad und Infrarotkabine verfügt. Die ca. 3.000 m² große Therapieabteilung mit Fachärzten hält eine große Vielfalt an Therapie-, Fitness- und Gesundheitsangeboten sowie Kosmetik- und Verwöhnbehandlungen bereit. Spezielle Radonanwendungen versprechen zudem einen besonderen Kur-Erfolg.



4+ Kurzentrum Weißensadt am See



Zimmerbeispiel, 4+ Kurzentrum Weißensadt am See

TERMINE & PREISE 2023 p.P.

Anreise:	8 Tage / 7 Nächte:		
sonntags oder montags	im DZ	im EZ	
A 27.11.23 - 11.12.23	€ 1.029,-	€ 1.099,-	
B 03.07.23 - 27.08.23	€ 1.079,-	€ 1.149,-	
C 12.03.23 - 02.07.23 28.08.23 - 26.11.23	€ 1.129,-	€ 1.199,-	

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

➤ Aufpreis **Busanreise inkl. Haustürabholung** (Anreise montags): ab € 200,-

4+ Kurzentrum Waren (Müritz)

Lage: Das Hotel liegt auf 70 m Seehöhe im Herzen der Mecklenburgischen Seenplatte an der Müritz, dem größten Binnensee Deutschlands.

Zimmer/Ausstattung: Die 134 geräumigen Zimmer des Kurzentrums sind mit Bad oder Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Radio, Telefon, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Safe und Balkon ausgestattet. Zur weiteren Ausstattung des Kurzentrums gehören eine Rezeption, kostenfreier Internetzugang (WLAN) in der Hotelhalle, Restaurant und eine Tiefgarage.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Die großzügige Bade- und Saunalandschaft verfügt über ein ganzjährig beheiztes Außenschwimmbekken/Thermalsoleaußenbecken (230 m²), Schwimmbad (180 m²), Whirlpool, Finnische Sauna, Bio-Sauna, Aroma-, Soledampfbad und Infrarotkabine. Auf ca. 2.000 m² bietet das Kurzentrum eine einzigartige Vielfalt an Verwöhn- und Therapieanwendungen sowie Fitness- und Gerätetraining. Für einen ganz besonderen Frischekick und neue Energie sorgt die Ganzkörperkältekammer mit minus 110°C.



4+ Kurzentrum Waren (Müritz)



Zimmerbeispiel, 4+ Kurzentrum Waren (Müritz)

TERMINE & PREISE 2023 p.P.

Anreise:	8 Tage / 7 Nächte:		
samtags oder sonntags	im DZ	im EZ	
A 02.12.23 - 10.12.23	€ 1.029,-	€ 1.099,-	
B 08.07.23 - 01.09.23	€ 1.079,-	€ 1.149,-	
C 16.04.23 - 07.07.23 02.09.23 - 01.12.23	€ 1.129,-	€ 1.199,-	

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

➤ Aufpreis **Busanreise inkl. Haustürabholung** (Anreise nur 15-tägig samstags an bestimmten Terminen): € 280,-



Beratung & Buchung:

0800 - 228 42 66

gebührenfrei / Mo.-Fr.: 09-17 Uhr



Online buchbar direkt unter:

www.kurdirekt.de



Jetzt zum **Newsletter anmelden** & immer die besten Angebote erhalten!

Bjarne Mädel („Tatortreiniger“) spielt depressiven Kommissar mit Panikattacken

Ein Mann für skurrile Typen

Ob Bürotrottel („Stromberg“) oder Dorfpolizist („Mord mit Aussicht“) – Bjarne Mädel ist vielseitig. Für seine Rolle des an Panikstörungen leidenden Kriminalkommissars Sörensen erhielt er zuletzt den Adolf-Grimme-Preis. Am 12. März feiert der wandlungsfähige Schauspieler seinen 55. Geburtstag.

Wer ihn als Heiko Schotte in „Der Tatortreiniger“ gesehen hat, erlebt ihn als Sörensen von einer gänzlich neuen Seite. Bjarne Mädel spielt den an einer Angststörung leidenden Kommissar so überzeugend, dass selbst tatsächlich Erkrankte beeindruckt waren. Mitglieder einer Selbsthilfegruppe reisten Ende letzten Jahres sogar zum Drehort der zweiten Verfilmung, um Bjarne Mädel zu sagen, wie toll er das macht.

Der Film „Sörensen hat Angst“ ist noch bis zum 19. März in der Mediathek der ARD verfügbar.



Foto: Jörg Landsberg / NDR

Für den neuen Film „Sörensen fängt Feuer“ stand Bjarne Mädel mit Liv Clasvogt und Filmhund Cord zuletzt in Friesland vor der Kamera.



Foto: Rudolf Wernicke / MDR

„In aller Freundschaft“ treffen Annett Renneberg und Julian Weigend wieder am 14. März um 21 Uhr in der ARD aufeinander.

TV-Ärztin wurde Annett Renneberg in zweiter Karriere

Vom Krimi in die Klinik

Sie spielte die Rolle der Assistentin von Commissario Brunetti. Heute gehört sie als Ärztin zum Team von „In aller Freundschaft“. Am 16. März wird Schauspielerin Annett Renneberg 45 Jahre alt.

Schon früh begeisterte sie sich für die Oper. Und so begann Annett Renneberg bereits im Alter von 13 Jahren eine Gesangsausbildung. Dann aber entdeckte Regisseur Peter Zadek sie für das Theater. Größere Bekanntheit erreichte die gebürtige Thüringerin zunächst durch die Verfilmungen der Donna-Leon-Romane um Commissario Brunetti. Von dem malerischen Venedig wechselte sie an die Sachsenklinik. In der ARD-Serie „In aller Freundschaft“ spielt Annett Renneberg die Rolle der Prof. Dr. Maria Weber.

Sylvester Groth arbeitete die DDR schauspielerisch auf

Späte Rache an der Stasi

Der Bühnenschauspieler floh 1985 aus der DDR. In der Serie „Deutschland 89“ spielte er dann selbst einen Generalmajor der Stasi. Am 31. März wird Sylvester Groth 65 Jahre alt.

Er ist nicht unbedingt auf Sympathieträger abonniert. In zwei Kinofilmen etwa spielte Sylvester Groth den Nazi Joseph Goebbels. Auch seine Flucht 1985 aus der DDR verdankte er einer solchen Rolle.

Im Kinderfilm „Momo“ nach Michael Ende spielte Groth einen dubiosen Agenten. Sein Lohn hierfür ermöglichte ihm damals den Neustart im Westen. Erst Jahrzehnte nach seiner „Republikflucht“ erfuhr Sylvester Groth von einem Haftbefehl. Eine Rückkehr in die DDR hätte für ihn im Gefängnis geendet.



Foto: Raimund Müller / IMAGO

Sylvester Groth überzeugt auch in schwierigen Rollen.

Katerina Jacob engagiert sich nach ihrer Krebserkrankung für mehr Aufklärung

„Frauen, geht zur Vorsorge!“

Man kennt die Münchnerin aus erfolgreichen Serien wie „Der Landarzt“ oder „Der Bulle von Tölz“. Nachdem sie vor einem Jahr an Brustkrebs erkrankte, will sie anderen dieses Schicksal ersparen und rät Frauen eindringlich zur Vorsorge. Am 1. März wird die Schauspielerin Katerina Jacob 65 Jahre alt.

Vor genau einem Jahr machte sie ihre Erkrankung öffentlich. Seither überstand sie eine Operation mit anschließender Chemotherapie. Vor einigen Monaten stand Katerina Jacob sogar wieder vor der Kamera. Sie spricht ganz offen über den Krebs, um andere für das Thema zu sensibilisieren.

Doch auch andere soziale Themen liegen der Darstellerin am Herzen – etwa der Kampf gegen Altersarmut. Vor einigen Jahren verteilte Katerina Jacob daher in München Mahlzeiten an Obdachlose und Bedürftige.



Foto: picture-alliance

Katerina Jacob klärt auf und packt auch selbst mit an. Für die mobile Korbinian-Küche teilte sie bereits vor einigen Jahren Essen aus.

Florian Lukas träumt in der Sky-Serie „Die Wespe“ vom ganz großen Sieg

Dartprofi mit großer Klappe

Seinen Durchbruch hatte er mit der Komödie „Good Bye, Lenin!“, später spielte er eine Hauptrolle in der Fernsehreihe „Weissensee“. Für den Bezahlsender Sky schlüpfte er jetzt in die Rolle des Dartspielers Eddie „Die Wespe“ Frotzke. Am 16. März feiert Schauspieler Florian Lukas seinen 50. Geburtstag.

Kann man ohne Ausbildung erfolgreich Filme drehen? Zumindest Florian Lukas hat genau das geschafft. Denn sein Schauspielstudium brach er seinerzeit ab, wie Lukas gegenüber dem Sender Deutschlandfunk Kultur verriet. Er habe die Hierarchien dort nicht akzeptieren können.

Ähnlich unangepasst ist auch die von dem gebürtigen Berliner in „Die Wespe“ verkörperte Figur eines Dartspielers. Wenn Eddie bei einem Turnier antritt, gibt es statt eines hohen Preisgeldes eher einen Satz Autoreifen oder einen Toaster zu gewinnen.



Foto: Jörg Carstensen / picture-alliance

Florian Lukas (li.) als heruntergekommener Dartprofi Eddie Frotzke, der sich mit frecher Schnauze zurück an die Spitze spielen will.

www.sovd.de

