



Foto: Liesa Johannsen / picture alliance / REUTERS

Friedrich Merz hat sich mit der Union durchgesetzt. Er verspricht bei den Koalitionsverhandlungen eine schnelle Verständigung.

SoVD drängt nach der Wahl auf schnelle Regierungsbildung: Jetzt ist Einigkeit gefragt

Soziale Aufgaben gemeinsam lösen

Deutschland hat gewählt – die Union mit Friedrich Merz ist stärkste Kraft geworden. Jetzt muss der künftige Kanzler eine Koalition bilden. Vieles deutet auf Schwarz-Rot hin: Die Abgeordneten von CDU/CSU und SPD hätten im Bundestag eine Mehrheit. Doch dass man sich gut und schnell verständigt, ist nicht garantiert. Bis Ostern will Merz fertig sein. Auch der SoVD mahnt vor dem Hintergrund der drängenden Aufgaben zu einer schnellen Einigung.

Mit 28,52 Prozent hat die Union die Bundestagswahl zwar gewonnen, bleibt aber dennoch hinter den eigenen Erwartungen zurück. Auf Platz zwei kommt die AfD mit 20,8 – im Osten wird sie stärkste Kraft. Eine Koalition mit der vom Verfassungsschutz in Teilen als gesichert rechtsextrem eingestuften AfD schließt Merz – ebenso wie alle anderen im Bundestag vertretenen Parteien – klar aus.

Die SPD ist mit 16,41 Prozent nur noch drittstärkste Kraft. Die

Grünen, genauso Teil der geplatzten Ampel, verlieren ebenfalls und landen bei 11,61 Prozent – nach 14,7 Prozent bei der letzten Bundestagswahl. Nicht mehr ins Parlament kommt die FDP mit abgeschlagenen 4,33 Prozent. Das Bündnis Sahra Wagenknecht scheitert wiederum knapp mit 4,97 Prozent. Anders Die Linke: Sie erreicht 8,77 Prozent.

Bereits am Wahlabend hat der künftige Kanzler eine schnelle Regierungsbildung versprochen.

Einfach werden die Verhandlungen deshalb nicht: Strittige Schlüsselfaktoren sind vor allem unterschiedliche Ansätze in der Migrationspolitik sowie in Wirtschafts- und Steuerpolitik.

Auch die Standpunkte zu den Themen „Investitionen“ und „Reform der Schuldenbremse“ sind unterschiedlich. Schwierig dürften die Beratungen außerdem bei der Sicherheitspolitik und in den Bereichen Sozial- und Klimapolitik werden.

Fortsetzung auf Seite 2

„Sprechen mit einer Stimme“

SoVD-Bundeskonferenz mit Forderungen im Bundestag
Seite 4+5



Für mehr Patientensicherheit

Berichts- und Lernsystem sammelt Erfahrungen
Seite 6



Die ePA kommt

Elektronische Patientenakte soll bundesweit starten
Seite 7



„Auch eine Frage der Gerechtigkeit“

Experte Heinz Rothgang für grundlegende Pflegereform
Seite 3



Blickpunkt

Liebe Freund*innen im SoVD, die Wahl ist entschieden. Die Union hat zwar das Rennen gemacht. Doch hinzugewonnen hat vor allem eine Partei, die in Teilen als gesichert rechtsextrem gilt. Jetzt ist bei allen anderen Parteien Einigkeit gefragt. Denn vor dem nächsten Parlament liegen riesige Aufgaben. Wir vom SoVD bleiben in Kontakt mit den demokratischen Parteien. Mehr denn je gilt es, den deutschen Sozialstaat zu stärken. So werden wir die Regierungsbildung und die nachfolgenden

Verhandlungen zu einem Koalitionsvertrag aufmerksam begleiten. Wir werden darauf achten, dass die liegen gebliebenen Themen ausreichend Gehör finden! Und sehr gerne bieten wir den politisch Verantwortlichen für ihre Arbeit unsere Expertise in Sachen Gesundheit, Pflege, Rente, Gleichstellung und Inklusion oder Armutsbekämpfung an. Wir sprechen aus vielen Jahrzehnten Praxisnähe. Durch die Erfahrungen in unseren Sozialberatungsstellen wissen wir ganz genau, wo die Sorgen und Nöte un-

serer Mitglieder und damit großer Teile unserer Gesellschaft liegen. Da macht uns so schnell niemand etwas vor. In Gesprächen, mit Stellungnahmen und in Anhörungen setzen wir uns – gut vernetzt – für benachteiligte Menschen ein. Uns trägt dabei das ehrenamtliche Engagement unserer Mitglieder, das unsere Werte von Solidarität und Gerechtigkeit erlebbar macht. Dafür bündeln wir auch künftig all unsere Kraft!

Michaela Engelmeier
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Hier befindet sich das Adressfeld für die Etikettierung im Einzelversand

SoVD drängt nach der Wahl auf schnelle Regierungsbildung: Jetzt ist Einigkeit gefragt

Soziale Aufgaben gemeinsam lösen

Fortsetzung von Seite 1

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier stellte unmittelbar nach der Wahl fest: „Die hohe Zustimmung zur AfD muss alle demokratischen Kräfte alarmieren! Jetzt ist Einigkeit gefragt, denn riesige Aufgaben liegen vor der noch zu bildenden Bundesregierung.“ Die Inhalte des Bundestagswahlkampfes und auch das Wahlergebnis zeigen, dass die Spaltung unserer Gesellschaft weiter voranschreitet, so Engelmeier weiter.

Von einer Finanzreform der Pflegeversicherung über die Erhöhung des Mindestlohns und die Stabilisierung des Rentenniveaus bis hin zur Bereitstellung von ausreichend bezahlbarem und dazu barrierefreiem Wohnraum: Das sind nur einige der bislang ungelösten Aufgaben, die auf eine neue Regierung warten.

Konstruktive Lösungsprozesse fielen zuvor dem Hickhack der Ampel zum Opfer. Die ist nun Geschichte. Keinen weiteren Aufschub mehr duldet indessen die Bewältigung der komplexen Herausforderungen. Denn die daraus resultierenden Probleme betreffen Millionen Menschen, die schon so lange auf Besserung hoffen.

Eins davon ist auch weiterhin das deutsche Gesundheitswesen, das in vielen Bereichen einer maroden Großbaustelle gleicht. Wie schlecht es etwa um die Pflege steht, ist nicht erst seit der Corona-Pandemie bekannt. Die Pflegemisere und die Notwendigkeit einer großen Reform waren bereits ein zentrales Thema vor und nach der letzten Bundestagswahl im Jahr 2021. Umso erstaunlicher ist, dass das Thema, das mehr als 15 Millionen – ob als selbst



„Inklusion und Teilhabe funktionieren nur durch eine umfassende Barrierefreiheit. Die künftig regierenden Parteien müssen hier die Privatwirtschaft in die Pflicht nehmen. Mit Blick auf unsere älter werdende Gesellschaft sollten etwa öffentlicher Verkehr, Gebäude, Internetportale oder auch Arbeitsstätten konsequent barrierefrei umgestaltet werden.“

**Anieke Fimmen,
SoVD-Referentin**

Betroffene, Angehörige oder in der Branche Beschäftigte – unmittelbar betrifft (siehe Interview auf Seite 3), im Bundestagswahlkampf nur eine untergeordnete Rolle spielte.

Die Probleme sind deshalb nicht vom Tisch. Im Gegenteil: Zum chronischen Personalmangel und zur Überarbeitung der Pflegekräfte kommen die drastisch gestiegenen Eigenanteile für Pflegebedürftige. Dass die Rahmenbedingungen in der häuslichen Pflege, im Rahmen derer mehr als die Hälfte der Leistungen für rund sechs Millionen Pflegebedürftige erbracht werden, desaströs sind, ist ebenfalls hinlänglich bekannt. Der SoVD hat deshalb in seinen zehn Kernforderungen gemahnt, das Pflegerisiko solidarisch abzusichern, um dem Pflegenotstand zu begegnen. Dazu ist aus SoVD-Sicht eine Pflege-Bürgerversicherung als Vollversicherung einzuführen, die die zur Pflege, Betreuung und Teilhabe erforderlichen Kosten im Einzelfall trägt.

Der Verband tritt dafür ein, dass die Solidargemeinschaft die Kosten für ein solches gerechtes und leistungsfähiges Pflegesystem übernehmen soll. Leistungen der Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII würden damit weitgehend entbehrlich.

Bis es so weit sein kann, ist zwingend eine Begrenzung der Eigenanteile erforderlich, um viele pflegebedürftige Menschen finanziell zu entlasten und vor weiter steigenden Pflegekosten zu schützen. Zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf sind angemessene Pflegezeiten mit Entgeltersatzleistungen für entgangenes Arbeitsentgelt analog zum Elterngeld einzuführen.

Um eine bedarfsgerechte Versorgung für alle sicherzustellen, fordert der SoVD auch in der übrigen Gesundheitsversorgung eine solidarische Bürgerversicherung. Hierzu müsste ein einheitliches Versicherungssystem auf der Grundlage der gesetzlichen Krankenversicherung geschaffen werden, das alle gerecht in die Finanzierung einbezieht. Eine Bürgerversicherung würde die Finanzierungsbasis stärken, die Leistungsfähigkeit verbessern und die Krankenversicherung insgesamt zukunftsfest machen.

„Noch immer ist jedes fünfte Kind in Deutschland von Armut betroffen. An dieser traurigen Tatsache kommt keine Partei vorbei, die künftig mitbestimmt. Um Armut erfolgreich zu bekämpfen und Chancengleichheit zu fördern, brauchen wir eine echte Kindergrundsicherung.“

**Dr. Simone Real,
Stellvertretende Abteilungsleiterin**

Interview / Statements SoVD-Referent*innen: Joachim Schöne

Auch in der nächsten Legislatur wird sich der SoVD darüber hinaus für eine Stabilisierung des Rentenniveaus bei 48 Prozent einsetzen. Denn nach wie vor gibt es viel zu viele Menschen, die trotz jahrzehntelanger Erwerbstätigkeit und Pflege von Angehörigen oder der Erziehung von Kindern eine zu niedrige

„Wohnen ist kein Luxus, sondern ein Menschenrecht. Deshalb erwartet der SoVD von der neuen Regierung eine wirksame Begrenzung der Mietpreissteigerungen. Außerdem brauchen wir mehr sozialen Wohnungsbau und einen größeren Bestand an öffentlichen Wohnungen.“

**Quentin Mönnich,
SoVD-Referent**



Foto: Laurin Schmid

Michaela Engelmeier schlägt zur Lösung der Mammutaufgaben einen baldmöglichsten Sozialgipfel unter Einbindung der Sozialverbände vor.

gesetzliche Rente erhalten. Perspektivisch muss das Rentenniveau auf 53 Prozent angehoben werden, um allen Rentner*innen – den aktuellen und den zukünftigen – eine anständige Rente zu garantieren. Mit ihrer Umlagefinanzierung und ihrem umfangreichen Leistungsspektrum hält der SoVD die gesetzliche Rente auch weiterhin für ein gutes System, das es zu stärken und zu verbessern gilt.

Altersarmut muss die Politik durch vielfältige Leistungsverbesserungen bekämpfen. Dazu gehören ein verbesserter Aufbau

von Rentenansprüchen in der Erwerbsphase, insbesondere durch gute Löhne – Stichwort: höherer Mindestlohn –, ausreichende Rentenversicherungsbeiträge bei Arbeitslosigkeit, Kindererziehung und Pflege sowie bessere Leistungen in der Rentenbezugsphase.

Armut in allen Lebensphasen ist ohnehin für den SoVD ein sehr wichtiges Thema. Denn sie betrifft auch die Jüngsten in der Gesellschaft und mindert von Lebensbeginn an Chancengleichheit und Teilhabe. Armut ist somit weichenstellend; jedes fünfte Kind in Deutschland ist davon betroffen.

Der SoVD ist überzeugt, dass eine echte Kindergrundsicherung hilft,

die Armut von Kindern und Jugendlichen zu bekämpfen.

Um die vielen Herausforderungen zu lösen, zu denen des Weiteren die Wohnungsnot, unzureichend umgesetzte Inklusiv-



*„Nur noch bis zum Ende dieses Jahres gilt die Garantie eines Rentenniveaus von 48 Prozent. Diese Haltelinie muss die neue Koalition als eine der ersten Maßnahmen stabilisieren und perspektivisch auf 53 Prozent anheben. Nur so erhalten alle Rentner*innen eine anständige Rente.“*

**Henriette Wunderlich,
SoVD-Referentin**

sion und Barrierefreiheit sowie mangelnde Steuergerechtigkeit gehören, bedarf es jetzt kluger Entscheidungen und konstruktiver Kompromisse. Spätestens 30 Tage nach der Wahl muss der neue Bundestag zusammentreten – also bis zum 25. März. Die Entscheidung über die künftige Regierung wird erst Wochen danach fallen. Bis dahin bleibt die bisherige Regierung geschäftsführend im Amt.

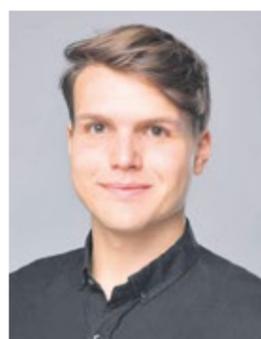
Der SoVD, der den Prozess aufmerksam begleiten wird, fordert zur Lösung der Mammutaufgaben baldmöglichst einen Sozialgipfel der Politik mit den Profis der Sozialverbände.

Veronica Sina



*„Jede*r muss gleichen Zugang zu einer bedarfsgerechten und hochwertigen Versorgung haben. Dafür sind alle Bürger*innen an der Finanzierung der Kranken- und Pflegeversicherung zu beteiligen. Dann klappt es auch mit einer Pflegevollversicherung.“*

**Florian Schönberg,
SoVD-Referent**



Gesundheitsökonom Heinz Rothgang spricht sich für Einführung einer Pflegebürgerversicherung aus

„Reform ist auch eine Frage der Gerechtigkeit“

Was wäre, wenn man die soziale Pflegeversicherung zu einer Vollversicherung in Form einer Bürgerversicherung umbaute? Mit dieser Frage beschäftigte sich Prof. Dr. Heinz Rothgang von der Universität Bremen. In einem Gutachten untersuchte er die Auswirkungen einer derart grundlegenden Reform und kam zu dem Ergebnis, dass es wohl um einiges gerechter zugehe. Denn deutlich mehr bezahlen müssten trotz der Übernahme aller pflegebedingten Kosten nur die oberen zehn Prozent der Einkommenspyramide.

Alles wird teurer. Diese Feststellung ist ebenso banal wie zutreffend. Menschen, die pflegebedürftig sind, und auch deren Angehörige trifft diese Wahrheit jedoch besonders hart. Denn Pflege geht in Deutschland längst mit einem wachsenden Armutsrisiko einher. Während der von den Betroffenen zu zahlende Eigenanteil seit Jahren steigt, gerät auch die Finanzierung der sozialen Pflegeversicherung selbst in eine immer größere Schiefelage. Die Parteien streiten der-

Es gibt keine attraktive Lösung – die Politik duckt sich weg

weil über das Ausmaß der Krise und schieben die Verantwortung dafür dem politischen Gegner zu. Das zuständige Ministerium erklärt, man habe den Ernst der Lage erkannt. Jetzt brauche es tiefgreifende und nachhaltige Reformen. Ein Konzept hierfür lässt allerdings auf sich warten. Zum Ende der Legislatur dann fällt das weiterhin ungelöste Problem der nächsten Bundesregierung als ungeliebtes Erbe zu. Der Streit und die Schuldzuweisungen beginnen von Neuem. Warum ist das so?

Es gibt leider keine für alle Seiten attraktive Lösung, sagt Heinz Rothgang, Professor für Gesundheitsökonomie an der Universität Bremen. Deshalb ducke sich die Politik weg. Der Wissenschaftler beschäftigt sich bereits seit den 1990er-Jahren mit der damals gerade neu eingeführten Pflegeversicherung. Diese, so Rothgang, habe mittlerweile ein doppeltes Finanzproblem: Einerseits liefen ihr die Kosten davon, was auf Seite der

Versicherten zu immer höheren Beitragssätzen führe; andererseits könnten Pflegebedürftige die ungebremst steigenden Eigenanteile kaum noch bewältigen. Es fehle schlicht und ergreifend an Geld.

Dieses müsste aus Sicht des SoVD vom Bund kommen. Denn der, kritisiert die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, habe während der Coronapandemie Beitragsmittel der Pflegekassen zweckentfremdet. Die Rede ist von rund sechs Milliarden Euro.

Mit dem Geld der Versicherten finanzierte die Bundesregierung damals Tests in Pflegeeinrichtungen und Bonuszahlungen an Pflegekräfte. Eine Rückzahlung oder auch die eigentlich notwendige Bereitstellung zusätzlicher Steuermittel hatte die zuletzt regierende Ampel-Koalition jedoch stets mit Verweis auf die Einhaltung der Schuldenbremse abgelehnt.

Doch damit nicht genug. Zur Sanierung des Haushaltes strich die Bundesregierung ab 2024 den bisherigen Bundeszuschuss zur sozialen Pflegeversicherung in Höhe von einer Milliarde Euro. Stattdessen erhöhte sie ein ums andere Mal die Beitragssätze. Doch mit Blick auf die ohnehin schon hohe Abgabenlast scheint auch hier nun das Ende der Fahnenstange erreicht.

Natürlich gäbe es durchaus noch andere Wege zur Beschaffung oder Umverteilung von Geld. Denkbar wären ein Finanzausgleich mit Mitteln der privaten Pflegeversicherung, eine Erhöhung der Beitragsbemessungsgrenze oder auch die Einbeziehung anderer Einkommensarten. Mit diesen Maßnahmen würde man allerdings vor allem einkommensstarke Gruppen ins Visier nehmen und somit auf den Widerstand sehr gut organisierter Interessengruppen stoßen. Steckte die soziale Pflegeversicherung also in einer Sackgasse fest?

Nein, sagt Professor Heinz Rothgang. Im Auftrag des Bündnisses für eine solidarische Pflegevollversicherung, dem auch der SoVD angehört, erstellte er kürzlich ein Gutachten, in dem er Auswege aus der Misere aufzeigt. Rothgang untersuchte, welche Effekte eine Vollversi-

cherung hätte, die für alle pflegebedingten Kosten aufkommt. In Kombination mit einer Bürgerversicherung ließe sich die zu schulternde Last dabei auf die gesamte Bevölkerung verteilen. Vor allem aber wäre damit die für knapp sechs Millionen Menschen größ-

Pflege geht mit einem Armutsrisiko einher

te Sorge vom Tisch. Denn mit einer solchen Pflegebürgerversicherung hätte sich das Thema „hohe Eigenanteile“ erledigt. Überzeugt von dieser Idee zeigt sich daher auch Michaela Engelmeier. Sie warnte zuletzt eindringlich vor Pflege-Eigenanteilen, die bereits jetzt mehr als doppelt so hoch seien wie eine durchschnittliche Rente. Engelmeier zeigte sich zudem besorgt, dass Pflegebedürftige allein aus Kostengründen auf eigentlich benötigte Leistungen verzichten könnten. Anders als die SoVD-Vorständin will Rothgang dennoch nicht von einem Konstruktionsfehler der sozia-

len Pflegeversicherung sprechen. Denn bei deren Einführung, erinnert der Wissenschaftler, bestand die Teilleistung der allermeisten Pflegebedürftigen allein in der Übernahme der Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Die pflegebedingten Kosten selbst gingen damals bei fast allen Pflegebedürftigen noch komplett zulasten der Pflegekasse, während die Investitionskosten von Beginn an eigentlich die Länder übernehmen sollten. Weil diese Aufgabenverteilung jedoch nicht

als gesetzliche Verpflichtung formuliert wurde, gelang es den Bundesländern, sich aus der Verantwortung zu stehlen. Erfolgreich wälzten sie die eigentlich in ihrer Verantwortung liegenden Ausgaben für Investitionen oder Instandhaltungen von Einrichtungen auf die Pflegebedürftigen ab.

Geplant war das ursprünglich ganz anders. Schließlich verfolgte die Schaffung der sozialen Pflegeversicherung eine klare Absicht: Man wollte Menschen, die ihr Leben lang gearbeitet hatten und im Alter auf Pflege angewiesen waren, den Gang zum Sozialamt ersparen. Was anfänglich noch gut funktionierte, musste mit der Zeit jedoch unweigerlich an Wirkkraft verlieren – aus einem einleuchtenden Grund. Denn die Leistungen der Pflegeversicherung blieben über lange Zeit hinweg unverändert. Lediglich die Währung der gesetzlich festgeschriebenen Beträge wechselte von „DMark“ zu „Euro“. Eine Erhöhung für die damals geltenden Pflegestufen I und II gab es erst im Jahr 2015, also zwanzig Jahre, nachdem das Sozialgesetzbuch (SGB) XI in Kraft getreten war. In den vergangenen zwei Jahr-

zehnten waren die pflegebedingten Kosten vor allem durch die bessere Entlohnung von Pflegekräften aber natürlich massiv gestiegen. Die Schere zwischen Versicherungsleistung und Eigenanteil ging unweigerlich immer weiter auseinander.

Reform wäre eine Umverteilung in die richtige Richtung

Für Heinz Rothgang ist der Vorschlag einer Vollversicherung d a h e r



Foto: Harald Rehling/Uni Bremen

Hohe Eigenanteile, so Heinz Rothgang, wären mit einer Vollversicherung kein Thema mehr.

eigentlich eine Rückbesinnung auf das, was bei Einführung der sozialen Pflegeversicherung galt. Er bezeichnet es als bemerkenswert, dass die Pflegevollversicherung inzwischen nicht allein bei Sozialverbänden und Gewerkschaften Anklang findet. Deren Einführung hätten zuletzt sogar namhafte Politiker*innen aus verschiedenen Bundesländern gefordert. Dort, so Rothgangs Erklärung, mache man sich Sorgen, weil die steigenden Eigenanteile Pflegebedürftige zunehmend überforderten. In letzter Konsequenz nämlich kämen die Betroffenen nicht umhin, Leistungen der Sozialhilfe in Anspruch zu nehmen. Und für diese Kosten müssten dann eben doch die Länder aufkom-

men. Egal, von welcher Seite man es betrachtet, an einer grundlegenden Reform der sozialen Pflegeversicherung führt kein Weg vorbei. Heinz Rothgang hält das nicht zuletzt auch aus Gründen der Gerechtigkeit für geboten. Denn verglichen mit den sehr viel einkommensstärkeren privat Versicherten, zahle jede Person in der Sozialversicherung schon heute fast doppelt so viel – bei gleichem Leistungsrecht. Rothgang ist deshalb überzeugt, dass eine Pflegebürgerversicherung die Umverteilung in die richtige Richtung stärken würde. Das sei dann aber letztlich eine rein machtpolitische Frage.

Joachim Schöne



Ein ausführliches Interview mit Prof. Dr. Heinz Rothgang sowie die Studie zu den Effekten einer Pflegebürgerversicherung finden Sie online unter: www.sovd.de/sozialpolitik/pflege

Oder Sie scannen einfach den abgebildeten QR-Code.



Fotos: Klaus Epele, New Africa/Adobe Stock; Montage: SoVD

Auch ohne Glaskugel steht fest, dass ein „Weiter so!“ in der Pflege nicht funktioniert.



V.l.: SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, Schirmherr Michael Thews (MdB, SPD), SoVD-Bundeskonferenz-Vorsitzender Bruno Hartwig und SoVD-Vorständin Sandra Fehlberg.



alle Fotos: Laurin Schmid

Haupt- und Ehrenamt bei der SoVD-Bundeskonferenz „Wahl Spezial“ im Deutschen Bundestag.



Vorne v. li.: Bruno Hartwig, Peter-M. Zernechel, der die Veranstaltung moderierte, und Fabian Müller-Zetzsche.



Fabian Müller-Zetzsche (vorne li.) und Dr. Simone Real (Mi.) stellen den Teilnehmenden die Kernforderungen erneut vor. Außerdem im Bild (hinten v. li.): Reinhard Meyer, Klaus Wicher, Norbert Weber, Thorsten Greiner und (vorne re.) Veronica Sina.



Dr. Tanja Machalet (SPD): „Es wird leider viel zu wenig über das geredet, was die Menschen eigentlich brauchen: eine stabile Gesundheitsversorgung und eine stabile Rente.“



Dagmar Schmidt (SPD): „Auch wir wollen den Weg gehen in eine Pflegevollversicherung, damit Pflege nicht arm macht. Wir setzen uns auch ein für gute Arbeit in dem Bereich, der oft prekär ist.“



Dr. Daniela de Ridder (SPD): „Viele Frauen sind unfreiwillig in Teilzeitschichtverhältnissen – sie würden gerne mehr arbeiten – auch weil mehr Verdienst zu mehr Rente führt.“



Kathrin Vogler (Die Linke): „Um mehr Menschen für den schönen, aber anstrengenden Pflegeberuf zu begeistern, ist die Ausbildung zu bezahlen und die Regelarbeitszeit zu senken.“



Jens Beek (FDP): „Wir haben eine Tradition, dass wir den Sozialstaat im Wesentlichen über den Faktor Arbeit finanzieren. Wir müssen auch über andere Einkommensmöglichkeiten reden.“

SoVD-Bundeskonferenz mit ihren Kernforderungen im Bundestag

„Sprechen mit einer Stimme“

Am 30. Januar hielt eines der höchsten ehrenamtlichen Gremien im SoVD, die Bundeskonferenz, eine Sitzung im Deutschen Bundestag ab. Titel der bestens besuchten Veranstaltung: „Wahl Spezial“. Im ersten Teil wurden die zur Bund-Länder-Konferenz entwickelten Kernforderungen und der „Sozial-Check“ des SoVD vorgestellt. Im zweiten Teil ging es in den Austausch mit den Bundestagsabgeordneten.

Bruno Hartwig, Vorsitzender der SoVD-Bundeskonferenz, begrüßte die Teilnehmenden aus Haupt- und Ehrenamt, die beiden Vorständinnen Michaela Engelmeier und Sandra Fehlberg und dankte explizit Schirmherr Michael Thews (MdB, SPD), der „die Tür zum Haus geöffnet“ habe. „Es ist heute eine besondere Sitzung“, so Hartwig. „Wir werden uns ausschließlich mit den Kernforderungen des SoVD zur Bundestagswahl beschäftigen und hierzu mit den Abgeordneten in den kritischen Austausch gehen.“

Thews, Ehemann von Michaela Engelmeier und selbst SoVD-Mitglied, betonte seinen starken Bezug zum Verband: „Als Mitglied des Deutschen Bundestags mache ich seit 2013 Sprechstunden. Die Bürgerinnen und Bürger kommen mit ihren Sorgen und Nöten zu mir. Sie erzählen mir über den Streit mit Versicherungen, etwa mit der Rentenversicherung oder mit der Kranken-



Michaela Engelmeier ist in der Politik bestens vernetzt.

versicherung. Und ich empfehle natürlich den SoVD: Ich finde es wichtig, dass die Menschen durch eure Arbeit einen starken Partner haben, in einer Phase, wo sie vielleicht selber gar nicht so stark sein können.“

Michaela Engelmeier führte aus: „Leider bedeutete das Am-

pel-Ende auch das Aus für große sozialpolitische Vorhaben, die uns als SoVD so wichtig sind: keine Finanzreform der Pflegeversicherung, keine Stabilisierung des Rentenniveaus, keine Verbesserung der Barrierefreiheit, keine Kindergrundsicherung. Mit dem Sozial-Check schauen wir, was die Parteien in ihren Wahlprogrammen zu unseren Kernthemen sagen, und machen einmal mehr deutlich, warum es für uns als Kriegspfeverbund keine Gespräche mit der AfD geben kann.“

In der Bundeskonferenz repräsentierten Vertreter*innen aus allen Landesverbänden „unsere Ziele und Werte, unsere Mitglieder und die Verbandsbasis“, so die Vorstandsvorsitzende weiter. „Wir sprechen mit einer Stimme!“

Fabian Müller-Zetzsche, Abteilungsleiter Sozialpolitik, und Dr. Simone Real als Stellvertreterin präsentierten sodann die SoVD-Kernforderungen. [Download: www.sovd.de/bundestagswahl](http://www.sovd.de/bundestagswahl)

Klare Fragen an die Bundestagsabgeordneten – Lob für den SoVD als kritische Stimme

Soziale Themen in den Blick nehmen!

Der intensive und konstruktive Austausch mit Politiker*innen verschiedener Bundestagsfraktionen bildete den zweiten Teil von „Wahl Spezial“. Soziale Themen, die auch für viele SoVD-Mitglieder von großem Belang sind, standen dabei im Fokus. Die Vertreter*innen der SoVD-Bundeskonferenz stellten kritische Fragen zu den jeweiligen parteipolitischen Positionen – etwa zur Verteilungsgerechtigkeit und Armut, zum Mindestlohn, zu Teilhabe und Inklusion, zum Pflegenotstand, zur Gleichstellung und Bildung wie auch zur Wohnungsmisere.

Den inhaltlichen Auftakt machte Bruno Hartwig: „Wir sind hier, weil wir als SoVD Kernforderungen erarbeitet haben und diese gerne mit den Bundestagsmitgliedern diskutieren würden.“ Hartwig unterstrich, dass viele Mitglieder derzeit den Eindruck hätten, dass gerade sozialpolitische Kernthemen zu kurz kämen.

Auch Michaela Engelmeier begrüßte die Bundestagsabgeordnete die Bundestagsabgeordnete (MdB) und dankte für ihr zahlreiches Erscheinen. Namentlich folgten der Einladung – neben Schirmherr Michael Thews (SPD) – die Politiker*innen: Dr. Daniela de Ridder (SPD), Axel Echeverria (SPD), Jens Beek (FDP), Kathrin Vogler (Die Linke), Matthias W. Birkwald (Die Linke), Dr. Tanja Machalet (SPD), Dagmar Schmidt (SPD), Jens Peick (SPD), Angela Hohmann (SPD), Dr. Wolfgang Strengmann-Kuhn (Die Grünen), Ricarda Lang (Die Grünen), Frank Bsirske (Die Grünen) und Martin Rosemann (SPD). „Dass Sie oder



Bruno Hartwig, hier mit Ricarda Lang (Bündnis 90 / Grüne), forderte: „Soziale Themen müssen wieder mehr in den Mittelpunkt rücken!“

ihr alle gekommen sind, um mit uns zu diskutieren, ist ganz schön großartig“, sagte die Vorstandsvorsitzende. „Die Neuwahlen zum 21. Deutschen Bundestag gehen auch uns an. Wir sind als SoVD die Stimme für die Menschen, die in unserer Gesellschaft nicht ausreichend Gehör finden. Das sind

Millionen von arbeitenden Menschen, bei denen das Geld knapp ist. Das sind Rentnerinnen und Rentner, die ein Leben lang gearbeitet haben und jetzt nicht über die Runden kommen. Das sind Menschen, die keine Arbeit finden oder nicht arbeiten können, weil sie krank oder behindert sind.“ En-

gelmeier betonte zudem erneut, dass der SoVD sich nicht an einer Normalisierung der AfD als konservative Fraktion im Deutschen Bundestag beteiligen werde.

Anerkennung für die Initiative des SoVD kam nicht nur aus dem Parlament, sondern auch seitens der Verwaltung. Thomas Kaulisch, Abteilungsleiter Sozialversicherung im Bundesministerium für Arbeit und Soziales, lobte den SoVD als einen Impulsgeber für die politische Debatte. Kaulisch sagte, es werde deutlich, dass die Teilnehmer*innen der Bundeskonferenz aus der Praxis heraus berichteten. „Der SoVD ist eine wichtige gesellschaftliche Organisation, wenn es um die Gestaltung und die Zukunft des Sozialstaates geht“, gab auch Ex-ver.di-Vorstand Frank Bsirske die Stimmung im Saal wieder. Nach fast zweistündigem Austausch endete die Konferenz; der Gesprächsstoff reichte indes für weitere Stunden. *Veronica Sina*



Martin Rosemann (SPD), Sprecher der SPD-Bundestagsfraktion für Arbeit und Soziales.



Dr. Wolfgang Strengmann-Kuhn (Die Grünen) ist in der ablaufenden Legislatur Obmann im Ausschuss für Arbeit und Soziales.



Michael Thews (SPD): „Es ist wichtig, dass wir als demokratische Parteien unsere Werte verteidigen und mit Rechtsradikalen und Menschenfeinden keine gemeinsame Sache machen.“



Matthias W. Birkwald (Die Linke): „Dieses Land soll und muss sozialer werden. Die Forderungen des SoVD für die Rente und für Menschen in Erwerbsminderungsrenten unterstütze ich sehr.“



Jens Peick (SPD): „Wir brauchen ganz dringend Investitionen in unsere Wirtschaft, sonst werden wir auch auf den internationalen Märkten nicht bestehen können.“



Ricarda Lang (Die Grünen): „Die nächste Regierung muss eine Reform der Schuldenbremse auf den Weg bringen, die auch im Bereich frühkindlicher Bildung mehr Investitionen ermöglicht.“



Frank Bsirske (Die Grünen): „Wir wollen uns einmischen bei der Zukunftsgestaltung. (...) Bei einer Orientierung an 60 Prozent des Einkommenmedians wäre der Mindestlohn armutsfest.“

Equal Pay Day (Tag der Entgeltgleichheit) am 7. März

16 Prozent Lohnlücke

März ist Gleichstellungsmonat: Am 8. März ist Weltfrauentag. Der Equal Care Day am 1. März kritisiert, dass unbezahlte Sorgearbeit zwischen den Geschlechtern unfair verteilt ist. Und das wirkt auch auf die Erwerbsarbeit – Thema des Equal Pay Day (EPD), diesmal am 7. März. Hierbei haben die Frauen in Deutschland etwas aufgeholt.

Der Tag markiert, bis wann Frauen weiterarbeiten müssen, um aufs durchschnittliche Vorjahresgehalt der Männer zu kommen. Das errechnet sich aus der Lohnlücke zwischen den Geschlechtern. Nach vier Jahren Stillstand schrumpfte sie 2024 laut Statistischem Bundesamt endlich: von 18 auf 16 Prozent, so stark wie nie seit Erfassung.

Damit kommt die faire Bezahlung trotzdem nur langsam voran. Der SoVD fordert gleichen Lohn für gleiche und gleichwertige Arbeit! Dazu veröffentlicht er unter anderem ein Themenvideo. *ele*



Foto: Wolfgang Borrs

Protest (hier 2024) bleibt nötig: Frauen verdienen im Schnitt weniger.

SoVD im Gespräch

Jubiläum: 75 Jahre VdK

Der SoVD gratulierte dem Sozialverband VdK herzlich zum 75-jährigen Bestehen. Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier besuchte Ende Januar in Berlin die Jubiläumsfeier unter dem Motto „Sozial in die Zukunft“. Zu Gast waren auch viele Politiker*innen; der amtierende Bundeskanzler Olaf Scholz (SPD) hielt eine Rede.

SoVD und VdK gingen beide aus dem Reichsbund der Kriegsbeschädigten und Kriegsteilnehmer hervor, der sich unter den Nazis auflösen musste. Nach dem Krieg als zwei Organisationen neu gegründet, arbeiten sie bis heute oft eng zusammen – für ihre gemeinsamen Ziele: soziale Gerechtigkeit und eine solidarische Gesellschaft.



Foto: SoVD

V. li.: SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, VdK-Präsidentin Verena Bentele und ver.di-Vorsitzender Frank Werneke. Regen Austausch gab es bei der Feier auch mit vielen anderen Gästen, etwa mit Markus Hofmann, Abteilungsleiter Sozialpolitik beim DGB, oder Cansel Kiziltepe (SPD), Berliner Senatorin für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung.

Onlineportal sammelt Erfahrungen aus allen Bereichen des Gesundheitswesens

Für mehr Patientensicherheit

In dem Webportal „Mehr Patientensicherheit“ können Versicherte sowohl über kritische als auch über positive Erlebnisse berichten. Expert*innen werten diese Erfahrungen dann aus, um in der Folge aus Schwachstellen zu lernen oder über vorbildliche Abläufe im Gesundheitssystem zu informieren. Ein solches Berichts- und Lernsystem heißt in der Fachsprache CIRS (Critical Incident Reporting System).

Inzwischen haben weit mehr als 1.500 Menschen über ihre Erlebnisse berichtet. Zu den negativen Schilderungen gehören verspätete Diagnosen, Verwechslungen bei der Gabe von Medikamenten oder auch Schnittstellenprobleme bei der Entlassung aus dem Krankenhaus. Positive Berichte dagegen behandeln unter anderem den Therapieerfolg durch Einholen einer Zweitmeinung sowie allgemein Beispiele einer gelungenen Kommunikation mit den behandelnden Ärzt*innen.

Hinter dem seit einem Jahr zugänglichen Portal steht der Verband der Ersatzkassen (vdek). Dessen Vorstandsvorsitzende Ulrike Elsner sagte, man erhoffe sich wertvolle Impulse durch die systematische Einbeziehung der Versichertenperspektive. Schließlich, so Elsner, seien die Patient*innen die einzigen, die den Behandlungsprozess durchgängig mitbekämen.

Unterstützung erhält das Portal auch von dem Patientenbeauftragten der Bundesregierung,



Foto: FotoArtist/Adobe Stock

Über ein Berichtssystem können Patient*innen ihre im Rahmen der Behandlung gemachten Erfahrungen online mit anderen teilen.

Stefan Schwartze, MdB (SPD). Dieser bezeichnete das CIRS als einen wichtigen Baustein für mehr Orientierung. Schwartze sagte, die Initiative der Ersatzkassen bringe das Thema ins öffentliche Bewusstsein und helfe dabei, vermeidbare Schäden zu identifizieren und Maßnahmen für eine erhöhte Patientensicherheit zu ergreifen.

Weitere Informationen, wertvolle Tipps sowie bereits vorhandene Berichte finden Versicherte online unter: www.mehr-patientensicherheit.de. Dort besteht auch die Möglichkeit, individuelle Erfahrungen aus der Versorgung anonym einzugeben, um andere auf diesem Weg daran teilhaben zu lassen. *jos*

Verbände kritisieren Kürzung von Mitteln für Hilfe- und Beratungsstellen

Suchtprobleme nehmen zu

Alkohol, Tabak, Kokain oder synthetische Drogen – jeder zehnte Mensch in Deutschland habe ein Suchtproblem. Davor warnte jetzt die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Drogenpolitik und Gesundheitswesen stünden vor großen Herausforderungen. Dennoch müssten viele Beratungsstellen angesichts fehlender Mittel Leistungen zurückfahren oder ganz schließen.

Die Dachorganisation der deutschen Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe äußerte ihr Unverständnis darüber, dass Hilfen gekürzt würden, obwohl es immer mehr Probleme im Zusammenhang mit Drogen gebe. Vor der Bundestagswahl veröffentlichte der Zusammenschluss verschiedener Verbände daher gemeinsam mit der Bundespsychotherapeutenkammer zentrale Forderungen in einem Positionspapier. Darin heißt es, jede*r Zehnte habe ein Suchtproblem, weitaus mehr Menschen jedoch konsumierten Alkohol, Tabak und andere Suchtmittel in gesundheitsschädlicher Weise – auch wenn keine Abhängigkeit vorliege.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) wies zudem auf ein weiteres Problem hin. Von einer Sucht sei demnach ein großer Teil der Bevölkerung als Verwandte, Freund*innen oder auch Kolleg*innen mitbetroffen.



Foto: patrickjohn71/Adobe Stock

Alkohol gehört für viele ganz selbstverständlich zu ihrem Alltag. Kinder und Jugendliche nehmen sich daran ein schlechtes Beispiel.

Darüber hinaus belastet der Konsum von Rauschmitteln die Volkswirtschaft mit einer dreistelligen Milliardensumme. Die Zahl der Drogentoten, so die DHS, lag zuletzt auf einem Höchststand, auch Fälle von Handelsdelikten mit Kokain nahmen zu.

Vor diesem Hintergrund bräuchte es nach Überzeugung der Suchthilfe dringend mehr Beratung und Unterstützung von Suchtkranken. Die DHS fordert daher von der künftigen Bundesregierung, entsprechende Leistungen verlässlich abzusichern. *jos/DHS*

Über 70 Millionen Akten sind schon angelegt – bundesweiter Einsatz kommt

Patientenakte bald elektronisch

Weniger Papierkram und ein besserer Überblick für Versicherte und Behandelnde: Das sind Ziele der elektronischen Patientenakte (ePA). Nach einem Testlauf soll sie in den nächsten Wochen bundesweit starten. Für den SoVD ist die ePA ein wichtiges Projekt mit Vorteilen für die Versicherten. Der Verband dringt zugleich darauf, deren Bedürfnisse bei Datenschutz und Barrierefreiheit ernst zu nehmen.

Das Projekt elektronische Patientenakte kommt voran. Seit Mitte Januar läuft in den Modellregionen Franken, Hamburg und Teilen NRW der Praxistest. Rund 300 teilnehmende Praxen, Apotheken und Kliniken testen sie im Alltag. Wenn die Arbeit mit dem digitalen Werkzeug dort reibungslos funktioniert, kann es bundesweit starten.

Der Großteil der Akten der gesetzlich Krankenversicherten sei bereits aktiviert, gab Gesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) im Februar bekannt. Dies geschieht automatisch, sofern diese nicht aktiv widersprechen. Über eine App ihrer Krankenkasse können Versicherte ihre Akte konfigurieren.

Der SoVD begrüßt die Einführung der elektronischen Patientenakte, da sie Vorteile für die Versicherten bietet. Gleichzeitig müssen aber datenschutzrechtliche Bedenken ernst genommen und die Barrierefreiheit gewährleistet werden.



Foto: Production Perig / Adobe Stock

Statt viele Unterlagen in die Praxis zu tragen, soll es künftig reichen, die Versichertenkarte mitzubringen.

tenakte, da sie Vorteile für die Versicherten bietet. Gleichzeitig müssen aber datenschutzrecht-

liche Bedenken ernst genommen und die Barrierefreiheit gewährleistet werden. str

Interview

„Die ePA spart Zeit und Nerven“

Anne-Kathrin Klemm ist Vorständin beim Dachverband der Betriebskrankenkassen. Im Interview mit der SoVD-Zeitung spricht sie über die Vorteile der elektronischen Patientenakte und wie die Krankenkassen die Versicherten bei der Einrichtung und beim Umgang mit der ePA unterstützen.

Was sind die Vorteile der ePA für die Versicherten?

Die Versicherten profitieren unmittelbar von einer deutlich verbesserten Datenvernetzung, Datenverfügbarkeit und Datentransparenz, da alle Gesundheitsdaten an einem Ort gespeichert sind und der Informationsaustausch zwischen allen Akteuren im Gesundheitswesen verbessert wird. Mit der digitalen Akte können beispielsweise unnötige Doppeluntersuchungen beim Facharzt und in der Klinik vermieden werden. Denn künftig genügt ein Blick in die ePA, um zu sehen, welche Untersuchungen eine Patientin oder ein Patient bereits hinter sich hat. Das spart Zeit und Nerven der Versicherten.

nen so mehr oder weniger nahtlos fortgesetzt werden.

Wie barrierefrei ist die elektronische Patientenakte?

Die Einrichtung und Nutzung ist noch nicht so komfortabel wie zum Beispiel das Online-Banking,

Bordmittel an, die die Benutzerfreundlichkeit und Barrierefreiheit weiter erhöhen können.

Helfen die Krankenkassen bei der Einrichtung der ePA?

Die Krankenkassen stehen mit Rat und Tat zur Seite. Schließlich sind wir, die Krankenkassen, mit am nächsten an den Versicherten dran. Dafür haben die Krankenkassen Ombudsstellen eingerichtet, die insbesondere über das Antragsverfahren, das Verfahren zur Bereitstellung der ePA und das Widerspruchsverfahren sowie über weitere Rechte und Ansprüche der Versicherten im Zusammenhang mit der ePA und deren Funktionsweise informieren.



Anne-Kathrin Klemm

Können Sie dafür ein praktisches Beispiel geben?

Ein Beispiel ist der Arztwechsel: Steht etwa ein Umzug an einen anderen Wohnort an, brauchen die Versicherten am neuen Lebensmittelpunkt neue Haus- und Fachärzte. Mit der ePA müssen sich die Versicherten keine Gedanken mehr darüber machen, ob der neue Arzt oder die neue Ärztin über alle relevanten Informationen verfügt. Ein Blick in die ePA genügt. Behandlungen kön-

nen so mehr oder weniger nahtlos fortgesetzt werden. Dies liegt unter anderem an den sehr hohen Datenschutzanforderungen bei der Verarbeitung von Gesundheitsdaten. Dennoch wurde mit den Vorgaben aus dem Behindertengleichstellungsgesetz (BGG) und der Barrierefreie Informationstechnik-Verordnung (BITV 2.0) versucht, diesen Anforderungen gerecht zu werden. Zudem bieten iOS- und Android-Smartphones eigene

Zuletzt: Wie sieht es mit der Sicherheit der ePA aus?

Hundertprozentige Sicherheit gibt es bei technischen Systemen nicht, da darf man den Menschen nichts vormachen. Und gleichzeitig gilt: Die ePA ist der sicherste Ort, den wir haben, um Gesundheitsdaten speichern und verarbeiten zu können. Die Versicherten haben die volle Kontrolle über ihre Daten und können selbst entscheiden, ob, wann und mit wem sie Informationen teilen. Interview: Sebastian Triesch

Schutzanspruch: starke Frauenhäuser und Beratung

Gewalthilfegesetz kommt

Für die Frauenrechte gibt es aus SoVD-Sicht einen Riesenerfolg: Frauen und ihre Kinder brauchen mehr Schutz vor geschlechtsspezifischer und häuslicher Gewalt. Wie, darüber stritten Parteien und Gesellschaft lange. Jetzt kommt das Gewalthilfegesetz doch noch! Kurz vor der Neuwahl einigten sich Union, SPD und Grüne – die letzte Fassung kam durch den Bundestag und auch den Bundesrat.

Dabei sind es gerade die Bundesländer, die nun stark gefordert sind: Sie müssen ihre Hilfsstrukturen ausbauen. Nach dem Beschluss im Bundestag am 31. Januar war darum die Länderkammer mit ihrer Sitzung am 14. Februar die letzte Hürde.

Der SoVD drängte lange auf ein Gewalthilfegesetz, nahm fachlich Stellung und appellierte bis zuletzt an die Politik, klare Haltung zu zeigen. Mit 26 anderen Organisationen unterzeichnete er etwa einen offenen Brief an die Ministerpräsident*innen und die Ländervertretungen beim Bund, im Bundesrat zuzustimmen – und Leben zu retten.

Den Beschluss wertet auch der Deutsche Frauenrat als Meilenstein sowie als Verdienst frauenpolitischer Organisationen.

In Kraft tritt das Gesetz erst 2032. So haben Länder und Kommunen Zeit, ihre Hilfesysteme anzupassen. Noch mehr verzögern darf es sich nicht, betont der SoVD.

Gewaltbetroffenen Frauen und Kindern gibt das Gewalthilfegesetz einen Rechtsanspruch auf Unterstützung. Kommen sie in einer Schutzeinrichtung unter, zahlen sie die Kosten nicht mehr selbst. Dort soll es künftig auch genug Plätze geben; bundesweit fehlen über 13.000. Der Anspruch gilt aber nicht für einen Frauenhausplatz, sondern generell für Hilfe. In die Finanzierung der Frauenhäuser und Beratungsstellen steigt der Bund ein: mit 2,7 Milliarden Euro von 2027 bis 2036, wobei es im Bundesrat Kritik an der Begrenzung gab.

Jede dritte Frau im Land wird Opfer physischer oder sexualisierter Gewalt. Alle drei Minuten erlebt eine Frau oder ein Mädchen Gewalt zu Hause. Täglich gibt es über 140 Sexualstraftaten; fast täglich einen Femizid. Für mehr Schutz sei das Gesetz ein „historischer Moment“, so Noch-Bundesfamilienministerin Lisa Paus (Bündnis 90 / Die Grünen). Es löst den alten Koalitionsvertrag ein – und die Istanbul-Konvention des Europarates. Die Umsetzung wird der SoVD begleiten. ele



Foto: SoVD

Freute sich am Bundesrat über mehr Frauenrechte: Heike Roß-Ritterbusch vom SoVD Berlin-Brandenburg und Fachausschuss „Gewalt gegen Frauen beenden“ des Deutschen Frauenrates.

Gesetzanpassung stellt Gesundheit in den Vordergrund

Mutterschutz auch bei früher Fehlgeburt

Wer angestellt ist und ein Baby bekommt, genießt Mutterschutz. Dazu gehören Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz, Beschäftigungsverbot vor und nach der Entbindung, besonderer Kündigungsschutz und Lohnersatzleistungen. Doch fast jede dritte Frau erleidet mindestens eine Fehlgeburt. Eine Gesetzesänderung bezieht sie nun ein.

Die Mutterschutzfrist beginnt sechs Wochen vor Geburtstermin und endet in der Regel acht Wochen nach Entbindung. Bei einer Fehlgeburt griff das bisher nur, wenn sie ab der 24. Schwangerschaftswoche (SSW) passierte; was in der Medizin keine Fehl-, sondern eine Totgeburt ist. Eine Fehlgeburt hingegen ist rechtlich keine Entbindung. Darum mussten sich Frauen nach einem so frühen Abgang krankschreiben lassen, um sich zu erholen. Dabei belastet das Erlebte oft die körperliche und seelische Gesundheit.

Diese Regelung wurde nun erweitert. Bundestag und Bundesrat beschlossen einen „gestaffelten Mutterschutz“: Ab Juni gibt es Schutzfrist und Lohnersatz (Mutterschaftsgeld) ab der 13. SSW für bis zu zwei Wochen, ab der 17. SSW sechs Wochen und ab der 20. SSW acht Wochen. Für selbstständige statt angestellte Frauen gilt das nur, wenn sie freiwillig gesetzlich krankenversichert sind. ele

SoVD-Jugend: Vorsitzender trägt Bundesverdienstkreuz

Hohe Ehrung vom Staat

Viele Glückwünsche erhielt der SoVD-Bundesjugendvorsitzende, Sebastian Freese. Der Schleswig-Holsteiner aus Oldenswort bekam am 28. Januar in Kiel die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland, auch Bundesverdienstkreuz genannt.

Medaille nebst Urkunde verlieh Schleswig-Holsteins Ministerpräsident Daniel Günther (CDU) persönlich. Die Auszeichnung würdigt Sebastian Freeses großes Engagement. Schon lange ist der heute 36-Jährige im SoVD aktiv. Ab 2010 übernahm er Ehrenämter; ab 2014 auf Bundesebene, wo er seit Oktober 2018 1. Vorsitzender der Jugend ist. Auf Landesebene engagiert er sich etwa im Sozialpolitischen Ausschuss. Zudem ist er im Kreis Nordfriesland und im Ortsverband Tönning aktiv.

Freese setzt sich für eine inklusive Gesellschaft ein. Besonders am Herzen liegen ihm die Unterstützung von Familien mit Kindern mit Behinderungen, Inklusion an Schulen und der Kampf gegen die Einsamkeit junger Menschen. Als SoVD-Bundesjugendvorsitzender initiierte er etliche Projekte oder setzte sie mit um, wie den Inklusionslauf und die Ruderregatta. Zudem beteiligt er sich am „Bündnis für die junge Generation“ des Bundesfamilienministeriums, bringt sich im Workshop „SoVD-Jugend gegen rechts“ ein. In seiner Heimat macht er sich dafür stark, dass Menschen mit Behinderungen aktiv am Feuerwehr- und Gemeindeleben teilnehmen können.

Der Vorstand gratuliert ihm herzlich zu der verdienten Auszeichnung: „Mit seinem unermüdlichen Einsatz hat Sebastian Freese viel bewirkt und einen wichtigen Beitrag für eine gerechtere Gesellschaft geleistet. Wir sind stolz auf sein Engagement!“ *ele*



Foto: Frank Peter

Sebastian Freese mit Ministerpräsident Daniel Günther.

Bundesjugendvorstandssitzung mit eigenem Blickwinkel auf aktuelle Politik

Von Inklusion bis Jugendarmut

Bei der SoVD-Bundesjugendvorstandssitzung am 15. Februar stand viel Aktuelles auf der Tagesordnung – nicht zuletzt so kurz vor der Bundestagswahl. Außerdem gab es aber auch etwas zu feiern: Das Vorstandsteam freute sich natürlich mit seinem Vorsitzenden über dessen hohe Auszeichnung.

Es warteten Berichte des just mit dem Bundesverdienstkreuz gewürdigten 1. Vorsitzenden Sebastian Freese, der 2. Vorsitzenden Sarah Dehn und Celine Kempe, des Schatzmeisters Andreas Hupe sowie aus den Landesverbänden. Zudem gab es einen Rückblick auf die Bundesjugendkonferenz 2024 und Ausblick auf die nächste 2026. Der Bundesjugendvorstand und das Jugendreferat der Abteilung Sozialpolitik beim Bundesverband beleuchteten dann die Wahl aus Sicht junger Menschen.

Weitere jugendpolitische Themen waren der neueste „Monitor Jugendarmut“, wonach jede*r vierte junge Erwachsene in Deutschland armutsgefährdet ist, und Termine wie die „JugendPolitikTage“ Ende Juni und



Foto: Daniel Schuster

An der Sitzung nahmen wegen des Winterwetters viele digital teil.

der „Global Disability Summit“ Anfang April. Über den Inklusions-Weltgipfel für Menschen mit Behinderungen, der dies-

mal in Deutschland stattfindet, informierte Anieke Fimmen, behindertenpolitische Referentin der Abteilung Sozialpolitik. *ele*

Gesetzliche Krankenversicherung: an mögliche Zuzahlungsbefreiung denken

Eigenanteile haben Grenzen

Für viele medizinische Leistungen müssen gesetzlich Krankenversicherte einen Teil selbst zahlen. Das gilt etwa, wenn sie ein Medikament in der Apotheke abholen, ein Hilfsmittel im Fachhandel bestellen, ein Rezept für Physiotherapie einlösen oder im Krankenhaus liegen. Doch dem sind Grenzen gesetzt. Die Höhe ist gedeckelt, und finanziell stark belastete Patient*innen können sich befreien lassen.

Das sind einige Beispiele für Eigenanteile: Bei Krankenhausaufenthalten zahlt man pro Tag zehn Euro dazu. Bei Arzneimitteln sind es prinzipiell zehn Prozent der Kosten; konkret pro Packung oder Monatsvorrat mindestens fünf Euro, aber maximal zehn Euro. Ähnliches gilt für Hilfsmittel wie Prothesen, Hörgeräte, Gehhilfen oder Kompressionsstrümpfe. Eine Ausnahme sind Pflegehilfsmittel zum Verbrauch, wie Inkontinenzhilfen: Bis zu 42 Euro pro Monat sind sie zuzahlungsfrei.

Für manche Patient*innen komme damit übers Jahr ein großer Betrag zusammen, so die Verbraucherzentralen (VZ). Sie weisen darauf hin, dass man nicht „grenzenlos“ zahlen müsse. Viele wüssten das gar nicht.

Zuzahlung lediglich bis zur „Belastungsgrenze“ fällig

Gegen übermäßige Finanzstrapazen gibt es eine Höchst- oder Belastungsgrenze. Für alles darüber kann die Krankenkasse eine Zuzahlungsbefreiung ausstellen. Die Grenze beträgt zwei Prozent des Jahresbruttoeinkommens – und für chronisch Kranke ein Prozent.

Die Apotheken bieten einen Zuzahlungsrechner an: Zum Beispiel unter www.aponet.de kann



Foto: Gorodenkoff_AS / Adobe Stock

„Nur“ bis zu zwei Prozent vom Bruttojahreseinkommen zahlt man für Medizinisches selbst. Schon das kann Ärmere stark belasten.

man ermitteln, wo die eigene Belastungsgrenze liegt. Beim Jahresbruttoeinkommen wird der ganze Haushalt berücksichtigt, also auch Ehepartner*innen. Eheähnliche Gemeinschaften zählen dagegen nicht. Und anrechnungsfrei sind unter anderem Kindergeld und Wohngeld.

Eine Befreiung bei der Krankenkasse beantragen

Liegen die Zuzahlungen über der errechneten Belastungsgrenze, muss man selbst aktiv werden. Antragsformulare gibt es bei der Krankenkasse online oder auf telefonische Bitte. Dem

Antrag müssen Einkommensnachweise und Quittungen über die Zuzahlungen beiliegen. Chronisch Kranke brauchen zudem eine ärztliche Bescheinigung. Bewilligt die Kasse den Antrag, schickt sie einen Befreiungsbescheid für das Jahr; jedes Jahr ist ein neuer Antrag nötig.

Wer schon zu Jahresbeginn weiß, dass die Zuzahlungen die Belastungsgrenze überschreiten werden, kann die Befreiung gleich beantragen. Der Deutsche Apothekerverband rät in diesem Fall, der Krankenkasse eine Vorauszahlung in Höhe der Grenze zu überweisen. *ele/dpa*

Interview

„Reformen nicht in Sicht“

Dass Sebastian Freese das Bundesverdienstkreuz erhielt, berichteten mehrere Medien. Unter anderem dem NDR erklärte der 1. Vorsitzende der SoVD-Jugend dabei, was ihn im Verband motiviert.

Was ist Ihnen im SoVD wichtig?

Der SoVD setzt sich für soziale Gerechtigkeit, Inklusion und Chancengleichheit ein. Wir unterstützen Menschen in schwierigen Lebenslagen und kämpfen für eine solidarische Gesellschaft.

Welche sind Ihre Aufgaben als Bundesjugendvorsitzender?

Ich vertrete die Interessen junger Menschen im Verband, setze mich für ihre Themen ein und arbeite daran, sie stärker in soziale und politische Prozesse einzubinden.

Was bedeutet Ihnen die Auszeichnung?

Das Bundesverdienstkreuz ist für mich eine große Ehre und Anerkennung unserer gemeinsamen Arbeit. Die SoVD-Jugend ist etwas ganz Besonderes und ein echtes Alleinstellungsmerkmal des Verbandes. Sie ist eine starke Gemeinschaft, die sich mit großem Einsatz für soziale Gerechtigkeit und Inklusion engagiert. Mein Dank gilt allen Engagierten im SoVD, aber auch meinem Umfeld, meinen Freunden und meinem Vater, ohne den mein Engagement nicht denkbar gewesen wäre.

Eine Auszeichnung ist schnell vergeben, aber echte Reformen für eine inklusive Gesellschaft sind noch lange nicht in Sicht. Hier nehme ich die Politik klar in die Verantwortung! Es braucht jetzt Taten, nicht nur Worte!



Sebastian Freese

Wer wird SoVD-Superheld*in?

Das freiwillige Engagement seiner Mitglieder trägt den SoVD. Sie sind das Rückgrat der Orts- und Kreisverbände. Auch in diesem Jahr zeichnet der SoVD seine „Superheld*innen des Jahres“ aus und ehrt Mitglieder, die sich besonders verdient gemacht haben. Vorschläge können über das Formular oder digital eingereicht werden.



Grafik: Matthias Herrndorff

Mit der Auszeichnung als „SoVD-Superheld*in des Jahres“ ehrt der Verband herausragendes ehrenamtliches Engagement in seinen Reihen. In diesem Jahr erfolgt die Ehrung im Rahmen des SoVD-Inklusionslaufes am 11. Oktober 2025 auf dem Tempelhofer Feld in Berlin.

Viele Vorschläge haben den SoVD schon erreicht. Darin schildern die Mitglieder eindrucksvoll, wie sich ihre „Superheld*innen“ engagieren und die Gemeinschaft voranbringen. Dazu gehören etwa die Organisation frauenpolitischer Veranstaltungen oder die Etablierung von geselligen Formaten wie einem Boule-Nachmittag oder einem Mittagstisch unter dem Motto „Gemeinsam gegen einsam“.

Andere Held*innen zeichnen sich durch umfangreiche ehrenamtliche Sozialberatung, Hilfe bei Anträgen und aktive Unterstützung beim Schriftwechsel mit Behörden für die SoVD-Mitglieder aus.

Einige der eingereichten Vorschläge hat der Verband bereits in den Landesbeilagen der Zeitung und auf



Foto: Laurin Schmid

Zwei SoVD-Superheld*innen des vergangenen Jahres wurden beim „tag des wir“ in Berlin ausgezeichnet; links: Anne-Dörthe Lorenz, sitzend: Ulrich Helmboldt.

seinen Social-Media-Kanälen vorgestellt. Dort werden auch weiterhin „Superheld*innen“ präsentiert. Der SoVD freut sich über ergänzende Vorschläge für Mitglieder, die die Auszeichnung verdient haben. Denn der SoVD lebt vom starken ehrenamtlichen Einsatz seiner Mitglieder im

ganzen Land. Mit der Auszeichnung als „Superheld*in des Jahres“ wird deren Wirken besonders honoriert.

Schicken Sie uns dafür Ihre Vorschläge mit Foto über das abgedruckte Formular und senden Sie es uns ausgefüllt zurück per Post oder direkt als E-Mail zu.

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

Sie können Mitglieder auch online über den auf dieser Seite befindlichen QR-Code nominieren.

Unter allen Einsendungen wählt eine Jury unter Leitung von Michaela Engelmeier drei Gewinner*innen aus. Diese werden zum SoVD-Inklusionslauf nach Berlin eingeladen und als „SoVD-Superheld*innen des Jahres“ gekürt. Die Preisträger*innen erhalten eine Auszeichnung und einen Zuschuss zur Ortsverbandsarbeit. Selbstverständlich benachrichtigen wir die Gewinner*innen rechtzeitig. Zuvor werden in der September-Ausgabe der SoVD-Zeitung zahlreiche Superheld*innen mit einem Foto und einer Kurzbeschreibung vorgestellt.

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

Foto: Dudarev Mikhail / Adobe Stock

Jetzt SoVD-Superheld*innen nominieren

Zum Online-Formular ►



MEIN VORSCHLAG FÜR DEN* DIE SOVD-SUPERHELD*IN

Einsender*in

Name

Gliederung

im Verband seit

Telefon

E-Mail

Superheld*in



Name

Gliederung

im Verband seit

Telefon

E-Mail

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

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



Einsatz für eine gerechtere Sozialpolitik

Die Bundestagswahl hat der SoVD in Niedersachsen zum Anlass genommen, Kandidierenden der verschiedenen demokratischen Parteien in puncto Rente, Pflege, Gesundheit, Behinderung und Bürgergeld auf den Zahn zu fühlen. Dafür haben SoVD-Vertreter*innen aus Osterholz, Braunschweig und Hannover die jeweiligen Bundestagskandidat*innen zu Hospitationen in die Sozialberatung eingeladen. Die Kreis- und Ortsverbände Diepholz, Emsland / Papenburg I und Peine / Woltorf organisierten informative Diskussionsveranstaltungen mit Politiker*innen, um deren Standpunkte zu sozialpolitischen Themen genauer kennenzulernen und zu besprechen.

Mit Hospitationen in ihren Beratungszentren konnten die SoVD-Kreisverbände Braunschweig, Hannover und Osterholz-Scharmbeck Politiker*innen, die für den Bundestag kandidierten, einen direkten Einblick in die tägliche Arbeit des SoVD geben. Die Politiker*innen hatten Gelegenheit, an den sozialrechtlichen Beratungsterminen mit den Mitgliedern teilzunehmen. So konnten sie unmittelbar erfahren, wie sich Sozialpolitik und ungerechte Gesetze auf das Leben der Menschen auswirken und mit welchen Herausforderungen die SoVD-Mitglieder zu kämpfen haben.

Einblicke in die alltägliche Unterstützung des SoVD

In Hannover nahmen Joris Stietenroth (FPD), Adis Ahmetović (SPD) und Swantje Michaelsen (Bündnis 90/Die Grünen) an Beratungsgesprächen im SoVD-Beratungszentrum teil. Anschließend fand je ein Austausch mit Vertreterinnen des Kreisvorstandes, Ingeborg Saffe und Ingrid Beyer, sowie Katharina Lorenz, Abteilungsleiterin Sozialpolitik im SoVD-Landesverband, statt. In Braunschweig bekamen Lisa-Marie Jalyschko (Bündnis 90/Die Grünen) und Martin Piepgras (Volt) Einblick in die sozialrechtliche Beratung bei SoVD-Beraterin Christine Achilles. In Osterholz empfing Helge Grote, Leiter des SoVD-Beratungszentrums, mit Monika Geils, Vorsitzende des Kreisverbands, interessierte Kandidierende des Wahlkreises Osterholz-Verden. Einblicke in die SoVD-Beratung bekamen hier Özge Kadah (SPD), Andreas Mattfeldt (CDU), Lena Gumnior (Bündnis 90/Die Grünen) und Herbert Behrens (Die Linke).

Nach allen Hospitationen tauschten sich SoVD-Vertreter*innen mit den Politiker*innen aus und diskutierten mit ihnen die Kernforderungen des SoVD für eine gerechtere Sozialpolitik. Auch sozialpolitische Probleme aus den jeweiligen Landkreisen wurden thematisiert – etwa der fehlende barrierefreie und bezahlbare Wohnraum oder die mangelnde fachärztliche Versorgung. Die Rückmeldung der Bundestagskandidat*innen zur Arbeit des SoVD war durchweg positiv und wertschätzend.

Politischer Schlagabtausch im Stadttheater Sulingen

Das ehrenamtliche SoVD-Team in Diepholz – um Bruno Hartwig, Wiebke Walls und Eric Leidereiter – organisierte vor der Bundestagswahl einen ungewöhnlichen Schlagabtausch der Politiker*innen: Bei ihrer Podiumsdiskussion im Stadttheater Sulingen traten sechs Bundestagskandidat*innen in einem „Battle“-Format an. Hierbei hatten die Politiker*innen jeweils nur zwei Minuten Redezeit, um zu einem konkreten sozialen Problem ihre eigene Position darzustellen und Lösungen aufzuzeigen. Wer die Zuhörer*innen der gut besuchten Veranstaltung überzeugen wollte, musste schnell auf den Punkt kommen. Die Fragen drehten sich um Gesundheit, Pflege, Arbeit, Rente, bezahlbares und barrierefreies Wohnen sowie Teilhabe. Anschließend hatten die Besucher*innen Gelegenheit, eigene Fragen an die Politiker*innen zu richten und einzelne Themen genauer zu besprechen.

Politiker*innen stellen sich drängenden Mitgliederfragen

Auch im Wahlkreis Unterems diskutierten SoVD-Mitglieder mit Bundestagskandidat*innen unter anderem über die Herausforderungen in der Pflege, die Inklusion oder die Finanzierung der gesetzlichen Rente. Der SoVD-Ortsverband Papenburg I hatte gemeinsam mit dem SoVD-Kreisverband Emsland sechs von sieben Bundestagskandidierenden aus dem Wahlkreis Unterems eingeladen, um den SoVD-Mitgliedern in Papenburg eine Orientierung für die kommende Bundestagswahl zu bieten. „Wir freuen uns, dass alle von uns eingeladenen Kandidatinnen und Kandidaten zugesagt haben. Das ist eine große Wertschätzung für den SoVD und unsere Mitglieder“, sagte Andrea Kötter, Vorsitzende des Kreisverbandes Emsland. Auf dem Podium waren anschließend mit Anja Troff-Schaffarzyk (SPD), Julian Pahlke (Bündnis 90/Die Grünen), Ferhat Asi (FDP), Michel Rolandie (Die Linke) und Andreas Wilshusen (Freie Wähler) nur fünf Teilnehmende vertreten, da Gitta Connemann (CDU) krankheitsbedingt absagen musste. Während Migration und Wirtschaft

zentrale Wahlkampfthemen der Parteien waren, lenkte auch diese Diskussionsveranstaltung des SoVD den Fokus wieder auf wichtige soziale Herausforderungen, die viele Menschen sehr beschäftigen: die Pflege, die Umsetzung der Inklusion, die Bekämpfung von Armut, die Sicherung der gesetzlichen Rente, das bezahlbare Wohnen oder die ärztliche Versorgung auf dem Land.

SoVD-Sozialcheck in Woltorf

Das ehrenamtliche Team um Lutz Schridde aus dem SoVD-Ortsverband Woltorf lud gemeinsam mit dem Kreisverband Peine Interessierte zu zwei Informationsveranstaltungen mit Bundestagskandidierenden ein. Beim „SoVD-Sozialcheck“ – einmal mit Hubertus Heil (SPD), einmal mit Marian Meyer (CDU) – standen die Forderungen des SoVD im Mittelpunkt. Die Kandidaten stellten sich den kritischen Fragen des SoVD und diskutierten ihre Positionen zu zentralen Themen. Beide Veranstaltungen, die der Kreisvorsitzende Jürgen Frühling moderierte, boten interessierten Bürger*innen die Möglichkeit, sich aus erster Hand über die sozialpolitischen Konzepte der Kandidaten zu informieren, diese zu bewerten und leichter die eigene Wahlentscheidung zu treffen.



Foto: SoVD Hannover-Stadt

Mit dem FDP-Kandidaten Joris Stietenroth sprachen Ingrid Beyer (li.) und Ingeborg Saffe.



Foto: SoVD Osterholz-Scharmbeck

Nach seiner Hospitation tauschte sich Herbert Behrens (Die Linke) mit Monika Geils aus.



Foto: SoVD Woltorf

Marian Meyer, Direktkandidat der CDU (Mitte), beteiligte sich an einer Diskussionsveranstaltung des SoVD Woltorf und SoVD Peine.



Foto: SoVD Osterholz-Scharmbeck

SPD-Bundestagskandidatin Özge Kadah (re.) hospitierte im SoVD-Beratungszentrum Osterholz bei Helge Grote (li.).



Foto: Dirk Swinke

Zum Abschluss der Podiumsdiskussion im Stadttheater Sulingen beantworteten die Politiker*innen die Fragen der Bürger*innen.



Foto: Heinrich Schepers

Den Fragen der SoVD-Mitglieder stellten sich im Emsland Bundestagskandidierende von fünf verschiedenen Parteien. Sie verdeutlichten dabei ihre Positionen zu sozialpolitischen Themen.



Foto: Thorsten Böttcher

Lisa-Marie Jalyschko, Direktkandidatin von Bündnis 90 / Die Grünen in Braunschweig, hospitierte bei SoVD-Beraterin Christine Achilles (re.) und bekam Einblick in die Probleme der SoVD-Mitglieder.

Rückblick auf die Aktivitäten der Landesfrauensprecherin im vergangenen Jahr

Im Namen der Frauen unterwegs

Landesfrauensprecherin Regina Ruckdäschel kann auf ein ereignis- und arbeitsreiches Jahr 2024 zurückblicken. Neben der Teilnahme an zahlreichen frauenspezifischen Zusammenkünften organisierte sie auch eine Veranstaltung zum Thema „STOPP Gewalt gegen Frauen“ mit.

Begonnen hat das Jahr für die Frauensprecherin im Januar 2024 mit zwei digitalen Veranstaltungen zu Frauenrechten, gefolgt vom Neujahrsempfang des Landesfrauenrates.

Am Frauenpolitischen Frühlingsessen im Deutschen Gewerkschaftshaus in Nürnberg nahm Ruckdäschel im Februar teil.

Im März besuchte die Landesfrauensprecherin, wieder in Nürnberg, den Film „Zuflucht nehmen“, aufgeführt durch das Frauenhaus Nürnberg und den DGB. Ebenfalls im März war sie bei der Trambahnfahrt zum Equal Pay Day durch München mit Oberbürgermeister Dieter Reiter (SPD) dabei.

Die Vollversammlung des bayerischen Landesfrauenrates sowie der Workshop „Ehrenamt Digital“ folgten im April 2024 in München. Im selben Monat wurde die Landesfrauensprecherin in den Ausschuss für Gesundheitspolitik des Landesfrauenrates aufgenommen.

Wie man die Jugend besser in die Demokratie einbinden kann,

wurde in einer Veranstaltung der Organisation Demokratie Leben in Lichtenfels heiß diskutiert.

Am 22. Juni fand in Michelau im Mehrgenerationenhaus die von der Landesfrauensprecherin organisierte Veranstaltung „STOPP Gewalt gegen Frauen“ statt. Die gleiche Veranstaltung fand auch noch mal im Oktober in München statt.

Ruckdäschel besuchte auch die Veranstaltung „75 Jahre Grundgesetz“ im Lichtenfelser Stadtschloss.

Im Sommer reiste sie nach Berlin zum Treffen der Landesfrauensprecherinnen und zur Alterssicherheitskonferenz. In Coburg besuchte sie eine Lesung über sexualisierte Gewalt gegen Frauen und war beim Sommerempfang des Landesfrauenrates in München dabei.

Am 26. September besuchte Ruckdäschel im Archiv der Zukunft in Lichtenfels die Veranstaltung „Künstliche Intelligenz“.

Die bayerische SoVD-Landesfrauensprecherin wurde in den

Frauenpolitischen Ausschuss gewählt und nahm daher am 9. September an ihrer ersten Sitzung des Ausschusses in Berlin teil. Per Zoom-Schaltung war sie bei der nächsten Sitzung am 11. Dezember zugegen.

Es war rückblickend ein abwechslungsreiches und arbeitsreiches Jahr für die SoVD-Landesfrauensprecherin.



Regina Ruckdäschel in München bei der Aktion zum „Equal Pay Day“ 2024.

Günther Ruckdäschel erhielt die Ehrenmedaille der Gemeinde Michelau

Vorbildlichen Einsatz gewürdigt

Am 27. Januar verlieh Bürgermeister Jochen Weber (CSU) dem SoVD-Ortsvorsitzenden Günther Ruckdäschel für dessen Verdienste um die Gemeinde Michelau die Johann-Puppert-Medaille in Bronze und würdigte damit dessen vorbildlichen Einsatz in der und für die Gemeinde.

Günther Ruckdäschel überreichte dem Gremium sowie dem Bürgermeister und dem Gemeinderat im Namen des SoVD-Ortsverbandes Michelau

für den Schaukasten der Gemeinde Michelau den SoVD-Wimpel und die eigens neu gestaltete SoVD-Kaffeetasse mit dem Namenszusatz „Region

Gottesgarten Obermain“.

Bürgermeister Jochen Weber bedankte sich und versprach dem SoVD-Ortsverband seine vollste Unterstützung.



Bürgermeister Jochen Weber (li.) gratuliert Günther Ruckdäschel.



Günther Ruckdäschel (li.) mit den übrigen Geehrten aus der Gemeinde Michelau.

SoVD auf der Empower*her Konferenz in München

Mädchen in der Politik

Landesfrauensprecherin Regina Ruckdäschel besuchte am 21. und 22. Januar die Veranstaltung „Empower*her – Konferenz zur Mädchenarbeit“ in München. An zwei Tagen wurden Themen zur politischen Arbeit für Mädchen und junge Frauen untersucht.

Dr. Ines Pohlkamp referierte über Klassismus, eine Diskriminierungsform, die sich auf soziale Vorurteile z. B. gegenüber Bürgergeldempfänger*innen, Arbeiter*innen oder Wohnungslosen bezieht.

Psychologin Birgit Hermann von der „Beratungsstelle für Mädchen“ informierte über das Thema Mädchen und sexualisierte Gewalt. Sie sprach darüber, was unter sexualisierter Gewalt zu verstehen ist, wie man die Symptome erkennt und welche Folgen der Missbrauch hat.

Ein weiteres Thema war die Beteiligung von Mädchen in der Politik. Sie sind auf allen Ebenen unterrepräsentiert, besonders aber auf kommunaler Ebene. Während auf Bundesebene 35 Prozent der Aktiven weiblich sind, sind es auf Landesebene nur 27 Prozent. Als Landrätin oder Bürgermeisterin arbeiten nur 10 Prozent. Das Programm „Landheldinnen“ in Sachsen will das ändern und stellte sich vor.

Es folgten zwei Workshops zu Mädchenthemen. Es waren lehrreiche und interessante Tage und Ruckdäschel nutzte die Veranstaltung auch, um sich mit anwesenden Frauen anderer Organisationen zu vernetzen.



Regina Ruckdäschel (li.) während einer Pause.

Rente und Zusatzbeitrag der Krankenversicherung

Ab März weniger Geld?

Ist Ihr kassenindividueller Zusatzbeitrag zur gesetzlichen Krankenversicherung zum 1. Januar 2025 gestiegen, müssen Sie höhere Beiträge leisten. Für Rentner*innen, die in der Krankenversicherung pflichtversichert sind, wirken sich Änderungen des Zusatzbeitrages jedoch erst zwei Monate später aus.

Konkret bedeutet die Erhöhung des Krankenkassen-Zusatzbeitrages: Der Krankenkassenbeitrag steigt erst mit der Rentenzahlung für den Monat März. Die überwiesene Rente fällt dann entsprechend geringer aus. Für die Rentenzahlung für Januar und Februar 2025 wurden die zu zahlenden Krankenversicherungsbeiträge weiter auf Grundlage des bisherigen Beitrags berechnet. Grund hierfür sind gesetzliche Vorgaben, die bei Rentner*innen sowohl für Senkungen als auch für Erhöhungen gelten.

Über die Änderung des aus der Rente zu zahlenden Krankenversicherungsbeitrages werden Betroffene mit dem Kontoauszug ihrer Bank informiert. Nur in Ausnahmefällen versendet die Rentenversicherung schriftliche Bescheide, zum Beispiel bei Personen mit sogenannten abgetrennten Zahlungen wie Pfändungen, aber auch in Fällen, in denen Bescheid- und Zahlungsempfänger*innen nicht identisch sind oder wenn die Zahlung der Rente auf das Konto einer anderen Person erfolgt.

Hilfreiche Informationen bietet die Broschüre der Deutschen Rentenversicherung „Rentner und ihre Krankenversicherung“. Sie steht Ihnen unter www.deutsche-rentenversicherung.de kostenlos zum Download zur Verfügung. Gerne hilft auch das kostenfreie Servicetelefon unter 0800/10 00 48 00 bei Fragen zu diesem und allen weiteren Themen rund um die gesetzliche Rente weiter.

Quelle: DRV

Erste Mitgliederversammlung im neuen Jahr im Ortsverband Michelau mit Jahresrückblick

Der Vorstand zog die Bilanz des Jahres 2024

Mit einer dreiteiligen Veranstaltung startete der Ortsverband Michelau ins neue Verbandsjahr. Zuerst gab es einen Neujahrsempfang für die Mitglieder. Anschließend fand die offizielle Mitgliederversammlung mit einem Jahresrückblick und einem kurzen Ausblick auf das neue Jahr statt. Ein gemeinsames Essen beschloss das Mitgliedertreffen.

Das Verbandsjahr 2025 begann für die Mitglieder und den Vorstand des SoVD Michelau am 11. Januar mit Neu-

jahrsempfang, Mitgliedervollversammlung samt Neuwahlen und einem Fischessen.

2024 wurden erste Vorkehrungen zur Fusion mit dem Ortsverband Ebsensfeld in Form eines Beschlusses vorgenommen. Die Mitglieder aus Ebsensfeld sollen künftig in den Ortsverband Michelau eingebunden werden. Dieses wurde durch das Ableben des Ebsensfelder Vorsitzenden vor eineinhalb Jahren nötig. Seitdem gab es keinen Vorstand mehr und somit kann die Betreuung der Mitglieder nicht mehr gewährleistet werden.

Auf der Versammlung erfolgte ein Rückblick auf die Veranstaltungen des abgelaufenen Jahres 2024. Im Februar gab es den alljährlichen Faschingsdienstag im Mehrgenerationenhaus. Dort fand im Juni auch die gut besuchte Veranstaltung „STOPP Gewalt gegen Frauen“ in Zusammenarbeit mit der Op-



Nachdem alle formalen Angelegenheiten geregelt waren, blieben die Mitglieder noch zu einem Fischessen zusammen.

ferhilfe Oberfranken und der Unterstützung von Demokratie Leben statt. Auch bei zwei Veranstaltungen von „Demokratie Leben“ des Landkreises Lichtenfels sowie der Frühjahr- und Herbstversammlung des Kreisjugendrings Lichtenfels waren Vertreter*innen des Ortsverbandes zugegen.

Der SoVD nahm am Festzug der Gemeinde anlässlich der Kirchweih ebenso teil wie an den Veranstaltungen zum Volkstrauertag.

Es gab für die Mitglieder Sozialsprechtag, Kaffeenachmittage, Bezirksversammlungen, Beratungen und Hausbesuche. Anträge und Schreiben wurden für sie verfasst und weitergeleitet. Die Erfolgsquote bei Anträgen und Widersprüchen lag 2024 bei circa 65 Prozent.

Neun neue Mitglieder wurden aufgenommen, fünf verstarben, sodass der Ortsverband Ende 2024 140 Mitglieder hatte.

Besonderer Dank gilt dem

Bezirksvorsitzenden Dr. Josef Haas für dessen regelmäßige Sozialsprechtag, dem Mehrgenerationenhaus und der Fachstelle für Demokratie Leben im Landkreis.

Der SoVD Michelau wird

2025 wie gewohnt seinen Sozialsprechtag am ersten Samstag im Monat im Mehrgenerationenhaus abhalten. Auch der Kaffeenachmittag soll trotz steigender Unkosten beibehalten werden.



Mit einem kleinen Empfang startete der SoVD Michelau ins neue Jahr 2025.

Sozialberatung

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

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

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

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

Sozialberatung in Ingolstadt: AWO-Geschäftsstelle, Beckerstraße 2 a, nur nach Terminvereinbarung bei Ansprechpartnerin Elfriede Schreiner, Tel.: 0911 / 98 01 501, E-Mail: rechtsschutz@sovd-mfr.de.

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

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

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

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

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

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

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



Auf der ersten Mitgliederversammlung des Jahres gab der Vorstand einen Rückblick auf das Erreichte im Jahr 2024.



Glückwünsche



smileus / AdobeStock

Der gesamte Landesvorstand und die Mitarbeiter*innen des Landesverbandes gratulieren allen Mitgliedern, die im März Geburtstag feiern, recht herzlich und wünschen ihnen viel Gesundheit.

Besondere Glückwünsche ge-

hen an:

65 Jahre: 1.3.: Erna Nabereit, Olching; 2.3.: Inge Schweifler, Flachslanden; 10.3.: Alfred König, Tirschenreuth; 17.3.: Ursula Heine, Michelau; 20.3.: Fűrvas Özleyen, Karlsfeld.

75 Jahre: 18.3.: Maria Rouna,

Eckental; 23.3.: Rainer Portius, Weiden.

80 Jahre: 11.3.: Dieter Söllner, Grafengehaig; 24.3. Berta Binder, Nürnberg.

85 Jahre: 8.3.: Gerda Siewerth, Lauf; 15.3.: Annelies Haaser-Schwalm, Augsburg.

Jahreshauptversammlung im Ortsverband Bad Wildungen mit Vorstandswahlen und Vortrag

Fester Bestandteil des öffentlichen Lebens

Der alte Vorsitzende ist der auch neue: Sozialberater Hans-Jürgen Schmidt wurde bei der Jahreshauptversammlung des Ortsverbandes Bad Wildungen, bei der auch Landesschatzmeisterin Marita Schliephorst anwesend war, in seinem Amt als 1. Vorsitzender bestätigt.

Rudolf Matscha wurde bei dem Treffen im Kolleg des Restaurants Lindenhof zum stellvertretenden Vorsitzenden und Schatzmeister in Personalunion gewählt, Eleonore Zielke zur stellvertretenden Schatzmeisterin. Helga Heidenreich versieht das Amt der Schriftführerin, während Susanne Hofmann als Frauensprecherin nominiert wurde. Beisitzer Matthias Höhle ist zusätzlich Senior*innenbeauftragter und für das Pressewesen zuständig.

„Unser SoVD Ortsverband ist mit 161 Mitgliedern die größte Interessenvertretung aller ratsuchenden, behinderten Menschen, der chronisch

Kranken und Rentner*innen in Bad Wildungen“, sagte Schmidt und betonte, dass der Ortsverband im öffentlichen Leben der nordhessischen, rund 17.000 Einwohner*innen zählenden Stadt ein fester Bestandteil des öffentlichen Lebens sei. Nicht zuletzt, weil er Bürger*innen bei allen Fragen des Sozialrechts unterstütze und berate, unter anderem bei Anträgen zur Rente, Kur und Rehabilitationsmaßnahmen, Pensionen und Beihilfen, aber auch bei Widerspruchsverfahren.

„Es ist nachgewiesen, dass ehrenamtliche Tätigkeiten älteren Menschen ein Gefühl von Sinn und Struktur geben kön-

nen“, warb Schmidt für neue ehrenamtliche Mitarbeiter*innen. „Über das gemeinsame Interesse des Ehrenamts können sie auf Gleichgesinnte treffen und so ihre sozialen Kontakte erweitern.“

Zum Abschluss wartete Schmidt mit eindrucksvollen Zahlen aus seiner Tätigkeit als Sozialberater im Jahr 2024 auf: 539 Fälle hat er bearbeitet, dabei 526 mal zum Telefonhörer gegriffen, 39 Pflegegradanträge sowie 76 Anträge bei der Deutschen Rentenversicherung gestellt und 293 Kilometer für die Mitglieder des Ortsverbandes Bad Wildungen zurückgelegt.

Helga Heidenreich hielt an-



Der neu gewählte Vorstand des SoVD Bad Wildungen besteht aus vielen bekannten Gesichtern.

schließend einen kurzweiligen Vortrag über die evangelische Stadtkirche Bad Wildungen, bei dem das Publikum erfuhr, dass der Altar der gotischen Hallenkirche, deren Bau um 1300 begann, um 1403 vom

Dortmunder Maler Conrad von Soest geschaffen wurde. Besonders bemerkenswert sei die Darstellung eines Apostels mit einer Brille, die als früheste bekannte Abbildung einer Brille nördlich der Alpen gilt.



Foto: Racle Fotodesign/Adobe Stock

Neben vielen Online-Kursen bietet die AOK auch Präsenzkurse in Hessen an.

Die AOK Hessen bietet auch 2025 wieder ein umfangreiches Kursprogramm

Gemeinsam Vorsorge betreiben

Im vergangenen Jahr bot die AOK Hessen 600 Kurse in 75 Städten und online an. Rund 5.200 Teilnehmende kamen zusammen. 2025 gibt es erneut ein breites Angebot, das größtenteils auch Menschen offensteht, die nicht bei der Gesundheitskasse versichert sind.

Bereits im Januar sind eine Vielzahl von Onlinekursen angelaufen, aber der Beginn der Präsenzkurse startet jetzt im März. Neben Klassikern wie „Aktiv abnehmen“ gibt es auch wieder das „Functional Training“ oder „Easy Running“. Am meisten frequentiert sind nach wie vor „Hatha-Yoga“ und „Sanftes Rückentraining“. Monatlich starten zudem Rauchfrei-Kurse, die ebenfalls viel Zuspruch erhalten und dafür sorgen, dass der Rauchstopp umgesetzt und die Entscheidung dafür stabilisiert wird.

Neu im Programm: Drei Kursarten, die sich mit den Themen Bewegung, Ernährung und Entspannung befassen und insbesondere auf Familien zugeschnitten sind. Zunächst zwei Online-Seminare: „Präventives Kräftigungstraining – Beckenbodentraining“ sowie „Präventives Ernährungstraining – Vermeidung und Reduzierung von Übergewicht“. Hinzu kommt in Präsenz „Präventives Stressmanagement für junge Mütter“. Darüber hinaus gibt es einen Onlinekurs zur Progressiven Muskelentspannung sowie

„Präventives Ernährungstraining zur Vermeidung und Reduzierung von Übergewicht“.

Mitglieder der AOK Hessen können jährlich entweder an zwei kostenlosen AOK-Gesundheitskursen oder zwei zertifizierten Kursen anderer Anbieter teilnehmen. In beiden Fällen gilt: Voraussetzung für eine Bezuschussung ist die Teilnahme an mindestens 80 Prozent der Kurseinheiten bei Kursen mit festen Terminen. Erstattet werden die kompletten Gebühren bis maximal 150 Euro pro Kurs.

Quelle: AOK Hessen

Fusionen in den Ortsverbänden stehen an

Neue Strukturen für Ortsverbände Nordhessens

Auf den Jahreshauptversammlungen der Nordhessischen Ortsverbände einigte man sich auf eine Neuordnung der Organisationen durch Fusionierung. Diese Aufgabe soll demnächst in Angriff genommen werden.

Die Ortsverbände Calden und Hofgeismar-Kassel sowie Wetter und Marburg-Biedenkopf entlasteten im Rahmen ihrer Jahreshauptversammlung die Vorstände. Gleichzeitig waren sich die anwesenden Mitglieder einig, dass zukünftig eine Änderung der Strukturen in Form von Fusionen notwendig sein werde, ebenso wie eine Professionalisierung der administrativen Aufgaben sowie die Eröffnung einer neuen Anlaufstelle für alle Interessierten des SoVD. „Diese Anliegen sollten mit Unterstützung des Landesverbandes zeitnah angegangen werden“, sagte Annette Mülöt-Carvajal vom Ortsverband Kassel.

Im Jahresrückblick wurde an die Ausflüge, beispielsweise an den Edersee, erinnert, aber auch den Verstorbenen gedacht. Zum einjährigen Todestag des langjährigen Mitglieds Ilse Ewald hatte Mülöt-Carvajal einen Nachruf verfasst: „Die am 21. Juli 1923 geborene Ilse Ewald war im September 1950 in den Ortsverband Kassel des SoVD Hessen eingetreten und hat ihn all die Jahre durch ihre Hilfsbereitschaft und ihre unglaublich freundliche Energie bereichert. Sie war in nahezu allen Gremien des Landesverbandes sowie der Kreis- und Ortsverbände engagiert und belebte die Treffen oft mit nachdenklichen und besinnlichen Momenten, aber immer wieder auch mit Humor und Zuversicht. Ihr Lebensmotto ‚Tue Gutes und rede nicht darüber‘ spricht Bände und entsprang ihrem christlichen Urvertrauen.“

www.sovd-hessen.de



Foto: Blickfang/Adobe Stock



Sprechstunden und Sozialberatung

Sollte nichts Anderes vermerkt sein, finden die Sozial-Beratungen und Sprechstunden nach Terminvereinbarung statt. Sozialrechts-Beratungstermine durch die Sozialjurist*innen Sigrid Jahr, Thomas Meinel, Annette Mülöt-Carvajal-Gomez und Angelika Purschke werden über die Sozialberater*innen oder die Landesgeschäftsstelle vermittelt.

Landesverband Hessen

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

Beratung nur nach telefonischer Voranmeldung.

Kreisverband Südhessen

Vorsitzender Rudolf Schulz,

Friedensstraße 26, 63179 Obertshausen, Terminvereinbarung bei Sekretärin Yvonne Hartwig, Tel.: 0152/52 69 12 80 (mobil), E-Mail: yvonne.hartwig@sovd-hessen.de.

Beratung Obertshausen

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

Beratung Wiesbaden

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

Kreisverband Osthessen

Beratung nur nach telefonischer Voranmeldung. Terminvereinbarung über die Landesgeschäftsstelle.

Beratung Eschwege

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

Beratung Fulda

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

Beratung Rotenburg

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

Beratung Sontra

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

Kreisverband

Marburg-Biedenkopf

Terminvereinbarung bei Helga Kläs, Sozialberaterin

und Vorsitzende, unter Tel.: 06422/89 87 202, per E-Mail: hklaes@sovd-hessen.de und bei Hans-Werner Dersch, Tel.: 06423/51 524 oder kommen Sie während der Öffnungszeiten einfach vorbei!

Beratung Wetter

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

Kreisverband

Hofgeismar-Kassel

Beratung Bad Wildungen

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

oder kommen Sie während der Öffnungszeiten einfach vorbei!

Beratung Calden

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

Beratung Hofgeismar

Brigitte Schutta, Tel.: 05671/36 42.

Beratung Kassel

AWO-Haus, Wilhelmshöher Allee 32 a, Annette Mülöt-Carvajal-Gomez, dienstags 14–17 Uhr und donnerstags 10–13 Uhr, Tel.: 0561/14 657.

Beratung Korbach

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

Beratung Vernahahlshausen

Sonja Hettler, Tel.: 05571/49 52.

Die Verbraucherzentrale Hessen rät zu frühzeitiger Vorsorge zum digitalen Nachlass im Todesfall

Was passiert mit digitalen Daten nach dem Tod?

In nahezu allen Lebensbereichen werden Verbraucher*innen heute mit der digitalen Welt konfrontiert. Ob beim Online-Shopping, bei Zahlungsdiensten, in sozialen Netzwerken, usw. Alle übermittelten und gespeicherten Daten verbleiben auch nach dem Tod beim jeweiligen Anbieter. Deshalb ist es ratsam, seine Daten im Blick zu haben, wenn es um Regelungen nach dem Ableben geht.

Sinnvoll ist es, eine Person des Vertrauens mit allen Aufgaben rund um die digitale Vorsorge zu betrauen. Dabei bewährt sich insbesondere eine Liste mit allen Benutzerkonten und Passwörtern, die an einem sicheren Ort hinterlegt werden sollte. Auch sollten Sie genau festlegen, was mit Ihren einzelnen Konten passieren soll. Ganz konkret können Sie zum Beispiel festlegen, ob in einem sozialen Netzwerk ein Gedenkstatus eingerichtet oder das Profil gelöscht werden soll.

Wichtig: Wie gewünscht handeln kann die ausgewählte Person nur, wenn die Vollmacht „über den Tod hinaus“ gilt.

Digitalen Nachlass regeln – so geht's

Kümmern Sie sich frühzeitig um Ihren digitalen Nachlass.

Verschaffen Sie sich einen Überblick über Ihre gesamten Online-Aktivitäten, zum Beispiel Anmeldungen, Registrierungen, Apps und Kundenkonten.

„Weniger ist schon vorher Mehr“: Nutzen Sie die Gelegenheit und löschen Sie zunächst diejenigen Accounts, die Sie nicht mehr nutzen oder benötigen.

Wichtig: Eine App löschen reicht nicht aus, der Account

beim Anbieter bleibt davon unberührt. Bevor Sie eine App löschen, müssen Sie zuerst den Dienst bzw. Nutzungsvertrag mit dem Anbieter kündigen. Erst im Anschluss können Sie dann die App vom Endgerät löschen.

Fertigen Sie eine Übersicht aller Accounts mit Benutzernamen und Kennworten an. Als digitale Lösung eignen sich auch Passwort-Manager. Das BSI nennt zum Beispiel das Programm KeePass. Die Stiftung Warentest hat zuletzt im Januar 2022 Testergebnisse für 16 Passwort-Manager veröffentlicht.

Regeln Sie in der Liste detailliert, wie in welchem Fall mit Ihren Accounts und Ihrem digitalen Nachlass umgegangen werden soll: welche Daten gelöscht werden sollen, wie die Vertrauensperson mit Ihrem Account in einem sozialen Netzwerk umgehen und was mit im Netz vorhandenen Fotos passieren soll.

Muster-Listen und -Vollmachten finden Sie auf der Homepage der Verbraucherzentrale unter: www.verbraucherzentrale-hessen.de.

Bestimmen Sie ebenfalls, was mit Ihren Endgeräten wie Computer, Smartphone oder Tablet und den dort gespeicherten Daten geschehen soll.

Deponieren Sie die Liste mit der Übersicht über Ihre Accounts an einem sicheren Ort. Dies kann etwa ein Tresor oder ein Bankschließfach sein. Dieser Weg eignet sich besonders, wenn Sie wichtige Passwörter an Ihre Vertrauensperson weiterreichen möchten.

Gegenüber digitalen Datenträgern können sich geschriebene oder gedruckte Listen länger halten. Allerdings ist der Aufwand höher, die Liste aktuell zu halten, etwa wenn Sie Passwörter ändern.

Vollmacht anfertigen für die Vertrauensperson

Bestimmen Sie eine Person Ihres Vertrauens zu Ihrem Bevollmächtigten und digitalen Nachlassverwalter. Legen Sie in einer Vollmacht für diese Person fest, dass sie sich um Ihren digitalen Nachlass kümmern soll. Die Muster-Vollmacht der Verbraucherzentralen hilft Ihnen dabei. Legen Sie in der Vollmacht auch fest, dass diese Person noch zu Ihren Lebzeiten handeln soll, wenn Sie zum Beispiel durch Koma oder andere Gründe nicht dazu in der Lage sind, sich um Ihre Daten zu kümmern.

Die Vollmacht müssen Sie mit einem Datum versehen und unterschreiben. Unabdingbar ist



Foto: Benjamin Haas / Adobe Stock

Oft wird vergessen, dass persönliche Daten im Internet „ewig“ verbleiben, wenn man nicht zu Lebzeiten Vorsorge trifft.

außerdem, dass sie „über den Tod hinaus“ gilt.

Übergeben Sie die Vollmacht an Ihre Vertrauensperson und informieren Sie Ihre Angehörigen darüber, dass Sie Ihren digitalen Nachlass auf diese Weise geregelt haben.

Teilen Sie Ihrer Vertrauensperson ebenfalls mit, wo sich Ihre Account-Liste befindet.

Denken Sie daran, die Auflistung Ihrer Accounts immer aktuell zu halten. Ergänzen Sie die Auflistung um neue Accounts, löschen Sie die Daten in der Übersicht, wenn Sie sich bei einem Account abgemeldet haben.

Es gibt auch Firmen, die eine kommerzielle Verwaltung Ihres digitalen Nachlasses anbieten. Die Sicherheit solcher Anbieter lässt sich allerdings nur schwer

beurteilen. Falls Sie erwägen, eine kommerzielle Nachlassverwaltung zu beauftragen, erkundigen Sie sich genau nach dem Leistungsumfang und den Kosten.

Vertrauen Sie einem Unternehmen in keinem Fall Passwörter an. Auch Computer, Smartphones oder Tablets sollten nicht an kommerzielle Anbieter übergeben werden, die die Geräte nach dem digitalen Nachlass durchsuchen. Hierbei gelangen womöglich zu viele persönliche Daten an Unbefugte.

Bei einigen Diensten können Sie festlegen, was nach Ihrem Tod mit Ihrem Account geschehen soll. Diese Möglichkeit finden Sie üblicherweise in den Einstellungen, etwa bei Google oder Facebook.

Quelle: VZ Hessen

Inklusion betrifft jeden Lebensbereich – mehr Vielfalt aus der Textilindustrie nötig

Adaptive Mode für jeden Bedarf

Kleidung ist ein wichtiger Teil des Alltags und ein Grundbedarf. Für viele Menschen mit Behinderungen, chronisch Kranke oder Ältere birgt sie aber Hürden. Dabei bedeutet Inklusion auch hier: Nicht die Menschen müssen sich den Bedingungen anpassen – was oft auch nicht geht –, sondern die Bedingungen den Menschen. Sogenannte adaptive Mode zielt genau darauf. Sie rückt nun mehr ins Bewusstsein.

Ob körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigung – adaptive Kleidung soll sich den Bedürfnissen und Fähigkeiten anpassen. Probleme machen können zum Beispiel Knöpfe, Reißverschlüsse und Schnürsenkel, Schnitte, Texturen oder die Hautverträglichkeit.

So kann es bei einer Prothese das An- und Ausziehen erleichtern, wenn Ärmel oder Hosenbeine sich weit öffnen lassen oder alles einhändig geht. Kletten, Gummizüge und Elastikstoffe nutzen vielen Menschen, Kleinwüchsige haben andere Maße und manchen Rollstuhlfahrenden hilft es, wenn ein Oberteil vorn kürzer ist, eine Hose nicht zu glatt ist und drückende Nähte hinten fehlen.

Das gab es lange nur in funktionaler Optik, oft als „Pflegekleidung“ eingeordnet. Inzwischen wächst das Bewusstsein für das Thema – und dafür, dass das Design „benutzerfreundlich und komfortabel sein und gleichzeitig stilvoll aussehen“ sollte, so etwa ein Labelmitin-



Foto: DC Studio / Adobe Stock

Speziell an Behinderungen angepasste Kleidung baut Barrieren ab.

haber im Rahmen der Messe Rehacare 2024. Inklusion ist ein Menschenrecht; und zur Selbstbestimmung gehört auch bei Kleidung, Auswahl zu haben.

Das Angebot steigt. Neue Labels entwerfen Zeitgemäßes und binden Betroffene ein. Auch einige große „Mainstream“-Marken entdecken die Zielgruppe und den Image-Vorteil durch Vielfalt, haben eine adaptive

Kollektion. Europa ist laut Fachmedien mit Abstand der größte Markt für adaptive Mode; weltweit soll er bis 2026 auf 400 Milliarden US-Dollar (etwa 388 Milliarden Euro) wachsen.

Aber oft sind die Stücke teuer und schwer zu finden. Gäbe es sie in allen großen Einkaufsstrassen, Centern und Online-Shops, wäre das inklusives Shopping. *Eva Lebenheim*

Psychisch krank durch Dauerstress und Krisenlagen

Mehr Angststörungen

Rund ein Drittel der Bevölkerung in Deutschland leidet an psychischen Störungen und Erkrankungen. Laut einer neuen Auswertung sind ein Großteil davon Angststörungen; und sie steigen stark an. Deutlich mehr Menschen als früher erhalten diese Diagnose.

2023 bekamen rund 5,5 Millionen Menschen eine Erst- oder Folgeerkrankung im Bereich Angsterkrankungen. Das waren 77 Prozent mehr als 15 Jahre zuvor – ein immenser Anstieg! Dieser zeigte sich zumindest bei den gesetzlich Krankenversicherten. Denn er beruht auf neuen Hochrechnungen, die die KKH (Kaufmännische Krankenkasse) anhand ihrer Daten anstellte. Allein bei der KKH waren 107.700 Menschen betroffen; rund 6,5 Prozent ihrer Versicherten. Unklar ist, wie viele weitere gar nicht zu Ärzt*innen gingen.

Die Erkrankten erleben starke Angst und körperliche Symptome. Oft sind diese so schwer, dass sie den Alltag sehr beeinträchtigen. Dazu gehören etwa plötzliches Herzsrasen, Brustschmerz, Panik, Ersticken, Schwindel, Übelkeit, Schweißausbrüche, Kopfschmerz, verschwommenes Sehen, Muskelverspannungen, Magenschmerzen und Durchfall.

Risiken sind chronischer Stress und lange Belastungen beruflich oder privat, Konflikte oder Traumata. Aber auch die anhaltenden politischen und gesellschaftlichen Krisen können ein Auslöser sein. Mehr Frauen als Männer erkranken. Die KKH-Auswertung zeigte zudem regionale Unterschiede. So gab es den größten Anstieg in Sachsen, den kleinsten in Hessen. Den höchsten Betroffenen-Anteil an der Bevölkerung hatte mit 8,1 Prozent Berlin. *ele/dpa*

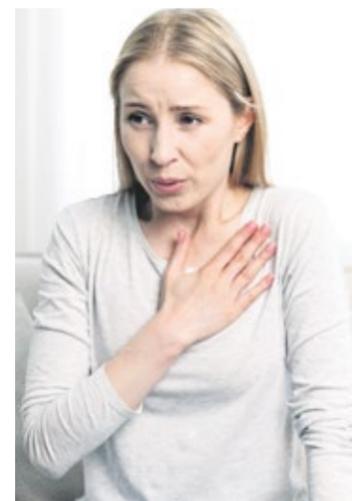


Foto: brizmaker / Adobe Stock

Panikattacken, etwa mit Herzrasen, können von Stress kommen.

Anzeige



für Mitglieder ab 70 € pro Nacht*



60 Jahre Erholungszentrum Büsum Feiern Sie mit uns!

Am 3. April 2025 feiern wir unser 60-jähriges Jubiläum und möchten dieses besondere Ereignis mit Ihnen teilen! Genießen Sie eine erholsame Auszeit an der Nordsee mit unserem Geburtstags-Special:

- reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet mit allem, was das Herz begehrt
- frische Meeresluft

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

* Angebotspreis: ab 2 bis 7 Übernachtungen nach Verfügbarkeit – statt 85,00 € nur 70,00 € pro Nacht/Person für SoVD Mitglieder, im Haus Nordsee oder Haus Andrea, zzgl. Kurtaxe der Gemeinde Büsum – inklusive Halbpension. Buchbarer Zeitraum: vom 1. April bis 08. April 2025 und vom 08. April bis 15. April 2025 nach Verfügbarkeit für SoVD Mitglieder. Gruppenbuchung für dieses Angebot ausgeschlossen.





Tipp für Kinder

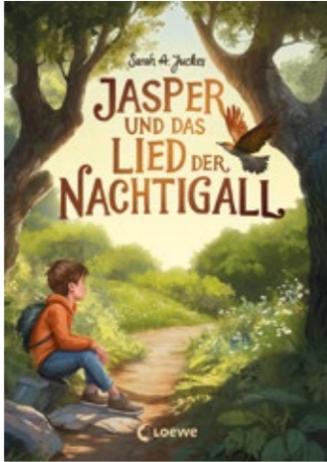
Jasper und das Lied der Nachtigall

Jasper und seine Schwester Rosie lauschen jedes Jahr derselben Nachtigall. Doch in diesem Jahr kehrt der Singvogel nicht zurück – und Rosie auch nicht. Nie wieder. Als Jasper erfährt, dass Rosie nun an einem besseren Ort sei, schnappt er sich seinen Rucksack und sein Vogelbuch und läuft los. Denn eines weiß Jasper genau: Was man liebt, ist nie ganz verloren, es ist bloß woanders. Er muss

Rosie und die Nachtigall also nur wiederfinden und alles wird gut, oder? Eine bewegende und tröstende Geschichte.

Das gefühlvolle Buch spendet Trost und vermittelt die Bedeutung von Freundschaft und Familie. Einfühlsam und kindgerecht behandelt die Geschichte rund um Jasper Themen wie Verlust und Einsamkeit.

Sarah Ann Jukes: Jasper und das Lied der Nachtigall. Loewe, 272 Seiten, ab 8 Jahren, ISBN: 978-3-7432-1535-1, 16,95 Euro.



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



Fröhliche Fehlersuche

Chaos unter Wasser

Die Katze lässt die Fische nicht aus den Augen. Wenn du genauso gut beobachtest, dann entdeckst du auf dem unteren Bild insgesamt fünf Unterschiede – viel Erfolg!

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



График: Надежда Ковальская / Adobe Stock




Rolands Rätselecke

Kreative Antworten gesucht

Die möglichen Antworten auf unsere Scherzfragen sind nicht so ganz ernst gemeint. Lass also deiner Fantasie freien Lauf! Fällt dir für keines der beiden Rätsel eine Lösung ein, dann schick uns gerne eine eigene Scherzfrage – aber bitte mit Antwort! Die Adresse findest du unter dem „Tipp für Kinder“.



Eine Familie mit drei Kindern drängelt sich unter einem einzigen Regenschirm. Warum wird trotzdem niemand von ihnen nass?

Warum gelten Menschen mit einer Glatze als überaus friedlich?

Fotos: JenkoAtaman, Light Impression / Adobe Stock; Montage: SoVD



Voll engagiert

Unterricht statt Ruhestand

Verena Zapf ist Lehrerin. Sie sagt, sie habe schon als Kind von diesem Beruf geträumt. Vor Kurzem wurde die Berlinerin 80 Jahre alt – und unterrichtet noch immer. Einige Monate war sie zwischendurch in Rente. Doch das Nichtstun hielt sie nicht aus. An einem Gymnasium gibt sie Biologie-Leistungskurse.

Es fehlt an Personal. Allein in Berlin unterrichten aus diesem Grund rund 400 Lehrkräfte, die eigentlich schon in Rente sein sollten. Die vermutlich deutschlandweit dienstälteste von ihnen ist Verena Zapf. Die Biologie- und Chemielehrerin arbeitet an zwei Tagen in der Woche an einem Gymnasium in Berlin.

Dort ist man dankbar für das Engagement der 80-Jährigen. Die Leitung der Evangelischen Schule Köpenick sieht in ihr eine große Bereicherung. Zapf schaue immer auf die Stärken und Schwächen der einzelnen Jugendlichen und zeige, dass man nicht abstumpfen dürfe. Von ihrem Erfahrungsschatz, so die Schulleitung, profitierten auch jüngere Kolleg*innen.

Seit 1967 unterrichtet Verena Zapf bereits. Sie habe immer schon Lehrerin werden wollen, sagt sie, und sei es immer noch „mit ganzem Herzen“. Als sie in den Ruhestand ging, habe ihr die Beschäftigung gefehlt. Einfach auf der Couch sitzen und Filme schauen, so Zapf, sei nichts für sie gewesen. Dafür ist die rüstige Berlinerin auch viel



Foto: Fabian Sommer / picture alliance / dpa

So lange musste wohl noch niemand „nachsitzen“: Senior-Lehrerin Verena Zapf feierte ihren 80. Geburtstag auf dem Schulhof.

zu aktiv. Regelmäßig besucht sie ein Fitnessstudio und geht an der frischen Luft spazieren.

„Man muss die Schüler ernst nehmen und einen guten und abwechslungsreichen Unterricht machen. Dann ziehen sie auch mit“, erklärt Verena Zapf. Sie sei zwar nicht per Du mit ihren Schüler*innen, aber immer auf Augenhöhe. „Ich höre mir jedes Problem an, im Unterricht oder auch in der Pause.“ Ihre Klassen wissen das

offensichtlich zu würdigen. „Manchmal bekomme ich nach dem Abitur Dankesbriefe, und ich habe auch noch Kontakt zu ehemaligen Schülern“, sagt die Lehrerin.

Als die Seniorin vor Kurzem Geburtstag hatte, brachte ihr die ganze Schule ein Ständchen. Ans Aufhören denkt Verena Zapf daher noch lange nicht. Warum auch? „Das kann man schaffen, bis man 100 ist“, zeigt sie sich überzeugt.

Anja Kling engagiert sich bei Schlittenhunderennen „Baltic Lights“

Mit Husky für die Hungerhilfe

Sie blickt auf eine lange Karriere zurück und ermittelte zuletzt in der ZDF-Krimireihe „Das Quartett“. Um Geld für die Arbeit der Welthungerhilfe zu sammeln, nimmt die Schauspielerin regelmäßig an einer Benefizveranstaltung auf Usedom teil. Am 22. März feiert Anja Kling ihren 55. Geburtstag.

Anja Kling sagt, sie habe eine positive Lebenseinstellung. Für sie, so die gebürtige Potsdamerin, sei das Glas eher halb voll als halb leer. Mit Optimismus wirbt die Schauspielerin daher auch für die Welthungerhilfe und nimmt gemeinsam mit ihrer Schwester Gerit regelmäßig an Charity-Veranstaltungen teil.

Den „Jugendwahn“ in ihrem Beruf hält Anja Kling für einen Irrglauben. Sie sei überzeugt, dass Schauspielerinnen ab 50 aufgrund ihrer Lebenserfahrung viele spannende Geschichten zu erzählen haben.



Foto: ABBfoto / picture alliance / dpa

Anja Kling und andere Promis sammeln beim Schlittenhunderennen „Baltic Lights“ jedes Jahr Geld für die Welthungerhilfe.

Berhard Hoëcker („Wer weiß denn sowas?“) misstraut Verschwörungstheorien

Skeptiker und Klugscheißer

Bekannt machte den Komiker die Parodiesendung „Switch“. Zudem gehörte der selbsternannte Klugscheißer bereits den Rateteams diverser Quizsendungen an. Wohl auch deshalb hinterfragt er mit Vorliebe pseudowissenschaftliche Erklärungen. Am 20. März wird Bernhard Hoëcker 55 Jahre alt.

Seit zehn Jahren geht der in Neustadt an der Weinstraße geborene Bernhard Hoëcker in der ARD-Quizshow „Wer weiß denn sowas?“ kuriosen Dingen des Alltags auf den Grund. Auf die Frage, wie man eigentlich Klugscheißer wird, antwortete er einmal: „Ganz einfach: Indem man anderen Klugscheißern zuhört!“

Als bekennender Skeptiker ist Hoëcker Mitglied der „Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung von Parawissenschaften“. Diese hinterfragt unter anderem Mythen und Verschwörungstheorien.



Foto: Morris Mac Matzen / ARD

Die beiden Teamkapitäne Bernhard Hoëcker (li.) und Elton (re.) mit „Wer weiß denn sowas?“-Moderator Kai Pflaume.

Roland Kaiser („Santa Maria“) nimmt Jugend gegen pauschale Vorwürfe in Schutz

„Wir waren exakt genauso“

Vor allem Ältere gehen mit der jungen Generation oft hart ins Gericht. Diese sei faul und ihre Sprache verrohe. Schlagersänger Roland Kaiser will das so nicht stehen lassen. Er nimmt die Jugend in Schutz – aus einem einfachen Grund: Der 72-Jährige erinnert sich noch sehr gut an seine eigene.

Die häufig gerade von Menschen seines Alters geäußerte Kritik empfindet Roland Kaiser als ungerecht. „Wir waren exakt genauso“, sagt der in Westberlin geborene Sänger. Auch er habe sich gegen das Establishment aufgebäumt und eine andere Sprache gesprochen.

Der Kultsänger empfindet seine eigenen Kinder als Bereicherung. Diese seien ihm bei den digitalen Medien überlegen, dafür könne er wiederum andere Dinge besser. Wenn man sich da in der Mitte treffe, so Kaiser, sei das wunderbar.



Foto: Hendrik Schmidt / picture alliance / dpa

Roland Kaiser bleibt auch im Alter aufgeschlossen. Das dürften nicht zuletzt seine jüngeren Fans zu schätzen wissen.



Buchtipps

Zu jung? Zu alt? Egal!

Altersdiskriminierung ist weit verbreitet und meist unsichtbar. Inzwischen dringt zumindest die systematische Benachteiligung älterer Menschen ins öffentliche Bewusstsein. Aber tatsächlich begleiten altersbedingte Vorurteile das gesamte Arbeitsleben. Die dramatischen Folgen zeigen sich in dem Mangel an Fachkräften oder in dem generellen Frust vieler Beschäftigter.

Dieses Buch zeigt existierende Lösungen und zukunftsweisende Ansätze auf. Ein Impuls könnte ein neuer Altersbegriff sein, der als Ausgangspunkt für eine Entwicklung dient, die allen nützt. Denn heute erlebt jeder Mensch über das ganze Leben hinweg Altersdiskriminierung. Ein Ausweg aus diesem Dilemma wäre demnach das sogenannte altersfreie Arbeiten.



Peter Lau, Clara Vuillemin: Zu jung? Zu alt? Egal! Für eine Arbeitswelt ohne Altersgrenzen. Brand eins books, 128 Seiten, ISBN: 978-3-98928-024-3, 20 Euro.

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



Denksport

Der Frühling kommt

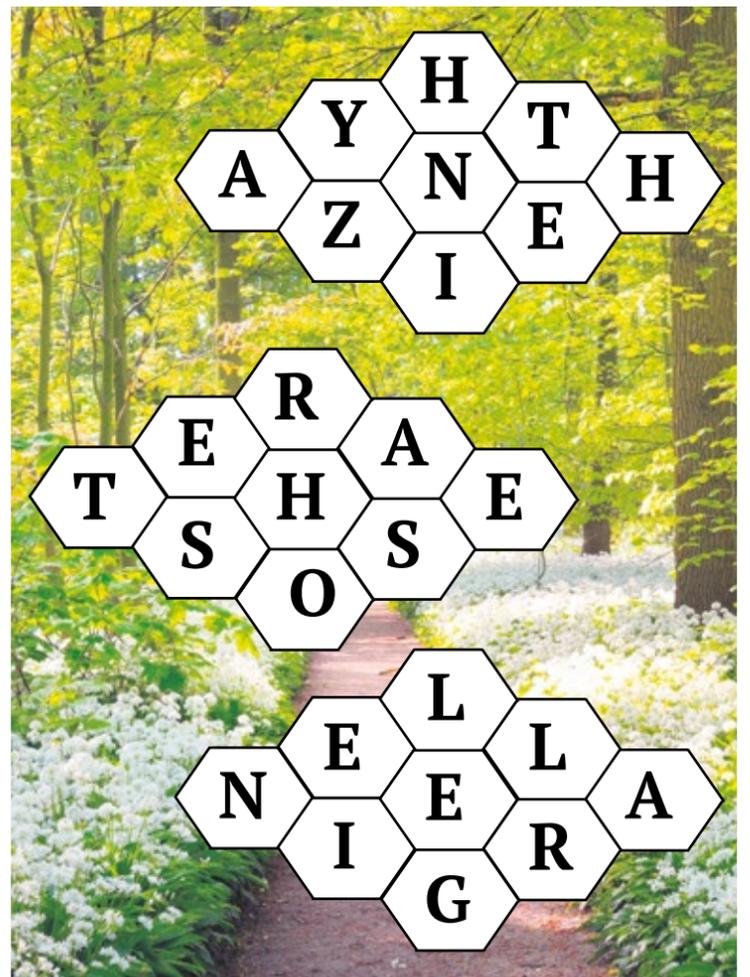


Foto: Alex Stemmer / Adobe Stock

In diesem Durcheinander stecken – von links nach rechts oder umgekehrt – mit dem Frühling verbundene Begriffe. Jeder Buchstabe darf nur einmal verwendet werden und ist direkt mit dem auf ihn folgenden verbunden. Blicken Sie da noch durch? Die richtigen Antworten finden Sie auf Seite 18 dieser Ausgabe.

Buchtipps

Zeiten der Einsamkeit

Einsamkeit kennt viele Ursachen und Ausprägungen und ist ein großes Thema unserer Gesellschaft. Es zieht sich auch durch die Schicksale in diesem Buch: John hat den Tod seiner Eltern nie überwunden und stürzt in die Einsamkeit. Marta leidet unter der Gewalt ihres Mannes und zieht sich aus der Welt zurück. Dolores hat als Sängerin den Weg aus der Armut auf die Bühne gefunden, wird dabei aber ihrer Familie fremd.



Nicht erst seit Corona leiden immer mehr Menschen darunter, allein zu sein. Vor Kurzem hat die Bundesregierung eine Strategie gegen Einsamkeit auf den Weg gebracht. Was hat sich verändert in unserer Gesellschaft? Steigt mit der Freiheit, das Leben selbst zu bestimmen, das Risiko, zu vereinsamen? Janosch Schobin hat sozusagen das Buch der Stunde geschrieben – für alle, die verstehen wollen, was es mit diesem schmerzlichen Gefühl auf sich hat.

Janosch Schobin: *Zeiten der Einsamkeit. Erkundungen eines universellen Gefühls.* Hanser Verlag, 224 Seiten, ISBN 978-3-446-28267-4, 24 Euro.

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

Hätten Sie's gewusst?

Affen gehen in Gruppen pullern

Nicht nur Gähnen ist ansteckend, Pullern offenbar auch – zumindest bei Schimpansen. Das zumindest fand kürzlich ein japanisches Forschungsteam der Universität Kyoto heraus. Die Wissenschaftler*innen beobachteten die Menschenaffen über insgesamt 600 Stunden hinweg beim Urinieren.

Ähnlich wie Menschen, die zu zweit oder mehreren aufs Klo gehen, neigen auch Schimpansen zum Gruppenpullern. Das Verhalten der Tiere, vermuten die Forschenden, diene der Stärkung sozialer Bindungen oder spiegele Führungsrollen wider. Denkbar sei, dass die Gruppe dadurch vom Chef zur Blasenentleerung animiert werde. Das wiederum ließe Parallelen zu Eltern erkennen, die vor der anstehenden Autofahrt die Kinder noch einmal zur Toilette schicken. In Japan hegt man daher die Theorie, das Phänomen könnte tief reichende evolutionäre Wurzeln haben.



Foto: ANSHIN/Adobe Stock

Ein italienisches Sprichwort sagt: „Wer nicht in Gesellschaft pinkelt, ist ein Dieb oder ein Spion.“ Schimpansen wären damit entlastet.

Gibt's doch gar nicht, oder?

Goldmomente für die Seele

Auf einem katholischen Friedhof in Berlin steht ein sogenannter „Kiosk der Kostbarkeiten“. An dem Automaten erhalten Trauernde kleine Schatzkästchen, deren Inhalt sie ermutigen und trösten soll. Sehr schön drückt es das zuständige Erzbistum aus: Man wolle „kleine Goldmomente für die Seele“ schenken.

Eine Schachtel ist für zwei Euro erhältlich. Zugute kommen die Einnahmen dem Malteser-Projekt „Anlaufstelle für Trauernde“. Unter den Namen Weggefährten, Lichtblick, Trostgold, Bauchgefühle und Sternstunden gibt es insgesamt fünf verschiedene Sorten von kleinen Päckchen. Diese nehmen jeweils unterschiedliche Bedürfnisse und Facetten der Trauer in den Blick. Der Automat soll die kirchliche Trauerbegleitung niedrigschwellig ergänzen. Auf diese Weise können Hinterbliebene das Angebot anonym und selbstbestimmt nutzen.



Foto: Erzbistum Berlin

Der Inhalt dieses ungewöhnlichen Automaten soll Trost spenden.

Des Rätsels Lösung

Welcher Dominostein passt? (Ausgabe Februar, Seite 16)

Die passenden Dominosteine trugen die Nummern 2, 4 und 6.

Der Frühling kommt (Denksport, Seite 17)

In den Waben waren die Wörter Hyazinthe, Osterhase und Allergien versteckt.

Chaos unter Wasser (Fehlersuche, Seite 16)

Siehe Markierungen rechts.



Variante: LEICHT

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

215

Auflösung des Vormonats

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

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

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

Variante: MITTEL

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

Auflösung des Vormonats

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

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@sovde.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, „Sudoku“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. März.

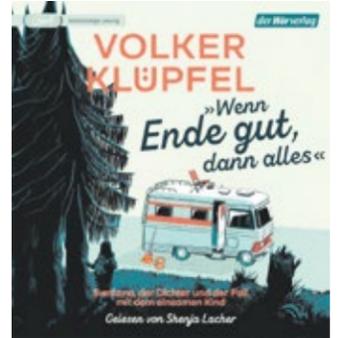
Mit spitzer Feder

Hörbuchtipp



Wenn Ende gut, dann alles

„Halt an, Tommi! Kind ist ganz nass bei diese scheußliche Wetter, muss sich doch kümmern jemand.“ Svetlana liebt russische Literatur und Detektivgeschichten. Ihre Lebensweisheiten sind so legendär wie ihre Grammatik. Tommi hofft derweil auf seinen Durchbruch als Bestsellerautor und haust im alten Wohnmobil seines Vaters. Das hat der ihm zusammen mit seiner ukrainischen Putzfrau Svetlana überlassen. Als Tommi und Svetlana eines Abends ein kleines Mädchen am Waldrand auflesen, ahnen sie nicht, dass ihre Suche nach dessen Mutter sie auf die Spur eines Verbrechens bringt – und sie selbst in große Gefahr.



Volker Klüpfel: Wenn Ende gut, dann alles. Der Hörverlag, 2 CDs (mp3), gelesen von Shenja Lacher, ISBN: 978-3-8445-5289-8, 24 Euro.

Möchten Sie dss vorgestellte Hörbuch gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Wenn Ende gut, dann alles“ entweder per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder aber mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. März.

Energieerzeuger	Moralbegriff	Possenreißerin; Törlin	arabischer Fürstentitel	Rücksendung an den Verkäufer	alte dt. Münze	der Nahe und Mittlere Osten	Lastenheber	aufhören	unkompliziert	Bergpapagei Neuseelands	Ermattung	dt. Name von Slupsk (Polen)
							Aufkleber					
Weserzufluss bei Hameln					Ackergr				römischer Kaiser (54-68)			Teil der Badausstattung
Pferdesportlerin							bayer.: Schlitten		angenommen, dass			
					ugs.: verschwenden	Fluss in Westpommern (Polen)				Anwendungssoftware für Mobilgeräte (Kf.)		
Schreckensherrschaft	Holzbaubetrieb		betroffen, bestürzt	Vorname Bruckners † 1896					künn angelegtes Unternehmen	Fulda-Zufluss		Vorname d. Schauspielerin Meysel †
verschönerndes Beiwerk						Staat in Südamerika		Schulfach				
				schönste Frau der griech. Sage		südamerik. u. mexik. Währung				Zusatz zum Ackerboden		
Mauerkrone	Tier aus einem fernen Land		Maschinenteil					eingelegtes Tierprodukt		schmaler Durchlass		
einen Wert ermitteln					norddt. Frauenname		Frühjahrgemüse	Seidengewebe				
Programmdateiendung			Leid, Schmerz	Individualtransportmittel					Saale-Zufluss	AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ U ■ ■ ■ R ■ W ■ ■ Z ■ ■ W ■ L ■ ■ M O R T A D E L L A M I X E R ■ ■ B R A E U S O E L E R M ■ ■ R E D E S T I C H M M U S ■ ■ G A G H A P E K I M P O R T ■ ■ A A A A N T E N N E D I ■ ■ A N Z U E N D E N L F E L L ■ ■ L O O S I X G E N E R A L ■ ■ G L L A E S T H E T G A G E ■ ■ W A H L U R N E A N T R E T E N ■ ■ R I F I G G E R A ■ ■ V E R G A B E R U M ■ ■ G E B E I N L I E S E ■ ■ E I F E R N N O T ■		
alkohol. Getränk						arab. Märchenfigur (... Baba)						
							bayer.: Bergkuppe					
mit Säure oder Lauge bearbeiten	Stadt an der Bode, am Harz					Vorname des TV-Kochs Mälzer			0321			Rauchverzehrer (1-14)

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. Der Bezug von „Soziales im Blick“ ist im SoVD-Mitgliedsbeitrag enthalten.

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

Anzeigenverwaltung: Agentur Neun GmbH, Pforzheimer Straße 132, 76275 Ettlingen, Telefon: 07243/53 90 123, Mobil: 0176/47 12 98 86, 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 2024 insgesamt 373.594 Exemplare. Die digitale Auflage (E-Paper) beträgt aktuell 64.437 Exemplare.

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

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 an: kreuzwortraetsel@sovd.de. Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse anzugeben!

Krankenversicherungsbeiträge steigen für Senioren

Ab März weniger Rente

Mit Verzögerung wirken sich die steigenden Sozialabgaben auch auf die Rentenhöhe aus. Im März greifen die neuen Sätze für gesetzlich krankenversicherte Rentner*innen.

Für gesetzlich versicherte Arbeitnehmer*innen haben sich die Beiträge für die Krankenversicherung zum Jahreswechsel teilweise stark erhöht. Im Schnitt stieg der Zusatzbeitrag von 1,7 auf 2,5 Prozent, bei einzelnen Krankenkassen auch deutlich höher. Jede Krankenkasse kann selbst über die tatsächliche Höhe des Zusatzbeitrages entscheiden. Die meisten gesetzlich Versicherten haben seit Januar deshalb ein geringeres Nettogehalt.

Es ist gesetzlich festgelegt, dass dieser geänderte Krankenkassenbeitrag sich erst zwei Monate später auf die Rentenhöhe auswirkt. Rentner*innen spüren diese Anpassung daher verzögert. Ab März werden viele eine geringere monatliche Überweisung erhalten, eine schriftliche Information durch die Rentenversicherung gibt es in der Regel nicht.

So wie beim regulären Krankenkassenbeitrag übernimmt die Rentenversicherung auch beim Zusatzbeitrag die Hälfte der Kosten – analog wie der Arbeitgeber für berufstätige Versicherte. Diesen Anteil leitet die Rentenversicherung direkt an die jeweilige Krankenkasse weiter.

Hat eine Krankenkasse ihren Zusatzbeitrag also beispielsweise um 1 Prozent erhöht, erhalten Rentner*innen 0,5 Prozent weniger Rente. Bei einer Rente von 2.000 Euro ergibt das eine um 10 Euro niedrigere Auszahlung.



Foto: Kzenon / Adobe Stock

Die medizinische Versorgung für Ältere ist wichtig – und wird ab März etwas teurer.

TK und DAK melden weniger Krankmeldungen – Appell zu mehr Schutz in Firmen

2024 weniger Ausfälle als vorher

Krankheitsausfälle bei der Arbeit sind nach Angaben großer Krankenkassen im Jahr 2024 erstmals wieder leicht zurückgegangen. Im Schnitt waren Erwerbstätige 19,1 Tage krankgeschrieben, wie die Techniker Krankenkasse (TK) vor kurzem nach eigenen Versichertendaten mitteilte. Im Jahr zuvor war ein Wert von 19,4 Tagen ermittelt worden.

Erkältungen, Rückenschmerzen, psychische Probleme: In vielen Firmen nahmen Fehlzeiten wegen Krankheit in den letzten Jahren zu. Doch diese Entwicklung scheint nun wieder etwas abzunehmen. Das zeigen nicht nur die bei der TK erhobenen Daten. Auch die DAK-Gesundheit meldete einen Rückgang von durchschnittlich 20 auf 19,7 Fehltage.

Laut Auswertung der Kasse gab es zwar einen geringfügigen Anstieg der Krankmeldungen – die Falldauer war im Schnitt mit 9,7 Tagen aber kürzer als 2023 mit 10,1 Fehltagen. Ursache Nummer eins für Krankschreibungen waren auch im vergangenen Jahr Erkältungskrankheiten wie grippale Infekte, Bronchitis oder Corona-Infektionen, wie die TK mitteilte. Bei ihren Versicherten waren im Schnitt 4,67 Fehltage je Erwerbsperson auf diese Infekte zurückzuführen. 2023 waren es noch 5,11 Fehltage gewesen. Bei der DAK gab es bei solchen Atemwegsinfekten eine Abnahme von durchschnittlich 4,2 Ausfalltagen auf 3,8 Tage zu



Foto: sebra / Adobe Stock

Erkältungen sind die häufigste Ursache für Krankschreibungen.

verzeichnen. Bei der DAK sind 2,4 Millionen Beschäftigte versichert, bei der TK insgesamt sechs Millionen Erwerbstätige.

Etwas weniger Krankschreibungen im Job registrierten beide Kassen 2024 wegen Beschwerden wie Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen.

Einen leichten Anstieg gab es hingegen bei den psychischen Erkrankungen. Bei der TK fielen deswegen 2024 im Schnitt

3,75 Fehltage je Erwerbsperson an. Bei der DAK verlängerten sich diesbezüglich die durchschnittlichen Fehlzeiten von 3,2 auf 3,4 Tage. Grundsätzlich riefen die Kassen riefen zu mehr Gesundheitsschutz in Firmen auf. Mit einer vertrauensvollen und wertschätzenden Unternehmenskultur könnten Arbeitgeber*innen viel zum Wohlbefinden ihrer Mitarbeitenden beitragen.

dpa/veo

Anzeigen

Reisetipp

Seniorenurlaub
in das Allgäu und an die Ostsee

Fordern Sie noch heute unverbindlich den Katalog für Ihren Urlaub 2025 mit Hotels im Allgäu (u.a. Oberstdorf, Bad Wörishofen, Füssen) und an der Ostsee (u.a. Rügen, Timmendorf, Darß, Kühlungsborn) an, z.B. inkl. HP, inkl. Hin- u. Rückfahrt im Kleinbus ab/zur Haustür, 7 Tage für nur 779,- €. Tel. 0 83 76 / 92 92 72
Seniorenurlaub Keller GmbH, Alpenblickstr. 17, 87477 Sulzberg • www.seniorenurlaub.de

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur

Ansprechpartner
Agentur Neun GmbH
Vanessa Kunz
Pforzheimer Straße 132
76275 Ettlingen
Telefon: 07243/ 53 90-123
E-Mail: vanessa.kunz@agenturneun.de

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

Gesucht & Gefunden

Treppenlift

Bundesweiter Service,
24 Stunden,
365 Tage im Jahr

Auch zur Miete

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

Neu oder gebraucht

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

Treppenlift

4.000,- Euro
Zuschuss!

4.000,- Euro Zuschuss oft möglich

Wir helfen Ihnen bei der Antragstellung
Die neue Generation für das beste Liftgefühl

Bundesweiter Service
Prima-Lift

Kostenlose Telefonberatung 24 Std
täglich Wir sind für Sie da!

0800 - 23456 11
www.prima-lift.de

Bayerischer Wald

Traumhafte Tage im Bayerischen Wald mit Ihrer Reisegruppe
nahe Passau

großzügige Bäderlandschaft, versch. Saunen, Ruheroasen

Planen Sie schon Ihre nächste Gruppenreise?

Gem. Komfortzimmer(WLAN) Wohlfühl-Bäderlandschaft. 5 Tage m. HP ab 335,- € p.P./DZ
Wahlmenüs mit reg. Zutaten, Salatbuffet, Frühstücksbuffet mit hausg. Köstlichkeiten.
Bäderlandschaft mit Saunen u. Ruheroasen zum Wohlfühlen. Massage & Kosmetiksalon.
Historischer Weinkeller mit einem Rittermahl - der Höhepunkt Ihrer Reise.
2 Kegelbahnen, Tanzbar, Hoteleigene Tiefgarage.
Zentrale Lage für Ausflüge nach Passau, Böhmen und Österreich.
Romantik Posthotel - Fam. Dafinger - 94133 Röhrnbach - Marktplatz 1
Tel 085 82-80 88 • www.romantik-posthotel.de

URLAUBSHOTEL
Binder

So muss Urlaub sein!

5 ÜN pro Person ab 370,-
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

Teutoburger Wald

Bad Salzfluten FeWo an der Promenade,
1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse.
☎ 0 52 22 / 1 52 17 | fewobadsalzfluten@gmail.com

Harz

Bad Lauterberg FeWo, Kab.-TV., Sep.-Eing.,
Ruh.lage, 2Pers, ab 35,- €/Tag ☎ 0 55 24 / 16 30

Polnische Ostsee

Speziell für den SoVD mit Haustürabholung PLZ 0-5

Neu ab 2025 !!!! **14 Tg. Kur in Marienbad**
Haustürabh. Ü/ F/ HP/ Kuranwendungen Preis je nach Hotelkategorie

14Tg Kurreisen in Polen nach Swinemünde, Misdroy, Kolberg,
Henkenhagen oder Dzwirzyno, Haustürabh. Ü/ F/ HP/ 20 Anwend. ab **699,-**

14 Tage Kombi- Reise Mai 2025 oder Herbst
1 Woche **Masuren** mit Ausflüge und 1 Woche Erholung/ Kur poln. Ostsee,
alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kur, p.P./m DZ **1.299,-**

Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn 04435 - 953 88 60 Katalog anfordern

Nord-/ Ostsee

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

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee–Ferien-
wohng. strandnah Garten Hunde willkommen
freie Termine ab 85 € ☎ 0174/6882835

Nord-Ostsee-Kanal! Meist befahrene Wasser-
straße der Welt. Fewos, Dachterr. Badese. Hauspr.
☎ 0 48 35 / 13 00, landhausamgrashof.de

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

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

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

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

BÜSUM, ****-Fewo, 1 - 3 Personen,
5 min. z. Strand u. Ortskern, Flachbild-
Kabel-TV, NR, keine Haustiere, ab 29,- €
☎ 0 48 34 / 26 11 • www.haus-corinna.de

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

EG FeWo 1-4Pers, zw. Nord u. Ostsee, keine
H-tiere, Parkplatz, Terrasse ☎ 01716420451

Polnische Ostsee

(K)urlaub u.a. Usedom, 7 Tg., HP, Hotel****
ab €240,- optional Hausabholung & Anwd.
JAWA-Reisen.de [GmbH] Giersstr. 20,
33098 Paderborn ☎ 05251/390 900



BEZAHLT VON IHRER APOTHEKE 1. MÄRZ 2025 A

Umschau plus TV-Programm

Das starke Geschlecht
Endlich tut sich was: Die Gynäkologie wird frauenfreundlicher

JETZT IN IHRER APOTHEKE VOR ORT

Darmspiegelung: Nicht verpassen! Die Untersuchung kann Krebs verhindern

Tierliebe: Mensch und Hund: Eine ganz besondere Beziehung

Versicherung: Unzufrieden mit der Krankenkasse? So gelingt der Wechsel

Neue Serie: Wie Sie das passende Fahrrad für sich finden

Umschau
Gesundheit hat einen Ort.

Sorgenfrei durch den Alltag

Mit zuzahlungsfreien Pflegehilfsmitteln zur Entlastung in der häuslichen Pflege

Nach § 40 SGB XI ab Pflegegrad 1*

So einfach gehts:

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

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



Hier Antrag anfordern

Haben Sie Fragen?
kontakt@mein-pflegeset.de

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

Weitere Infos unter
www.mein-pflegeset.de

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

PRAXIS PARTNER

Praxis Partner GmbH
In den Fritzenstücker 9-11
65549 Limburg

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

1-2 Werktage

KURdirekt

8 Tage p.P. ab **€ 597,-**

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

Erholungsreise nach Bad Füssing

REISE KÖNIG

8 Tage p.P. ab **€ 1.277,-**

Jetzt buchen & Getränkepaket im Wert von € 203,- sichern!

Flusskreuzfahrt „Donauwalzer“

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



IHR HOTEL: 3+ Hotel Dein Franz

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

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

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



3+ Hotel Dein Franz



Zimmerbeispiel, 3+ Hotel Dein Franz



Eingangsbereich, 3+ Hotel Dein Franz

INKLUSIV-LEISTUNGEN

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

Mit Zahlung der Kurtaxe vor Ort (ca. € 3,40 p.P./Tag) können die Leistungen der Kur- und Gästekarte Bad Füssing in Anspruch genommen werden.

TERMINE & PREISE 2025 p.P.

im Doppelzimmer	8 Tage/7 Nächte	Verl.-Woche
Anreise: montags		
A 01.12.; 08.12.; 15.12.*3	€ 597	€ 349,-
B 03.02.; 10.02.; 17.02. 10.11.; 17.11.; 24.11.	€ 677,-	€ 399,-
C 24.02.; 03.03.; 10.03.; 17.03.; 24.03. 20.10.; 27.10.; 03.11.	€ 727,-	€ 449,-
D 31.03.; 07.04.; 14.04.; 21.04. 23.06.; 30.06.; 07.07.; 14.07.; 21.07.; 28.07.; 04.08.; 11.08. 29.09.; 06.10.; 13.10.	€ 777,-	€ 499,-
E 28.04.; 05.05.; 12.05.; 19.05.; 26.05.; 02.06.; 09.06.; 16.06. 18.08.; 25.08.; 01.09.; 08.09.; 15.09.; 22.09	€ 827,-	€ 549,-
Einzelzimmer-Zuschlag	€ 105,- pro Woche	

Hinweise:
 *1Bitte erkundigen Sie sich im Restaurant nach den Auswahlkarten für die Halbpension. Öffnungszeiten des Restaurants „Hofschänke“: Mo.-Fr.: 16:00-23:30 Uhr; Sa.-So.: 11:00-23:30 Uhr.
 *2Massagen werden nur nach Terminvereinbarung bei Herrn Märzendorfer (Physiotherapeut, Kurallee 10, 94072 Bad Füssing, Tel.: 08531-914440) durchgeführt.
 *3Letzte Rückreise am 22.12.25.
 > **Verlängerung:** Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
 > **Reiserücktritts-Versicherung** empfehlenswert.
 > **Veranstalter:** Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.kurdirekt.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.kurdirekt.de/datenschutz

Reisecode: SOVD

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



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

IHR REISEVERLAUF

Tag	Hafen	An	Ab
1	Abholung an Ihrer Haustür, Busreise nach Passau und Einschiffung.		17:00 Uhr
2	Ybbs (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug nach Maria Taferl.	06:00 Uhr	12:00 Uhr
	Wien (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Fahrt auf dem Prater.	20:30 Uhr	-
3	Wien (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang.	-	19:00 Uhr
4	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang.	12:00 Uhr	-
5	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zur Teilnahme an einer Puszta-Rundfahrt.	-	14:00 Uhr
6	Bratislava (Slowakei) mit Möglichkeit (exkl.) zum Stadtrundgang.	08:00 Uhr	14:00 Uhr
7	Melk (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zum Besuch des Benediktinerstifts.	07:30 Uhr	13:30 Uhr
8	Passau, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür.	07:30 Uhr	



Kabinenbeispiel, 4+ BELVEDERE

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4++ BELVEDERE und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
- ✓ Vollpension an Bord
- ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
- ✓ Ausflüge zusätzlich an Bord buchbar
- ✓ Kreuzfahrtleitung & deutschsprachige örtliche Reiseleitung
- ✓ Alle Hafen- und Passagiergebühren

TERMINE & PREISE 2025 p.P.

Abfahrtstermine: montags	2-Bett Hauptdeck vorn/achtern (HX)	2-Bett Mitteldeck achtern (MX)	2-Bett Oberdeck achtern (OX)
A 24.03.; 31.03. 20.10.; 27.10.**	€ 1.277,-	€ 1.577,-	€ 1.877,-
B 07.04.; 14.04.**	€ 1.377,-	€ 1.727,-	€ 2.027,-
C 05.05.; 12.05. 07.07.; 14.07.; 21.07.; 28.07.; 04.08.**; 11.08. 22.09.; 29.09.	€ 1.477,-	€ 1.827,-	€ 2.177,-
D 02.06.**; 09.06.; 16.06.; 23.06.; 30.06.** 18.08.; 25.08.; 01.09.	€ 1.577,-	€ 1.877,-	€ 2.277,-

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

- > Aufpreis Getränkepaket: € 203,-
- > Aufpreise für die Ausflüge auf Anfrage.
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage.

Hinweise:
 *Bei Buchung bis zum 14.03.2025 erhalten Sie das Getränkepaket im Wert von € 203,- geschenkt.
 **Single-Spezial: Zuschlag für Kabinen zur Alleinbenutzung um 50% reduziert. (begrenzt Kontingent)
 > **Reiserücktritts-Versicherung** empfehlenswert.
 > **Routenänderungen** vorbehalten.
 > **Veranstalter:** Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

Reisecode: SOVD



Ihre Reiseroute

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



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

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

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

info@reise-koenig.de

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS
BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR







Burg-Brocken Plus

Erlebnisse, Gaumenfreuden, Entertainment, Wellness im Harz

- **4 Tage / 3 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (mit tollen Inklusivleistungen (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, Begrüßungsdrink, Live-Musik, Eintritt zu allen Veranstaltungen des Hotels, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung und Verfügbarkeit)
- **Wertgutschein** Hotel-Shop
- **Eine Fahrt mit der Harzer Schmalspurbahn zum Brocken und zurück nach Wernigerode**
- **Eintritt in das Luftfahrtmuseum in Wernigerode**

Ihr Komplettprice

Angebot gültig im Zeitraum bis 21.12.25

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

je Erw. im DZ

354,- €

Sichern Sie sich zusätzlich **10% Sonderrabatt** mit Buchungscode **RITTERSCHLAG**

** auf alle Aufenthalte im Zeitraum 01.01. bis 22.12.25. Bei Direktbuchung mit dem Code „RITTERSCHLAG“ über die Online-Buchung auf unserer Website sowie per Telefon oder E-Mail. Aktion gültig bis 1. April 2025.

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

Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96540



über
120
Jahre



Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus



Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Magnesium 400 supra-Kapseln

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

Hoch dosiert – nur 1 x täglich!

Best.-Nr. 129 120 Kapseln (91g – € 93,41/kg) € 8,50
Best.-Nr. 135 300 Kapseln (229g – € 76,42/kg) € 17,50

Erotisan-Manneskraft

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

Best.-Nr. 1043 120 Kapseln (90g – € 238,89/kg) € 21,50
ab 3 Pack. (90g – € 211,11/kg) nur € 19,00

Handrücken-Pflegecreme

Ein Spitzenprodukt, ideal für faltenanfällige Hautpartien wie Augen Umgebung, Hals, Gesicht, Hand, Handrücken, Fingerrücken mit Nagelbett. Auch für schwindige Körperstellen wie Ellbogen und Knie. Für die perfekte Hautpflege!

Aktion im März 2025!

Best.-Nr. 1258 125-ml-Dose (je 1 Liter = € 63,60) € 7,95
Im März: Zu jeder bestellten Dose – eine GRATIS dazu!

Kürbiskernöl-Kapseln aus kbA

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

Best.-Nr. 162 150 Kapseln (99g – € 80,30/kg) € 7,95
Best.-Nr. 161 400 Kapseln (272g – € 69,85/kg) € 19,00

Grünlippmuschel-Kapseln

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

Best.-Nr. 805 150 Kapseln (88g – € 153,41/kg) € 13,50
Best.-Nr. 1850 300 Kapseln (178g – € 140,45/kg) € 25,00

TOP Vitamin B12 Supra 200µg

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

Best.-Nr. 118 240 Tabletten (51g – € 127,45/kg) € 6,50
ab 3 Packungen (51g – € 116,67/kg) nur € 5,95

GRATIS-TEST*

GUTSCHEIN-Nr. 32

auch online einlösbar!

2-Monatspackung *FÜR ALLE NEUKUNDEN

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

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

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

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

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

Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz. Alle Informationen zu unseren Produkten und die AGB finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/sovd250332

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon (falls Rückfragen)

Datum, Unterschrift

Bestellung bitte an:

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

Bereits jedes 7. Mitglied liest die SoVD-Zeitung *digital*



+ *schneller bei Ihnen
als im Postversand*

+ *enthält alle
Landesbeilagen*

+ *für Tablets und
Smartphones*

+ *schont die Umwelt*



Wechseln Sie zum E-Paper!

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

Foto: Jacob Lund / Adobe Stock; Collage: SoVD

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

Sozialverband Deutschland
Abteilung Redaktion
Stralauer Straße 63, 10179 Berlin

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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