



Fotos: Wolfgang Borrs

Führen den Bundesverband an der Spitze (v. li.): Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, SoVD-Präsident Alfred Bornhalm, Vizepräsident Joachim Wittrien, Vizepräsidentin Prof.in Dr.in Ursula Engelen-Kefer und Bundesgeschäftsführer Michael Meder.

Außerordentliche Bundesverbandstagung beschließt Reform und wählt SoVD-Präsidenten neu

Mit moderner Struktur nach vorn

„Unser Weg in die Zukunft“ war das Motto der außerordentlichen Bundesverbandstagung (BVT) des SoVD vom 2. bis 4. März in Berlin. Im Zentrum standen Beschlüsse zur zukünftigen Struktur sowie Neuwahlen. Mit überwältigenden 92 Prozent der Stimmen wählten die Delegierten Alfred Bornhalm, den Vorsitzenden des Landesverbandes Schleswig-Holstein, zum neuen SoVD-Präsidenten. Auch die Strukturreform fand eine herausragende Mehrheit.

Anzeige

**Das gute Gefühl,
vorgesorgt zu haben.**

Attraktiver Versicherungsschutz für die Mitglieder des Sozialverbandes SoVD Deutschland e.V.

Sie und Ihre Angehörigen können von unseren vorteilhaften Vorsorge- und Versicherungsangeboten profitieren. Unser Portfolio reicht von der Sterbevorsorge über die Unfallversicherung bis hin zur privaten Haftpflichtversicherung.

Interesse? Dann melden Sie sich!

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

ERGO

Das neue Gesicht nach außen bleibt unverändert. Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier, die den SoVD bereits seit September 2022 sehr erfolgreich gegenüber Medien und Politik vertritt. In ihrer Rede vor rund 200 Delegierten sagte Engelmeier: „Bei meinem Einsatz für den SoVD geht es mir darum, neue Kontakte zu knüpfen, Verbindungen zu halten und zu nutzen, Menschen und Verbände zusammenzubringen und gute Projekte voranzubringen.“



Blickpunkt

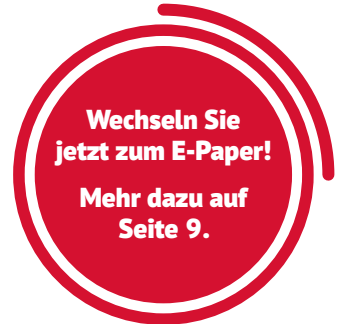
Liebe SoVD-Mitglieder, auf unserer außerordentlichen BVT in Berlin haben wir einen großen Schritt getan: Mit mehr als 95 Prozent haben die Delegierten die vom Bundesvorstand vorgeschlagenen Satzungsänderungen beschlossen. Warum eine Strukturreform notwendig ist, haben wir im Vorfeld umfassend erläutert – unter anderem in den letzten Ausgaben der SoVD-Zeitung. Da mich nicht alle im Verband kennen, möchte ich mich kurz vorstellen: 1951 in Bad Bentheim geboren und dort aufgewachsen, studierte ich nach meiner Ausbildung zum Elektrohandwerker und der Fachhochschulreife auf dem zweiten Bildungsweg in Kiel Sozialarbeit. Dort lebe ich seit mehr als vier Jahrzehnten. Mit meiner Frau habe ich zwei Kinder und sechs Enkelkinder. Beruflich war ich viele Jahre in leitender Funktion bei der Landeshauptstadt in der Jugend- und Sozialhilfe beschäftigt. Nach meinem Renteneintritt vor neun Jahren bin ich ehrenamtlich in unserem Verband aktiv geworden, als Vorsitzender des Kreisverbandes

Mit einer lauten Stimme für unsere Mitglieder und alle, die auf unser Engagement angewiesen sind.“ Engelmeier umriss die vielen sozialpolitischen Herausforderungen, vor denen das Land steht. Dazu gehörten die lange geforderte Pflegereform, eine stabile Altersversorgung, die Gleichstellungspolitik und die Kindergrundsicherung. „Für all das wird ein starker SoVD, getragen vom Engagement seiner 600.000 Mitglieder, im ganzen Land gebraucht.“

Die Vorstandsvorsitzende dankte in ihrem Redebeitrag insbesondere auch den anwesenden ehrenamtlichen Delegierten: „Ich habe von Kindheit an erfahren, wie wichtig das ehrenamtliche Engagement im SoVD ist. Wenn sich nicht Zehntausende von uns in ganz Deutschland engagieren würden, wäre es um den Zusammenhalt und die Gerechtigkeit in unserer Gesellschaft schlechter bestellt.“

Fortsetzung auf Seite 2

des Kiel und des Landesverbandes Schleswig-Holstein. Als Leiter der Steuerungsgruppe habe ich intensiv an der Vorbereitung der Verbandsreform mitgearbeitet. Wenn unsere neue Satzung in Kraft tritt, wird die Führung und auch die rechtliche Vertretung unseres Verbandes bei einem zweiköpfigen hauptamtlichen Vorstand liegen. Ich habe mich für das Amt des Präsidenten zur Verfügung gestellt, um diesen Übergang zu begleiten, und darauf freue ich mich! Ihr Alfred Bornhalm
SoVD-Präsident



Zugriff auf Gesundheitsdaten

Elektronische Patientenakte soll Versorgung verbessern
Seite 4



Einsamkeit kann krank machen

Kompetenznetz zeigt mögliche Auswege auf
Seite 8



Kritik an „neuer“ Patientenberatung

SoVD bezeichnet Gesetz zur UPD als unsolidarisch
Seite 5



Mindestlohn: SoVD für 14 Euro

Folgen der Inflation wirken sich auch hier aus
Seite 4

Frohe Ostern!





V. li.: Tagungspräsident Ernst-Bernhard Jaensch †, Dirk Swinke, Geschäftsführer des SoVD-Landesverbandes Niedersachsen, und Holger Reise, externer Strategieberater der PR-Agentur Kaltwasser.

Alfred Bornhalm arbeitete als Leiter der Steuerungsgruppe intensiv an der Verbandsreform mit.

Das Tagungspräsidium, v. li.: Kerstin Römer (LV MD), Elfriede Rosin (LV NDS), Michael Meder (BGF), Ernst-Bernhard Jaensch † (LV NDS), Hans-Otto Umlandt (LV SH) und Helmut Etkorn (LV NRW).

Außerordentliche Bundesverbandstagung beschließt Reform und wählt SoVD-Präsidenten neu

Mit moderner Struktur nach vorn

Fortsetzung von Seite 1

Der neue SoVD-Präsident Alfred Bornhalm bekundete: „Wir müssen in Politik und Öffentlichkeit die starke Stimme für unsere Mitglieder sein und für alle, die in unserem Land auf tragfähige Sozialsysteme angewiesen sind.“ Bornhalm weiß, wovon er spricht – er leitete bis 2014 insgesamt 30 Jahre das Sozialamt in Kiel. Um diese Ziele zu erreichen, müsse sich der Verband professionell aufstellen, betonte Bornhalm weiter. Nur so könne der SoVD in der schnelllebigen Medienlandschaft Gehör finden: „Wir brauchen ein Klima, das Raum schafft für Innovation.“ Dies alles stelle der in die Wege geleitete Strukturprozess sicher, so Bornhalm.

Strukturprozess hat bereits vor zwei Jahren begonnen

Die Verbandsreform hatte einen langen Vorlauf (*wir berichten hierzu in mehreren Ausgaben*). Über zwei Jahre hinweg wurde darüber in Arbeitsgruppen und Gremien sorgfältig und intensiv über moderne, zukünftige Strukturen beraten. Bereits zu Beginn hatte der Bundesvorstand hierzu eine Steuerungsgruppe eingesetzt. Hinzu kamen im Zuge des

Strategieprozesses vier Regionalgruppen, in denen alle Landesverbände vertreten sind.

Ein erster wichtiger Schritt war als Ergebnis der Beratungen im letzten Sommer die Berufung von Michaela Engelmeier als hauptamtliche Vorstandsvorsitzende. Ihr Einsatz für den SoVD gegenüber der Öffentlichkeit und der Politik zeigt bereits sichtbare Wirkung. Fast täglich ist der SoVD in den Medien und im Kontakt mit prominenten Vertreter*innen der Politik und Verbänden.

Hauptamtliche Führung soll den Verband leiten

Das zweite wesentliche Resultat war der an die Bundesverbandstagung gerichtete Vorschlag des Bundesvorstandes zu der nun verabschiedeten Satzungsreform.

Nach der regulären Bundesverbandstagung im November 2023 soll demnach eine hauptamtliche Führung den SoVD leiten. An der Spitze steht dann künftig ein Vorstand aus zwei Personen, die hauptamtlich beim SoVD angestellt sind. Sie vertreten den Verband rechtlich und in der Öffentlichkeit und leiten die



alle Fotos: Wolfgang Borrs

Die rund 200 anwesenden Delegierten machten mit ihrem Votum nun auch formal den Weg frei für eine Modernisierung der Verbandsstrukturen.

Bundesgeschäftsstelle sowie die hauptamtlichen Strukturen in den nicht selbstständigen Landesverbänden.

Einfluss des Ehrenamtes bleibt auch künftig gewahrt

Der hauptamtliche Vorstand soll von einem Verbandsrat berufen, beraten und kontrolliert werden. Dem neuen Gremium Verbandsrat sollen wiederum 13 von Landesverbänden entsandte Mitglieder sowie die Bundesfrau-

ensprecherin und der*die Bundesjugendvorsitzende angehören. Der Verbandsrat hat zudem die Aufgabe, Ausschüsse zu zentralen Themen einzusetzen.

Darüber hinaus ist in der neuen Satzung eine Bundeskonferenz vorgesehen, die mindestens einmal im Jahr tagt. In ihr sind alle Landesverbände vertreten. Die enge Abstimmung zwischen Ehren- und Hauptamt im ganzen Land ist damit gewährleistet. So werden die Gremien umgestal-

tet; der Einfluss des Ehrenamtes bleibt jedoch gewahrt. Die entsprechenden Satzungsänderungen erhielten jeweils über 90 Prozent der Delegiertenstimmen.

In der vor der BVT stattfindenden Bundesvorstandssitzung wurde eine Resolution zur Stärkung der gesetzlichen Rente verabschiedet. Die Positionen zu diesem sozialpolitischen Kernthema des SoVD sind unter www.sovd.de/sozialpolitik/rente abrufbar.

Veronica Sina



Klaus Kienemann, Schatzmeister des Landesverbandes Nordrhein-Westfalen, sprach im Plenum.



Armin Dötsch, Bundesvorstandsmitglied und Schatzmeister im LV Berlin-Brandenburg.



SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier (re.) und Lebenspartner Michael Thews (MdB / SPD) verfolgen im Sitzungssaal der Bundesverbandstagung den Abstimmungsprozess.



Klaus Wicher, Vorsitzender des LV Hamburg, kandidierte ebenfalls als Vizepräsident.



Prof.in Dr.in Ursula Engelen-Kefer bleibt Vizepräsidentin.

Delegierte wählten Landesvorsitzenden Schleswig-Holstein an die SoVD-Spitze

Alfred Bornhalm ist SoVD-Präsident

Die neue Struktur an der Verbandsspitze tritt nicht sofort in Kraft. Bis zur ordentlichen Verbandstagung im November wurden die vakanten Positionen des Präsidenten und des Vizepräsidenten nachbesetzt. Mit einer überwältigenden Mehrheit von 92 Prozent wählten die Delegierten den Vorsitzenden des Landesverbandes Schleswig-Holstein zum SoVD-Präsidenten. Alfred Bornhalm tritt die Nachfolge von Adolf Bauer an, der das Amt im Herbst 2022 zur Verfügung gestellt hatte.

Zum Vizepräsidenten wählten die Delegierten mit deutlicher Mehrheit Joachim Wittrien, den Vorsitzenden des Landesverbandes Bremen, bislang Schriftführer im Präsidium. Der Rücktritt von Vizepräsidentin Hannelore Buls in der laufenden Amtszeit hatten eine Nachwahl auch dieser Position nötig gemacht.

Zweiter Vizepräsident erhielt deutliche Mehrheit

Wittrien erhielt 101 von 175 Stimmen. Auf seine Kandidatur zum Präsidenten hatte zuvor Bernhard Sackarendt, Vorsitzender des Landesverbandes Niedersachsen, verzichtet.

Klaus Wicher, Vorsitzender des SoVD-Landesverbandes Hamburg, der als Gegenkandidat für das Amt des Vizepräsidenten angetreten war, unterlag bei der Wahl. Er erhielt 63 der abgegeben, gültigen Stimmen.

Vizepräsidentin bleibt weiterhin Prof.in Dr.in Ursula En-



Alfred Bornhalm wurde mit 158 Delegierten-Stimmen gewählt.

gelen-Kefer, Vorsitzende des SoVD-Landesverbandes Berlin-Brandenburg. Im SoVD-Präsidium sind außerdem vertreten: Bruno Hartwig, Bundesschatzmeister und Vorstandsmitglied im SoVD-Landesverband Niedersachsen, Jutta König, Bundesfrauensprecherin und Vorstandsmitglied im

SoVD-Landesverband Nordrhein-Westfalen, und Franz Schrewe, Vorsitzender des Landesverbandes Nordrhein-Westfalen, in seiner Funktion als Vorsitzender des Finanzausschusses. Noch nachzubesetzen sind die Positionen des*der Schriftführenden, die Vizepräsident Joachim Wittrien innehatte, sowie die des kurz nach der BVT verstorbenen, langjährigen Präsidiumsmitgliedes Ernst-Bernhard Jaensch. Er gehörte dem Präsidium in seiner Funktion als Vorsitzender des Organisationsausschusses an.

Präsidium begleitet Reform weiter bis Spätherbst

Das Präsidium wird unter Leitung von SoVD-Präsident Alfred Bornhalm den Veränderungsprozess bis zur ordentlichen Bundesverbandstagung begleiten. Die Modernisierung an der Verbandsspitze soll dann abgeschlossen sein; der Reformprozess geht weiter. *Veronica Sina*



alle Fotos: Wolfgang Borrs
Joachim Wittrien wurde als Vizepräsident neu gewählt.



Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier vertritt den SoVD seit September mit großem Erfolg nach außen.



Bundeschäftsführer Michael Meder bereitete als Befürworter der Reform die außerordentliche Bundesverbandstagung vor.



Franz Schrewe, Vorsitzender des LV Nordrhein-Westfalen, ist Vorsitzender des Finanzausschusses.



Bundesschatzmeister Bruno Hartwig, Vorstandsmitglied im LV Niedersachsen, ist lange im Amt.



Bernhard Sackarendt, Vorsitzender des LV Niedersachsen, verzichtete auf seine Kandidatur.



Jutta König ist seit 2019 Bundesfrauensprecherin im SoVD und gehört somit dem Präsidium an.



Sebastian Freese aus dem Landesverband Schleswig-Holstein steht der SoVD-Jugend vor.

Tief betroffen und traurig nehmen wir Abschied von

Ernst-Bernhard Jaensch

Völlig unerwartet verstarb am 9. März unser langjähriges Präsidiums- und Bundesvorstandsmitglied sowie Vorsitzender des Strategie- und Organisationsausschusses, Ernst-Bernhard Jaensch. Neben seinen großen Verdiensten für den Bundesverband, darunter als Tagungspräsident zahlreicher Bundesverbandstagungen, hatte er eine herausragende Bedeutung für den Landesverband Niedersachsen. Hier war Ernst-Bernhard Jaensch über 20 Jahre lang im Vorstand und prägte das Gesicht des Verbandes maßgeblich mit. In seinem Kreisverband Wolfsburg machte er sich als Vorsitzender seit 1996 für soziale Gerechtigkeit stark und hatte dabei immer ein offenes Ohr für Ratsuchende und Mitstreiter*innen.

Der Tod ereilte Ernst-Bernhard Jaensch im Alter von 76 Jahren inmitten einer neuen Schaffensphase für unseren Verband, den er auch strategisch mit in die Zukunft führte. Sein Humor, seine Herzlichkeit und seine Tatkraft fehlen uns schmerzlich. Die Spuren seines Wirkens aber werden uns weiter begleiten. Unser tiefes Mitgefühl gilt seiner Familie. Wir sind Ernst-Bernhard Jaensch sehr dankbar und werden ihn nicht vergessen.

SoVD-Bundesvorstand
SoVD-Präsidium
SoVD-Vorstandsvorsitzende

SoVD-Landesvorstand Niedersachsen
SoVD-Kreisvorstand Wolfsburg
sowie alle haupt- und ehrenamtlichen Kolleg*innen





Foto: Halfpoint/Adobe Stock

2024 steht die nächste Anpassung des Mindestlohnes an. Das betrifft viele Menschen im Niedriglohnbereich.

Inflation hat Erhöhung vom Herbst 2022 aufgefressen

SoVD fordert 14,13 Euro Mindestlohn ab 2024

Die Mindestlohnkommission hat ihre Arbeit aufgenommen und berät über die Höhe der Lohnuntergrenze im nächsten Jahr. Für den SoVD ist klar, dass aufgrund der Inflation eine deutliche Erhöhung nötig ist, um Geringverdienende zu entlasten.

Im Oktober 2022 stieg der Mindestlohn in Deutschland von 10,45 auf 12 Euro pro Stunde. Dieser deutliche Sprung ging auf das Mindestlohngesetz zurück. Zugleich wurde festgehalten, dass künftige Anpassungen wieder im gewohnten Modus durch die Mindestlohnkommission bestimmt werden. In dieser sitzen jeweils drei Vertreter*innen von Arbeitgebenden und Arbeitnehmenden sowie zwei Wissenschaftler. Aufgabe der Kommission ist es, die Höhe der Lohnuntergrenze festzulegen. Als Orientierung dient die Entwicklung der Tariflöhne. Die (halb-)jährlichen Anpassungen betragen in der Vergangenheit zwischen 10 und 60 Cent pro Stunde.

Die starke Erhöhung im Oktober 2022 war also eine Ausnahme. Doch durch die stark gestiegene Inflation hat sie den Menschen keinen großen Gewinn an Kaufkraft gebracht. Nach Einschätzung des SoVD ist deshalb zum Jahreswechsel erneut eine deutliche Anhebung nötig. „Nach einem Jahr Krieg mit den überall spürbaren Folgen und einem Dreivierteljahr, das bis dahin noch vor uns liegt, muss aus unserer Sicht hier die Inflation stärker ausgeglichen werden. Dafür müsste der Mindestlohn nach unseren Berechnungen auf 14,13 Euro steigen“, sagte die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier den Zeitungen der Funke-Mediengruppe. Dies könne auch schrittweise erfolgen.

Der SoVD hat seine Einschätzung an die Mindestlohnkommission übergeben, die diese in ihre Arbeit einfließen lässt. Im Sommer gibt sie die künftige Höhe des Mindestlohnes bekannt. *str*

Elektronische Patientenakte soll schnellere und bessere Versorgung ermöglichen

Zugriff auf Gesundheitsdaten

Verordnete Medikamente, durchgeführte Operationen, ärztliche Befunde – all diese Informationen lassen sich schon heute in einer elektronischen Patientenakte speichern. Das medizinische Personal wie auch die Patient*innen selbst können darauf dann jederzeit zugreifen. Bisher nutzt das allerdings nicht einmal ein Prozent der gesetzlich Versicherten. Nach dem Willen von Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) soll die E-Akte daher ab Ende kommenden Jahres zum Standard für alle werden.

Viele Menschen kaufen über das Internet ein und buchen Reisen oder verschicken Bilder über ihr Smartphone. Warum also nicht auch digital auf die eigenen Gesundheitsdaten zugreifen und diese mit den behandelnden Personen in Praxen und Kliniken teilen?

Informationen können im Zweifel Leben retten

Tatsächlich sind viele Fachleute sich darin einig, dass die elektronische Patientenakte (ePA) zu einer schnelleren und besseren Versorgung von Menschen beitragen kann. Der Austausch von Röntgenbildern auf CD und das Faxen von Befunden würden dann der Vergangenheit angehören. Auch käme es seltener zu doppelten Untersuchungen, weil etwa vorherige Ergebnisse nicht bekannt sind.

Das sieht auch der Grünen-Gesundheitsexperte Dr. Janosch Dahmen so. Er sagte der Deutschen Presse-Agentur, die digitale Patientenakte könne Leben retten, weil sie Ärzt*innen sofort alle wichtigen Informationen zur Verfügung stelle. Sie müsse daher zum Standard werden.

Gesundheitsdaten sollen auch der Forschung dienen

Genau das beabsichtigt nun auch das Bundesgesundheitsministerium in Berlin. Dessen oberster Dienstherr will zeitnah ein Digitalgesetz vorlegen, das die ePA bereits Ende 2024 verpflichtend macht. Wer dies für sich nicht in Anspruch nehmen



Foto: Robert Kneschke/Adobe Stock

Wie ist die Medikation, besteht eine Allergie? In einer elektronischen Patientenakte wären diese Informationen auf einen Blick verfügbar.

will, müsste der elektronischen Akte aktiv widersprechen.

Bundesminister Lauterbach will mit seiner Initiative gleichzeitig auch unterschiedliche Daten von Patient*innen zusammenführen und diese pseudonymisiert für Wissenschaft und Industrie verfügbar machen. Das soll künftig die Forschung etwa im Bereich der Krebstherapie voranbringen.

Blick auf den Datenschutz bereitet oftmals Sorge

Dieses Sammeln von Daten und ein befürchteter Kontrollverlust dürften Gründe dafür sein, dass viele Menschen in Deutschland der E-Akte noch skeptisch gegenüberstehen. Dahmen warnt daher als Arzt und als Gesundheitspolitiker davor, den Datenschutz und den Schutz der Gesundheit ge-

einander auszuspielen. Er forderte zuletzt einen „nationalen Gesundheitsdatenraum“ und Investitionen in eine digitale Infrastruktur in öffentlicher Hand. Dies solle neben der IT-Sicherheit auch gewährleisten, eine entsprechende Anwendung praktikabel zu machen.

Konkrete gesetzliche Regelungen stehen noch aus

Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach sicherte zu, dass Versicherte auch mit der elektronischen Patientenakte die Kontrolle über ihre Daten behalten. Der SPD-Politiker wolle hierzu in den nächsten Wochen ein „Gesundheitsdatennutzungsgesetz“ vorlegen. Inwieweit dieses auch Personen berücksichtigt, die weniger technikaffin sind, bleibt abzuwarten. *Joachim Schöne*

SoVD im Gespräch



V. li.: Fabian Müller-Zetsche, Abteilungsleiter Sozialpolitik SoVD-Bundesverband, Sarah Ryglewski, Staatsministerin beim Bundeskanzler, und SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier.

Dialog zur Sozialpolitik im Kanzleramt

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier traf sich zum Gespräch mit Sarah Ryglewski, Staatsministerin beim Bundeskanzler für Bundesländer-Beziehungen. Thema war unter anderem die Finanzierung des Sozialstaates und die SoVD-Forderungen nach der Wiedererhebung der Vermögenssteuer.

Zudem ging es um das 49-Euro-Ticket („Deutschlandticket“), bei dem der SoVD ein flankie-

rendes Sozialticket für ärmere Menschen für nötig hält, und die große Aufgabe der sozialökologischen Transformation.

Austausch mit Hamburger Senatorin

Zusammen mit dem Hamburger SoVD-Landesvorsitzenden Klaus Wicher war Michaela Engelmeier zu Gast bei Melanie Schlotzhauer, Sozialsenatorin der Stadt Hamburg.

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende stellte den SoVD und seine Arbeit vor. Im Gespräch

ging es außerdem um viele aktuelle sozialpolitische Herausforderungen und wie die Stadt Hamburg mit ihnen umgeht. Dazu gehörten der erhöhte Andrang bei Wohngeldanträgen, wofür die Sozialbehörde übergangsweise eine Zentrale Wohngeldstelle eingerichtet hat.

Weitere Themen waren das Vermeiden von Stromsperrungen für Verbraucher*innen, die ihre Rechnung nicht zahlen können, oder ein möglicher Sozialrabatt beim Deutschlandticket in der Hansestadt.

Der Austausch fand in angenehmer Atmosphäre statt und soll fortgesetzt werden.



Fotos: gemenacom, vvoe / Adobe Stock; Montage: SoVD

Die Koalition will die Pflegeversicherung stärken, Steuergelder vom Bund soll es aber nicht geben.

Pflegeversicherung erhält keine Bundesmittel – Versicherte zahlen die Zeche

Hin und Her bei Finanzierung

Die Pflegeversicherung steckt finanziell in der Klemme. Verantwortlich dafür sind unter anderem Ausgaben in der Pandemie oder auch Rentenversicherungsbeiträge für pflegende Angehörige. Weil es von Bundesfinanzminister Christian Lindner (FDP) keine Steuergelder gibt, setzt die Bundesregierung ausschließlich auf höhere Beiträge für die Versicherten. Dagegen kündigte der SoVD Widerstand an.

Immerhin: Der Entwurf eines Gesetzes zur Unterstützung und Entlastung in der Pflege bringt im Koalitionsvertrag vereinbarte Verbesserungen auf den Weg. Vorgesehene Zusagen zur Finanzierung dagegen halten die Regierungsparteien nicht ein.

Budget für Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Zum Januar des kommenden Jahres steigen die ambulanten Pflegeleistungen um fünf Prozent. Die Zuschüsse zu den Eigenanteilen in der stationären Pflege erhöhen sich sogar um bis zu zehn Prozent. Gleichzeitig fasst der Gesetzentwurf die einzelnen Beträge für Verhinderungs- und Kurzzeitpflege zu einem Jahresbudget zusammen. Genau das hatte unter anderem der SoVD seit Jahren gefordert.

In einer ersten Einschätzung begrüßte der Sozialverband auch geplante Verbesserungen etwa beim Pflegeunterstützungsgeld. Wer aufgrund einer akut aufgetretenen Pflegesitu-

ation der Arbeit fernbleiben muss, kann diese Lohnersatzleistung künftig zehn Tage pro Jahr in Anspruch nehmen.

Trotz positiver Einzelmaßnahmen zieht der SoVD mit Blick auf das geplante Gesetz ein sehr nüchternes Fazit. Denn dieses gehe die grundsätzlichen Probleme der Pflegeversicherung schlicht nicht an.

Bundesfinanzminister stellt keine Steuermittel bereit

Anders als im Koalitionsvertrag vereinbart sind für die geplanten Maßnahmen nun keine Steuergelder eingeplant. Der Bund steht weder zu seiner Zusage, den pandemiebedingten Mehraufwand von 5,5 Milliarden Euro zu erstatten, noch übernimmt er die Rentenversicherungsbeiträge für pflegende Angehörige von rund 3,7 Milliarden Euro jährlich. In beiden Fällen handelt es sich jedoch um gesamtgesellschaftliche Aufgaben und somit um versicherungsfremde Leistungen.

Für die finanzielle Schieflage der Pflegeversicherung stehen also allein die Versicherten gerade. Sie haften für das strukturelle Defizit und für alle geplanten Verbesserungen mit weiter steigenden Beiträgen.

SoVD erinnert Bund und Länder an deren Pflicht

Bereits zum 1. Juli dieses Jahres steigt der Beitragsatz zur Pflegeversicherung. Doch daran, dass dies mittelfristig Probleme löst, glaubt das Bundesgesundheitsministerium anscheinend selbst nicht. Es möchte den Beitragsatz künftig per Rechtsverordnung am Bundestag vorbei anpassen – weitere Erhöhungen sind programmiert.

Der SoVD hält das für undemokratisch. Er fordert den Bund zur Bereitstellung von Steuermitteln auf und erwartet von den Ländern, dass diese ihrer Pflicht zur Finanzierung der Investitionskosten und der Ausbildungskosten in der Pflege nachkommen. *Joachim Schöne*

SoVD bezeichnet Gesetz zur UPD als unsolidarisch

Kritik an der „neuen“ Patientenberatung

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) soll bei Fragen zur Gesundheit weiterhelfen. Diese Aufgabe übernimmt bisher eine Callcenter-Firma. Nun aber will die Politik die UPD neu aufstellen. Das hierzu vom Bundestag verabschiedete Gesetz ist nach Meinung der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier jedoch alles andere als im Interesse der Ratsuchenden.

Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) machte vor Kurzem noch einmal den Stellenwert der UPD deutlich. Er sagte: „Die Unabhängige Patientenberatung leistet mit ihrem Informations- und Beratungsangebot einen wichtigen Beitrag, um sich im Gesundheitssystem zurechtzufinden.“ Mit Beginn des kommenden Jahres soll sich die UPD diesen Aufgaben nun als Stiftung bürgerlichen Rechts widmen. So sieht es ein im März verabschiedetes Gesetz vor. Dadurch, so Lauterbach, werde die bisherige Beratungsform in eine staatsferne und unabhängige Struktur überführt.

Weit weniger optimistisch sieht dagegen die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier diese Entwicklung. Sie kritisiert den jetzt eingeschlagenen Weg: „Wir sind alarmiert, dass die Patientenorganisationen nicht die Trägerschaft übernehmen, sondern nur mit sieben von 15 Stimmen im Stiftungsrat beteiligt werden sollen. Damit ist nicht garantiert, dass die Beraterverbände überhaupt Beratungsleistungen anbieten können.“ Ohne Not werde Engelmeier zufolge dadurch auf die Kompetenzen von Sozialverbänden, Verbraucherzentralen und anderen Organisationen sowie auf ein flächendeckendes Beratungsangebot verzichtet.

Um den Aufbau der Stiftung und um deren Finanzierung soll sich der GKV-Spitzenverband kümmern. Dagegen äußerte der SoVD starke Bedenken, da die Krankenkassen oftmals selbst Gegenstand der Beratung sind. Als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe sollte die UPD vielmehr aus Steuermitteln finanziert werden. *jos*



Foto: contrastwerkstatt / Adobe Stock

Wie unabhängig kann eine von den Krankenkassen finanzierte UPD künftig beraten?

Info

Eine ausführliche Stellungnahme des SoVD zu dem Entwurf des Gesetzes finden Sie auf der Homepage des Verbandes unter: www.sovd.de. Klicken Sie dort im Menü „Politik“ auf den Bereich „Gesundheit“!

SoVD im Gespräch

Diskussion mit Abgeordneten zu Sorgearbeit

Zu seinem 1. Parlamentarischen Frühstück hatte das Bündnis „Sorgearbeit fair teilen“ im Gleichstellungsmonat März in Berlin eingeladen. Der SoVD gehört dem Bündnis an. So nahmen Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und Dr.in Simone Real, stellvertretende Abteilungsleiterin Sozialpolitik und frauenpolitische Referentin, teil.

Vertretende aus Politik und Verwaltung diskutierten an drei Thementischen, wie die Sorgenlü-

cke zwischen Männern und Frauen zu schließen sei. Den Rahmen boten die Bündnisforderungen zu Elterngeld, Steuerklassen und Lohnersatz in Pflegephasen.

Konzepte bei Malu Dreyer vorgestellt

Mit der rheinland-pfälzischen Ministerpräsidentin Malu Dreyer (SPD) sprachen die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und Christian Dirb, Landesgeschäftsführer des SoVD Rheinland-Pfalz/Saarland, in herzlicher Atmosphäre.

Sie diskutierten zum Beispiel über die Einführung eines Sozialtickets, den Erfolg der „Gemeineschwester Plus“ oder die Förderung alternativer Wohnprojekte, damit im Alter möglichst niemand einsam ist. Darüber hinaus brachte der Verband Ideen an wie Inklusionstaxis als Bestandteil von Mobilitätskonzepten auch im ländlichen Raum und eine Sozialrechtsberatung auf Rädern.

Neben dem Thema Rente und Generationensicherheit waren sich alle einig, dass nun endlich die Kindergrundsicherung kommen müsse, damit Kinder zu haben nicht für viele Familien Armut bedeutet.



Foto: Staatskanzlei

Sprachen über Lösungsansätze für soziale Probleme, bundesweit und in Rheinland-Pfalz (v. li.): Michaela Engelmeier, Ministerpräsidentin Malu Dreyer und SoVD-Landesgeschäftsführer Christian Dirb.

Persönlicher Gesprächstermin in Wohnortnähe

Rentenversicherung berät zu eigener Vorsorge

Im Alter ist die Haupteinnahme der meisten Menschen in Deutschland die gesetzliche Rente. Sie muss einen angemessenen Lebensstandard sichern. Doch um den vorigen zu halten, reicht sie selten. Die Rentenversicherung berät, wie man individuell vorsorgen kann.

Der Tipp der Deutschen Rentenversicherung (DRV) Bund ist, sich nicht ausschließlich auf die gesetzliche Rente zu verlassen, sondern sie mit einem privaten oder betrieblichen Vorsorgebaustein zu ergänzen. Um abzuklären, ob so etwas infrage kommt, können Versicherte kostenlos ein „Altersvorsorgegespräch“ nutzen. Dabei ermitteln DRV-Mitarbeitende den aktuellen Vorsorgezustand und erklären Vorteile und Risiken der verschiedenen Möglichkeiten. Die DRV betont, ihr Team berate neutral und empfehle keine Produkte.

Hierfür hat die Versicherung bundesweit Auskunft- und Beratungsstellen. Eine Stelle nahe dem eigenen Wohnort suchen und einen Termin machen kann man im Internet auf: www.deutscherentenversicherung.de unter dem Menüpunkt „Beratung & Kontakt“ und dort unter „Beratung suchen und buchen“. *ele/dpa*



Landesverbände melden Aktionen zum 21. August an

Werte mit Leben füllen

Schon zum dritten Mal veranstaltet der SoVD dieses Jahr seinen „tag des wir“. So macht er den 21. August zu einem Datum, das positive Beispiele für gelebte Vielfalt, Toleranz und Solidarität zeigt.

Denn das sind wichtige Werte einer funktionierenden Gesellschaft. Die theoretischen Vorstellungen davon will der SoVD aber mit Leben füllen: Der Tag zeigt inklusives und vielfältiges Miteinander und schafft Begegnungen zwischen Menschen. Gemeinsames Erleben kann Vorurteile abbauen und Einstellungen ändern!

Mitmachen können alle Gliederungen des SoVD. So organisiert zum Beispiel der Landesverband Berlin-Brandenburg im Rahmen des „tag des wir“ wieder seine inklusive Ruderregatta. Weitere Anregungen, mit welchen regionalen Aktionen oder Projekten die Landes-, Kreis- und Ortsverbände rund um das Datum dabei sein können, gibt es im Internet unter: www.sovd.de/tag-des-wir, etwa in der SoVD-Ideenbroschüre „Hand in Hand“.

Fragen, Vorschläge und Anmeldungen gehen per E-Mail an: tagdeswir@sovde.de – oder per Post an den SoVD e. V., Stichwort „tag des wir“, Marketing, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin.

SoVD im Gespräch



Der SoVD sprach mit der FDP über Sozialleistungen: Sozialpolitik-Abteilungsleiter Fabian Müller-Zetsche, Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und der Fraktionsvorsitzende Christian Dürr.

Bündnis fordert Investitionen, damit alle Menschen Bus und Bahn fahren können

Barrierefreiheit jetzt umsetzen!

Zu einer Konferenz kamen die Verkehrsminister*innen der 16 Bundesländer Ende März zusammen. Neben dem 49-Euro-Ticket standen auch Hilfen für den öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) auf der Tagesordnung. Hierzu forderte das Bündnis sozialverträgliche Mobilitätswende, an dem auch der SoVD beteiligt ist, Barrierefreiheit im ÖPNV endlich flächendeckend umzusetzen.

Ausgerechnet der oberste Verkehrsminister fehlte bei der Konferenz. Bundesverkehrsminister Volker Wissing (FDP) hatte seine Teilnahme bereits im Vorfeld abgesagt. Dennoch nahm ihn das Bündnis sozialverträgliche Mobilitätswende ebenso in die Pflicht wie auch die politisch Verantwortlichen auf Landesebene. Der Zusammenschluss aus Gewerkschaften, Umwelt- und Sozialverbänden und der Evangelischen Kirche in Deutschland setzt sich für eine inklusive Mobilität ohne Barrieren ein – und das sowohl in der Stadt als auch in ländlichen Regionen.

Ein „Ticket für alle“ kommt, doch viele Hürden bleiben

Zwar wurde bei dem Treffen der Verkehrsverantwortlichen auch über das 49-Euro-Ticket diskutiert. Eine solche Monatskarte zum einheitlichen Tarif sei durchaus zu begrüßen. Doch was nützt ein deutschlandweites Ticket, wenn vielen Menschen weiterhin der Zugang zu öffentlichen Verkehrsmitteln verwehrt bleibt?

Das Bündnis kritisiert, dass es noch immer an schwellen- und stufenfreien Zugängen zu allen Bussen, Bahnen und Bahnhöfen fehlt. Auch Stellplätze für Rollstühle und Kinderwagen seien nach wie vor Mangelware. Zudem gebe es nur vereinzelt taktile Blindenleitsysteme – von deutlich wahrnehmbaren Ansagen innerhalb und außerhalb der Fahrzeuge einmal ganz zu schweigen.



Foto: elypse / Adobe Stock

Ebenere Eingänge ermöglichen allen den Einstieg, Leitsysteme bieten Orientierung – Mobilität könnte so einfach sein.

Nachdrücklich unterstützt das Bündnis die Forderung seines Mitgliedsverbandes VdK. Dieser veranschlagt notwendige Investitionen in Höhe von 15 bis 20 Milliarden Euro, um die notwendige Barrierefreiheit umzusetzen. Dies könne im Rahmen des geplanten Ausbau- und Modernisierungspaktes für den ÖPNV erfolgen.

Barrierefreiheit definieren, verbindliche Ziele benennen

Nach Überzeugung des Bündnisses brauche es zudem eine allgemeingültige Definition von Barrierefreiheit sowie konkrete Maßnahmen und verbindliche Kennzahlen, um den Fortschritt zu messen. Bund und Länder müssten zudem die jeweiligen Zuständigkeiten und den Zeitplan der Umsetzung klären. Denn ohne verbindliche Ziele blieben Millionen Menschen

weiterhin von selbstbestimmter Mobilität und sozialer Teilhabe ausgeschlossen. Nur mit klaren Leitplanken und entsprechenden Mitteln könne der Ausbau- und Modernisierungspakt zum überfälligen Meilenstein für eine inklusive Mobilität werden. *Joachim Schöne*



Der SoVD engagiert sich seit 2021 in dem Bündnis sozialverträgliche Mobilitätswende. Denn für den Verband schließen sich soziale Gerechtigkeit und Klimaschutz nicht aus, sondern gehören zusammen. Neben einem Ausbau des barrierefreien öffentlichen Nahverkehrs fordert der SoVD auch, steigende Energiepreise bei den Sozialleistungen stärker zu berücksichtigen.

Treff mit FDP-Fraktionschef Christian Dürr

Im Bundestag gab es ein Kennenlernen zwischen der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier und dem Vorsitzenden der FDP-Bundestagsfraktion, Christian Dürr.

Sie sprachen über demografische Herausforderungen für die sozialen Sicherungssysteme, Migration und die Kindergrundsicherung. Diese werde, so Dürrs Einschätzung, nicht am Geld scheitern, selbst wenn im Haushalt derzeit 70–80 Milliarden

Euro fehlten. Wichtig sei ein sehr einfaches Beantragen.

Zur Inflation ging Dürr davon aus, sie werde sich 2023 einpendeln. Engelmeier sprach noch mehr an, etwa eine Übergewinnsteuer, um eine bessere Pflegeversicherung zu finanzieren.

Ricarda Lang (Die Grünen) zu Absicherung

Sich und den SoVD stellte Michaela Engelmeier zudem bei einer der beiden Bundesvorsitzenden von Bündnis 90/Die Grünen, Ricarda Lang, vor.

Auch hier ging es um die neue Kindergrundsicherung, für die sich der SoVD auch im großen Bündnis starkmacht. Lang sagte, es sei zielführender, erst die Eckpunkte eines Gesetzes zu verhandeln und dann die Finanzen. Öffentlich gebe es breite Zustimmung. Ziele der Grünen seien generell ein größerer Kreis Leistungsberechtigter und die Erhöhung des Regelsatzes.

Weitere Themen waren das Bürgergeld, das Deutschlandticket, die Reform der Rentenversicherung und allgemeine Verteilungsfragen. Engelmeier berichtete hier auch aus der SoVD-Sozialberatung über Nöte durch Miet- und Energiekosten.

Versicherte bestimmen die Zusammensetzung der sozialen Selbstverwaltung

Sozialwahl – darum geht es

Die Deutsche Rentenversicherung Bund und die Ersatzkassen rufen rund 52 Millionen Menschen dazu auf, sich an der Sozialwahl zu beteiligen. Dabei wählen Versicherte und Rentner*innen die Personen, die in den nächsten sechs Jahren in den Sozialparlamenten ihre Interessen zu den Themen Gesundheit und Rente vertreten. Stichtag für die Stimmabgabe ist der 31. Mai.

Nach den Wahlen zum Bundestag und zum Europäischen Parlament ist es die drittgrößte Wahl in Deutschland. Und doch steht sie weit weniger im Rampenlicht. Bei der letzten Sozialwahl machten gerade einmal 30 Prozent der Wahlberechtigten von ihrem Stimmrecht Gebrauch. Vielleicht liegt das auch an fehlender Information. Worum geht es also eigentlich genau?

Sozialparlament regelt Fragen der Mitbestimmung

Der Grundgedanke ist einfach: Wer Beiträge zur Renten- oder Krankenversicherung zahlt, soll auch mitbestimmen dürfen, was mit dem Geld geschieht. Zur Wahl stehen jedoch keine politischen Parteien. Auf Listen kandidieren Personen, die selbst bei der Deutschen Rentenversicherung (DRV) Bund oder einer Ersatzkasse versichert sind. Sie arbeiten ehrenamtlich und sind allein den Versicherten verpflichtet. Je mehr Stimmen eine Liste erhält, desto mehr Sitze bekommt sie dann auch im jeweiligen Sozialparlament.



Foto: blende11.photo / Adobe Stock

Briefkasten oder Wahlurne? An der Sozialwahl kann man sich in diesem Jahr per Post sowie erstmals auch online beteiligen.

Als Sozialparlament bezeichnet man die Vertreterversammlung bei der DRV Bund beziehungsweise den Verwaltungsrat bei den Ersatzkassen. Diese Gremien entscheiden darüber mit, was mit den Geldern der Versicherten geschieht und

welche Leistungen Versicherte erhalten. Die Sozialparlamente wählen zudem die Mitglieder des Vorstandes und beschließen den jeweiligen Haushalt. Weil hierbei die Interessenvertretung aus den Reihen der Versicherten selbst erfolgt, nennt man dieses Konstrukt auch soziale Selbstverwaltung.

Stimmzettel ausfüllen und rechtzeitig zurückschicken

Bei der Sozialwahl handelt es sich traditionell um eine Briefwahl. Alle Unterlagen hierzu kommen im April per Post. Wahlberechtigte müssen diese dann ausgefüllt bis zum 31. Mai zurücksenden. Versicherte der gesetzlichen Krankenkassen können in diesem Jahr erstmals auch online wählen.

Die Sozialwahl ist barrierefrei. Blinde und sehbeeinträchtigte Menschen erhalten über ihren jeweiligen Sozialversicherungsträger CDs und Wahlschablonen mit Brailleschrift. *jos*

Weitere Informationen finden Sie online unter: www.sozialwahl.de.



Foto: Wolfgang Borrs

Einsatz gegen ungleiche Bezahlung, v. li: Arbeitsminister Hubertus Heil (SPD), DGB-Vorsitzende Yasmin Fahimi, Barbara Lazaris vom Landesvorstand des SoVD NRW, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier und SoVD-Bundesfrauensprecherin Jutta König.

SoVD mit dem DGB vor dem Brandenburger Tor

Protest am Equal Pay Day

Am 7. März, dem Tag der Entgeltgleichheit, unterstützte der SoVD in Berlin am Brandenburger Tor eine Aktion des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB). Zusammen noch stärker, sind sie sich einig in der Forderung: Gleicher Lohn für gleiche und gleichwertige Arbeit!

Bundesarbeitsminister Hubertus Heil (SPD) war ebenso vor Ort; man tauschte sich zum Thema aus. Der Equal-Pay-Day-Protest gilt der Ungerechtigkeit, dass Frauen weniger verdienen als Männer. Immer noch klafft zwischen ihnen eine Lohnlücke von 18 Prozent.

Klare Forderungen brachte der SoVD zum Aktionstag mit. Eine ist, Gehälter beim Arbeitgeber endlich wirklich erfahren und somit vergleichen zu können. Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier erklärte: „Wir fordern, dass das Entgelttransparenzgesetz weiterentwickelt wird. Die Mängel hinsichtlich des Auskunftsanspruches, des Prüfverfahrens und der Berichtspflicht sowie einer fehlenden Möglichkeit zur Verbandsklage müssen behoben werden.“ So müssen bisher nur Unternehmen ab 200 Beschäftigten Auskunft geben. Gerade in kleineren Betrieben ist der Frauenanteil am höchsten.

Zudem widmete SoVD.TV der Gleichstellung im Arbeitsleben zwei Sendungen mit spannenden Gästen: am 4. März „Frauen an die Macht“ und am 11. März „Frauen mit Behinderung“. Online kann man sie noch sehen, auf Youtube im Kanal „SoVDTV“ oder auf www.sovd.de/gleichstellungsmonat, wo es auch das Forderungspapier gibt.

Bundesjugendtreffen Ende Mai – jetzt anmelden!

Ideen junger Menschen

„Jugend.Macht.Zukunft.“ So lautet das Motto des diesjährigen SoVD-Bundesjugendtreffens. Vom 26. bis zum 28. Mai kommen junge Mitglieder in der Bundesgeschäftsstelle in Berlin zusammen.

Junge Menschen haben Ideen für die Zukunft – und können sie einbringen. Bei ihrem Treffen sammelt die SoVD-Jugend in Gesprächsrunden und Workshops Vorschläge für mehr Barrierefreiheit, bessere Bildung und Klimaschutz. Ziel ist ein Positionspapier für die Entscheider*innen in der Politik rund um deren „Jugendstrategie“. Daneben winkt an dem Wochenende aber wie immer auch Spaß in der Gemeinschaft, etwa im Zoo und bei einer Party.

Bundesjugendvorsitzender Sebastian Freese und das Jugendreferat haben per Post eingeladen. Teilnehmen dürfen aber alle SoVD-Mitglieder bis 27 Jahre. Fragen stellen und sich anmelden kann man bis zum 21. April – am besten per E-Mail an: sozialpolitik@sovde.de.

Interview

„Gute Leute fallen nicht vom Himmel, sie werden gewählt“

Peter Weiß gehörte über zwei Jahrzehnte dem Deutschen Bundestag an. Dort war er unter anderem Vorsitzender der Arbeitsgruppe Arbeit und Soziales der CDU/CSU-Bundestagsfraktion. Seit 2021 ist er Bundeswahlbeauftragter für die Sozialversicherungswahlen. Über diese Funktion und die Bedeutung der sozialen Selbstverwaltung allgemein sprach Peter Weiß mit der SoVD-Zeitung.

__Wenn Sie erklären müssen, warum die Sozialwahl wichtig ist – was sagen Sie dann?

Nun, diese Wahlen entscheiden über die Zusammensetzung der Sozialparlamente. Die Vertreter und Vertreterinnen dort treffen im Rahmen der sozialen Selbstverwaltung wichtige Entscheidungen. Das macht also nicht der Staat. Und darüber mitzuentcheiden, sollte uns allen am Herzen liegen. Denn wir wollen ja schließlich, dass mit unserem Geld vernünftig und gut umgegangen wird. Das Bewusstsein dafür möchte ich gerne stärken.

__Können Sie sich dieses mangelnde Bewusstsein irgendwie erklären?

Für die meisten Versicherten dürfte es zunächst einmal wichtig sein, dass sie im Renten- oder

Krankheitsfall eine benötigte Leistung auch erhalten. Diese wird prinzipiell zwar durch entsprechende Gesetze geregelt. Darüber hinaus besteht aber auch innerhalb der Selbstverwaltung ein hoher Gestaltungsspielraum.

__Haben Sie vielleicht ein Beispiel, wie sich das äußert?

Es ist zum Beispiel gar nicht so einfach, einen Rentenantrag zu stellen. In Deutschland haben wir aber flächendeckend ein Netz von ehrenamtlich Beratenden, die sich gut auskennen und einen tollen Job machen. Diese Leute sind nicht vom Himmel gefallen, sondern wurden von der Selbstverwaltung bestimmt.

Ganz konkret wird es in dem Fall, wenn ein Antrag auf eine Leistung abgelehnt wird. Legen Betroffene dagegen Widerspruch



Foto: Claudia Thoma
Peter Weiß

ein, dann entscheiden über diesen nicht etwa die Beschäftigten der Deutschen Rentenversicherung, sondern eben genau die Leute, die man bei der Sozialwahl gewählt hat. Ich kann also nur inständig dazu aufrufen, an dieser Wahl teilzunehmen.

Interview: Joachim Schöne



Weltweites Sportereignis erstmals in Deutschland

Special Olympics im Juni

Vom 17. bis zum 25. Juni finden in Berlin die Special Olympics World Games statt. Athlet*innen mit geistiger und mehrfacher Behinderung messen sich in 26 verschiedenen Sportarten in im gesamten Stadtgebiet.

Sport ist vielfältig und für alle da. Die alle zwei Jahre stattfindenden Special Olympics World Games sind das weltweit größte Sportereignis für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Dieses Jahr richtet Berlin die Sommerspiele aus. Dabei treffen etwa 7.000 Sportler*innen aus 174 Ländern aufeinander. In 26 unterschiedlichen Disziplinen kämpfen sie um Medaillen. Dazu gehören Leichtathletik, Radsport, Schwimmen, Tischtennis oder Reiten. In einigen Disziplinen gibt es erstmals „Unified“-Klassen, in denen Menschen mit und ohne Behinderungen im Team antreten, beispielsweise als Doppel beim Tennis.

Die Wettbewerbe finden im ganzen Stadtgebiet statt, etwa direkt am Alexanderplatz und auf der Straße des 17. Juni sowie im Olympiapark.

Mehr Informationen und Tickets für einzelne Tage oder die komplette Woche gibt es unter: www.berlin2023.org.



Foto: World Games Berlin 2023

str Auch Gymnastik gehört dazu.

DEL-Inklusionsspieltag mit dem Nordic CAMPUS

Inklusion bricht das Eis

Das Bremerhavener Eishockey-Team Fishtown Pinguins und das SoVD-Berufsbildungswerk Nordic CAMPUS in Bremen sind bereits seit Langem Kooperationspartner. Besonders sichtbar wurde dies zuletzt wieder beim Inklusionsspieltag.

Ende Februar fand in der Deutschen Eishockey Liga (DEL) der Inklusionsspieltag statt. Beim Spiel der Fishtown Pinguins Bremerhaven gegen die Kölner Haie war Nordic CAMPUS, das Berufsbildungswerk des SoVD im Nordwesten, als Kooperationspartner dabei. Auszubildende und Beschäftigte des Nordic CAMPUS waren in der ausverkauften Eis-Arena überall dabei. Auf dem Eis mit dem Stadionsprecher und Maskottchen Kralli, aber auch beim VIP-Einlass, im Fanshop und beim Gewinnspiel leisteten sie tatkräftig Unterstützung.

Sportlich war der Tag ein großer Erfolg. Nach Rückstand gelang der Heimmannschaft ein fulminanter 5:2-Sieg. Für Nordic-CAMPUS-Geschäftsführer Dr. Thorben Möller eine perfekte Analogie zur Arbeit der Bildungseinrichtung: „Das ist genau das, wofür der Nordic CAMPUS steht: Auch, wenn man es anfangs schwer hat, strauchelt oder fällt, helfen wir jungen Menschen mit Handicap, wieder aufzustehen und ihren Weg in ein eigenständiges Leben zu meistern.“



Sport ist für alle da. Nordic CAMPUS unterstützte den Inklusionsspieltag der DEL in Bremerhaven.

„Ohrenkuss“ – das Magazin von Menschen mit Down-Syndrom wird 25 Jahre alt

„Freundschaft macht glücklich“

Haben Sie das fehlende „D“ in der Überschrift entdeckt? Die Botschaft stammt aus der Jubiläumsausgabe der Zeitschrift „Ohrenkuss“. Dort spielen Rechtschreibung und Grammatik keine Rolle. Denn alle Autor*innen haben das Down-Syndrom. Was sie schreiben, bleibt echt und unverfälscht.

Als sie beim „Ohrenkuss“ anfangen, dachten viele, dass alle Menschen mit Down-Syndrom nicht lesen und schreiben können, berichtet Teresa Knopp. Diese falsche Vorstellung begegnete ihr jetzt nicht mehr. Aber dass sie von Unbekannten manchmal geduzt werde, komme noch immer vor und ärgere sie. Teresa Knopp wünscht sich deshalb mehr Aufklärung über das Down-Syndrom.

Bei diesem existiert das Chromosom 21 in aller Regel dreimal statt zweimal. Das Down-Syndrom wird daher auch Trisomie 21 genannt. Es geht mit unterschiedlich ausgeprägten Behinderungen einher.

Bereits seit 25 Jahren gibt es den „Ohrenkuss“, im März erschien die Jubiläumsausgabe mit Beiträgen aus zahlreichen



Foto: Michael Bause / www.ohrenkuss.de

Dem Team von „Ohrenkuss“ liegt unter anderem eine Botschaft am Herzen: „Dass Menschen mit Down-Syndrom klug sind.“

europäischen Ländern. Inhaltlich dreht sich in dem aktuellen Heft alles um das Thema Freundschaft. Hierzu schreibt

etwa Teresa Knopp: „Freunde zu haben ist ein richtiger Goldschatz, den man nicht direkt finden kann.“

jos/dpa

Gesellschaftliches Phänomen muss auch politisch mehr Beachtung finden

Einsamkeit kann krank machen

Einsamkeit ist ein subjektives Gefühl, das Menschen jeden Alters empfinden können. Betroffene leiden oftmals darunter, dass sie weniger Kontakt zu anderen Menschen haben, als sie sich das wünschen würden. Auf lange Sicht macht das nicht nur unglücklich, sondern sogar krank. Das Kompetenznetz Einsamkeit zeigt mögliche Auswege und listet einige Hilfsangebote auf.

Jede zehnte in Deutschland lebende Person fühlt sich oft oder sogar sehr oft einsam. Das ist das Ergebnis aus zahlreichen Umfragen der letzten Jahre. Studien zeigen darüber hinaus, dass sich diese Problematik bei Jung und Alt gleichermaßen durch die Corona-Pandemie verstärkt hat.

Einsam sind all jene, die sich einsam fühlen

Prof. Dr. Maike Luhmann ist Psychologin und Einsamkeitsforscherin. Sie definiert Einsamkeit als „eine wahrgenommene Diskrepanz zwischen den gewünschten und den tatsächlichen sozialen Beziehungen“. Demnach ist das subjektive Empfinden der beste Maßstab für die Frage, ob man einsam ist oder nicht.

Unabhängig von den oftmals sehr individuellen Ursachen steht fest, dass chronische Einsamkeit in jedem Fall die Lebensqualität senkt. Sie steht zudem im Verdacht, Erkrankungen wie Demenz, Schlafstörungen und Herz-Kreislauf-Probleme zu begünstigen. Das macht Einsamkeit nicht nur zu einem einzelnen Phänomen, sondern zu einer Aufgabe für die ganze Gesellschaft und für die Politik.



Foto: ReNi / Adobe Stock

Der Mensch ist nicht dafür gemacht, allein zu leben. Fehlt das soziale Umfeld, leiden Betroffene oftmals unbemerkt im Stillen.

Im vergangenen Jahr startete Bundesfamilienministerin Lisa Paus (Bündnis 90/Die Grünen) daher einen Beteiligungsprozess, um dem Phänomen Einsamkeit stärker zu begegnen.

Unabhängig vom Alter: Kontaktpflege bleibt wichtig

An einer Konferenz hierzu nahmen im vergangenen Jahr rund 200 Interessierte und Forschende sowie Vertreter*innen aus Sozial- und Wohlfahrtsverbänden teil. Dabei zeigte sich, dass es nicht die eine Antwort auf die Linderung empfundenen

Leidens gibt. Denn Einsamkeit ist so vielseitig wie die Menschen selbst.

Am wichtigsten aus der Sicht von Forscherin Luhmann ist die Prävention. Gerade Ältere sollten sich, soweit möglich, rechtzeitig ein Netz an Beziehungen und Kontakten aufbauen und erhalten.

jos

Unter: www.sovd-gemeinsam.de können Sie sich online über die Kampagne „Gemeinsam gegen einsam“ informieren; Angebote zur Hilfe gibt es unter: www.kompetenznetz-einsamkeit.de.



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



Gleich QR-Code scannen und anmelden!

Foto: Farknot Architect / Adobe Stock

Wechseln Sie zum E-Paper!

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

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

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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

„Equal Pay Day“: SoVD demonstriert in Hannover

Umsonst arbeiten? Für Frauen in Niedersachsen ist das leider 66 Tage im Jahr die traurige Realität. Denn: Noch immer verdienen sie im Durchschnitt 18 Prozent weniger als ihre männlichen Kollegen, obwohl sie gleiche oder gleichwertige Arbeit leisten. Umgerechnet auf Arbeitstage bedeutet das: Frauen arbeiteten vom 1. Januar an 66 Tage umsonst. Somit fiel der Tag der Entgeltgleichheit 2023 auf den 7. März. Diesen Aktionstag, den „Equal Pay Day“, nahm der SoVD in Niedersachsen zum Anlass, um bei einer Demonstration vor dem Sozialministerium auf die weiterhin bestehende Lohnungleichheit hinzuweisen und seine Forderungen an die Politik zu übergeben.



Fotos: Lennart Helal

Zahlreiche SoVD-Engagierte aus Orts- und Kreisverbänden in Hannover und Niedersachsen demonstrierten bei Kälte und Schneefall auf dem Hannah-Arendt-Platz.

„Ein Stück Ungerechtigkeit“ – so lautete das Motto der SoVD-Kundgebung. Der Sozialverband machte damit auf die Problematik aufmerksam, dass die Lohnlücke zwischen Frauen und Männern noch immer viel zu groß ist. „Frauen verdienen in Niedersachsen pro Stunde 18,98 Euro brutto, Männer dagegen über vier Euro mehr. Daran muss sich dringend etwas ändern, ansonsten werden immer mehr Frauen in die Altersarmut rutschen“, sagte Roswitha Reiß, Landesfrauensprecherin des SoVD in Niedersachsen, während der Aktion in Hannover. „Nur 63,5 Prozent der Frauen können ihren Lebensunterhalt durch ihren Job bestreiten. Bei Männern sind es über 77 Prozent. Das hat auch Konsequenzen für die Zukunft: Frauen, die zu wenig verdienen, sind akut von Altersarmut bedroht“, unterstrich Reiß.

Forderungen des SoVD

Doch Niedersachsens größter Sozialverband kritisiert die ak-

tuelle Situation nicht nur, sondern hat auch Lösungsvorschläge. „Neben gleichem Lohn muss es auch endlich eine finanzielle Aufwertung von sogenannten Frauenberufen geben“, so Reiß weiter. Wichtig seien außerdem eine gleichberechtigte Aufteilung von Sorge- und Erwerbsarbeit sowie eine bessere Unterstützung von Alleinerziehenden, die aufgrund ihrer Situation besonders auf eine gerechte Bezahlung angewiesen seien.

Ulrike Westphal, Leiterin der Gleichstellungsabteilung im Sozialministerium, bedankte sich für den Einsatz des SoVD und die Forderungen. „Gleichstellung ist ein Schwerpunktthema des Ministeriums“, betonte sie. Es sei zwar schon einiges erreicht worden, allerdings nur im Schnecken-tempo. „Die Lohnlücke ist inakzeptabel“, so Westphal. Deshalb gehe es darum, mehr zu bewegen und die Probleme sichtbar zu machen. Nur so könnten sich Strukturen verändern.

sj



Roswitha Reiß skizzierte in ihrer Rede Ursachen für Lohnungleichheit, welche zudem oft zur Altersarmut von Frauen führen.



Große Präsenz zeigten die Demonstrierenden mit einem langen Banner sowie zahlreichen Luftballons und Regenschirmen, die die Lohnlücke optisch in Szene setzten.



Als Symbol für die Ungleichheit übergab Roswitha Reiß (links) an Ulrike Westphal als Vertreterin des Sozialministeriums „ein Stück Ungerechtigkeit“: eine Torte, bei der 18 Prozent fehlten.



Kerstin Römer am Tisch mit Bundespräsidenten Walter Steinmeier und seiner Gattin.



Bundeskanzler Olaf Scholz und Kerstin Römer.



Foto: Monika Lück

Monika Lück lauschte Sarajevos Vize-Bürgermeisterin Anja Margetic (links), die per Internet dazugeschaltet war.

Landesvorsitzende beim Neujahrsempfang des Bundespräsidenten

Große Ehre für Kerstin Römer

Die Überraschung war groß, als Landesvorsitzende Kerstin Römer eine Einladung zum Neujahrsempfang des Bundespräsidenten ins Schloss Bellevue erhielt. Sie zählte zu den 70 Gästen, denen für besondere Verdienste um das Gemeinwohl gedankt wurde.

Mit einer solchen Auszeichnung hätte die Halberstädterin nie gerechnet. Kerstin Römer freute sich: „Es ist schon eine besondere Wertschätzung, mit all den vielen Menschen aus ganz Deutschland von unserem Staatsoberhaupt und seiner Frau empfangen und begrüßt zu werden. Mit Sicherheit für jeden Einzelnen ein unvergessliches Erlebnis.“

Das Schloss Bellevue ist bar-

rierefrei zugänglich – mit optisch schönen Lösungen, wie Kerstin Römer nach ihrem Besuch berichtete. Im Anschluss an den Empfang begegnete sie auch Bundesministern und dem Bundeskanzler. Sehr beeindruckend waren vor allem die Gespräche mit den Menschen, die sich in allen Lebensbereichen ehrenamtlich engagieren.

SoVD-Landesvorsitzende Kerstin Römer setzt sich neben

ihrem ehrenamtlichen Engagement für den SoVD seit über 30 Jahren aktiv für mobilitätseingeschränkte Menschen in ihrem Landkreis sowie in der Stadt Halberstadt ein. Sie versucht, Entscheidungsträger und Mitmenschen für das Thema Barrierefreiheit zu sensibilisieren und weist immer wieder auf die Wichtigkeit der Barrierefreiheit hin, gerade auch im Hinblick auf den demographischen Wandel.

Internationaler Aktionstag „One Billion Rising“ in Magdeburg

Mit Tanzen aufmerksam machen

Sachsen-Anhalt Ein Magdeburger Aktionsbündnis aus Frauenprojekten und Sozialverbänden wie dem SoVD beteiligten sich am 14. Februar an der weltweiten Aktion „One Billion Rising“. Seit 2013 beteiligen sich Frauen, Männer und auch Kinder einmal im Jahr an diesem Aktionstag.

Um ein Zeichen gegen Gewalt gegen Frauen und für Gleichstellung und Solidarität mit allen Frauen zu setzen, trafen sich die Frauen des Netzwerkes in diesem Jahr vor dem Landtag in Magdeburg.

Kinder und Jugendliche hatten eine Choreografie einstudiert. Den Startschuss zum Tanzen auf dem Domplatz in Magdeburg gab der Song „One Billion“ von der Rapperin „Sookee“. „Für mich war es sehr beeindruckend, mit wie viel Leidenschaft die Tanzschritte einstudiert und dargeboten wurden“, stellte SoVD-Landesfrauensprecherin Monika Lück fest. „Sie zeigten damit kollektive Stärke und globale Solidarität über alle Grenzen hinweg.“



Foto: Monika Lück

Mit Leidenschaft präsentierten die Frauen und Mädchen ihren Tanz vor interessiertem Publikum.

Brücken zwischen Sarajevo und Magdeburg

Freundschaftliche Bande

Sachsen-Anhalt Auf der Tagesordnung des jüngsten Politischen Runden Tisches der Frauen stand ein Austausch mit Frauen aus der Partnerstadt Sarajevo sowie die Vorstellung der Geschichten aus dem Buch „Fenster nach Sarajevo und Magdeburg“ anlässlich der seit 45 Jahren bestehenden Städtepartnerschaft.

Heike Ponitka, Gleichstellungsbeauftragte der Landeshauptstadt Magdeburg, begrüßte die Netzteilnehmerinnen im Hansesaal des Alten Rathauses sowie die live aus Sarajevo zugeschaltete stellvertretende Bürgermeisterin Anja Margetic, die ehemalige Leiterin der Musikschule, eine Dichterin und eine Mitarbeiterin des Goethe-Instituts, die als Kind in Magdeburg lebte. Autorin Cornelia Marks übersetzte die Gespräche, sodass ein reger Austausch möglich war.

Bei dem aktuellen Treffen diskutierten die Teilnehmerinnen über Erfahrungen aus Frauenprojekten in Magdeburg und Sarajevo. Gemeinsam bekräftigten alle Beteiligten, unter ihnen auch SoVD-Landesfrauensprecherin Monika Lück, weiterhin die Kontakte zu pflegen und Projekte zu unterstützen. Heike Ponitka erinnerte daran, dass zum Beispiel 2020 mit Hilfe von Spenden ein Krankenwagen an die Verantwortlichen in Sarajevo übergeben werden konnte.

Vizebürgermeisterin Anja Margetic aus Sarajevo bedankte sich für die jahrelange Städtepartnerschaft und informierte über die Situation der Frauen während des Krieges und in der heutigen Zeit. So ist es für Frauen nicht immer einfach, wegen der drei Religionen im Land politisch aktiv zu werden. In der Kultur dagegen sind Frauen sehr aktiv, was häufig den Neid der Männer hervorruft. Zudem ist Korruption immer noch das größte Problem im Land.

Ein weiterer Programmpunkt des Treffens war die Vorstellung des Buches „Fenster nach Sarajevo und Magdeburg“ von Cornelia Marks. Es wurde in Kooperation mit dem Gleichstellungsamt der Landeshauptstadt Magdeburg anlässlich des Jubiläums „45 Jahre Städtepartnerschaft Sarajevo und Magdeburg“ erstellt. In dem Buch werden Lebensgeschichten von Frauen im 20. und 21. Jahrhundert in Zusammenhang mit Krieg, Flucht und Exil erzählt. Die Autorin interviewte Frauen in Sarajevo und Magdeburg und entdeckte erstaunliche Gemeinsamkeiten trotz der unterschiedlichen Lebensumstände.

Einige Frauen, die als bosnische Flüchtlinge nach Sachsen-Anhalt kamen, haben sich hier kennengelernt und angefreundet. Die Freundschaft und Verbundenheit hält bis heute an. Diese Freundschaften existieren seit über fünfzehn Jahren auch zwischen Schriftstellerinnen aus Bosnien und Herzegowina und Sachsen-Anhalt. Ihre Lebendigkeit und Verbundenheit spiegelt sich im vorliegenden Buch in Texten und Bildern. Neben Prosa finden sich auch Gedichte und ein Essay von den bedeutendsten Lyrikerinnen aus Bosnien und Herzegowina, die von diesen schönen und kreativen Beziehungen erzählen. Dazu gibt es Fotos, die Sarajevo zeigen und die Erzählungen veranschaulichen.



Die Veranstaltungsangebote des Kreisverbandes Wernigerode werden gerne angenommen und sind gut besucht.

Apothekerin zu Gast im Kreisverband Wernigerode

Beratung im Mittelpunkt

Sachsen-Anhalt Im Februar stand die Gesundheit auf dem Plan des Kreisverbandes Wernigerode. Zu dem Termin konnten die Mitglieder die Mitarbeiterin der Westerntor-Apotheke, Sybille Stagge, begrüßen.

Sybille Stagge erklärte einige Dinge, die bei der regelmäßigen Einnahme von Medikamenten zu beachten sind. Viele Menschen kennen nämlich oft nicht die wichtigsten Fakten über die Tabletten, Sprays und Tropfen, die sie regelmäßig einnehmen. „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“, heißt es in der Werbung. Am besten wendet man sich direkt an die Apotheke. „Dort werden wir professionell beraten“, meint Birgit Jungtorius, Vorsitzende des Kreisverbandes, und ergänzt: „Wir wollten unseren Mitgliedern beim richtigen Umgang mit ihren Medikamenten helfen und zeigen, dass ein Gespräch mit der Apotheke hilft, Fragen zu klären.“

In der Gesprächsrunde konnte die Apotheken-Mitarbeiterin Fragen zur Einnahme von Blutdrucksenkern, was am besten bei Erkältung hilft, ob man Nahrungsergänzungsmittel benötigt und vieles mehr beantworten.

Interessant waren auch die Ausführungen zur Preisbindung der Medikamente, welche viel Überzeugungsarbeit in der Politik erforderlich macht. In der Coronapandemie wurde den Apotheken auch viel abverlangt.

Die Mitglieder des Kreisverbandes waren sich einig, dass es zum Wohle der Bevölkerung wichtig ist, dass Apotheken vor Ort erhalten bleiben. Sie sind „Lotsen“ im Gesundheitssystem und erfüllen viele Gemeinwohlpflichten. Kern ihrer Aufgabe ist eine individuelle Beratung, aber auch die Beantwortung von Fragen zu Fernreisen, Impfungen, Prüfung auf Wechsel- und Nebenwirkungen sowie zu Auto-Verbandskästen und Hausapotheken.

Mit viel Wissen und hilfreichen Hinweisen verabschiedeten sich die Wernigeröder von Sybille Stagge und sagten der Westerntor-Apothekenleiterin Dankeschön.



Besonders die weiblichen Mitglieder waren zu dem Vortrag der Apothekerin gekommen.

Gleichgewicht mit App testen

Mit der neuen kostenlosen App „Up & Go“ können ältere Menschen ihre persönliche Kraft und das eigene Gleichgewicht testen. Die App wertet die Ergebnisse aus und weist auf mögliche Probleme hin, beispielsweise die Gefahr eines Sturzes. „Wir wollen damit erreichen, dass auch Menschen im hohen Alter möglichst lange mobil bleiben, ihre individuelle Gesundheitssituation richtig einschätzen und ein Screening oder Monitoring zu Hause durchführen kön-

nen“, sagt Professor Clemens Becker, Experte der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie (DGG) und Leiter der Abteilung Digitale Geriatrie an der Universitätsklinik Heidelberg. Er hat mit seinem Team die wissenschaftliche Grundlage für die App geliefert und empfiehlt den Einsatz auch im Alltag.

Zunächst ist die App für ältere Personen gedacht, die eine quantitative Bewertung ihrer körperlichen Konstitution durchführen wollen. Sie soll auch weiterentwickelt werden, um ein Monitoring nach der

Entlassung oder eine Benutzung während des Aufenthalts in Kliniken für Fachpersonal zu ermöglichen.

Die App „Up & Go“ enthält eine Testung von Kraft und Gleichgewicht, die mit dem Smartphone einfach und selbstständig zu Hause durchführbar ist. Es gibt sie im Google Play-Store zum Herunterladen. Ab Herbst soll die App auch für iPhones im App-Store zur Verfügung stehen.

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Geriatrie



Sprechstunden in Mitteldeutschland

Landesgeschäftsstelle Mitteldeutschland

Moritzstraße 2 F, 39124 Magdeburg, Tel.: 0391/25 38 897. Fax: -98. Sprechzeiten (nur nach telefonischer Vereinbarung) montags bis donnerstags 9–15 Uhr sowie freitags 9–13 Uhr.

Thüringen Sozialberatung

Magdeburger Allee 138, 99086 Erfurt, Tel.: 0361/79 07 90 07, Fax: 0361/79 07 90 06, E-Mail: info@sovd-thue.de.

Sprechzeiten: montags und donnerstags 10–15 Uhr, Terminvereinbarung erforderlich.

Kreisverband Thüringen Mitte, West Ortsverbände Apolda, Erfurt, Schmalkalden, Mühlhausen und Nordhausen

Sprechstunden siehe Thüringen.

Sachsen-Anhalt Sozialberatung

Siehe Landesgeschäftsstelle Magdeburg, nach telefonischer Absprache.

Kreisverband Altmark Ost

Werner-Seelenbinder-Straße 2–4, 39576 Stendal, Tel.: 03931/54 50. Sprechstunden: jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat, 10–12 Uhr.

Kreisverband Anhalt-Bitterfeld

Bitte an die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg zu den angegebenen Sprechzeiten wenden.

Kreisverband Halberstadt

In den Räumlichkeiten der AWO (barrierefrei), Friedensstraße 27, 38820 Halberstadt, Tel.: 0151/57 38 92 71, E-Mail: sovd.hbs@gmx.de. Sprechzeit:

mittwochs 16–18 Uhr.

Kreisverband Halle (Saale) / Saalkreis

Wilhelm-von-Klewitz-Straße 11, 06132 Halle, Tel.: 0345/77 48 246. Sprechzeiten: dienstags 9–12 Uhr.

Kreisverband Mittelbe

Lindenstraße 5, 39307 Genthin, Tel.: 03933/80 43 77. Sprechzeit: jeden ersten Dienstag im Monat, 10–12 Uhr.

Kreisverband Klötze

Hagenstraße 2 b, 38486 Klötze, Tel.: 03909/41 814. Sprechstunde: dienstags 8–12 Uhr.

Kreisverbände Magdeburg, Sangerhausen und Zerbst

Termine bitte über die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg erfragen.

Kreisverband Quedlinburg

Café zum Freimaurer (barrierefrei), Heiligegeiststraße 10, 06484 Quedlinburg. Sprechzeit: jeden ersten Donnerstag im Monat, 14–16 Uhr. Andere Termine und Telefonberatung unter: 03946/70 61 08 (Vorsitzender) und 03946/34 86 (Rentenberatung).

Kreisverband Salzwedel

Am Schulwall 1, 29410 Salzwedel, Tel.: 03901/65 888. Sprechzeiten: dienstags 9–12 und 14–16 Uhr.

Kreisverband Schönebeck

Otto-Kohle-Straße 23, 39218 Schönebeck, Tel.: 03928/70 20 20. Sprechzeiten: dienstags 9–12 Uhr und nach Vereinbarung.

Kreisverband Wernigerode

Heltauer Platz 1, 38855 Wernigerode. Sprechzeiten: jeden

zweiten, dritten und vierten Dienstag im Monat, 16–17.30 Uhr sowie nach Vereinbarung. Anmeldung unter Tel.: 03943/63 26 31 oder E-Mail: info@sovd-wernigerode.de.

Kreisverband Wanzleben

Markt 20, 39164 Wanzleben, Tel.: 039209/60 366. Sprechzeiten: dienstags 9–11.30 Uhr.

Ortsverband Blankenburg

Vereinshaus „Alte Schule in der Oesig“, Am Lindenberg 1 a, 38889 Blankenburg (Harz)/Oesig, Tel.: 03944/64 733. Sprechzeiten: jeden ersten und zweiten Dienstag im Monat, 11–13 Uhr, sowie nach Vereinbarung.

Kreisverband Burgenlandkreis

Selbsthilfekontaktstelle im Burgenlandkreis, Am Kalktor 5, 06712 Zeitz.

Terminvereinbarung mit dem Kreisvorsitzenden Frank Biester unter Tel.: 034443/59 99 50, Fax: 034443/59 99 49 oder per E-Mail an: blk@sovd-mitteldeutschland.de.

Sachsen Sozialberatung

Sprechstunden siehe Thüringen.

Geschäftsstelle Leipzig

Angerstraße 40–42, Haus E, 2. Etage (rollstuhlgerecht), 04177 Leipzig-Lindenau.

Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung über die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg, Ansprechpartner: Michael Fahr.

Geschäftsstelle Görlitz

Beratung nur nach Vereinbarung unter Tel.: 03581/87 83 022, Ansprechpartner: Olaf Anders.

5 Termine

Kreisverband Wernigerode

4. April, 14.30 Uhr: Mitgliedertreff. Heltauer Platz 1, 38855 Wernigerode.

Kreisverband Schönebeck

25. April, 13.30 Uhr: Mitgliederversammlung mit Wahlen im KT Sportforum Union 1861, Barbarastraße 25, 39218 Schönebeck. Anmeldung erforderlich! Persönlich in der Geschäftsstelle während der Sprechstunde oder unter Angabe von Vor- und Zunamen auf den AB unter Tel.: 03928/70 20 20.

PFAS – Weltweit verbreitet in der Umwelt und in Menschen und Tieren

Die Ewigkeits-Chemikalie

Sie verschmutzen nicht nur dauerhaft Wasser und Boden, sondern reichern sich über die Nahrung und verbrauchernahe Produkte auch in Mensch und Tier an: Fluorchemikalien (Per- und polyfluorierte Alkylverbindungen, kurz PFAS).

Bei PFAS handelt sich um mehrere tausend chemisch hergestellte Verbindungen. Allen PFAS gemeinsam ist grob gesagt, dass sie extrem stabile Kohlenstoff-Fluor-Bindungen enthalten. PFAS werden oft auch als PFC (Poly- und Perfluorcarbone) bezeichnet.

Diese Substanzen werden vielfältig in Produkten eingesetzt, unter anderem weil sie fett-, schmutz- und wasserabweisend wirken.

Ob ein Produkt PFAS enthält, lässt sich in der Regel nicht erkennen, da es in den meisten Produktbereichen keine Kennzeichnungspflicht für diese Ewigkeits-Chemikalien gibt.

So erkennt man, wo überall PFAS enthalten sind

- „PFOA / PFOS-frei“ oder „GenX-frei“: zum Beispiel auf Pfannen, Textilien oder Imprägniermitteln bedeutet nur, dass zwei bestimmte Einzelstoffe von mehr als 10.000 PFAS nicht enthalten sind, deren Einsatz mittlerweile sowieso verboten ist. Im Gegenteil: Die Werbung ist oft ein Hinweis darauf, dass das Produkt PFAS enthält!
- „Frei von PFAS“, „frei von PFC“, „fluorfrei“: Diese Werbeaussagen umfassen tatsächlich die gesamte Stoffgruppe mit ihren mehr als 10.000 Mitgliedern. Wenn mit solchen Aussagen geworben wird, sollte das Produkt tatsächlich PFAS-frei sein.
- Antihafbeschichtungen: Meistens sind PFAS enthalten, wenn antihafbeschichtete Pfannen, Backformen etc. nicht über ca. 200 Grad oder nicht leer erhitzt werden sollen. Auch wenn die Beschichtung nur mit Holz- oder Kunststoffpfannenwendern und keinen scharfen, spitzen Gegenständen in Kontakt kommen soll, wurden höchstwahrscheinlich PFAS eingesetzt. Denn diese Antihaf-Beschichtungen sind kratzempfindlich und zersetzen sich bei hohen Temperaturen.
- Textilien, Kleidung, Polster, Teppiche: Begriffe wie „fleckgeschützt“, „wasserabweisend“, „ölabweisend“ können



Foto: Alex Tihonov / Adobe Stock

Beschichtete Pfannen enthalten eine gefährliche Chemikalie.

Hinweise darauf sein, dass PFAS verwendet wurden.

- Vorsicht bei ungewöhnlichen Materialeigenschaften: Papier, Pappe, Stoff oder andere Materialien wie Zuckerrohr saugen Wasser und Fett auf. Wenn Öl auf der Oberfläche dieser Materialien runde Tropfen bildet, dann kann dies ein Hinweis auf den Einsatz von PFAS sein.

Laut Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) werden diese Chemikalien hauptsächlich über Lebensmittel und das Trinkwasser aufgenommen. Weitere Quellen sind die Außen- und Innenraumluft, Hausstaub und der Kontakt mit Verbraucherprodukten, die PFAS-haltige Chemikalien enthalten. Gestillte Kinder können PFAS über die Muttermilch aufnehmen.

Warum PFAS so gefährlich für Lebewesen sind

PFAS sind extrem stabil und werden daher als Ewigkeits-Chemikalien bezeichnet. Sie sind quasi nicht abbaubar und reichern sich in der Umwelt, in Mensch und Tier an. Das trifft auf Industrieländer wie Deutschland zu und selbst in den entlegensten Bergregionen oder in Eisbären sind diese Chemikalien schon nachweisbar.

Bisher ist nur von einem kleinen Teil der PFAS bekannt, welche gesundheitlichen Schäden sie bewirken können. Oftmals werden sie von Mensch und Tier nur langsam abgebaut und ausgeschieden, sodass sie sich im Körper sogar anreichern

können. Studien an größeren Bevölkerungsgruppen weisen darauf hin, dass bestimmte PFAS die Leber, das Hormon- und Immunsystem schädigen und den Fettstoffwechsel stören, die Wirkung von Impfungen verschlechtern, ein geringeres Geburtsgewicht zur Folge haben, die Fruchtbarkeit verringern oder Krebs erzeugen können.

Ein Verbot ist dringend erforderlich, weil alle der deutschlandweit mehr als 1.000 untersuchten Kinder (GerESV-Studie) mit bestimmten PFAS belastet waren. Ein erheblicher Teil der Kinder wies so hohe Blutwerte auf, dass eine Gesundheitsgefährdung nicht mehr sicher ausgeschlossen werden kann. Als Ursachen wurden in dieser Studie Muttermilch, kontaminiertes Trinkwasser und Imprägniersprays identifiziert. Auch im Blut von Erwachsenen sind in Europa PFAS nachweisbar.

Wo in Deutschland PFAS hergestellt oder verwendet werden, sind Boden und Wasser und auch die Menschen häufig mit PFAS belastet. Die Herstellung und Verwendung von PFAS muss weltweit beschränkt werden. Auch die Entsorgung kann zu einer Gesundheits- und Umweltbelastung führen.

Zusammen mit vier weiteren EU-Staaten setzt sich Deutschland inzwischen für ein Verbot der Ewigkeits-Chemikalien ein. Konkret sollen rund 10.000 Substanzen nicht mehr eingesetzt werden dürfen.

Quelle: Verbraucherzentrale NRW



Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde,

ein nicht einfaches Treffen in Berlin, diese außerordentliche Bundesverbandstagung. Am Abend des dritten Tages konnten die Delegierten und sonstigen Teilnehmenden eine positive Bilanz ziehen. Es bestand Einigkeit darin, dass ein Strukturprozess jetzt und nicht erst zur ordentlichen Bundesverbandstagung im November 2023 satzungsfest gemacht werden musste. Damit wurden Voraussetzungen für die Weiterführung, nicht den Abschluss, des laufenden Strategieprozesses geschaffen.

Die dafür notwendigen Änderungen in der Satzung, lange erarbeitet, diskutiert, vielfach geprüft und ergänzt durch die Bundesrechtsabteilung und das den Verband betreuende Rechtsanwaltsbüro, erhielten die Zustimmung der Mehrheit der Delegierten. Auch die nicht zustimmenden Abstimmungsberechtigten akzeptierten das Votum des Gremiums und werden die neue Satzung in den Landesverbänden leben. Deren Satzungen werden im Verlauf der des Bundesverbandes angepasst.

Die wesentlichen Änderungen betreffen die Strukturen an der Verbandsspitze. Das höchste Organ des SoVD ist und bleibt die Bundesverbandstagung und, dies wurde vielfach betont, der SoVD ist und bleibt ein Mitgliederverband, in dem das Ehrenamt die Priorität hat. Die Organe des Verbandes: Vorstand, Verbandsrat, Bundeskonferenz und Bundesverbandstagung sichern auch künftig die vorrangige Teilnahme der ehrenamtlich tätigen Mitglieder an allen Entscheidungsprozessen. Die in der Satzung nunmehr verankerte Stärkung des Hauptamtes garantiert die permanente Ansprechbarkeit des Verbandes, die zeitnahe Reaktion auf aktuelle sozialpolitische Themen und auch künftig die hohe Qualität von Sozial- und Rechtsberatung sowie Rechtvertretung unserer Mitglieder unter den sich rasch ändernden gesamtgesellschaftlichen und sozialpolitisch-sozialrechtlichen Bedingungen.

Die offenen Gespräche in den Arbeitsgruppen und die ergebnisorientierten Diskussionen in der Bundesverbandstagung trugen dazu bei, dass von den Delegierten mehrheitlich den neuen Organen und den neuen Personen an der Verbandsspitze das Vertrauen ausgesprochen wurde. Diese haben nun die sehr großen Aufgaben, bis zu ordentlichen Bundesverbandstagung im November 2023 den Strategieprozess weiter anzuführen, die Arbeit des Verbandes für die Zeit nach Genehmigung der neuen Satzung vorzubereiten, Personen und Strukturen handlungsfähig zu machen und somit den SoVD in seiner Rolle und seinen Aufgaben als ältesten Sozialverband in Deutschland zu stärken.

Der Landesverband Mecklenburg-Vorpommern wird sich dabei im Ehren- wie im Hauptamt aktiv einbringen. Zum Landesverbandstag im Mai 2023 wird der Landesvorstand die Delegierten darüber umfassend unterrichten.

**Dr. med. Helmhold Seidlein,
1. Landesvorsitzender**



Helmhold Seidlein



Foto: Li Ding / Adobe Stock

Menschen mit Übergewicht sollten gelenkschonende Sportarten zum Abnehmen auswählen

Maß, Spaß und Regelmäßigkeit bringen Erfolg

Wer an Übergewicht leidet und abnehmen möchte, sollte zum einen seine Ernährung umstellen und zum anderen die Kalorienbilanz durch regelmäßige Bewegung weiter verbessern. Entscheidend dabei ist jedoch die richtige Sportart. Denn Übergewicht belastet schon von sich aus die Gelenke. Daher ist es für den Einstieg wichtig, auf gelenkschonende Sportarten zu setzen.

Schwimmen, Wassergymnastik, Aquajogging und andere Bewegungsformen im Wasser sind wohl die besten Einstiegs-sportarten für Übergewichtige. Die Auftriebskraft des Wassers verringert die Gewichtskraft des Körpers, wodurch Gelenke und Knochen entlastet werden. Zudem wird beim Schwimmen der ganze Körper mit allen wichtigen Muskelpartien beansprucht. Obendrein verbraucht der Körper im Wasser zusätzliche Energie, um die Körpertemperatur konstant zu halten. Wassersportarten sind also ein ideales Ganzkörpertraining für Übergewichtige.

Für all diejenigen, die sich auf dem Fahrrad sicher fühlen, ist

Radfahren eine ideale Sportart zum Abnehmen. Fahrradfahren lässt sich gut in den Alltag integrieren, zum Beispiel mit einer Fahrt ins Büro oder zum Schwimmtraining. Zusätzlich werden beim Radfahren die ohnehin schwer belasteten Beingelenke geschont. Parallel wird Muskulatur aufgebaut und gestärkt. Tipp: Elektrisch unterstützte Fahrräder (E-Bikes) ermöglichen einen leichten Einstieg in den Radsport.

Nordic Walking, das schnelle Gehen mit zwei speziellen Wanderstöcken, zählt zu den sanften Ausdauersportarten und ist damit empfehlenswert für Menschen mit Übergewicht. Allerdings nur dann, wenn die

Stöcke richtig geführt werden. Denn erst durch sie werden Hüft-, Knie- und Knöchelgelenke entlastet. Um Bewegungsfehler zu vermeiden, sollten sich Anfänger die richtige Technik zunächst von einem Trainer oder einer Trainerin zeigen lassen. Tipp: Einfache Spaziergänge sind ein guter Einstieg.

Cardio Training mit Geräten wie Crosstrainer oder Ruderggerät bieten ebenfalls die Möglichkeit zu einem gelenkschonenden Ganzkörpertraining. Beide Sportgeräte sind in jedem Fitnessstudio zu finden, eignen sich jedoch auch als Sport für Übergewichtige zu Hause.

Tanzen ist ebenfalls ein Sport, der das Abnehmen unterstüt-



Foto: runzelkorn/Adobe Stock

Nordic Walking ist ein empfehlenswerter Sport bei Übergewicht.

zen kann. Gleichzeitig schult es die Koordinationsfähigkeit. Regelmäßige Termine in einer Tanzschule und die Freude an der Bewegung zur Musik unterstützen die Motivation.

Bei der Auswahl gilt: Gehen

Sie es langsam an, haben Sie Spaß, setzen Sie auf richtige Ernährung und konsultieren Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin, bevor Sie mit einem neuen Sport beginnen.

Quelle: AOK Gesundheitsmagazin

Nachruf



Im Alter von 90 Jahren verstarb am 30. Januar 2023 unser langjähriges Mitglied

Käte Bertulat.

Seit 1991 war Frau Bertulat Mitglied im SoVD. Mehr als 20 Jahre lang war sie Mitglied im Kreisvorstand Schwerin. Durch ihre gewissenhafte Arbeit war sie erfolgreich und beliebt.

Besonderen Einsatz leistete sie mit großem Engagement und Hilfsbereitschaft in ihrem Ortsverband Görries. Hier war sie eine große Hilfe für die Mitglieder und Bürger*innen.

Wir werden Käte Bertulat stets in guter Erinnerung behalten.

Andrea Preuß-Borowsky,
1. Vorsitzende SoVD-Kreisverband Schwerin

5 Termine

Kreisverband Schwerin

13. April, 17 Uhr: Vorstandssitzung, Geschäftsstelle, Dreescher Markt 1, 19061 Schwerin.

Vorschau: 5. Juni: Tagesfahrt nach Berlin mit Besuch des Reichstages und Stadtrundfahrt. Abfahrt: 6 Uhr Grunthal-

platz, 6.15 Uhr: Von-Stauffenberg-Straße, Bushaltestelle am Kiosk / Straßenbahn. Kosten: 8.30 Euro.

Anmeldung erforderlich bis 11. Mai bei Andrea Preuß-Borowsky, Tel.: 0152/51 21 32 093, genaue Infos gibt es auch auf

der Homepage unter: www.sovd-schwerin.de.

Ortsverband Dreesch

25. April, 14 Uhr: Vorstandssitzung in der Geschäftsstelle, Dreescher Markt 1, 19061 Schwerin.

Rechtsberatung

Parchim: 19. April (Terminvereinbarung bitte über die Landesgeschäftsstelle Rostock). **Grevesmühlen / Wismar:** 26. April.

Es berät Doreen Rauch.

Grimmen: 4. April, **Greifswald:** 18. April, **Bergen / Stral-**

sund: 25. April.

Es berät Donald Nimsch.

Bitte vereinbaren Sie Termine bei den Kreisverbänden zu den jeweiligen Bürozeiten! Die Nummern stehen in der Rubrik „Kontakt“.

Die Beraterinnen und Bera-

ter sind auch außerhalb der Beratungszeit telefonisch erreichbar; in den Kreisverbänden zu deren Öffnungszeiten, beim Landesverband unter Tel.: 0381/76 01 090, montags bis donnerstags 8–16 Uhr und freitags 8–12 Uhr.

Nachruf



„Deine Schritte sind verstummt,
doch die Spuren deines Lebens bleiben.“

Wir erhielten die traurige Nachricht, dass unser Mitglied

Werner Heinemann

am 1. Februar im Alter von 85 Jahren verstorben ist.

Er setzte sich viele Jahre als Vorsitzender des Ortsverbandes Nordstadt-Neubrandenburg und als Vorsitzender des Kreisverband Neubrandenburg aktiv für die Anliegen und Sorgen unserer Mitglieder ein.

Wir haben Herrn Heinemann viel zu verdanken und werden sein Andenken in Ehren halten. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie.

Landesverband Mecklenburg-Vorpommern

Kontakt

Kreisverband Demmin: Schützenstraße 1 A, Raum 3, Friesenhalle, 17109 Demmin, Tel. über Rostock unter: 0381/76 01 090.

Kreisverband Güstrow: Friedrich-Engels-Straße 27, 18273 Güstrow, Tel.: 03843/68 20 87.

Kreisverband Ludwigslust: Möllner Straße 30, 19230 Hagenow, Tel.: 03883/51 01 75.

Kreisverband Röbel: Predigerstraße 12, 17207 Röbel, Tel.: 039931/12 96 17.

Kreisverband Neubrandenburg: Ansprechpartner: Landesverband, Tel.: 0381/76 01 090.

Kreisverband Nordvorpom-

mern: Straße der Solidarität 69, 18507 Grimmen, Tel.: 038326/46 52 31.

Kreisverband Nordwestmecklenburg: Am Kirchplatz 5, 23936 Grevesmühlen, Tel.: 03881/71 33 23.

Kreisverband Parchim: Ludwigsluster Straße 29, 19370 Parchim, Tel.: 03871/44 42 31.

Kreisverband Rostock: Henrik-Ibsen-Straße 20, 18106 Rostock, Tel.: 0381/76 96 130.

Kreisverband Rügen: Störtebeker Straße 30, 18528 Bergen/Rügen, Tel.: 03838/20 34 81.

Kreisverband Schwerin: Mehrgenerationenhaus, 5. OG (hinter Glastür rechts, 1. Raum), Dreescher Markt 1, 19061 Schwerin, Tel.: 0385/20 09 03 48.

Kreisverband Stralsund: Wiesenstraße 9, 18437 Stralsund, Tel.: über Rostock unter: 0381/76 01 090.

Kreisverband Vorpommern-Greifswald: Makarenkostraße 9b, 17491 Greifswald, Tel.: 03834/84 04 88.

Kreisverband Wismar: Lübsche Straße 75, 23966 Wismar, Tel.: 03841/28 30 33.



Foto: sagamedia/DDL/AOK

Zwischen 20 und 35 Jahre alt sind die Hauptpersonen in dem Film der Deutschen Depressionsliga.

Roadmovie mit fünf jungen Menschen – einer tückischen Krankheit auf der Spur

Mutige „Expedition Depression“

Fünf junge Erwachsene begeben sich auf Spurensuche durch Deutschland. Auf ihrer „Expedition Depression“ erforschen sie eine Krankheit, die auch bei Kindern und Jugendlichen zunimmt – ein Trend, der sich in der Pandemie noch verstärkte. Die besondere Doku hatte Ende Februar in Berlin Premiere.

Die jungen Leute zwischen 20 und 35, die das Roadmovie von Michaela Kirst und Axel Schmidt begleitet, hatten alle in der Kindheit und Jugend selbst Depressionen und wollen mehr darüber erfahren.

Sie suchen Antworten: in einer Kinder- und Jugendpsychiatrieklinik, auf Zeltplätzen, bei einer Alpenwanderung und an einem Sporttherapie-Tag. „Expedition Depression“ dokumentiert ihre

eindrückliche Reise. Sie erleben Herausforderungen, Gemeinschaft und Gemeinsamkeiten.

Dahinter steckt eine Selbsthilfe-Patientenorganisation: Der von Sagamedia produzierte Film ist ein Projekt der Deutschen Depressionsliga e.V. (DDL), finanziell unterstützt vom AOK-Bundesverband. Bewusst nimmt er die Perspektive Betroffener ein. Er soll aufklären und Mut machen, sich Hilfe zu suchen.

„Uns ist es ein großes Anliegen, Menschen mit einer psychischen Erkrankung und betroffene Angehörige aus dem Schatten unserer Gesellschaft zu holen“, so AOK-Vorstandsvorsitzende Dr. Carola Reimann. Über fünf Millionen Menschen in Deutschland leiden an Depressionen, darunter viele Junge.

Sehen kann man „Expedition Depression“ bald auch auf www.depressionsliga.de bei „Projekte“.



Briefe an die Redaktion

„Bin am Ende und sehne mich nach Entlastung“

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

Die Lage vieler Menschen, die pflegen, traf „Zuwendung bis zur Erschöpfung“, Titelthema im März. Ein Beispiel schildert Alexander Dees aus Oberhausen:

Ich habe gerade Ihren Leitartikel sorgfältig gelesen und kann ihn nur voll und ganz unterstützen!

Ich pflege seit mehr als 10 Jahren eine heute 64-jährige Frau. Acht Jahre davon habe ich mit dem Briefwechsel mit dem Versorgungsamt verbracht, um ihr einen Behindertenausweis B, G, BL, H [bei GdJ] 100 und unbefristet zu verschaffen, Gott sei Dank mithilfe des SoVD in Unna! 5 Jahre hat es gedauert, sie in Therapie zu bringen, in der sie nun seit 3 Jahren ist, und 18 Monate hat es gedauert, für sie eine psychosomatische Kur mit Begleiter und Rollstuhl zu bekommen (auch das mit der Hilfe der SoVD-Redaktion!).

Nun bin ich selber Familientherapeut und kann einiges an Belastung abfangen. Trotzdem fühle ich mich „am Ende“ und sehne mich nach Entlastung. Jetzt muss ich mir sagen lassen, dass ich wegen meines Alters (77 Jahre) und wegen der Belastung Katastrophendienst beim Roten Kreuz nicht mehr machen könne, was mich zusätzlich belastet. [...]



Fotos: Jale Ibrak, Angelov / Adobe

Im März ging es um Pflegende.

Eigenanzeige



Urlaub und Entspannung direkt hinterm Deich

Urlaub im Erholungszentrum Büsum

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

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

Sozialverband Deutschland
Landesverband Schleswig-Holstein



Tipp für Kinder

Ich bin doch ICH – genau richtig!

Du bist kleiner als eine Maus, ängstlich wie ein Hase oder langsam wie eine Schnecke! Es ist gar nicht leicht, derartigen Spott auszuhalten. Dieses Buch ermutigt alle Kinder, zu sich selbst und ihrem Aussehen zu stehen, um dann voller Stolz zu sagen: „Ich bin ICH!“



Denn jeder Mensch ist besonders, einzigartig und kann etwas besonders gut. Und wenn alle zusammenhalten, dann entsteht ein starkes „Wir sind wir“.

Das Bilderbuch von Neele feiert jedes Kind als einzigartig und fördert das gegenseitige Verständnis – ideal zum Vorlesen zu Hause und in Kindergruppen.

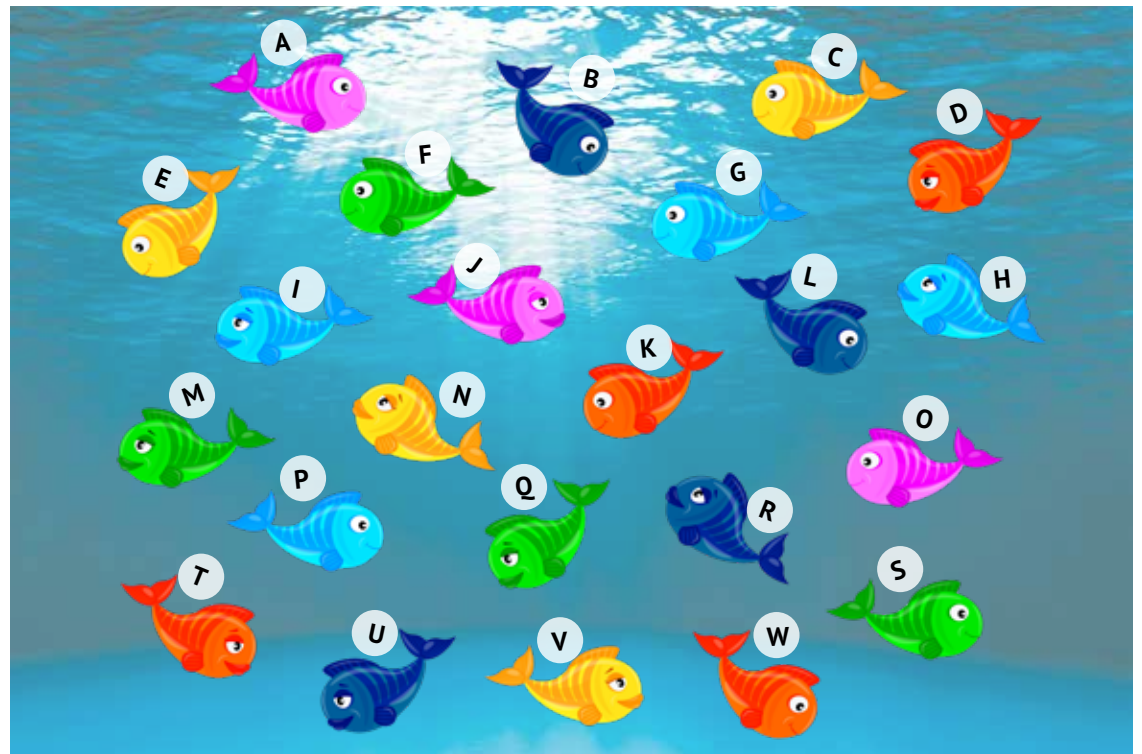
Neele: Ich bin doch ICH – genau richtig! Penguin Junior, 32 Seiten, ab 4 Jahren, ISBN: 978-3-328-30199-8, 14 Euro.

Wenn du das Buch gewinnen möchtest, dann löse das Rätsel in Rolands Rätselecke. Die Lösung schickst du mit dem Betreff „Ich bin doch ICH“ per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. April.

Rolands Rätselecke

Einzigartige Fische im Ozean

Bei diesen farbigen Flossenfreunden wird Vielfalt großgeschrieben. Und doch gibt es zu jedem Meeresbewohner ein genau gleiches Exemplar. Nur ein Fisch ist wirklich einzigartig – kannst du ihn entdecken? Der dazugehörige Buchstabe ist die gesuchte Lösung.



Foto/Grafik: katatonia, Dreambook/Adobe Stock; Montage: SoVD

Fröhliche Fehlersuche

Verwirrung im Wald

Mit dem Frühling setzt in der Natur wieder geschäftiges Treiben ein. Doch beim Treffen dieser Waldtiere ist etwas schiefgelaufen: Im unteren Bild haben sich zehn Fehler eingeschlichen – findest du sie? Die Auflösung kannst du dir auf Seite 18 anschauen.



Grafik: GabiWolf/Adobe Stock



Voll durchgeblickt

Insekten in Lebensmitteln

Vor allem in asiatischen Ländern stehen Insekten schon länger auf dem Speiseplan. Hierzulande ekeln sich viele Menschen vor dem Gedanken, Käfer oder Grillen zu essen. Als „neuartige“ Lebensmittel dürfen sie dennoch auch bei uns verkauft werden. Innerhalb der Europäischen Union (EU) gibt es hierfür jedoch klare Regeln. So muss etwa ein Hinweis auf der Verpackung dafür sorgen, dass niemand ohne sein Wissen Insekten isst.

Insekten enthalten große Mengen an Eiweiß, Vitaminen, Ballaststoffen und Mineralien. Man kann sie also durchaus als gesund bezeichnen. Wohl auch deshalb essen Menschen in vielen Teilen der Welt bereits seit Langem Mehlwürmer, Wanderheuschrecken oder auch Hausgrillen (Heimchen). Sich mit diesem Gedanken anzufreunden, fällt den Menschen in Deutschland dagegen sehr schwer.

Dennoch dürfen in der EU bestimmte Insekten in Lebensmitteln verarbeitet werden. Damit davon niemand krank wird, hat eine Behörde vorher alles geprüft. Sie untersucht jede Tierart und lässt diese erst danach als Nahrungsmittel zu. Zuletzt geschah dies im Januar für Hausgrillen und für die Larven von Getreideschimmelkäfern.

Da kaum jemand die Tiere im Ganzen essen möchte, werden sie häufig zu Pulver zermahlen. Diese kann dann, ähnlich etwa wie Mehl, in Brot, Keksen oder Nudeln vorkommen. Allerdings muss



Fotos: Gina Sanders, Holger T.K./Adobe Stock; Montage: SoVD

Insekten wie zum Beispiel die Hausgrille dürfen in Lebensmitteln verarbeitet werden. Das steht dann aber auf der Packung drauf.

dann auf Produkten, die Hausgrille enthalten, auch „Hausgrille“ draufstehen. Ein solches Lebensmittel gilt dann auch nicht mehr als vegan oder vegetarisch. Pflicht ist außerdem ein Hinweis auf mögliche allergische Reaktionen. Es muss also niemand Angst haben, aus Versehen Insekten zu essen.

Die meisten Menschen in Deutschland lehnen Insekten

im Essen ab. Deshalb gibt es entsprechende Produkte bisher kaum im Supermarkt zu kaufen. Ein weiterer Grund hierfür ist, dass die verwendeten Tiere aus einer kontrollierten Aufzucht kommen müssen. Das bedeutet, dass zum Beispiel Spaghetti mit Insektenpulver erst einmal mehr Geld kosten als „normale“ Nudeln.



 **Zeitmaschine**

Fernsehen live vom Bauernhof

Als zu einseitig empfand der damalige Bundeskanzler Konrad Adenauer (CDU) das Fernsehprogramm. Mithilfe der „Deutschland-Fernsehen-GmbH“ sollte ein Sender entstehen, der seine politischen Ideen zuverlässig abbildete. Doch Adenauer scheiterte vor dem Bundesverfassungsgericht – Rundfunk war schließlich Ländersache. Diese gründeten kurzum eine eigene Fernsehanstalt des öffentlichen Rechts. Am 1. April vor 60 Jahren nahm mit dem ZDF das Zweite Deutsche Fernsehen seinen Betrieb auf. Das provisorische Studio befand sich auf dem Gelände eines ehemaligen Bauernhofes in Eschborn.

Mit seinem Urteil erteilte das Bundesverfassungsgericht dem Vorhaben eines staatsgelenkten „Adenauer-Fernsehen“ eine eindeutige Abfuhr: Der Bund hatte gegen Artikel 30 und Artikel 5 des Grundgesetzes verstoßen. Doch in der Öffentlichkeit waren die Erwartungen an einen zweiten Sender bereits geweckt. Und so unterzeichneten die Ministerpräsidenten der Bundesländer bereits wenige Monate später einen Staatsvertrag über die Errichtung der Anstalt des öffentlichen Rechts „Zweites Deutsches Fernsehen“.

Zu den Räumen, in denen die ersten Sendestudios untergebracht waren, gehörten ein Bauernhof und ein ehemaliges Arbeitslagergebäude. Dies trug dem Gelände in Eschborn den Spitznamen „Telesibirsk“ ein. Recht bald jedoch erwarb der Sender von der Stadt Mainz ein repräsentatives Gelände auf



Foto: Georg Meyer-Hanno / ZDF; Grafik: Jan Langela / ZDF; Montage: SoVD

„Gud’n Aamd“ – so grüßen bis heute die Mainzelmännchen im ZDF. Im Hintergrund zu sehen sind die rustikalen ersten „Studios“.

dem Lerchenberg. Hier entstand nach und nach ein modernes Sendezentrum.

Einen Spitznamen bekamen auch die Mitarbeiter*innen des ZDF. Dass man sie als „Mainzel-

männchen“ bezeichnete, machte ihnen jedoch wenig aus. Vielmehr nutzte der Sender diesen Namen mithilfe von Zeichentrickfiguren für ein erfolgreiches Selbst-Marketing.

 **Buchtipps**

„Mein Überleben musste einen Sinn haben“

Josef Lewkowicz verbrachte insgesamt drei Jahre in sechs verschiedenen Konzentrationslagern. Im Anschluss an seine Befreiung aus dem KZ reiste er für den Geheimdienst der US-Armee auf der Suche nach untergetauchten Nazi-Funktionären durch Deutschland und Österreich.

Der inzwischen 95-Jährige sieht in seinem Leben eine Bestimmung. Er überstand die Hölle von Auschwitz und Mauthausen auch dank eines unerschütterlichen Glaubens, der ihm bis heute Kraft gibt. All das, so ist er überzeugt, um nach seinem Martyrium zum Retter hunderter jüdischer Waisenkinder zu werden, die er unter großem Einsatz aufspürte und aus oft furchtbaren Lebensumständen befreite. „Mein Überleben musste einen Sinn haben“, sagt Josef Lewkowicz heute. Und er tat alles, um diesem Anspruch gerecht zu werden.



Josef Lewkowicz, Michael Calvin: *Mein Überleben musste einen Sinn haben*. Heyne, 320 Seiten, ISBN: 978-3-453-21848-2, 22 Euro.

Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Mein Überleben musste einen Sinn haben“ 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. April.

 **Gibts doch gar nicht, oder?**

Landung auf der Teufelspiste

Das Rollfeld liegt mitten in einer Wohnsiedlung und am Ende der sehr kurzen Landebahn geht es 600 Meter steil in die Tiefe. Die Rede ist von dem Flughafen Lukla in Nepal, dessen offizieller Name „Tenzing-Hillary Airport“ lautet. Wer den Mount Everest erklimmen möchte, kommt um eine derart riskante Anreise aus der Luft kaum herum. Diese erfordert allerdings bereits einiges an Wagemut.

Unter sachkundiger Aufsicht des Bergsteigers Sir Edmund Hillary bauten örtliche Sherpas 1964 die Start- und Landebahn. Diese bestand noch bis zum Jahr 2001 aus einer Schotter-

piste, was die holprige An- oder Abreise zu einem zusätzlichen Erlebnis gemacht haben dürfte.

Das oftmals unberechenbare Wetter ist ein weiterer Grund dafür, dass der Flughafen welt-

weit als einer der gefährlichsten seiner Art gilt. Denn die Berg- und Talwinde sorgen häufig für schlechte Sichtverhältnisse. Umso überraschender ist es, dass auf dem Tenzing-Hillary Airport täglich nicht selten über 50 Flüge abgefertigt werden. Starts und Landungen erfolgen meist im Abstand von wenigen Minuten. Der Ansturm lässt sich leicht erklären: Reisende, die sich dem bereits beschriebenen Nervenkitzel nicht aussetzen wollen, müssten alternativ einen einwöchigen Fußmarsch in Kauf nehmen. Da sparen sich viele ihre Kräfte wohl lieber für die Hauptattraktion, die Besteigung des Mount Everest.

Dessen Gipfel zu erklimmen wurde in den letzten Jahren zunehmend zu einem Tourismusgeschäft – mit verheerenden Folgen für die Umwelt. Auf dem „Dach der Welt“ sammelt sich immer mehr Müll an.



Foto: robertharding, Peter Barritt / picture alliance

Über den Wolken mag die Freiheit grenzenlos sein, auf dem Flughafen am Mount Everest endet sie spätestens mit der Landebahn.

 **Denksport**

Einfacher als gedacht

1. In welche Richtung fährt der Bus?



2. Was ist ...

Was ist böser als der Teufel?

Was ist besser als Gott?

Was fehlt den Reichen?

Was haben Arme zuviel?

Wenn man es trinkt, stirbt man.



Foto / Grafik: Wayhome Studio, Rudzhan / Adobe Stock; Montage: SoVD

Die beiden oben genannten Aufgaben richteten sich ursprünglich an Kinder und konnten von diesen auch recht gut gelöst werden. Vielleicht gehen Sie daher möglichst unbefangen an die Sache heran und betrachten das Ganze etwas spielerischer.

Die Lösungen stehen wie gewohnt auf Seite 18 dieser Ausgabe.

Buchtip

Mit Jugendlichen in Beziehung bleiben

Was tun, wenn man das Gefühl hat, Jugendliche überhaupt nicht mehr erreichen zu können? Jesper Juul empfiehlt in solchen Fällen, die eigene Haltung zu überdenken. Er argumentiert leidenschaftlich dafür, kein Kind „schwierig“ zu machen oder es gar aufzugeben. Selbst mit Heranwachsenden, die komplett aus der Norm ausscheren, sei noch ein echter Dialog möglich.



Eltern, Schulen und alle, die mit ihnen zu tun haben, so Juul, müssten ihre Verantwortung wahrnehmen, statt diese an die Kinder abzugeben. Schon vor der Pubertät sei eine Beziehung auf Augenhöhe gefragt: Wenn sich Erwachsene als gelassene Sparringspartner anbieten, könnten sie Kinder und Jugendliche wieder erreichen und vertrauensvoll und einfühlsam ins Leben begleiten.

Jesper Juul: *Es gibt keine unerreichbaren Jugendlichen!* Kösel, 160 Seiten, ISBN: 978-3-466-31199-6, 18 Euro.

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

Hätten Sie's gewusst?

Husch, husch ins Körbchen

Basketball ist heute überaus beliebt und vor allem in den USA auch ein Riesengeschäft. Das hätte der Erfinder dieser Sportart wohl in seinen kühnsten Träumen nicht vermutet. Im Jahr 1891 führte der Sportlehrer James Naismith leere Pfirsichkörbe einem neuen Zweck zu. Bei seinem Spiel erzielte man immer dann einen Punkt, wenn der Ball in einem dieser Körbe landete.

Mitte des 19. Jahrhunderts kam James Naismith aus Schottland nach Kanada. Dort wurde aus ihm nicht nur ein hervorragender Athlet, sondern auch ein findiger Sportlehrer. Um seine Schutzbefohlenen auch in den Wintermonaten beschäftigen zu können, befestigte er eines Tages zwei leere Obstkörbe in einer Höhe von drei Metern in der Turnhalle.

Das Spiel mit wenigen Regeln fand Anklang, bot aber noch Verbesserungspotenzial. Denn nach jedem Punkt musste Lehrer Naismith eigens auf eine Leiter steigen, um den Ball wieder aus dem Korb herauszufischen.



Foto: public domain

Ein Korb (auf englisch „Basket“) wurde zum zentralen Bestandteil des von James Naismith erfundenen Mannschaftssports.

Redensarten hinterfragt

Gottes Blitz soll dich treffen!

„Potzblitz!“ – mit diesem Schimpfwort machten die Menschen im Mittelalter ihrem Ärger Luft. Um dabei keine Blasphemie zu begehen, verhüllte der erste Teil dieses Fluches den Namen des Herrn. Denn eigentlich gemeint war: „Gottes Blitz soll dich treffen!“

Wenn der Begriff „Potzblitz“ heute überhaupt noch Verwendung findet, dann verbirgt sich dahinter meist weniger ein Fluch als vielmehr ein Ausruf des Erstaunens. Im Mittelalter allerdings war das anders.

Der Glauben bestimmte damals den Alltag der Menschen in allen Bereichen. Sie waren selbst beim Schimpfen darauf bedacht, keine Gotteslästerung zu begehen. Schließlich warnt bereits das zweite Gebot davor, den Namen des Herrn zu missbrauchen. Und so setzte sich recht schnell die sogenannte Hüllformel „potz“ durch.



Fotos: Ivan Kurmyshov, Mix and Match Studio / Adobe Stock; Montage: SoVD

Potzblitz – eine ebenso erstaunliche wie einleuchtende Erklärung!

Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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

Auflösung des Vormonats

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

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

Des Rätsels Lösung

Gespenster-Quiz (Ausgabe März, Seite 16)

Die Lösung lautete: „Bettlaken“.

Einfacher als gedacht (Denksport, Seite 17)

1. Der Bus fährt nach links, denn man sieht keine Tür.
2. Nichts.

Verwirrung im Wald (Fehlersuche, Seite 16)

Die Veränderungen haben wir in dem Bild rot markiert.



Mit spitzer Feder

Buchtip



Gezeitenkinder

Norderney 1962: Hanna fängt im Kindererholungsheim Strandhafer als Pflegerin an. Schnell fühlt sie sich von der Heimleiterin Dr. Waldeck drangsaliert. Die junge Frau wird misstrauisch. Wie kann solch eine herzlose Person die Aufsicht über kranke Kinder führen? Hanna beginnt zu recherchieren und stößt auf erschreckende Ungereimtheiten in der dunklen Geschichte des Heims.

Vor historischem Hintergrund arbeitet Luise Diekhoff in ihrem Buch ein düsteres Kapitel der Nachkriegszeit auf. Die Praxis der Schwarzen Pädagogik mit ihrem Glauben an Erniedrigung, Einschüchterung und Gewalt erschüttert beim Lesen.



Luise Diekhoff: Gezeitenkinder. Heyne, 400 Seiten, ISBN: 978-3-453-27353-5, 22 Euro.

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

Röhrennudeln	Bäume bewohnender Säuger	ugs.: Kletterer	kleines Motorsportfahrzeug	religiös verehren		geschl. Hausvorbau	Länder Vorderasiens		Gewürz	e. demütige Körperhaltung einnehmen	Turnübung		Tanz (Kurzwort)	staatl. meteorolog. Institut		portugiesisch: Bergkette
									best. Körperschmerzen						13	
veraltet: frei, offen			2			Gebetschlusswort					niederländ. Name der Rur					s. geben lassen und mitnehmen
nicht verblässend, lichtbeständig							10		alt-römische Silbermünze		außerdem, nebenbei					
						ugs.: eitel		Vorn. der Schauspielerin Moore				Karteikartenreiter				1
Verfasser von Werbeslogans	Truppenstandort		Empfehlung e. Person, Stelle	ugs.: sich abmühen						ugs.: Miss-erfolg		Gestade		Oker-Zufluss (Harz)		
innerlich gefestigt								erhaben	alter Feuerruf			11				
			5	europ. Wild-rind		Klang, Schall	12				österr. Operettenkomponist †				3	
sieden, kochen	Stadt in Algerien			gegen					Abfolge mehrerer Filme oder TV-Folgen		veraltet: Ameise					
erforderlich						Zeitungsfalschmeldung		sprinten dt. Schriftstellerin (Hera)							7	
verwirrt				in der Nähe von	Birken-gewächs			4	ital. Autor von „Der Name der Rose“ †			AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ P ■ A ■ R ■ T ■ C ■ O ■ L ■ O ■ G ■ N ■ E ■ M ■ U ■ H ■ M ■ E ■ ■ P ■ A ■ O ■ L ■ A ■ Y ■ E ■ U ■ T ■ I ■ N ■ P ■ ■ E ■ S ■ P ■ E ■ A ■ K ■ T ■ I ■ E ■ L ■ S ■ O ■ G ■ ■ O ■ L ■ E ■ M ■ O ■ N ■ O ■ D ■ S ■ C ■ H ■ E ■ R ■ E ■ N ■ ■ R ■ R ■ E ■ S ■ T ■ R ■ E ■ T ■ C ■ H ■ P ■ N ■ ■ G ■ E ■ K ■ N ■ A ■ T ■ T ■ E ■ R ■ H ■ A ■ F ■ T ■ E ■ ■ E ■ I ■ N ■ S ■ I ■ F ■ G ■ A ■ L ■ E ■ R ■ I ■ E ■ ■ W ■ U ■ W ■ E ■ G ■ F ■ A ■ L ■ L ■ R ■ E ■ S ■ T ■ ■ T ■ A ■ K ■ E ■ L ■ A ■ G ■ E ■ B ■ U ■ K ■ A ■ R ■ E ■ S ■ T ■ ■ E ■ R ■ L ■ R ■ W ■ O ■ G ■ E ■ ■ H ■ A ■ L ■ U ■ N ■ K ■ E ■ A ■ H ■ A ■ ■ D ■ R ■ U ■ E ■ S ■ E ■ B ■ E ■ B ■ E ■ L ■ ■ T ■ R ■ A ■ N ■ C ■ E ■ E ■ N ■ Z ■				
ugs.: ungeschickt schneiden								Bewohner der „Grünen Insel“								8
						chinin-haltige Limonade										9
Tätigkeit am Strand	Saugwarze beim Säugetier							geruchtilgendes Mittel (Kurzw.)		0301						6

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.

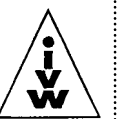
Redaktion: Veronica Sina (veo/verantwortw.), Joachim Schöne (jos), Eva Lebenheim (ele), Sebastian Triesch (str), Brigitte Grahl (bg), Denny Brückner (Bildbearbeitung), Nancy Gühne (Redaktionsassistentin). Für Anzeigen und Werbebeilagen ist die Zeitung lediglich Werbeträger; eine Empfehlung des SoVD für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

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

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

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

Auflage: Die verbreitete Auflage betrug im 4. Quartal 2022 insgesamt 405.359 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. April einsenden an: SoVD, Redaktion, Stichwort: „Kreuzworträtsel“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin oder per E-Mail: kreuzwortraetsel@sovd.de. Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse anzugeben!



www.sovd-gemeinsam.de

Anzeige

Naturpark Spessart

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



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

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

Rhein / Mosel

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

Weserbergland

Hotel-Pension „Resi“ Inh. Markus Weber.
Am Kreuzberg 2
37688 Beverungen
Zim. Du/WC, TV, Radio, Tel., teils Balk., Hallenbad,
Solar, Liegew.-Terr., herrliche Rad- und Wanderwege.
So.-Fr. 5x ÜHP 290€ p.P., Oster Urlaub 10x ÜHP 570€ p.P.
Weitere Angebote auf Anfrage.
☎ 05273/1397 · www.hotel-pension-resi.de

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

**Gesucht &
Gefunden**

Treppenlift

**Service & Montage
übernimmt
unser Hersteller**

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

**Neu oder
gebraucht**

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

Teutoburger Wald

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

Harz

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

Bad Lauterberg FeWo, 50m², 2 Pers. Balkon,
ab 30,-€, Gerlach ☎ 0 55 24 / 8 06 98

**DER HARZ
KURZ, ABER INTENSIV**



Morada HOTEL ALEXISBAD

- 2 x Übernachtung im komfortablen Hotelzimmer
 - 2 x reichhaltiges MORADA Frühstücksbuffet
 - 2 x Abendessen (Buffet)
 - 2 x All-inclusive-Getränke von 18-19.30 Uhr (Bier, Hauswein, alkoholfreie Getränke)
 - 1 x Reiseleitung für Tagesausflug Ostharz mit Quedlinburg und Thale
 - 1 x Hin- und Rückfahrt Alexisbad-Quedlinburg mit der Seltetalbahn
 - 1 x geselliger Tanzabend
- Anreise: täglich auf Anfrage

Kostenfreie Reservierungsnummer:
0800/123 15 15
Harzquell Bewirtschaftungs mbH · Kreisstraße 10 ·
06493 Alexisbad · alexisbad@morada.de

Thüringer Wald

Ihr familiengeführtes Traditionshotel mit 3-Sterne Komfort im Thüringer Wald
ZUR GUTEN QUELLE



98596 Brotterode-Trusetal · Schmalkalder Str. 27
☎ 036840 - 340 · Fax 34111 · www.hotel-quelle.de
36 Zimmer mit Bad oder Dusche, WC, Kabel-TV, WLAN kostenfrei.
Ruhige, zentr. Lage. Barrierefreier Eingang, Lift, behindertenger. Zi.
Wellness, Fitness, Saunalandschaft, Kegelbahn, Außenanlage.
Thüringer Küche + Gruppenräume + Gruppenmäßigung.
Guter Ausgangspunkt zu den Sehenswürdigkeiten Thüringens
Weimar, Erfurt, Eisenach, Schmalkalden und Oberhof

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

agentur

- Onlinemarketing
- Mediaplanung
- Kooperationsmarketing

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

Bayerischer Wald

Denken Sie JETZT an Ihre Gruppenreise 2023!
Schönes Hotel zwischen Passau & Nationalpark Bay. Wald
Alle Zimmer mit DU/WC, Fön, Telefon, Sat-TV, Hallenbad
(33°C), Sauna, Dampfsauna, Farblicht-Saunarium,
Solarium, Kräuterdampfbad, Solebad, Rosenbad, Fitness-
raum und Ruhepavillon, Lift, 2 Kegelbahnen, windge-
schützte Terrasse. Frühstücksbuffet, Menüwahl.
**5 Übernachtungen mit Halbpension p.P. im DZ
inkl. 1 x Reiseleitung für eine Tagesfahrt 300,-**
Inhaber Alfred Binder
Freihofer Str. 6
94124 Büchberg
Tel. 08505-9007-0
Fax 08505-9007-99
info@hotelbinder.de
www.hotelbinder.de

Polnische Ostsee

Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung*
Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn 04435 - 953 88 60
14 Tage Kur - poln. Ostsee
mit Haustürabholung* 3***+Hotel, 300m zum
Strand, Schwimmbad/Sauna, Ü / F / HP, Fahrstuhl,
2 Anw. p. Werktag, Termine ganzjährig
Neu **Kombi-Reisen** Mai / Okt. 2023 Neu
♦ 1 Woche Erlebnisreise Masuren
♦ 1 Woche Erholungs Kur poln. Ostsee,
alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP,
Ausflüge, Eintrittsgelder,
Kuranwendungen
p.P./DZ EZ ab 10 € p.N. **1.299,-**
* Haustürabholung: PLZ 0-5 inklusive, PLZ 6-9 auf Anfrage
fordern Sie unseren Katalog mit verschiedenen
Reisen an: kurundvital@preiswerte-kurreisen.de **50,-€ Rabatt p.P. und Reise**

Reisetipp

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

Allgäu

Seniorenurlaub im Allgäu
Fordern Sie noch heute unverbindlich den Katalog für Ihren Urlaub 2023 an!
Hotels in Bad Wörishofen, Oberstdorf, Füssen, Oberstaufen, inkl. HP, inkl. Hin- u. Rückfahrt
im 9-Sitzer Pkw abzur. Haustür, z.B. 7 Tage für nur 698,-€. Tel. 0 83 76 / 92 92 72
Seniorenflug Kellner GmbH, Alpenblickstr. 17, 87477 Sulzberg · www.seniorenflug.de

Nord-/ Ostsee

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Polnische Ostsee

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

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

Apotheken Umschau – immer besser informiert



Mit Forschung und Wissenschaft



Mit Ratschlägen für eine gesunde Ernährung



Mit Rätselspaß für Ihre geistige Fitness

JETZT in Ihrer Apotheke!

Lesen, was gesund macht.

Pflegen Sie einen Angehörigen?

Dann nutzen Sie den Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel!

Rufen Sie uns kostenfrei an
0800 000 8364



Ihre Vorteile im Überblick

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

Kostenfreie Pflegehilfsmittel

für die häusliche Pflege

Bis zu **40€** monatlich

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

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

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

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

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

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

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

Weitere Infos unter: www.mein-pflegeset.de

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





8 Tage p.P. ab
€ 649,-

KURdirekt

12 Kur-Anwendungen pro Woche inkl.!



8 Tage p.P. ab
€ 1.339,-

REISEKÖNIG

Jetzt buchen & Sie erhalten das Getränke- und Ausflugspaket geschenkt!*



Erholungsreise nach Marienbad

Gönnen Sie sich eine gesunde Auszeit vom Alltag in Marienbad, dem wohl schönsten westböhmisches Kurort. Prachtige Bauten und wunderschöne Parkanlagen prägen das Bild Marienbads. Weltweit ist der Kurort für die heilende Wirkung seiner 40 Quellen und sein umfassendes kulturelles Freizeitangebot beliebt.



IHRE UNTERKUNFT: 4+ Hotel Richard

Lage: Das Hotel Richard liegt im Zentrum von Marienbad, am Anfang des Waldparks mit Blick auf die russisch-orthodoxe Kirche.

Zimmer/Ausstattung: Das Hotel verfügt über 58 Zimmer, die alle mit Bad und Dusche/WC, Fön, Leihbademantel, Sat.-TV, Telefon, kostenfreien Internetzugang (WLAN), Safe und Minibar ausgestattet sind. Zur weiteren Hotel-Ausstattung gehören eine 24-Stunden-Rezeption, zwei Lifte, kostenfreier Internetzugang (WLAN) im ganzen Hotel, Speisesaal, Café, Terrasse und ein eigener Kurbereich.

Freizeit/Kur/Unterhaltung: Als Gast des Hotels stehen Ihnen ein Rehabilitations-Schwimmbecken (9 x 4 m, ca. 28°C) und ein Whirlpool außerhalb der Therapiezeiten zur freien Verfügung. Im Fitnessraum des Hotels können Sie sich aktiv betätigen. Oder Sie lassen es sich im Rehabilitationszentrum bei klassischen und speziellen Marienbader Kur-Anwendungen gut gehen. Auch kosmetische Behandlungen, wie Hand- und Fußpflege können gegen Gebühr in Anspruch genommen werden.



Außenansicht, 4+ Hotel Richard



Zimmerbeispiel, 4+ Hotel Richard

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7/14/21x Übernachtung im 4+ Hotel Richard
- ✓ 7/14/21x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 6/13/20x Mittagssnack (Suppe und Salate)
- ✓ 7/14/21x Abendessen
- ✓ Ärztliche Eingangsuntersuchung
- ✓ 12 Kur-Anwendungen pro Woche nach ärztlicher Vorgabe
- ✓ Medizinische Trinkkur direkt im Hotel (täglich von 07-10 Uhr)
- ✓ Kostenfreie Nutzung von Schwimmbad, Whirlpool und Fitnessraum (außerhalb der Therapiezeiten)
- ✓ Leihbademantel
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
- ✓ Geführter Rundgang durch Marienbad
- ✓ Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung

TERMINE & PREISE 2023 p.P. im DZ

Anreise: montags	8 Tage / 7 Nächte	Verl.-Woche
A 27.11.23; 04.12.23; 11.12.23	€ 649,-	€ 449,-
B 17.04.23; 24.04.23; 30.10.23; 06.11.23; 13.11.23; 20.11.23	€ 679,-	€ 459,-
C 01.05.23; 08.05.23; 15.05.23; 22.05.23; 29.05.23; 05.06.23; 12.06.23; 19.06.23; 26.06.23; 03.07.23; 10.07.23; 17.07.23; 24.07.23; 31.07.23; 07.08.23; 14.08.23; 21.08.23; 28.08.23; 04.09.23; 11.09.23; 18.09.23; 25.09.23; 02.10.23; 09.10.23; 16.10.23; 23.10.23	€ 819,-	€ 599,-
D 18.12.23; 25.12.23*	€ 869,-	€ 679,-
Einzelzimmer-Zuschlag pro Woche	€ 98,-	

- Hinweise:**
- *Silvester-Zuschlag (31.12.): € 30,- p.P.
 - > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 2,- p.P./Tag
 - > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
 - > Verlängerung: Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
 - > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstraße 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.kurdirekt.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.kurdirekt.de/datenschutz.

Reisecode: SOVD

Flusskreuzfahrt „Donauklassiker“

Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Donau-Kreuzfahrt mit dem exklusiven 4++ Schiff MAXIMA. An Bord können Sie sich ganz entspannt zurücklehnen und die Aussicht auf vorbeiziehende Naturschönheiten, wie die weinselige Wachau genießen. Bei Ihren Landgängen erkunden Sie sehenswerte Metropolen, wie Wien, Budapest und Bratislava. Lassen Sie sich von der Vielfalt der lieblichen Donau verzaubern!

IHR REISEVERLAUF

Tag	Hafen	An	Ab
1	Abholung an Ihrer Haustür, Busreise nach Passau mit Möglichkeit (exkl.) zum abendlichen Spaziergang und Einschiffung.	-	23:30 Uhr
2	Krems (Österreich), Besichtigung Stift Herzogenburg und Stadtrundgang Krems.	14:15 Uhr	19:00 Uhr
3	Esztergom (Ungarn) Budapest (Ungarn)	12:00 Uhr	15:30 Uhr 19:30 Uhr
4	Budapest (Ungarn), Stadtrundfahrt/-gang	-	20:45 Uhr
5	Bratislava (Slowakei), Stadtrundgang	13:45 Uhr	23:00 Uhr
6	Wien (Österreich), Stadtrundfahrt/-gang	06:30 Uhr	19:00 Uhr
7	Ybbs (Österreich)	07:00 Uhr	13:00 Uhr
8	Passau, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür.	04:30 Uhr	-



Panorama-Salon, 4++ MAXIMA



Whirlpool, 4++ MAXIMA

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4++ MAXIMA und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
- ✓ Vollpension an Bord inkl. Getränkepaket*
- ✓ Ausflugspaket*
 - Stift Herzogenburg
 - Stadtrundgang Krems und Bratislava
 - Stadtrundfahrt/-gang Budapest und Wien
- ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
- ✓ Freie Nutzung der kostenfreien Bord-Einrichtung (Sauna, Whirlpool etc.)
- ✓ Deutschsprachige Kreuzfahrtleitung an Bord
- ✓ Sämtliche Schleusen-, Hafen- und Liegeplatzgebühren
- ✓ Gepäckbeförderung bei Ein- und Ausschiffung

TERMINE & PREISE 2023 p.P.

Abfahrtstermine: montags	2-Bett Hauptdeck vorn/achtern (HX)	Zuschlag 2-Bett-Kabine zur Alleinbenutzung
A 31.07.23	€ 1.339,-	37,5% statt 75%
B 19.06.23 11.09.23	€ 1.439,-	45% statt 90%

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.

- > Aufpreis Abendlicher Spaziergang in Passau*2 (Nur vorab buchbar): € 32,-
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage

- Hinweise:**
- *Bei Buchung bis 14.04.2023!
 - **Mindestteilnehmerzahl: 25 Personen
 - > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
 - > Routenänderungen vorbehalten.
 - > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

Reisecode: SOVD



Ihre Reiseroute

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

Online buchbar direkt unter:
www.kurdirekt.de

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

info@reise-koenig.de

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS









**HASSERÖDER
BURGHOTEL**
WERNIGERODE / HARZ

BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR




Burg-Brocken Plus - Special im Harz

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

- **4 Tage / 3 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (u.a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, WLAN, Sondernachlass für das gegenüberliegende Erlebnisbad mit Saunalandschaft, Begrüßungsdrink, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl im Restaurant „Burghof“
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung/Verfügbarkeit)
- **Eine Fahrt mit der Harzer Schmalspurbahn zum Brocken und zurück nach Wernigerode**
- **Eintritt in das Luftfahrtmuseum in Wernigerode**
- **Wertgutschein Hotel-Shop**

Ihr Komplettpreis

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

je Erw.
im DZ

318,- €



Jetzt bis zu
**33%
Vorteil!**



HARZPIN.de
ERLEBNISZIELE IM HARZ

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

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



120
Jahre

Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540



Hyaluronsäure 400mg

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

Aktion im April 2023!

Best.-Nr. 843 120 Kapseln für 4 Monate € 24,50
 Im April: Zu jeder bestellten Packung + 1 GRATIS dazu!



Erotisan-Manneskraft

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

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



Bio-Hagebutten

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

vegetarisch, glutenfrei, vegan

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



Magnesium-400-supra TOP

Verbessert die Funktion und Belastungstoleranz der Muskeln, insbesondere bei Sport und fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden. Eine Kapsel am Tag deckt den Magnesium-Bedarf eines Erwachsenen.

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



Omega-3 Supra-1000mg

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

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



GRATIS-TEST* GUTSCHEIN-Nr. 32

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

2-Monatspackung FÜR ALLE NEUKUNDEN

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Zusammen mit meiner ersten Bestellung erhalte ich als Dankeschön **kostenlos und versandkostenfrei*** **Vitamin C 600 Supra-Kapseln, 60 Stück**

Zur Unterstützung Ihres Immunsystems!

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

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

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

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

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

Bestellung bitte an:
 Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
 Helfensteinstr. 47, Abt. 32
 73342 Bad Ditzgenbach
 Tel.: 073 34/96 540
 Fax: 073 34/96 5444
 Abteilung 32
 www.kraeuterhaus.de



Gedächtnis-Kapseln mit Ginkgo!

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

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

Silberne Locken: Andie MacDowell steht zu ihrer natürlichen Haarfarbe

Mit neuem Selbstbewusstsein

In Komödien wie „Vier Hochzeiten und ein Todesfall“ oder „Und täglich grüßt das Murmeltier“ waren braune Locken ihr Markenzeichen. Nun aber verzichtet der Hollywoodstar auf künstliche Haarfarbe – und setzt damit einen neuen Trend. Am 21. April wird Schauspielerin Andie MacDowell 65 Jahre alt.

Sie habe das Gefühl gehabt, das Alter in ihrem Gesicht passe nicht mehr zu ihrer Haarfarbe. So zumindest erklärte Andie MacDowell ihre Entscheidung in einem Interview mit der Zeitschrift *Vogue*. Sie wolle nichts mehr verstecken und fühle sich mit grauen Haaren jünger und natürlicher.

Mit ihrer Natürlichkeit beeindruckte die Schauspielerin anlässlich der Oscarverleihung in Los Angeles zuletzt ihren Kollegen Hugh Grant. Dieser bezeichnete das frühere Model als „umwerfend“.



Foto: APress/IMAGO

Andie MacDowell (li.) besuchte im Januar mit ihrer Tochter Rainey Qualley die Berliner Modewoche („Berlin Fashion Week“).



Foto: Thomas Kost/ZDF

Eher widerwillig wird Ekki Talkötter (Oliver Korittke, li.) in die Fälle von Privatdetektiv Wilsberg (Leonard Lansink) verwickelt.

Oliver Korittke besitzt über 2.500 Paar Turnschuhe

Jäger und Sammler

Als Finanzbeamter spürt er im ZDF-Krimi „Wilsberg“ Steuersünder auf. Privat dagegen jagt der Schauspieler vor allem Sportschuhen hinterher. Am 6. April feiert Oliver Korittke seinen 55. Geburtstag.

Neben Turnschuhen faszinieren ihn auch Skateboards und Spielzeugfiguren. Seine Sammlung stellte Oliver Korittke zeitweise sogar in einem Museum aus. Mit großer Begeisterung widmet sich der gebürtige Berliner auch der Schauspielerei. Erste Erfahrungen sammelte er als Vierjähriger in der Sesamstraße. Mit der Komödie „Bang Boom Bang – Ein todsicheres Ding“ schaffte er den Sprung ins Kino.

Wer Oliver Korittke als Ekki Talkötter in „Wilsberg“ sehen möchte, kann dies in der ZDF-Mediathek tun. Dort sind zahlreiche Folgen abrufbar.

Pinar Atalay wünscht sich mehr Chancengerechtigkeit

Kinder stärker fördern

Sie wuchs in einer Sozialsiedlung auf und wurde dennoch zu einer bekannten Journalistin. Herkunft, findet sie, sollte nicht das spätere Leben bestimmen. Am 27. April wird Pinar Atalay 45 Jahre alt.

Ihre Eltern kamen Anfang der 1970er-Jahre aus Istanbul in einen kleinen Ort in Nordrhein-Westfalen. Sie unterstützten den Weg ihrer Tochter, die als junge Frau zunächst beim Radio anfing. Später machte Pinar Atalay bei den „Tagesthemen“ Karriere, bevor sie im August 2021 dann zu RTL wechselte.

Die Tochter eines Tischlers und einer Schneiderin will, dass Bildung in Deutschland stärker gefördert wird. Atalay sagt, es dürfe nicht zählen, wo man herkommt, sondern was man aus sich machen kann.



Foto: Panama Pictures/IMAGO

Pinar Atalay wechselte von der ARD zu „RTL direkt“.

Schauspielerei und Medizin – Joe Bausch („Tatort“) hat zwei Leidenschaften

Von der Bühne in den Knast

Bekannt wurde er als Gerichtsmediziner Dr. Josef Roth im Kölner „Tatort“. Doch auch im wirklichen Leben hatte der Mann mit der Glatze mit Kriminellen zu tun, und zwar als Gefängnisarzt in der Justizvollzugsanstalt Werl. Am 19. April feiert der Schauspieler und Arzt Joe Bausch seinen 70. Geburtstag.

Beruflich fuhr der gebürtige Hesse sozusagen zweigleisig: Joe Bausch widmete sich dem Theater und studierte zusätzlich Medizin. Auch nach seiner Approbation stand er auf der Bühne und vor der Kamera.

Nicht weniger spannend als seine Rollen war wohl auch seine Laufbahn als Mediziner. Im Gefängnis war der Arzt täglich für die Versorgung von Schwerstkriminellen verantwortlich. Dennoch setzte sich Joe Bausch dabei schon aus Überzeugung stets für einen menschlichen Strafvollzug ein.



Foto: Martin Valentin Menke/Bavaria Fiction GmbH/WDR

Joe Bausch arbeitete über 30 Jahre lang als Arzt im Gefängnis. Fast ebenso lange spielt er in der ARD-Krimireihe „Tatort“ mit.

Claus Theo Gärtner („Ein Fall für zwei“) trauert seiner Rolle als „Matula“ nicht nach

In wohlverdienter Krimi-Rente

Über drei Jahrzehnte lang spielte er den Privatdetektiv Josef Matula in der TV-Serie „Ein Fall für zwei“. Seit seinem Ausstieg aus der Krimireihe genießt der Schauspieler seinen Ruhestand und steht nur noch gelegentlich auf der Theaterbühne. Am 19. April wird Claus Theo Gärtner 80 Jahre alt.

Zu der Figur des Matula hat Claus Theo Gärtner ein ambivalentes Verhältnis. Die Rolle sei für ihn Segen und Fluch zugleich gewesen. Als er etwa in einem Fernsehfilm über Helmut Kohl den CDU-Politiker Heiner Geißler spielte, kommentierte eine Zeitung dies mit der Überschrift: „Was macht Matula in der Pfalz?“

Heute genießt es Claus Theo Gärtner, zu reisen. Er sagt, das halte ihn fit. Meistens sitzt er im Zug nach Basel. Kein Wunder – dort arbeitet seine Frau Sarah Gärtner-Würgler.



Foto: Photopress Müller/IMAGO

Verfolgungsjagden im Fernsehen gehören für Claus Theo Gärtner der Vergangenheit an. Er verbringt lieber Zeit mit seiner Frau Sarah.

www.sovd.de

