



Foto: gpointstudio / Adobe Stock

Die gesetzliche Krankenversicherung steckt so tief in den roten Zahlen, dass Regierungsmitglieder sogar von einem Notfall sprechen.

Gesundheitsfonds: vorgezogene Millionenhilfe aus SoVD-Sicht nur erster Schritt

System selbst ein „Notfallpatient“

Dass es in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) an Geld fehlt, ist nicht neu. Bisher reagierte die Politik auf die steigenden Ausgaben der Krankenkassen fantasielos und ließ hierfür die Versicherten zahlen. Diesen Weg will Bundesgesundheitsministerin Nina Warken (CDU) zunächst nicht weitergehen. Sie diagnostizierte, das GKV-System selbst sei ein „Notfallpatient“, und verordnete als Therapie eine Steuerspritze in Höhe von 800 Millionen Euro.

Erst vor Kurzem übernahm Nina Warken die Amtsgeschäfte von ihrem glücklosen Vorgänger Karl Lauterbach (SPD). Das erste Fazit der 46-Jährigen fiel ernüchternd aus. Die Lage der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV), sagte sie, sei noch dramatischer als angenommen.

Steigende Ausgaben setzen Kassen unter Druck

Warkens Analyse der Situation ist leider zutreffend: Im vergangenen Jahr haben die Kranken-

kassen insgesamt über sechs Milliarden Euro mehr ausgegeben, als ihnen an Einnahmen zur Verfügung gestanden hätten. Verantwortlich für dieses Defizit waren neben gestiegenen Personalkosten vor allem höhere Ausgaben für Behandlungen im Krankenhaus sowie für Arznei- und Heilmittel.

Andreas Storm, Vorstandsvorsitzender der DAK-Gesundheit, warnte vor dramatischen Folgen. Die Finanzlage der Kassen, so Storm, habe sich von schlecht

zu katastrophal entwickelt. Der frühere Bundestagsabgeordnete sagte, viele Kassen stünden bereits am Rande der Insolvenz. Die wenigen verbliebenen Reserven der GKV fresse das hohe Defizit nun nahezu auf.

Höhere Zusatzbeiträge möglichst vermeiden

Ein „Weiter so“ darf es auch aus Sicht des GKV-Spitzenverbandes, der zentralen Interessenvertretung der gesetzlichen

Fortsetzung auf Seite 2

Demo für Inklusion

Verband beteiligt sich an
Europäischem Protesttag

Seite 5



SoVD dringt mit Forderungen durch

Bundesregierung greift
Positionen zur Pflege auf

Seite 3



Klimawandel sozial gestalten

Tagung benennt Leerstellen
im Koalitionsvertrag

Seite 7



Teilhabeatlas

Unterschiedliche Chancen
für Kinder und Jugendliche

Seite 6



Blickpunkt

Liebe Freund*innen im SoVD,
die Bundesgeschäftsstelle des SoVD in Berlin trägt ab jetzt den Namen „Erich-Kuttner-Haus“. Damit verneigen wir uns vor einem Mann, der 1917 gemeinsam mit Gleichgesinnten den „Interessenbund Bund der Kriegsteilnehmer und Kriegsbeschädigten“ gründete – unseren heutigen SoVD.

Unser jüdischer Gründervater arbeitete als Redakteur bei der SPD-Zeitung „Vorwärts“. Aus innerer Überzeugung trat der Sozialdemokrat für Freiheit und für

soziale Gerechtigkeit ein. Unter der Herrschaft der Nationalsozialisten allerdings bezahlte er diesen Einsatz mit seinem Leben. Die Nazis verschleppten ihn 1942 in das Konzentrationslager Mauthausen und brachten ihn dort um.

Das Schicksal von Erich Kuttner ist uns heute eine Mahnung. Denn menschenfeindliche und antidemokratische Kräfte versuchen zunehmend, unsere freiheitliche Grundordnung ins Wanken zu bringen. Daher müssen wir ge-

gen Antisemitismus klar Stellung beziehen und die Erinnerung an die Vergangenheit wachhalten. Gerade wir als SoVD müssen dabei in besonderer Weise Verantwortung übernehmen und unmissverständlich deutlich machen, dass Hass und Ausgrenzung keinen Platz in unserem Miteinander haben. Dafür steht unser Verband seit über 100 Jahren. Und dafür steht ab sofort auch das „Erich-Kuttner-Haus“.

Michaela Engelmeier
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Gesundheitsfonds: vorgezogene Millionenhilfe aus SoVD-Sicht nur erster Schritt

Das System selbst ist ein „Notfallpatient“

Fortsetzung von Seite 1
Kranken- und Pflegekassen in Deutschland, nicht geben. Andernfalls, so die Vorstandsvorsitzende Doris Pfeiffer, würden die Zusatzbeiträge für die Versicherten über kurz oder lang „durch die Decke gehen“.

Tankanzeige von „Reserve“ auf „kurz vor leer“
Um auf finanzielle Schwankungen reagieren zu können, müssen die Krankenkassen Rücklagen bilden. Diese gesetzlich vorgesehene Mindestreserve beträgt 20 Prozent einer durchschnittlichen Monatsaus-

gabe. Gesammelt wird das Geld im Gesundheitsfonds, in den alle Zahlungen der Versicherten fließen, bevor sie von dort nach festgelegten Kriterien an die einzelnen Kassen gehen. Mit Blick auf diesen „Notgroschen“ schlug Pfeiffer jetzt Alarm. Die Reserve, so die Chefin des Spitzenverbandes der Kassen, sei auf sieben Prozent zusammengeschrumpft.

Steuergelder vom Bund kommen früher als geplant
Für genau diesen Fall gibt es Mechanismen, mit denen man sicherstellt, dass die Kranken-

kassen zahlungsfähig bleiben. Konkret kann etwa der Bund Teile seines jährlichen Steuerzuschusses in Höhe von zuletzt 14,5 Milliarden Euro vorziehen. Auf dieses Vorgehen einigten sich Mitte Mai Gesundheits- und Finanzministerium und beschlossen, dem Gesundheitsfonds 800 Millionen Euro aus Steuermitteln vorzeitig zur Verfügung zu stellen.

Das Auffüllen der Liquiditätsreserve des Gesundheitsfonds war aus Sicht des SoVD unausweichlich. Für den Verband steht fest, dass nun dringend weitere Sofortmaßnahmen folgen müssen. Und mit diesen, stellte Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier unmissverständlich klar, könne man anders als im Koalitionsvertrag vorgesehen keinesfalls bis zum Frühjahr 2027 warten.

SoVD fordert Anpassung des Bundeszuschusses zur GKV
Die Vorschläge des SoVD hierzu liegen auf dem Tisch. So muss nach Überzeugung des Verbandes etwa der Bund endlich seiner Verantwortung für versicherungsfremde Leistun-



Foto: ReadyAtTheEase/peopleimages.com / Adobe Stock

Neben gestiegenen Kosten für Behandlungen belasten die Kassen auch Ausgaben für versicherungsfremde Leistungen.

gen gerecht werden und hier einen Ausgleich schaffen. Allein die Mitversicherung von Menschen im Bezug von Bürgergeld verursacht innerhalb der GKV Kosten von rund zehn Milliarden Euro pro Jahr. Um Druck aus dem System zu nehmen, steht die Regierung daher in der Pflicht, den Bundeszuschuss zur gesetzlichen Krankenversicherung wie auch zur sozialen Pflegeversicherung anzupassen und jährlich zu dynamisieren.

Nina Warken ist noch neu in ihrem Amt als Bundesgesundheitsministerin. Doch höhere Beiträge für die Versicherten, das machte sie bereits deutlich, will sie unbedingt verhindern. Das sieht der SoVD genauso. Erst zu Beginn dieses Jahres hatten viele Krankenkassen ihre Sätze kräftig anheben müssen. Einen weiteren Anstieg und höhere Zusatzbeiträge gilt es deshalb unbedingt zu verhindern.
Joachim Schöne

Mindestsicherungsniveau garantiert Zuwachs

Rentenerhöhung liegt über dem Preisanstieg

Zum 1. Juli steigt die Rente einheitlich für Ost und West um 3,74 Prozent. Laut Bundesministerium für Arbeit und Soziales fällt die Erhöhung damit stärker aus als die aktuelle Inflation. Verantwortlich hierfür ist neben der Kopplung der Renten an die Entwicklung der Löhne das sogenannte Mindestsicherungsniveau.

Mit einem Verbraucherpreisindex misst das Statistische Bundesamt jeden Monat die durchschnittliche Preisentwicklung aller Waren und Dienstleistungen, die private Haushalte in Deutschland kaufen. Die jeweilige Veränderung bezeichnete man als Teuerungs- oder auch Inflationsrate. Zuletzt lag diese bei 2,1 Prozent. Damit steigen die Renten in diesem Jahr erneut stärker als die Preise.

Theoretisch erhöht sich die Kaufkraft pro 100 Euro Rente somit um 3,74 Euro. Allerdings gilt zu beachten, dass es sich hierbei um Bruttobeträge handelt, auf die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung sowie gegebenenfalls Steuern anfallen (siehe hierzu auch Interview auf dieser Seite).

Die Deutsche Rentenversicherung weist zudem darauf hin, dass nicht alle Betroffenen zum gleichen Zeitpunkt in den Genuss von mehr Geld kommen. Lag der Renteneintritt im April 2004 oder später, werde die Rente am Monatsende gezahlt. Das Plus landet dann also erstmals Ende Juli auf dem Konto. Wer bereits vorher in den Ruhestand ging, erhält bereits Ende Juni Geld.

Grundsätzlich verantwortlich für die Höhe des Zuwachses ist das weiterhin von der Bundesregierung garantierte Rentenniveau. Dieses sichert unter bestimmten Voraussetzungen den Bezug einer Rente in Höhe von 48 Prozent des aktuellen Durchschnittsverdienstes zu. Dank dieser Dynamik partizipieren Rentner*innen somit an der wirtschaftlichen Entwicklung sowie an den Lohn- und Gehaltszuwächsen der Arbeitnehmer*innen.



Foto: anatoliycherkas / Adobe Stock

Gute Nachricht für rund 21 Millionen Menschen im Ruhestand – sie erhalten künftig eine höhere Rente und somit mehr Geld.

Interview

Pflegebeitrag schmälert Anstieg

Bereits seit Jahresbeginn gilt ein höherer Beitrag zur Pflegeversicherung. Die Rentenversicherung holt diese Änderung allerdings jetzt erst nach. Dadurch fallen rückwirkend höhere Abzüge an. Zumindest im Juli mindert das die Wirkung der Rentenerhöhung. Was genau dahinter steckt, darüber sprachen wir mit der Rentenexpertin Henriette Wunderlich, Referentin beim SoVD-Bundesverband.

Ab Juli dürfen sich Rentenbeziehende über eine Erhöhung von 3,74 Prozent ihrer Bezüge freuen. Wie bewertet der SoVD dieses Plus?

Das ist aus Sicht des SoVD eine gute Rentenanpassung. Möglich wurde die allerdings vor allem aufgrund des weiterhin bestehenden Sicherungsniveaus von 48 Prozent.

Was bedeutet das für die kommenden Jahre?

Damit die Renten auch künftig in ähnlicher Weise steigen können, ist es enorm wichtig, dass die Bundesregierung die weitere Stabilisierung des Rentenniveaus beschließt. Denn ansonsten werden wir uns wohl schon im nächsten Jahr nicht mehr über eine vergleichbar hohe Anpassung freuen können.

Müssen die Betroffenen dabei etwas beachten?

Nein, die Anpassung erfolgt tatsächlich automatisch. Voraus-

sichtlich im Juni erhalten alle Rentnerinnen und Rentner einen Rentenanpassungsbescheid.

Angesichts höherer Beiträge zur Pflegeversicherung dürfte dieser Bescheid die Freude aber auch etwas dämpfen, oder?

Das ist richtig. Der Pflegebeitragssatz ist ja bereits zum Januar dieses Jahres um 0,2 Prozentpunkte gestiegen. Bei den Rentnerinnen und Rentnern wird das jetzt erst zum Juli ankommen. Das bedeutet, dass sie einmalig für die Monate Januar bis Juni einen um insgesamt 1,2 Prozentpunkte höheren Pflegebeitrag bezahlen werden. Danach gilt dann auch für sie die monatliche Erhöhung um 0,2 Prozentpunkte.

Dabei sieht die Verordnung auch Dinge vor, die nicht so ganz fair sind. Worum geht es dabei?

Es ist tatsächlich so geregelt, dass diese 1,2 Prozent auf die neue und somit höhere Rente ab-



Henriette Wunderlich

Juli anfallen werden. Die Abzüge für die Pflegeversicherung fallen dementsprechend also auch höher aus, als wenn man die in den ersten sechs Monaten tatsächlich gezahlte Rente zugrunde gelegt hätte. Zudem müssen diesen Betrag rückwirkend auch Personen zahlen, die vielleicht erst im April oder im Mai in Rente gegangen sind. Denen wurde der höhere Pflegebeitrag ja aber bereits regulär von ihrem bisherigen Einkommen abgezogen.

Interview: Joachim Schöne

Regierung greift angesichts riesiger Herausforderungen zentrale Positionen des Verbandes auf

SoVD dringt mit Pflege-Forderungen durch

Konsequent streitet der SoVD für eine bessere Versorgung von Pflegebedürftigen und Angehörigen. Zum Tag der Pflegenden am 12. Mai appellierte die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier eindringlich an die neue Bundesregierung, endlich zu handeln. Sollte diese die dringenden Reformen nicht unverzüglich angehen, drohe das Pflegesystem in sich zusammenzubrechen. In wichtigen Punkten scheint die Politik nun auf Vorschläge des Verbandes einzugehen.

Die Pflegekrise duldet keinen Aufschub. Denn überlastete Pflegekräfte, verzweifelte Angehörige und pflegebedürftige Menschen, die nicht wissen, wie sie die stetig steigenden

Kosten bewältigen sollen, gehören längst zur traurigen Realität in Deutschland. Für den SoVD steht daher fest, dass es so nicht weitergehen darf. Nach Überzeugung der Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier stehe die neue Bundesregierung vor einem Wendepunkt: Entweder sie nehme die dringend notwendige Pflegereform ernst oder sie setze die Zukunft der pflegerischen Versorgung insgesamt aufs Spiel.

Bundesministerin Warken kündigt „Finanzspritze“ an

Engelmeiers Botschaft scheint bei den politisch Verantwortlichen angekommen zu sein. Zumindest machte Bundesgesundheitsministerin Nina Warken (CDU) bei ihrer ersten

Rede im Bundestag klar, dass auch sie den Ernst der Lage erkannt habe. Kurzfristig wolle sie Vorschläge vorlegen, um der Pflegeversicherung über den Jahreswechsel hinaus Spielraum zu verschaffen.

Inzwischen wurde Warken konkret. Sie wolle die Pflegeversicherung mit einer „Finanzspritze“ vor einem drohenden Milliardendefizit bewahren. Die Ministerin verwies auf mehr als fünf Milliarden Euro, die der Bund den Pflegekassen für Ausgaben während der Pandemie entnommen hatte. Dafür, so die CDU-Politikerin, brauche die Pflegeversicherung einen Ausgleich. Ebenjene Zweckentfremdung von Beitragsmitteln prangert der SoVD bereits seit Langem an.



Foto: pikselstock / Adobe Stock

Die Pflege von Angehörigen ist weit mehr als ein Nebenjob. Das vom SoVD geforderte Pflegegeld könnte dem Rechnung tragen.

Über die Fragen der Finanzierung hinaus gibt es allerdings noch eine Vielzahl weiterer Herausforderungen. Zu diesen gehören – neben dem Fachkräftemangel oder dem Pflegeheimsterben – auch fehlende Unterstützungsangebote für pflegende An- und Zugehörige.

Der SoVD fordert daher seit Jahren mehr Unterstützungs- und Entlastungsangebote sowie unter anderem auch einen gesetzlichen Anspruch auf Pflegezeit in Verbindung mit einer Entgeltersatzleistung. Vor Kurzem nun kündigte Bundesfamilienministerin Karin Prien (CDU) an, ein solches Pflegegeld als Lohnersatz einführen zu wollen (*Details auf dieser Seite*).

Die genannten Beispiele belegen den Stellenwert der pflegepolitischen Arbeit des SoVD. Der Verband setzt weiterhin alles daran, die Politik von der Einführung einer solidarisch finanzierten Pflegevollversicherung zu überzeugen. Ein solcher Systemwechsel würde Missstände wie steigende Eigenanteile und Armut im Alter durch Pflegebedürftigkeit zuverlässig beenden. jos

Lassen sich Pflege und Beruf künftig besser vereinbaren?

Sie versorgen insgesamt 86 Prozent der zu Pflegenden zu Hause. Es ist somit also keine Übertreibung, wenn Michaela Engelmeier die Angehörigen als „das Rückgrat unseres Pflegesystems“ bezeichnet. Es ist längst ein offenes Geheimnis, dass viele von ihnen dabei finanziell, physisch und psychisch an ihre Belastungsgrenze gehen – und nicht selten auch über diese hinaus.

Regierung stellt neue Sozialleistung in Aussicht – Finanzierung ungewiss

Familienpflegegeld als Lohnersatz

Bundesfamilienministerin Karin Prien (CDU) will die Pflege durch Angehörige stärken. Dabei schwebt ihr ein dem Elterngeld vergleichbarer Lohnersatz vor. Die Einführung eines „Familienpflegegeldes“ hatten Union und SPD bereits in ihrem Koalitionsvertrag aufgeführt. Unterstützung für Priens Vorstoß kam vom SoVD. Seit Langem schon fordert der Verband, dass die Leistung pflegender Angehöriger neben warmen Worten auch eine finanzielle Anerkennung findet.

Sie kümmern sich um Ehe- und Lebenspartner*innen sowie um Eltern, Geschwister oder auch Kinder: Ohne Angehörige würde unser Pflegesystem zusammenbrechen. Das ist keine grundlegende Neuigkeit. Vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung allerdings führte es die zuständige Bundesministerin zu der Erkenntnis, dass Fachkräfte die in den kommenden Jahren fraglos zunehmende Pflegearbeit kaum werden leisten können. Daher, so Karin Prien, müsse man den Einstieg in ein Pflegegeld als Lohnersatz für pflegende Angehörige schaffen.



Foto: Hannes P Albert / picture alliance / dpa

Lässt es der Haushalt zu, möchte Bundesfamilienministerin Karin Prien Berufstätigen die Pflege von Angehörigen erleichtern.

„Gleichzeitig wäre ein solches Modell ein klares gesellschaftliches Signal: Pflege ist eine wertvolle und verantwortungsvolle Arbeit. Sie verdient Anerkennung, Unterstützung und einen rechtlichen Rahmen, der persönliche Fürsorge nicht zum finanziellen Risiko macht.“

Familienpflegegeld kommt „je nach Kassenlage“

Mit Blick auf die Pflege steht Deutschland insgesamt vor enormen Herausforderungen.

Neben fehlendem Fachpersonal erhöhen vor allem die steigenden Kosten den Druck auf das gesamte System. Das bekommen Pflegebedürftige besonders deutlich zu spüren. Leider stehen die Chancen für eine schnelle Einführung des Familienpflegegeldes nicht besonders gut. Denn Prien machte bereits deutlich, dass die neue Sozialleistung nur kommen werde, wenn dies aus Sicht der Bundesregierung wirtschaftlich möglich sei. jos

Pflege von Angehörigen verdient Anerkennung

Beim SoVD rannte die Bundesfamilienministerin mit ihrem Vorschlag offene Türen ein. Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier wies darauf hin, dass viele Menschen sich um ihre Angehörigen kümmern wollen, das aber oftmals finanziell schlicht nicht leisten könnten. Ein staatlich abgesicherter Entgeltersatz, so Engelmeier, würde den Betroffenen vieles erleichtern. Sie ergänzte:

Bündnis sammelt weit über 140.000 Unterschriften

Petition fordert: „Mach dich stark für Pflege!“

Im Bündnis mit zahlreichen Organisationen hat der SoVD im Internet eine Petition gestartet. Diese fordert die Bundesregierung auf, eine umfassende Pflegereform umzusetzen.

Pflege, so heißt es in dem Text zu der Petition, sei nicht nur Versorgung, sondern ermögliche ein selbstbestimmtes Leben – ob im Alter oder bei Krankheit. Das aktuelle Pflegesystem sei jedoch veraltet und könne den wachsenden Herausforderungen nicht gerecht werden. Aus diesem Grund fordern die Unterstützer*innen von „Mach dich stark für Pflege!“ eine umfassende Reform. Hierfür seien folgende Punkte maßgeblich:

- Pflegende Angehörige müssen wirtschaftlich besser abgesichert werden – etwa durch eine Lohnersatzleistung oder mithilfe zusätzlicher Rentenpunkte.
- Um Pflegebedürftige und ihre Angehörigen zu unterstützen, müsse der Zugang zu Leistungen der Pflegeversicherung übersichtlicher und einfacher werden.
- Eine Pflege-Vollversicherung könne Betroffene vor unwägbar finanziellen Risiken schützen.

Ein Teil der gesammelten Unterschriften wurde bereits an Bundesgesundheitsministerin Nina Warken (CDU) übergeben. Unter: www.weact.campact.de/petitions/mach-dich-stark-fur-pflege können Sie die Petition dennoch weiterhin unterstützen. jos



Foto: tagesschau.de

Die Tagesschau in Einfacher Sprache verzichtet auf komplizierte Formulierungen und erklärt Fachbegriffe verständlich.

Nachrichten über Internetseite zugänglich

SoVD zeigt Tagesschau in Einfacher Sprache

Seit genau einem Jahr bietet der NDR eine Version der Tagesschau in Einfacher Sprache an. Der SoVD begrüßte das Zusatzangebot bereits damals als einen wichtigen Schritt hin zu mehr Teilhabe. Nun macht der Verband die Nachrichtensendung auch direkt über seine eigene Homepage zugänglich.

Sie ist die wichtigste Nachrichtensendung Deutschlands. Im Fernsehen und im Internet erreicht die Tagesschau täglich ein Millionenpublikum. Oft aber sind die Texte zu komplex, weshalb die Informationen nicht alle Zuschauer*innen erreichen. Aus diesen Grund gibt es von Montag bis Freitag zusätzlich eine Ausgabe der Sendung in Einfacher Sprache. Der SoVD freut sich, die jeweils aktuelle Ausgabe auf seiner Website zeigen zu können.

Sie können die Tagesschau in Einfacher Sprache unter: www.sovd.de sehen. Klicken Sie dort im Menüpunkt „Medien“ auf „Nachrichten“.



Foto: Sascha Pfeiler

SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Eindringlich machte die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier (Bildmitte) bei den Inklusionstagen die Position des Sozialverbandes deutlich. Sie kritisierte unter anderem, dass im Koalitionsvertrag zwischen CDU/CSU und SPD die Bedarfe von Menschen mit Behinderungen wie auch das Thema Inklusion nur eine untergeordnete Rolle spielen.

Barrierefreies PDF der SoVD-Zeitung und Verbesserungen beim E-Paper

Jetzt im Netz bequemer lesen

Die Zahl der Mitglieder, die die SoVD-Zeitung digital lesen, wächst monatlich. Um ihr Leseerlebnis zu verbessern, gibt es seit Kurzem neue Funktionen im E-Paper. Auch bei der PDF-Datei auf der Website geht der SoVD neue Wege und bietet eine barrierefreie Ausgabe an.

Barrierefreiheit ist dem SoVD ein wichtiges Anliegen. Dafür setzt er sich politisch ein; der Verband ist aber auch bemüht, seine eigenen Angebote barrierefrei zu gestalten.

Kürzlich sind dafür einige Neuerungen bei den digitalen Auftritten des SoVD-Bundesverbandes in Kraft getreten. Seit einigen Monaten steht die SoVD-Mitgliederzeitung als barrierefreies PDF auf der Website zum Download bereit. Für Internetnutzer*innen, die einen Screenreader verwenden, ist es dadurch einfacher zu lesen. Das PDF enthält „Tags“, zum Beispiel für Überschriften, Absätze, Listen, und Tabellen, sodass Screenreader den Inhalt in logischer Reihenfolge vorlesen können. Außerdem haben Bilder, Logos und Grafiken beschreibende Alternativtexte, damit blinde Menschen wissen, was dargestellt ist. Zusätzlich erleichtert ein Inhaltsverzeichnis mit Lesezeichen am rechten Rand des Dokumentes die Navigation durch das PDF. Die jeweils aktuelle Ausgabe ist immer am Anfang des Monats auf der SoVD-Website unter www.sovd.de/medienservice/sovdzzeitung/ausgabe verfügbar.

Neue Artikelansicht im E-Paper der SoVD-Zeitung

Auch beim E-Paper der SoVD-Mitgliederzeitung gibt es technische Neuerungen, die die Barrierefreiheit und das Leseerlebnis verbessern. Der Klick in



Screenshot: SoVD

Der Textmodus im E-Paper enthält jetzt Fotos und es gibt neue Optionen wie die Vorlesefunktion auch am PC.

einen Artikel öffnet die neue Leseansicht, die nun nicht mehr nur den Text, sondern auch die Bilder aus dem Artikel enthält.

Beim Öffnen der Ausgabe gibt es außerdem die zusätzliche Option „Artikel-Feed öffnen“. Damit lassen sich alle Artikel direkt ansteuern, ähnlich wie

bei einer Nachrichten-Website. Am PC geht es mit einem Klick auf die Schaltfläche „Nächster Artikel“ weiter, bei Mobilgeräten kann man ganz bequem nach rechts oder links wischen, um sich durch die Artikel zu navigieren.

Vorlesefunktion jetzt auch im Browser am PC nutzbar

Als besonderes Highlight hat auch die Vorlesefunktion ein Update erhalten und klingt deutlich natürlicher. Seit Neuestem ist sie jetzt nicht mehr nur in der SoVD-Magazin-App, sondern auch im Browser am PC integriert.

Wer die neuen Features ausprobieren will, kann ganz bequem unter www.sovd.de/e-paper die Bezugsart der Zeitung wechseln. *str*



Foto: Flaticon.com

Das Accessibility-Zeichen weist auf barrierefreie Inhalte hin.

Inklusionstage zum Thema Digitalisierung

Im Mai fanden erneut die Inklusionstage des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales statt. Dieses Jahr stand die Fachveranstaltung unter dem Motto „Digitalisierung – barrierefrei, selbstbestimmt, zeitgemäß“. Auf dem Podium vertrat dabei die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier den SoVD.

Engelmeier bezeichnete es dabei als „richtig und gut“, dass nun ein eigenes Ministerium die Digitalisierung in Deutschland voranbringen soll. Die Transformation in eine digita-

le Welt dürfe allerdings nicht „überstürzt“ werden. Die SoVD-Vorständin erinnerte daran, dass mit Blick auf Inklusion hier die Bedarfe von Menschen mit Behinderungen wie auch von Älteren von Anfang an mitgedacht werden müssten.

Verbände bei Saskia Eskens Rundem Tisch

Zum Runden Tisch der Sozialverbände hatte Saskia Esken, MdB und noch eine der zwei SPD-Vorsitzenden, für Ende Mai eingeladen. Seitens des SoVD nahm die Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier teil. Vor al-

lem ging es den Verbänden um den Koalitionsvertrag.

Engelmeier betonte sozialpolitische Anliegen des SoVD. Dazu gehören Sicherung und Verbesserungen der Rente, mehr Mindestlohn, bezahlbares Wohnen, Kritik an Verschärfungen beim Bürgergeld, Reformen im Gesundheitssystem, vor allem bei der Pflege, Kampf gegen Armut und wirksame Politik für Frauen, Kinder und Familien, Entgeltersatz für pflegende Angehörige sowie mehr Barrierefreiheit im privaten Bereich.

Ende Juni wählt die SPD einen neuen Vorsitz. Esken kandidiert nicht mehr, leitet aber nun den neuen Bundestagsausschuss für Bildung und Familie. Von der Regierung fordert der SoVD weiter einen Sozialgipfel.



Vor Beginn des Protestszuges versammelten sich Michaela Engelmeier (li.) und Mitglieder der SoVD-Bundesgeschäftsstelle vor dem Brandenburger Tor.



Mit vielen Schildern machte der SoVD auf seine Anliegen am Europäischen Protesttag aufmerksam.

Fotos: Wolfgang Borrs

Bundes- und Landesverband gingen am 5. Mai für die Rechte von Menschen mit Behinderungen auf die Straße

SoVD bei Demo zum Europäischen Protesttag

Die Inklusion ist unter der Ampelregierung nicht wirklich vorangekommen. Und auch im Koalitionsvertrag von Union und SPD wird das Thema nicht ausreichend behandelt. Am Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung machte ein großer Demonstrationzug, den der SoVD Berlin-Brandenburg mitorganisierte, darauf aufmerksam und forderte den „Neustart Inklusion“.

Der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung findet jährlich am 5. Mai statt und richtet den Blick auf die andauernde Benachteiligung von Menschen mit Behinderungen im Alltag.

In diesem Jahr nahmen besonders viele Demonstrierende am in Berlin Umzug vom Brandenburger Tor bis zum Roten Rathaus teil. Das Motto für 2025 lautete „Neustart Inklusion“ und war als klare Aufforderung an die neue Bundesregierung zu verstehen, in der beginnenden Legislaturperiode endlich Behindertenrechte zu stärken und Inklusion voranzubringen.

Inklusion und Teilhabe sind Menschenrecht

Der SoVD beteiligte sich an der bunten Demo mit vielen Teilnehmenden aus der Bundesgeschäftsstelle – darunter die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier – sowie Mitgliedern des Landesverbandes Berlin-Brandenburg

und den SoVD-Bundesjugendvorstandsmitglieder Sabrina Struck und Alexander Menzel.



Sabrina Struck, Alexander Menzel und Referentin Simone Real.

Zum Protesttag betonte Michaela Engelmeier: „Inklusion und Teilhabe sind keine freiwilligen Aufgaben – sie sind Menschenrechte. Deshalb braucht es endlich eine gesetzliche Verpflichtung zur Barrierefreiheit

auch für die Privatwirtschaft, flankiert durch finanzielle Anreize.“ Zugleich betonte sie: „Inklusive Bildung muss endlich Realität werden. Alle Kinder und Jugendlichen – unabhängig von einer Behinderung oder dem sozialen Status ihrer Eltern – müssen gemeinsam lernen können.“ Der SoVD setzt sich ein für verbindliche Qualitätsstandards, umfassende Fortbildungen für Fachkräfte, genug personelle und materielle Ressourcen sowie systematische Umsetzungsprozesse.

Auf einem der Demo voranfahrenden LKW sprach Ursula Engelen-Kefer, die Vorsitzende des SoVD-Landesverbandes Berlin-Brandenburg, zu den Menschen auf der Straße. Dabei griff sie drängende Themen wie den Mangel an barrierefreien Wohnungen, den Umgang mit Menschen mit Behinderungen auf dem Arbeitsmarkt und das nach wie vor nicht inklusive Gesundheitswesen auf und rief die Politik zum Handeln auf. Ein Rapper und ein DJ-Kollektiv



Der SoVD war auch mit einem großen Banner im Demonstrationzug sichtbar.

sorgten für die musikalische Begleitung und heizte den Teilnehmenden ordentlich ein.

Video zum Protesttag auf dem SoVD-YouTube-Kanal

Die Demonstration endete mit einer Veranstaltung vor dem Roten Rathaus. Hier sprachen Ursula Engelen-Kefer und Dominik Peter vom Berliner Behindertenverband mit Cansel Kiziltepe, der Senatorin für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung in der Berliner

Landesregierung. Dabei ging es um viele landespolitische Aufgaben, um die der Berliner Senat sich kümmern muss.

Der SoVD begleitete den Europäischen Protesttag mit einer Kamera. Das Video ist auf dem Youtube-Kanal des Verbandes unter www.youtube.com/@SoVD_Bund veröffentlicht.

Auch das ZDF war mit Kameras dabei und berichtete in den „heute“-Nachrichten um 19 Uhr über die Demonstration. Im Beitrag waren die SoVD-Plakate prominent abgebildet. str



Ursula Engelen-Kefer sprach zu den Demonstrierenden.



Beim Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung setzen sich Betroffene für ihre Rechte ein.



Der SoVD verbreitete seine Forderungen für mehr Inklusion gut sichtbar bei der Abschlussveranstaltung am Roten Rathaus.

Dem Fachkräftemangel sinnvoll entgegenwirken

Schwerbehinderte sind wichtiges Potenzial

Rund 180.000 der über acht Millionen Menschen mit Schwerbehinderungen in Deutschland sind arbeitslos. Dabei sind viele besser ausgebildet als der Durchschnitt der Arbeitnehmer*innen. Für den SoVD ist das ein unhaltbarer Zustand – und unwirtschaftlich.

Die deutsche Wirtschaft braucht in vielen Bereichen weiter dringend Arbeits- und Fachkräfte, besonders in der Energiebranche, IT und im Gesundheitswesen. Anfang 2025 klagte bei einer Umfrage des ifo-Institutes noch rund jede dritte Firma über einen Mangel. Im Kampf gegen dieses Problem sieht nicht nur der SoVD, sondern auch die Bundesagentur für Arbeit laut dpa viel Potenzial bei den Arbeitslosen mit Schwerbehinderungen. Sie seien oft gut qualifiziert.

„Dieses enorme Potenzial wird viel zu oft aufgrund von Vorurteilen oder falschen Annahmen ignoriert“, weiß SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Studien und Erfahrungen aus der Praxis zeigen immer wieder, dass Menschen mit Behinderungen engagierte, leistungsfähige und loyale Mitarbeitende sind. Wir brauchen einen offenen Arbeitsmarkt, der sich an Fähigkeiten orientiert und nicht an Barrieren im Kopf.“

Ein häufiges Vorurteil ist, am Arbeitsplatz sei zu viel Änderung und Unterstützung nötig. Als weiteren „Mythos“ nennt die Bundesagentur, dass Betriebe Schwerbehinderte nie entlassen könnten. Mit derlei Falschinformationen sei aufzuräumen.

11,6 Prozent ist die Arbeitslosenquote bei Schwerbehinderten – gegenüber 7,3 Prozent in der Gesamtbevölkerung. Im Jahresdurchschnitt waren 2024 gut 175.000 Menschen mit schweren Behinderungen arbeitslos, 10.000 mehr als 2023, 2025 bisher sogar über 180.000. Fast die Hälfte war über 55 Jahre alt. Immerhin tut sich langfristig etwas: Erwerbstätig sind heute 51,4 Prozent der Schwerbehinderten, zehn Prozent mehr als vor 20 Jahren. Doch zur Gesamtbevölkerung mit 80 Prozent klafft noch eine riesige Lücke.

Einen inklusiven Arbeitsmarkt, der dieses Potenzial nutzt, forderte der SoVD auch am Europäischen Protesttag am 5. Mai. Dazu gehöre: „Die Beschäftigungspflichtquote für Unternehmen und Verwaltungen muss auf mindestens sechs Prozent steigen“, so Engelmeier. Die Einhaltung der Vorgaben sei zudem besser zu überwachen. *ele*



Foto: auremar / Adobe Stock

Arbeitskräfte mit Schwerbehinderungen sind oft gut qualifiziert.

„Teilhabeatlas Kinder und Jugendliche“ bildet regionale Unterschiede ab

Kinder mit ungleichen Chancen

Die Lebenschancen von Minderjährigen hängen vom Wohnort und von der sozialen Lage ab. Das zeigt der neue „Teilhabeatlas Kinder und Jugendliche“. Er blickte in Deutschlands Regionen: Nehmen alle Kinder überall gleichberechtigt und selbstbestimmt an der Gesellschaft teil? – Nein, ergab die Studie.

Den Atlas veröffentlichten die Wüstenrot-Stiftung, das Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung und die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS) Mitte Mai. Sie verglichen Statistiken zur Teilhabe in Deutschlands 400 Kreisregionen (294 Landkreise plus 106 kreisfreie Städte). Das waren Daten etwa zum Anteil der von Armut betroffenen Minderjährigen oder der Abgänger*innen ohne ersten Schulabschluss.

Auch sprachen die Forschenden in acht Regionen mit jungen Menschen über Wünsche und Wahrnehmungen und mit Erwachsenen aus der Kinder- und Jugendarbeit über Erfahrungen.

Süden stabiler als Norden, Stadt mobiler als Land

Die Regionen unterschieden sich laut Teilhabeatlas teils „gravierend“ – etwa bei Bildung, Ausbildung, Freizeitangeboten, Gesundheitsversorgung, Mobilität und weiterer Infrastruktur.

Einige Beispiele sind: In städtischen Regionen profitierte die Jugend von gut ausgebauten öffentlichen Verkehrsnetzen und schnellem Internet, anders als oft auf dem Land. Hohe Kinderarmut und Jugendarbeitslosigkeit herrschten dafür besonders in Großstädten im Ruhrgebiet, nördlichen Niedersachsen und in Schleswig-Holstein. Mehr Familien als im Süden bezogen dort Sozialleistungen – und mehr Jugendliche machten keinen Schulabschluss.



Foto: Yalana / Adobe Stock

In strukturschwachen Regionen hat die Jugend andere soziale Perspektiven: bei Bildung, Wohlstand, Mobilität, Gesundheit und Freizeit.

Die Wünsche aber ähneln sich. Deutschlandweit hoffen junge Menschen auf Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung, Selbstbestimmung und Mitwirkung.

Aufgabe der Gesellschaft – Politik muss handeln

Der SoVD fordert gerechte, gleiche Startchancen für alle, flächendeckend und unabhängig von sozialer Herkunft oder Behinderung! Ein Schritt wäre eine Kindergrundsicherung.

Ähnlich ist das Fazit der Atlas-Autor*innen: „Teilhabe für junge Menschen überall zu ermöglichen, muss eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe werden.“ Bund, Ländern und Kommunen geben sie Handlungsempfehlungen auf vier Feldern:

Bildung: regional gezielt investieren; Fachkräftepotenzi-

al gering qualifizierter junger Menschen erschließen.

Freizeitmöglichkeiten: kostenlose, vielfältige Angebote; Freizeittreffs fördern; öffentliche Räume zugänglich machen.

Selbstbestimmung: Ausbau von ÖPNV, Fuß- und Radwegen; Sicherheit; digitale Teilhabe.

Beteiligung: junge Menschen an Entscheidungen beteiligen, die sie betreffen. *ele*



Auf teilhabeatlas.org sind das Vorgehen, alle Details und Ergebnisse sowie die Sicht der Jugendlichen erklärt und illustriert. Neben interaktiven Elementen und einer PLZ-Suche gibt es die ganze Studie zum Download.

SoVD im Gespräch



Foto: SoVD

Im Bremer Rathaus, v. li.: Ernesto Harder, DGB-Regionsgeschäftsführer, Michaela Engelmeier, SoVD-Vorstandsvorsitzende, sowie vom SoVD Bremen der 1. Landesvorsitzende Joachim Wittrien, Landesschatzmeister Klaus Möhle und Landesgeschäftsführerin Diana Maleschewski. Engelmeier hielt eine Rede über Themen, die für den sozialen Zusammenhalt aktuell besonders wichtig sind.

Festrede beim Bremer „Mahl der Arbeit“

Dieses Jahr hielt SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier die Festrede beim 71. „Mahl der Arbeit“ in Bremen. Die Feier im Rathaus Ende April, zu der Gewerkschaften und „Arbeit und Leben in Bremen“ einluden, gibt es seit 1954. Sie würdigt den Wert der Arbeit und thematisiert Rechte und Gerechtigkeit.

„Sozialer Zusammenhalt statt Spaltung – Sozialstaat und Demokratie gemeinsam stärken“. Unter diesem Motto sprach Engelmeier über Rente, Pflege und Inklusion am Arbeitsmarkt. Ge-

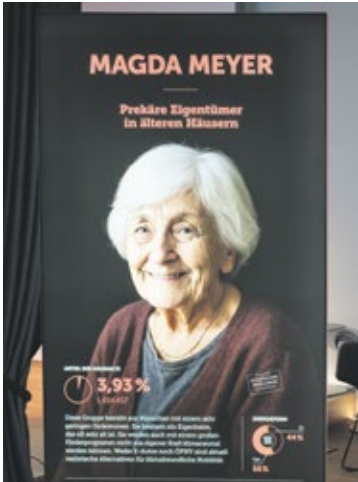
rade bei diesen Themen seien jetzt die Weichen für die Zukunft zu stellen. „Wenn angekündigte Verbesserungen immer wieder aufgeschoben werden, wird das Vertrauen in die Politik verspielt. Deswegen ist es wichtig, bei der Politik den Finger in die Wunde zu legen und für gute Sozialpolitik einzustehen“, sagte sie.

Gleichstellung und Inklusion: Debatte in NRW

„Gleichstellung inklusiv denken“ hieß eine frauenpolitische Fachtagung des SoVD NRW in Bochum. Organisatorin Jutta König, Verbandsratsmitglied,

Bundes- und Landesfrauensprecherin, sprach ein Grußwort. Eine Podiumsdiskussion thematisierte dann Barrieren für Frauen im Gesundheitssystem.

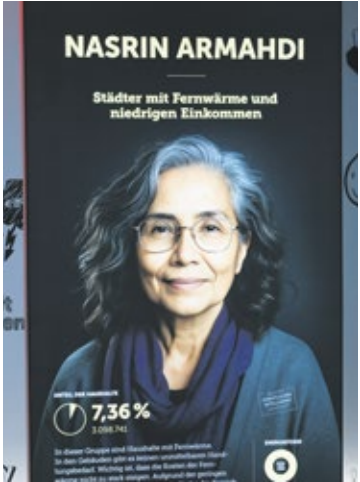
Michaela Engelmeier diskutierte mit Dr. Monika Rosenbaum (Netzwerk NRW Frauen und Mädchen mit Behinderung) und Jan Kaßner (Projektstelle Patientenbeteiligung NRW). Moderatorin Julia Kuhn vom SoVD NRW öffnete die Debatte für Publikumsfragen. Zentral war, dass nicht alle Kliniken und Praxen barrierefrei sind. Menschen mit Behinderungen hätten keine „freie Arztwahl“. Die SoVD-Vorstandsvorsitzende sagte, es brauche zudem Inklusionsbeauftragte, die für Belange von Frauen geschult sind. Sie betonte den Einsatz des SoVD für Angebote wie das Inklusionstaxi.



Die „Persona“-Analysen zeigten vielfältige Lebensumstände.



Thomas Losse-Müller und Ines Verpohl führten durch den Tag und beleuchteten besonders, welche Bevölkerungsgruppen besondere Unterstützung benötigen, um klimaneutral leben zu können.



Fotos (3): Wolfgang Borrs

Jede Persona repräsentiert viele Haushalte in Deutschland.

Vierte Tagung des Sozialklimarats widmete sich schwarz-rotem Koalitionsvertrag und benannte Leerstellen

Klimawandel sozial gestalten bleibt Aufgabe

Passend zur Regierungserklärung von Kanzler Friedrich Merz (CDU) und zum Bericht des Expertenrates für Klimafragen tagte Mitte Mai der Sozialklimarat. Vertreter*innen aus Politik, Verbänden und Zivilgesellschaft diskutierten über gerechte Klimapolitik, soziale Ausgleichsmaßnahmen und konkrete Handlungsspielräume. Verdeutlicht wurden die Auswirkungen in einer Persona-Analyse.

Das vierte Treffen des Sozialklimarats Mitte Mai fand zu einem passenden Zeitpunkt statt. Einen Tag zuvor gab Bundeskanzler Friedrich Merz (CDU) seine erste Regierungserklärung ab. Dabei spielte der Klimaschutz nur eine Nebenrolle; immerhin bekannte er sich zu den deutschen Klimazielen und der Emissionsfreiheit bis 2045. Am Tag selbst erschien dann der Bericht des Expertenrates für Klimafragen der Bundesregierung. Laut diesem wird Deutschland zwar sein CO₂-Reduktionsziel 2030 erreichen – allerdings vor allem wegen der Wirtschaftsschwäche der vergangenen drei Jahre. Das Ziel der Klimaneutralität bis 2045 wird die Bundesrepublik ohne zusätzliche Anstrengungen jedoch deutlich verfehlen.

Der Einsatz für wirkungsvollen und sozial ausgewogenen Klimaschutz bleibt daher weiterhin ein wichtiges Anliegen. Der Sozialklimarat ist eine Plattform für soziale, zivilgesellschaftliche und politische Kräfte, die sich genau dafür einsetzen. Einer der Begründer des Formats ist Alfred Bornhalm, stellvertretender Vorsitzender des SoVD-Bundesverbandsrates und Vorsitzender des SoVD Schleswig-Holstein. Für den thematischen Einstieg in den Tag sorgten der Mitbegründer des Sozialklimarats Thomas Losse-Müller und Ines Verpohl von Zukunft KlimaSozial. Sie erkannten darin gute Vorhaben wie die Stärkung des Nahverkehrs, den Beibehalt des Deutschlandtickets und den barrierefreien Ausbau von Bahnhöfen. An vielen Stellen

seien die Vorhaben aber unkonkret und wenig verbindlich. Jakob Blankenburg, Bundestagsabgeordneter der SPD und Mitverhandler beim Koalitionsvertrag, bot im anschließenden Gespräch eine positivere Lesart: Die Leerstellen böten Spielraum, um gute Maßnahmen auf den Weg zu bringen. Außerdem sprach er sich dafür aus, steigende CO₂-Preise mit einem Preisdeckel sozial abzufedern. Danach folgte ein interessanter Einblick in den bereits bei früheren Veranstaltungen verfolgten „Persona“-Ansatz. Der machte deutlich, wie divers die Lebensrealitäten bezüglich Wohnsituation, Einkommen und Energieträgern sind. Entsprechend vielfältig sind auch der Handlungsbedarf und die Anpassungsfähigkeit der Menschen,



Foto: Mike Auerbach

Spitzenpolitik beim Sozialklimarat: Grünen-Vorsitzender Felix Banaszak im Gespräch mit der Moderatorin Kristin Becker.

um klimaneutral zu werden. Eine vertiefende Analyse gibt es unter www.sozial-klimarat.de. Als weiterer Akteur aus der Politik war Felix Banaszak, einer der beiden Bundesvorsitzenden von Bündnis 90 / Die Grünen, zu Gast. Er bezeichnete die Vorhaben der Bundesregierung als

„ideenlos“ und kritisierte den Verzicht auf ein sozial gestaffeltes Klimageld, um steigende Preise auszugleichen. Klar wurde: Auch die neue Bundesregierung werden die Diskussionen um den Klimaschutz weiter begleiten. Sebastian Triesch

SoVD im Gespräch

Veranstaltung in Hamburg zu Frauenpolitik

Um Geschlechter-Gleichstellung ging es Ende April in Hamburg. Dr. Simone Real, stellvertretende Abteilungsleiterin Sozialpolitik und Referentin für Frauenpolitik im SoVD-Bundesverband, besuchte den Landesverband und hielt einen Vortrag zur frauenpolitischen Arbeit. Nach einer Begrüßung durch SoVD-Landeschef Klaus Wicher informierten sie und Landesfrauensprecherin Susanne Langhagel über die Lohnlücke, deren Gründe und Folgen – wie etwa weniger Rente. Im Schnitt

verdienen Frauen bundesweit 16 Prozent weniger als Männer, in Hamburg sogar 18 Prozent. „Traditionelle Rollenbilder, steuerliche Anreize wie Ehegattensplitting und Minijobregelungen sowie unflexible Regelungen zu Arbeitszeit und -ort erschweren es, Care- und Erwerbsarbeit fair aufzuteilen“, erklärte Real.

„Sozial in eine digitale Zukunft“

Im Mai fand in Potsdam der Bundesgewerkschaftstag der Gewerkschaft der Sozialverwaltung (GdV) statt. Dieser stand unter dem Motto „Sozial in

eine digitale Zukunft“. Die GdV feierte dabei zugleich auch ihr 75-jähriges Jubiläum. Zu Gast und Teilnehmerin einer Podiumsdiskussion war die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Sie machte sich für verbindliche Regelungen zur Barrierefreiheit im Privatsektor stark und forderte eine grundlegende Reform der Werkstätten für behinderte Menschen. Neben fairen Löhnen sei ein besserer Übergang in den ersten Arbeitsmarkt nötig. Mit Blick auf die Versorgungsmedizin-Verordnung betonte Engelmeier zudem die Bedeutung von Hilfsmitteln. Sie stellte klar, dass deren Besitz nicht zu Nachteilen für Menschen mit Einschränkungen oder Krankheiten führen dürfe.



Foto: SoVD

Einsatz für Barrierefreiheit beim GdV-Gewerkschaftstag: SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier (2. v. li.) und SoVD-Referentin Laura Priebe (li.) mit VdK-Präsidentin Verena Bentele (3. v. li.) und Dorothee Czennia, VdK-Referentin für Behindertenpolitik. Engelmeier und Bentele diskutierten auf einem Podium u. a. mit Dr. Annette von Kalckreuth aus dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales.

Produkte und Dienstleistungen zugänglich für alle

Digitale Barrierefreiheit wird in Teilen Pflicht

Am 28. Juni tritt das Barrierefreiheitsstärkungsgesetz (BFSG) in Kraft. Es verpflichtet zur digitalen Inklusion: Nicht mehr wie bisher nur öffentliche Stellen, sondern auch private Unternehmen müssen bestimmte Produkte und Dienstleistungen für alle nutzbar machen.

Das schon 2022 beschlossene Gesetz setzt die EU-Richtlinie zur Barrierefreiheit („European Accessibility Act“, EAA) in nationales Recht um. Dadurch sollen Menschen mit Behinderungen am Wirtschaftsleben teilhaben können. Das BFSG gilt nicht umfassend, ist aber aus SoVD-Sicht ein wichtiger erster Schritt.

Zum Stichtag 28. Juni müssen alle dort genannten Waren und Dienstleistungen barrierefrei sein. Hersteller*innen, Importeur*innen, Händler*innen und Dienstleistende sollen Angebote so gestalten, dass sie mit Behinderungen maximal zu nutzen sind. Neben Funktionen für Blinde und Gehörlose kann das etwa Alternativtexte in Einfacher oder Leichter Sprache erfordern.

Dies gilt für Webseiten, Online-Shops, viele elektronische Geräte und anderes Digitales von Wirtschaftsbetrieben. Dazu gehören bei den Produkten Computer, Handys, Tablets, Software, E-Book-Lesegeräte, Router, Geld-, Fahrkarten- und Check-in-Automaten; bei den Dienstleistungen Telefondienste, Messenger, E-Books, Online-Banking, elektronischer Geschäftsverkehr, Personenbeförderungsdienste und Dienste für Mobilgeräte im überregionalen Personenverkehr.

Bei Verstößen drohen Strafen: Abmahnungen, Verbote oder Bußgelder bis 100.000 Euro. Zuständig für Kontrolle – und Anlaufstellen für Beschwerden – sind die Marktüberwachungsbehörden der Länder. Eine Liste folgt auf www.bundesfachstelle-barrierefreiheit.de.

Ausnahmen gelten für Kleinstunternehmen unter den Dienstleistern. Bieten sie hingegen Produkte an, fallen sie unter das BFSG; außer, sie vertreiben Lebensmittel, Futter, Pflanzen, Tiere und Ähnliches. Ebenso ausgenommen sind Produkte, die durch Änderungen ihr „Wesen“ verlieren würden, oder zu große Belastungen. *ele*



Foto: AnnaStills / Adobe Stock

Digitalgeräte und -dienste müssen mit Handicap bedienbar sein.

Aktuelles Urteil

Bürgergeld: Rückzahlung nur bei Fahrlässigkeit

Bei der Berechnung von Sozialleistungen kann auch der Behörde selbst ein Fehler unterlaufen. Dieser muss jedoch nicht unbedingt zu Lasten der Betroffenen gehen. Zu diesem Ergebnis zumindest kam das Landessozialgericht Berlin-Brandenburg (AZ: L 3 AS 772/23).

In dem verhandelten Fall hatte eine dreiköpfige Familie Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes bezogen – das heutige Bürgergeld. Als der Ehemann eine Arbeit mit einem vertraglich zugesicherten monatlichen Nettogehalt von 1.600 Euro annahm, übermittelte er dem Jobcenter ordnungsgemäß den Arbeitsvertrag. Daraufhin kürzte die Behörde zwar die Sozialleistungen, berechnete die neue Summe aber falsch. Erst als der Mann eine Verdienstbescheinigung nachreichte, bemerkte das Amt den Fehler. Zehn Monate später forderte die Behörde über 3.000 Euro zurück; zu Unrecht, wie das Landessozialgericht später entschied.

Nach Auffassung des Gerichtes war der Fehler in der komplexen Berechnung von juristischen Lai*innen kaum zu bemerken. Eine grobe Fahrlässigkeit der Leistungsbeziehenden, die für die Rückzahlung erforderlich gewesen wäre, konnte das Gericht daher nicht feststellen. In dem konkreten Fall durfte die Familie somit auf die Richtigkeit des Bescheides vertrauen. Eine rückwirkende Korrektur zu ihren Lasten sei ausgeschlossen. *jos/dpa*

Mehr als jeder fünfte im Krankenhaus behandelte Mensch ist über 80 Jahre alt

Immer mehr Ältere in Kliniken

Zunehmend mehr hochbetagte Menschen werden im Krankenhaus behandelt – obwohl ihnen das nicht immer guttut. Auf diesen Umstand weist der aktuelle Krankenhaus-Report der AOK hin. Dessen Autor*innen kritisieren die dadurch steigenden Ausgaben. Im Interesse der Betroffenen fordern sie eine Verbesserung der ambulanten Versorgung sowie der vor- und nachklinischen Begleitung Hochaltriger.

Personen in einem höheren Lebensalter leider nicht selten unter mehreren Erkrankungen gleichzeitig. Gebrechlichkeit oder auch Demenz haben zudem oft einen besonders hohen medizinischen und pflegerischen Bedarf zur Folge. Seit 2005 hat sich der Anteil der Menschen über 80 Jahren an allen Krankenhausfällen nahezu verdoppelt und lag zuletzt bei 22 Prozent.

Statistisch betrachtet kommen Ältere dabei nicht nur immer häufiger in die Klinik; verglichen mit den Personen unter 60 Jahren bleiben sie dort inzwischen auch fast doppelt so lange.

Kritik an diesem Umstand kommt von den Ortskrankenkassen. Sie weisen in ihrem Report darauf hin, dass allein im Jahr 2022 über eine Million Krankenhausaufenthalte vermeidbar gewesen wären. Hierzu hätte es im Vorfeld allerdings einer besseren ambulanten Versorgung im Pflegeheim, in der Praxis oder zu Hause bedurft. Bei den Betroffenen handelt es



Foto: Robert Kneschke / Adobe Stock

Mit den steigenden Behandlungszahlen hochaltriger Menschen im Krankenhaus erhöht sich auch der pflegerische Aufwand.

sich der AOK zufolge um Menschen, die pflegebedürftig sind und zugleich etwa an Herzinsuffizienz oder an Diabetes leiden. Diese Krankheiten, so die Expert*innen, sollten idealerweise von niedergelassenen Ärzt*innen oder im Rahmen der ohnehin geleisteten Altenpflege versorgt werden.

Dabei stehen die Kliniken aus Sicht der Krankenkassen vor ei-

ner doppelten demografischen Herausforderung: Zum einen müssten die Krankenhäuser in den kommenden Jahren mit deutlich weniger Personal auskommen; zum anderen nähmen auch die Herausforderungen bei der Versorgung Hochaltriger weiterhin zu. Verantwortlich dafür sei der Eintritt geburtenstarker Jahrgänge ins Rentenalter. *jos/aok*

Verbraucherzentrale warnt vor teuren Übergangsverträgen und versteckten Kosten

Vertragsfalle Glasfaser-Ausbau

Immer häufiger preisen vermeintliche Kundenberater*innen an der Haustür die Vorzüge künftiger Glasfaseranschlüsse an. Dabei geht es ihnen nach Auskunft der Verbraucherzentrale Hamburg oft allein um den Abschluss sogenannter Übergangsverträge. Diese gelten bis zur Verfügbarkeit der gewünschten schnellen Internetleitung und haben meist deutlich höhere Kosten zur Folge.

Den Ausbau des Glasfasernetzes machen sich zwielichtige Vertriebsmitarbeiter*innen zunutze: Sie werben mit attraktiven Konditionen, wenngleich vielerorts noch unklar ist, wann ein entsprechender Anschluss überhaupt zur Verfügung steht. Doch genau das gehört zum Plan. Denn bis zur tatsächlichen Freischaltung der Glasfaserleitung gilt oftmals ein teurer Übergangsvertrag.

Wer sich dennoch zu einem Abschluss drängen lässt, erhält mitunter ungewollte und kostenintensive Zusatzleistungen wie hohe Datenraten oder Streaming-Dienste, die viele Haushalte gar nicht benötigen.

Die Verbraucherzentrale schildert das Beispiel einer Frau, die für Telefon und Internet bisher 35 Euro monatlich zahlte. Nach ihrem geplanten Wechsel zu einem Glasfaseranschluss ist sie bis zu dessen Umsetzung nun jedoch an einen Premium-Tarif



Foto: Lumos sp / Adobe Stock

Nicht selten führen Verkaufsgespräche in die Irre und verschleiern anfallende Kosten. Verträge sollte man daher in Ruhe prüfen.

gebunden, der fast 80 Euro pro Monat kostet.

Besonders ältere Menschen tappten der Verbraucherzentrale zufolge in solche Vertragsfallen, weil sie die technischen Details und die angebotenen Leistungen nicht richtig ein-

schätzen könnten. Doch es gebe ein Zurück. Denn an der Haustür, am Telefon und übers Internet geschlossene Verträge könnten innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen widerrufen werden – am besten schriftlich und per Einschreiben. *jos/dpa*

Wer wird SoVD-Superheld*in?

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

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

Viele Vorschläge haben den SoVD schon erreicht. In diesen schildern Mitglieder eindrucksvoll, wie sich ihre „Superheld*innen“ engagieren und die Gemeinschaft voranbringen. Dazu gehört etwa, frauenpolitische Veranstaltungen zu organisieren, gesellige Formate zu etablieren – wie

zum Beispiel einen Boule-Nachmittag oder auch einen Mittagstisch unter dem Motto „Gemeinsam gegen einsam“.

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

Einige der eingereichten Vorschläge hat der Verband bereits in den Landesbeilagen der Zeitung und auf seinen Social-Media-Kanälen vorgestellt. Dort werden auch weiterhin „Superheld*innen“ präsentiert. Der SoVD freut sich über ergänzende Vorschläge für Mitglieder, die die Auszeichnung verdient haben. Denn der SoVD lebt vom starken ehrenamtlichen Einsatz seiner Mitglieder im ganzen Land. Die Auszeichnung



„Superheld*in des Jahres“ honoriert deren Wirken besonders.

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

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

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

Unter allen Einsendungen wählt eine Jury unter Leitung von Michaela Engelmeier drei Gewinner*innen aus. Diese lädt der Verband zum SoVD-Inklusionslauf nach Berlin ein und kürt sie als „SoVD-Superheld*innen



Grafik: Matthias Herrndorff

des Jahres“. Die Preisträger*innen erhalten eine Auszeichnung und einen Zuschuss zur Ortsverbandsarbeit. Selbstverständlich benachrichtigen wir die Gewinner*innen rechtzeitig. Zuvor stellen wir einige von ihnen in der SoVD-Zeitung mit einem Foto und einer Kurzbeschreibung vor.

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



Foto: Dudarev Mikhail / Adobe Stock

Jetzt SoVD-Superheld*innen nominieren

MEIN VORSCHLAG FÜR DEN* DIE SOVD-SUPERHELD*IN
ONLINE-FORMULAR

SoVD erwirkt Kostenübernahme für Reha-Stuhl

Trotz mehrerer Erkrankungen mit schwerwiegenden körperlichen Beschwerden versucht Ingrid T. (Name geändert), ihren Alltag bestmöglich zu bewältigen. Der Rollstuhl, den sie zu Hause nutzt, um mobiler zu sein, verschlimmert ihre Wirbelsäulenprobleme jedoch. Einen Therapie-Stuhl, der ihre Schmerzen lindern und den Beschwerden entgegenwirken könnte, will die Krankenkasse nicht zahlen. Erst ein Widerspruch des SoVD veranlasst die Versicherung dazu, Ingrid T.s Gesundheitszustand neu zu bewerten.

Der Alltag kostet Ingrid T. viel Kraft. Durch eine schwere Osteoporose ist ihre Mobilität eingeschränkt und sie leidet immer wieder unter enormen Schmerzen. Die Erkrankung verursacht vielfältige gesundheitliche Probleme. „Im Moment habe ich drei Brüche im linken Fuß“, erläutert die 71-Jährige. Auch Knöchel oder Schienbein seien bereits gebrochen gewesen. In ihr Schultergelenk musste inzwischen zum zweiten Mal eine Titanplatte eingesetzt werden. Zudem habe infolge der Osteoporose die gesamte Wirbelsäule Schäden davongetragen, so Ingrid T. Insbesondere die starken und anhaltenden Rückenschmerzen schränken sie im Alltag sehr ein. Der Rollstuhl, der ihr zu Hause als Hilfsmittel dient, um mobil zu sein, hat diese verstärkt. „Durch den Rollstuhl hat sich die Wirbelsäule noch weiter verdreht. Er gibt dem Rücken keinerlei Halt“, schildert Ingrid T. Dadurch seien die Beschwerden schlimmer geworden. „Ich konnte zeitweise nicht im Bett liegen und länger als eineinhalb Stunden schlafen, weil die Schmerzen so stark waren“, beschreibt das SoVD-Mitglied.

Therapie-Stuhl kann entlasten und Gesundheit fördern

Sie informiert sich im Internet, was ihr helfen und einer weiteren Verschlechterung ihres Gesundheitszustands entgegenwirken könnte. Auch tauscht sich Ingrid T. mit ihren Ärztinnen und Ärzten aus. Statt des ungeeigneten Rollstuhls empfehlen ihr diese, zu Hause

einen Therapie-Stuhl zu nutzen, und sie stellen ihr eine entsprechende ärztliche Verordnung aus. Anschließend prüfen Fachleute im Sanitätshaus, welcher Stuhl sich für sie eignet und mit welchem sie gut zurechtkommt. Dabei findet sich ein geeignetes Modell. Der Sitz sei gut und der Therapie-Stuhl gebe viel mehr Halt als der einfache Rollstuhl, erzählt Ingrid T. Ganz entscheidend wichtig sei auch die elektrische Aufstiehilfe mit dem Kippen der Sitzfläche, die der ausgewählte Therapie-Stuhl bietet: „Damit kann ich einfacher auf meine Füße kommen und muss mich nicht mit meiner kaputten Schulter herausstemmen“, veranschaulicht Ingrid T. Aus dem Rollstuhl aufzustehen, sei ihr nur mit viel Mühe und Schmerzen möglich.

Die Krankenkasse verweist darauf, dass ihre Leistungen „ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich sein müssen“.

Erleichtert darüber, dass es ein passendes Hilfsmittel gibt, beantragt sie bei ihrer Krankenkasse, der Audi BKK, eine Kostenübernahme für den Therapie-Stuhl. Doch die Krankenkasse lehnt dies rasch ab. Sie verweist darauf, dass ihre Leistungen „ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich sein müssen“. Zudem behauptet die Versicherung in ihrem Schreiben, dass sie Kosten für den beantragten Therapie-Stuhl nicht übernehmen dürfe, da er aufgrund fehlender Zulas-

sung keine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung sei.

Ingrid T. kann dies nicht nachvollziehen. Vor allem versteht sie nicht, warum sich vor der Ablehnung niemand zu Hause ein Bild von ihrem Alltag und den schwerwiegenden Schmerzen gemacht hat. Stattdessen wurde nach Aktenlage entschieden. Als auch ein Telefonat mit der Versicherung nicht weiterhilft, stoßen Ingrid T. und ihr Mann auf das SoVD-Beratungszentrum in Salzgitter und dessen sozialrechtliche Unterstützung. Schnell sei klar gewesen: „Das müssen wir machen, das ist die letzte Chance“, erinnert sich Ingrid T.

SoVD leitet Widerspruchsverfahren ein

Der SoVD in Salzgitter reicht für sie Widerspruch gegen den Ablehnungsbescheid der Krankenkasse ein. Dabei richtet sich der Widerspruch insbesondere gegen die Aussage, das beantragte Hilfsmittel sei keine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung. Adriano Kovac, der zuständige SoVD-Berater, weist darauf hin, dass ein Hilfsmittelverzeichnis lediglich eine Entscheidungshilfe ist, aber keine abschließende Entscheidungsgrundlage. „Wir haben in der Widerspruchsbegründung aufgezeigt, dass ein einfacher Rollstuhl bereits zu einer Verschlechterung des Gesundheitszustands von Frau T. geführt hat und der beantragte Therapie-Stuhl dazu beitragen kann, den Alltag mit weniger Schmerzen und körperlichen Anstrengungen zu bewältigen“,



Foto: didesign / Adobe Stock

Schmerzhaft: Der Rollstuhl verschlimmert Ingrid T.s Wirbelsäulenprobleme. Ein Therapie-Stuhl kann helfen – den lehnt die Krankenkasse aber zunächst ab.

schildert Kovac. „Deswegen haben wir angeregt, den Vorgang dem Medizinischen Dienst vorzulegen, damit dieser die Besonderheiten des vorliegenden Falls prüfen kann.“ Zusätzlich fasst Ingrid T. auf Empfehlung des SoVD eine Eigendarstellung, in der sie ihre täglichen gesundheitlichen Beschwerden schildert und verdeutlicht, dass sie derzeit keine Lebensqualität hat.

Bedarf wird anerkannt und Wirtschaftlichkeit geprüft

Im Widerspruchsverfahren folgt die Krankenkasse der Empfehlung des SoVD und zieht den Medizinischen Dienst hinzu. Dieser erkennt den Bedarf

von Ingrid T. an und bestätigt, dass sie einen Therapie-Stuhl benötigt. Jedoch bezieht sich die Krankenkasse nochmals auf das Wirtschaftlichkeitsgebot und veranlasst, dass zunächst andere Modelle auf Verwendbarkeit geprüft werden. Erst nach einem weiteren Austausch zwischen Krankenkasse und Sanitätshaus erhält Ingrid T. den Bescheid, dass die Kosten für das ursprünglich beantragte Modell übernommen werden. „Ich bin wirklich heilfroh, dass wir das gemacht haben und in den Widerspruch gegangen sind – und dass die Krankenkasse endlich, endlich bewilligt hat“, freut sich das SoVD-Mitglied.

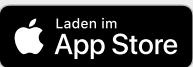
„Mein SoVD“: Nutzen Sie die SoVD-App für noch mehr Service!

Diese Vorteile bietet die App:

- Unterstützung bei Anträgen, Widersprüchen oder Klageverfahren
- Persönliche Videoberatung mit SoVD-Berater*innen
- Alle Nachrichten an einem Ort verwalten
- Beratungstermine einfach und bequem vereinbaren
- Dokumente unkompliziert und sicher übermitteln

Mehr Infos finden Sie unter: www.sovd-nds.de/sov-d-app

Download der App:



App-Store von Apple



Google-Play-Store



SOVD

20% Rabatt auf neu eröffnete Verfahren
bei Abwicklung über die App



V. li.: Christel Vogler, Hannelore Thiele, Gisela Wiedenbein, Ruth Pelikovsky und Hella Sänger im Freizeitpark.

Unverkennbar steht hier die Bratwurst im Zentrum der Welt.

Kreisverband Wernigerode mit Tagesausflug zum Bratwurst-Museum

An diesem Ort ist „alles Wurst“

Sachsen-Anhalt Getreu dem SoVD-Motto „Gemeinsam statt einsam“ hatte der Kreisverband Wernigerode seine Mitglieder zu einer Fahrt durch den Harz nach Mühlhausen eingeladen. Ziel war das dortige Bratwurstmuseum.

Der Busfahrer konnte während der Fahrt viel Interessantes über die Landschaft und die Orte des Harzes mitteilen. Bei angenehmen Frühlingswetter erreichte die Reisegruppe das Bratwurstmuseum, das ganz der Thüringer Bratwurst gewidmet ist. Es wurde im August 2023 mit dazugehörigem Freizeitpark in Mühlhausen eröffnet. Vorher war es in Holzhausen ansässig. Das Museum ist eine Touristenattraktion. In den 15 Jahren seines Bestehens zog

es mit seiner Ausstellung und Veranstaltungen über 80.000 Besucher*innen an.

Im Museum erhielt die Wernigeroder Reisegruppe Informationen über Schweinerassen, Fleisch- und Wurstverarbeitung, Rezepte sowie Geräte zur Schlachtung und zur Herstellung der Bratwurst. Natürlich gehörte zum Besuch auch der Verzehr einer Thüringer Bratwurst, frisch vom Grill.

Nach dem Museumsbesuch und dem Bummel durch den

Freizeitpark besuchten die SoVDler*innen die Stadt Mühlhausen und kehrten in ein Café ein, das den Kaffee in 80 Jahre alten Kännchen servierte.

Mit vielen schönen Eindrücken ging es anschließend wieder zurück nach Wernigerode. Das Feedback der Mitglieder war ausgesprochen positiv und alle wünschten sich, bald wieder eine gemeinsame Fahrt zu unternehmen. Der besondere Dank gilt der Organisatorin Ingrid Arndt.

80-jähriges Gedenken der Zerstörung Halberstadts im Zweiten Weltkrieg

Erinnerung und Mahnung

Sachsen-Anhalt Anlässlich des 80. Jahrestages der Bombardierung Halberstadts im Zweiten Weltkrieg nahmen auch einige Vorstandsmitglieder des SoVD-Kreisverbandes Halberstadt an der Gedenkstunde teil.

Am 8. April 1945 wurde Halberstadt durch Bombenabwürfe schwer getroffen. 80 Jahre nach Kriegsende wird dem Ereignis immer noch gedacht, als Erinnerung und Mahnung. Für den SoVD-Kreisverband Halberstadt nahmen die Vorstandsmitglieder Kerstin Römer, Stefan Polkau und Dr. Karsten Lippmann an der Gedenkstunde teil.

Oberbürgermeister Daniel Szarata (CDU) hielt eine ergreifende Rede. Anschließend wurden Friedenstauben in die Luft geschickt.

Alle Teilnehmer*innen der Zeremonie waren sich einig, dass so ein Geschehen nie wieder passieren darf.



Vor der Ruine der Franzosenkirche in Halberstadt findet jährlich das Gedenken an den Luftangriff statt.

Neue Fahrplanauskunft für ganz Sachsen

Sachsen Mit dem Start in die aktuelle Tourismus- und Ausflugssaison startet im Freistaat Sachsen eine neue Fahrplanauskunft. Mit der Sachsenauskunft unter: www.sachsenauskunft.de bieten die sächsischen Verbünde eine gemeinsame Plattform für Fahrten mit Bahn und Bus im Freistaat und darüber hinaus für die An- und Abreise deutschlandweit.

Zu den Vorteilen der Sachsenauskunft gehört die enge Verknüpfung mit den Datenbanken der regionalen Verkehrsverbünde, so dass die Fahrgäste Verbindungen erhalten, die auf Echtzeitdaten basieren und die aktuelle Verkehrslage berücksichtigen.

Zur einfachen Orientierung sind Karten integriert. Die intuitive Nutzeroberfläche erlaubt eine problemlose Darstellung auf PC, Tablet und dem Smartphone.

Quelle: Sächs. Staatsministerium für Kultur und Tourismus

Tag der offenen Tür im Berufsbildungswerk Stendal

Über die Arbeit informiert

Sachsen-Anhalt Am 5. April hatte das Berufsbildungswerk Stendal zum Tag der offenen Tür eingeladen. An dieser Veranstaltung beteiligten sich auch die Mitglieder des SoVD-Landesfrauenausschusses Mitteldeutschland.

Am Tag der offenen Tür wurden den Besucher*innen im Berufsbildungswerk Stendal die Träger des Berufsbildungswerkes sowie die Arbeit des Landesfrauenausschusses näher vorgestellt. „Die Besucherinnen und Besucher zeigten sich interessiert und traten an uns heran, um Kontakt aufzunehmen, wie zum Beispiel eine Mitarbeiterin des hiesigen Stadtteilmanagements Stendal-Stadtsee“, berichteten Ines Eisenhut und Landesfrauensprecherin Monika Lück.



Herzlichen Glückwunsch

Berta Jakob feiert am 1. Juni ihren 107. Geburtstag! Die Jubilarin wurde in einem kleinen Ort bei Staßfurt geboren, lernte hier ihren Mann kennen und bekam zwei Kinder, die sie alleine aufziehen musste, denn ihr Mann kam nicht aus dem Krieg zurück. Bis zum Rentenalter arbeitete sie in der Landwirtschaft. Zu ihrer Familie gehören Enkel, Urenkel und Ururenkel. Den Lebensabend verbringt „Bertchen“ im „Kastanienhaus“ in Güsen. Die Jubilarin ist seit dem 1. November 1990 Mitglied im SoVD und die älteste Bürgerin des Landkreises Jerichower Land, Sachsen-Anhalt. Der SoVD gratuliert ihr recht herzlich!



Termine



Foto: Wellnhofer Designs / Adobe Stock

Kreisverband Wernigerode

3. Juni, 14.30 Uhr: Besuch des Museumshofes Silstedt, Treffpunkt am Museum, Kosten 10 Euro p. P., **Anmeldung erbeten.**

Kreisverband Schönebeck

17. Juni, 14 Uhr: Infoveranstaltung, AWO, Otto-Kohle-Straße 23, 39218 Schönebeck. **Anmeldung erforderlich** in der Geschäftsstelle während der Sprechzeit oder unter Tel.: 03928 / 70 20 20.

ADFC-Fahrradclub gibt Tipps für den Radurlaub mit ausgezeichneten Routen in seinem neuen Magazin

Drei neue Radrouten führen durch Thüringen

Deutschland hat Radreisenden viel zu bieten: 320 Radfernwege führen auf rund 97.000 Kilometern durch Natur, entlang von Flüssen, Seen und Bergen und vorbei an kulturellen Höhepunkten. Die besten zeichnet der ADFC jedes Jahr als ADFC-Qualitätsradroute aus. Drei neue führen unter anderem durch Thüringen.

ADFC-Tourismusvorstand Christian Tänzler weiß aus Erfahrung: „Urlaub in Deutschland ist besonders schön, wenn man die Umgebung vom Sattel aus im wahrsten Sinne des Wortes erfährt. Man lernt Land und Leute kennen, statt nur vorbeizufahren. Radfahren ist gut für die Laune, die Gesundheit und die Umwelt. Wer im Urlaub auf gute Infrastruktur setzt, wählt eine ADFC-Qualitätsradroute oder ADFC-RadReiseRegion. Unsere Siegel garantieren hohe Qualitätsstandards. Das über-



Die 15. Ausgabe des ADFC-Radurlaubsplaners ist dieses Jahr neu erschienen.

prüfen wir regelmäßig, und jedes Jahr zeichnen wir neue Routen und Regionen aus.“

49 Radfernwege tragen aktuell das Siegel ADFC-Qualitätsradroute, davon verlaufen 47 durch Deutschland und zwei durch Österreich. Im Januar zeichnete der Fahrradclub auf der Tourismusmesse CMT in Stuttgart neun ADFC-Qualitätsradrouten und eine ADFC-RadReiseRegion aus. Darunter sind neben der RadReiseRegion Naturschatzkammern im Württembergischen Allgäu und den erneut ausgezeichneten Routen Alb-täler-Radweg, Radweg Liebliches Taubertal, Schwarzwald Panorama-Radweg, Kocher-Jagst-Radweg und Ilmtal-Radweg auch drei Routen, die in diesem Jahr das erste Mal mit dabei sind.

Der Saaleradweg

Auf vielen verkehrsarmen Streckenabschnitten folgt der Saaleradweg rund 400 Kilometer dem Verlauf der Saale von der Quelle bis zur Mündung in die Elbe. Auf neun Etappen geht es vom bayerischen Fichtelgebirge nach Thüringen, vorbei an Europas größtem zusammenhängenden Stauseegebiet,

durch idyllische Naturparks und artenreiche Auwälder und durch die Weinregion Saale-Unstrut. Von Saalfeld bis zur Saalemündung in die Elbe bei Barby ist der Weg gut für Familien geeignet. Entlang der Route gibt es viele Übernachtungsangebote, darunter auch zahlreiche fahrradfreundliche Bett+Bike-Unterkünfte, und eine gute öffentliche Verkehrsanbindung.

Die Thüringer Städtekette

Von Eisenach nach Altenburg führt die Radroute auf 230 Kilometern durch reizvolle Landschaft und verbindet sieben der schönsten Thüringer Städte miteinander. Kulturinteressierte und Tourenradler*innen kommen hier besonders auf ihre Kosten. Ein Großteil der Strecke verläuft auf asphaltierten Radwegen, es gibt entlang der Strecke zahlreiche Bett+Bike-Unterkünfte und eine gute Anbindung an die Bahn.

Der Werratal-Radweg

Der Werratal-Radweg folgt dem Verlauf der Werra über rund 300 Kilometer von ihrer Quelle im Thüringer Wald bis zum Zusammenfluss mit der



Foto: ARochau / Adobe Stock

Der Saaleradweg hat Etappen, die sich auch gut von Kindern per Fahrrad bewältigen lassen.

Fulda und der Mündung in die Weser. Entlang der Strecke liegen das Biosphärenreservat Rhön, der Geo-Naturpark Frau-Holle-Land, die Kali-Bergbaugebiete der Region und das UNESCO-Welterbe Wartburg in Eisenach. Wer weiterradeln will, kann die Reise auf den ADFC-Qualitätsradrouten Fulda- oder Weser-Radweg fortsetzen. Das Übernachtungs- und Gastronomieangebot entlang der Strecke ist gut, ebenso die Anbindung an die Bahn.

ADFC Radreise-Hilfen

Die 15. Ausgabe des Radurlaubsplaners „Deutschland per Rad entdecken“ hält weitere Tipps für den Urlaub auf zwei

Rädern bereit. 30 Radfernwege, fünf Radregionen und drei Bundesländer werden vorgestellt, sortiert nach Themen (Küste, Seen, Flüsse, Mittelgebirge, Voralpenraum, Kultur). Außerdem gibt es ADFC-Tipps zu Tagestouren per Gravelbike, Mountainbike oder durch die Stadt. Hilfreiche Hinweise rund um die Radreiseplanung, zur Tourenplanung mit Kindern und zum Thema Radfahren und Naturschutz runden das Magazin ab.

Alle vorgestellten Radreiseziele sind auch online zu finden, inklusive komoot-Karte und Navigation via App. Das E-Paper ist auf: www.deutschland-per-rad.de zu finden. *Quelle: ADFC*

Sprechstunden in Mitteldeutschland

Landesgeschäftsstelle

Moritzstraße 2 F, 39124 Magdeburg, Tel.: 0391/25 38 897, Fax: 0391/25 38 898. Sprechzeiten (nur nach telefonischer Vereinbarung) montags bis donnerstags 9–15 Uhr und freitags 9–13 Uhr.

Geschäftsstelle Leipzig

Holzhäuser Straße 124, 3. Etage, 04299 Leipzig-Stötteritz, barrierefreier Zugang. Beratungstermine nur nach telefonischer Vereinbarung über die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg, Tel.: 0391/25 38 897.

Sachsen

Sozialberatung

Sprechstunden siehe Thüringen.

Sachsen-Anhalt

Sozialberatung

Siehe Landesgeschäftsstelle.

Kreisverband Altmark Ost

Werner-Seelenbinder-Stra-

ße 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 wenden.

Kreisverband Burgenlandkreis

Selbsthilfekontaktstelle im Burgenlandkreis, Am Kalktor 5, 06712 Zeitz. Terminvereinbarung mit dem Kreisvorsitzenden Frank Biester, Tel.: 034443/59 99 50, Fax: 034443/59 99 49, E-Mail: blk@sovd-mitteldeutschland.de.

Kreisverband Halle (Saale) / Saalkreis

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

Kreisverband Halberstadt

AWO (barrierefrei), Friedens-

straße 27, 38820 Halberstadt, Tel.: 0151/57 38 92 71, E-Mail: sovd.hbs@gmx.de. Sprechzeit: mittwochs 16–18 Uhr.

Kreisverband Klötze

Straße der Jugend 6, 38486 Klötze, Tel.: 03909/41 814. Sprechzeit: dienstags 8–12 Uhr.

Kreisverbände Magdeburg, Sangerhausen und Zerbst

Termine über die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg.

Kreisverband Mittelbe

Lindenstraße 5, 39307 Genthin. Sprechzeit: jeden ersten Dienstag im Monat, 10–12 Uhr.

Bei dringenden Angelegenheiten kontaktieren Sie den Vorsitzenden Jörn Sanftleben unter Tel.: 0160/42 13 163 (mobil) oder Schatzmeisterin Monika Lück unter Tel.: 0162/47 17 156 (mobil).

Kreisverband Oschersleben

Schöninger Straße 11, 39387 Oschersleben, Tel.: 0391/

25 38 897. Sprechzeiten nach Absprache, letzter Mittwoch im Quartal, 10–11.30 Uhr.

Kreisverband Quedlinburg

Café zum Freimaurer (barrierefrei), Heiligegeiststraße 10, 06484 Quedlinburg. Sprechzeit: erster Donnerstag im Monat, 14–16 Uhr. Andere Termine und Telefonberatung: 03946/70 61 08 (Vorsitzender), 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. Sprechzeit: dienstags 9–12 Uhr und nach Absprache.

Kreisverband Wernigerode

Heltauer Platz 1, 38855 Wernigerode. Sprechstunden: jeden zweiten, dritten und vierten

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

Kreisverband Wanzleben

Markt 20, 39164 Wanzleben, Tel.: 039209/60 366. Sprechstunde: dienstags 9–11.30 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, eine Terminvereinbarung ist erforderlich.

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

Sprechstunden siehe Thüringen.

Kreisverband Schwerin reiste an die Ostsee – Veranstaltungen auch mit Vortragsreihe vor allem für Ältere

Gemeinsam aktiv und über Wohnen informiert

Der SoVD-Kreisverband Schwerin wird dieses Jahr 35 Jahre alt – und pflegt ein reges Gemeinschaftsleben. Gleich von zwei Veranstaltungen gilt es derzeit zu berichten: von einer Frühlingsfahrt sowie von einem Vortrag über altersgerechtes Wohnen. Es sind noch weitere Veranstaltungen geplant.

Für die Mitglieder hieß es am 13. April: „Auf geht's zur ersten Tagestour des Jahres!“ Ziel war die Ostseeküste – unter dem Motto „ZDF“: das malerische Zingst, gelegen zwischen Darß und Fischland. Mit 47 Personen erfreute die Busreise sich großer Beliebtheit. Die Teilnehmenden stammten aus dem SoVD, dem VdK, von Selbsthilfegruppen oder waren andere interessierte Bürger*innen.

In Wolgast stieg eine charmante Reiseleiterin zu, die mit spannenden Geschichten über ihre Heimat begeisterte. Erster Stopp war Prerow mit Besichtigung der Seebrücke. Bei herrlichem Sonnenschein genossen viele ein Eis oder Fischbrötchen.

Weiter ging es durch idyllische, kleine Orte nach Zingst. Hier verabschiedete die Gruppe sich von ihrer Reiseleiterin und hatte Zeit für einen gemütlichen Bummel. Im Ort war Gelegenheit, zu Mittag zu essen oder das Wetter auszukosten. Fröhliche Gespräche sorgten für angenehme Atmosphäre.

Kurz vor der Heimfahrt begann es zu regnen – doch niemand ließ sich davon die Stimmung vermiesen. „Man könnte fast sagen, der Himmel weinte, weil so viele liebenswerte Gäste die Rückreise antraten“, fand die Kreisvorsitzende Andrea Preuß-Borowsky. Im Bus stellte sie weitere Veranstaltungen vor, darunter das beliebte Grillfest, wofür sie erste Eintrittskarten verkaufte, und die nächsten Fahrten: nach Hannover und Celle. Zudem informierte sie über die wichtigen Aufgaben



Der SoVD Schwerin fuhr zusammen mit Gästen nach Zingst.

der Sozialverbände und den Mehrwert einer Mitgliedschaft.

Die Fahrt war ein voller Erfolg. Alle waren sehr zufrieden mit Ziel und Organisation und plauderten rege. „Das stärkt nicht nur die Gemeinschaft, sondern macht auch Spaß!“, so die Vorsitzende. „Wir freuen uns auf die nächsten Ausflüge und darauf, dass noch viele weitere Mitglieder und Interessierte an unseren Veranstaltungen teilnehmen.“

Wohnberatung-Vortrag bei Mitgliederversammlung

Dem altersgerechten Wohnen widmete sich der Kreisverband gleich am nächsten Tag: Am 14. April trafen sich die Mitglieder zur vierten Versammlung im Jahr. Einige hatten sich gerade erst zur Tagesfahrt gesehen, was zu guter Stimmung beitrug.

Die Kreisvorsitzende Andrea Preuß-Borowsky hatte eine besondere Referentin eingeladen:

Sandra Ufa-Hintzpeter, die als Wohnberaterin in der Wohnberatungsstelle Schwerin-Lankow tätig ist. In ihrem Vortrag stellte sie das wichtige Thema „zu Hause alt werden“ in den Mittelpunkt. Dies ist nicht nur für viele Menschen erstrebenswert, sondern immer mehr auch notwendig – angesichts der begrenzten alternativen Wohnformen und Pflegeheimplätze.

Ufa-Hintzpeter erklärte, Wohnraumberatung und Anpassungsmaßnahmen könnten entscheidend dazu beitragen, in jeder Lage sicher und gut zu leben. Was heute den Komfort verbessere, sei morgen die Grundlage für selbstbestimmtes Leben im Alter. Ziel sei, eine möglichst eigenständige Lebensführung im gewohnten Umfeld zu fördern, erhalten oder verlängern. Auch bei Fragen des Wohnens für Menschen mit Behinderungen, Pflegebedarf und Demenz seien Wohnberatungsstellen die richtigen Ansprechpartner.

Ein für viele interessanter Punkt war die präventive Wohnraumberatung. Diese sollte laut der Referentin am besten schon Teil der Lebensplanung fürs Alter sein. Statistiken belegten, dass eine frühe Beratung die Zufriedenheit mit der Wohnsituation steigere und zusätzlich helfe, Unfälle zu verhindern und Heimaufenthalte zu verzögern oder vermeiden. Das erleichtere zudem die häusliche Pflege und verlängere oft den Verbleib in der eigenen Wohnung.

Der Vortrag ergab eine angeregte Diskussion. Insgesamt



Die fröhliche Fahrt stärkte den Zusammenhalt im Kreisverband.

zeigte die gelungene Versammlung, wie wichtig die Themen Wohnberatung und Selbstständigkeit für ältere Mitglieder sind.

Voller Veranstaltungsplan bietet viel für die Mitglieder

Am Versammlungsende informierte die Vorsitzende erneut über weitere Veranstaltungen (siehe auch „Termine“, Seite 14). So folgte im Mai die nächste

Versammlung, ebenfalls mit einem Vortrag: „Die Stellung des Ehrenamtes in unserer Gesellschaft“ von Beate Berger vom Landesministerium für Soziales, Gesundheit und Sport. Dazu war auch der VdK eingeladen.

Zudem laufen Vorbereitungen für ein Fest: Am 3. August 1990 wurde der Kreisverband Schwerin gegründet. 35 Jahre – wenn das kein Grund zum Feiern ist!

MV-Tag 2025 im Juni

Dieses Jahr findet der 15. Mecklenburg-Vorpommern-Tag statt, das große Landesfest in wechselnden Städten. Unter dem Motto „MV tut gut“ ist es diesmal vom 20. bis zum 22. Juni in der Universitäts- und Hansestadt Greifswald. Diese begeht 2025 ihr 775-jähriges Jubiläum und steht damit im Fokus. Der MV-Tag soll aber das ganze „Land zum Leben“ in seiner Vielfalt und von seinen schönsten Seiten zeigen.

So bietet das dreitägige Fest zum Sommeranfang ein Bühnenprogramm auf dem Historischen Markt, eine Landesmeile auf der Knopfstraße und weitere „Erlebnisbereiche“ mit Shows, Informationen, Präsentationen, Ausstellern – und natürlich mit viel Kulinarischem. Den Flyer mit allen Orten und Programmpunkten gibt es im Internet auf: www.mvtag-2025.de.

Einheimische denken positiv über „Touris“ am Wohnort

Beliebtes Urlaubsziel

Mecklenburg-Vorpommern, vor allem die Ostseeküste, bleibt für touristische Inlandsreisen bei den Deutschen sehr beliebt. Noch häufiger fuhren sie in den letzten zwei Jahren nur nach Bayern.

2024 waren es laut Statistischem Landesamt mit 32,9 Millionen die zweitmeisten Übernachtungen (nach 2019) seit der Wiedervereinigung. Die Wirtschaftslage führte allerdings zu kürzeren Urlauber und weniger Verzehr. Auch 2025 begann stark, meldet der Tourismusverband MV; vor allem, da Ostern so spät lag.

Die Akzeptanz der Einheimischen ist groß: Über die Hälfte fanden in einer Statista-Umfrage 2024 die Menge an Tourist*innen genau richtig. 22 Prozent wünschten sich mehr, 18 Prozent weniger. *ele*



Mitgliederversammlung mit Vortrag zum altersgerechten Wohnen – am besten noch lange zu Hause.

Termine

Kreisverband Rostock

Vorschau: 24. Juli: Tagesfahrt zu den Störtebeker-Festspielen auf Rügen. Enthalten sind: Busreise nach Putbus (Zustieg in Warnemünde, Lichtenhagen, Evershagen oder nach Absprache), dort Sektempfang und Führung durchs historische Theater, Tour durch Putbus und Lauterbach; Weiterfahrt nach Ralswiek, 20-Uhr-Vorstellung „Freibeuter der Meere“ auf der Naturbühne Ralswiek, danach Rückfahrt. Kosten: 105 Euro pro Person für Senior*innen.

Infos und Anmeldungen montags und dienstags von 8 bis 12 Uhr unter Tel.: 0381/76 96 130 und 0177/87 43 828 oder per E-Mail: info@sovdmv.de.

Kreisverband Schwerin

16. Juni, 17 Uhr: Mitgliederversammlung mit Ehrung der Männer und Vortrag „Der Seniorenbeirat Schwerin“. Es referiert ein Mitglied des Kreisvorstandes. Gemeinsame Veranstaltung mit dem VdK im „Quartier Friedrichs“, Friedrich-Engels-Straße 38, 19061 Schwerin, Straßenbahn-Haltestelle „Dreescher Markt“.

20. Juni: Grillfest im „Haus der Begegnung“, Perleberger Straße 22, 19063 Schwerin. Eintrittskarten über die Kreisvorsitzende.

Vorschau: Sommer: Festveranstaltung zum 35-jährigen Jubiläum.

Vorschau: 10. Oktober: Besichtigung des Schweriner Landtages.

Rechtsberatung

Greifswald: 10. Juni; **Rügen:** 17. Juni; **Röbel (Müritz):** 24. Juni. Es berät Donald Nimsch.

Parchim: 18. Juni, Termine hierfür über die Landesgeschäftsstelle in Rostock; **Güstrow:** 25. Juni. Es berät Doreen Rauch.

Bitte vereinbaren Sie Termine bei den Kreisverbänden zu den jeweiligen Bürozeiten! Die Nummern stehen in der Rubrik „Kontakt“. Die Berater*innen sind auch außerhalb der Beratungszeit telefonisch erreichbar; in den Kreisverbänden zu deren Öffnungszeiten und beim Landesverband unter Tel.: 0381/76 01 090, montags bis donnerstags 8–16 Uhr und freitags 8–12 Uhr.

Kontakt

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

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

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 der Glastür rechts, 1. Raum), Dreescher Markt 1, 19061 Schwerin, Tel.: 0385/20 09 03 48.



Warenverkauf ist oft der einzige Zweck – Angebot gut prüfen, nicht drängen lassen

„Kaffeefahrten“ ködern Ältere

Zum Sommer steigt bei vielen Menschen die Reise- und Ausflugslust. Doch nicht immer reist man so sozial in der Gruppe wie mit der örtlichen SoVD-Gliederung. Bei unseriösen Anbietern sind vor allem Senior*innen oft Zielgruppe für Geldmacherei – mit vermeintlich billigen Tages- oder Mehrtagesfahrten.

Fünf Millionen Deutsche jährlich nehmen nach Schätzungen an einer Schiff- oder Busfahrt mit Verkaufsveranstaltung teil, einer sogenannten Butter- oder Kaffeefahrt. Die Veranstalter haben oft nur ein Ziel: überteuerte Produkte zu verkaufen. Das reicht von Küchenzubehör über Heizdecken und Elektronik bis zu Heilmittelchen. Der „günstige“ Ausflug ist nur der Rahmen. Oft wird auch Druck ausgeübt.

Mit einigen Tipps kann man Unseriöses erkennen und sich vor Abzocke schützen:

- Reiseangebot gut durchlesen, vor allem das Kleingedruckte: Was sind die Gesamtkosten und Teilnahmebedingungen? Kommen Extras dazu? Bei Ungereimtheiten nicht buchen – oder beim Verbraucherschutz Infos zum Anbieter erfragen.
- Lassen Sie sich nicht drängen, weder zum Buchen der Reise noch dann zu einem Kauf!
- Warenpreise online vergleichen: Ist es wirklich günstig?
- Rhetorisch schlaue behauptete Eigenschaften des Produktes schriftlich bestätigen lassen!
- Der Verkauf von Medizinprodukten, Nahrungsergänzungsmitteln und Finanzdienstleistungen (etwa Versicherungen) auf Kaffeefahrten ist seit 2022 verboten.



Foto: JackF / Adobe Stock

Abzocke erkennt man oft schon im Vorfeld. Doch auch auf der Reise muss niemand etwas kaufen, etwa bei einer Werbeveranstaltung.

- Bei Warenkauf gelten 14 Tage Widerrufsrecht. Nutzen Sie es, und achten Sie bei Kaufverträgen aufs Datum: Unseriöse Anbieter datieren oft zurück.
- Wenig Bargeld und keine EC- und Kreditkarten mitnehmen! Das mindert die Versuchung, und meist wollen Anbieter nur diese Zahlungsarten. Nichts anzahlen! Angebote ablehnen, sich zur Bank fahren zu lassen, um Geld abzuheben!
- Bei einem Kauf die Zahlung per Lastschrift vereinbaren. So kann die Bank die Abbuchung acht Wochen lang zurückholen, falls Sie den Kauf

widerrufen. Bei Überweisung und Kartenzahlung geht das nicht – das Geld ist meist weg.

- Kaufvertrag vor Unterschrift gut durchlesen: Ist alles klar? Steht da die Adresse des Vertragspartners? Ausweis der Verkaufsperson zeigen lassen: Heißt sie wie im Vertrag? Vertragskopie einfordern.
- Zugesichertes wie Essen und Rückfahrt muss der Veranstalter einlösen, auch wenn Sie nichts kaufen. Das Pauschalreiserecht zur Preisminderung bei Mängeln gilt aber nur bei mehrtägigen Reisen.

ele/VZ, EVZ, ADAC

Energieberatung der Verbraucherzentrale Mecklenburg-Vorpommern

Strom- und Heizkosten sparen

Beim Thema Lebenshaltungskosten belasten viele Mitglieder die hohen Rechnungen oder Nachzahlungen für Strom, Gas, Öl und andere Energieformen. Oft kann man daran etwas ändern. Zum Energiesparen berät die Verbraucherzentrale (VZ) Mecklenburg-Vorpommern an derzeit 24 Orten im Land.

Die Expert*innen klären Rechtsfragen zu Abrechnung und Preiserhöhungen und wann sich ein Anbieterwechsel lohnt. Auch beraten sie über Heizungsarten, machen „Stromfresser“ aus und geben Tipps zum Senken des Verbrauches.

Unsanitierte Altbauten setzen Letzterem aber schnell Grenzen. Hier könne es sich laut VZ lohnen, mit Vermieter*innen zu sprechen. Zu einigen Maßnahmen sind sie sogar verpflichtet.

Wer im Eigentum wohnt, hat mit energetischer Sanierung viel in der Hand. Etwa das Dämmen von Dach, Decken, Fassade und Keller, eine neue Heizung, Wärmeschutzverglasung oder ein Lüftungssystem können den Verbrauch deutlich senken und sich rechnen, zumal es Förderungen gibt. Auch hierzu be-

raten die Fachleute – und dazu, was man selbst umbauen kann.

Die Energieeinsparberatung in den Beratungsstellen und



Foto: Dan Race / Adobe Stock

Weniger Verbrauch mindert den Schrecken beim Stromablesen.

Beratungspunkten der VZ ist kostenfrei. Wer sich zu Hause beraten lassen will, zahlt 30 Euro. Beratung zur Bau- und Leistungsbeschreibung (nur in Rostock und Schwerin) kostet 70 Euro. Terminvergabe und alle Orte gibt es über das VZ-Servicetelefon: 0381/20 87 050, beim Energieprojekt unter Tel.: 0800/80 98 02 400 oder unter: www.verbraucherzentrale-mv.eu/beratungsangebot.

Bei der Volkshochschule Rostock bietet die VZ außerdem kostenlose Vorträge über „Moderne Heiztechnik im Vergleich“ an. Der nächste Termin ist der 14. Oktober, 10.30 Uhr, im Raum 2.L10 (barrierefrei), Am Kabinenhof 20 a, 18057 Rostock. Anmelden kann man sich auf: <https://www.vhs-hro.de> über die Kurssuche. *ele/VZ MV*

Kostspielige Kurse für Angehörige oder Hilfsmittel werden per Telefon angeboten

Betrug mit Pflegeleistungen

Hinter telefonisch vermittelten Pflegekursen oder -produkten steckt immer häufiger ein Betrugsversuch. Das gilt nach Angaben der Verbraucherzentrale NRW auch dann, wenn die Pflegeversicherung hierfür die Kosten übernimmt. Unerwünschte Anrufe sollte man daher am besten sofort beenden.

Ist ein Mensch auf Pflege angewiesen, gibt es einiges zu organisieren. Nach welchen Vorgaben die Pflegekassen dabei unterstützen und Leistungen gewähren, ist für Betroffene nicht immer leicht zu durchschauen. Das machen sich laut einer Warnung der Verbraucherzentrale NRW zunehmend betrügerische Unternehmen zunutze: Am Telefon überzeugen sie pflegebedürftige Menschen von kostenpflichtigen Leistungen, die diese gar nicht brauchen, und rechnen diese dann bei der Pflegekasse ab. Der entsteht dadurch ein erheblicher finanzieller Schaden.

Vorsicht bei vermeintlich hilfreichen Offerten

Eine neue Masche ist dabei das Angebot von Kursen für pflegende Angehörige, die über die Versichertennummer mit der Kasse abgerechnet werden. Oftmals bieten die Kassen solche Kurse allerdings selbst kostenlos an.

In ähnlicher Weise funktioniert auch der Schwindel mit dem Verkauf von Pflegeboxen per Telefon. Diese enthalten verschiedene Verbrauchsprodukte wie zum Beispiel Desinfektions-



Foto: Krakenimages.com / Adobe Stock

Die Weitergabe persönlicher Daten am Telefon kann Versicherte oder Pflegekassen teuer zu stehen kommen.

mittel, Einmalhandschuhe oder Bettschutzeinlagen. Zwar erstattet die Pflegekasse entsprechende Kosten je nach Bedarf mit bis zu 42 Euro im Monat – allerdings nur, wenn auch ein anerkannter Pflegegrad vorliegt. Andernfalls bleiben Käufer*innen auf den Kosten sitzen.

Unerwünschte Anrufe am besten sofort beenden

In der Regel kommen seriöse Anbieter von Pflegehilfsmitteln nicht ungefragt auf Versiche-

te zu. Die Verbraucherzentrale rät daher, entsprechende Anrufe sofort zu beenden und auch keine Versichertendaten weiterzugeben. Hat man versehentlich einem Vertrag zugestimmt, sollte man diesen umgehend widerrufen und die Pflegekasse kontaktieren, damit diese etwaige Zahlungen stoppen kann. Verlässliche Informationen über die Leistungen der Pflegeversicherung gibt es kostenlos bei den offiziellen Pflegeberatungen der Kommunen. *jos/dpa*

AOK bietet allen Versicherten Online-Programm an

Fast jeder dritte Mensch leidet an Bluthochdruck

Bluthochdruck ist in Deutschland die Volkskrankheit Nummer eins und kann unbehandelt schwere Folgeerkrankungen nach sich ziehen. Darauf wies kürzlich der AOK-Bundesverband hin und empfahl Betroffenen die Nutzung eines digitalen Programmes.

Bluthochdruck gibt sich anfangs kaum zu erkennen. Weil viele Betroffene deshalb nichts von der eigenen Krankheit wissen, bezeichnet man Hypertonie auch als den „leisen Tod“. Zu den Folgeerkrankungen eines zu hohen Blutdruckes zählen unter anderem Schlaganfall, Herzinfarkt, die Koronare Herzkrankheit und Durchblutungsstörungen der Netzhaut am Auge. Darüber hinaus gilt Bluthochdruck als Risikofaktor für Demenz.



Mit Blick auf diese schwerwiegenden Folgen sollte man eine Erkrankung daher ernst nehmen. Über eine ärztlich verordnete Medikation hinaus können Betroffene auch durch ein angepasstes Verhalten zu einer Besserung beitragen. Der „Online-Coach Bluthochdruck“ soll Patient*innen bei einem gesünderen Lebensstil im Alltag unterstützen. Unabhängig von der jeweiligen Krankenversicherung steht dieses Angebot der AOK dabei allen Menschen kostenfrei zur Verfügung. Das Online-Programm bietet hilfreiche Informationen und enthält Übungen aus den Bereichen Entspannung, Stressmanagement, Bewegung und gesunde Ernährung.

Den „Online-Coach Bluthochdruck“ der AOK finden Sie online unter: www.aok.de. Geben Sie dort einfach den Namen des Programmes in die Suchmaske ein!

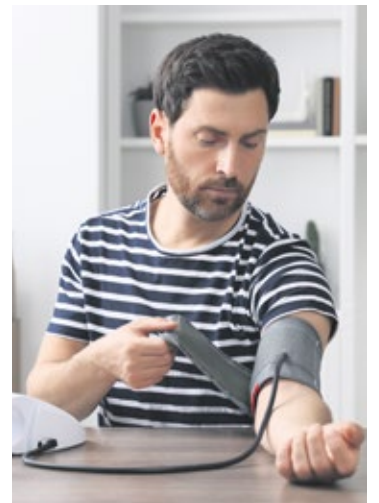


Foto: New Africa / Adobe Stock

Regelmäßiges Messen des Blutdruckes kann dabei helfen, eine Hypertonie zu erkennen.

Anzeige

Bayerischer Wald



URLAUBSHOTEL
Binder

„So muss Urlaub sein!“

5 ÜN pro Person ab **370,-**
inkl. Halbpension PLUS
mit Frühstücksbuffet, Mittagssnack,
Kaffee & Kuchen, abends 3 Gänge-Menü
Gr. Hallenbad 32°C, 6 Saunen, Fitness

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

Harz

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

Teutoburger Wald

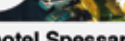
Bad Salzufen FeWo an der Promenade,
1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse.
☎ **052 22/152 17** | fe wobadsalzufen@gmail.com

Schleswig-Holstein

Inselstadt Ratzeburg. Kl. Ferienhaus für
2 Pers. Mit Bettwä. + Handtü. Einzog.
Gartenflä. Hühner + Hahn auf Grundst.
35€ p.N. End.Rei. 40€ ☎ **0179-1276107**

Naturpark Spessart

Ihr barrierefreies Hotel - Panoramalage - Lift
 Hallenbad-Infrarot-Sauna-Whirlpool-Dampfbad-Kegelbahnen

 **HP**
ab 67€

staatl. aner. Erholungsort. 90km Wanderwege, Biergarten
 Livemusik, viele Einzelzimmer, Beste Ausflugsmöglichkeiten
 Seniorengerecht, alle Zl. Flachdusche/WC/Fön/Safe/Wlan/TV.

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

Nord-/ Ostsee

Büsum *** FeWo-2Pers. 38qm/FeWo-4Pers. 50qm, Küche, WoZ., SZ., D-Bad, Balkon, Garten, Stellplatz, TV uvm. ☎ **0174/6 11 30 66**

Kaiserbad Heringsdorf/Ostsee -Ferienwohng., strandnah Garten Hunde willkommen freie Termine **ab 85 €** ☎ **0174/6882835**

Nord-Ostsee-Kanal! Meist befahrene Wasserstraße der Welt. Fewos. Dachterr. Badesees. Hauspr. ☎ **0 48 35/13 00, landhausamgrashof.de**

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

Reisetipp

Seniorenurlaub

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

Polnische Ostsee

Speziell für den SoVD mit Haustürabholung PLZ 0-5
Neu ab Juni 2025 ! 15 Tg. Kur in Marienbad
 Haustürabh. Ü/ F/ HP/ Kuranwendungen **Preis je nach Hotelkategorie**

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

14 Tage Kombi- Reise 28.09. - 11.10.25 oder Mai 2026
 1 Woche **Masuren** mit Ausflüge und 1 Woche Erholung/ Kur poln. Ostsee, alles inkl. Haustürabholung, Ü/ F/ HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kur, p.p./im DZ **1.299€**

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

Polnische Ostsee

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

Gesucht & Gefunden

Treppenlift

**Bundesweiter Service,
24 Stunden,
365 Tage im Jahr**

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- **Sehr preiswert**

**Neu oder
gebraucht**

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



Treppenlift

**4.000,- Euro
Zuschuss!**

4.000,- Euro Zuschuss oft möglich

Wir helfen Ihnen bei der
Antragstellung

Die neue Generation für
das beste Liftgefühl

 Bundesweiter Service
Prima-Lift

**Kostenlose Telefonberatung 24 Std
täglich** Wir sind für Sie da!

0800 - 23456 11
www.prima-lift.de

Tipp für Kinder

Frida & Filu

Detektivin Frida will unbedingt herausfinden, wer ständig den Spielplatz in der Nachbarschaft zumüllt. Klar, dass sie zusammen mit ihrem sprechenden Kaninchen Filu ermittelt. Ihr alter Zylinder ist dabei eine echte Hilfe. Denn sobald sie den Hut aufsetzt, ist sie unsichtbar. Als die Übeltäter schließlich entlarvt sind, verpassen Frida und Filu ihnen einen schaurigen Denktzettel, der sie für immer vom Spielplatz vertreibt.



Sven Gerhardt: Frida und Filu, die unsichtbaren Detektive: Der schaurige Spielplatz-Spuk. Mit Illustrationen von Stefanie Klaffen. Penguin Junior, ab 7 Jahren, 80 Seiten, ISBN: 978-3-328-30305-3, 10 Euro.

Möchtest du das vorgestellte Buch gewinnen? Dann schicke die Lösung aus „Rolands Rätselecke“ (Betreff „Frida & Filu“) per E-Mail an: verlosung@sovd.de oder mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Juni.

Fröhliche Fehlersuche

Staunen unter Wasser

Bei diesem Tauchgang gibt es einiges zu entdecken. Das gilt auch für dich, denn auf dem unteren Bild haben sich insgesamt zehn Unterschiede versteckt – kannst du sie alle finden? Die Auflösung steht auf Seite 18 in dieser SoVD-Zeitung.



Grafik: SashaSavelyeva_Art/Adobe Stock



Rolands Rätselecke

Knobelei mit Meerestieren

Da lassen sich die scheuen Meeresbewohner schon einmal am Strand sehen – und stellen uns gleich eine Rechenaufgabe: Krebs, Muschel und Schildkröte stehen jeweils für eine bestimmte Zahl. Wenn du herausfindest, für welche, kannst du auch die letzte Aufgabe lösen – viel Erfolg!

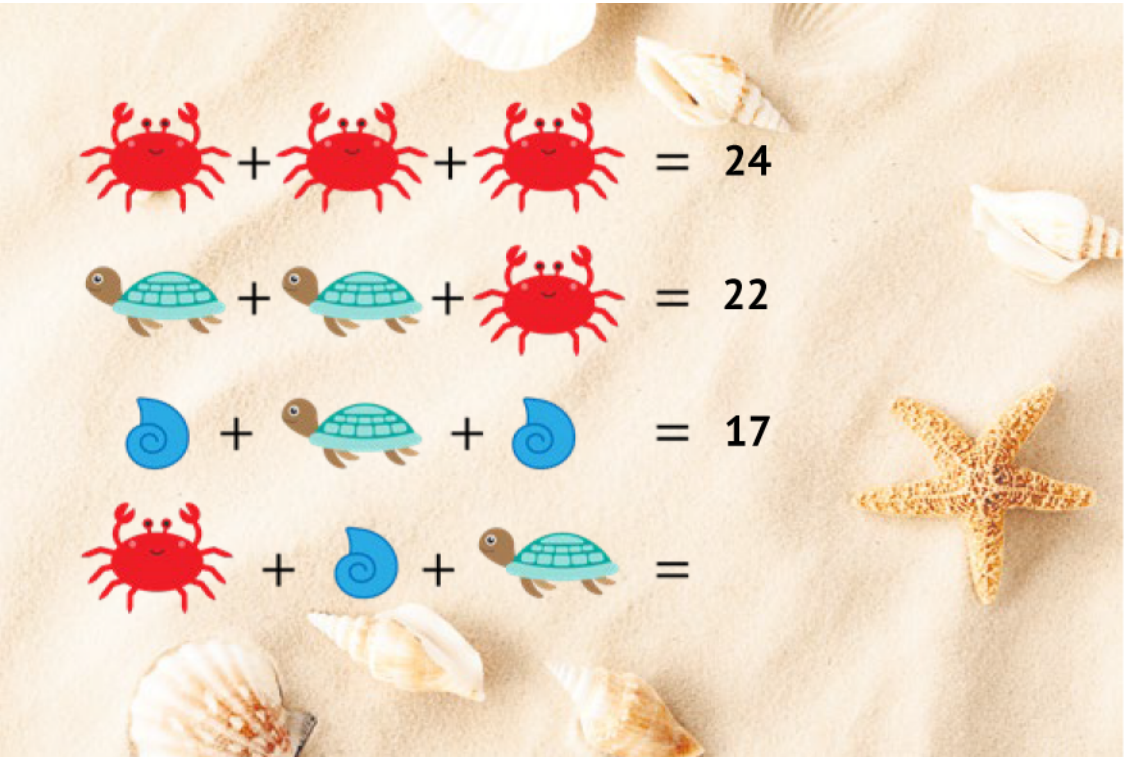


Foto / Grafik: juliasudnitskaya, Lunnaya/Adobe Stock; Montage: SoVD

Voll durchgeblickt

Recht auf gewaltfreie Erziehung

Jedes Kind hat ein Recht darauf, ohne Gewalt groß zu werden. Das haben neben Deutschland auch fast alle anderen Staaten der Erde anerkannt. Trotzdem werden auch hierzulande unzählige Kinder noch immer geschlagen, niedergebrüllt und vernachlässigt. Immerhin, so das Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen (UNICEF), sei die Akzeptanz körperlicher Bestrafung so gering wie noch nie. Trotzdem lässt eine aktuelle Befragung im Auftrag von UNICEF aufhorchen. Bei dieser stimmte jede*r dritte Erwachsene der Aussage zu, ein „Klaps auf den Hintern“ habe noch keinem Kind geschadet.

Seit November 2000 steht in Paragraf 1631 Absatz 2 des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) folgender Satz: „Kinder haben ein Recht auf gewaltfreie Erziehung. Körperliche Bestrafungen, seelische Verletzungen und andere entwürdigende Maßnahmen sind unzulässig.“ Für viele Kinder noch immer alltäglich ist dagegen dieser Satz: „Wer nicht hören will, muss fühlen.“

Diese und andere meist von Eltern und Großeltern überlieferten Leitsätze verharmlosen letztlich Gewalt als Mittel der Erziehung. Für viele Mädchen und Jungen sind aufbauende Worte oder auch ein offenes Ohr für ihre Ideen oder Ängste eben nicht selbstverständlich.

Gewalt gegen Kinder kann dort beginnen, wo sich Grundbedürfnisse wie Respekt, Sicherheit, körperliche Unversehrtheit und emotionale Unterstützung nicht erfüllen. Sie kann beginnen, wenn Erwachsene Kinder nicht als eigenständige Persönlichkeiten respektieren, sondern Macht und Kontrolle ausüben.



Grafik: UNICEF

Körperliche und verbale Gewalt richtet bei Kindern unermesslichen Schaden an. Dagegen wie auch gegen überkommene Glaubenssätze der „schwarzen Pädagogik“ richtet sich diese UNICEF-Kampagne.

Die Folgen von Gewalt belasten viele Kinder ein Leben lang. Auch ohne äußerlich sichtbare Verletzungen bleiben oft tiefe seelische Narben. Viele der betroffenen Kinder fühlen sich wertlos und ohnmächtig. Sie verlieren nicht nur das Vertrauen in Erwachsene, sondern auch in sich selbst.

Hilfsangebote und Informationen finden Erwachsene wie auch Kinder im Internet unter: www.nummergegenkummer.de. Zudem können sich Kinder und Jugendliche unter: 116 111 auch telefonisch helfen lassen. Für die Erwachsenen dagegen steht das Elterntelefon unter: 0800/11 10 55 0 zur Verfügung.

Seit 25 Jahren verbreitet Andrea Kiewel jeden Sonntagvormittag gute Laune

Eine „Kiwi“ im Fernsehgarten

Die gebürtige Ostberlinerin war Mitglied der Jugend-Schwimmnationalmannschaft der DDR. In ihrer mittlerweile 25. Saison führt sie mit viel Fröhlichkeit durch die Open-Air-Show „ZDF-Fernsehgarten“. Am 10. Juni begeht die Fernsehmoderatorin Andrea Kiewel ihren 60. Geburtstag.

In ihr Berufsleben startete die frühere Leistungsschwimmerin als Lehrerin in den Fächern Sport und Deutsch. Nebenher betätigte sich Andrea „Kiwi“ Kiewel auf Usedom zudem als Rettungsschwimmerin.

Nach der Wende startete die Frau mit dem ansteckenden Lächeln medial so richtig durch: Kiewel moderierte das Sat.1-Frühstücksfernsehen und ist seit dem Jahr 2000 Gastgeberin auf dem Mainzer Lerchenberg.

Der „ZDF-Fernsehgarten“ läuft mit Untertiteln und Audiodeskription jeweils sonntags ab 12 Uhr.



Foto: Marcus Höhn / ZDF

Schlager, Spiele und Unterhaltung unter freiem Himmel: Was wäre ein Sommer ohne den „ZDF-Fernsehgarten“ mit Andrea Kiewel?

Schauspieler Antoine Monot, Jr. war früher oft aufbrausend und uneinsichtig

Aus Liebe ein besserer Mensch

In der ZDF-Krimireihe „Ein Fall für Zwei“ spielt er den Anwalt Benjamin Hornberg. Privat musste der Mann mit dem Vollbart zunächst an sich selbst arbeiten: Aus Liebe zu seiner Freundin legte er einige schlechte Verhaltensweisen ab. Am 22. Juni wird der Schauspieler Antoine Monot, Jr. 50 Jahre alt.

Er hat Wurzeln in Deutschland wie auch in der Schweiz. Als 16-Jähriger verließ er vorzeitig die Waldorfschule, um in Zürich Regie zu studieren. Danach trat Antoine Monot, Jr. an Theaterbühnen auf, bevor er mit „Absolute Giganten“ seinen Durchbruch als Schauspieler feierte.

Warb er früher als schweigsamer Verkäufer „Tech-Nick“ für eine Elektronikmarkt-Kette, sieht man ihn aktuell oft in Krimis. In der RTL-Reihe „Behringer und die Toten – Ein Bamberg-Krimi“ etwa spielt Monot einen gemütlich wirkenden Ermittler.



Foto: ZDF und Daniel Dornhöfer / ZDF

Rechtsanwalt Hornberg (Antoine Monot, Jr., li.) und Privatdetektiv Oswald (Wanja Mues) lösen Fälle am liebsten zu zweit.

Weltweit unterstützt Sibel Kekilli Frauenprojekte gegen Gewalt und Zwangsheirat

Engagement ohne Grenzen

Für ihre Rolle in dem Kinofilm „Gegen die Wand“ erhielt sie zahlreiche Auszeichnungen. Die Serie „Game of Thrones“ machte sie schließlich international bekannt. Entschlossen tritt die Schauspielerin zudem seit Jahren für die Rechte von Frauen ein. Am 16. Juni feiert Sibel Kekilli ihren 45. Geburtstag.

Als 22-Jährige wurde sie auf der Straße angesprochen, ob sie in einem Film mitspielen wolle. Damit begann die Karriere der gebürtige Heilbronnerin.

Seither setzt Sibel Kekilli ihre Bekanntheit für soziale Projekte weltweit ein. Die Botschafterin von „Terre des Femmes“ gründete ein Frauenhaus in Brasilien und unterstützt Roma-Mädchen in Bulgarien. In patriarchalen Strukturen, so Kekilli, erhielten Frauen, die Gewalt erfahren, hierfür auch noch selbst die Schuld. Diese absurden Denkmuster gelte es zu überwinden.



Foto: Sebastian Gollnow / picture alliance / dpa

Sie spielt meist selbstbewusste Charaktere. Diese Stärke möchte Sibel Kekilli gerne an Frauen weitergeben, die Gewalt erfahren.



Buchtipp

Die Liebe sucht ein Zimmer

Im Warschauer Ghetto feiert 1942 das Theaterstück „Die Liebe sucht ein Zimmer“ Premiere. Die junge Schauspielerin Sara schaut ihrer großen Liebe Edmund zu, wie er die Zuschauer*innen in den Bann schlägt und sie ihr Elend vergessen lässt. Da macht ihr der Intendant Michal ein verlockendes Angebot: Er wird nach der Vorstellung aus dem Ghetto fliehen und bietet Sara ein Ticket in die Freiheit. Nimmt sie es an, müsste sie Edmund zurückzulassen und würde ihn vermutlich nie wiedersehen. Sara muss sich entscheiden – zwischen ihrer Liebe und dem Überleben. Dafür hat sie nur jene neunzig Minuten Zeit, in denen sie mit Edmund und den anderen auf der Bühne steht.

David Sáfier: Die Liebe sucht ein Zimmer. Verlag: Kindler Verlag, 336 Seiten, ISBN: 978-3-463-00047-3, 24 Euro.



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



Denksport

Alles zu seiner Zeit



1 – Geschirrspülmaschine



2 – Radiergummi



3 – E-Mail



4 – Telefon



5 – Mikroskop



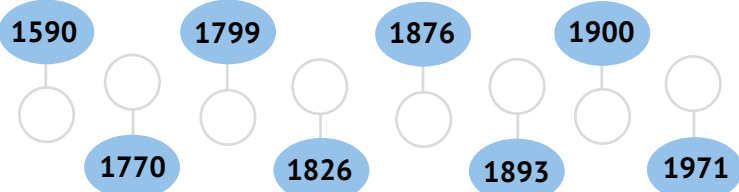
6 – Batterie



7 – Streichholz



8 – Haartrockner



Fotos: Wisarut, Lumos sp, imdproduction, stockphoto-graf, Zaleman, Kenishiroti, Nikolay, euthymia / Adobe Stock; Montage: SoVD

An viele der oben abgebildeten Errungenschaften haben wir uns längst gewöhnt und nutzen sie nicht selten täglich. Aber wann haben die jeweiligen Erfindungen eigentlich erstmals „das Licht der Welt erblickt“? Ordnen Sie die Nummern von 1 bis 8 den aufgeführten Jahreszahlen zu! Die Lösung unserer kniffligen Denksportaufgabe finden Sie wie immer auf Seite 18 dieser Ausgabe.

Buchtipp

Meine Formel für einen gesunden Rücken

Neben Kopfschmerzen gehören Rückenschmerzen zu den häufigsten Schmerzproblemen. Sie sind oft chronisch und schränken die Lebensqualität erheblich ein. Über 60 Prozent der Deutschen sind mindestens einmal im Jahr hiervon betroffen. Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer widmet sich immer wieder diesem Krankheitsbild und plädiert dafür, dem Rücken und der Wirbelsäule wesentlich mehr Beachtung zu schenken.



In seinem neu erschienenen Buch zeigt er mit Beispielen aus seiner langjährigen Praxis, mit aktuellen Studien und Informationen zum Rücken und mit zahlreichen bebilderten Übungen, was man bei Rückenschmerzen aktiv tun kann und wie sich das Risiko dafür schon vorab minimieren lässt.

Dietrich Grönemeyer: *Meine Formel für einen gesunden Rücken*. Südwest, 160 Seiten, ISBN: 978-3-517-10400-3, 18 Euro.

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

Hätten Sie's gewusst?

Hass für einen Überlebenden

Mit dem Untergang der Titanic verloren 1912 über 1.500 Menschen ihr Leben. Als einziger Japaner entging Masabumi Hosono diesem Schicksal. In seiner Heimat allerdings strafte man ihn und seine Familie fortan mit Verachtung. Hosono habe es versäumt, bei der Katastrophe mit Ehre zu sterben.

Den Rest seines Lebens verbrachte der Titanic-Überlebende in Scham und Abgeschiedenheit. Auch seine Familie hüllte sich in Schweigen. Erst 1997 machte sie Briefe zugänglich, in denen Hosono das Unglück schilderte.

Ein Abgleich zeigte Erstaunliches: Man hatte den Japaner mit einem anderen Asiaten verwechselt, der sich Zeugen zufolge überaus egoistisch verhielt. Masabumi Hosono hingegen wurde gedrängt, einen freien Platz im Rettungsboot zu besetzen. Er tat es, ruderte das Boot mit aller Kraft weg von dem sinkenden Schiff und rettete somit vielen Passagieren das Leben.



Fotos: Anton Ivanov Photo / Adobe Stock; public domain; Montage: SoVD
In Japan warf man Masabumi Hosono Feigheit vor. Erst Jahrzehnte nach seinem natürlichen Tod erhielt er Ehre und Würde zurück.

Redensarten hinterfragt

Napoleon unter den Fischen

Die Redensart „Hecht im Karpfenteich“ bezeichnet eine Person, die Unruhe in eine Gruppe bringt. Kommt diese Rolle in der Fischwirtschaft dem benannten Raubfisch zu, zielte die Redewendung im 19. Jahrhundert auf Napoléon III. Der französische Kaiser galt damals als politischer Störenfried.

Durch einen Staatsstreich kam Charles-Louis Napoléon Bonaparte 1851 an die Macht und ließ sich wenig später zum Kaiser der Franzosen ausrufen. Um sich die Gunst seines Volkes zu erhalten, betrieb der Monarch fortan eine aggressive Außenpolitik.

Das führte dazu, dass der deutsche Historiker Heinrich Leo damals Napoléon III. mit einem Hecht verglich, der das politische Gleichgewicht störe. Dieses Bild wiederum griff 1888 Reichskanzler Otto von Bismarck auf und klagte: „Die Hechte im europäischen Karpfenteich hindern uns, Karpfen zu werden.“



Fotos: kelehem, FoodAndPhoto / Adobe Stock; Montage: SoVD
Hechte und Kaiser können gleichermaßen für Wirbel sorgen.

Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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

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

Variante: MITTEL

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

Auflösung des Vormonats

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

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

Des Rätsels Lösung

Augen auf beim Blumenkauf (Ausgabe Mai, Seite 16)

Es fehlte der Topf Nummer 10.

Alles zu seiner Zeit (Denksport, Seite 17)

Kaum zu glauben, aber wahr – hier kommen die richtigen Paare: 1590/5, 1770/2, 1799/6, 1826/7, 1876/4, 1893/1, 1900/8, 1971/3.

Staunen unter Wasser (Fehlersuche, Seite 16)

Die Fehler haben wir im Bild rechts markiert.



Mit spitzer Feder



Buchtipp

Das stille Sterben der Natur

Scheinbar unbemerkt verschwinden immer mehr Tiere und Pflanzen. Das gefährdet zunehmend unsere Lebensgrundlagen. Der Evolutionsbiologe Matthias Glaubrecht klärt über die Folgen des Artensterbens auf und beschreibt, warum wir die Krise zu wenig ernst nehmen. Denn während wir uns auf den Klimawandel konzentrieren, so seine Kritik, vernachlässigen wir den klassischen Naturschutz. Glaubrecht ruft zum Handeln auf: Wir müssten ausreichend große Naturschutzgebiete konsequent für funktionierende Lebensgemeinschaften schützen, renaturieren und die Biodiversitätsforschung vorantreiben.

Matthias Glaubrecht: *Das stille Sterben der Natur*. C. Bertelsmann, 224 Seiten, ISBN: 978-3-570-10572-6, 22 Euro.



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

süd-amerik. Gras- steppe		Speicher für elektr. Nachrich- ten (engl.)	Pas- sions- spielort in Tirol	ugs.: radikale Therapie		Wachol- der- brannt- wein		Rand- beet	dt. Spiel- karten- farbe		Asche- gefäß	Sucht; Beses- senheit		Halbton unter d		darüber hinaus- gehend (Wortteil)
Gebäck- art					2						frühere Längen- einheit				3	
deutsche Schrift- stellerin (Monika)						Blend- werk, Tand		alt- peruan. Volk				10		Oper v. Beef- hoven		Musik: mäßig langsam (ital.)
Biersorte (Kurzsw.)	1					Posse, Burleske			8		chem. Element, Metall		ital. Kloster- bruder (Kurzsw.)			
			eine der Nordfrie- sischen Inseln		4		Kapital- ertrag		Schutz- patron Frankens							
Hautfleck	Identi- täts- merkmal		Nach- besse- rung e. Fotos			Stadt in Schles- wig- Holstein							Anrede		Beschä- digung	
Vorein- genom- menheit					14				größere Interessen- gemein- schaft		griech. Göttin, Zeus-Ge- mahlin	9				
Hinder- nis beim Spring- reiten						Jagd- leopard		ein Pregel- Quell- fluss	Salben- grund- lage Heilpflanze							
ugs.: geizen		Vorname d. Schau- spielers Delon		schwere Plage						5		Hand-, Fuß- rücken				13
					6			chroni- sches Gelenk- leiden								
Ver- gleichs- wort				Ausruf d. Freude, Lustig- keit		Porzellan- stadt in Ober- franken			15		westl. Groß- macht (Abk.)		AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS V E R L A U F E C K D A T E N M A U S L A N D R A T M O B S P R E E U D A L I B A B A O B E R M O D I S T I N I H R E K T O R A T Z A L L E R O E R E R H E G E I B B I A S Y L A N R U F U N G I K O N E S A L T H E E B A U M B L I C K U N S R E M P E L N R A N K R E I M T H E M S E E M P I R E A P E R R O S E R E K E L N Spielkonsole (1-12)			
Herstel- lungs- weise			11	12				ugs.: Gefäng- nis								
						Stadt in Ost- friesland										
Schreit- vogel	miss- güns- tiger Mensch							Gebirge auf Kreta								
													0324			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

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

Impressum

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

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

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

Anzeigenverwaltung: Agentur Neun GmbH, Pforzheimer Straße 132, 76275 Ettlingen, Telefon: 07243/53 90 123, Mobil: 0176/47 12 98 86, E-Mail: sovd@agenturneun.de

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

Auflage: Die verbreitete Auflage betrug im 1. Quartal 2025 insgesamt 361.668 Exemplare. Die digitale Auflage (E-Paper) beträgt aktuell 69.338 Exemplare.



ANZEIGE



Das Leben beherrschen,

statt von der Blase beherrscht zu werden !

Natürliche Unterstützung für gesunden Harn-Blasentrakt!

Man geht davon aus, dass alleine in Deutschland für mehr als 12 Millionen Menschen ihre Blasenaktivität ein Thema ist. Leider ist die Tatsache, häufig zu „müsen“, für viele bis heute ein Tabuthema. Viele Betroffene schweigen aus Scham. Manche Menschen ziehen sich deshalb sogar zurück und schränken sich in ihrem täglichen Leben (Beruf, Familie, Besuche) ein.

Vor allem bei schwerem Heben, Niesen, Lachen oder Husten kann es zu plötzlichem Harnverlust kommen. Gerade bei Frauen spielt oft eine schwache Beckenbodenmuskulatur, z. B. infolge von Schwangerschaft und Entbindung, eine Rolle. Die Blasenmuskulatur sorgt dafür, dass sich die Blase zusammenzieht. Dadurch wird Urin ausgeschieden.

Dafür gibt es Unterstützung:

Die besonders kraftvollen Pflanzen-Extrakte aus dem Garten von Mutter Natur könnten auch Sie unterstützen, mit einer gesunden Blase jeden Tag Ihres Lebens zu genießen und unabhängig von häufigen Toilettengängen zu sein. Bei Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro ist es nicht ungewöhnlich, dass Sie schnell von der Qualität überzeugt sind.

Genießen Sie die Vorteile einer gesunden Blase

Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro enthält einen erstklassigen, 100 % wasserlöslichen Kürbiskern-Extrakt, der von Ihrem Körper optimal aufgenommen und verwertet werden kann. Die Kürbiskerne werden in einem speziellen Verfahren schonend verarbeitet und hoch konzentriert. Hierdurch wird Ihnen ein hochreiner und besonders kraftvoller Kürbiskern-Extrakt von höchster Qualität und langer Haltbarkeit garantiert.

Zudem enthält Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro hochwertige Keime der Sojapflanze, welche besonders reich am kraftvollen Isoflavon Daidzein (Phytoöstrogen) ist. Phytoöstrogene fördern einen gesunden Hormonhaushalt und erzielen so eine normale Blasenfunktion.

Was Anwender sagen:

Die beiden Naturstoffe überzeugen die Fachwelt und begeisterte Anwender empfehlen es ihren Freunden.



rein pflanzlich
ermöglicht mit der Intelligenz der Natur

Die ernährungsmedizinische Unterstützung zum Diätmanagement bei Harnwegs- und Blasen-erkrankungen.

100% risikofrei

Schicken Sie uns den Coupon zu oder rufen Sie uns gebührenfrei an unter:

0800-1 827 298!



„Ich nehme schon lange Blasen-Kraft Pro und muss nachts weniger zur Toilette.“
– Günther Krahn, 29571 Rosche

Echte Natur, echte Gesundheit, echte Garantie

Dr. Hittich Blasen-Kraft Pro schenkt Ihnen jetzt natürliche Unterstützung für eine starke Blase und einen gesunden Harnfluss – dank der kraftvollen Kombination aus einem speziellen, wasserlöslichen Kürbiskern-Extrakt und einem hochwertigen Sojakeim-Extrakt.

Zum 30-jährigen Jubiläum fast geschenkt!

Überzeugen Sie sich von der Intelligenz der Natur. Sichern Sie sich rasch 100% risikofrei eine von 777 Monatspackungen für € 39,97 nur € 9,97 Frei Haus!

Rasch zugreifen!

- Weg ist weg!
- Bedingungslose Geld-Zurück-Garantie
- Kein lästiges Zurückschicken

PFlichtAngABE DATENSCHUTZhinweis: Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten zur Durchführung Ihrer Bestellung auf der gesetzlichen Grundlage von Art. 6 Abs. 1 f DSGVO, auch mit Hilfe von Dienstleistern. Weitere Informationen entnehmen Sie unserer Datenschutzerklärung, die Sie jederzeit auf <https://www.drhittich.de/Datenschutz/> einsehen oder bei uns schriftlich anfordern können. Sie können der Verwendung Ihrer Daten gem. Art. 21 DSGVO jederzeit widersprechen. Bitte Mitteilung an Dr. Hittich, Abt. Datenschutz, Postfach 40 02 34, D-40242 Düsseldorf, oder per E-Mail an datenschutz@drhittich.de

Jubiläums-Coupon

☐ **JA!** Dr. Hittich! Ich will eine Monatspackung Blasen-Kraft Pro zum Kennenlernen für € 39,97 nur € 9,97 Frei Haus! Keine Verpflichtungen. Kein Kleingedrucktes. Kein lästiges Zurückschicken!

Meine Adresse:

Familienname: Straße: PLZ/Ort:

Vorname:

Einsenden an:
Dr. Hittich Gesundheits-Mittel, Postfach 40 02 34,
40242 Düsseldorf, Fax: 0800 - 3 103 236



Aktionsnummer: N 51 A0 16 3L-6

Zimmerbeispiel, 4 ⬤ Resort Reitenberger

Salzgrotte, 4 ♦ Resort Reitenberger

Kabinenbeispiel, 4♦♦ CELINA

Ihre Reiseroute

 info@reise-koenig.de

BEZAHLT VON IHRER APOTHEKE

1. JUNI 2025 A

 **APOTHEKEN Umschau** Mit Gewinnspiel

JETZT
IN IHRER
APOTHEKE
VOR ORT

Verzuckert

Wie Sie bewusst
genießen und
Ihre Gesundheit
schützen.

So süß!

Bei Zucker sparsam zu sein, ist gut.
Warum man aber nicht komplett verzichten muss.

Durchblick
So finden Sie
die passenden
Kontaktlinsen

Sonnenschutz
Was hilft gegen
Sonnenbrand?
Mythen im Check

Schritt für Schritt
Praktische Tipps
für mehr
Bewegung im Alltag

Jung und dynamisch
Was die Diagnose "Tumor"
Betroffene und
Angehörige bedeutet

APOTHEKEN Umschau

Gesundheit hat einen Ort.

Ihr Helfer im Alltag und Urlaub

Die **Pflegehilfsmittel** von **meinPflegeset** - auch in praktischen Reisegrößen





Hier Antrag
anfordern



Haben Sie Fragen?
kontakt@mein-pflegeset.de



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



Weitere Infos unter
www.mein-pflegeset.de

**Nach § 40
SGB XI ab
Pflegegrad 1***

So einfach gehts:

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

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



meinPflegeset - ein Service von Praxis Partner

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



Praxis Partner GmbH
In den Fritzenstücker 9-11
65549 Limburg

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



MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS



Burg-Brocken plus - Special im Harz

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

- **4 Tage / 3 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket mit tollen Inklusivleistungen (u. a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, Begrüßungsdrink, Live-Musik, Eintritt zu allen Veranstaltungen des Hotels, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl 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** (freie Terminwahl während Ihres Aufenthaltes)
- **Eintritt in das Luftfahrtmuseum in Wernigerode**
- **Wertgutschein Hotel-Shop**

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum bis 21.12.25
WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00 € / Nacht (Fr & Sa).
Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.

je Erw.
im DZ

354,-€



Jetzt bis zu
**36%
Vorteil!**

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



über 120 Jahre

**Kräuterhaus
Sanct Bernhard**

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540



Bio-Hagebutten

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

Vegan

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



Magnesium 400 supra-Kapseln

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

Hoch dosiert – nur 1 x täglich!

Best.-Nr. 129 120 Kapseln (90g = € 93,41/kg) **€ 8,50**
Best.-Nr. 135 300 Kapseln (229g = € 76,42/kg) **€ 17,50**



Augenfit-Kapseln

Unterstützen die Gesundheit von Augen und Sehkraft und enthalten Lutein, Heidelbeer-Extrakt, Vitamin B2, Zink und Vitamin A. Zink sowie die Vitamine A und B2 tragen nachweislich zur Aufrechterhaltung einer normalen Sehkraft bei.

Mit 12mg Lutein!

Best.-Nr. 105 90 Kapseln (84g = € 148,81/kg) **€ 12,50**
ab 3 Pack. (84g = € 130,95/kg) **nur € 11,00**



Vitamin B12 Supra 200µg

Spielt eine wichtige Rolle für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem sowie im Energiestoffwechsel des Menschen. Jede Tablette enthält 200µg Vitamin B12.

TOP

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



Erotisan-Manneskraft

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

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



Hyaluronsäure-Kapseln 500mg

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

TOP

Best.-Nr. 864 90 Kapseln (57g = € 342,11/kg) **€ 19,50**
ab 3 Pack. (57g = € 315,79/kg) **nur € 18,00**



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 (72g = € 187,50/kg) **€ 13,50**
ab 3 Pack. (72g = € 166,67/kg) **nur € 12,00**

Bestell-Coupon hier abtrennen, ausfüllen und einsenden!

Willkommens-GUTSCHEIN: 32

...Gutschein-Nummer auch telefonisch und online einlösbar!

**2-Monatspackung
*FÜR ALLE NEUKUNDEN**

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

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

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

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

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

**Mindestbestellwert € 10,-*

Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz. Alle Informationen zu unseren Produkten und die AGB finden Sie unter www.kraeuterhaus.de.
s01250632

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 Dittzenbach
Tel.: 073 34/96 540
Fax: 073 34/96 5444
Abteilung 32
www.kraeuterhaus.de

Bereits jedes 6. Mitglied liest die SoVD-Zeitung *digital*

+ *schneller bei Ihnen
als im Postversand*

+ *enthält alle
Landesbeilagen*

+ *für Tablets und
Smartphones*

+ *schont die Umwelt*

Wechseln Sie zum E-Paper!

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



Foto: volf anders / Adobe Stock; Collage: SoVD

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

Sozialverband Deutschland
Abteilung Redaktion
Stralauer Straße 63, 10179 Berlin

☐

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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