



Foto: JPC-PROD/Adobe Stock

Immer weniger Pflegekräfte müssen immer mehr Pflegebedürftige versorgen – das System droht endgültig zu kippen.

SoVD appelliert an die Politik, dringend benötigte Reformen endlich umzusetzen

## Steht die Pflege vor dem Kollaps?

Eine Studie im Auftrag der Krankenkasse DAK-Gesundheit warnt, in der Pflege fehle es massiv an Geld und an Personal. Das ist keine neue Nachricht. Dennoch verschleppt die Bundesregierung notwendige Reformen und verweigert mit Blick auf ihren Haushalt Steuermittel, die sie der Pflegeversicherung bereits zugesagt hatte. Ausbaden müssen das neben den Versicherten vor allem die Menschen, die auf Pflege angewiesen sind, und deren Angehörige.

In Deutschland sind immer mehr Menschen pflegebedürftig, während immer weniger Fachkräfte für deren Betreuung zur Verfügung stehen. Das machten zuletzt erneut die Zahlen des DAK-Pflegereports deutlich: Sind aktuell rund 5,2 Millionen Menschen auf pflegerische Unterstützung angewiesen, werde diese Zahl bereits in 25 Jahren bei 7,5 Millionen liegen.

Gleichzeitig warnt die Studie davor, dass in den nächsten zehn Jahren bundesweit im Durch-

schnitt rund jede fünfte Pflegekraft ersetzt werden muss, weil diese bis dahin selbst das Rentenalter erreicht. Wer aber soll deren Aufgaben übernehmen?

### Beitragszahlende müssen mit neuen Belastungen rechnen

Der Pflegereport warnt, es gebe keinen ausreichenden „Puffer“ gegen das Älterwerden der Belegschaften – trotz guter Ausbildungszahlen. Auch die Programme zum Wiedereinstieg ausgeschiedener Pflegefach-

kräfte und die Zuwanderung reichen nicht aus.

Für die Versicherten gibt es leider noch mehr schlechte Nachrichten. Denn spätestens für das Jahr 2025 rechnet die DAK mit einem erneuten Anstieg der Beiträge zur gesetzlichen Pflegeversicherung. Dabei ist es gerade erst zehn Monate her, dass die Koalition die Beiträge erhöht hatte. Seit Juli letzten Jahres zahlen Beschäftigte ohne Kinder vier Prozent, bei

**Fortsetzung auf Seite 2**

### Für Frieden und Zusammenhalt

Kurz vor der Wahl findet am 9. Mai der Europatag statt

Seite 4



### „Gegen Mitleid habe ich mich gewehrt“

Katrin Seyfert pflegte ihren Mann bis zu dessen Tod

Seite 3



### Unser Grundgesetz wird 75 Jahre alt

Die Verfassung steht über allen anderen Gesetzen

Seite 5



### Millionen Kindern fehlen Leistungen

Streit um Grundsicherung

Seite 6



### Blickpunkt

Kaum ein Thema hat in den letzten Monaten so sehr die Gemüter unserer Mitglieder bewegt wie die Forderung nach einem Inflationsausgleich auch für Rentner\*innen. Und zwar mit Recht! Schon vor einem Jahr haben wir für diese Prämie gekämpft, sind doch die Rentenerhöhungen hinter den Inflationsraten zurückgeblieben. Und anders als viele Angestellte, zahlreiche Beam\*innen und anteilig auch Pensionär\*innen haben die Rentner\*innen keinerlei Inflationsausgleich erhalten. Weil

wir nach Stellungnahmen, Gesprächen mit Abgeordneten, in Interviews und Pressestatements noch keinen Erfolg verbuchen konnten, sind wir zusätzlich auf verschiedenen anderen Ebenen aktiv geworden. Wer sich an Unterschriftenaktionen beteiligen möchte, kann dies in Hamburg/Schleswig-Holstein und in Niedersachsen tun. Auch eine Petition ist inzwischen online, für die wir Unterschriften sammeln. Darüber hinaus hat der Bundesverband eine weitere Petition beim Petitionsausschuss

des Deutschen Bundestages eingereicht. Diese wird zwar nicht öffentlich gemacht, dafür aber in jedem Fall behandelt. Gemeinsam können wir das Ziel erreichen. An dieser Stelle gilt: Viel hilft viel – jede Unterschrift zählt! Wir werden außerdem unsere guten Kontakte zu den Abgeordneten vor Ort in den Ländern und zu den Landesregierungen weiter nutzen, um die Forderung mit Nachdruck vorzubringen!

**Michaela Engelmeier**  
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Hier befindet sich das  
Adressfeld für die Etikettierung  
im Einzelversand

SoVD appelliert an die Politik, dringend benötigte Reformen endlich umzusetzen

# Steht die Pflege bald schon vor dem Kollaps?

## Fortsetzung von Seite 1

Familien sind je nach Kinderzahl zwischen 2,4 und 3,4 Prozent fällig. Bundesgesundheitsminister Prof. Dr. Karl Lauterbach (SPD) hatte damals von einer „stabilen Reform“ für die laufende Wahlperiode gesprochen. Nicht einmal ein Jahr später ist diese Aussage bereits überholt.

## Wird es teurer, zahlen das allein die Versicherten

Dabei mangelt es weniger an Erkenntnis als vielmehr an der Umsetzung durch die miteinander regierenden Parteien. Die haben zwar eine grundlegende Struktur- und Finanzreform der Pflegeversicherung versprochen und sich bereits im Koalitionsvertrag auf die Finanzierung gesamtgesellschaftlicher Aufgaben aus Steuermitteln zur Entlastung der Pflegeversicherung festgelegt. Trotzdem müssen für Mehrausgaben und Defizite weiterhin allein Beitragsmittel der Versicherten herhalten.

## Jede\*r Dritte im Heim benötigt bereits Sozialhilfe

Dass man versicherungsfremde Leistungen in Milliardenhöhe, wie etwa die Rentenversicherungsbeiträge für pflegende Angehörige, aus Mitteln der Pflegeversicherung bezahlt, bringt diese an den Rand der Insolvenz. Gleichzeitig wird Pflegebedürftigkeit für viele Menschen zu einer existenziellen Bedrohung, weil die Bundesregierung sie mit ihrem Hilfebedarf allein lässt. Gerade Pflegeheime entwickeln sich durch die gestiegenen Kosten in der stationären Pflege zunehmend zur Armutsfalle: Im vergangenen Jahr war knapp jeder dritte dort versorgte Mensch auf Sozialhilfe angewiesen.

Doch auch die Lösung dieser drängenden Probleme scheitert bisher am Streit innerhalb der Ampelkoalition. Denn während Grüne und SPD grundsätzlich dazu bereit wären, die Finanzierung der Pflegeversicherung zu stärken, sperrt sich die FDP vehement gegen Steuerzuschüsse und eine höhere Belastung von Besserverdienenden. Nach den

Plänen der Liberalen sollen die Bürger\*innen künftig für ihre Pflege privat vorsorgen.

**Politik muss endlich im Sinne der Menschen handeln**

Dieser Stillstand innerhalb der Regierung ist aus Sicht des SoVD nicht länger hinnehmbar. Die Vorstandsvorsitzende des Verbandes, Michaela Engelmeier, rief daher die politisch Verantwortlichen im Bund wie auch in den Ländern zum Handeln auf. Ihre Sorge: „Die steigenden Kosten in der stationären Pflege der letzten Jahre werden für immer mehr Menschen und deren Angehörige zu einer nicht mehr leistbaren Belastung.“ Es brauche eine Pflegereform, die ihrem Namen gerecht werde. *jos*



## Interview

# „Geringfügige Erhöhungen reichen nicht aus“

**Bis zum 31. Mai muss die Bundesregierung konkrete Empfehlungen für eine „stabile und dauerhafte Finanzierung der sozialen Pflegeversicherung“ vorzulegen. So zumindest steht es im Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz. Wie es derzeit um eine Reform bestellt ist, darüber sprach „Soziales im Blick“ mit Florian Schönberg, Referent für den Bereich Pflege beim SoVD-Bundesverband.**

## Warum kriegt die Politik die steigenden Eigenanteile in der Pflege nicht in den Griff?

Leider packt die Bundesregierung die grundlegende Stabilisierung der Pflegeversicherung nicht an. Stattdessen rettet sie sich mit kurzfristigen Beitragserhöhungen und marginalen Anpassungen über die Runden. So haben sich zum Beispiel die prozentualen Vergütungszuschläge zu den stationären Pflegekosten zu Beginn dieses Jahres leicht erhöht. Das bringt jedoch nur kurzfristig eine Entlastung und löst nicht das Problem steigender Pflegekosten und explodierender Eigenanteile.

Und wie sieht es für die Versicherten insgesamt aus?

Sie finanzieren mit ihren Beiträgen zunehmend Ausgaben, die eigentlich aus Steuermitteln zu bezahlen sind, während der Bund auf ihre Kosten den Haushalt saniert, um die Schuldenbremse einzuhalten. Für versicherungsfremde Leistungen wie etwa Rentenversicherungsbeiträge für Pflegepersonen oder Kosten im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie gibt es keine Refinanzierung aus Steuer-

mitteln. Der gerade eingeführte pauschale Bundeszuschuss für die Pflegeversicherung ist seit 2024 wieder ausgesetzt.

## Entlastungen gab es aber für Familien mit Kindern.

Das stimmt. Allerdings trifft gerade die Herausnahme von Kindern, die das 25. Lebensjahr vollendet haben, Rentnerinnen und Rentner mit Kindern besonders schwer. Denn zum einen finden ihre zurückliegenden Erziehungszeiten keine Berücksichtigung und zum anderen müssen sie den Beitragssatz



Florian Schönberg

zur sozialen Pflegeversicherung weiterhin in voller Höhe selbst tragen. Das kritisiert der SoVD vehement. Wir wollen erreichen, dass sich die Deutsche Rentenversicherung an den Beitragszahlungen paritätisch beteiligt. Interview: Joachim Schöne

Michaela Engelmeier fordert Unterstützung: „Hier muss sich endlich etwas bewegen“

# SoVD macht Druck für Inflationsausgleich

**Während viele Pensionär\*innen eine Sonderzahlung als Inflationsausgleich erhalten, gehen Rentner\*innen leer aus. Dagegen protestiert der SoVD und wendet sich an die Politik. Der Bundesverband sowie mehrere Landesverbände haben Petitionen initiiert, um auf diese Ungerechtigkeit hinzuweisen und eine Inflationsprämie auch für Rentner\*innen zu erwirken.**

Hohe Inflationsraten und steigende Preise haben das Leben für alle teurer gemacht. Zum Ausgleich haben viele Arbeitnehmer\*innen, Beamt\*innen und Pensionär\*innen von ihren Arbeitgebenden beziehungsweise Dienstherrn eine steuerfreie Prämie von bis zu 3.000 Euro erhalten oder werden sie im Laufe des Jahres ausgezahlt bekommen.

Eine große Gruppe muss auf diese Unterstützung jedoch verzichten. Für Rentner\*innen ist kein Inflationsausgleich vorgesehen, obwohl sie von den steigenden Preisen für Lebensmittel und Energie besonders betroffen sind.

Bereits vor einem Jahr hat sich der SoVD dafür eingesetzt, dass auch Rentner\*innen einen



Foto: pikselstock / Adobe Stock

**Der Gang zum Supermarkt ist für Rentner\*innen deutlich teurer geworden. Eine Sonderzahlung haben sie jedoch nicht erhalten.**

Inflationsausgleich erhalten. Darauf hat der Verband in Stellungnahmen, Gesprächen mit Abgeordneten, in Interviews

und Pressestatements immer wieder hingewiesen – jedoch leider ohne Erfolg.

Aus diesem Grund ist der

SoVD auf verschiedenen Ebenen aktiv geworden. Mittlerweile gibt es Unterschriftenaktionen und Petitionen. Auf den Internetseiten der Landesverbände Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Hamburg gibt es dazu weitere Informationen und die Möglichkeit, die Petition digital mitzuzeichnen.

Außerdem hat der SoVD-Bundesverband eine Petition beim Deutschen Bundestag eingereicht. Diese wird zwar nicht veröffentlicht und kann somit auch nicht mitgezeichnet werden. Der Petitionsausschuss behandelt sie jedoch und entscheidet über die Annahme. Das Ergebnis teilt er dann dem SoVD mit. Der Verband wird im Internet und der Mitgliederzeitung über den Fortgang der Aktion berichten. *str*

SoVD begrüßt Gesetzentwurf

# Zuschläge gewährt

Zum 1. Juli dieses Jahres sollen die geplanten Zuschläge für Erwerbsminderungsrenten, die zwischen dem 1. Januar 2001 und 31. Dezember 2018 erstmalig bezogen wurden, zumindest in einer pauschalierter Form ausgezahlt werden. Das sieht ein entsprechender Gesetzentwurf vor.

Der SoVD begrüßt, dass es dadurch voraussichtlich nicht zu einer verzögerten Auszahlung der Zuschläge für die betroffenen Rentner\*innen mit Erwerbsminderung kommt. Der Entwurf beinhaltet ein zweistufiges Verfahren: Auf den ab Juli gewährten Rentenzuschlag auf Grundlage des Rentenzahlungsbetrages folgt in einer zweiten Stufe ab Dezember 2025 dann der Zuschlag, so wie im Gesetz vorgesehen, auf Grundlage der persönlichen Entgeltpunkte. Versicherte müssen hierfür keinen Antrag stellen. *veo*

Als ihr Mann Alzheimer bekam, fiel Katrin Seyfert die Rolle der pflegenden Angehörigen zu

# „Gegen Mitleid habe ich mich gewehrt“

**Fünf Jahre begleitete die Journalistin Katrin Seyfert ihren Mann durch seine Alzheimer-Erkrankung. Zusätzlich zur eigenen Angst und Trauer galt ihre Sorge dabei auch den drei gemeinsamen Kindern. Seyfert organisierte neben der Pflege auch den Familienalltag, die Finanzen – und schließlich die Beerdigung. Die Herausforderungen dieser Zeit und ihre Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Konventionen schildert sie in dem kürzlich erschienenen Buch „Lückenleben“. Für sie steht fest, dass es gerade auch die Angehörigen sind, die maßgeblich zur Bewältigung der Krankheit beitragen.**

Die wenigsten pflegenden Angehörigen würden von sich behaupten, dass sie unter Langlebige leiden. Auf sie wartet jeden Tag eine Vielzahl an Aufgaben. Sie putzen, kochen, betreuen, waschen, schlagen sich mit Behörden herum und kümmern sich, falls sie berufstätig sind, „mal eben nebenbei“ noch ums Geldverdienen. Im Fall der freiberuflichen Journalistin Katrin Seyfert ergänzte sich diese Liste zusätzlich um die Betreuung bei Hausaufgaben und die Besuche von Elternabenden sowie um die fürsorgliche Begleitung dreier Kinder, deren Vater an Alzheimer erkrankt ist. Über Jahre hinweg bestand der Alltag der Familie aus einer bemerkenswerten Gemeinsamkeit von Struktur und Chaos.

In dieser Zeit bekam die pflegende Ehefrau viele sicherlich gut gemeinte Ratschläge wie zum Beispiel: „Es ist wichtig, dass du dir Zeit für dich nimmst.“ Regelmäßig gingen bei ihr auch Kurznachrichten mit ähnlich hilflosen Inhalten ein: „Man merkt ihm gar nichts an“ oder „Ich bin immer für dich da“. Mit Seyferts Realität hatten diese Botschaften wenig gemeinsam. Sie reagierte mit schwarzem Humor und führte eine „Schrott-Bingo-Liste“ mit derartigen Tipps. Auf sich wiederholende Einträge stießen sie und ihre Nachbarin mit einem Glas Sekt an – bevor sie dann gemeinsam die Küche putzten.

Bis zu seiner Erkrankung an Alzheimer war Marc Seyfert als Facharzt für Nierenleiden tätig gewesen. Damals, kurz nach seinem 50. Geburtstag, häuften sich Momente der Vergesslichkeit, die zunächst theoretisch ebenso gut durch beruflichen Stress wie durch den lebhaften Alltag mit drei Kindern bedingt sein konnten. Immer öfter allerdings notierte er sich eigentlich selbstverständliche Dinge auf Zetteln. Untersuchungen, die zu einer konkreten Diagnose hätten führen können, ging der Mediziner lange Zeit vermutlich bewusst aus dem Weg. Doch verstärkt auftretende Aussetzer und die zunehmende Erschöpfung ihres Mannes bestärkten Katrin Seyfert in ihrer Ahnung, dass eben doch etwas nicht stimmte.

Als ihr dann das Krankenhaus mit der Diagnose Alzheimer Gewissheit gab, erhielt sie von dem Oberarzt spontan zwei Hinweise: Zum einen brauche sie jetzt unbedingt ein Testament, zum anderen solle sie darauf gefasst sein, dass sich ihr Freundeskreis deutlich reduzieren werde. Glücklicherweise trat diese Prognose jedoch nicht ein. Im Gegenteil.

Mit unendlich großer Dankbarkeit erinnert sich Seyfert an die Hilfsbereitschaft, die ihr damals zuteil wurde: „Der eine gab unserer Tochter kostenlose Klavierstunden, andere fuhren wortlos mein sehr dreckiges Auto durch die Waschstraße oder halfen mir beim Stellen eines Rentenanspruchs für meinen Mann.“ Ihre Patentante schickte ihr zehn Gramm Gold, versehen mit dem Hinweis, dies sei für den Fall, dass sie sich mal etwas kaufen möchte, das „unvernünftig“ sei. All das gab Katrin Seyfert Kraft und zeigte ihr überdeutlich, dass sie der Krankheit ihres Mannes zumindest nicht allein gegenüberstand.

Was sie und ihre Familie auf besondere Weise durch die folgenden, schweren Jahre trug, waren Musikabende. Zu diesen kamen einmal im Monat Freund\*innen, Bekannte und Verwandte in dem Hamburger Haus der Familie zusammen,

um gemeinsam gegen Wehmut und Angst anzusingen. Besonderer Beliebtheit erfreuten sich dabei Schlager. Katrin Seyfert ist davon überzeugt, dass ihr Mann in diesen Momenten die Stimmung und die echte Freude der Anwesenden spürte. Denn bei den gesungenen Liedern ging es um alles Mögliche, nur nicht um Alzheimer.

Als ihr Mann den Treffen mit zunehmender Schwere seiner Erkrankung nicht mehr folgen konnte, machte Seyfert eine interessante Beobachtung: „Wir merkten, dass uns das Singen guttat und dass wir alle die viel größeren Nutznießer der Abende waren als der Kranke.“

Diese Momente der Ablenkung waren ebenso selten wie willkommen. Zumindest zeitweise gaben sie der Pflegenden die dringend benötigte neue Kraft. Zunehmend bestimmten jedoch vor allem Geldsorgen den Alltag der Alleinverdienerin.

Angesichts horrender Pflegekosten und ständig steigender Eigenanteile stehen fraglos viele Angehörige vor dem gleichen Problem. Allerdings reden längst nicht alle offen darüber. Es scheint so, als wolle niemand den Eindruck erwecken, man reduziere die Erkrankung eines nahestehenden Menschen auf eine finanzielle Belastung.

Den Luxus, nicht über Geld zu reden, konnte sich Katrin Seyfert in ihrer Lage nicht leisten. Es hätte ihr schlicht zu viel Energie abverlangt, ständig nach außen hin eine Fassade aufrechtzuerhalten. Trotzdem gab es Situationen, in denen sie sich notgedrungen dann eben doch so verhalten musste, wie man es von ihr erwartete. Dem Gutachter etwa, der ihr erklärte, dass ihr an Alzheimer erkrankter Mann statt in Frührente zu gehen doch zumindest eingeschränkt weiter arbeiten könne, konnte sie schließlich kaum ihre ehrliche Meinung sagen. Denn auf dessen wohlwollendes Urteil und letztlich auf den Rentenbescheid war die Familie dringend angewiesen.



Foto: Marianne Moosherr

**Alzheimer verlangt Angehörigen besonders viel Ausdauer ab. Diese Erfahrung machte Katrin Seyfert bei der Pflege ihres Mannes.**

Überhaupt tut sich Katrin Seyfert mit gesellschaftlichen Konventionen schwer. Sie richtet sich nach diesen, um nur nicht aus der Rolle zu fallen, strengt an und kostet unnötig Kraft. Sie sagt, es sei oftmals anerkannt, still oder tapfer zu trauern, während wütend zu sein noch immer ein Tabu darstelle. Doch auch dieses Gefühl sei nun einmal Teil ihres Alltags als pflegende Angehörige.

Die Journalistin wehrt sich gegen Mitleid. Ohne etwas zu beschönigen, schildert sie in dem Buch „Lückenleben“ diese letzten gemeinsamen Jahre mit ihrem an Alzheimer erkrankten Mann. Ihre Wut richtet sich dabei zu keiner Zeit gegen ihren Mann und auch nicht gegen das Schicksal, das sie eh nicht ändern konnte. „Was mich wütend gemacht hat“, erklärt Seyfert, „war diese Rollenzuschreibung, wie man zu sein hat. Das machte mich wütend, weil das ähnlich wie bei dem Mitleid von oben nach unten verläuft. Das nimmt uns Angehörigen die Selbstwirksamkeit und lässt uns in einer Ohnmacht verharren. Und damit kommt man nicht weiter.“

Am besten weiter kam sie, wenn sie sich möglichst nicht verstellen musste. Ehrlichkeit fernab von Sentimentalität wusste Seyfert auch an anderen zu schätzen, etwa an dem Arzt, der ihren Mann zu Beginn seiner Erkrankung behandelte. Der wandte sich damals direkt an seinen Patienten und sagte diesem, er müsse sich darauf einstellen, dass seine Frau ihn eines Tages in ein Heim bringen werde. Auf Katrin Seyferts Nachfrage, ob man das denn nicht auch zu Hause schaffen

könne, entgegnete der Mediziner damals, sie solle lieber nicht damit rechnen, um sich durch diese Erwartung nicht unnötig selbst unter Druck zu setzen.

Diesen schweren und letztlich unausweichlichen Moment der Heimunterbringung zögerte die Ehefrau und Mutter so lange wie möglich hinaus. Als er dann da war, weil die Kraft einfach nicht mehr reichte, hatte Seyfert, wie sie sagt, „wahnsinniges Glück“ mit dem Pflegeheim. Manchmal braucht man das wohl. Eine Woche vor dem Umzug kam die Pflegedienstleitung zur Familie nach Hause. „Sie saß in unserem Wohnzimmer und hat geschaut, wie unser Ablauf ist, wie die Kinder reagieren, worauf mein Mann reagiert und worauf nicht. Ich fand das großartig.“

Anders als befürchtet ging Marc Seyfert dann tatsächlich gerne ins Heim. Wohl auch deshalb, weil man dort auf seine Bedürfnisse einging. Zu seinem Einzug, schildert Katrin Seyfert in ihrem Buch, standen auf einem Tisch fünf Puddings: „Ein Pudding zur Begrüßung hätte Marc traurig gemacht, weil er so schnell aufgegessen wäre. Fünf Puddings hieß: Hier passiert dir nichts, hier geht es nach deinen Wünschen, auch wenn du sie nicht mehr äußern kannst.“

Eine Diagnose wie Alzheimer lässt keinen Raum für Hoffnung. „Die Gewissheit, die man hat“, sagt Seyfert, „ist, dass es schlechter werden wird. Da sollte man sich nichts vormachen. Das ist das Einfache und gleichzeitig auch das Grausame an der Krankheit. Mein Anspruch an mich war, durchzuhalten.“

Joachim Schöne



**Katrin Seyfert: Lückenleben. Mein Mann, der Alzheimer, die Konventionen und ich. DVA, 256 Seiten, ISBN: 978-3-421-07026-5, 22 Euro.**

[www.sovd.de/europawahl2024](http://www.sovd.de/europawahl2024)



Foto: Thaut Images/Adobe Stock; Grafik: Matthias Herrndorff/SoVD

Verbesserungen vor allem bei Verbraucherrechten

## Nutzen der EU im Alltag

**Den Verbraucher\*innen bringt die EU konkrete, praktische Fortschritte im Alltag. Ihr verdanken sie drei Viertel ihrer Rechte. Das betont das Europäische Verbraucherzentrum Deutschland (EVZ).**

Als Technikbeispiel nennt das EVZ einheitliche Ladegeräte und -kabel für Mobilgeräte wie Handys und Tablets: Seit Dezember ist USB-Typ-C der Standardanschluss in der EU. Bei Neuware passe nun „eines für alle“, egal welche Marke. Auch neu: Seit dem 6. März dürfen die größten Anbieter bei Computern & Co. nicht mehr ihre Software vorinstallieren – oder sie muss mit einem Klick entfernbar sein.

Für in der EU gekaufte Produkte und Dienstleistungen gilt seit 20 Jahren (und seit 2022 für Digitales) zwei Jahre Gewährleistung, also kostenlose Reparatur oder Ersatz. Aber wenn etwas danach kaputtgeht? Als Teil des „Green Deal“ – Europa will bis 2050 klimaneutral werden – verpflichtet die neue Ökodesign-Verordnung Unternehmen zu langlebigen Produkten. Seit Ende März erleichtert zudem eine neue Richtlinie, vieles auch später noch reparieren zu lassen.

Mehr Schutz beim Internethandel versprechen jetzt das Gesetz über digitale Dienste und das Gesetz über digitale Märkte: Online-Plattformen müssen Identität und Daten der Händler\*innen prüfen.

Einige Verbesserungen kommen erst. So sollen Überweisungen in der Eurozone ab Herbst 2025 statt in einem Geschäftstag in zehn Sekunden gebucht sein. Und vor privater Überschuldung schützen sollen ab Ende 2026 strengere Regeln für Kredite. *ele/EVZ*

Wissenswertes vor dem Termin am 9. Juni

## Tipps zum Wahlablauf

**Wer ins Wählerverzeichnis eingetragen ist, erhält automatisch per Post eine Wahlbenachrichtigung. Ist sie drei Wochen vor der Europawahl nicht da, sollte man die Gemeindebehörde kontaktieren.**

Auf der Benachrichtigung stehen das Wahllokal und Infos zur Barrierefreiheit. Ist der Raum nicht barrierefrei, können Menschen mit Behinderungen woanders wählen, müssen das aber beantragen. Möglich ist, eine Vertrauensperson mitzunehmen. Blinde und Sehbehinderte können für den Stimmzettel eine Schablone nutzen, erhältlich bei den Landesvereinen des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes e. V. (DBSV) unter: [www.dbsv.org/landesvereine.html](http://www.dbsv.org/landesvereine.html) oder Tel.: 01805 / 66 64 56.

Eine weitere Hilfe gibt es auf [www.sovd.de/europawahl2024](http://www.sovd.de/europawahl2024): die Broschüre „Wählen ist einfach“ der SoVD-Jugend. Darin ist alles in Leichter Sprache und mit vielen Abbildungen erklärt.

Wahlberechtigt am 9. Juni sind in Deutschland, schätzt das Statistische Bundesamt, etwa 60,9 Millionen Deutsche – erstmals ab 16 Jahren. Dazu kommen hier lebende Bürger\*innen anderer EU-Staaten, Schätzungen gehen bis rund 4,1 Millionen. Umgekehrt können

Deutsche, die im EU-Ausland leben, unter Umständen dort abstimmen. Man muss sich zwischen Herkunfts- und Wohnland entscheiden, darf nicht doppelt wählen. Wer das hier tun will und noch nicht im deutschen Wählerverzeichnis steht, stellt bis zum 19. Mai den Antrag bei der Gemeindebehörde.

Auch Briefwahl muss man beantragen: bis zum 7. Juni, entweder online oder die Rückseite der Wahlbenachrichtigung ausfüllen und absenden – oder persönlich im Rathaus. *ele*



Die SoVD-Wahlhilfebroschüre.

Einen Monat vor dem Urnengang findet am 9. Mai der Europatag statt

## Für Frieden und Zusammenhalt

**Am 9. Mai ist der Europatag der Europäischen Union (EU). Diesmal steht er im Zeichen der Wahl zum Europäischen Parlament – die genau einen Monat später ansteht, am 9. Juni. „In Vielfalt vereint“, lautet der EU-Slogan. So symbolisiert auch der jährliche Gedenktag Frieden und Einheit in Europa.**

Das Datum markiert den Start der europäischen Einigung mit der „Schuman-Erklärung“: Am 9. Mai 1950 schlug Frankreichs Außenminister Robert Schuman eine Europäische Gemeinschaft für Kohle und Stahl (EGKS) vor. Wirtschaftliche und politische Zusammenarbeit sollte Kriege in Europa undenkbar machen. Heute gehen 27 EU-Länder Herausforderungen gemeinsam an.

Rund um den Termin finden in allen Mitgliedstaaten Veranstaltungen statt: in Städten und Gemeinden, an Schulen und Unis. In Deutschland hissen Dienstgebäude die blaue Europaflagge. EU-Institutionen in Brüssel laden zum Tag der offenen Tür. *ele*



Foto: Anela / peopleimages.com / Adobe Stock

**Eine stabile, starke und soziale EU, die niemanden zurücklässt, schützt den Frieden und die Sicherheit auf dem Kontinent.**



## Interview

# „Solidarität ist wichtiger denn je“

**Ukraine-Krieg, Inflation, Folgen der Migration und weitere Krisenlagen: Vor der Europawahl 2024 hat sich gegenüber 2019 nicht nur die Situation verändert, sondern auch die Stimmung. Darüber sprach „SoVD – Soziales im Blick“ mit dem Politikwissenschaftler und Juristen Albrecht von Lucke, Redakteur der Monatsfachzeitschrift „Blätter für deutsche und internationale Politik“.**

**Was ist jetzt anders als bei der letzten Europawahl?**

*Neu ist vor allem, dass sich die gesamte globale und damit auch europäische Lage fundamental verändert hat. Befanden wir uns 2019 noch in einer Konjunktur grünen Denkens, sind wir gegenwärtig in einem Rollback des Regressiven, des Reaktionären. Deshalb sind gewaltige Zuwächse für die Rechtsparteien zu erwarten.*

**Ist auch das Thema „Krieg und Frieden“ wichtiger? Welche Sorgen haben die Menschen?**

*Dass der Krieg am 24. Februar 2022 in Europa Einzug gehalten hat, hat alles verändert. Krieg ist eigentlich das große Thema!*

*Aber das Erstaunliche ist, dass der Rechtsruck in ganz Europa von innenpolitischen Themen dominiert ist. Da spielt die Bewältigung der Migration immer noch eine große Rolle, auch bei uns. Der Aufstieg der AfD hängt maßgeblich davon ab, dass sie das Thema Migration bespielt – und dass es so schwer ist, eine gesamteuropäische Lösung zu finden. Von rechts wird die Angst der Menschen ausgebeutet: Angst vor dem Verlust eigenen Wohlstands, eigener Lebenschancen.*

*Der Krieg ist hingegen etwas, was Europa eher spaltet. Weil wir weite Teile haben, die transatlantisch geprägt sind und eine wei-*



Foto: Tobias Tanzyna

**Albrecht von Lucke**

*tere Unterstützung der Ukraine wünschen, aber andere Teile Europas wie Ungarn und die Slowakei Richtung Russland tendieren. Und auch durch die einzelnen Staaten geht diese Spaltung.*

**Gibt es etwas, was die Stimmung derzeit prägt?**

*Der Zeitgeist ist dramatisch rechts. Jedenfalls nicht mehr global geöffnet. Das ist ein Rückschritt zu dem, was man nach '89 erwartet hatte: Weltoffenheit und eine friedliche Ausrichtung. Europa als „das“ Friedensprojekt fällt eher zurück in eine Zeit nationaler Identitäten.*

*Wir erleben so etwas wie das Ende der Hoffnung auf europäische Solidarität. Und das fatalerweise in einer Zeit, in der diese Solidarität wichtiger wäre denn je! Gerade vor dem Hintergrund nicht nur des russischen Angriffs-*

*krieges, sondern auch, weil mit Donald Trump möglicherweise am 5. November die USA sich von Europa verabschieden könnten.*

**Wirkt sich das darauf aus, wie wichtig man die Wahl findet?**

*Diese Europawahl könnte von einer Polarisierung und Politisierung der gesamten Bevölkerung auch profitieren. Dass eine rechte Bewegung im Lande ist, führt ja dazu, dass auch die linke Seite mobilisiert. Wir sind also wieder in weit politischeren Zeiten als früher.*

**Welche Rolle spielt dabei denn in Deutschland die Sicherheit, auch die soziale?**

*Sicherheit ist das absolut entscheidende Wahlthema! Übrigens in der gesamten Geschichte der Bundesrepublik. Klassischerweise kommt es hier gerade auf die soziale Sicherheit an.*

*In Krisenzeiten wie diesen ist aber das Protestverhalten stärker. In dem Maße, in dem die Frustration über die politische Lage und die Regierung wächst, wächst auch der Zug zu den Populisten und Rechtsradikalen, die eine Wende versprechen. Deswegen ist die Sicherheitsfrage so entscheidend.*

*Interview: Eva Lebenheim*

*Mehr zu Europa und aus der Politikwissenschaft steht auch online auf: [www.blaetter.de](http://www.blaetter.de).*

Die Verfassung ist allen anderen Gesetzen der Bundesrepublik übergeordnet

# Grundgesetz besteht 75 Jahre

**Am 23. Mai 2024 wird unser Grundgesetz 75 Jahre alt. Bei seiner Entstehung noch als Provisorium gedacht, bildet es bis heute die Rechts- und Werteordnung unseres Zusammenlebens in einem freien und demokratischen Rechtsstaat. Am Anfang stehen die Grundrechte. Sie sollen allen Menschen in Deutschland ein Leben in Würde und Selbstachtung und frei von staatlicher Willkür garantieren. Die Grundrechte verpflichten den Staat und die drei voneinander getrennten staatlichen Gewalten – legislative (gesetzgebende), exekutive (vollziehende) und judikative (Recht sprechende) Gewalt – zu Wahrung und Schutz der Freiheits- und Gleichheitsrechte. Die „vierte Gewalt“ bezeichnet die Massenmedien, die durch Anregen und Lenken der öffentlichen Diskussion auf Politik und Gesellschaft einwirken.**

Der Zweite Weltkrieg ist genau vier Jahre beendet, als der neu entstehende Staat am 8. Mai 1949 seine Verfassung erhält: Der „Parlamentarische Rat“ – ein Zusammenschluss aus Mitgliedern der Landesparlamente, 61 Männer und vier Frauen – verabschiedet mit 53 gegen 12 Stimmen das Grundgesetz.

Am 23. Mai 1949 wird das Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland verkündet. Nur einen Tag später, am 24. Mai, tritt es in Kraft.

In den Jahren 1948 und 1949 sind die Verbrechen der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft und die Erinnerung an das Scheitern der Weimarer Republik noch sehr präsent. Allen Beteiligten ist klar: Die Geschichte des „Dritten Reiches“ darf sich niemals wiederholen.

In insgesamt 146 Artikeln sind nun als Gegenentwurf zum Unrechtsstaat die Grundrechte der deutschen Bürger\*innen, die Bestimmungen zu demokratischen Prinzipien und Rechtsstaatlichkeit, die Aufgaben von Bundesregierung und Bundestag sowie andere Gesetze fest verankert. Allen voran Artikel 1: „Die Würde des Menschen ist unantastbar“. Das bedeutet: Jedes staatliche Handeln muss sich nach dieser

obersten Prämisse ausrichten. Zentral ist auch das Prinzip der Gewaltenteilung (Artikel 20, Absatz 2). Sie sorgt dafür, dass kein Verfassungsorgan die Macht im Staat an sich reißen kann.



Die Vorarbeiten zur Verfassung leistete der „Herrenchiemseer Verfassungskonvent“. Er tagte vom 10. bis zum 23. August 1948, nachdem wenige Wochen zuvor, am 1. Juli 1948, die drei westlichen Alliierten den Ministerpräsidenten der West-Bundesländer den Auftrag gegeben hatten, eine verfassungsgebende Versammlung einzuberufen. Diese erhielt die Zielvorgabe, eine demokratische und föderale Verfassung zu erarbeiten.

Der Entwurf enthielt somit schon die Umrisse des späteren Grundgesetzes. Dazu gehört

– neben der Einführung des „konstruktiven Misstrauensvotums“ oder dem Grundsatz einer „streitbaren Demokratie“ – der fast vollständige Verzicht auf plebiszitäre [Plebiszit bedeutet: Volksbeschluss] Elemente. Auch die Stärkung des Parlamentes und des Bundeskanzlers gegenüber dem Bundespräsidenten waren bereits Bestandteile.

Auf dieser Grundlage wählt die erste Bundesversammlung ein gutes Jahr später, am 12. September 1949, Theodor Heuss zum ersten Bundespräsidenten; der Bundestag am 15. September Konrad Adenauer zum ersten Bundeskanzler.

Dass das Grundgesetz als „Provisorium“ entstand, hatte allein damit zu tun, dass sich im Oktober 1949 als Folge des Zusammenbruchs der Nazi-Diktatur und des Endes des Zweiten Weltkrieges ein zweiter deutscher Staat bildete, die Deutsche Demokratische Republik (DDR). Das Grundgesetz wurde vor diesem Hintergrund als Übergangsverfassung ratifiziert und sollte so lange gelten, bis Deutschland wieder „eins“ sein würde. 1990, nach der Wiedervereinigung von Ost und West, wurde es schließlich zur gesamtdeutschen Verfassung erhoben. *Veronica Sina*

# Würde ist oberstes Gebot

*„Wir leben in einem Land, das die Unantastbarkeit der menschlichen Würde zum obersten Gebot gemacht hat. Auch unser SoVD steht für Solidarität, für Toleranz und für Zusammenhalt, für Frieden und selbstverständlich für unsere demokratische Grundordnung. Leider haben rechtspopulistische, fremden- und minderheitsfeindliche Positionen Zulauf bekommen. Wie sich unsere Verfassung, Rechtsprechung und jede\*r Einzelne von uns zu extremistischen Kräften verhält, wird auch in Zukunft unsere Demokratie bestimmen.“*



**Bernhard Sackarendt**  
Vorsitzender des  
Verbandsrates

*„Unsere Verfassung sorgt für ein ausgewogenes Verhältnis von individuellen Freiheitsrechten und staatlicher Regulation. Die darin enthaltenen demokratischen Prinzipien und Vorgaben zu Rechtsstaatlichkeit sind damals wie heute wegweisend. So ist das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland zum Vorbild für andere Verfassungen geworden. Zentrale Teile haben sich weltweit verbreitet. Auch im Europarecht finden sich Formulierungen wieder.“*



**Bruno Hartwig**  
Vorsitzender der  
Bundeskongress

*„Eine Minderheit von nur vier Frauen erarbeitete mit 61 Männern das Grundgesetz: Frieda Nadig, Elisabeth Selbert, Helene Weber und Helene Wessel. Der Verankerung von Artikel 3, Absatz 2, „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“, ging damals heftiger Streit voraus. Und auch heute ist – trotz Fortschritten – eine vollständige Gleichstellung weit entfernt. Wir sehen das an Lohnlücken, Benachteiligung durch Fürsorgearbeit oder mangelnder Präsenz im Parlament. Bis zur gleichberechtigten Teilhabe liegt noch ein Stück Weg vor uns.“*



**Michaela Engelmeier**  
Vorstandsvorsitzende  
SoVD-Bundesverband

## Die wichtigsten Grundrechte auf einen Blick

*Hand aufs Herz – könnten Sie Ihre wichtigsten Grundrechte aufzählen? Hier sind sie:*

### Artikel 1: Menschenwürde – Menschenrechte – Rechtsverbindlichkeit der Grundrechte

- (1) Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.
- (2) Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft, des Friedens und der Gerechtigkeit in der Welt.
- (3) Die nachfolgenden Grundrechte binden Gesetzgebung, vollziehende Gewalt und Rechtsprechung als unmittelbar geltendes Recht.

### Artikel 2: Persönliche Freiheitsrechte

(1) Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.

(2) Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Die Freiheit der Person ist unverletzlich. In diese Rechte darf nur auf Grund eines Gesetzes eingegriffen werden.

### Artikel 3: Gleichheit vor dem Gesetz

- (1) Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.
- (2) Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Der Staat fördert die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern und wirkt auf die Beseitigung bestehender Nachteile hin.
- (3) Niemand darf wegen seines

Geschlechtes, seiner Abstammung, seiner Rasse, seiner Sprache, seiner Heimat und Herkunft, seines Glaubens, seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden. Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.

### Artikel 4: Glaubens- und Gewissensfreiheit

(1) Die Freiheit des Glaubens, des Gewissens und die Freiheit des religiösen und weltanschaulichen Bekenntnisses sind unverletzlich.

(2) Die ungestörte Religionsausübung wird gewährleistet.

(3) Niemand darf gegen sein Gewissen zum Kriegsdienst mit der Waffe gezwungen werden. [...]

### Artikel 5: Freiheit der Meinung, Kunst und Wissenschaft

(1) Jeder hat das Recht, seine Meinung in Wort, Schrift und Bild frei zu äußern und zu verbreiten und sich aus allgemein zugänglichen Quellen ungehindert zu unterrichten. Die Pressefreiheit und die Freiheit der Berichterstattung durch Rundfunk und Film werden gewährleistet. Eine Zensur findet nicht statt.

(2) Diese Rechte finden ihre Schranken in den Vorschriften der allgemeinen Gesetze, den gesetzlichen Bestimmungen zum Schutze der Jugend und in dem Recht der persönlichen Ehre.

(3) Kunst und Wissenschaft, Forschung und Lehre sind frei. Die Freiheit der Lehre entbindet nicht von der Treue zur Verfassung.

### Artikel 6: Ehe – Familie – Kinder

(1) Ehe und Familie stehen unter dem besonderen Schutze der staatlichen Ordnung. [...]

### Artikel 7: Schulwesen

(1) Das gesamte Schulwesen steht unter der Aufsicht des Staates. [...]

### Artikel 8: Versammlungsfreiheit

(1) Alle Deutschen haben das Recht, sich ohne Anmeldung oder Erlaubnis friedlich und ohne Waffen zu versammeln. (2) Für Versammlungen unter freiem Himmel kann dieses Recht durch Gesetz oder auf Grund eines Gesetzes beschränkt werden.

### Artikel 9: Vereinigungs- und Koalitionsfreiheit

(1) Alle Deutschen haben das Recht, Vereine und Gesellschaften zu bilden. [...]

### Artikel 10: Brief-, Post- und Fernmeldegeheimnis

(1) Das Briefgeheimnis sowie das Post- und Fernmeldegeheimnis sind unverletzlich. [...]



Leistungen für Geflüchtete

## Bezahlkarte beschlossen

Geflüchtete sollen Leistungen über eine Bezahlkarte erhalten. Nach langem Streit einigte sich die Ampelregierung auf eine neue, bundesweite Rechtsgrundlage im Asylbewerberleistungsgesetz. Der Bundestag hat das Gesetz beschlossen, nun ist es im Bundesrat. Im Entwurf heißt es, die Karte „stelle ein taugliches Mittel dar, um beispielsweise Geldzahlungen an Schleuser zu unterbinden“. *veo*

Ein Drittel war schon betroffen

## Diskriminiert im Job

Jede\*r dritte Angestellte hat einer europaweiten Umfrage zufolge schon Diskriminierung am Arbeitsplatz erlebt. Zu diesem Schluss kommt eine Analyse der Beratungs- und Prüfungsgesellschaft EY. Demnach gaben 31 Prozent der befragten Männer und 36 Prozent der Frauen an, bereits davon betroffen gewesen zu sein.

Laut EY meldeten nur etwas weniger als die Hälfte (49 Prozent) die Vorfälle bei Vorgesetzten oder anderen Personen. Männer (54 Prozent) wagten den Schritt etwas häufiger als Frauen (46 Prozent). Ein weiteres Ergebnis: Wenn die Führungsebene den Angestellten zufolge divers und inklusiv aufgestellt ist, gibt es weniger Diskriminierungserfahrungen (29 Prozent). Für die Studie wurden im Herbst 2023 1.800 Arbeitnehmende in neun europäischen Ländern online befragt. *veo/dpa*

Robert Koch-Institut informiert

## Grippewelle wohl beendet

Das Robert Koch-Institut (RKI) hat die Grippewelle für beendet erklärt. Demnach erreichte sie ihren Höhepunkt Ende Januar und Anfang Februar. Nach Definition des Institutes endete sie Mitte März nach 15 Wochen.

Die Welle von Erkrankungen durch das Respiratorische Synzytial-Virus (RSV) endete schon Anfang März. Sie hatte Ende November begonnen und 16 Wochen gedauert. Insgesamt sei die Häufigkeit von schweren, akuten respiratorischen Infektionen seit Mitte Februar deutlich gesunken. *veo/dpa*

# Streit um Kindergrundsicherung hält an – Familienministerin Paus lehnt Überarbeitung ab Millionen Kindern fehlen Leistungen

Die Kindergrundsicherung ist ein im Koalitionsvertrag festgehaltenes Versprechen. Doch der Streit zwischen der FDP und Bundesfamilienministerin Lisa Paus (Bündnis 90/Die Grünen) über eines der wichtigsten sozialpolitischen Vorhaben in dieser Legislatur hält weiter an. Die Liberalen fordern eine grundlegende Überarbeitung. Paus lehnt das entschieden ab.

In einem Bündnis aus 20 Verbänden macht sich der SoVD seit Langem dafür stark, Bürokratie endlich aus Familiensicht zu denken. Familien und Kinder brauchen leicht verständliche Unterstützung statt Behördenschungel und Antragsberge. SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier betonte: „Vor Kurzem wurde im Paritätischen Armutsbericht dargelegt, dass mehr als jedes fünfte Kind und jeder fünfte Jugendliche in Deutschland von Armut betroffen ist. Daher braucht es eine echte Kindergrundsicherung, die ihren Namen auch verdient hat.“ Auch jüngste Erhebungen (*siehe nachfolgender Bericht*) bestätigen, wie groß das Thema Armutsbedrohung nach wie vor ist.



Foto: Halfpoint/Adobe Stock

Der SoVD kämpft für eine echte Kindergrundsicherung.

Familienministerin Lisa Paus hat unterdessen die von der FDP geforderte grundlegende Über-

arbeitung des Gesetzentwurfes abgelehnt. Arbeitsminister Hubertus Heil (SPD), Finanzminis-

ter Christian Lindner (FDP) und sie hätten den Entwurf gemeinsam erarbeitet, stellte Paus klar. Seit die Regierung den Gesetzentwurf beschlossen hat, ist er im parlamentarischen Verfahren. Es werde daran gearbeitet, Doppelstrukturen abzubauen, so Paus weiter. Das derzeitige „Bürokratiemonster“ führe dazu, dass Millionen Kinder nicht die Leistungen bekämen, auf die sie Anspruch hätten. Die Koalition habe sich auf den Abbau der Bürokratie verständigt. „Das machen wir, indem wir die bisherigen, verschiedenen, vielen Leistungen bündeln.“ Die FDP hatte vor allem Kritik daran geäußert, dass im Zuge der Reform neue Stellen vorgesehen sind, um den Umbau zu bewerkstelligen. *veo*

Jede\*r Fünfte ist nach wie vor von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht

## Armsein ist für viele Menschen Realität

Die Zahl der Menschen, die in Deutschland von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht sind, bleibt hoch. Anhand erster Ergebnisse einer Erhebung zu Einkommen und Lebensbedingungen (EU-SILC) waren im Jahr 2023 gut 17,7 Millionen Menschen davon betroffen. Das teilte das Statistische Bundesamt vor Kurzem mit. Die Zahl entspricht 21,2 Prozent der Bevölkerung.

Eine Person gilt in der Europäischen Union dann als von Armut oder Ausgrenzung bedroht, wenn mindestens eine der folgenden drei Bedingungen zutrifft: Ihr Einkommen liegt unter der Armutsgefährdungsgrenze, ihr Haushalt ist von erheblicher

materieller und sozialer Entbehrung betroffen oder sie lebt in einem Haushalt mit sehr geringer Erwerbsbeteiligung.

Armutgefährdet war 2023 etwa jede siebte Person, nämlich 14,3 Prozent der Bevölkerung oder knapp zwölf Milli-

onen Menschen. Im Jahr 2022 hatte die Armutsgefährdungsquote 14,8 Prozent betragen.

Von „erheblicher materieller und sozialer Entbehrung“ waren der Erhebung zufolge 6,9 Prozent der Bevölkerung oder 5,7 Millionen Menschen betroffen

gegenüber 6,2 Prozent im Jahr 2022. In einem Haushalt mit „sehr niedriger Erwerbsbeteiligung“ lebten 9,8 Prozent der Bevölkerung unter 65 Jahren oder 6,2 Millionen Menschen. 2022 waren es ebenfalls 9,8 Prozent gewesen. *veo/dpa*

Kinder und Jugendliche halten sich für fitter, als sie sind – und haben ungleiche Chancen

## Gesundheitsprobleme im Schulalter

Schüler\*innen in Deutschland schätzen ihre eigene Gesundheit größtenteils als gut ein. Das ergab eine aktuelle, repräsentative Studie eines Forschungsverbundes unter Leitung der TU München (TUM) und der Universitätsmedizin Halle. Die Alltagsschilderungen zeichneten aber ein etwas anderes Bild von der Realität. Unter anderem bewegten sich fast alle Befragten zu wenig.

Mindestens 60 Minuten Aktivität am Tag empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation (WHO). Das erfüllt nur etwa jedes zehnte Mädchen, jeder fünfte Junge und jede\*r achte gender-diverse Heranwachsende. Je älter sie sind, desto deutlicher ist der Bewegungsmangel. Auch bei der Ernährung ist Luft nach oben.

Das und mehr ergab die internationale, mit der WHO entwickelte HBSC-Studie („Health Behaviour in School-aged Children“). Sie gibt es alle vier Jahre in 51 Staaten. In Deutschland befragte das Team diesmal bundesweit rund 6.500 Schüler\*innen von 11 bis 15 Jahren. Diese sollten ihre Gesundheit einschätzen und ihre Situation beschreiben.



Foto: Pixel-Shot/Adobe Stock

Bewegungsmangel ist bei Jugendlichen ein verbreitetes Problem.

Subjektiv sind die meisten fit: 84 Prozent fanden ihren Zustand gut. Und 87 Prozent gaben eine

hohe Lebenszufriedenheit an. Der Anteil derer, die wenig zufrieden waren, ist gegenüber der

letzten Studie aber etwas höher. Dazwischen lag die Pandemie.

Zudem ging es um Mobbing, psychisches Befinden, Psychosomatik, Gesundheitskompetenz und Ungleichheiten. Über acht Prozent wurden in der Schule gemobbt. Psychosomatische Beschwerden wie Kopf- und Bauchschmerzen nahmen zu.

Ein Viertel zeigte wenig Gesundheitskompetenz, also Informiertheit. Diese und der Zustand hingen stark von sozialen Faktoren wie Wohlstand, Alter, Geschlecht und Schulform ab: Nicht alle jungen Menschen hätten die gleichen Gesundheitschancen, so ein Fazit der Forscher\*innen. Das wirke im Erwachsenenleben fort. *ele/TUM*

SoVD macht sich in zwei Bündnissen für zukunftsorientierte Politik stark

# Einsatz für nachhaltige Politik

Im April beteiligte sich der SoVD an zwei Aufrufen für soziale Politik. An die Verkehrsministerkonferenz erging die Aufforderung, eine sozial gerechte Verkehrswende einzuleiten. Die Bundesregierung wurde zu einem Kurswechsel in der Finanz- und Haushaltspolitik aufgerufen.

Mobilität ist im Autoland Deutschland nach wie vor sehr auf den PkV ausgerichtet. Doch zur Einhaltung der Klimaziele muss die Politik im Verkehrsbereich Reformen angehen. Ein Bündnis aus Sozialverbänden und Gewerkschaften, an dem sich der SoVD beteiligt, wandte sich deshalb Mitte April an die Verkehrsministerkonferenz. Die Organisationen fordern eine sozial gerechte Verkehrswende, die nur durch eine langfristige Finanzierung von Personal, Angebot und Infrastruktur gelingen kann.

Nötig sei, den öffentlichen Verkehr mit zusätzlichen Geldern zu stärken, das Deutschlandticket langfristig zu sichern und die Dienstwagenbesteuerung konsequent zu reformieren. Diese fossile Subvention bindet jährlich mehr Steuermittel als das Deutschlandticket.

Die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier stellte im dem Aufruf fest: „Wir brauchen eine neue, sozialere Mobilitätspolitik. Es werden Millionen Euro für das unsoziale Dienstwagenprivileg verschwendet, von dem in der Regel nur Gutverdienende profitieren. Währenddessen müssen Ärmere jeden Cent zurücklegen, um überhaupt das Deutschlandticket oder die dringend benötigte Fahrradreparatur bezahlen zu können. Auch fehlendes Geld für Mobilität kann zu der Vereinsamung von vielen Menschen führen.“



Foto: franz12/Adobe Stock

**Ein gut ausgebauter und bezahlbarer Personenverkehr ist Grundlage für das Gelingen der Verkehrswende.**

Falsche Prioritätensetzungen drohen auch bei der Planung des Haushalts für das Jahr 2025. Mit dem Aufruf „Kürzungen abwenden, Zukunftsinvestitionen sichern: Für einen Kurswechsel in der Finanz- und Haushaltspolitik“ richteten sich Sozial- und Umweltverbände im April deshalb ebenfalls an die Politik. Statt weiter zu sparen, müssten Regierung und demokratische Opposition verlässliche Möglichkeiten für Investitionen in die Zukunftsfähigkeit des Wirtschaftsstandorts, in den Klimaschutz und in die öffentliche Daseinsvorsorge schaffen.

Mit der aktuellen Finanz- und Haushaltspolitik könne die notwendige Umstellung auf eine klimaneutrale Wirtschaft und Gesellschaft nicht gelingen, so die Verbände. Durch die bereits

erfolgten Einsparungen beim Haushalt 2024 und die absehbaren Kürzungen im nächsten Jahr stünden zentrale Vorhaben, etwa der Ausbau des Schienenverkehrs, die Wärmewende und die Dekarbonisierung der Industrie, auf der Kippe.

Michaela Engelmeier betonte in dem Appell: „Viele Menschen fühlen sich derzeit verunsichert. Nach all dem Zögern muss jetzt Geld für Soziales und Zukunftsinvestitionen in die Hand genommen werden. Dazu brauchen wir endlich eine angemessene Besteuerung von Reichtum und eine Abkehr von der Schuldenbremse. Wir lassen uns unsere Zukunft nicht kaputtsparen!“

Beide Aufrufe sind auf der SoVD-Website im Bereich „Pressemittelungen“ abrufbar. str

Anmeldung zum Lauf im Mai wieder möglich

# Inklusionslauf: neuer Termin am 12. Oktober

Der SoVD-Inklusionslauf soll wieder ein großes Fest werden. Aufgrund organisatorischer Herausforderungen musste der Termin in den Herbst verschoben werden. Der SoVD freut sich, dann viele Teilnehmende begrüßen zu können.

Statt im Frühsommer findet der SoVD-Inklusionslauf in diesem Jahr im Herbst statt. Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, ist die Verschiebung notwendig geworden. Die große, bunte Sportveranstaltung mit vielen verschiedenen Läufen wird nun am Samstag, dem 12. Oktober, auf dem Tempelhofer Feld in Berlin ausgetragen.

Die Anmeldung zum neuen Termin ist im Mai wieder offen und über die Internetseite [www.inklusionslauf.de](http://www.inklusionslauf.de) möglich. Wer sich bereits angemeldet hat, wird vom Veranstaltungsteam des SoVD kontaktiert.

Derzeit laufen die Planungen für das Rahmenprogramm mit vielen Ständen, Unterhaltung und Gesprächen auf der Bühne. Für die gewohnte Inklusionslauf-Atmosphäre mit gelebter Gemeinschaft und Unterstützung und vor allem viel Spaß auf und neben der Strecke sorgen die Teilnehmenden. str



Grafik: Matthias Herrndorff

**Etwas später, aber mit gewohntem Elan findet der Lauf statt.**



Foto: Denny Brückner

**Der Inklusionslauf sorgt für buntes Treiben auf dem Tempelhofer Feld. In diesem Jahr ist es am 12. Oktober so weit.**

## SoVD im Gespräch



Staatspräsident Frank-Walter Steinmeier und die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier.

### Zu Gast im Schloss Bellevue

Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier stellte im April im Schloss Bellevue sein neues Buch „Wir“ vor. Darin setzt er sich mit der deutschen Geschichte, der Demokratie und dem gesellschaftlichen Zusammenhalt auseinander.

Zu den geladenen Gästen gehörte auch die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Sie tauschte sich mit Politiker\*innen und Vertreter\*innen von Nichtregierungsorganisationen aus und warb für die Anliegen des SoVD.

Neben dem Bundespräsidenten

traf sie den Publizisten Michel Friedman, die Bundesvorsitzende der Deutschen Landjugend, Theresa Schmidt, und die Vizepräsidentin des Deutschen Bundestages, Aydan Özoguz.

### Gespräch über Sucht- und Drogenpolitik

Engelmeier traf sich auch mit Burkhard Blienert (SPD). Blienert ist Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen. Sie sprachen über die Cannabisfreigabe und die Suchtproblematik beim Alkoholkonsum.



Treffen in der SoVD-Bundesgeschäftsstelle: Michaela Engelmeier und Burkhard Blienert.

Mehr Menschen brauchen staatliche Leistungen

## Öfter „GruSi“ im Alter

Über 1,2 Millionen Menschen bezogen Ende 2023 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung. Das waren rund zwei Prozent mehr als im Vorjahr, so das Statistische Bundesamt.

Grundsicherung – anders als Bürgergeld – erhalten Personen, die wegen Krankheit oder Behinderung dauerhaft voll erwerbsgemindert sind (zuletzt 43,1 Prozent) oder deren Einkünfte und Vermögen im Alter nicht zum Leben reichen (56,9 Prozent). Die zweite Gruppe hatte deutlichen Zuwachs. Ein Grund seien laut Amt mehr Berechtigte aus der Ukraine, die vor dem Krieg flohen. Ab Juni 2022 bekamen sie „GruSi“, davor Leistungen für Asylbewerber\*innen. *ele/dpa*



**Wir haben geholfen**

## Seniorin vor Rückzahlung von Witwenrente bewahrt

In vielen sozialrechtlichen Fragen kann der SoVD seinen Mitgliedern ganz konkret helfen. In diesem Fall wehrte das Team des Landesverbandes Hessen eine ungerechte Rückforderung ab.

Im Sommer 2023 meldete sich beim SoVD ein 88-jähriges Mitglied. Es hatte überraschend eine Mahnung der Deutschen Rentenversicherung erhalten, mit Androhung eines Gerichtsvollziehers. Die alte Dame war aus allen Wolken gefallen, wusste nicht, warum das so war. Sie konnte sich nicht mehr an frühere Schreiben erinnern.

Die Beratungsstelle in Wiesbaden klärte erst den Hintergrund: Der Bescheid über eine Witwenrente aus dem Jahr 1995 hatte sich 2021, nach über 25 Jahren, als falsch herausgestellt. Die Rentenversicherung hatte dann zunächst, in drei Bescheiden in dem langen Zeitraum, über 15.000 Euro zurückgefordert. Den Betrag reduzierte sie später auf 5.000 Euro. Sie warf der Seniorin grobe Fahrlässigkeit vor: Diese hätte angeblich erkennen müssen, dass der Bescheid falsch war.

Das Mitglied wollte keinen Ärger und erklärte sich zu einer ratenweisen Rückzahlung bereit. Doch dies konnte der SoVD stoppen. „Bei der Rentenversicherung erreichten wir anschließend, dass auf Rückzahlungen komplett verzichtet wird“, berichtet Joachim Doehring, ausgebildeter Rentenberater und Sozialrechtsberater des SoVD Hessen. „Die Behauptung der groben Fahrlässigkeit wurde damit stillschweigend kassiert. Dass der Bescheid falsch war – was nicht einmal die Rentenversicherung selbst bemerkte –, konnte nur ein Experte erkennen, wie wir glaubhaft nachwiesen.“

„Ein schönes Ostergeschenk!“, freute sich die alte Dame – so sehr, dass sie sich unaufgefordert zu einer Spende entschloss.



Joachim Doehring  
Sozialberater LV Hessen



Foto: pikselstock / Adobe Stock

Ob ein Bescheid korrekt ist, können oft nur Fachleute erkennen.

Insbesondere ältere Menschen sollten sich im nahenden Sommer gut schützen

## Hitze als Gesundheitsrisiko

Nach dem wechselhaften April mit großen Temperatursprüngen schien es unwirklich: Der Sommer kommt. Schon im Mai könnte es sehr warm werden. Lange Vorhersagen sind stets unsicher, doch die Sommermonate werden wohl heiß und trocken. Gerade Senior\*innen sollten ihre Gesundheit schonen.

Hitze belastet den Kreislauf. Sehr gefährdet sind über 65-Jährige, Vorerkrankte, Schwangere, Babys und Kleinkinder. Mögliche Folgen sind Schwindel, Verwirrtheit, Erschöpfung oder Hitzschlag. Das Robert Koch-Institut (RKI) berichtet gar von mehr Sterbefällen durch häufigere, längere Hitzewellen.

Die Totenzahl halbieren will das Bundesgesundheitsministerium mit dem Hitzeschutzplan von 2023, den der SoVD begrüßte. Er sieht Maßnahmen der Länder, Städte und Kommunen vor – sowie Arztpraxen in der Pflicht, zu informieren. Doch auch eigene Vorsorge tut Not.

### Leichte Kost, viel Flüssigkeit und eventuell Salz

Schwitzen kühlt den Körper. Mit dem Alter ändern sich aber Stoffwechsel und andere Prozesse. Senior\*innen schwitzen oft weniger und haben selten Durst. So steigt die Gefahr, zu dehydrieren und zu überhitzen.

Zentral ist also, genug zu trinken. Am besten sind Wasser, ungesüßter Tee und Saftschorle, aber nicht eiskalt. Koffein ist

nur in Maßen ratsam, Alkohol gar nicht. Neben Flüssigkeit verliert man bei Hitze auch Natrium. Darum können Brühe oder salzige Speisen gut sein. Generell empfiehlt sich leichte Kost.

### Direkte Sonne vermeiden, Anstrengungen verschieben

Direkte Sonne kann gefährlich sein. Draußen also ab in den Schatten – und an Schutz denken, von Hautcreme über Kopfbedeckung bis Sonnenbrille.

Lassen sich Alltagsabläufe anpassen? Ideal ist, zur heißesten Zeit an einem kühlen Ort zu sein und körperliche Aktivität wie Erledigungen in den Morgen oder Abend zu legen. Die Wohnung sollte sich nicht aufheizen. Lüften ist nur gut, wenn es draußen kälter ist als drinnen; sonst Vorhänge und Jalousien schließen.

Wer Medikamente nimmt, lagert sie kühl und befragt Ärzt\*innen zur Hitzeverträglichkeit. Nichts selbst absetzen! *ele*



Foto: skif / Adobe Stock

Zum Hitzeschutz sollen mehr öffentliche Trinkbrunnen entstehen.

Etliche Untersuchungen übernehmen die Krankenkassen nicht

## Individuelle Leistungen prüfen

Der Patientenbeauftragte der Bundesregierung fordert sogar ein Verbot bestimmter Selbstzahler\*innen-Leistungen. Wie aber fällt man die richtige Entscheidung, wenn einem in der Arztpraxis zu einer solchen „individuellen Gesundheitsleistung“ (IGeL) geraten wird?

Wenn dies im Raum steht, sind viele Patient\*innen verunsichert. Sie fragen sich: Ist der Test, die Untersuchung oder Behandlung für mich sinnvoll? Verhalte ich mich fahrlässig, wenn ich die Leistung ablehne?

### Angebote zum Selbstzahlen erst genau hinterfragen

Ob es um einen Ultraschall der Eierstöcke geht, um eine Behandlung mittels Akupunktur oder eine spezielle Augeninnendruck-Messung: Um eine Antwort für sich selbst zu finden, hilft es, sich die Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) genau erläutern zu lassen. Welchen Nutzen kann mir die Untersuchung persönlich bringen? Wie gut ist die Methode geprüft? Welche Risiken gibt es? Warum genau ist diese Untersuchung oder Behandlung keine Kassenleistung? Und nicht zu vergessen: Was kostet sie mich?

Aufklärung und Information über Selbstzahler\*innen-Leis-

tungen dürfen Ärzt\*innen nicht ans Praxispersonal auslagern, sondern müssen diese Aufgaben selbst übernehmen.

Bevor die IGeL durchgeführt wird, haben Patient\*innen außerdem das Recht auf einen schriftlichen Vertrag, der die einzelnen Leistungen und Kosten auflistet.

Individuelle Gesundheitsleistungen lassen sich der Verbraucherzentrale zufolge grob in zwei Arten unterteilen. Zum einen gibt es Leistungen wie sportmedizinische Untersuchungen, Tattoorentfernungen, Paartherapien oder Reiseimpfungen, die nicht medizinisch notwendig sind. Sie dienen weder der Behandlung noch der Früherkennung von Krankheiten und sind deshalb keine Kassenleistungen.

Die zweite IGeL-Art kommt in der Praxis deutlich häufiger vor: Es sind Leistungen, die die Ärzt\*innen ohne begründeten Krankheitsverdacht oder mit in-

novativen Behandlungsmethoden durchführen. Dazu zählen auch einige Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung, etwa ein Ultraschall der Eierstöcke oder ein PSA-Test, der Hinweise auf Prostata-Tumore geben kann. Derartige Untersuchungen zahlt die Krankenkasse nur dann, wenn ein erhöhtes Erkrankungsrisiko vorliegt, es in der Familie also bereits Fälle von Krebs gibt.

### Portal „IGeL-Monitor“ gibt Orientierung

Ob zu Akupunktur in der Schwangerschaft, Stoßwellentherapie beim Tennisarm oder Krebsfrüherkennungs-Ultraschall: Auf dem Internet-Portal [www.igel-monitor.de](http://www.igel-monitor.de) des Medizinischen Dienstes Bund können Patient\*innen sich über verschiedene Selbstzahler\*innen-Leistungen und deren möglichen Nutzen informieren. Nicht alle Leistungen sind dort bewertet. *veo*

Auszubildende des BBW Stendal haben Frühblüher aufgezogen und eingepflanzt

# Mit Blumen für Farbtupfer gesorgt

Das Berufsbildungswerk (BBW) Stendal ist eine Tochtergesellschaft des SoVD. Hier können junge Menschen mit Beeinträchtigungen Erfahrungen sammeln und Fähigkeiten erlernen, die ihnen die Teilhabe am Arbeitsleben und gesellschaftlichen Leben ermöglichen. Wichtig ist dabei der große Praxisbezug, wie zuletzt bei einer Aktion aus dem Bereich Garten- und Landschaftsbau.

Mit einem kurzentschlossenen Blumengruß überraschte das Berufsbildungswerk (BBW) Stendal im Frühjahr das Stendaler Hospiz. Die Teilnehmenden an der Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme (BvB) aus dem Bereich Garten- und Landschaftsbau um Ausbilderin Lisa Kunke hatten zahlreiche Frühlingsblüher im Gepäck, die die Teilnehmenden einpflanzten und so etwas Farbe in den Außenbereich des Hospizes brachten.



Auszubildende des BBW Stendal pflanzten Frühblüher ein und verschönerten den Außenbereich des örtlichen Hospizes.

## Auszubildende finden passende Beschäftigung

Einer der Beteiligten war der 17-jährige Julian Gerhardt. Nachdem er Ende 2022 seine Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme im BBW Stendal

aus gesundheitlichen Gründen abbrechen musste, setzt er diese seit Januar 2024 wieder fort. Zuvor besuchte er die Sekundarschule in Mieste. Im Rahmen seiner BvB er-

probte sich Julian auch in den Bereichen Bautechnik und Hauswirtschaft, doch seine Auswahl stand für ihn schnell fest: Garten- und Landschaftsbau soll es sein.

## Frühblüher stammen aus dem BBW-Gewächshaus

Dazu sagt er: „Die Arbeit draußen im Grünen macht mir sehr viel Spaß. Und mit den Ausbildern komme ich sehr gut klar. Auch die Aktion im Stendaler Hospiz hat mir viel Spaß gemacht. Schön, dass wir damit anderen eine Freude machen konnten.“

Die Frühblüher für das Hospiz hatten die Auszubildenden in den vergangenen Wochen im Gewächshaus des BBW Stendal natürlich selbst vorgezogen.



Berechnungen zur Bevölkerung

## Zuwachs ist nicht gleich

Die Bevölkerung in Deutschland legt von 2020 bis 2040 statistisch gesehen minimal zu und altert. Zu diesem Ergebnis kommt der neulich vorgestellte „Wegweiser Kommunen“ der Bertelsmann Stiftung. Demnach werden hierzulande in 16 Jahren rund 0,6 Prozent mehr Menschen leben.

Die Entwicklung ist in den Bundesländern unterschiedlich. Laut den Berechnungen der Stiftung liegt die Bevölkerungsentwicklung in den 13 Flächenländern zwischen plus 4,6 Prozent für Baden-Württemberg und minus 12,3 Prozent in Sachsen-Anhalt. In den Stadtstaaten Berlin und Hamburg gibt es mit 5,8 und 3,5 Prozent ein deutliches Plus. Grundlage der Vorausberechnungen sind Geburten, Sterbefälle und Wanderungen. *veo/dpa*

## Wenig bekannter Tipp für ältere Steuerpflichtige – zum Beispiel bei Geschäftsaufgabe

# Einmal im Leben ermäßigte Steuern

Rabatt beim Finanzamt: Das klingt wie ein Scherz. Aber in manchen Fällen kann die Behörde wirklich einmalig den Steuersatz ermäßigen. Das gibt es aber nur für bestimmte Einnahmen und Situationen. Den Antrag stellen können Steuerzahler\*innen, wenn sie Veräußerungsgewinne von höchstens fünf Millionen Euro haben und mindestens 55 Jahre alt oder dauerhaft arbeitsunfähig sind.

Die Vergünstigung ist im ganzen Leben nur einmal möglich. Wann man sie nutzen will und beantragt, sollte man sich deshalb gut überlegen.

Eine häufige und laut Bund der Steuerzahler meist ratsame Situation sei zum Beispiel,

wenn Selbstständige einen eigenen Betrieb aufgeben oder verkaufen oder wenn sie Anteile veräußern. Weil die Einnahmen in dem Jahr besonders hoch sein können, sei der Rabatt dort meist gut eingesetzt. Ziel sei, mehr vom Gewinn für

die private Altersvorsorge einzusetzen zu können.

Den Rabatt gibt es kein zweites Mal. Darauf müssen auch Steuerberater\*innen hinweisen. Denn das gilt sogar, wenn er unberechtigt war, wie etwa in diesem Gerichtsfall: Einem

Zahnarzt hatte das Finanzamt den Rabatt in einem Jahr, in dem eine hohe Steuernachzahlung anstand, „von sich aus“ gewährt, ohne Antrag. Als er Jahre später seinen Anteil an der Gemeinschaftspraxis verkaufte, war die Möglichkeit passé. *ele/dpa*

Studien zeigen positive Effekte

## Berührung lindert Angst

Berührungen können Schmerzen, Depressionen und Ängste bei Erwachsenen und Kindern lindern. Das zeigt eine Auswertung von mehr als 130 internationalen Studien eines Forschungsteams von den Universitäten Bochum, Duisburg-Essen und Amsterdam, die jetzt im Fachblatt „Nature Human Behaviour“ (deutsch = Naturverhalten) veröffentlicht wurde.

„Berührung, die gewünscht ist, verbessert sowohl bei Menschen mit Erkrankungen in klinischen Situationen als auch bei Gesunden das Befinden“, erklärte Studienautor Julian Packheiser vom Institut für Kognitive Neurowissenschaft der Ruhr-Universität Bochum. Die Ergebnisse zeigten, dass kürzere, aber häufigere Berührungen besonders förderlich seien. Berührungen durch Objekte – etwa Roboter, Stofftiere oder Umarmungskissen – führten zu einem ähnlichen körperlichen Nutzen. Das gelte nicht für die Wirkung auf die psychische Gesundheit.

Bei Säuglingen sei es von Bedeutung, dass die Berührung von den Eltern komme, so ein weiteres Ergebnis. Bei Erwachsenen zeigten sich hingegen keine Unterschiede zwischen bekannten Personen und professionellem Personal. *veo/dpa*

## Mehr Einzahlungen aus Sorge vor Armut im Alter – SoVD für starke gesetzliche Rente

# Rekord bei freiwilligen Rentenbeiträgen

Wer über 50 ist und das Geld dafür aufbringen kann, kann freiwillig zusätzliche Beiträge an die Rentenversicherung zahlen. Das reduziert die Abschläge, falls man vorzeitig in den Ruhestand geht – oder erhöht die regulären Ansprüche. Diese Möglichkeit nutzen immer mehr Menschen. Freiwillige Einzahlungen waren 2022 so hoch wie nie. Der SoVD sieht das als Beleg für hohes Vertrauen in die gesetzliche Rente. Zugleich fordert er ein höheres Rentenniveau und den Verzicht darauf, das Renteneintrittsalter zu erhöhen.

Private Zusatzvorsorge wie die Riester-Rente ist wenig beliebt. Aber die Deutschen zahlen immer mehr freiwillige Beiträge in die gesetzliche Rentenversicherung ein. Das geht aus Daten der Deutschen Rentenversicherung (DRV) hervor, die die Bundesregierung auf eine kleine Anfrage der Linken nannte. 2022 betrug die Summe erstmals über eine Milliarde Euro – ein Rekordhoch. Fünf Jahre zuvor, beim Start, waren es nur 207 Millionen Euro. 2023 ist noch nicht ausgewertet.

Das Modell ist eigentlich dafür gedacht, bei einem vorgezogenen Renteneintritt Abschläge auszugleichen. Aber wer bis



Foto: Eric Fahrner / Adobe Stock

Die Deutschen vertrauen der gesetzlichen Rente. Der SoVD erklärt auf [www.die-bessere-rente.de](http://www.die-bessere-rente.de), wie das System noch zu stärken ist.

zur Regelaltersgrenze arbeitet, kann so auch seine Auszahlung erhöhen. Möglich sind die Beiträge ab 50 Jahren. Eine vorige Rentenberatung empfiehlt sich.

Der SoVD sieht den Trend als Bestätigung, dass die Menschen der gesetzlichen Rente vertrauen, und als Auftrag, sie zu stärken. Zugleich zeige es, dass der Wunsch nach einem früheren Rentenbeginn zunehme, so SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Dies bestärkt uns in unserer Forderung, keine weitere Anhebung der Regelaltersgrenze zuzulassen“, ergänzt sie. Auch das Rentenniveau müsse steigen. *ele/str*

# Preisexplosion im Pflegeheim

Die Eltern von Ralf Schäfer leben beide in einem Pflegeheim in Wolfenbüttel. Bislang konnten die beiden die Kosten für ihre Unterbringung aus eigenen Mitteln zahlen. Im vergangenen Jahr erhöhte die Einrichtung den Eigenanteil derart, dass beide Sozialhilfe beantragen mussten – ein Problem, das der SoVD aus seinem Beratungsalltag nur allzu gut kennt.

Als Ralf Schäfer im Mai 2022 Post vom Pflegeheim „Haus am Juliuspark“ in Wolfenbüttel bekommt, traut er seinen Augen kaum: Die Eigenbeteiligung für die Pflege seiner Eltern soll um fast 90 Prozent steigen – für beide zusammen um 2.200 Euro monatlich. „Die Nachricht war wirklich eine Katastrophe“, erinnert sich Schäfer. Seine Mutter und sein Vater leben seit 2020 in dem Heim, beide haben Pflegegrad 4. „Bis zu diesem Zeitpunkt haben wir die Kosten immer alleine bezahlen können. Mir war sofort klar, dass das mit dieser Entgelterhöhung in Zukunft völlig ausgeschlossen ist. Dazu ist fraglich, ob die Gesamtkosten von fast 8.000 Euro monatlich für die beiden, die in einem kleinen Zimmer wohnen, überhaupt leistungsmäßig angemessen sind“, so der 54-Jährige weiter. Er will sich diese Preissteigerung nicht gefallen lassen und wendet sich an den SoVD.

„Hier zeigt sich leider das derzeitige Problem: Viele Einrichtungen erhöhen ihre Preise, und zwar massiv. Der durchschnittliche Eigenanteil für Pflegebedürftige liegt in Niedersachsen bei 2.300 Euro, die Durchschnittsrente hingegen nur bei 1.200 Euro monatlich. Daran wird ja schon deutlich, dass das nicht bezahlbar ist“, erläutert Dirk Swinke, Vorstandsvorsitzender des SoVD in Niedersachsen. Leider könne man da wenig tun. „Die Pflegeheime rechtfertigen die Erhöhung mit gestiegenen Kosten und Löhnen“, weiß Swinke. Dem könne man wenig entgegensetzen.

So ist es auch im Fall von Schäfers Eltern. Auf SoVD-Anfrage begründet der Korian-Konzern, zu dem das „Haus am Juliuspark“ gehört, die Erhöhung mit den exorbitant gestiegenen Sach-, Energie- und Lebensmittelkosten sowie mit der Tatsache, dass die Löhne in der Altenpflege angeglichen wurden. „Natürlich möchte ich, dass die Menschen, die sich um meine Eltern kümmern, fair bezahlt werden. Allerdings herrscht auch in diesem Heim großer Personalmangel. Müsste es da nicht bei den Lohnzahlungen große Einsparungen geben?“, fragt sich Schäfer.

## Viele Pflegebedürftige sind auf Sozialhilfe angewiesen

Für die Schäfers bedeutet die neue Situation, dass zunächst das eigene Vermögen – bis auf einen Schonbetrag von 10.000 Euro pro Person – komplett aufgebraucht werden muss, danach bleibt für den Sohn, als Vertreter seiner schwerkranken Eltern, nur der Gang zum Sozialamt.

„Zu uns in die Beratung kommen immer mehr verzweifelte Mitglieder, die sich in der gleichen Situation befinden. Für viele ist die Beantragung von Sozialhilfe sehr schambesetzt. Sie haben ihr Leben lang gearbeitet und müssen jetzt staatliche Leistungen beziehen. Das ist meistens sehr problematisch“, erklärt Swinke. Ähnlich war es auch bei den Schäfers: „Meine Eltern wissen zwar, dass wir Sozialhilfe beantragt haben, aber im Großen und Ganzen versuchen wir, das Thema von ihnen fernzuhalten.“

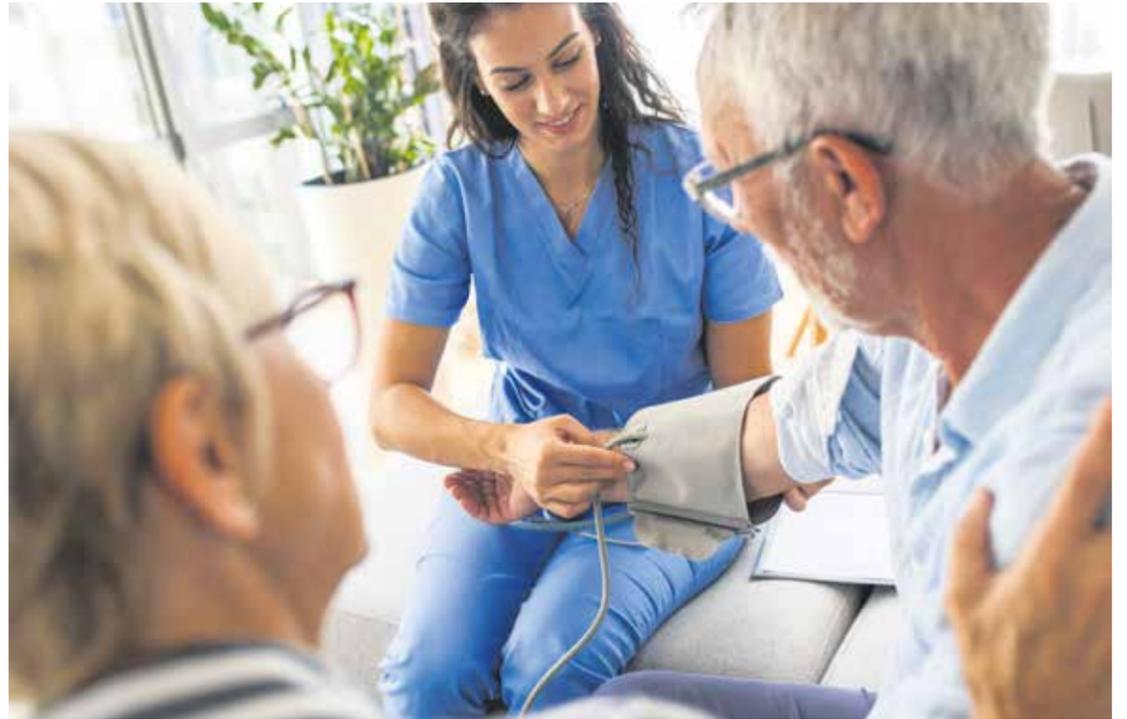


Foto: Zoran Zeremski / Adobe Stock

**Enorme Kostensteigerung: Ralf Schäfers Eltern werden in einem Pflegeheim in Wolfenbüttel betreut. Der Eigenanteil für die Plätze der beiden hat sich fast verdoppelt.**

Seit Januar 2023 wird der Eigenanteil der beiden Senior\*innen nun mit Sozialhilfe aufgestockt. Die Beantragung hat Schäfer allein übernommen und spricht in dem Zusammenhang von einem „wahnsinnigen Verwaltungsaufwand“. „Ich habe zum Teil 50 bis 60 Seiten kopiert, weil wir alles offenlegen mussten. Manchmal habe ich gerade einen Antrag fertig, da kann ich mich schon wieder wegen einer Rentenerhöhung um eine Weitergewährung kümmern“, berichtet er.

„Da steckt wirklich irrsinnig viel Papierkram hinter“, bestätigt Swinke. Deshalb helfe der SoVD auch bei der Beantragung von Sozialhilfe und beim Einle-

gen von Widersprüchen. „Viele Betroffene sind überfordert und brauchen einfach Unterstützung“, weiß er. Doch für den SoVD-Vorstandsvorsitzenden ist damit die Ursache nicht behoben. „Wir doktern momentan nur an den Symptomen herum. Fakt ist: Die Höhe der Eigenanteile muss runter. Es kann nicht sein, dass wir den Großteil der Heimbewohner\*innen zum Sozialamt schicken“, betont Swinke. Deshalb müsse die Politik endlich aktiv werden. „Das ganze Pflegesystem muss auf den Kopf gestellt werden. Das geht aber natürlich nicht von heute auf morgen. Die Regierung könnte aber immerhin dafür sorgen, dass die Investitions-

kosten wieder vom Land übernommen werden. Das wäre eine schnelle Lösung und würde den Eigenanteil senken“, so der niedersächsische SoVD-Chef. *sj*

## SOVD-KAMPAGNE

Mit seiner aktuellen Kampagne „Für mehr Miteinander“ setzt sich der SoVD-Landesverband Niedersachsen für einen stärkeren gesellschaftlichen Zusammenhalt ein. Ab Mai nimmt er das Thema Pflege besonders in den Fokus. Details zur Kampagne sind auf der Internetseite [www.fuer-mehr-miteinander.de](http://www.fuer-mehr-miteinander.de) abrufbar.

## „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](http://www.sovd-nds.de/sov-d-app)

### Download der App:



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

# SOVD

Empfang der Stadt Magdeburg anlässlich des Internationalen Frauentages 2024

# Frauenrechte täglich einfordern

**Sachsen-Anhalt** Die Oberbürgermeisterin der Landeshauptstadt Magdeburg, Simone Borris, hatte zu einem Empfang anlässlich des Internationalen Frauentages in das Opernhaus eingeladen. 600 Frauen und auch einige Männer waren gekommen. Unter den Gästen waren auch gehörlose Frauen sowie Frauen aus Syrien, Afghanistan, Iran und der Ukraine.

Die Gleichstellungsbeauftragte Heike Ponitka und die Moderatorin Daria Kinga Majewski begrüßten die Anwesenden der Frauentagsfeier und stellten die Gebärdendolmetscherinnen Josephine Jörke und Claudia Rautmann vor.

Oberbürgermeisterin Simone Borris bedankte sich beim gesamten Team des Opernhauses, dass sie diesen Tag begleiten durfte. Des Weiteren hielt sie Rückschau auf das zurückliegende Jahr und gab die Situation der aktuellen Gleichstellungsarbeit in der Stadt mit einer Fotopräsentation wider.

Der Empfang zum 8. März stand ganz im Zeichen der Vereinbarkeit von Familie, Beruf und Ehrenamt. Lebenszeit ist eine begrenzte Ressource. Die Frage, wie viel Zeit Frauen neben der Familie für Beruf und Ehrenamt aufbringen können, ist eine Frage nach gesellschaftlicher und beruflicher Teilhabe und damit eine zentrale Gerechtigkeitsfrage.

Weiter betonte sie, dass sie sich als Oberbürgermeisterin konsequent für die Durchsetzung der Gleichstellung von Frau und Mann in der Stadtverwaltung einsetze. „Frauenrechte müssen benannt, tagtäglich eingefordert werden und ich freue mich, dass ich als Frau das Amt des Oberbürgermeisters einer Landeshauptstadt bekleide“, so Borris wörtlich. In ihrer Rede lobte sie auch die gute Zusammenarbeit mit dem Amt



alle Fotos: Monika Lück

**V. li.: Daria Kinga Majewski im Gespräch mit Anja Hoffmann und Ronny Krugi**

für Gleichstellung und dankte der Gleichstellungsbeauftragten für ihr Engagement mit den Netzwerken.

Die stellvertretende Theaterintendantin Bettina Pesch ging auf den historischen Ursprung des 8. März ein und spannte einen Bogen bis in die Gegenwart. Danach übergab sie das Wort an die Gleichstellungsbeauftragte des Theaters, Bettina Schneider, die über ihre Arbeit am Theater berichtete. So haben die Mitarbeiter\*innen Ansprechpartner\*innen für Gleichstellung in den Bereichen Musiktheater, Ballett, Konzert und Schauspiel. Somit erreichen sie alle Mitarbeitenden aus allen Sparten.

Es folgte ein moderiertes Gespräch mit Ronni Krug, Beigeordneter der Landeshauptstadt, zu Schwerpunkten des neuen Frauenförderplanes und zum Thema Sicherheit in der Stadt. Er berichtete, dass der Frauen- und Gleichstellungsplan zwei Jahre Gültigkeit hat. Zum Thema Gleichstellung machte er auch deutlich, dass es immer noch Berufe gibt, in denen überwiegend Männer tätig sind, zum Beispiel Führungskräfte bei der Berufsfeuerwehr. Positiv konnte er aufzeigen, dass derzeit zwei Frauen die Ausbildung zur Straßenwärterin absolvieren, ein typischer Männerberuf.

Ronni Krug stellte fest, dass Magdeburg prinzipiell eine sichere und saubere Stadt sei. Das bestätigte im Gespräch auch Anja Hoffmann von der

Teamleitung „Aus und Fortbildung“.

Umrahmt wurde die Veranstaltung durch mehrere Musikbeiträge des Theaterensembles „Arie“ mit Tenor Adrian Domarecki und Pawel Poptawski am Flügel.

Begleitet wurde die Veranstaltung durch die Ausstellung des Facharbeitskreises Mädchenarbeit Magdeburg „ICH BIN ICH“ mit Bildern, die anlässlich des Weltmädchentages 2023 entstanden sind.

„Der Empfang im Opernhaus, die Ausstellung und die interessanten Gespräche mit den anwesenden Frauen waren für mich eine gelungene Veranstaltung anlässlich des Internationalen Frauentages“, resümierte SoVD-Landesfrauensprecherin Monika Lück.



**Das Musikprogramm wurde unter anderem von Tenor Adrian Domarecki bestritten.**



**V. li.: Moderatorin Daria Kinga Majewski und Gleichstellungsbeauftragte Heike Ponitka.**



## Editorial

Liebe Mitglieder,



Joachim Heinrich

*immer mehr Menschen, die in einem Pflegeheim zu Hause sind, weil sie anderswo nicht leben wollen oder können, beklagen sich angesichts steigender Pflegekosten, die sie nicht mehr bezahlen können. Wer Grundsicherung beziehen muss, weil er sich die Pflege nicht mehr leisten kann, lebt nur noch von einem kleinen Taschengeld – das ist menschenunwürdig. Oftmals handelt es sich um Frauen, die ihr Leben lang als Kassiererin im Supermarkt, Friseurin oder als Reinigungskraft gearbeitet haben.*

*Harte Arbeit, die die Menschen gefordert hat, aber für eine angemessene Rente reicht sie trotzdem nicht. Hier kann und müssen die drei Landesregierungen in Mitteldeutschland Abhilfe leisten. Bis 2010 haben einzelne Länder Betroffenen einen Zuschlag in Höhe der Investitionskosten gezahlt (einkommensabhängige Einzelfallförderung), damit das Abrutschen in die Grundsicherung vermieden wird. Gerade in der jetzt schwierigen Zeit wäre die Wiederaufnahme dieser Förderung nicht nur ein Signal der Menschlichkeit, sondern auch ein gesellschaftsnotwendiger Wink: „Wir haben Euch nicht vergessen.“*

*Wer heute einkauft, der merkt spätestens beim Bezahlen, dass alles sehr viel teurer geworden ist. Daher appellieren wir erneut an den Bundesgesetzgeber: Die Rentnerinnen und Rentner dürfen nicht vergessen und weiter abgehängt werden! Auch für sie muss es einen Inflationsausgleich geben und ein 29-Euro-Ticket für die Bahnfahrt. Für Bedürftige sollte der ÖPNV kostenfrei sein. Dass der Weg hin zu einem senioren gerechten Land noch lang ist, merkt man zuweilen auch an der Kasse in vielen Supermärkten – sichtbar langsame Senior\*innen werden zu höchster Eile getrieben und geraten in unnötigen Stress.*

*Und auch die Kleinsten und ihre Eltern haben Sorgen: Kinder sind unsere Zukunftssicherung und haben, wie alle anderen auch, ein Recht auf Gesundheit. Doch die Versorgung mit Kinderärzt\*innen entspricht noch immer nicht dem Bedarf. Die Kassenärztlichen Vereinigungen Sachsen, Thüringen und Sachsen-Anhalt müssen hier gemeinsam mit den Landkreisen und Kommunen stärker wirksam werden. Und die Arztpraxen müssen entsprechend der UN-Behindertenrechtskonvention barrierefrei zugänglich sein. Der SoVD fordert das schon lange.*

**Joachim Heinrich,  
Mitglied des Landesvorstandes,  
Vorsitzender des Sozialpolitischen Ausschusses**

## Härtefallfonds: Frist verlängert bis Oktober

**Thüringen** Zur Bewältigung der Energiekrise und zur Überwindung der Folgen der Corona-Pandemie wurde im vergangenen Jahr ein Härtefallfonds eingerichtet, der private Haushalte bei drohender Unterbrechung der Energieversorgung unterstützen soll. Betroffene können weiterhin mithilfe der Thüringer Verbraucherinsolvenzstellen ([justiz.thueringen.de/themen/verbraucherinsolvenz/adressen](http://justiz.thueringen.de/themen/verbraucherinsolvenz/adressen)) bis 31. Oktober Anträge stellen. In einer Erstberatung wird die finanzielle Notlage eingeschätzt und vorgeprüft. Auf dieser Grundlage erfolgt dann die Antragstellung direkt vor Ort. Das Antragsverfahren wird anschließend beim Thüringer Landesverwaltungsamt weiterbearbeitet und im Falle eines positiven Bescheids erfolgt die Auszahlung. Die finanzielle Unterstützung erfolgt einmalig und es sind keine wiederholten Anträge möglich.

Quelle: Thüringer Ministerium für Soziales



## Aus den Orts- und Kreisverbänden



Kreisverband Wernigerode



### Kreisverband Wernigerode

Am 5. März hatte der SoVD Wernigerode anlässlich des Weltfrauentages zu einer Veranstaltung geladen. In ihrer Rede sagte Frauensprecherin Margot Hoppe: „Schon seit vielen Jahren ist es Tradition in unserem Kreisverband, den Weltfrauentag zu begehen. Da kommt manchmal die Frage auf: Noch so ein Gedenktag – brauchen wir den trotz 106 Jahren Frauenwahlrecht? Doch, ja!“ Der Weltfrauentag sei wichtig als Bewusstseins-Anker, denn

noch längst sei in Deutschland, aber auch weltweit nicht alles erreicht, was vor über 106 Jahren gefordert wurde. Margot Hoppe erinnerte an die vielen Aktivitäten des Kreisverbandes im Jahre 2023. Dank vieler aktiver Frauen im SoVD Wernigerode könne mit Stolz von einem vielfältigen Vereinsleben berichtet werden.

Nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken überraschte der Vorstand die Anwesenden mit einer Tombola, bei der jedes Los gewann.

Mit einem Dank an die Vorsitzende Birgit Junktorius und an das Team des Harzer Kultur und Kongressshotel Wernigerode, wo die Veranstaltung stattfand, ging der Tag zu Ende.

(Auf dem li. Foto, v. l.: Monika Heiland und Eva Schrader, auf dem re. Foto: Margot Hoppe und Inge Reinfelder.)

### Ortsverband Genthin

Den Frauentag nahmen Mitglieder des Genthiner SoVD-Ortsverbandes zum Anlass, am Mahnmal in Genthin-Wald einen Gedenkkranz niederzulegen.

Die Gedenkstätte erinnert an die ausländischen Zwangsarbeiterinnen des Rüstungsbetriebes der Silva-Metallwerke, einer Außenstelle des Konzentrationslagers Ravensbrück, die hier ermordet wurden. „Zum Gedenken hatte die Bildhauerin Ursula Schneider-Schmidt 1965 die Anlage entworfen, zu der die Bronzestatue einer Frau gehörte“, erzählte Landesfrauensprecherin Monika Lück, und ergänzte, dass diese 2013 leider gestohlen wurde und nicht ersetzt werden konnte.



2 Fotos: Monika Lück

Kreisverband Genthin



## 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, Ansprechpartner: Michael Fahr.

### 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.

### Sachsen

#### Sozialberatung

Sprechstunden siehe Thüringen.

### Sachsen-Anhalt

#### Sozialberatung

Siehe Landesgeschäftsstelle.

### Kreisverband Altmark Ost

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

### Kreisverband Anhalt-Bitterfeld

Bitte an die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg 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 Halberstadt

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

mittwochs 16–18 Uhr.

### Kreisverband Halle (Saale) / Saalkreis

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

Lindenstraße 5, 39307 Genthin, Tel.: 0160/42 13 163 (mobil). Sprechstunde: jeden ersten Dienstag im Monat, 10–12 Uhr.

### Kreisverband Oschersleben

Schöninger Straße 11, 39387 Oschersleben, Tel.: 0391/2538897. Sprechzeiten nach vorheriger Absprache, letzter Mittwoch im Quartal von 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 Wer-

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

### Kreisverband Wanzleben

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

### Ortsverband Blankenburg

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



## Termine

### Kreisverband Wernigerode

14. Mai: Tagesausflug nach Wendefurth zur Floßfahrt, Einkehr ins Café Marienhof in Neinstedt, Anmeldung erforderlich unter Tel.: 03943/63 26 31.

### Kreisverband Halle

15. Mai, 14 Uhr: Mitgliederversammlung, Gesundheitszentrum Silberhöhe, 4. Etage, Tagungsraum, Wilhelm-von-Klewitz-Straße 11, 06132 Halle.

Deutsche Leberstiftung plädiert für Prävention und Früherkennung

## Lebertumor frühzeitig entdecken

**Die Zahl der Tumorerkrankungen der Leber, die eine hohe Sterblichkeitsrate haben, steigt. Deshalb ist es ratsam, als Vorsorge das einmalige Screening auf Hepatitis B und C zu nutzen. Hepatitis ist ein Risikofaktor für die Leber. Aber auch Übergewicht begünstigt Lebertumore.**

Gesundheitsprobleme, die seit Jahren immer größer werden und zu Lebererkrankungen – immer häufiger auch zu Lebertumoren – führen können, sind Übergewicht und Fettleibigkeit (Adipositas). Eine aktuelle Datenauswertung der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) belegt, dass sich der Anteil der Betroffenen zwischen 2012 und 2022 um circa 30 Prozent erhöhte: Jeder Neunte in Deutschland ist fettleibig (adipös). Auch bei Kindern und Jugendlichen ist der Anstieg alarmierend. Je höher das Körpergewicht, desto höher ist das Risiko für ernsthafte Folgeerkrankungen wie einer steatotischen Lebererkrankung (SLD, auch als Fettlebererkrankung bezeichnet), von der bereits jeder Vierte hierzulande betroffen ist. Vier Prozent haben sogar eine aufgrund einer Stoffwechselstörung entzündete Leber, also eine Metabolische dysfunktions-assoziierte Steatohepatitis (Metabolic dysfunction-associated steatohepatitis – MASH). Bei den meisten chronischen Lebererkrankungen ist das Risiko einer Tumorbildung im Stadium einer Leberzirrhose erhöht: Es kann sich ein Leberzellkrebs entwickeln (Hepatocelluläres Karzinom, HCC). Bei der MASH kann HCC jedoch schon auftreten, bevor eine Zirrhose vorliegt.

### Mit gesunder Lebensweise Lebertumoren vorbeugen

„Wie viele andere Krebserkrankungen können auch Lebertumoren oftmals vermieden werden. Beispielsweise ist Adipositas eine Erkrankung, die viele Ursachen haben kann. Deshalb sollten Betroffene gemeinsam mit ihrem Hausarzt abklären, ob aufgrund des Gewichts gesundheitliche Risiken bestehen und beispielsweise eine mögliche Lebererkrankung thematisieren und abklären“, erklärt Prof. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung und nennt einige weitere Faktoren, mit denen das Risiko für Leberzelltumoren gesenkt werden kann: „Einen Schutzfaktor bietet die Hepatitis B-Impfung. Der Alkoholkonsum sollte eingeschränkt,



Foto: Rabizo Anatoli / Adobe Stock

**Wenn eine Blutuntersuchung erhöhte Leberwerte anzeigt, ist eine Ultraschalluntersuchung der nächste Schritt zur Diagnose.**

Übergewicht reduziert und mehr Bewegung in den Alltag integriert werden. Ein bestehender Diabetes mellitus sollte sorgfältig eingestellt werden und auch weitere leberschädigende Grunderkrankungen sollten frühzeitig und regelmäßig behandelt werden. Hepatitis-Virusinfektionen sollten gemäß den aktuellen Leitlinien therapiert werden. Und der Verzehr von täglich mindestens vier Tassen Kaffee senkt das Risiko für das Metabolische Syndrom und die Entstehung einer dadurch bedingten steatotischen Lebererkrankung, die Entwicklung einer Leberzirrhose sowie die Entstehung von Leberzellkrebs bei allen Lebererkrankungen.“

### Früherkennung steigert die Behandlungserfolge

In den letzten Jahren haben sich die Behandlungsmöglichkeiten beim fortgeschrittenen Leberkarzinom mit der Verfügbarkeit von immunmodulatorischen Therapien bereits verbessert und mittlerweile stehen systemische Therapien zur Verfügung, die in die Signalwege für das Tumorstadium eingreifen. Zudem ermöglichen die sogenannten Immun-Checkpoint-Inhibitoren das gezielte Aktivieren des Immunsystems zur Erkennung und Beseitigung der Krebszellen. Der zeitlich versetzte Einsatz verschiedener Therapieformen verbessert die Prognose von betroffenen Patient\*innen.

Der wichtigste Aspekt für den Erfolg einer Therapie von Lebertumoren ist nach wie vor die Früherkennung; dann sind sie in der Regel besser therapierbar und manchmal sogar heilbar.

### Weitere Informationen auf der Webseite der Stiftung

Die Deutsche Leberstiftung bietet Kurzbroschüren zu den Themen „Leber und Krebs“ sowie „Krebs der Gallenwege und der Gallenblase (CCA)“ an, die kostenfrei bestellt oder unter [www.deutsche-leberstiftung.de](http://www.deutsche-leberstiftung.de) heruntergeladen werden können.

Auf der Website gibt es umfangreiche Informationen sowie Bildmaterial für Betroffene und Interessierte unter: [www.deutsche-leberstiftung.de](http://www.deutsche-leberstiftung.de).

Quelle: Deutsche Leberstiftung



Foto: Friends Stock / Adobe Stock

**Nicht nur Alkohol schädigt die Leber, sondern auch fett- und zuckerreiche Ernährung.**



## Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde,

wenn Sie diese Zeilen lesen, hat sich die Hoffnung auf einen Osterfrieden in Europa und im Nahen Osten nicht erfüllt. Auch die Spaltung unserer Gesellschaft in Deutschland ist nicht weniger geworden, eher mehr.

Die von vielen Seiten verkündete Solidarität zwischen den Menschen in unserer Heimat ist nach wie vor ein zartes verletzliches Pflänzchen.

Zu denen, die diese Solidarität aktiv einfordern und mitgestalten gehört in allen Bundesländern unser SoVD.

Ganz im Sinne unserer Verbandsgründer und in Übereinstimmung mit unserem Grundgesetz fordern wir von allen Menschen in unserem Land ein solidarisches Verhalten und Miteinander und von allen politisch Verantwortungstragenden den aktiven, beispielhaften und vorangehenden Einsatz für ein respektvolles Miteinander von Frauen und Männern in allen Lebensaltern und in allen gesellschaftlichen Bereichen.

Der SoVD ist das soziale Gewissen der Politik. Unser Bestreben ist es, unüberhörbar und kompetent nicht hinnehmbare soziale Problemlagen in Deutschland aufzudecken, Lösungen anzubieten und einzufordern.

Im Herbst 2023 haben wir auf unserem Bundesverbandstag dafür ein neues Sozialpolitisches Programm verabschiedet und dessen zentrale Ideen in einer Resolution zusammengefasst.

Beides haben wir unseren Gliederungen zur Verfügung gestellt.

Wir wissen, in vielen Gesprächen, Diskussionen und Veranstaltungen vermitteln unsere Mitglieder im Ehren- wie auch im Hauptamt, auch anhand dieser Materialien, die Positionen des SoVD und gewinnen Mitstreiterinnen und Mitstreiter.

Die aktuelle politische, sozialpolitische und gesellschaftspolitische Lage erfordert noch mehr Engagement, noch mehr Einsatz, noch mehr Erweiterung persönlicher Gesprächs- und Diskussionskompetenz.

Die permanente Nutzung dieser beiden Materialien ist dafür eine gute Basis, die aber ergänzt werden muss durch eine permanente Aus- und Weiterbildung im Ehren- wie auch im Hauptamt. Dafür bietet der Verband auf allen Ebenen Möglichkeiten an. Wenden Sie sich bitte an Ihre Kreis- beziehungsweise Landesverbände. Lassen Sie sich zu den interessanten Veranstaltungen des Bundesverbandes und der Landesverbände delegieren, die Ihnen Wissen und Fähigkeiten vermitteln.

Erweitern Sie Ihre persönliche Kompetenz und helfen Sie mit, die Wahrnehmung unseres Verbandes als des Sozialverbandes in Deutschland zu verstärken. Kommen Sie zu uns! Ich wünsche Ihnen Kraft und Freude für Ihr aktives Engagement im SoVD unter dem Motto: Wer, wenn nicht wir!

Ihr Dr. Helmhold Seidlein,  
1. Landesvorsitzender

## Umbau wird gefördert

Das Landesförderinstitut nimmt wieder Förderanträge zum Umbau von Wohnungen an, durch den Barrieren reduziert werden. Mit einem Zuschuss von bis zu 4.500 Euro je Wohnung werden beispielsweise bauliche Maßnahmen zur Verbesserung der Zugänglichkeit von Wohngebäuden, Wohnungen oder Räumen gefördert, ebenso Verbreiterungen von Türdurchgängen oder der Barrieren reduzierende Umbau von Bädern.

Weitere Informationen zum Programm gibt es im Internet unter: [www.lfi-mv.de/foerderfinder](http://www.lfi-mv.de/foerderfinder).

Quelle: Ministerium für Inneres, Bau und Digitalisierung

## 5 Termine



Wellnhofer Designs/Adobe Stock

### Kreisverband Schwerin

7. Mai, 17 Uhr: Vorstandssitzung, Büro der Geschäftsstelle.  
8. Mai: Tagesausflug nach Warnemünde mit Schifffahrt nach Kühlungsborn, Abfahrt 8.30 Uhr: Von-Stauffenberg-Str., Bushaltestelle am Kiosk, 8.45 Uhr: Lessingstr., Bushaltestelle Edeka-Markt, 9 Uhr: Hbf. Grunthalplatz, 9.15 Uhr: Lankow Siedlung, Buswendeschleife, Preis p. P. 55 Euro; alle Infos unter: [www.sovd-schwerin.de](http://www.sovd-schwerin.de).

13. Mai, 17 Uhr: Mitgliederversammlung mit Einladung des Seniorensport ARGUS e. V., Quartier Friedrich's, Friedrich-Engels-Straße 38, 19061 Schwerin.

**Vorschau:** 14. Juni: Tagesfahrt nach Berlin mit Reichstagsbesichtigung und Stadtrundfahrt. Abfahrt 5.30 Uhr: Hbf. Grunthalplatz, 5.45 Uhr: Lessingstraße, 6 Uhr: Von-Stauffenberg-Straße, Bushaltestelle am Kiosk. Gespräch mit Reem Alabali-Radovan (MdB, SPD), Reichstagsbesichtigung mit Kuppel, Mittagessen, Stadtrundfahrt. Rückkehr in Schwerin gegen 19 oder 20 Uhr. Preis p. P. (auch für Nichtmitglieder) inklusive Mittagessen und Eintritt 10 Euro (**passend** im Bus zu zahlen).

**Anmeldung erforderlich** bei Andrea Preuß-Borowsky per SMS, Whatsapp oder Tel.: 0152 / 52 13 20 93 oder E-Mail an: [a.preussborowsky@outlook.com](mailto:a.preussborowsky@outlook.com). Angaben bei der Buchung: Vor- und Zuname aller Reisegäste (so wie im Lichtbilddokument eingetragen), Geburtsdatum, Telefonnummer, gewünschter Zustieg, Angabe einer eventuellen Gehilfe. Nach mündlicher Teilnahmebestätigung seitens der Kreisvorsitzenden ist die Fahrt verbindlich gebucht.

## Rechtsberatung

**Greifswald:** 14. Mai; **Bergen (Rügen) / Stralsund:** 28. Mai. Es berät Donald Nimsch.

**Güstrow / Schwerin:** 29. Mai. 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 Demmin:** Schützenstraße 1 A, Raum 3, Friesenhalde, 17109 Demmin, Tel. über Rostock unter: 0381 / 76 01 090.

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

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

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

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

**Kreisverband Nordvorpommern:** Straße der Solidarität 69, 18507 Grimmen, Tel.: 038326 / 46 52 31.

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

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

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

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

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

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

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

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



## Aus den Orts- und Kreisverbänden

### Kreisverband Rostock

Anlässlich des Internationalen Frauentages am 8. März hatte der Kreisverband die Frauen zum Mittagessen eingeladen. Jede der Anwesenden wurde mit einer Rose bedacht. Treffpunkt war die Gaststätte „Pekingente“ am 14. März im Stadtteil Lütten Klein. Beim traditionellen Büfettessen konnte jede das essen, wozu sie Lust hatte. Das gab Gelegenheit zu guten Gesprächen. Die Frauen unterhielten sich über alltägliche Dinge, die Frauen betreffen, aber auch über die gegenwärtige Politik. In der Runde konnten auch neue Mitglieder des Kreisverbandes begrüßt werden. Es war eine schöne Frauentagsveranstaltung. Dafür gilt der Dank an die Organisatorinnen und an das Team der „Pekingente“.

### Kreisverband Schwerin

Der SoVD-Kreisverband Schwerin war im März wieder sehr aktiv.

Am 5. März nahm die Kreisvorsitzende Andrea Preuß-Borowsky am Frauentagsempfang der SPD mit Ministerpräsidentin Manuela Schwesig teil, auf dem auch die Schweriner Kreisvorsitzende Mandy Pfeifer und das Mitglied des Bundestages, Reem Alabali-Radovan (SPD) (*s. linkes Foto unten*) anwesend waren. (*Auf dem rechten Foto unten, v. li.: Iris Reckling vom Kompetenzzentrum Haus der Begegnung, Manuela Schwesig, Annegret Bemann, Vorsitzende des Haus der Begegnung, Andrea Preuß-Borowsky und Mandy Pfeifer.*)

Am 11. März stand das monatliche Mitgliedertreffen im Quartier Friedrich's unter dem Motto „Wissenswertes und Kurioses rund um den Spargel“. Eigentlich war im Programm der Vortrag eines Spargelbauern vorgesehen, aber wegen Personalknappheit kam das nicht zustande. Dafür übernahmen zwei Mitglieder die Initiative



Kreisverband Schwerin



### Kreisverband Rostock

und begeisterten mit ihrer Power-Point-Präsentation und einem Wissensquiz das Publikum. Die Gewinner\*innen erhielten kleine Präsente, passend zum Thema.

Im Anschluss wurde verkündet, dass der Kreisverband jetzt auch eine Facebook-Seite hat und es wurden vier kommende Tagesfahrten des Kreisverbandes Schwerin vorgestellt, zu denen es zeitnah genauere Infos in dieser Zeitung und im Internet geben wird.

Am 19. März hatte Ministerpräsidentin Manuela Schwesig zum Bürgerforum der SPD geladen (*s. Foto rechts*), um über das Erreichte der letzten zweieinhalb Jahre zu berichten. Unter anderem wurde das Senorenticket eingeführt, über 700 neue Erzieher\*innen und 2.400 Lehrkräfte eingestellt und der Frauentag als gesetzlicher Feiertag durchgesetzt.

Am 21. März eröffnete im Ärztehaus in Lankow die erste Wohnberatungsstelle. Mit ihrem kostenfreien Angebot richtet sie sich an Menschen in allen Lebenslagen. Fragen rund ums Thema barrierefreies Wohnen werden bearbeitet, damit vor allem im Alter ein selbstbestimmtes Leben möglich ist. Das Projekt unter der wissenschaftlichen Leitung der

Universitätsmedizin Greifswald wird aus Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern realisiert. Der SoVD Schwerin strebt eine Kooperation an.

Am 25. März gab es ein Kooperationsgespräch des SoVD Schwerin mit der Perspektive Arbeit & Gesundheit (PAG). Sie fördert die Gestaltung gesunder Arbeitsbedingungen in der Metropolregion Hamburg. Beschäftigte werden in belastenden Arbeitssituationen beraten. Betriebliche Akteurinnen und Akteure werden unterstützt bei der Gestaltung gesundheitsgerechter Arbeitsbedingungen im Betrieb. Zukünftig werden „PAG“ und der SoVD-Kreisverband Schwerin kooperieren.



Kreisverband Schwerin



Kreisverband Schwerin

**Briefe an die Redaktion**

# „Rentner hätten auch gern Inflationsausgleich“

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

**Dr. Jürgen Zander aus Holtsee schreibt zum März-Titelthema „Debatte um Rente mit 63“ zynisch und zur SoVD-Forderung nach einer Erwerbstätigenversicherung, in die alle einzahlen:**

Der Verband setzt sich für einen Wert des Rentenniveaus von 53 Prozent ein. Pensionäre erhalten dagegen bis zu 71,5 des letzten Ruhegehaltes und natürlich weiß ich, Beamte [...] haben auch andere Kosten. Trotzdem schneiden Beamte immer besser ab, sowohl in der aktiven Berufsphase wie auch später als Pensionär. Daher sollte die Ungleichheit dieser Systeme der SoVD zum Thema machen. Wie zum Beispiel, dass Beamte den Inflationsausgleich erhalten, Angestellte nicht. Oder

auch noch Höhergruppierungen bei Beamten zum Ende des Berufslebens, mit beachtlichen Vorteilen für die Höhe der Pension.

**Ebenfalls zur Rente, in der April-Ausgabe mit dem Rentenpaket II erneut Titel, meint Christa Becker aus Bremen:**

Die Regierung beklagt, dass sie Zuschüsse in die Rentenkasse zahlen muss. Diese [...] sind aber nichts anderes als eine minimale Schuldentilgung. Die Kasse wurde immer (schon zu Adenauers Zeiten) geplündert, viele Fremdleistungen daraus finanziert. Mit Zins und Zinseszins schuldet der Staat der Rentenkasse ca. 900 Milliarden Euro! Man sollte diese Zweckentfremdung der

Rentenkasse mal vor das Verfassungsgericht bringen, wie bei den Corona-Hilfen.

Wir Rentner hätten auch gerne den Inflationsausgleich von 3.000 Euro und es wäre nötig bei den gestiegenen Kosten.

**Beim gleichen Thema meint auch Mitglied Cornelia Stolze aus Hamburg über Einsparungen bei den staatlichen Rentenzuschüssen:**

Ist es nicht so, dass seit 1957 versicherungsfremde Leistungen in mehrstelliger Milliardenhöhe aus der Rentenkasse entnommen wurden? [...] Jede Versicherung achtet darauf, dass die Leistung nur den Versicherungsbeitragszahlern zur Verfügung steht!



Foto: Peter Maszlen / Adobe Stock

**Oft fällt die Rente nur klein aus. Dann spüren gerade viele ältere Menschen die gestiegenen Preise besonders stark.**

**Zum Artikel „Vor- und Nachteile beim Hausarztmodell“, Seite 9 der März-Ausgabe, kritisiert Karin Schäffer (per E-Mail):**  
Das ist reine Geldschinderei!

Die Kassen jammern permanent über zu hohe Ausgaben und hier bezahlen sie freiwillig 2 Rechnungen? Erst den Hausarzt und ein 2. Mal den Facharzt.

**Anzeige**

**Reisetipp**

**Seniorenurlaub**  
in das Allgäu und an die Ostsee

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

**Naturpark Spessart**

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

HP ab 65€

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

Landhotel Spessarttruh | Wiesenerstr.129 | 97833 Frammersbach, Bayern  
Tel. 09355-7443 | [www.landhotel-spessarttruh.de](http://www.landhotel-spessarttruh.de) | [landhotel@spessarttruh.de](mailto:landhotel@spessarttruh.de)

**Teutoburger Wald**

Bad Salzuffen FeWo an der Promenade, 1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse.  
☎ 0 52 22 / 1 52 17 | [feiwobadsalzuffen@gmail.com](mailto:feiwobadsalzuffen@gmail.com)

**Gesucht & Gefunden**

**Treppenlift**

Bundesweiter Service, 24 Stunden, 365 Tage im Jahr

Auch zur Miete

Service bundesweit  
Kurze Lieferzeiten  
Sehr preiswert

Neu oder gebraucht

Rufen Sie uns kostenlos an  
**0800 - 234 56 55**  
[www.minova-lift.de](http://www.minova-lift.de)

**Bayerischer Wald**

URLAUBSHOTEL **Binder**

So muss Urlaub sein!

**5 ÜN pro Person ab 360,- inkl. Halbpension PLUS**  
mit Frühstücksbuffet, Mittagsimbiss, Kaffee & Kuchen, abends 3 Gänge-Menü  
Gr. Hallenbad 32°C, 6 Saunen, Fitness

Urlaubshotel Binder, Alfred Binder  
Freihofer Straße 6, 94124 Büchlberg  
Tel. 08505 / 90070, [info@hotelbinder.de](mailto:info@hotelbinder.de)  
[www.hotelbinder.de](http://www.hotelbinder.de)

**Schleswig-Holstein**

Inselstadt Ratzeburg, Kl. Ferienhaus für 2 Pers. Mit Bettw. + Handtü. Eingez. Gartenflä. Hühner + Hahn auf Grundst. 35€ p.N. End.Rei. 30€ ☎ 0177-1727432

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

**Nord-/ Ostsee**

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

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

**Nord-Ostsee-Kanal!** Meist befahrene Wasserstraße der Welt. Fewos, Dachterr. Badese. Hauspr. ☎ **04835/1300, landhausamgrashof**

**FeWh. in Husum**, strandnah, für 2-4 Personen 50,- € pro Tag ☎ **048 41/6 39 87**  
[www.jacobs-ferienwohnung.de](http://www.jacobs-ferienwohnung.de)

**NORDSEE:** 2NR-Fewos, sep. Eingang, Garage 2 Schlafzimmer, Hausprosp. ☎ **04846/291**

**Bayerischer Wald**

**Schreiner**  
LANDHOTEL • GASTHOF

GUT SCHLAFEN ... GUT ESSEN ... SCHÖN FEIERN ... GUTE ERHOLUNG  
direkt am Nationalpark Bayerischer Wald

Für Gruppen geeignet

SCHNUPPERTAGE buchbar bis 30.11.2024  
3 Nächte inkl. Halbpension  
1x Sektkocktail  
1x Kaffee & Kuchen  
Inklusive Nationalpark-Card mit zahlreichen Vergünstigungen  
p. P. im DZ ab 203 €

Tagespreis p. P. im DZ inkl. Frühstück 46 € | inkl. Halbpension 63 €

Landhotel Gasthof Schreiner | Theresia Pichler | Dorfplatz 17 | 94545 Hohenau  
Tel. 08558 / 1062 | [info@gasthof-schreiner.de](mailto:info@gasthof-schreiner.de) | [www.gasthof-schreiner.de](http://www.gasthof-schreiner.de)

**Polnische Ostsee**

**Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung PLZ 0-5**  
Kur und Vital Reiseservice GmbH - 26197 Ahlhorn 04435 - 953 88 60

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

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

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

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

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

**Büsum:** versch. FeWo, 1-6 Pers. Bezogene Betten bei Anreise. Teilweise Seeblick. Ab 20€ ☎ **04834-9204, [www.deichtraeume.de](http://www.deichtraeume.de)**

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

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

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

**Polnische Ostsee**

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

**Weserbergland**

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

Zim. Du/WC, TV, Radio, Tel., teils Balk., Hallenbad, Solar., Liegew.-Terr., Herrliche Rad- und Wanderwege. So.-Fr. 5x Ü/HP 315€ p.P., 7x Ü/HP 434€ p.P. Weitere Angebote auf Anfrage. ☎ **05273/1397 • [www.hotel-pension-resi.de](http://www.hotel-pension-resi.de)**

**Tipp für Kinder**

# Schwapp, der Geheimschleim

Er ist blau, glitzert und ist herrlich schleimig. Vor allem dürfte es ihn gar nicht geben: Schwapp, den Geheimschleim aus dem Waschbecken. Die Geschwister Lou und Lukas wollten nur noch einen allerletzten Schleim herstellen – mit dem geheimnisvollen Glitzersand vom Flohmarkt. Wer rechnet schon damit, dass dieser Schleim plötzlich lebendig wird?



Schwapp ist ziemlich eigen-sinnig und rechthaberisch. Aber er ist auch unfassbar lustig und kann sich in alles Mögliche verwandeln. Kein Wunder, dass Lou und Lukas keinen Tag mehr ohne ihren neuen Freund verbringen wollen!

*Tina Schilp: Schwapp, der Geheimschleim. Der große Schleimassel. Cbj Kinderbücher, ab 8 Jahren, 160 Seiten, ISBN: 978-3-570-18074-7, 13 Euro.*

Möchtest du das vorgestellte Buch gewinnen? Dann löse schnell die Aufgabe in „Rolands Rätselecke“ auf dieser Seite! Das Lösungswort schickst du dann mit dem Betreff „Schwapp, der Geheimschleim“ entweder per E-Mail an: [verlosung@sovd.de](mailto:verlosung@sovd.de) oder aber per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.

**Rolands Rätselecke**

# Knackst du den Monster-Code?

Hinter diesen kleinen, grünen Schleimmonstern steckt ein Code: Zwei gleiche Monster verraten dir, welcher Buchstabe zu welcher Zahl gehört. Diese trägst du dann unten in die nummerierten Felder ein und bekommst so das gesuchte Lösungswort. Viel Erfolg!



Grafik: aleutie, lilu330 / Adobe Stock; Montage: SoVD

**Fröhliche Fehlersuche**

# Auf dem Regenbogen

Obwohl diese Kinder ausgelassen auf dem Regenbogen tanzen, haben sich auf dem unteren Bild doch sieben Fehler eingeschlichen – findest du sie? Die Auflösung steht auf Seite 18.



Grafik: yusufdemirci / Adobe Stock



**Voll engagiert**

# Starke Mädchen als Vorbild

Tuğba Tekkal entdeckte bereits als Kind ihre Leidenschaft für den Fußball. Später spielte sie sogar in der Bundesliga für den Hamburger SV und den 1. FC Köln. Im Jahr 2016 rief sie das Projekt Scoring Girls\* ins Leben. Dieses ermöglicht Mädchen und jungen Frauen aus zugewanderten oder schlechter gestellten Familien neben einem kostenlosen Fußballtraining auch den Zugang zu Bildung.

Die Eltern von Tuğba Tekkal kamen lange vor ihrer Geburt aus der Türkei nach Deutschland. Sie wuchs als eines von elf Kindern in Hannover auf und begann schon früh damit, Fußball zu spielen. Ihre Eltern allerdings durften davon zunächst nichts wissen. Erst viel später konnte sie ihre Eltern von ihrem Hobby überzeugen. Sicherlich auch aus diesem Grund setzt sich die frühere Bundesligaspielerin heute dafür ein, dass Mädchen ebenso selbstverständlich Fußball spielen können wie Jungs. Der englische Name ihres Projektes Scoring Girls\* lässt sich so auch am besten übersetzen mit „Mädchen, die Tore schießen“.

Tuğba Tekkal ist bisher in den Städten Berlin und Köln aktiv. Dort sorgt sie mit Gleichgesinnten dafür, dass Mädchen unterschiedlicher Herkunft und mit teilweise schwierigen Lebensgeschichten auf dem Fußballplatz zusammenkommen können. Dort knüpfen die Heranwachsenden nicht nur neue Freundschaften. Sie erfahren auch Zusammenhalt, festigen



Foto: Federico Gambarini / picture alliance

**Tuğba Tekkal engagiert sich mit Scoring Girls\* dafür, dass Mädchen mit Migrationshintergrund Fußball spielen dürfen.**

ihr Selbstvertrauen und lernen, respektvoll miteinander umzugehen sowie Konflikte zu lösen. Der gemeinsame Sport ist dabei sozusagen Mittel zum Zweck. Bei den Scoring Girls\* geht es auch um Hilfe in der Schule und bei den Hausaufgaben sowie um eine Orientierung für den späteren Beruf. Durch weibliche Vorbilder sollen die Teilnehmerinnen vor allem lernen, an sich selbst zu

glauben. Schirmherrin des Projektes ist die Journalistin und Fernsehmoderatorin Anne Will. Tuğba Tekkal erinnert sich daran, dass eine Lehrerin damals zu ihr sagte: „Du wirst eh nur Putzfrau!“ Dank der Unterstützung einiger toller Menschen, so Tekkal, habe sie es jedoch geschafft, ihren eigenen Weg zu gehen. Heute ist sie Fußballtrainerin und erfolgreiche Sozialunternehmerin.

Karoline Herfurths Eltern bestärkten sie darin, ihren eigenen Weg zu gehen

# Schon als Kind „bunt und wild“

Die Literaturverfilmung „Das Parfum“ machte sie als Schauspielerin bekannt. Nicht minder erfolgreich ist sie als Regisseurin („Wunderschön“). Der Zeitschrift „Brigitte“ verriet sie kürzlich, dass ihre Eltern ihr nicht beigebracht hätten, zurückhaltend zu sein. Am 22. Mai wird Karoline Herfurth 40 Jahre alt.

Karoline Herfurth wurde in Ostberlin geboren. Als die Mauer fiel, war sie fünf Jahre alt. Durch die Trennung ihrer Eltern hatte sie zwei Zuhause in einer Stadt. Ihre Mutter habe ihr vorgelebt, dass man nicht leise sein muss. Wenn sie sich bunt und wild kleiden wollte, so Herfurth, sei das in Ordnung gewesen.

Auch als Regisseurin findet sie weibliche Stärke spannend. In ihrem Film „Wunderschön“ etwa zeigt sie fünf Frauen, die sich mit ihrem Selbstbild und dem gängigen Schönheitsideal auseinandersetzen.



Foto: Clemens Niehaus/Geisler-Fotopres/picture alliance

Die Internationalen Filmfestspiele, kurz Berlinale, waren auch in diesem Jahr für Karoline Herfurth ein Heimspiel.

Unterhaltsam vermittelt Ranga Yogeshwar wissenschaftliche Phänomene

# Lotse in einer komplexen Welt

Naturwissenschaften sind sein Steckenpferd. Er moderierte Wissenschaftsreihen wie „Quarks“ oder „W wie Wissen“ auf eine Weise, dass es Spaß machte, etwas über die Welt zu lernen. Am 18. Mai feiert der Journalist und Buchautor Ranga Yogeshwar seinen 65. Geburtstag.

Nach der Nuklearkatastrophe von Fukushima stand er vor der Aufgabe, zu erklären, wie ein Reaktor funktioniert – und das möglichst verständlich. Zu diesem Zweck nutzte Ranga Yogeshwar in der von ihm entwickelten Sendung „Quarks“ das Bild eines Dampfkochtopfes.

Als Übersetzer von Wissenschaft in Sprache räumt der Physiker immer wieder mit Mythen auf. Das tut er auch als Autor überaus erfolgreich. In seinem Buch „Nächste Ausfahrt Zukunft“ etwa verspricht er einen frischen Blick auf eine Welt im Wandel.



Foto: Marc Vorwerk/sulupress.de/picture alliance

Selbst den komplexen Aufbau des Erbgutes kann Ranga Yogeshwar so erklären, dass es seine Zuhörenden fasziniert.

In „Die Kanzlei“ hilft Sabine Postel als Anwältin auf eher unkonventionelle Weise

# Rechtsbeistand mit Herz

Mehr als zwanzig Jahre spielte sie die Bremer Kommissarin Inga Lürsen im „Tatort“ der ARD. Dann wechselte sie sozusagen die Seite und stieg als Rechtsanwältin mit sozialem Gewissen in „Die Kanzlei“ ein. Am 10. Mai feiert die Schauspielerin Sabine Postel ihren 70. Geburtstag.

In jungen Jahren stand sie gemeinsam mit Marius Müller-Westernhagen vor dem Mikrofon – damals allerdings noch für den Kinderfunk des WDR. Später ging es in der Krimireihe „Tatort“ dann etwas handfester zu. Doch vor einigen Jahren hatte Sabine Postel dann genug von Mord und Totschlag. Als Anwältin in der Reihe „Die Kanzlei“ bleibt sie dem Fernsehpublikum jedoch erhalten. Die von Postel verkörperte Juristin steht dabei stets auf der Seite der „kleinen Leute“. Neue Folgen will Das Erste noch in diesem Jahr ausstrahlen.



Foto: Georges Pauly/ARD

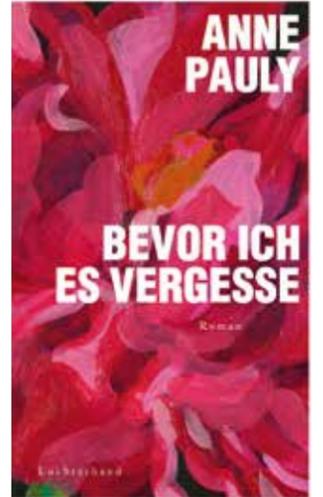
Menschlichkeit ist für die Anwältin Isabel von Brede, gespielt von Sabine Postel, wichtiger als juristische Winkelzüge vor Gericht.



## Buchtipp

# Bevor ich es vergesse

„Die Reusen einholen“ – das wären die Worte ihres Vaters gewesen. Darüber denkt Anne nach, als sie im Krankenhaus steht und mit ihrem Bruder die Habseligkeiten des Verstorbenen zusammenpackt. Während sie sich um die Formalitäten kümmert und die Beerdigung organisiert, muss sie sich den widersprüchlichen Gefühlen stellen, die sie mit dem Vater verbindet. Dieser kam aus einfachen Verhältnissen, war ein Autodidakt und leidenschaftlicher Anhänger orientalischer Philosophien. Gleichzeitig aber hat sie ihn auch als Alkoholiker und gewalttätigen Mann in Erinnerung. Erst als ein Brief von einer Jugendfreundin des Verstorbenen eintrifft, beginnt Anne zu verstehen, wie zerbrechlich sein Leben in Wahrheit war.



Anne Pauly: Bevor ich es vergesse. Luchterhand Literaturverlag, 176 Seiten, ISBN: 978-3-630-87668-9, 22 Euro.

Wenn Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen möchten, dann schreiben Sie mit dem Betreff „Bevor ich es vergesse“ entweder per E-Mail an: [verlosung@sovd.de](mailto:verlosung@sovd.de) oder aber mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.



## Denksport

# Alles neu macht der Mai

Sorgen Mai wer und zuhaus kleinen dem grün  
 schlagen und lass bleibe hat mir Lust lieber  
 an die Veilchen der Mai komm ist blüh'n wieder  
 gekommen aus da mache Bache mit

-----,  
 die B ä u m e -----,  
 -----,  
 -----.

-----,  
 die B ä u m e -----,  
 -----,  
 -----!

Foto: candy1812/Adobe Stock

Oben finden Sie die ersten Zeilen zweier bekannter Lieder, die sich mit dem Monat Mai beschäftigen. Allerdings sind die Wörter arg durcheinander geraten. Gelingt es Ihnen, diese zu sortieren und auf den leeren Zeilen unten einzutragen? Das in beiden Lieder identische „die Bäume“ haben wir dort bereits notiert. Die Auflösung finden Sie wie immer auf Seite 18.

## Buchtipp

# Ich komm da nicht mehr mit

Informationen begleiten uns über den Tag verteilt. Rund um die Uhr prasseln sie auf uns ein: News, Mails, Social Media, Messenger, Podcasts, Push-Nachrichten. Wir sollen möglichst informiert sein, Meinungen haben, mitreden können. Und wir sollen nicht nur immer mehr wissen, wir sollen und müssen auch immer mehr können und selber machen: runterladen, bestätigen, eingeben, updaten, verifizieren. Kester Schlenz ist überzeugt, dass uns die digitale Welt zunehmend in den Wahnsinn treibt, anstatt uns zu entlasten. In seinem Buch beschreibt er die alltägliche Überforderung und begibt sich auf die Suche nach Wegen zu mehr Gelassenheit.



*Kester Schlenz: Ich komm da nicht mehr mit. Wie Informationsflut und digitale Überforderung uns in den Wahnsinn treiben – wenn wir es zulassen. Mosaik Verlag, 160 Seiten, ISBN: 978-3-442-39419-7, 20 Euro.*

Möchten Sie dieses Buch gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Ich komm da nicht mehr mit“ entweder per E-Mail an: [verlosung@sovd.de](mailto:verlosung@sovd.de) oder aber mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.

## Gibt's doch gar nicht, oder?

# Vorsicht vor der Ninja-Ratte!

Die nordamerikanische Kängururatte ist keine leichte Beute. Denn durch ihre enorme Sprungkraft kann sie sich mit kräftigen Tritten sogar gegen angreifende Schlangen zur Wehr setzen. Ihre schnelle und beeindruckende Verteidigungstechnik trug ihr den Spitznamen „Ninja-Ratte“ ein.

Sie leben vor allem in den Wüstengebieten der USA und Mexikos. Ihr auffälligstes Merkmal sind die stark verlängerten Hinterbeine, die an Kängurus erinnern. Schnappt nun eine Schlange nach einer solchen Ninja-Ratte, dann stößt sich der Nager blitzschnell vom Boden ab, dreht sich um die eigene Achse und trifft das Reptil mit seinen kräftigen Sprungbeinen meist zielsicher noch in der Luft und kann fliehen. In der Regel können die Ratten auf diese Weise selbst bei einem Biss verhindern, dass die Schlange ihr lähmendes Gift injiziert.



Fotos: igradesign, Griffin / Adobe Stock; Montage: SoVD

Dieses possierliche Nagetier wird bei einem Schlangenangriff zur Kampfmaschine und verwandelt sich in eine Ninja-Ratte.

## Hätten Sie's gewusst?

# Nur Fliegen ist schöner

Vor 25 Jahren fuhr in Hamburg eine Magnetschwebbahn. Anlass war die Internationale Verkehrsausstellung (IVA), die am 8. Juni 1979 in der Hansestadt begann. Nach gerade einmal drei Wochen allerdings war Schluss und die Strecke wurde abgebaut. Heute steht der Transrapid im Museum.

Wer damals durch Hamburg schweben wollte, konnte dies zwischen den Messehallen und dem Heiligengeistfeld tun. Die auf Stelzen aus Beton errichtete Strecke war 908 Meter lang, während die zu großen Teilen aus Stahl und Glas errichteten Haltestellen Gewächshäusern ähnelten. Das hielt jedoch niemanden in der Elbmetropole von einer Fahrt ab: In den drei Wochen seines Gastspiels in Hamburg beförderte der Transrapid rund 50.000 Fahrgäste. Nach der Messe kamen Strecke und Schwebbahn nach Kassel, wo sie mittlerweile im Technik-Museum zu bewundern sind.



Foto: gemeinfrei

Über das Heiligengeistfeld auf St. Pauli schwebte 1979 der erste für den Personenverkehr zugelassene Transrapid.

## Des Rätsels Lösung

### Käferarten in Wald und Garten (Ausgabe April, Seite 16)

Das gesuchte Lösungswort lautete Marienkäfer.

### Alles neu macht der Mai (Denksport, Seite 17)

Hier der obere Text:  
„Der Mai ist gekommen, die Bäume schlagen aus, da bleibe, wer Lust hat, mit Sorgen zuhaus.“  
Und hier der untere Text:

„Komm, lieber Mai, und mache die Bäume wieder grün, und lass mir an dem Bache die kleinen Veilchen blüh'n!“

### Auf dem Regenbogen (Fehlersuche, Seite 16)

Siehe rechts.



### Variante: LEICHT

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

### Auflösung des Vormonats

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

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

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

### Variante: MITTEL

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

### Auflösung des Vormonats

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

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](mailto:sudoku@sovd.de) oder per Post an: SoVD, Redaktion, „Sudoku“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.



# Mit spitzer Feder



# Buchtipp



## Der Lärm des Lebens

Aus der ARD-Reihe „Tatort“ kennt man ihn als Dortmunder Kommissar Peter Faber. Jetzt hat Schauspieler Jörg Hartmann sein erstes Buch geschrieben. Darin erzählt er auf hinreißende Weise seine Geschichte und die seiner Eltern und Großeltern. Es ist eine Liebeserklärung an die Kraft der Familie und an den Ruhrpott. Ob es um die Situation seiner gehörlosen Großeltern im Nationalsozialismus geht, die Lebensklugheit seiner Mutter oder die Demenzerkrankung seines Vaters – Hartmann hält gekonnt die Balance zwischen Tragik und Komik. Ein weises, geschichtenpralles Buch über Heimat und den Wunsch, sich davon zu lösen und in die Welt zu ziehen.



Jörg Hartmann: *Der Lärm des Lebens*. Rowohlt Berlin, 304 Seiten, ISBN: 978-3-7371-0198-1, 24 Euro.

Möchten Sie eines der Bücher gewinnen? Dann schreiben Sie per E-Mail (Betreff: „Der Lärm des Lebens“) an: [verlosung@sovd.de](mailto:verlosung@sovd.de) oder mit dem gleichen Stichwort per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. Mai.

| künstliche Welt-sprache         | in starkem Maße | Amt, Würde eines Priors | die Zeit der Watt-wanderung   | hin-dernde Kraft                 | deutscher Städte-bund im MA.    | Fluss durch Rothen-burg        | ugs.: Geld                             | unbe-weglich                        | Univer-sitäts-lehrver-anstaltung | Industrie-maß für Normgrö-ßen (Kf.)  | Unge-schick-tigkeit | scherz-haft: Beifah-lerin               |
|---------------------------------|-----------------|-------------------------|-------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--|-------------------------------------|----------------------------------|--|---------------------|---|
|                                 |                 |                         |                               |                                  |                                 |                                | Punkt der Ant-arktis                   |                                     |                                  | 2  |                     |   |
| Nachlass emp-fangen             |                 |                         |                               |                                  | 3                               | plötz-lich auf-tretend         |  |                                     | Bauch-organ                      |  |                     | Edel-stein                              |
| Eibisch                         |                 |                         |                               |                                  |                                 |                                | 8                                      | Schau-fahrt                         | Völker-gruppe in der Arktis      |  |                     |   |
|                                 |                 |                         | 11                            |                                  | dt. Künstler (Joseph) † 1986    |                                | österr.: Meer-retlich                  |                                     |                                  | ugs.: dürftig, schlecht, unwohl  |                     |   |
| dt. Schau-spieler (Gert) † 1988 | Verul-kung, Uz  |                         | Einhei-mischer                | eher, früher als                 | 14                              |                                |  | ein-stellige Zahl                   |                                  | europ. Vulkan (Landes-sprache)   |                     | Standard-situation b. Fußball (Kurz-w.) |
| ver-deckter Polizei-ermittler   | 1               |                         |                               |                                  |                                 | Fluss zur Rur                  |  | Metall-fach-arbeiter (äl-tere Bez.) |                                  |  | 10                  |   |
|                                 |                 |                         |                               | ein-faches Haus, Kate            |                                 | engl.: EDV-An-wender           |  |                                     | 7                                | Berg der Schwä-bischen Alb   |                     | 9                                       |
| unan-ständig                    |                 | Aristo-kratie           | Wortteil: Wasser... (griech.) |                                  |                                 |                                |  | Zwerg-planet                        |                                  | männl. Kose-name   |                     |   |
| Schrift-stelle, Absatz          |                 |                         |                               |                                  | 4                               | „Meister Lampe“                | ein Ganz-körpertraining poet.: Mädchen |                                     |                                  |  |                     |   |
| Kurz-form v. Eduard             |                 |                         | 12                            | ägypt. Tempel-anlage: ... Simbel | Abk.: Hypertext Markup Language |                                |  |                                     | ältester Sohn Noahs (A. T.)      | <b>AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS</b><br>■ G ■ E ■ R ■ W ■ A ■ R ■ M ■ U ■ N ■ G ■ T ■ A ■ R ■ I ■ F ■<br>■ C ■ H ■ I ■ L ■ I ■ P ■ E ■ G ■ A ■ R ■ T ■ N ■<br>■ K ■ O ■ M ■ A ■ B ■ U ■ R ■ E ■ I ■ G ■ U ■ R ■<br>■ R ■ O ■ M ■ B ■ U ■ R ■ E ■ V ■ G ■ E ■ W ■ E ■<br>■ B ■ A ■ A ■ R ■ T ■ I ■ K ■ E ■ L ■ B ■ I ■<br>■ G ■ U ■ T ■ M ■ U ■ E ■ T ■ I ■ G ■ W ■ P ■ A ■ S ■<br>■ E ■ S ■ R ■ A ■ S ■ D ■ Z ■ A ■ H ■ N ■ L ■ O ■ S ■<br>■ N ■ I ■ B ■ E ■ G ■ E ■ H ■ E ■ N ■ E ■ L ■ L ■ E ■<br>■ S ■ O ■ M ■ B ■ R ■ E ■ R ■ O ■ A ■ N ■ D ■ E ■ U ■ T ■ E ■N ■<br>■ S ■ O ■ U ■ H ■ E ■ I ■ L ■ T ■<br>■ S ■ T ■ E ■ W ■ A ■ R ■ T ■ A ■ R ■A ■<br>■ M ■ E ■ I ■ N ■ E ■N ■ H ■ E ■L ■A ■U ■<br>■ V ■ E ■G ■G ■I ■E ■I ■L ■E ■ |                     |   |
| Boots-wett-kampf                |                 |                         |                               |                                  |                                 | Ball über d. Spiel-feld-grenze |  |                                     |                                  |  |                     |   |
|                                 |                 |                         | 13                            | Teil von Musik-instru-menten     |                                 |                                |  |                                     | 5                                |  |                     |   |
| munter, ver-kehrs-reich         |                 | Tadel, Verweis          |                               |                                  |                                 | 6                              | Ham-burger Volks-fest                  |                                     |                                  | 0313   |                     |   |

## 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](mailto:redaktion@sovd.de).

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

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

**Anzeigenverwaltung:** Agentur Neun GmbH, Pforzheimer Straße 132, 76275 Ettlingen, Telefon: 07243/53 90 120, Mobil: 0179/61 04 719, E-Mail: [sovd@agenturneun.de](mailto: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 2024 insgesamt 379.416 Exemplare. Die digitale Auflage (E-Paper) beträgt aktuell 47.860 Exemplare.



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

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

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS






**hasseröder  
BURGHOTEL**  
WERNIGERODE / HARZ

BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR




## Burg-Brocken plus - Special im Harz

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

- **4 Tage / 3 Übernachtungen** HP+ inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket 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**
- **Eintritt in das Luftfahrtmuseum in Wernigerode**
- **Wertgutschein Hotel-Shop**

### Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum bis 22.12.24  
 WE-Zuschlag für Erwachsene: 15,00 €/ Nacht (Fr & Sa).  
 Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.  
 Zzgl. Energiekostenpauschale 3,00 €/Erw./Nacht.

je Erw.  
im DZ

345,-€



Jetzt bis zu  
**37%  
Vorteil!**



**HARZPIN**<sup>®</sup>  
ERLEBNISZIELE IM HARZ

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

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



über  
120  
Jahre

## Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96540



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



### Erotisan-Manneskraft

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

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



### Bio-Hagebutten

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

Vegan, glutenfrei!

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



### Mariendistel-Kapseln

Nur eine gesunde Leber kann die für die Verdauung wichtige Gallenflüssigkeit bilden. Deshalb haben wir Cholin hinzugefügt, das nachweislich zu einem normalen Fettstoffwechsel und zum Erhalt einer normalen Leberfunktion beiträgt.

Aktion im Mai 2024!

Best.-Nr. 1811 90 Kapseln für 3 Monate € 12,50  
 Zu jeder bestellten Packung – eine GRATIS dazu!



### Grünlippmuschel-Kapseln

Neuseeländische Grünlippmuscheln enthalten Glycosaminoglykane, die beim Menschen in den Gelenkknorpeln und der Gelenkflüssigkeit vorkommen. Jede Kapsel enthält 500mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.

Best.-Nr. 805 150 Kapseln für 2 Monate € 12,50  
 Best.-Nr. 1850 300 Kapseln für 4 Monate € 23,00



### 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.

Aktion im Mai 2024!

Best.-Nr. 81 180 Kapseln € 13,50  
 ab 3 Packungen nur € 12,00 ~~11,-~~ ~~9,90~~



### Hyaluronsäure-Kapseln 400mg

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

Best.-Nr. 843 120 Kapseln für 4 Monate € 24,50  
 ab 3 Packungen nur € 21,50

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

2-Monatspackung  
\*FÜR ALLE NEUKUNDEN

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

Vitamin C + Zink Langzeit-Kapseln, 60 Stück

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

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

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

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

Alle Informationen zu unseren Produkten unter [www.kraeuterhaus.de](http://www.kraeuterhaus.de)  
 Informationen zur Datenverarbeitung unter [www.kraeuterhaus.de/datenschutz](http://www.kraeuterhaus.de/datenschutz) sov240532

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon (falls Rückfragen)

Datum, Unterschrift

Geburtsdatum

**Bestellung bitte an:**  
 Kräuterhaus Sanct Bernhard KG  
 Helfensteinstr. 47, Abt. 32  
 73342 Bad Ditzschbach  
 Tel.: 073 34/96540  
 Fax: 073 34/965444  
 Abteilung 32  
[www.kraeuterhaus.de](http://www.kraeuterhaus.de)

# Erholungsreisen mit **KURdirekt**



8 Tage p.P. ab  
**€ 1.268,50**

Täglicher Eintritt in die Soletherme Bad Elster & das Albert Bad inkl.!



15 Tage p.P. ab  
**€ 1.147,-\***

Kur-Anwendungen inkl.!

## Erholungsreise nach Bad Elster

## Erholungsreise nach Kolberg

Inmitten des idyllischen Vogtlands gelegen, zählt Bad Elster heute zu den traditionsreichsten Moor- und Mineralheilbädern Deutschlands und ist aufgrund seiner prächtigen Bäderarchitektur ein beliebtes Kur- und Erholungsreiseziel.



### INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7/14/21x Übernachtung im 4++ Hotel König Albert
- ✓ 7/14/21x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 7/14/21x Abendessen als 3-Gänge-Menü oder Buffet
- ✓ Täglich Eintritt in die Bade- und Saunalandschaft im Albert Bad
- ✓ Täglich Eintritt in die Soletherme Bad Elster (ohne Saunabereich)
- ✓ Leihbademantel
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)

**IHR HOTEL: 4++ Hotel König Albert**

**Lage:** Das exklusive Hotel liegt im Herzen von Bad Elster im sächsischen Vogtland in unmittelbarer Nähe des König Albert Theaters, der Marienquelle und der historischen Parkanlagen.

**Zimmer/Ausstattung:** Die 108 großzügigen Zimmer sind mit Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Telefon, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Safe, Minibar und Balkon ausgestattet. Zur weiteren Hotel-Ausstattung gehören eine 24-Stunden-Rezeption, Lift, kostenfreier Internetzugang (WLAN), Restaurant mit Terrasse, Hotelbar mit großer Lounge und Terrasse, sowie eine Zigarren-Lounge mit Terrasse.

**Freizeit/Kur/Unterhaltung:** Ein Bademantelgang führt Sie vom Hotel direkt zur Soletherme und Saunawelt (gg. Aufpreis) Bad Elster sowie zur weitläufigen Bade- und Saunalandschaft im historischen Albert Bad. Hier erwarten Sie unter anderem unterschiedliche Innen- und Außenbecken mit einer Wassertemperatur von 25°C bis 35°C mit Massagedüsen, Sprudeln und vielem mehr.



Außenansicht, 4++ Hotel König Albert



Zimmerbeispiel, 4++ Hotel König Albert

### TERMINE & PREISE 2024 p.P. im DZ

| Anreise: montags  | 8 Tage/<br>7 Nächte | Verl.-Woche |
|---|---------------------|-------------|
| A 25.11.24; 02.12.24;<br>09.12.24; 16.12.24*  | € 1.268,50          | € 1.068,50  |
| B 04.11.24; 11.11.24;<br>18.11.24   | € 1.298,50          | € 1.068,50  |
| C 20.05.24; 27.05.24;<br>03.06.24; 10.06.24;<br>17.06.24; 24.06.24;<br>01.07.24; 08.07.24;<br>15.07.24; 22.07.24;<br>29.07.24; 05.08.24;<br>12.08.24; 19.08.24;<br>26.08.24; 02.09.24;<br>09.09.24; 16.09.24;<br>23.09.24; 30.09.24;<br>07.10.24; 14.10.24;<br>21.10.24; 28.10.24 | € 1.398,50          | € 1.168,50  |

Einzelzimmer-Zuschlag € 245,- p.P. / Woche

- Hinweise:**
- \*Letzte Rückreise am 23.12.24.
  - **Kurtaxe** ist zahlbar vor Ort (ca. € 2,20 p.P./Nacht)
  - **Verlängerung:** Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
  - **Reiserücktritts-Versicherung** empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
  - **Veranstalter:** Vital Tours GmbH, Schulstraße 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: [www.kurdirekt.de/arb](http://www.kurdirekt.de/arb) oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: [www.kurdirekt.de/datenschutz](http://www.kurdirekt.de/datenschutz)

**Reisecode: SOVD**

Das Ostseebad Kolberg ist mit sechs Kilometer feinstem Sandstrand das größte Heilbad Polens. Aus morastigen Wiesen in der Umgebung wird das „Kolberger Heilmoor“ gestochen, das eine Reihe von hochwirksamen Stoffen enthält.



### INKLUSIV-LEISTUNGEN

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus\*\*
- ✓ 14/28x Übernachtung im 3++ Hotel Koral Live
- ✓ 14/28x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 14/28x Abendessen als Buffet
- ✓ 3 Kur-Anwendungen pro Werktag\*<sup>2</sup> (Mo-Fr) nach physiotherapeutischer Beratung
- ✓ Kostenfreie Nutzung von Schwimmbad, Solebad, Whirlpools, Saunen und Fitnessraum (außerhalb der Therapiezeiten)
- ✓ 1x kulturelle Veranstaltung pro Woche
- ✓ Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
- ✓ Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung mit regelmäßigen Sprechstunden

**IHR HOTEL: 3++ Hotel Koral Live**

**Lage:** Ihr Hotel liegt im Kurviertel von Kolberg, dem größten Heilbad Polens, nur ca. 150 Meter vom schönen Ostsee-Strand entfernt.

**Zimmer/Ausstattung:** Das Kurhotel Koral Live verfügt über 156 Zimmer und wurde in den letzten Jahren komplett renoviert. Die Zimmer sind alle mit Dusche/WC, Fön, Sat.-TV, Telefon, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Külschrank, Wasserkocher und Balkon ausgestattet. Zur weiteren Hotel-Ausstattung gehören eine 24-Stunden-Rezeption, Lift, kostenfreier Internetzugang (WLAN), Speisesaal, Café-Bar, Bibliothek und Kosmetiksalon.

**Freizeit/Kur/Unterhaltung:** In der hoteleigenen Kur-Abteilung werden Ihnen hochwertige Kur-Anwendungen, wie Massagen, Packungen und Solebäder angeboten. Darüber hinaus verfügt das Hotel über ein Schwimmbad (16 x 6 m, ca. 32°C), Solebecken (12 x 6 m, ca. 30-32°C), zwei Whirlpools, Sauna, Infrarotsauna, Dampfbad und Fitnessraum.



Hotelgarten, 3++ Hotel Koral Live



Zimmerbeispiel, 3++ Hotel Koral Live

### TERMINE & PREISE\*<sup>1</sup> 2024 p.P. im DZ

| Anreise: samstags                            | 15 Tage/<br>14 Nächte | Verl.-Wochen |
|--|-----------------------|--------------|
| A 09.11.24                                   | € 1.147,-             | € 967,-      |
| B 28.09.24; 12.10.24;<br>28.10.24            | € 1.347,-             | € 1.167,-    |
| C 25.05.24; 08.06.24  <br>31.08.24; 14.09.24 | € 1.407,-             | € 1.227,-    |
| D 22.06.24   17.08.24                        | € 1.507,-             | € 1.327,-    |

Einzelzimmer-Zuschlag ab € 224,- p.P. / 2 Wochen

**Hinweise:**

- \*Zone 1 (PLZ 01-04, 06-10, 12-19, 39 und 98-99); Zuschlag für Zone 2 (restliche PLZ): € 70,-
- \*\*An polnischen Feiertagen entfallen die Kur-Anwendungen ersatzlos.

- **Verlängerung:** Der Preis der Verlängerungswochen entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
- **Reiserücktritts-Versicherung** empfehlenswert. Wir beraten Sie gerne!
- **Veranstalter:** Vital Tours GmbH, Schulstraße 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: [www.kurdirekt.de/arb](http://www.kurdirekt.de/arb) oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: [www.kurdirekt.de/datenschutz](http://www.kurdirekt.de/datenschutz)

**Reisecode: SOVD**

Jetzt zum **Newsletter anmelden!**  
Einfach QR-Code scannen,  
zum Newsletter anmelden und  
immer die besten Angebote erhalten!



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



Online buchbar direkt unter:  
[www.kurdirekt.de](http://www.kurdirekt.de)



# Ihre Helfer im Alltag

Die Pflegehilfsmittel von **meinPflegeset!**

Für die  
häusliche  
Pflege



### 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**



Haben Sie Fragen?  
[kontakt@mein-pflegeset.de](mailto:kontakt@mein-pflegeset.de)

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

Weitere Infos unter  
[www.mein-pflegeset.de](http://www.mein-pflegeset.de)

### meinPflegeset - ein Service von Praxis Partner

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



Praxis Partner Fachversand für  
Arzt- und Laborbedarf GmbH

In den Fritzenstücker 9-11  
65549 Limburg

[fachversand@praxis-partner.de](mailto:fachversand@praxis-partner.de)  
[www.praxis-partner.de](http://www.praxis-partner.de)



# Feiern und helfen!

Geburtstag, Hochzeit, Jubiläum:  
Sie möchten feiern und sind selbst  
wunschlos glücklich?  
Dann wünschen Sie sich von  
Ihren Gästen **Spenden statt  
Geschenke** – und geben Sie  
damit Kindern weltweit  
eine bessere Zukunft.



kinder  
not  
hilfe



### Ich berate Sie gerne persönlich:

Alexandra Luse  
Telefon: 0203 7789-184  
E-Mail: [Alexandra.Luse@kindernothilfe.de](mailto:Alexandra.Luse@kindernothilfe.de)



[www.kindernothilfe.de/spenden-statt-schenken](http://www.kindernothilfe.de/spenden-statt-schenken)

Foto: James Rodriguez / © Kindernothilfe



Jetzt  
in Ihrer  
Apotheke

## Apotheken Umschau – immer besser informiert

Lesen, was gesund macht.

### 6. Gastgeber Deutschland: Herzlich willkommen zur Fußball-EM 2024 in Deutschland!

Endspiel  
in Berlin!



Gedenkprägung mit  
hochwertiger  
Farbveredelung!

**€ 10,-**  
statt € 39,90

### Jetzt zum Tauschpreis sichern: 5 x 2-€uro für nur € 10,-!

Kein  
Risiko!



1.-5. 2-Euro Estland „Rauchschwalbe“ 2-Euro Griechenland „100. Geb. Maria Callas“ 2-Euro Deutschland „Paulskirchenverfassung“ 2-Euro Spanien „Altstadt von Sevilla“ 2-Euro Irland „50 Jahre EU-Beitritt“

- ✓ Prägefrische Sammlerqualität, also noch nie im Umlauf gewesen!
- ✓ KEIN RISIKO: Sie tauschen € 10,- gegen € 10,-!
- ✓ Offiziell - kursgültig - gesucht! Riesige Nachfrage - sofort bestellen!
- ✓ Diese Münzen können nur wertvoller werden!

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

### 7. Goldmünze in Trikot-Form!



999/1000  
Feingold!

Trikot-Goldmünze  
nur € 32,90

Sensation! Offizielle Goldmünze (999/1000 Feingold, 1/1000 Unze) in Trikot-Form mit aufwendiger Farbveredelung! Zu dieser Goldmünze bekommen Sie GRATIS: das passende Etui mit Echtheits-Zertifikat!

### Tausch-Coupon

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

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

- 1.-5.  x 2-Euro-Set: 5 x 2-Euro-Münzen (bankfrisch) im Tausch für nur € 10,-! (Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)
- 6.  x Fußball-Gedenkprägung „Finale in Berlin 2024“ mit hochwertiger Farbveredelung für nur € 10,- statt € 39,90!
- 7.  x Trikot-Goldmünze „Deutschland“ (999/1000 Feingold) für nur € 32,90!
- 8.  x Goldmünze zur Fußball-EM 2024 in Deutschland (999/1000 Feingold) für nur € 49,90 statt € 99,90!

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_  
 Straße/Nr. \_\_\_\_\_  
 PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
 Telefon \_\_\_\_\_ Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
 X Unterschrift \_\_\_\_\_ ssc/bb1j

### Goldmünze zur Fußball-EM 2024!

- ✓ Höchste Prägequalität: Polierte Platte!
- ✓ Reines Gold: 999/1000 Feingold (1/100 Goldunze = 0,311 g)!
- ✓ Limitierte Auflage: weltweit nur 5.000 Goldmünzen!



**€ 49,90**  
statt € 99,90

Bitte Adresse eintragen und Coupon einsenden an:  
**Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG**  
 Buchhorstblick 7a · 38162 Weddel  
 Fax: 0 53 06/95 95 77 · E-Mail: [service@srh-ltd.de](mailto:service@srh-ltd.de)

Es gelten unsere Datenschutzerklärungen und unsere AGB. Diese finden Sie auf [www.srh-ltd.de](http://www.srh-ltd.de)

# SoVD-Zeitung digital



Gleich QR-Code  
scannen und  
anmelden!

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



## Wechseln Sie zum E-Paper!

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

Foto: Farknot Architect / Adobe Stock

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

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

Gerne können Sie sich auch direkt über die Website ummelden: [www.sovd.de/e-paper](http://www.sovd.de/e-paper)