



Foto: Benjamin Nolte / picture alliance

Obwohl Versicherte schon heute viele Leistungen aus eigener Tasche bezahlen, wird es für sie ab dem kommenden Jahr erneut teurer. SoVD kritisiert steigende Zusatzbeiträge innerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung

## Grenze der Belastung erreicht

Seit Jahren kritisiert der SoVD dieses Vorgehen als un-solidarisch: Anstatt staatliche Aufgaben aus Steuermitteln zu bezahlen, wälzt der Bund die Kosten hierfür auf die gesetzliche Krankenversicherung ab. Die Quittung bekommen nun die Versicherten. Ab dem nächsten Jahr müssen sie voraussichtlich einen deutlich höheren Zusatzbeitrag bezahlen. Und leider steht auch für die kommenden Jahre zu befürchten, dass sich diese Kostenspirale weiter dreht.

Mit Beginn des neuen Jahres wird die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) wohl spürbar teurer. Darauf wies kürzlich der sogenannte Schätzerkreis hin. In diesem sitzen Fachleute unter anderem aus dem Bundesgesundheitsministerium und dem GKV-Spitzenverband. Regelmäßig bewertet das Gremium die Entwicklung der Einnahmen und Ausgaben innerhalb der GKV und gibt auf dieser Grundlage eine Prognose für das folgende Jahr ab.

Diese wiederum dient dann als Grundlage für die Festlegung des durchschnittlichen Zusatzbeitragssatzes, den gesetzlich Versicherte auf den allgemeinen Beitragssatz von 14,6 Prozent ihres Einkommens obendrauf bezahlen müssen. Jeweils die Hälfte der Kosten übernehmen Arbeitgeber beziehungsweise Rentenversicherung.

Für das Jahr 2025 geht der Schätzerkreis von einer Finanzierungslücke innerhalb der GKV von 13,8 Milliarden Euro

aus. Legt man diese Summe auf alle gesetzlich krankenversicherten Menschen um, ergibt sich rein rechnerisch pro Kopf ein durchschnittlicher Zusatzbeitrag von 2,5 Prozent. Dessen Satz liegt derzeit bei 1,7 Prozent.

Entscheidend ist jedoch, dass es sich hierbei stets um einen Durchschnittswert handelt. Das bedeutet, über die konkrete Höhe des Zusatzbeitrages entscheidet letztlich jede Krankenkasse individuell nach  
**Fortsetzung auf Seite 2**

### Rekordbeteiligung beim Inklusionslauf

Über 900 starteten bei der 9. inklusiven SoVD-Aktion  
**Seiten 4 + 5**



### Klinikreform nicht zulasten Versicherter

Kritik an Finanzierungsplan  
**Seite 3**



### SoVD kämpft weiter für bessere Renten

Rentenpaket II umsetzen – Demo für Inflationsausgleich  
**Seite 3**



### Herausragendes Engagement gesucht

„SoVD-Superheld\*innen“-Aktion geht weiter  
**Seite 7**



### Blickpunkt

Schon wieder hat Finanzminister Christian Lindner mit einem Vorstoß für Aufregung gesorgt und Ängste geschürt. Er will die Wohnkosten für alle Bürgergeld-Empfänger\*innen auf eine Pauschale umstellen und sieht darin Sparmöglichkeiten in Milliardenhöhe. Glücklicherweise ist er damit in der Koalition sofort durchgefallen und sorgte zuvor allseits für Unverständnis. Mit Recht, denn Lindners Idee ist – einmal mehr – von der Lebensrealität vieler Menschen Lichtjahre entfernt. Aber

schlimmer noch: Sie hätte dramatische Folgen. Viele würden ihr Zuhause verlieren, weil die Pauschale in ihrer Region nicht für die Mieten reicht.

Die Ignoranz gegenüber sozial Benachteiligten ist schwer erträglich. Und auch ein Bundesfinanzminister sollte wissen: Einsparpotenzial ist bei den Ärmsten kaum vorhanden. Außerdem werden die Wohnkosten bereits auf ihre Angemessenheit hin überprüft.

Bürgergeld-Empfänger\*innen immer wieder über einen Kamm zu

scheren, stigmatisiert pauschal alle Menschen, die auf staatliche Leistungen angewiesen sind. Und das hilft kein bisschen weiter. Konstruktiv wären – statt oberflächlichem Bashing, pauschaler Sanktionsverschärfung und Einspardrohungen – vernünftige Unterstützungsangebote für die Betroffenen. Dafür muss Lindner auf der Suche nach einer zukunftsfesten Haushaltskonsolidierung endlich an die Steuerprivilegien für Superreiche ran!

**Michaela Engelmeier**  
SoVD-Vorstandsvorsitzende

Hier befindet sich das Adressfeld für die Etikettierung im Einzelversand

SoVD kritisiert die erneut steigenden Zusatzbeiträge innerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung

# Grenze der finanziellen Belastung erreicht

**Fortsetzung von Seite 1**

Bedarf. Anders als der reguläre Beitragssatz, der für alle Versicherten gleich hoch ist, unterscheidet sich somit der anfallende Zusatzbeitrag von Kasse zu Kasse. Da dies nicht zuletzt eine entscheidende Rolle für den Wettbewerb spielt, macht es sich keine Krankenkasse leicht, von ihren Versicherten einen höheren Zusatzbeitrag einzufordern (siehe „Lohnt ein Wechsel der Krankenkasse?“ auf

dieser Seite). Angesichts bereits in diesem Jahr gestiegener Ausgaben sind die finanziellen Reserven der meisten gesetzlichen Krankenkassen inzwischen jedoch aufgebraucht. Woran liegt das?

Neben zuletzt stark gestiegenen Kosten insbesondere im Krankenhaus und bei Arzneimitteln weisen die Krankenkassen vor allem auf die zunehmende Belastung durch versicherungsfremde Leistungen hin. Sie kritisieren, dass die Bundesregierung ihrer finanziellen Verantwortung für gesamtgesellschaftliche Aufgaben nicht nachkomme. So zahle der Bund beispielsweise seit Jahren viel zu niedrige Beiträge für die gesetzliche Krankenversicherung der Menschen, die Sozialhilfe, Arbeitslosenhilfe oder Bürgergeld erhalten. Anstatt diese

Kosten aus Steuermitteln zu begleichen, müssten hierfür Beitragsmittel erhalten.

Auch die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier bezeichnete es als völlig inakzeptabel, dass sich der Bund seiner Finanzierungsverantwortung entziehe und auf Beitragssteigerungen setze, nur um den Haushalt zu schonen. Mit Blick auf die vermutlich ebenfalls steigenden Beiträge zur sozialen Pflegeversicherung sagte Engelmeier: „Diese Praxis muss beendet und gesamtgesellschaftliche Aufgaben müssen aus Steuermitteln finanziert werden.“

Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) setzt derzeit viel Hoffnung auf die Krankenhausreform (siehe Bericht auf Seite 3). Langfristig, so Lauterbach, werde diese den



Foto: benjaminolte / Adobe Stock

**Steigende Kosten und höhere Ausgaben zeigen, dass an einer nachhaltigen Reform des Gesundheitssystems kein Weg vorbeiführt.**

Besserverdienende zahlen mehr

## Streit um Sozialabgaben

Im Konflikt um höhere Sozialabgaben für Gutverdienende hat sich Bundesarbeitsminister Hubertus Heil (SPD) gegenüber Bundesfinanzminister Christian Lindner (FDP) durchgesetzt. Mit Verzögerung verabschiedete das Kabinett Heils Entwurf nun doch noch unverändert.

Durch die Anhebung müssen Gutverdiener\*innen künftig mehr zahlen, weil ein größerer Teil ihres Lohns unter die Sozialabgabenpflicht fällt. In der allgemeinen Rentenversicherung steigt die Beitragsbemessungsgrenze auf 8.050 Euro pro Monat (2024: 7.550 Euro). Die Versicherungspflichtgrenze in der gesetzlichen Krankenversicherung steigt auf 6.150 Euro (5.775 Euro). Wer mehr verdient, kann wählen, sich freiwillig gesetzlich oder privat zu versichern. Die Bemessungsgrenze in der Krankenversicherung wird auf 5.512,50 Euro (5.175 Euro) festgesetzt.

In der Renten- und der Krankenversicherung werden die Beitragsbemessungsgrenzen jährlich an die Lohnentwicklung angepasst. Bis zu diesen Höhen werden von den Löhnen Beiträge an die Sozialversicherungen abgezogen. Für den Anteil der Entgelte sind keine Sozialabgaben fällig. Das Finanzministerium bemängelt, dass „die höheren Sozialabgaben für Gutverdienende im Widerspruch zu den Steuerentlastungen in der Wachstumsinitiative“ stünden.

Das weist der SoVD zurück. „Lindner macht Politik gegen die arbeitende Mitte“, kritisiert Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Der SoVD fordere stattdessen nachhaltige und gerechte Lösungen. „Ein echter Schritt in die richtige Richtung wäre die Einbeziehung weiterer Personengruppen in die Sozialversicherungssysteme“, erklärt Engelmeier. *veo*

## Lohnt ein Wechsel der Krankenkasse?

Was die Zusatzbeiträge gesetzlicher Krankenkassen angeht, gibt es schon heute große Unterschiede. Während einzelne Kassen weniger als ein Prozent verlangen, sind es bei anderen mehr als drei. Ein Wechsel kann also Geld sparen. Dabei sollte man jedoch einige Dinge beachten.

Erhebt eine Krankenkasse erstmals einen Zusatzbeitrag oder erhöht sie diesen, muss sie das den Versicherten vorab schriftlich mitteilen. Diese

haben dann ein Sonderkündigungsrecht mit einer Frist von zwei Monaten, welches bis zum Ende des Monats gilt, in dem es teurer wird. Erhöhen sich die Kosten beispielsweise zum 1. Januar 2025, könnten Versicherte bei einer Kündigung zum Monatsende ab dem 1. April Mitglied in einer anderen Krankenkasse werden. Bei rechtzeitiger Anmeldung kümmert sich die neue Kasse dann auch um die Kündigung der alten Versicherung.

Wechselwillige sollten nicht allein auf die Höhe des Zusatzbeitrages achten. War man mit der eigenen Kasse bisher zufrieden, sollte man klären, ob dies auch bei einem neuen Anbieter zu erwarten ist – zumal auch dieser möglicherweise nicht um die Erhebung eines höheren Zusatzbeitrages herkommt.

In erster Linie unterscheiden sich Krankenkassen bei den freiwillig angebotenen Leistungen. Hierzu gehören Ausgaben, die über die gesetzlichen

Regelungen hinausgehen, etwa für Reha-Maßnahmen, Reiseimpfungen, professionelle Zahnreinigungen oder Osteopathie. Darüber hinaus kann es sinnvoll sein, sich zu informieren, ob es eine Unterstützung bei der Arztsuche oder die Übernahme von Kosten für Gesundheitskurse im Bereich Prävention gibt.

Wer darauf angewiesen ist oder Wert legt, sollte auch klären, ob eine Beratung vor Ort gewährleistet ist. *jos*

Statt höherer Beiträge fordert der SoVD die Rückzahlung zweckentfremdeter Mittel

## Pflegeversicherung bereitet weiterhin Sorge

**Die soziale Pflegeversicherung steht derzeit finanziell unter großem Druck. Aus diesem Grund dürfte es auch hier im kommenden Jahr für die Versicherten teurer werden. Zwar kündigte Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach (SPD) eine „große Reform“ an. Deren Umsetzung ist angesichts der sehr unterschiedlichen Positionen innerhalb der Koalition aber mehr als fraglich.**

Berichten über eine drohende Zahlungsunfähigkeit widersprach Lauterbach. Die Pflegeversicherung stehe zwar unter Druck, ihr drohe jedoch nicht die Insolvenz, so der Minister. Die Bundesregierung bürge dafür, dass Pflegebedürftige und Angehörige auch in Zukunft die ihnen zustehenden Leistungen erhielten.

Energische Kritik äußerte dagegen die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Mit Blick auf den eigenen Haushalt entziehe sich der Bund weiterhin seiner Verantwortung. Anstatt die während der Corona-Pandemie zweckentfremdeten



Foto: Photographee.eu / Adobe Stock

**Finanzielle Probleme erklärt das Bundesgesundheitsministerium unter anderem mit einer gestiegenen Zahl an Pflegebedürftigen.**

Mittel in Höhe von mehr als fünf Milliarden Euro zurückzuzahlen, lasse der Staat die Pflegeversicherung auf den Kosten sitzen. Auch gingen gesamtgesellschaftliche Aufgaben wie etwa die Übernahme der Rentenbeiträge pflegender Angehöriger noch immer zu deren Lasten.

Vor diesem Hintergrund bezeichnete Engelmeier höhere Beitragssätze als inakzeptabel. Zuvor müsse der Bund seinen Teil zur Stabilisierung der Pflegeversicherung beitragen und zweckentfremdete Beitragsmittel erstatten. Diese würden dringend für Pflegebedürftige benötigt. *jos*

SoVD kritisiert nach Beschluss des Gesetzentwurfes einseitige Finanzierung – Widerstand von Kliniken und Ländern

# Klinikreform nicht auf Kosten der Versicherten

**Der Bundestag hat den Gesetzentwurf zur Krankenhausreform verabschiedet. Ihr Ziel ist es, die medizinische Versorgung verbessern. Die schlechte Finanzlage der Kliniken, zu wenig Personal und Medikamente hatten den Anstoß gegeben. Wenn die Länder keinen Riegel verschieben, kommen damit große Veränderungen auf die Kliniken zu. Der SoVD begrüßt die notwendigen Verbesserungen, fordert jedoch eine Finanzierung des Umbaus aus Steuermitteln statt aus Versichertenbeiträgen. Er warnt davor, die Gesundheitssystemreformen einseitig auf Kosten der Beitragszahler\*innen umzusetzen.**

Im Fokus der Gesundheitsreform steht eine qualitativ bessere Versorgung. Vor allem kleinere Krankenhäuser sollen künftig nur diejenigen Eingriffe vornehmen, die sie besonders gut beherrschen. Für eine gute Versorgung müssen Patient\*innen dann unter Umständen längere Wege bis zum nächsten zuständigen Krankenhaus in Kauf nehmen.

Einzelne Behandlungsarten sollen per Gesetz in 65 Leistungsgruppen eingeteilt werden. Welche Klinik welche Leistungsgruppen anbieten darf, entscheiden die jeweils die Behörden der Länder. Um für Behandlungen bezahlt zu werden, müssen die Krankenhäuser ein entsprechendes Qualitätsniveau und Personal vorweisen können.

Etwa 30 Prozent der Kliniken schreiben derzeit rote Zahlen, die Reform bringe eine „Entöko-

nomisierung“, verspricht Gesundheitsminister Lauterbach (SPD). So soll die bisherige Vergütung über Fallpauschalen eingeschränkt werden, weil sie erhebliche Fehlreize setze.

In Zukunft sollen die Kliniken vor allem dafür bezahlt werden, dass sie bestimmte Leistungen anbieten, und entsprechende „Vorhaltepauschalen“ erhalten. Diese sollen 60 Prozent ihrer Kosten decken, während 40 Prozent wie gehabt über die Fallpauschalen abgerechnet werden. Darüber hinaus sind zusätzliche Mittel für Kernbereiche von Kliniken vorgesehen, etwa für die Intensivmedizin, Kinderheilkunde, Geburtshilfe, Schlaganfallbehandlung oder Traumatologie. Zusätzliche Regelungen wie ambulante Leistungsangebote sollen kleinen Kliniken in ländlichen Regionen helfen.

Obwohl niemand an der Not-

wendigkeit von Verbesserungen zweifelt, kommt vonseiten der Kliniken und der Länder starker Gegenwind. Dieser richtet sich vor allem gegen die Finanzierungspläne. Die Deutsche Krankenhausgesellschaft will die Klinikreform gar blockieren. Und auch die Bundesländer drohen mit einer Blockade im Bundesrat und der Anrufung des Vermittlungsausschusses (*Stand bei Redaktionsschluss*). Sie glauben nicht daran, dass die Reform Insolvenzen im ländlichen Raum abwenden kann. Ein weiterer Kritikpunkt: Die Kliniken sollen für die Phase der Reform-Umsetzung zehn Jahre lang per Gesetz mit einem Transformationsfonds in Höhe von 50 Milliarden Euro abgesichert werden. Eine Hälfte soll von den Ländern, die andere von den gesetzlichen Krankenkassen kommen.



Foto: Dmytriy / Adobe Stock

**Die Finanzierung der Krankenhausreform stößt auf Widerstand.**

„Das ist eine Zweckentfremdung von Beitragsmitteln“, kritisiert auch SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. „Es kann nicht sein, dass so viel Geld aus der Liquiditätsreserve des Gesundheitsfonds kommen soll – und damit allein auf Kosten der Versicherten.“ Dies sei nicht nur verfassungsrechtlich bedenklich, sondern angesichts der überaus angespannten Finanzlage in der gesetzlichen Krankenversiche-

rung unverantwortlich. „Schon heute verzeichnet der Gesundheitsfonds ein Defizit von 6,3 Milliarden Euro, und die gesetzlichen Krankenkassen schreiben weiter rote Zahlen.“

Der SoVD begrüßt hingegen einen Änderungsantrag, der zumindest den Weg für ein Meldesystem von Behandlungsfehlern zur Förderung der Patient\*innensicherheit ebnet soll. *Veronica Sina*

Forderung zur Umsetzung des Rentenpakets II bekräftigt – Aktion zum Inflationsausgleich

# SoVD kämpft weiter für eine bessere Rente

**Die Diskussion um das Rentenpaket II geht weiter. Eine zügige Einigung, wie sie der SoVD mit Nachdruck fordert, scheint nicht in Sicht. Zuletzt hat im Bundestag eine Anhörung des Ausschusses für Arbeit und Soziales mit einigen Sachverständigen stattgefunden. Der SoVD wird deshalb seine Vorschläge für eine bessere Rente ([www.die-bessere-rente.de](http://www.die-bessere-rente.de)) inklusive der Forderung nach einer Erwerbstätigenversicherung und nach einem höheren Rentenniveau noch stärker in den Fokus seiner Aktionen stellen.**

Mit dem Bundeshaushalt 2025 hatte die Ampelregierung bereits erste Änderungen zur Reform des Systems beschlossen. Diese sollten auch den Weg für das Rentenpaket II bereiten.

Die Reform gestaltet sich als mühsam verhandelter und zwischenzeitlich verworfener Kompromiss. Zentral ist eine Haltelinie beim Rentenniveau. Danach soll dieses bis 2039 nicht unter 48 Prozent fallen – ein nicht verhandelbares Anliegen von SPD und Grünen, das der SoVD teilt.

Die Liberalen haben das „Generationenkapital“ hineinverhandelt: Im ersten Schritt soll der Staat zwölf Milliarden Euro Schulden aufnehmen, in den Jahren darauf je drei Prozent mehr, und das Geld über eine Stiftung in Aktien anlegen. Mit den erhofften Gewinnen will man den Beitragsanstieg bremsen.

Die Regierung geht davon aus, dass der Rentenbeitrag demzufolge 2045 statt bei 22,7 Prozent bei 22,3 Prozent liegen wird. Den Einstieg in eine aktienbasierte Altersversorgung befürwortet die FDP mit Christian Lindner an ihrer Spitze schon lange.



Foto: David Tett / Centre for Ageing Better

**Auch nach einem Leben voller Arbeit sind viele Renten sehr niedrig.**

Ginge es nach ihnen, würden die Bürger\*innen selbst – privat und staatlich gefördert – für die Rente vorsorgen. Der SoVD wie auch Teile der Regierung stehen dem Vorhaben ablehnend gegenüber. Ihr Argument: Sehr viele Menschen verfügen überhaupt nicht über die Mittel, um privat vorzusorgen.

Weil viele Renten schon heute sehr niedrig sind, setzt sich der SoVD für eine Verbesserung des Systems ein und hat auf der

Themenseite [www.die-bessere-rente.de](http://www.die-bessere-rente.de) seine Positionen öffentlich gemacht. Besorgt zeigte sich die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier zuletzt angesichts der Antwort des Sozialministeriums auf eine Fraktionsanfrage zu den Rentenhöhen.

Demnach haben Menschen mit Durchschnittsverdienst rechnerisch 45 Jahre und zwei Monate in die Rentenkasse eingezahlt, um am Ende monatlich 1.500 Euro herauszubekommen. Für ei-

nen Betrag von 1.250 Euro waren es 37 Jahre und acht Monate. Für eine Rente in Höhe der Grundsicherung von durchschnittlich 938 Euro waren es 28 Jahre und drei Monate. Das auf Eckwerten basierende Rechenmodell trifft für viele nicht zu, da nur wenige über einen solch langen Zeitraum das Durchschnittseinkommen erzielen. Es liegt nach vorläufigen Werten der Rentenversicherung 2024 jährlich bei 45.358 Euro. „Vor allem Frauen schaffen die Beitragszeiten nicht, weil sie das Berufsleben für Kinder oder Pflege unterbrechen“, so Engelmeier.

Der SoVD schlägt vor, den Freibetrag in der Grundsicherung auszuweiten, wenn in die gesetzliche Rentenversicherung (GRV) eingezahlt wurde. Die geplante Stabilisierung des Rentenniveaus bei 48 Prozent begrüßt der Verband als wichtigen Zwischenschritt. Mittelfristig fordert er eine Anhebung auf 53 Prozent und die Weiterentwicklung der GRV zu einer Erwerbstätigenversicherung, in die ausnahmslos alle einbezogen werden, auch Selbstständige, Abgeordnete und Beamt\*innen. *Veronica Sina*

## Demo am 6. November

Für einen Inflationsausgleich auch für die knapp 21 Millionen Rentner\*innen hat der SoVD durch alle Gliederungen über viele Monate deutlich und medial laut wahrnehmbar Stellung bezogen. Zahlreiche politische Termine wurden dafür genutzt und eine Petition in den Deutschen Bundestag eingebracht. Zudem sammelten mehrere Landesverbände, teilweise in regionalen Bündnissen, Unterschriften und übergaben diese der Politik. Obwohl die Signale in der Bundespolitik angekommen sind, soll es einen Inflationsausgleich allein aus Kostengründen im Bundeshaushalt nicht geben.

Nun gibt es mehrere regionale Bestrebungen zu einer Demonstration in Berlin. Bündnisse in Schleswig-Holstein, Hamburg und Niedersachsen rufen daher ihre Mitglieder auf, am 6. November ab 11 Uhr am Brandenburger Tor für eine Inflationsprämie zu demonstrieren, und organisieren Fahrten. Der SoVD-Bundesverband unterstützt diese Maßnahmen und beteiligt sich an der Aktion.



## Teilnehmende aus allen Altersklassen mit und ohne Rund 900 Starter\*innen

Gelebte Inklusion, Spaß, Gemeinschaft, Vielfalt – und das alles bei strahlendem Sonnenschein. Beim neunten SoVD-Inklusionslauf auf dem Tempelhofer Feld herrschten perfekte Bedingungen für einen erfolgreichen Tag voller Bewegung und Unterhalt-

Zum Auftakt war es noch ein bisschen frisch, aber viele Besucher\*innen und Teilnehmende der verschiedenen Disziplinen waren trotzdem schon zum Veranstaltungsort auf dem Tempelhofer Feld gekommen. Moderator Rafael Treite eröffnete gut gelaunt das Event und die Kifrie-Musiketage stand zum ersten Mal auf der Bühne, um ihren Song zum Inklusionslauf zu spielen. Darin gibt es die passende Textzeile „Gemeinsam kommen wir ans Ziel“, die damit einen passenden Grundstein für einen Tag voller Sport und Spaß bildete.

### Inklusionslauf als Symbol für Vielfalt und Miteinander

Die Begrüßung übernahm die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Sie hieß die Gäste willkommen und sprach über den Inklusionslauf und dessen Geschichte seit der ersten Ausgabe 2014. Engelmeier freute sich über rund 900 Teilnehmende zwischen 1 und 86 Jahren und bedankte sich bei den Kooperationspartnern, nämlich dem Sportclub Lebenshilfe, dem Berliner Leichtathletik-Verband, der Lebenshilfe Berlin und dem Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband, sowie für die Förderung durch die Aktion Mensch.

Sie hob den Vorbildcharakter des Inklusionslaufes auch für andere Veranstaltungen hervor. Denn während es hier selbstverständlich sei, dass Menschen mit und ohne Behinderungen gemeinsam Sport machen, sei das leider nicht die Regel. Auch die Schirmherrin der

diesjährigen Ausgabe, Franziska Liebhardt, richtete einige Worte an die Gäste und Sportler\*innen. Für sie sei es eine „große Ehre“, Teil des Inklusionslaufes zu sein. Denn der sei ein Symbol für „Vielfalt, Gemeinschaft und Miteinander“. Sie berichtete über ihre Arbeit als Vorsitzende der Kinderhilfe Organtransplantation (KiO) und ihre Erfahrungen als organtransplantierte Person.

### Sportlicher Auftakt mit Bambinilauf und Staffell

Der sportliche Teil begann mit dem Bambinilauf. Hier starteten viele Kinder – auch mit Beeinträchtigungen – in einem bunten, gut gelaunten Rennen über 300 Meter. Mit Unterstützung der Eltern und lautstarken Anfeuerungen von außen kamen alle glücklich ins Ziel. Bei diesem Lauf begleitete die SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier ihre Enkelin auf der Strecke.

Etwas länger wurde die Distanz im anschließenden Staffellauf, bei dem vier Mitglieder einer Staffel jeweils eine Strecke von 400 Metern zu absolvieren hatten. Auch hier nahmen mehrere Starter\*innen im Rollstuhl oder mit anderen Beeinträchtigungen teil – unter anderem der Vorsitzende der SoVD-Jugend, Sebastian Freese. Auch der SoVD-Landesverband Rheinland-Pfalz / Saarland beteiligte sich mit einer Staffel, und diese war als eine der ersten im Ziel.

### Besuch aus dem Berliner Spitzensport

In den Rennen über 1 und 2,5 Kilometer gab es einige be-

eindruckende Sprints zu sehen, aber es ging natürlich auch etwas gemächlicher ins Ziel – beim Inklusionslauf stehen der Spaß an der Bewegung und die Gemeinschaft im Mittelpunkt.

Über die 2,5-Kilometer-Distanz war auch Fabian Drescher, Präsident von Hertha BSC, als Teilnehmer dabei. Er lobte im Anschluss das Konzept der Veranstaltung und äußerte große Anerkennung für die Teilnehmenden. „Es ist beeindruckend zu sehen, wie Inklusion und Sport hier auf so wunderbare Weise vereint werden“, sagte er am Mikrofon.

Bevor die letzten Läufe auf dem Tempelhofer Feld anstünden, sorgte die Tombola für glückliche Gesichter bei den Gewinner\*innen.

### Rollstuhlparcours lud zum Mitmachen ein

Neben den etwa 900 Starter\*innen in den verschiedenen Disziplinen waren in diesem Jahr auch außerordentlich viele Besucher\*innen auf dem Tempelhofer Feld. Für sie gab es ein umfangreiches Rahmenprogramm mit Unterhaltung auf der Bühne und vielen Ständen zum Infomieren und Mitmachen. Zu den Ausstellern gehörten etwa die SoVD-Berufsbildungswerke Nordic CAMPUS und BBW Stendal, die Fürst-Donnersmarck-Stiftung Berlin und das Pfefferwerk Stadtkultur. Die Einrichtungen waren außerdem mit vielen Teilnehmenden bei den verschiedenen Läufen dabei.

Großer Andrang herrschte auch beim Rollstuhlparcours. Viele Kinder nutzten die Gelegenheit, das für sie



Foto: Sascha Pfeiler

Zusammenarbeit und Koordination sind beim Staffellauf von großer Bedeutung.



Foto: Sascha Pfeiler

Das BBW Stendal war mit einer großen Gruppe von Läufer\*innen auf dem Tempelhofer Feld dabei.



Foto: Sascha Pfeiler

Drei, zwei, eins und los! Ein buntes Feld von Teilnehmenden setzte sich jeweils über die verschiedenen Strecken in Bewegung. Ins Ziel kam jede\*r auf eigene Weise und im eigenen Tempo.



Foto: Denny Brückner

Unter blauem Himmel und mit guter Laune läuft es sich am besten. Beim Inklusionslauf gab es entsprechend viele lachende Gesichter.

## Einschränkungen feierten gemeinsam Inklusion in Berlin beim SoVD-Inklusionslauf

In diesem Jahr lockte die Veranstaltung eine Rekordzahl an Teilnehmenden und Gästen an. Im Mittelpunkt standen die sportlichen Leistungen. Mit dem Bühnenprogramm, vielen Ausstellern und der großen Tombola gab es aber auch abseits der Strecke ein buntes Angebot.

ungewohnte Fortbewegungsmittel auszuprobieren und neue Einblicke zu gewinnen. Rollstuhlfahrer\*innen konnten an den Rampen und beim Slalomfahren ihre Geschicklichkeit zeigen. Sehr beliebt waren zudem die Torwand und das Kinderschminken.

Zwischen den Läufen unterhielten die Kifrie-Musiketage und die Trommelgruppe der Ufa-Fabrik mit ihren musikalischen Beiträgen die Gäste. Die Trommelgruppe war nicht nur auf der Bühne, sondern auch im Start- und Zielbereich im Einsatz und feierte die Teilnehmenden zu sportlichen Höchstleistungen an.

### Große Freude über die eigene Leistung im Ziel

Als großer Abschluss waren die Läufe über 5 und 10 Kilometer an der Reihe. Hier setzten sich noch einmal viele Menschen in Bewegung, um die Strecke zu bewältigen. Und egal, ob sie für eine Runde unter 20 Minuten brauchten oder mehr als eine Stunde unterwegs waren – im Ziel war die Freude, aber manchmal auch die Erschöpfung groß. Mit Traubenzucker, viel Flüssigkeit und Äpfeln, die es sofort nach dem Zieleinlauf gab, um den Energiehaushalt wieder aufzufüllen, ließ sich dem aber beikommen.

Einer der Teilnehmer über die 10-Kilometer-Strecke war Linus Bade. Der Inklusionsaktivist und Influencer ist aufgrund einer Spastik bewegungs eingeschränkt. Er hat für sich das Frame Running entdeckt: eine Sportart, bei der eine Mischung aus Fahrrad und Dreirad ohne Pedale nur durch die Bewegung

der eigenen Beine bewegt wird. Mit seinem Gefährt war er sehr schnell über die 10 Kilometer unterwegs. Am Tag vor dem Inklusionslauf war er außerdem Protagonist in einem Beitrag des ZDF-Mittagsmagazins, der seinen Alltag und seine Vorbereitung auf den Lauf zeigte.

### Im nächsten Jahr feiert der Lauf zehnjähriges Jubiläum

Der Inklusionslauf ist ein Beispiel dafür, wie Inklusion im Alltag gelingen kann. Die vielen strahlenden Gesichter der Teilnehmenden machten allen klar, wie sehr es solche Veranstaltungen braucht. „Dieser Lauf zeigt, dass es keine Barrieren gibt, wenn wir gemeinsam etwas erreichen wollen.“



Foto: Denny Brückner

„Frame-Runner“ Linus Bade war wieder beim Inklusionslauf dabei und absolvierte die 10 Kilometer.

Schwerpunkt „nicht sichtbare Beeinträchtigungen“

## Interessante Gespräche beim Talk auf der Bühne

Zum Inklusionslauf gehört auch das Programm auf der Bühne, selbstverständlich mit Übersetzung in Gebärdensprache. In diesem Jahr sprachen die Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann von der Depressionsliga über ihre Erfahrungen.

Schwerpunktthema beim SoVD-Inklusionslauf waren „nicht sichtbare Beeinträchtigungen“. Dazu sprachen die Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann, Vorstandsmitglied der Depressionsliga, auf der Bühne. Die Depressionsliga unterstützt Betroffene und Angehörige beim Umgang mit der Krankheit und setzt sich für eine Entstigmatisierung in der Gesellschaft ein.

Beide wünschten sich mehr Bewusstsein in der Öffentlichkeit und mehr Sensibilität für das Thema. Außenstehenden fehle häufig Empathie im Alltag, wenn sie auf Menschen mit nicht sichtbaren Einschränkungen trafen, so Liebhardt. Vorthmann beklagte die allgegenwärtige „Ellenbogengesellschaft“, die es Betroffenen schwer mache, mit ihrer Erkrankung an die Öffentlichkeit zu gehen. Auch im Arbeitsleben gebe es viele Herausforderungen.

Passend zur Veranstaltung betonten beide den positiven Einfluss von Sport auf ihr Wohlbefinden.



Foto: Sascha Pfeiler

Michaela Engelmeier bei der Eröffnung des Inklusionslaufes.



Foto: Sascha Pfeiler

V. li.: Moderator Rafael Treite, Schirmherrin Franziska Liebhardt und Oliver Vorthmann, Vorstandsmitglied der Depressionsliga.



Foto: Sascha Pfeiler

So viele Besucher\*innen wie noch nie zuvor waren am 12. Oktober zum SoVD-Inklusionslauf gekommen und machten ihn zu einer erfolgreichen Veranstaltung. Viele informierten sich dabei auch über die Arbeit des Verbandes.

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



Urlaub in der Kleingruppe: Leistungen variieren

## Bei „Seniorenreisen“ genau hinschauen

**Gut betreut reisen, eine Reiseleitung kümmert sich um alles: Viele, die älter oder in ihrer Gesundheit oder Mobilität eingeschränkt sind, sehen das als entspannten Urlaub. Doch bei Reisen speziell für Senior\*innen sollten Interessierte die Leistungen gut prüfen.**

Sich um Transfer, Hotel, Essen und Ausflüge nicht sorgen – die Angebote für begleitete Gruppenreisen nähmen zu, so die Verbraucherzentrale Niedersachsen. Doch „Seniorenreise“ sei kein geschützter Begriff. Daher sollte man genau vergleichen. Erfüllen die enthaltenen Leistungen alle Bedürfnisse? Inbegriffen sein können etwa medizinische Betreuung, Kuranwendungen, Beratungen, spezielle Kost oder barrierefreie Transporte und Zimmer. Vorsicht gelte bei lauter Zusatzoptionen. Und sind Verkaufsveranstaltungen geplant, lieber Finger weg! *ele/dpa*



Foto: Marek / Adobe Stock

**Nicht alle Angebote sind seriös.**

## Aktuelles Urteil

### Kein früherer Arzttermin gegen Bezahlung

**Fachärzt\*innen haben oft monatelang keine freien Termine für gesetzlich Krankenversicherte. Nun wurde ein Fall aus Solingen bekannt, in dem eine Augenheilkunde-Praxis von einem Patienten 150 Euro aus eigener Tasche für einen früheren Termin wollte. So ein Vorgehen ist nicht erlaubt, stellte das Landgericht Düsseldorf klar.**

Nach Buchung in einem Online-Portal bot die Praxis dem Kassenpatienten telefonisch an, für den Termin 150 Euro zu zahlen – oder Monate zu warten. Er meldete es der Verbraucherzentrale NRW. Die mahnte den Arzt ab und klagte, da er keine Unterlassungserklärung unterschrieb.

Das Gericht urteilte: Der Arzt darf solche Selbstzahler\*innen-Termine gegen Aufpreis nicht anbieten. Die Zeit lag in den Sprechstunden für gesetzlich Versicherte, die nötige Behandlung wäre eine Kassenleistung gewesen und er habe gegen die ärztliche Berufsordnung verstoßen (Az.: 34 O 10/22). *ele/dpa*



Foto: ISO K Medien GmbH / Adobe Stock

**Reguläre Sprechstunden sollen allen Versicherten offenstehen.**

E-Scooter stehen und liegen auf Gehwegen – nicht barrierefrei und ein Risiko

## Gefahr für blinde Menschen

**Elektrisch angetriebene Tretroller, sogenannte E-Scooter, sind „Elektrokleinstfahrzeuge“ und dürfen in Deutschland seit Mitte 2019 auf die Straße. Diese Freigabe sollte zur Verkehrswende beitragen. Bisher zeigen sich jedoch Probleme: viele Unfälle – sowie Risiken für Menschen mit Einschränkungen.**

Manche stellen die meist gemieteten E-Scooter nach der Fahrt achtlos ab. Oft stehen und liegen diese mitten auf Gehwegen und Plätzen. Das ist für Fußgänger\*innen ein Hindernislauf, für Personen mit Gehbehinderung oder Kinderwagen schwierig – und für Blinde und Sehbehinderte gefährlich. Sie können stolpern und stürzen.

Der SoVD fordert darum endlich Regeln, wo und wie die Roller parken dürfen. Wege müssten immer frei sein. Das sollte die Elektrokleinstfahrzeuge-Verordnung klarstellen, die die Regierung gerade überarbeitet.

Anlass ist unter anderem, dass es immer mehr Unfälle mit E-Scootern gibt. So sollen etwa Blinker Pflicht werden. Geplant ist jedoch zudem, auch für sie Gehwege und Fußgängerzonen mit Zusatzzeichen „Radverkehr



Foto: Thomas Bartilla / Geisler-Fotopress / picture-alliance

**Besonders für Blinde sind im Weg geparkte Roller Stolperfallen.**

frei“ im Schrittempo freizugeben. „Das darf aber nicht zu noch mehr auf Fußwegen abgestellten E-Scootern führen!“, so SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier bei einem Termin im Verkehrsministerium.

Bisher dürfen die Stehroller nur auf Radwegen, Fahrbahnen und Seitenstreifen fahren. Nicht zu verwechseln sind sie mit Elektrorollstühlen und -mobilen für Gehbehinderte, die man oft ebenfalls E-Scooter nennt. *ele*

Jobcenter rechnet Einkommen und Vermögen an – aber manches davon nicht

## Abzüge vom Bürgergeld

**Das Bürgergeld soll das Existenzminimum sichern. Dass es dafür mit der jetzigen Berechnungsmethode der Regelsätze nicht ausreicht, kritisiert der SoVD immer wieder. Manche der über fünf Millionen Arbeitsuchenden verdienen deshalb hinzu. Prinzipiell dürfen sie so viel arbeiten, wie sie wollen. Aber das Jobcenter verrechnet es mit dem Bürgergeld. Was darf man behalten, was wird weggekürzt?**

Dank Freibeträgen kann sich der „Nebenjob“ lohnen, weil am Ende etwa zusätzlich übrig bleibt. Das gilt für angestellte wie selbstständige Tätigkeiten.

100 Euro sind pauschal immer „frei“. Hinzu kommen nach der Höhe des Verdienstes gestaffelte weitere Beträge.

Bei einem Minijob darf man zusätzlich 20 Prozent des Geldes über den 100 Euro behalten.

Bei Jobs bis 1.000 Euro brutto bleiben pro Single ohne Kind 30 Prozent anrechnungsfrei. Verdient die Person zwischen 1.000 und 1.200 Euro brutto, bleiben ihr von dem Betrag zwischen den beiden Grenzen 10 Prozent. So kann sie auf bis zu 348 Euro Freibetrag kommen. Singles mit minderjährigem Kind haben eine Obergrenze von 1.500 Euro.

### Komplizierte Anrechnung

Alle Beträge richten sich nach dem Brutto, abgezogen werden sie aber vom Netto. Das macht die Rechnung kompliziert. Wie viel das Jobcenter im Einzelfall kürzt, hängt zudem von noch mehr Faktoren ab: etwa Familienstand, Zahl und Alter von Kindern, Fahrtkosten, Versicherungen und Steuern. Vorher schauen kann man im „Freibe-



Foto: juergenphilipps / Adobe Stock

**Wer im Leistungsbezug arbeitet, darf einen Teil behalten. Auch bei anderen Einkünften und bei Vermögen gibt es „geschützte Arten“.**

tragsrechner“ des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, ganz unten auf: [www.sgb2.info](http://www.sgb2.info).

### Ausnahmen und Schonfristen

Bei anderen Arten von Einkommen gibt es keine Freibeträge. Komplette verrechnet das Amt etwa Eltern-, Kinder- und Krankengeld, Unterhalt, Mieteinnahmen, Kapital- und Zinserträge, Dividenden, Renten, Steuererstattungen, Abfindungen, BAFöG, Ausbildungsgeld und Wohngeld.

Unangetastet bleiben Sonderbezüge wie Opferentschädigung,

Blindengeld, Mutterschaftsgeld, Ferienjobs, Geld für Pflegekinder und Katastrophenhilfen.

Auch Vermögen ist teils geschützt. Zum Schonvermögen gehören selbst bewohnte, angemessene Immobilien, „unerhebliches“ Erbe oder Schmuck. Beim Rest gelten Freibeträge: im ersten Jahr 40.000 Euro für den\*die Antragsteller\*in und 15.000 Euro für jedes weitere Bedarfsgemeinschaftsmitglied; ab dem zweiten Jahr pro Person 15.000 Euro. Alles darüber wird am Bürgergeld gekürzt. *ele/dpa*

# Großes Engagement gesucht!

Seit über 100 Jahren wird der SoVD vom freiwilligen Engagement seiner Mitglieder getragen. Bundesweit sind sie das Rückgrat in den Orts- und Kreisverbänden. Mit der Auszeichnung „SoVD-Superheld\*in“ ehrt der Verband Personen, die sich besonders verdient gemacht haben. Nun geht die Aktion in die nächste Runde.



Noch ist es nicht lange her, dass im Rahmen der inklusiven Ruder-Regatta in Grünau bei Berlin die Kürung der SoVD-Superheld\*innen 2024 stattfand. Drei Mitglieder wurden für ihren Einsatz und ihre ehrenamtliche Verdienste im SoVD ausgezeichnet, und dies auch stellvertretend für viele andere Aktive, die den SoVD ausmachen. Bei der Verleihung hieß es: „Unsere Mitglieder, vor allem in den Orts- und Kreisverbänden, die einander helfen, unterstützen, die Gemeinschaft und Solidarität täglich leben, sind unser Rückgrat im Sozialverband Deutschland!“



Foto: Laurin Schmid

**Anne-Dörthe Lorenz (NRW) und Ulrich Helmboldt (NDS) waren gemeinsam mit Martina Serowi (RPS) die Preisträger\*innen des Jahres 2024.**

Und genauso ist es. Diese Feststellung gilt für den heutigen, modern aufgestellten SoVD ebenso wie für den Verband, als er noch Reichsbund hieß. Auch künftig will der Verband deshalb das herausragende soziale Engagement einzelner SoVD-Mitglieder würdigen und auszeichnen. Ob nachbarschaftliche Hilfe, Organisation von Gemeinschaftsnachmittagen, Gruppenreisen und Informationsveranstaltungen oder unentgeltliche Beratung in sozial(rechtlich)en Angelegenheiten

– jedes Engagement ist wichtig für die ganze Gemeinschaft.

Wie geht es weiter? Zunächst sind Sie – alle SoVD-Mitglieder – und Ihre Initiative gefragt. Schicken Sie uns Ihre Vorschläge für Mitglieder, die sich in Ihren Augen ehrenamtlich in besonderer Weise verdient gemacht haben!

Nutzen Sie für eine Berücksichtigung im Auswahlverfahren bitte das unten stehende Formular und senden Sie es uns ausgefüllt zurück an:

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

Sie können Mitglieder auch online über den unten stehenden QR-Code nominieren.

Unter allen Einsendungen wählt später eine Jury unter Leitung der SoVD-Vorstandsvorsitzenden Michaela Engelmeier wieder drei Gewinner\*innen aus. Diese werden zum nächsten SoVD-Inklusionslauf am 11. Oktober 2025 nach Berlin eingeladen und im Rahmen der inklusiven Großveranstaltung als „SoVD-Superheld\*innen des Jahres“ gekürt. Die Preisträger\*innen erhalten eine Auszeichnung und einen Zuschuss zur Ortsverbandsarbeit. Selbstverständlich benachrichtigen wir die Gewinner\*innen rechtzeitig. Zuvor werden wir in der Septemberausgabe 2025 der SoVD-Zeitung zahlreiche Superheld\*innen mit einem Foto und einer Kurzbeschreibung vorstellen. *veo*

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.sovd.de/sovdsuperhelden](http://www.sovd.de/sovdsuperhelden).

## Wer sind unsere SoVD-Superheld\*innen?

Zum Online-Formular ►



### MEIN VORSCHLAG FÜR DEN\* DIE SOVD-SUPERHELD\*IN

#### Einsender\*in

Name

Gliederung

Im Verband seit

Telefon

E-Mail

#### Superheld\*in



Name

Gliederung

Im Verband seit

Telefon

E-Mail

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

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





Foto: photophonie/Adobe Stock

**Altersarmut in Deutschland wächst – mit einer hohen Dunkelziffer. Geld vom Staat, das ihnen zustünde, beziehen Ältere oft gar nicht.**

Viele stellen keine Anträge auf Grundsicherung im Alter

## Verzicht auch aus Scham

**Rund 80 Prozent der berechtigten Senior\*innen nahmen laut Schätzungen die Grundsicherung im Alter in den letzten Jahren nicht in Anspruch, wenn sie nur Aussicht auf Beträge bis 200 Euro hatten.**

Fachleute gehen davon aus, dass insgesamt etwa 60 Prozent ihre Ansprüche nicht einforderten und auf Geld vom Staat verzichteten. Die Gründe seien unterschiedlich: etwa, weil sie sich schämten, nichts davon wussten oder den Antrag zu kompliziert fanden.

Das ergab eine Überblicksstudie des Deutschen Institutes für Interdisziplinäre Sozialpolitikforschung (Difis). Nähmen alle Haushalte ihre Rechte wahr, hätten sie etwa 30 Prozent mehr Einkommen. Wie bei allen Sozialleistungen gab es aber nur Zahlen von 2019.

Dass so viele die Grundsicherung im Alter nicht nutzen, ist ein sozialpolitisches Problem. Denn so bleiben ihre Ziele unerreicht: Altersarmut zu verringern oder gar zu verhindern sowie Teilhabe an der Gesellschaft zu sichern. Darauf weist auch die Autorin der Studie hin. Sie schlägt vor, die Antragstellung zu erleichtern, etwa indem sie einfach in Seniorentreffs möglich wäre. *ele/difis/dpa*

[www.sovd.de/die-bessere-Rente](http://www.sovd.de/die-bessere-Rente)

Die  
bessere  
Rente



Volkstrauertag am 17. November – Gedenken an Opfer von Krieg und Gewalt

## Erinnern und Frieden suchen

**Der Volkstrauertag 2024 fällt auf den 17. November. Längst gilt der stille Feiertag nicht mehr nur den gefallenen deutschen Soldaten und Ziviltoten zweier Weltkriege: Deutschland gedenkt aller Opfer von Krieg, Gewaltherrschaft und Terror weltweit – und mahnt zu Versöhnung, Verständigung und Frieden.**

Laut dem „Friedensgutachten 2024“ gab es im letzten Jahr mehr Gewaltkonflikte und Todesopfer auf der Welt als je zuvor. Über die Hälfte von ihnen trugen sich in Afrika zu. Im Bewusstsein sind hierzulande aber vor allem die beiden Kriege in der Ukraine und im Nahen Osten infolge des Überfalls der Terrororganisation Hamas auf Israel vor gut einem Jahr. Auch das sind Themen der Veranstaltungen zum 17. November.

### Offizielle Gedenkfeier zeigt internationale Freundschaft

Im Mittelpunkt steht stets die Kranzniederlegung in der Zentralen Gedenkstätte der Bundesrepublik Deutschland, der Neuen Wache in Berlin. Die zentrale Gedenkstunde findet danach im Plenarsaal des Bundestages statt. Veranstalter ist der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e. V. Das ZDF überträgt ab 13.30 Uhr live, Phoenix auch mit Gebärdendolmetschung.

Neben den höchsten Vertretern der Bundesrepublik nehmen wichtige nationale und internationale Gäste aus Politik, Kultur, Wirtschaft, Religionen, Verbänden und Organi-



Foto: Jörg Carstensen/picture-alliance

**Das vergangene Jahr stellte einen Negativrekord auf. Doch Krieg, Gewaltherrschaft und Terror kosten zu allen Zeiten weltweit Opfer.**

sationen teil. Die Gedenkstunde steht diesmal im Zeichen der deutsch-rumänischen Freundschaft; Hauptredner ist Rumäniens Staatspräsident Klaus Iohannis. Die Feier wird mit Musik umrahmt. Zudem zeigen junge Menschen ihre Sicht auf Krieg, Frieden und Erinnerungskultur.

### SoVD beteiligt sich an der Erinnerungskultur

Hinzu kommen deutschlandweit etliche lokale Veranstaltungen auf Friedhöfen und an

Gedenkstätten. An vielen Orten beteiligt sich traditionell auch der SoVD, 1917 als Kriegsopferverband gegründet.

Volkstrauertag ist immer zwei Sonntage vor dem ersten Advent. Dass sich der weltliche Feiertag nach religiösen Daten richtet, stößt teils auf Kritik. Christliche Totengedenken fallen in denselben Monat: katholisch Allerheiligen am 1. und Allerseelen am 2., evangelisch Toten- oder Ewigkeitssonntag, diesmal am 24. November. *ele*

## SoVD im Gespräch



**Die DBR-Vertreterinnen Michaela Engelmeier (li.), Prof. Dr. Sigrid Arnade (vorne) und Verena Bentele (VdK, re.) gehörten ebenso zur Delegation wie Bundesbehindertenbeauftragter Jürgen Dusel und BMAS-Staatssekretärin Kerstin Griese (Mitte).**

### G7-Treffen zu Inklusion

Als Teil der deutschen Delegation reiste SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier nach Italien: zum ersten G7-Ministertreffen zum Thema Inklusion und Behinderung vom 14. bis zum 16. Oktober in Assisi und Solfagnano. Neben den Sozialminister\*innen der sieben großen Industriestaaten waren auch Gastländer dabei. Die Ergebnisse, festgehalten in der „Solfagnano-Charta“, sollen Maßnahmen weltweit voranbringen.

Engelmeier nahm dort an einer Podiumsdiskussion über Inklusion bei der Notfallversorgung teil. Sie lobte Fortschritte bei den Notrufdiensten, kritisierte aber das Katastrophenmanagement.

### Jubiläumsfeier bei der meravis

75 Jahre gibt es die Wohnungsgesellschaft meravis, die zur SoVD-Familie gehört – ein Grund zum Feiern! Zu Gast war auch SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier. Mit dem Verbandsratsvorsitzenden Bernhard Sackarendt gratulierte sie dem meravis-Aufsichtsratsvorsitzenden Reinhard Meyer überdies zu 25 Jahren Einsatz als SoVD-Bundesrevisor und Revisorensprecher.

Geladen waren zudem aus dem SoVD Alfred Bornhalm, Landesvorsitzender Schleswig-Holstein, Dirk Swinke, Vorstandsvorsitzender Niedersachsen, Dirk Kortylak, Vorstand Niedersachsen, sowie GdW-Präsident Axel Gedaschko.



Foto: Denny Brückner

**V. li.: meravis-Aufsichtsratsvorsitzender Reinhard Meyer, SoVD-Vorstandsvorsitzende Michaela Engelmeier sowie die beiden meravis-Geschäftsführer Prof. Dr. Florian Ebrecht, der neu im Amt begrüßt wurde, und Matthias Herter.**

Länder wollen endlich Teilhabe von Menschen mit Behinderungen stärken

# Finanzlücken bei der Inklusion

In Deutschland leben rund 13 Millionen Menschen mit Behinderungen. Ihre gesellschaftliche Inklusion ist ein demokratisches Grundprinzip. Das Thema stand bei der Ministerpräsident\*innen-Konferenz in Leipzig Ende Oktober im Fokus. Doch ohne solide Finanzen könnte die Umsetzung ins Stocken kommen.

Die Länder wollen Menschen mit Behinderungen besser in die Gesellschaft einbinden. Spätestens seit der UN-Behindertenrechtskonvention, seit 2008 in Kraft, ist Deutschland zur Inklusion aber längst verpflichtet. Über das Ziel sei man sich bundesweit auch einig, so der

gastgebende sächsische Ministerpräsident Michael Kretschmer (CDU). Im nationalen Recht regelt das nun unter anderem das Bundesteilhabegesetz.

Doch der Blick in die Realität zeigt Lücken und Verbesserungsbedarf. Das kritisiert der SoVD immer wieder dringlich.

Die Regierungschefs und -chefinnen berieten sich auch mit den Behindertenbeauftragten von Bund und Ländern, vor allem zu Inklusion bei Bildung, Arbeit, Wohnen und Gesundheit. Die Kosten für die Maßnahmen seien gestiegen. Der Bund müsse sich mehr beteiligen. *ele/dpa*



## Aktuelles Urteil



Foto: Viacheslav Yakobchuk / Adobe Stock

Stufen am Wohnhaus können manche nur mit Hilfe bewältigen.

# Vermieter muss Rampe für Rollstuhl erlauben

11.000 Euro Entschädigung für Diskriminierung muss eine Berliner Wohnungsbaugesellschaft einem Mieter im Rollstuhl zahlen. Sie hatte ihm nicht genehmigt, eine Rampe ans Haus bauen zu lassen.

Die Gesellschaft verweigerte die Zustimmung hartnäckig, zwei Jahre lang und aus pauschalen Gründen, „die nicht ansatzweise zu überzeugen vermochten“, so das Berliner Landgericht. Es urteilte: Das ist diskriminierend. Dafür sprach es dem Rollstuhlfahrer nach dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG) 11.000 Euro zu.

Eine hohe Entschädigung sei angebracht, denn die Vermieterin habe den Mann wegen seiner Behinderung gravierend benachteiligt. Ohne Hilfe anderer könne er nicht sechs Treppenstufen überwinden. So habe er das Haus nicht spontan und eigenständig verlassen oder betreten können und sei in seiner Bewegungs- und Handlungsfreiheit stark eingeschränkt gewesen (Az.: 66 S 24 / 24).

Wegen Diskriminierung geklagt hatte der Mann, als er in einem anderen Prozess den Anbau erzwungen hatte. Auch da stellte das Gericht klar: Ist jemand darauf angewiesen, muss der Vermieter eine Rampe erlauben (Amtsgericht Kreuzberg, Az.: 7 C 118 / 23). *ele/dpa*

Hoher Stand von Erkältungen und Corona – Mehrheit geht nicht zu Ärzt\*innen

# 6,9 Millionen Atemwegsinfekte

Von Erkältung über grippale Infekte oder echte Grippe bis Corona: Für diese Jahreszeit sind vergleichsweise viele Menschen in Deutschland akut krank. Das berichtete das Robert Koch-Institut (RKI) im Oktober. Schwere Fälle seien aber, ähnlich wie in den Vorjahren, recht selten.

Insgesamt 6,9 Millionen akute Atemwegsinfekte deutschlandweit schätzte das RKI zuletzt – unabhängig davon, ob die Erkrankten damit auch eine ärztliche Praxis aufsuchten. Und das taten laut dem RKI-Bericht hochgerechnet nur rund 1,5 Millionen Menschen. Die große Mehrheit kurierte ihre Symptome eher in Eigenregie aus.



Foto: Subbotina Anna / Adobe Stock

Dabei handelte es sich, so schätzt das Institut, um 900 Corona-Erkrankungen pro 100.000 Einwohner\*innen. Eingeschickte Proben aus Praxen, wenn Patient\*innen dort waren, wiesen allerdings mit 29

Prozent am häufigsten Rhinoviren nach, also die klassischen Erkältungsviren. Coronaviren lagen mit 19 Prozent dann auf Platz zwei. Die Erreger Influenza A und B, die für die Grippe verantwortlich sind, wurden dabei nicht mit nachgewiesen.

Corona bleibt im Umlauf. Mitte Oktober wurden dem RKI 11.580 laborbestätigte Fälle gemeldet, die Tendenz war nur leicht abnehmend. In der ganzen Saison gab es bisher 193 übermittelte Todesfälle mit Corona-Infektion. Fast alle Verstorbenen (96 Prozent) waren 60 Jahre oder älter. *ele/dpa*

Die meisten gehen nicht mit jeder Erkältung in eine Praxis.

### Anzeige

#### Teutoburger Wald

Bad Salzfluten FeWo an der Promenade, 1A Lage, privater Garten, überdachte Terrasse, ☎ 05222 / 15217 | fewabadsalzfluten@gmail.com

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

#### Polnische Ostsee

**Speziell für den SoVD inklusive Haustürabholung 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 Mai 2025**  
1 Woche **Masuren** mit Ausflüge und 1 Woche Erholung/ Kur poln. Ostsee,  
alles inkl. Haustürabholung, Ü/F/HP, Ausflüge, Eintrittsgelder, Kur, p.P. im DZ **1.299€**  
**Die letzten freien Termine in Swinemünde, Kolberg, Henkenhagen**  
für Ihren Weihnachts- / Silvesterurlaub mit Transfer, kurzfristig buchen!!!  
Ü/F/HP/2 Anwendungen p. Werktag, Weihnachts u. Silvesterfeier **Katalog anfordern**

#### 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 Spessartruh | Wiesenerstr.129 | 97833 Frammersbach, Bayern**  
Tel. 09355-7443 | www.landhotel-spessartruh.de landhotel@spessartruh.de

#### Bayerischer Wald

**Denken Sie JETZT an Ihre Gruppenreise 2025!**  
**Schönes Hotel zwischen Passau & Nationalpark Bay. Wald**  
Alle Zimmer mit DU/WC, Fön, Telefon, Sat-TV, Hallenbad (33°C), Sauna, Dampfsauna, Farblicht-Saunarium, Solarium, Kräutersauna, Solebad, Rosenbad, Fitnessraum und Ruhepavillon, Lift, 2 Kegelbahnen, windgeschützte Terrasse. Frühstücksbuffet, Menüwahl.  
**5** Übernachtungen mit Halbpension p.P. im DZ inkl. 1 x Reiseleitung für eine Tagesfahrt **330,-**  
Inhaber: Alfred Binder  
Freihöfer Str. 6  
94124 Buchberg  
Tel. 08505-9007-9  
Fax 08505-9007-99  
info@hotelbinder.de  
**www.HotelBinder.de**

#### 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**

#### Harz

Bad Lauterberg FeWo, Kab.-TV, Sep.-Eing., Ruh.Lage, 2 Pers, ab 35,-€/Tag ☎ **05524/1630**

Ihr Anzeigenvermarkter der SoVD Zeitung!

**agentur run**  
• Onlinemarketing  
• Mediaplanung  
• Kooperationsmarketing  
Anspruchspartner  
Agentur Neun GmbH  
Vanessa Kunz  
Pforzheimer Straße 132  
76275 Ettlingen  
Telefon: 07243/ 53 90-123  
E-Mail: vanessa.kunz@agenturneun.de

#### Nord-/ Ostsee

**Büsum\*\*\* FeWo-2Pers.** 38qm/FeWo-4Pers. 50qm, Küche, WoZ., SZ., D-Bad, Balkon, Garten, Stellplatz, TV uvm. ☎ **0174/6113066**

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

**Nord-Ostsee-Kanall** Meist befahrene Wasserstraße der Welt, Fewos, Dachterr., Badesea, Hauspr. ☎ **04835/1300, landhausamgrashof.de**

**FeWh. in Husum**, strandnah, für 2-4 Personen 50,- € pro Tag ☎ **04841/63987** **www.jacobs-ferienwohnung.de**

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

**BÜSUM, \*\*\*\*-Fewo, 1 - 3 Personen**, 5 min. z. Strand u. Ortskern, Flachbild-Kabel-TV, NR, keine Haustiere, ab 29,- € ☎ **04834/2611 • www.haus-corinna.de**

**FeWh. für 2-4 Pers.**, kuschliges Privathaus in Westerland/Sylt, großer Garten ☎ **0174-5890901**

**Urlaub an der Nordsee** Ferienhaus mit Garten. ☎ **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**

### 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**

# Gedenkveranstaltung in der Herschelstraße 31

In der Herschelstraße 31 in Hannover hat der heutige Sozialverband Deutschland (SoVD) 1957 seine Landesgeschäftsstelle erbaut. Erst viele Jahrzehnte später erfuhr der Verband bei einem Besuch der Gedenkstätte Ahlem, dass sich auf seinem Grundstück von 1941 bis 1943 ein sogenanntes „Judenhaus“ befand. Seitdem hat Nancy Widmann, Historikerin und Leiterin der Abteilung Organisation beim SoVD in Niedersachsen, nach den Geschichten und Schicksalen der damaligen Bewohner\*innen geforscht und versucht, nachzuvollziehen, was sich in der Herschelstraße während der Nazi-Zeit ereignet hat. Gemeinsam mit der Stadt Hannover, der Zeitzeugin Ruth Gröne, die als Kind in dem „Judenhaus“ leben musste, und der Historikerin Dr. Marlis Buchholz arbeitete der SoVD die Geschehnisse auf. Ein wichtiger Teil dessen war die Entwicklung einer Gedenktafel in Zusammenarbeit mit der Landeshauptstadt Hannover: Im Rahmen einer Veranstaltung am 9. Oktober 2024 enthüllten der SoVD-Vorstandsvorsitzende Dirk Swinke und Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay gemeinsam die Stadttafel zum dauerhaften Erinnern an das ehemalige „Judenhaus“ und seine Bewohner\*innen.

Seit mehr als 100 Jahren setzt sich der SoVD für Toleranz, gesellschaftlichen Zusammenhalt und gegen das Vergessen ein. Deshalb war es Niedersachsens größtem Sozialverband besonders wichtig, die Geschichte des „Judenhauses“ in der Herschelstraße aufzuarbeiten. Dort lebten zahlreiche Jüdinnen und Juden, zumeist in „Mischehen“, unter widrigen Bedingungen und waren Kontrolle sowie brutaler Gewalt und Willkür der Gestapo ausgeliefert.

## Grußworte des Oberbürgermeisters und des SoVD-Vorstandsvorsitzenden

In Kooperation mit der Landeshauptstadt Hannover erarbeitete der SoVD eine Stadttafel, die seit dem 9. Oktober 2024 an der Fassade des Hauses an die Bewohner\*innen erinnert. „Ich danke dem Sozialverband Deutschland, auf dessen Initiative und mit dessen Erlaubnis die Stadttafel an ihrer Landesgeschäftsstelle angebracht werden konnte. Sie ist Teil eines Gesamtkonzepts für die Erinnerung an die sogenannten ‚Judenhäuser‘ in Hannover. Ausgehend von der geplanten städtischen Informationstafel zum ehemaligen ‚Judenhaus‘ in der Lützowstraße sollen künftig Stadttafeln an den Orten der ehemaligen ‚Judenhäuser‘ aufgehängt werden und so die Erinnerung und das Gedenken an die Menschen lebendig halten, die unter der Nazi-Herrschaft zwangsweise in diesen Häusern leben mussten“, sagte Oberbürgermeister Belit Onay bei der

Gedenkveranstaltung in der SoVD-Landesgeschäftsstelle.

„Der Einsatz für Demokratie und Solidarität ist ein wesentlicher Eckpfeiler unseres Verbands – nicht zuletzt, weil einige unserer Gründer in Konzentrationslagern ermordet wurden. Es ist unsere Verantwortung, auf das Schicksal der Opfer des grausamen Nazi-Regimes aufmerksam zu machen und daran zu erinnern. Das tun wir mit der Aufarbeitung der Geschichte des ehemaligen ‚Judenhauses‘“, betonte Dirk Swinke, Vorstandsvorsitzender des SoVD in Niedersachsen. Man müsse auch sicherstellen, dass sich solche unmenschlichen Verbrechen niemals wiederholen können. Es sei auch heute notwendig, wachsam zu bleiben und sich entschieden gegen Anfeindungen und Hass zu stellen. „Es ist unsere Pflicht, Antisemitismus, Rassismus und jeder Form von Diskriminierung entschlossen entgegenzutreten – immer und überall“, appellierte der SoVD-Vorstandsvorsitzende.

## Erinnerungen der Hausbewohnerin Ruth Gröne

Die Zeitzeugin Ruth Gröne hatte den SoVD bei der Aufarbeitung und Recherche der Ereignisse intensiv unterstützt. „Ich freue mich sehr, dass es nach so vielen Jahren endlich zu diesem Gedenken gekommen ist“, sagte Gröne bei der Gedenkveranstaltung. Sie hatte schon lange den Wunsch nach einem Gedenken an die Bewohner\*innen des ehemaligen „Judenhauses“, wie sie dem

SoVD erzählte. Gemeinsam mit ihren Eltern musste die damals achtjährige Gröne ab dem 25. Oktober 1941 in der Herschelstraße 31 wohnen. Der Familie war ein Erkerzimmer auf der ersten Etage – über einem Zwischengeschoss – zugewiesen worden. Als Kind erlebte Gröne hier die alltägliche Angst und Gewalt. In ihrem Bericht bei der Eröffnung der Gedenkveranstaltung schilderte sie:

„Unter der Bezeichnung ‚Kontrolle‘ kamen mehrmals in der Woche alkoholisierte Gestapo-Beamte zu später Stunde in das Haus und trieben die Bewohner – Männer, Frauen, alte Leute und Kinder – unter höchster Eile mit Gebrüll, Schlägen und Tritten durch das Treppenhaus in den Keller. Die Männer mussten sich separat aufstellen und wurden mit Knüppeln und Reitpeitschen geschlagen. Oder gezwungen, sich gegenseitig zu verprügeln, bis sie am Boden lagen; unfähig, alleine wieder aufzustehen. Meine Mutter drückte mein Gesicht fest an ihren Körper und hielt meine Ohren zu. Trotzdem sah ich die Folterungen und hörte die Schreie. Die Angst um meinen Vater, die Misshandlungen könnten auch ihn treffen und wir müssten es mit ansehen, hat meine Mutter den Mut aufbringen lassen, bei der nächsten Attacke den Gestapo-Beamten um Erlaubnis zu bitten, mit mir zurück in unser Zimmer zu gehen. Mit einer Handbewegung hat er es geduldet. Unter der Bettdecke konnten wir im zweiten Stock die Kommandos und die Schmerzensschreie hören.“



Foto: Katharina Lorenz

**Dirk Swinke, SoVD-Vorstandsvorsitzender, Ruth Gröne, Zeitzeugin, und Belit Onay, Oberbürgermeister (v. li.), an der enthüllten Gedenktafel in der Herschelstraße 31 in Hannover.**



Foto: Landeshauptstadt Hannover

**Ruth Gröne berichtete eindringlich von den Geschehnissen in der Herschelstraße.**

An die Zerstörung des Gebäudes bei einem der schwersten Bombenangriffe auf Hannover und die Flucht aus dem Schutzkeller erinnert sich die Zeitzeugin bis heute sehr genau: „Auch die Herschelstraße 31 stand in kurzer Zeit in Flammen. Rauch drang in den Keller. Wir mussten raus aus dem Haus, uns ins Freie retten, um nicht zu ersticken oder zu verbrennen. Wolldecken wurden in Wannen mit Löschwasser getaucht. Mein Vater hing mir eine nasse schwere Decke um, umfasste mich und wir rannten in Richtung Celler Straße. Meine Mutter hinter uns her, in der Handtasche wichtige Dokumente. Unter der Bahnbrücke hatten wir etwas Schutz vor den Flammen, der Hitze und dem Funkenflug, der durch das Feuer entstanden war. Wir hatten das Wichtigste gerettet: unser Leben.“

## Zwangsmaßnahmen gegen die jüdische Bevölkerung

In der Herschelstraße 31 wurden im Rahmen der sogenannten „Aktion Lauterbacher“ im September 1941 hannoversche Jüdinnen und Juden zwangseingewiesen. Mehr als 1.200 jüdische Bürger\*innen mussten Anfang September 1941 innerhalb weniger Stunden ihre Wohnungen räumen und wurden gezwungen, in 15 sogenannte „Judenhäuser“ im Stadtgebiet zu ziehen. Das Wohn- und Geschäftshaus Herschelstraße 31, das der jüdischen Familie Klompus gehörte, zählte zu diesen Häusern. Anfang Dezember 1941 lebten etwa 150 jüdische Mieter\*innen im überbelegten Haus. Am 15. Dezember 1941 wurden 85 von ihnen nach Riga deportiert, rund 40 mussten in andere „Judenhäuser“ umziehen. Neu hinzu kam eine Gruppe in „Mischehen“ lebender Juden mit ihren Ehefrauen. Bei der Ausbombung des Hauses am 9. Oktober 1943 wohnten hier noch ungefähr 60 Menschen.

## MEHR ERFAHREN

Umfassende Informationen zum ehemaligen „Judenhaus“ stellt der SoVD dauerhaft auf seiner Website unter [www.sovd-nds.de/gedenken](http://www.sovd-nds.de/gedenken) bereit. Hintergrundinformationen sind außerdem bei der Landeshauptstadt Hannover unter [www.hannover.de/judenhaeuser](http://www.hannover.de/judenhaeuser) abrufbar.



Foto: Elin Schweiger

**Zum Gedenken hat der SoVD zusätzlich eine Info-Broschüre veröffentlicht.**



Foto: Nancy Widmann

**Rund 60 Gäste nahmen teil – unter anderem aus verschiedenen jüdischen Gemeinden, dem Rat der Religionen, von der Stadt und der Region Hannover, aus dem SoVD und anderen Verbänden.**

Projekt des BBW Stendal hilft, beeinträchtigte Menschen in Arbeit zu bringen

# Vitrinen für das Sportmuseum

„WIR – Weiterkommen – Ideen stärken – Richtung finden“, ein Projekt des Berufsbildungswerkes (BBW) Stendal des SoVD, unterstützt die nachhaltige berufliche Wiedereingliederung von Menschen mit gesundheitlichen und / oder psychischen Beeinträchtigungen auf dem ersten Arbeitsmarkt. Es trägt erste Früchte: Ein Team übergab dem Stendaler Sportmuseum Unterbauten für Glasvitrinen.

Das BBW liegt unweit der Sportgeschichten-Sammlung und sei ein fester Kooperationspartner, so Historiker Jörg Hosang. Umso mehr freute ihn, dass zwei weitere Vitrinen einen stabilen Holzunterbau erhielten. Die weißen Gestelle, die Schränke ähneln, fertigten die Teilnehmenden unter Leitung von Zimmermannsmeister Heiko Tannhäuser an; mit Mitteln aus dem Europäischen

Sozialfonds Plus und dem vom Land Sachsen-Anhalt geförderten Projekt „Regio Aktiv“.

Die Vitrinen, spendiert von der Tangermünder Tischlerei Berndt, beherbergen unter anderem Medaillen des Stendaler Sprinters Walter Becker. Er hatte sie 1927 bei den Deutschen Meisterschaften der Deutschen Turnerschaft für zweite Plätze über 100 und 200 Meter errungen.

Ein erfahrenes BBW-Team

steht den Teilnehmenden zur Seite: eine Psychologin, eine Sozialpädagogin und ein praktischer Anleiter. Ziel sind bessere Chancen auf eine Ausbildung oder Beschäftigung. Es gibt noch freie Plätze – für Kund\*innen des Jobcenters Stendal, die eine gesundheitliche und / oder psychische Einschränkung haben.

Mehr Infos gibt es unter: <https://www.bbw-stendal.de/portfolio> per Klick auf das Projekt WIR.



Foto: BBW Stendal

Mit Plakaten werben die Engagierten schon für den Aktionstag 2025.

BBW-Einsatz für Naturschutz beim World Cleanup Day

## Die Welt räumt auf ...

... und das BBW macht mit: Die Umwelt am eigenen Wohnort von Abfall zu befreien, darauf zielt der jährliche World Cleanup Day („Weltaufräumtag“) am 20. September. Bereits einen Tag früher beteiligte sich daran auch wieder das Berufsbildungswerk Stendal.

15 Auszubildende und drei Mitarbeitende sagten dem Müll den Kampf an. Sie nahmen sich die Umgebung des Bade- und Anglersees an der Bundesstraße 189 und das Waldstück in Wischer vor. Die jungen Erwachsenen waren erschüttert, wie achtlos Menschen die Natur zerstören. Sie fanden etwa Dämmwolle, Kleidung, Windeln, Zigarettenstummel, Verpackungen und menschliche Hinterlassenschaften. Im Vorjahr hatte das BBW 300 Kilogramm gesammelt und zur Deponie gebracht. Diesmal waren es immerhin 100.

Viele seien sich wohl nicht bewusst über den Ernst der Lage beim Umweltschutz, so die Teilnehmenden: „Das Problem beginnt bei uns. Jeder kann was tun!“ Sie erstellten Plakate, die vor der Mensa andere motivieren sollen, nächstes Mal mitzumachen. Unterstützt hatten die Aktion die Entsorgungsfirma ALS und das Umweltamt.



Foto: BBW Stendal / Ute Krug

Die Projekt-Teilnehmenden zimmerten unter erfahrener Anleitung.



Foto: Sportmuseum Stendal

Vitrine mit lokaler Sporthistorie.

### Anzeige



4 Übernachtungen inkl. HP  
ab 435,00 € pro Person \*

Dezember-Angebot im Erholungszentrum Büsum

## Adventszauber an der Nordsee

- Begrüßungsglühwein und winterliches Gebäck in unserem Restaurant
- reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet mit allem, was das Herz begehrt
- Sektfrühstück sowie Genießer-Adventsbuffet
- unterhaltsamer Nachmittag mit Bratapfel, Waffeln, Punsch & Adventskino

Jetzt Urlaub in Büsum anfragen unter Telefon 04834-95250 oder auf unserer Internetseite [www.erholungszentrum-buesum.de](http://www.erholungszentrum-buesum.de)

\* Angebotspreis: ab 435,00 € pro Person. Buchbarer Zeitraum: 02.12. bis 06.12.2024 nach Verfügbarkeit für SoVD-Mitglieder (bei 6 Übernachtungen ab 625,00 € pro Person im buchbaren Zeitraum 11.12. bis 17.12.2024) – im Haus Nordsee oder Haus Andrea, zzgl. Kurtaxe der Gemeinde Büsum. Fragen Sie auch gerne nach unseren weiteren Angeboten!





## Tipp für Kinder

### Hilfe, ich bin du!

Bei Bo und seiner Familie war an diesem Tag irgendwie der Wurm drin. Ob groß oder klein, waren sich alle unabhängig voneinander sicher, das im Vergleich anstrengendste Leben überhaupt zu haben. Warum nur weigerten sich die anderen, das endlich einzusehen?

Doch dann passiert etwas, womit niemand gerechnet hat: Nach einem mysteriösen Leuchten in der Nacht ist plötzlich nichts mehr, wie es vorher war: Bo ist auf einmal Oma und auch alle anderen im Hause Kugel haben über Nacht die Körper getauscht. Als Papa Mats in den Kindergarten geht, Opa als Polizistin für Recht und Ordnung sorgt und Bo die verschnarchten Freundinnen seiner Oma ordentlich auf Trab hält, verspricht es der verrückteste Tag ihres Lebens zu werden!



*Johanna von Vogel: Hilfe, ich bin du! Der Tag, an dem Bo plötzlich Oma war. Cbj Kinderbücher, 128 Seiten, ab 6 Jahren, ISBN: 978-3-570-18124-9, 15 Euro.*

Möchtest du das vorgestellte Buch gewinnen? Dann schicke einfach die Lösung aus „Rolands Rätselecke“ unter dem Betreff „Hilfe, ich bin du!“ per E-Mail 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. November.



## Rolands Rätselecke

### Schlüssel zum Piratenschatz

**Verflixte Kiste! Nun hat der Pirat endlich den lange gesuchten Schatz gefunden – und dann bekommt er das Schloss nicht auf. Nur einer der Schlüssel passt, findest du heraus, welcher es ist? Die entsprechende Nummer ist die gesuchte Lösung. Viel Erfolg!**



Grafik: nataljacernecka / Adobe Stock; Foto: eyetronic / Adobe Stock; Montage: SoVD



## Voll engagiert

### Alkohol in Lebensmitteln

Eltern und meist auch Kinder wissen, dass Getränke wie Bier, Wein oder Schnaps Alkohol enthalten. Dieser ist schädlich und sollte – wenn überhaupt – nur von Erwachsenen getrunken werden. Doch auch in unverpackten Lebensmitteln oder in Süßigkeiten kann Alkohol „versteckt“ sein. Hinweise darauf finden sich entweder gar nicht oder nur bei genauem Hinschauen. Die Verbraucherzentralen wollen, dass sich das ändert. Sie fordern einen gut sichtbaren Hinweis auf entsprechenden Produkten.

Wer im Supermarkt Lebensmittel einkauft, achtet oftmals auf das Datum der Haltbarkeit. Ob in der Liste der Zutaten dagegen Alkohol auftaucht, darauf schauen wohl nur wenige. Der Verbraucherzentrale Bundesverband fordert deshalb, dass auf der Verpackung ein Hinweis steht, den Käufer\*innen nicht so leicht übersehen können.

#### Auch bei Teig und Marzipan ist Vorsicht geboten

Die Organisation warnte davor, dass Alkohol auch in Produkten stecken könne, bei denen man nicht unbedingt damit rechnet. Zu diesen gehörten unter anderem Aufbackbrötchen, fertiger Pizzateig, Marzipan oder kleine Brote für Hotdogs. Insgesamt seien gerade feste Lebensmittel weniger gut gekennzeichnet als etwa alkoholische Getränke.

#### Zutatenliste im Zweifel lieber ganz genau lesen

Besonders häufig ist Alkohol in Süßigkeiten, Desserts und Fertiggerichten zu finden. Aber auch Salatdressings, Feinkost-



Foto: Drazen / Adobe Stock

**Wer sicher sein will, dass ein Lebensmittel keinen Alkohol enthält, muss einen genauen Blick auf die verwendeten Zutaten werfen.**

salate und Konfitüren enthalten gelegentlich die vor allem für Kinder ungeeignete Zutat.

#### Bei unverpackten Produkten am besten nachfragen

Noch schwieriger ist Alkohol bei lose verkauften Produkten zu erkennen. Denn bei diesen fehlt in der Regel eine Auflistung der Zutaten. Das gilt zum Beispiel für unverpackte Lebensmittel,

die man beim Bäcker, in der Eisdiele oder in Restaurants kaufen kann. Wer hier auf Nummer sicher gehen will, muss nachfragen.

Ist Alkohol dagegen keine Zutat, weil er etwa durch natürliche Gärung entsteht, findet sich überhaupt kein Hinweis. Das kann etwa bei Sauerkraut, in Apfel- und Traubensaft oder auch bei Weißbrot der Fall sein.



## Fröhliche Fehlersuche

### Tierische Verwirrung

Auf einer Lichtung treffen sich die Tiere des Waldes. Es geht lustig zu. Doch auf dem Bild, das sie an diesen Tag erinnern soll, haben sich leider zehn Fehler eingeschlichen. Kannst du sie entdecken? Die Auflösung findest du auf Seite 18 in dieser SoVD-Zeitung.



Grafik: MicroOne / Adobe Stock



ZDF-Reihe „37 Grad“ porträtiert drei Menschen aus drei Generationen

# Was ist im Leben wichtig?

Seit 30 Jahren zeigen die Reportagen von „37 Grad“ Geschichten mitten aus dem Leben und lassen dabei „normale“ Menschen zu Wort kommen. Zum Jubiläum der Sendereihe schildern drei unterschiedliche Generationen ihre Sicht auf das Leben und erzählen ganz offen, was ihnen wichtig ist.

Kurz vor ihrem 30. Geburtstag wagt Julia einen Neuanfang. Sie verlässt ihren Mann und kündigt den Job im Gartencenter, um künftig „eine glückliche Mutter“ zu sein. Die 60-jährige Heike dagegen hat nach einer Krebserkrankung gelernt, sich mit bestimmten Dingen im Leben abzufinden. Das muss notgedrungen auch Wolfgang, dessen Frau nur ein Jahr vor seinem 90. Geburtstag verstarb.



Foto: Stephan Floss / ZDF

**V. li.: Mit Julia (30), Wolfgang (90) und Heike (60) diskutieren drei Generationen über die großen Fragen des Lebens.**

„37 Grad: Die großen Fragen des Lebens“ läuft am 5. November um 22.15 Uhr im ZDF.

Mavie Hörbiger setzt sich aktiv mit NS-Verstrickung ihrer Familie auseinander

# Engagiert für Menschlichkeit

Sie entstammt einer bekannten Schauspiel-Dynastie. Deren Rolle in der Zeit des Nationalsozialismus bewertet die Darstellerin kritisch. Aus dieser Verantwortung heraus setzt sie sich für Aufklärung und Toleranz ein. Am 14. November feiert die Schauspielerin Mavie Hörbiger ihren 45. Geburtstag.

Mavie Hörbiger möchte nicht nur durch ihre Arbeit am Wiener Burgtheater beeindrucken. Die Deutsch-Österreicherin mischt sich auch politisch ein.

Öffentlich bezieht sie etwa Position gegen die Freiheitliche Partei Österreichs (FPÖ). Dass viele Menschen aus der Kunst- und Kulturszene zur Hetze der Rechtspopulisten schweigen, beunruhigt die Bühnendarstellerin. Für Mavie Hörbiger steht fest: Gleichgültigkeit darf nicht noch einmal zur Zerstörung von Demokratie und freiheitlicher Gesellschaft führen!



Foto: Franz Neumayr / picture alliance

**Mavie Hörbiger will nicht durch Schweigen zur Mitläuferin werden. Sie stellt sich deshalb einer nationalistischen Ideologie entgegen.**

Für Florian David Fitz relativiert ein Wechsel der Perspektive eigene Probleme

# Mit dem Blick von außen

Bekannt machten ihn Filme wie „Männerherzen“ oder „Jesus liebt dich“. In der Netflix-Serie „Das Signal“ macht er als Mann einer Astronautin die Erfahrung, dass der Blick auf den Erdball alltägliche Sorgen kleiner erscheinen lässt. Am 20. November wird Schauspieler Florian David Fitz 50 Jahre alt.

Als Darsteller und Drehbuchautor möchte Florian David Fitz nicht nur unterhalten, sondern auch zum Nachdenken anregen. Im Interview mit dem Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND) wandte er sich dabei gegen einfache Lösungen. Viele Themen, so Fitz, würden derzeit zugespitzt. Für ihn sei Politik jedoch ein fehlbares System, das davon lebe, „dass wir alle etwas machen“. Zu verlangen, dass Politiker\*innen alles brillant lösen, sei in seinen Augen unerwachsen. Denn eine perfekte Lösung gebe es nicht.



Foto: Starpax / picturedesk.com / picture alliance

**Damit Ärger im Alltag gar nicht erst überhandnimmt, rät Florian David Fitz dazu, einen neuen Blickwinkel einzunehmen.**



## Buchtipp

# Die Stunde der Mauersegler

Als die Familie Simon-Hauschke Ost-Berlin 1988 verlässt, liegt mehr als ein Jahr der Ausgrenzung hinter ihr. Am schwersten wiegt es, dass sie nur zu dritt ausreisen dürfen, denn für Sohn Christian gilt der Ausreiseantrag nicht mehr. Viele Jahre nach der Wiedervereinigung kommt es auf einer Familienfeier dann zum Eklat: Zu viele Geheimnisse und Lügen haben sich in den Jahren der DDR und in der Nachwendzeit angestaut; zu groß ist die Last des Schweigens. Erst Urenkelin Lou beginnt, kritische Fragen zu stellen. Dabei muss sie erkennen, wie schwer es ist, den eigenen moralischen Ansprüchen gerecht zu werden.

Margarethe Adler: Die Stunde der Mauersegler. C. Bertelsmann, 352 Seiten, ISBN: 978-3-570-10552-8, 22 Euro.

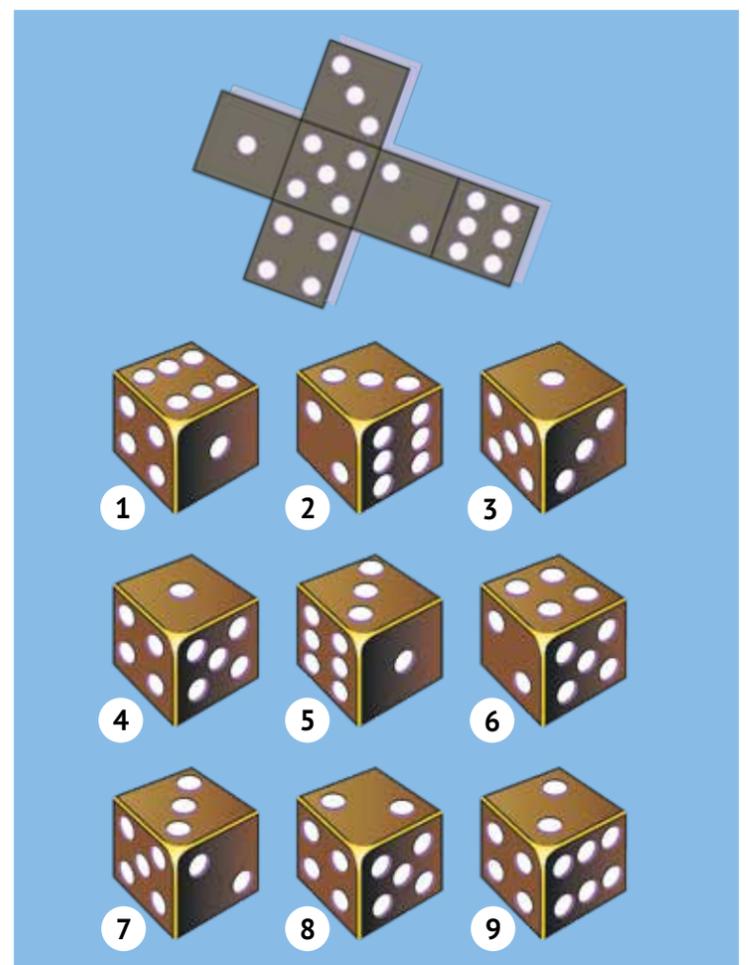


Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Die Stunde der Mauersegler“ entweder per E-Mail an: [verlosung@sovde.de](mailto:verlosung@sovde.de) oder aber per Post an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.



## Denksport

# Der Würfel ist gefallen



Grafik: nataljacernecka / Adobe Stock

Als der römische Feldherr Julius Cäsar sich an seine Soldaten wandte, soll er einst gesagt haben, der Würfel sei gefallen (auf lateinisch: „alea iacta est“). Damit meinte er, seine Entscheidung sei unumstößlich. Was unsere Denksportaufgabe angeht, sind Sie in Ihrer Entscheidung dagegen völlig frei: Nur einer der Würfel von 1 bis 9 passt nicht zu dem aufgefalteten Exemplar oben – welcher ist es? Die Auflösung finden Sie wie immer auf Seite 18 dieser Ausgabe.

**Buchtipp**

# Café der Freiheit

Tara Paighambari ist fünf Jahre alt, als sie gemeinsam mit ihrer Familie aus dem Iran nach Berlin flieht. Jahrelang lebt sie in Flüchtlingsunterkünften, die damals noch als „Asylantenheime“ bezeichnet werden. Allen Widrigkeiten zum Trotz gelingt der jungen Frau ein glänzendes Abitur sowie im Anschluss ein Studium. Sie arbeitet einige Zeit in der Unternehmensberatung, bevor sie sich dazu entschließt, in Berlin ein Café zu eröffnen. Damit

will Tara Paighambari einen Raum schaffen, an dem sich Menschen willkommen und zu Hause fühlen können. Ihre Erlebnisse schildert sie in dem Buch „Café der Freiheit“. Es ist eine Geschichte vom Durchhalten und Weitermachen, von Mut und dem Vertrauen auf die großen und kleinen Zeichen des Schicksals.

*Tara Paighambari: Café der Freiheit. Von Teheran in die Mitte Berlins. Berlin Verlag, 224 Seiten, ISBN: 978-3-8270-1514-3, 18 Euro.*



Möchten Sie ein Exemplar des vorgestellten Buches gewinnen? Dann schreiben Sie mit dem Betreff „Café der Freiheit“ entweder per E-Mail an: [verlosung@sovd.de](mailto:verlosung@sovd.de) oder aber per Post mit dem gleichen Stichwort an: SoVD, Redaktion, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin. Einsendeschluss ist der 15. November.

**Redensarten hinterfragt**

# „Splitterfasernackt“ im Wald

Wer sich ohne jedes Textil am Körper präsentiert, ist „splitternackt“ oder auch „splitterfasernackt“. Der Ursprung beider Ausdrücke geht jedoch nicht auf das Entkleiden von Menschen zurück. Er führt vielmehr in den Wald, wo Bäume gewaltsam ihre Hülle lassen mussten.

Die recht lautmalerische Bezeichnung fehlender Bekleidung entstand in der frühen Neuzeit. Zurück geht sie jedoch weniger auf die Textilindustrie, als vielmehr auf die Forstwirtschaft. Diese war in erster Linie auf stabiles Holz angewiesen. Um jedoch an das sogenannte Kernholz von Bäumen zu gelangen, mussten diese zunächst von Rinde und Splintholz befreit werden. War dies erreicht, galt der Werkstoff als „splitterfasernackt“. Einer kleinen Lautänderung haben wir es zu verdanken, dass wir heute auch in anderen Zusammenhängen noch von „splitterfasernackt“ sprechen.



Foto: Lyndon Stratford/peopleimages.com/Adobe Stock

Ohne äußere Schale und unverhüllt können Menschen und Bäume gleichermaßen splitterfasernackt dastehen.

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

# Lübeck geht auf Nummer sicher

Bauarbeiten sind Autofahrer\*innen ein Dorn im Auge, zur Sanierung von Straßen aber unumgänglich. Um Verzögerungen durch falsch abgestellte Fahrzeuge zu vermeiden, fuhr die Stadt Lübeck vor einigen Jahren schweres Geschütz auf und ließ allein in einer Straße 160 Halteverbotsschilder aufstellen.

Um Vermessungsarbeiten durchführen zu können, musste am Lübecker Heiligen-Geist-Kamp zeitweise ein totales Halteverbot eingerichtet werden. Angesichts einzelner, jeweils durch Bäume eingegrenzter Parkbuchten wollte die Stadtverwaltung dabei Missverständnisse ausschließen. Daher ließ sie jede Parklücke in der Durchgangsstraße einzeln kennzeichnen und entlang der Fahrbahn insgesamt über 160 Halteverbotsschilder aufstellen – alle paar Meter eines. Tatsächlich kam niemand in der Hansestadt auf die Idee, ausgerechnet dort den Wagen abzustellen.



Foto: Carsten Rehder / picture alliance

Im Jahr 2019 vermittelte die norddeutsche Stadt Lübeck mit diesem Schilderwald eine einzige Botschaft: „Bitte fahren Sie weiter!“

**Des Rätsels Lösung**

**Fuchs und Bär, schaut mal her! (Ausgabe Oktober, Seite 16)**

Auf dem Bild waren 19 Bären und 12 Füchse zu sehen.

**Der Würfel ist gefallen (Denksport, Seite 17)**

Der falsche Würfel trägt die Nummer 8.

**Tierische Verwirrung (Fehlersuche, Seite 16)**

Die fehlerhaften Stellen im Bild haben wir rechts markiert.



Variante: LEICHT

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

Auflösung des Vormonats

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

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.

Auflösung des Vormonats

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

Variante: MITTEL

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



# Pflegen Sie einen Angehörigen?

Nutzen Sie zuzahlungsfreie Pflegehilfsmittel zur Entlastung in der häuslichen Pflege

Nach § 40 SGB XI ab Pflegegrad 1\*

### So einfach gehts:

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

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



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 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)



MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS



BURGCAFÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR



## Herbst-Attacke 2024 Erlebnisurlaub im Hasseröder Burghotel Wernigerode

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

- **4 Tage / 3 Übernachtungen HP+** inklusive umfangreiches Wohlfühl- und Erlebnispaket (u.a. Minibar mit täglich kostenfreien Softgetränken, WLAN, Begrüßungsdrink, u. v. m.)
- **3 Abendessen** vom abwechslungsreichen Buffet inkl. Getränkeauswahl
- **20% Rabatt** auf Hotel-Wellness-Angebot und **10% Rabatt** auf das Hotel-Friseur-Angebot (nach Voranmeldung/Verfügbarkeit)
- **Wertgutschein** Hotel-Shop

Eintritt zu folgenden Erlebnis-Highlights bereits im Preis enthalten:

- **Rübeländer Tropfsteinhöhle · Glasmanufaktur Harzkristall Erlebnisführung**
- **Luftfahrtmuseum Wernigerode**

### Ihr Komplettpreis

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

je Erw.  
im DZ

**312,- €**

Alle Angebotspreise inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

Jetzt bis zu **36% Vorteil!**





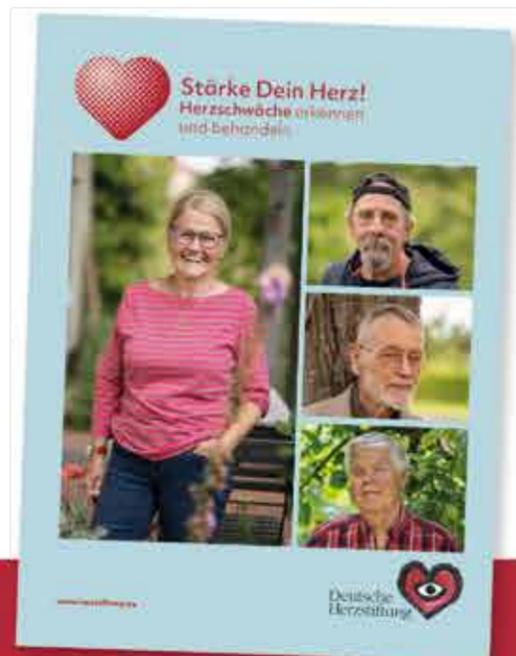
## Stärke Dein Herz!

### Herzschwäche erkennen und behandeln

Rund vier Millionen Menschen leiden in Deutschland an Herzschwäche, bei der das Herz aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr in der Lage ist, den Körper mit ausreichend Blut und Sauerstoff zu versorgen. Eine Herzschwäche beginnt meist schleichend, unbehandelt schreitet die Herzerkrankung weiter fort, die Symptome nehmen zu.

Warnzeichen können sein:

- ♥ Atemnot /Kurzatmigkeit bei Belastung (z.B.) Treppensteigen
- ♥ Leistungsabnahme/ Abgeschlagenheit
- ♥ Wassereinlagerungen an Knöcheln und Beinen



Jetzt den kostenlosen Ratgeber anfordern!



069 955128-400  
[www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)



**KURdirekt**

8 Tage p.P. ab **€523,50**

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

**Erholungsreise nach Bad Füssing**

**REISE KÖNIG**

8 Tage p.P. ab **€1.327,-\*** statt €1.477,-

Jetzt buchen & bis zu € 150,- p.P. Frühbucher-Ermäßigung sichern!\*

**Flusskreuzfahrt „Magie der Vielfalt“**

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



**IHR HOTEL: 3+ Hotel Dein Franz**

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

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

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



3+ Hotel Dein Franz



Zimmerbeispiel, 3+ Hotel Dein Franz



Eingangsbereich, 3+ Hotel Dein Franz

**INKLUSIV-LEISTUNGEN**

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

Mit Zahlung der Kurtaxe vor Ort (ca. € 3,40 p.P./Tag) können Sie die folgenden Leistungen der Kur- und Gästekarte Bad Füssing in Anspruch nehmen, u. a. mit:

- Eintritt zu den Kurkonzerten des Kurorchesters
- Nutzung des Orts- und Bäderverkehrs gemäß Fahrplan

**TERMINE & PREISE 2024/2025 p.P.**

im Doppelzimmer Anreise: montags	8 Tage/ 7 Nächte	Verl.-Woche
A 25.11.24; 02.12.24; 09.12.24; 16.12.24*	€ 523,50	€ 323,50
B 03.02.25; 10.02.25; 17.02.25	€ 677,-	€ 399,-
C 24.02.25; 03.03.25; 10.03.25; 17.03.25; 24.03.25	€ 727,-	€ 449,-
D 31.03.25; 07.04.25	€ 777,-	€ 499,-
Einzelzimmer-Zuschlag	€ 105,- pro Woche	

**Hinweise:**

- \*Bitte erkundigen Sie sich im Restaurant nach den Auswahlkarten für die Halbpension. Öffnungszeiten des Restaurants "Hofschänke": täglich, 11-24 Uhr.
- \*\*Bitte beachten Sie, dass die Massage nur nach erfolgter individueller Terminvereinbarung bei Herrn Märzendorfer (Physiotherapeut, Kurallee 10, 94072 Bad Füssing, Tel.: 08531-914440) durchgeführt wird.
- \*\*Letzter Rückreise am 23.12.24.
- > Kurtaxe ist zahlbar vor Ort: ca. € 3,40 p.P./Tag
- > Verlängerung: Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthalts.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.kurdirekt.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.kurdirekt.de/datenschutz

**Reisecode: SOVD**

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



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

**IHR REISEVERLAUF**

Tag	Hafen	An	Ab
1	Abholung an Ihrer Haustür. Busreise nach Passau und Einschiffung.		18:00 Uhr
2	Wachau (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug „Marille trifft Stift Göttweig“.	08:00 Uhr	13:00 Uhr
3	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang, zum Ausflug in die Puszta und „Budapest bei Nacht“.	10:00 Uhr	-
4	Budapest (Ungarn) mit Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug „Kulinarisches Budapest“ und Szentendre mit Marzipan-Museum.		13:00 Uhr
	Wiedereinstieg in Esztergom.	18:30 Uhr	19:30 Uhr
5	Bratislava (Slowakei) inkl. Stadtbesichtigung und Möglichkeit (exkl.) zum Ausflug zur Burg Devin mit Weinverkostung.	06:30 Uhr	23:00 Uhr
6	Wien (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtrundfahrt/-gang und Ausflug zum Schloss Schönbrunn mit Sektkellerei.	06:30 Uhr	20:00 Uhr
7	Linz (Österreich) mit Möglichkeit (exkl.) zur Stadtbesichtigung.	14:30 Uhr	21:00 Uhr
8	Passau, Ausschiffung und Rückreise bis zu Ihrer Haustür.	06:30 Uhr	



Restaurant, 4+ DCS Amethyst 1

**INKLUSIV-LEISTUNGEN**

- ✓ Haustürabholung inkl. Kofferservice
- ✓ An- und Abreise im modernen Fernreisebus
- ✓ 7x Übernachtung an Bord der 4+ DCS Amethyst 1 und Kreuzfahrt gemäß Reiseplan
- ✓ Vollpension an Bord
- ✓ Stadtbesichtigung in Bratislava
- ✓ Freie Teilnahme am Unterhaltungsprogramm an Bord
- ✓ Kreuzfahrtsleitung & deutschsprachige örtliche Reiseleitung
- ✓ Alle Hafen- und Passagiergebühren
- ✓ Kofferservice zwischen Anlegestelle und Kabine bei Ein- und Ausschiffung

**TERMINE & PREISE\* 2025 p.P.**

Abfahrtstermine: montags	2-Bett Hauptdeck achtern (HA2)	1-Bett Mitteldeck (MD1)
A 14.04.25; 21.04.25	€ 1.327,- statt € 1.477,-	€ 2.477,- statt € 2.627,-
B 28.04.25; 05.05.25	€ 1.427,- statt € 1.577,-	€ 2.627,- statt € 2.777,-
C 02.06.25; 09.06.25; 16.06.25; 14.07.25; 21.07.25; 28.07.25	€ 1.527,- statt € 1.677,-	€ 2.777,- statt € 2.927,-

**ZUBUCHBARE LEISTUNGEN p.P.**

- > Aufpreis Getränkepaket (Getränke von 9-24 Uhr: Softdrinks, Säfte, Bier, Hauswein, Haussekt, Cocktails, Tee und Kaffee usw.) € 231,-
- > Aufpreise für die Ausflüge auf Anfrage.
- > Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage.

**Hinweise:**

- \*Frühbucher-Preise sind gültig bei Buchung bis 30.11.24. Ab 01.12.24 gilt ein Zuschlag von € 150,- p.P.
- > Reiserücktritts-Versicherung empfehlenswert.
- > Routenänderungen vorbehalten.
- > Veranstalter: Vital Tours GmbH, Schulstr. 15, 69427 Mudau. Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters (Einsicht möglich unter: www.vitaltours.de/arb oder im aktuellen Katalog). Änderungen vorbehalten, maßgeblich ist die Reisebestätigung. Unsere Datenschutz-Bestimmungen finden Sie unter: www.reise-koenig.de/datenschutz

**Reisecode: SOVD**



**Ihre Reiseroute**

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



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

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

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

**info@reise-koenig.de**

BEZAHLT VON IHRER APOTHEKE

1. NOVEMBER 2024 A

**APOTHEKEN Umschau** plus TV-Programm

**Am Limit**

Die Pflege steckt in der Krise. Was Betroffene und Angehörige erleben. Plus: Welche Lösungen es gibt

- Heilpflanzen**  
Wie sie Frauen bei Beschwerden helfen können
- Müdigkeit**  
Schlapp und erschöpft: Ist das noch normal?
- Arzneimittelsucht**  
Wege aus der Abhängigkeit von Medikamenten
- Herzgesundheit**  
Aus dem Takt: Vorhofflimmern effektiv behandeln

Jetzt in Ihrer Apotheke

# Häusliche Pflege braucht Unterstützung.

Sechs Ideen für die Praxis zu Hause.

Lesen, was gesund macht.

**Kräuterhaus Sanct Bernhard** [www.kraeuterhaus.de](http://www.kraeuterhaus.de) Bestell-Telefon: 073 34/96 540

**120 Jahre**

Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

**Bio-Hagebutten** BIO DE-ÖKO 100

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

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

**Grünlippmuschel**

Neuseeländische Grünlippmuscheln (Perna canaliculus) enthalten Glycosaminoglykane (GAG), die beim Menschen natürlicherweise im Bindegewebe, den Gelenknorpeln und der Gelenkflüssigkeit („Gelenkschmiere“) vorkommen.

Je Kapsel 500 mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.

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

**Erotisan-Manneskraft**

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

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

**NEU Vitamin C + Zink + D3 + Selen**

Vitamin C, D3, Zink und Selen tragen zu einer gesunden, normalen Funktion des Immunsystems bei. Hochdosiert in einer Tablette täglich, stellen sie eine bequeme und zugleich effektive Möglichkeit dar, Abwehrkräfte und Immunsystem tatkräftig zu unterstützen – und zwar ein ganzes Jahr lang!

Best.-Nr. 1476 365 Tabletten € 32,50  
ab 3 Packungen nur € 29,50

**Magnesium-400-supra**

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

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

**Kürbiskernöl-Kapseln aus kbA**

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

**Sonderangebot im November 2024!**

Best.-Nr. 162 150 Kapseln € 7,95 ~~€ 6,50~~  
Best.-Nr. 161 400 Kapseln nur € 19,00 ~~€ 16,00~~

**Vitamin B12 Supra 200 µg**

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

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4-8 Monate € 6,50  
ab 3 Packungen nur € 5,95

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

2-Monatspackung FÜR ALLE NEUKUNDEN

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

Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!

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

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

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96046	Vitamin C + Zink Langzeit-Kps.	1	GRATIS	
<i>versandkostenfrei</i>				

Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter [www.kraeuterhaus.de/datenschutz](http://www.kraeuterhaus.de/datenschutz). Alle Informationen zu unseren Produkten und die AGB finden Sie unter [www.kraeuterhaus.de/sovd21132](http://www.kraeuterhaus.de/sovd21132)

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

**Bestellung bitte an:**  
Kräuterhaus Sanct Bernhard KG  
Helfensteinstr. 47, Abt. 32  
73342 Bad Dittzbach  
Tel.: 073 34/96 540  
Fax: 073 34/96 54 44  
Abteilung 32  
[www.kraeuterhaus.de](http://www.kraeuterhaus.de)

# Bereits jedes 8. Mitglied liest die SoVD-Zeitung *digital*



+ *schneller bei Ihnen  
als im Postversand*

+ *enthält alle  
Landesbeilagen*

+ *für Tablets und  
Smartphones*

+ *schont die Umwelt*



## Wechseln Sie zum E-Paper!

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



Foto: Jacob Lund / Adobe Stock; Collage: SoVD

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

Sozialverband Deutschland  
Abteilung Redaktion  
Stralauer Straße 63, 10179 Berlin

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

Name

Vorname

E-Mail

Telefon

Mitgliedsnummer

Unterschrift

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