

THEMEN

Hintergrund

Unterstützung für Opfer von Gewalttaten Seite 3

Politik

Gerechtere Vorschläge für die Rentenreform Seite 4

Gesundheit

Neue Dienstleistungen in der Apotheke vor Ort Seite 8

VdK-TV

Persönliches Budget und Wiedereingliederung Seite 12

Verbraucher

Kürzere Auszeiten tun Körper und Seele gut Seite 23

Aus dem Landesverband

Aufruf zur VdK-Demo am 17.9. in München Seite 13



Ältere Beschäftigte benötigen mehr Unterstützung und kein höheres Renteneintrittsalter.

Foto: picture alliance/Zoonar/Sunan Wongsang-nga

Renteneintrittsalter darf nicht steigen

VdK-Präsidentin Bentele warnt davor, zu viele Hoffnungen auf die neue Kapitalrente zu setzen

Der Sozialverband VdK Deutschland steht den Vorschlägen der Alterssicherungskommission zur Weiterentwicklung der gesetzlichen Rente skeptisch gegenüber. Entscheidend werden die kommenden Monate sein, wenn die Bundesregierung daraus konkrete Gesetze erarbeiten wird.

Nach den radikalen Kürzungsprogrammen in der Pflege- und Gesundheitspolitik erscheinen die Rentenpläne nach der Bewertung des VdK vergleichsweise konstruktiv. Es sind durchaus positive Elemente in der Kommissionsarbeit zu finden, wie das klare Bekenntnis zu einer Erwerbstätigenversicherung und der Rentenfreibetrag in der Grundsicherung, der viele wirksam vor Altersarmut schützen kann. Auch spricht sich die Kommission nicht mehr pauschal gegen höhere Beiträge und eine paritätische Finanzierung zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmern aus.

Der VdK bezweifelt allerdings, dass der Kommissionsvorschlag für ein viel höheres Nettosicherungsniveau von 70 Prozent für alle Generationen realistisch umsetzbar ist. Selbst mit allen vorgestellten rentenpolitischen Maßnahmen werden ältere Jahrgänge nicht von der neuen Kapitalrente profitieren.

VdK-Präsidentin Verena Bentele erklärt: „Der Bundesregierung und vor allem dem zuständigen Arbeitsministerium wird mit einer solchen unverbindlichen Zielvorgabe nicht genügend Handwerkszeug gegeben, um eine realistische Rentenpolitik zu entwickeln. Tatsächlich blickt die Kommission in eine Glaskugel, wenn sie bei der gesetzlichen Rente wieder Kürzungsfaktoren einführt und alle Hoffnungen auf die Kapitalrente setzt.“ Bentele warnt vor den Folgen für die heu-

gen Rentnerinnen und Rentner und für Menschen, die bald in Rente gehen: „Sie werden von der neuen Kapitalrente kaum oder gar nicht profitieren. Wenn dann die gesetzliche Rente langsamer steigt als die Löhne, verliert sie massiv an Kaufkraft.“

Die Vorschläge zu einer pauschalen Anhebung des Renteneintrittsalters kritisiert der VdK scharf. Dabei könnte eine flexible Gestaltung und die Unterstützung älterer Beschäftigter positiv dazu beitragen, wie die Pläne von der Bevölkerung angenommen werden.

Bentele erklärt: „Komplett tabu muss eine Verschiebung der Altersgrenzen für Menschen mit Schwerbehinderung bleiben. Wenn die Bundesregierung auch hier mit einer steigenden Lebenserwartung für eine Anhebung des Renteneintrittsalters argumentieren sollte, dann wird's utopisch.“ Die Kom-

missionsempfehlung für eine allgemeine Anhebung der Altersgrenzen blendet aus, wie zurzeit der Arbeitsmarkt funktioniert. Viele Arbeitgeber nutzen aktuell die Möglichkeit vorgezogener Altersrenten, um wirtschaftliche Transformationsprozesse zu bewältigen und schicken ihre älteren Beschäftigten damit bequem in die Rente.

Der VdK warnt: Eine Anhebung der Altersgrenzen wird die Arbeitsmarktchancen von Menschen über 55 Jahren nicht verbessern. Die Alterssicherungskommission greift damit tief in die Lebensplanung der rentennahen Jahrgänge ein. „Die Bundesregierung muss ihre Pläne an dieser Stelle dringend überarbeiten. Wir setzen uns für unsere Mitglieder im Gesetzgebungsprozess mit aller Kraft für einen sozialen Ausgleich und lange Übergangsfristen ein“, macht Bentele deutlich.

Julia Frediani

SEITE 5

So hilft der VdK



Foto: imageblickwinkel

Tim Puffer war 32 Jahre alt, als bei ihm das Fetale Alkoholsyndrom festgestellt wurde. Damit er besser mit dieser gravierenden Behinderung leben kann, erstritt der VdK Nordrhein-Westfalen vor dem Sozialgericht die Behandlung in einem spezialisierten Kurzentrum.

immer aktuell

NRUNO

vdk.de
by.vdk.de

Schau vorbei!

vdk.bayern

vdk_bayern

Sozialverband VdK Bayern

vdkbayern

VdK
SOZIALVERBAND
BAYERN

VdK fordert sozial gerechten Hitzeschutz

Verband legt eigenen Maßnahmenkatalog für besonders vulnerable Gruppen vor

Fast 12 500 hitzebedingte Sterbefälle zwischen April und August 2026 müssen ein Weckruf sein. Der Sozialverband VdK fordert von der Regierung wirksame Konzepte, die vor Hitzefolgen schützen.

„Für viele Menschen ist Hitzeschutz längst kein Komfort mehr, sondern entscheidet über Gesundheit, Selbstständigkeit und im Extremfall über Leben und Tod“, sagt Verena Bentele, Präsidentin des Sozialverbands VdK. Hitze trifft nicht alle Menschen gleicher-

maßen. Darüber, ob sie zur Lebensgefahr wird, entscheidet häufig nicht allein die Temperatur, sondern die Lebenssituation. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, Menschen mit Behinderung, chronisch Kranke, Pflegebedürftige, Kinder, Schwangere, Haushalte mit wenig Einkommen und Wohnungslose.

Der VdK hat einen Maßnahmenkatalog zum Hitzeschutz vorgelegt und verlangt unter anderem öffentliche gekühlte Räume in Kommunen sowie wirksame Hit-

zeschutzkonzepte in Einrichtungen wie Pflegeheimen, Schulen oder Krankenhäusern. Um vulnerable Menschen bei Hitzewarnungen zu erreichen, sollten datenschutzkonforme, freiwillige, kommunale Register eingeführt werden. Kommunen könnten so alleinlebende oder ältere Menschen informieren und bei Bedarf telefonisch betreuen, Hausbesuche durch kommunale und ehrenamtliche Sozialarbeitende organisieren oder unterstützen. Ergänzt werden sollten diese Maßnahmen

durch Hitzetelefone und Unterstützungen bei der Anschaffung von Kühlgeräten.

„Sozial gerechter Hitzeschutz ist eine strukturelle Aufgabe der Gesundheits-, Sozial- und Klimapolitik. Entscheidend ist daher, die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass alle Menschen wirksam vor Hitze geschützt sind, unabhängig von Einkommen oder Wohnsituation und unabhängig von ihrer ohnehin herausfordernden gesundheitlichen Lage“, so Bentele.

Jörg Ciszewski

Angst, die Wohnung zu verlieren

VdK: Wohngeldkürzungen treffen besonders arme Menschen

Seit das Wohngeld-Plus-Gesetz im Jahr 2023 in Kraft getreten ist, hat sich die Zahl der Empfängerinnen und Empfänger von Wohngeld nahezu verdoppelt: auf aktuell rund 1,2 Millionen Haushalte. Nun plant die Bundesregierung, im Jahr 2027 1,5 Milliarden und im Jahr 2028 zwei Milliarden Euro einzusparen. Der Sozialverband VdK kritisiert dieses Vorhaben scharf.

Der Gesetzentwurf sieht vor, die Heizkostenpauschale zu halbieren und die geplante Erhöhung des Wohngelds zum 1. Januar 2027 auszusetzen. Zudem ist beabsichtigt, künftig einen größeren Anteil des Einkommens anzurechnen. Damit sollen die Ausgaben für das Wohngeld drastisch sinken. Die Änderungen sollen zu Beginn des kommenden Jahres umgesetzt werden.

Der VdK bewertet die Pläne als fatal. 52 Prozent der Wohngeldbeziehenden sind Rentnerinnen und Rentner und 44 Prozent Familien sowie Alleinerziehende. „Die Menschen leiden unter den hohen Wohnkosten und haben Angst, ihre Wohnung zu verlieren. Werden die Pläne umgesetzt, wird sich deren Not weiter vergrößern“, warnt VdK-Präsidentin Verena Bentele.

Massive Einschnitte

Laut Bundesbauministerin Verena Hubertz wären zukünftig rund ein Drittel der derzeit 1,2 Millionen Wohngeldhaushalte von den



Schon jetzt machen sich viele Rentnerinnen und Rentner Sorgen, wie sie die Miete zahlen sollen, wenn die Bundesregierung ihre Pläne umsetzt und das Wohngeld kürzt. Foto: imago/HalfPoint Images

Kürzungen betroffen. Haushalte, denen das Wohngeld bereits gewährt wurde, sind vorerst geschützt. Diese Bescheide sollen Bestand haben.

Schon heute ist absehbar, dass die Wohngeldkürzungen noch mehr Menschen in Grundsicherung und Sozialhilfe drängen werden. Das Bundesbauministerium geht von rund 164 000 Haushalten im Jahr 2029 aus. Auf Bund und Länder kommen dann zusätzliche Kosten in Höhe von mehr als 700 Millionen Euro zu.

Während viele Menschen auf Wohngeld angewiesen sind, stehen immer weniger Sozialwohnungen zur Verfügung. Deren Zahl ist auch im vergangenen Jahr weiter zurückgegangen. Nach Angaben

der Bundesregierung wurden im Jahr 2025 zwar 27 283 Sozialwohnungen neu gebaut, gleichzeitig fielen aber 57 621 Einheiten aus der Sozialbindung heraus. Bundesweit sollen laut Schätzungen insgesamt etwa eine Million Sozialwohnungen fehlen.

Günstiger Wohnraum ist inzwischen zur Mangelware geworden, und Umzüge in eine bezahlbare Alternative sind vielerorts nahezu unmöglich. Stattdessen treiben hohe Mieten und steigende Energiepreise die Wohnkosten weiter in die Höhe. „Die Reform des Wohngelds trifft vor allem arme Menschen in der Gesellschaft. Altersarmut und Wohnungsnot lassen sich nicht durch Kürzungen verhindern“, so Bentele. **Kristin Enge**

KOMMENTAR

Skandalöse Investitionen

Vor der Sommerpause hat der Bundestag noch ein milliarden-schweres Sparpaket für die stark angeschlagenen gesetzlichen Krankenkassen verabschiedet, um die Krankenkassenbeiträge zu stabilisieren. Versicherte müssen demnach für Medikamente und Zahnersatz künftig mehr zuzahlen, und die beitragsfreie Familienversicherung wird eingeschränkt. Insbesondere auf Menschen mit geringem Einkommen, Ältere und chronisch Kranke kommen mit diesem GKV-Sparpaket enorme Belastungen zu.

Dass gerade jetzt ein handfester Finanzskandal die Krankenkassen erschüttert, ist ein verheerendes Signal: Medienberichten zufolge haben mutmaßlich 28 Krankenkassen und Kassenärztliche Vereinigungen insgesamt bis zu 500 Millionen Euro mit riskanten Investitionen in Immobilienfonds verloren. Zwar werden manche Verantwortliche angesichts der Milliardenhaushalte der Krankenkassen argumentieren, dieser Verlust sei im Verhältnis gering und hätte die Finanzprobleme ohnehin nicht gelöst. Doch genau diese Haltung wäre extrem problematisch. Denn mit den Beiträgen der Versicherten darf nicht spekuliert werden, nur um höhere Renditen zu erzielen. Das Bundesamt für Soziale Sicherung macht den gesetzlichen Krankenkassen klare Vorgaben



Verena Bentele
VdK-Präsidentin

für seriöse Geldanlagen und Vermögensverwaltung. Sollten diese missachtet worden sein, wäre das ein gravierender Verstoß zulasten der Beitragszahlerinnen und Beitragszahler. Das muss Konsequenzen haben. Viele Krankenkassen zeigen, dass wirtschaftliches Handeln auch ohne riskante Spekulationsgeschäfte möglich ist.

Jetzt sind Transparenz und Aufklärung gefragt. Die betroffenen Krankenkassen müssen offenlegen, wie es zu den großen Verlusten kommen konnte und welche finanziellen Folgen daraus entstehen.

Die Versicherten haben ein Recht darauf zu erfahren, wie mit ihrem Geld umgegangen wird. Andernfalls droht ein Vertrauensverlust, der weit über die betroffenen Krankenkassen hinaus das gesamte Gesundheitssystem beschädigen könnte.

Künftig acht Ausgaben im Jahr

VdK-ZEITUNG passt Erscheinungsweise an

Liebe Leserinnen und Leser, die Erscheinungsweise Ihrer VdK-ZEITUNG wird sich aufgrund deutlich gestiegener Versandkosten ab dem kommenden Jahr ändern. Sie erscheint statt zehn- nur noch achtmal im Jahr.

Der Bundesausschuss des Sozialverbands VdK Deutschland hat beschlossen, dass künftig zwei Ausgaben pro Jahr weniger produziert werden. Anstatt bislang zehn Zeitungen erhalten Sie ab Januar 2027 acht gedruckte Ausgaben der VdK-ZEITUNG.

Über das Jahr verteilt, erhalten Sie dann rund alle sechs Wochen eine neue Ausgabe der VdK-ZEITUNG. Die bisherigen Pausen im Sommer und Winter werden ver-

kürzt. Hintergrund für diese Veränderung sind die immer stärker steigenden Portokosten der Deutschen Post AG.

Der Bundesausschuss hat sich mehrheitlich dafür ausgesprochen, diesem erheblichen Kostendruck entgegenzuwirken. Bei der Anpassung der Erscheinungsweise wird die große Bedeutung der gedruckten VdK-ZEITUNG und die hohe Wertschätzung, die sie bei vielen unserer Mitglieder genießt, berücksichtigt.

Trotz der beschlossenen Ausgabenreduzierung bleibt der Umfang der einzelnen Ausgaben unverändert. In einzelnen Landesausgaben wird der Umfang sogar erweitert. „Damit bleibt gewährleistet, dass auch künftig über alle wichtigen VdK-Themen in bewährter Form informiert werden kann“, erklärt VdK-Bundesgeschäftsführer Andreas Wallenborn diese Veränderung.

Mit der Einführung des Versands im Umschlag konnte die VdK-ZEITUNG bereits in eine günstigere Porto-Kategorie wechseln. Das reichte jedoch nicht aus, um die aktuellen und die zukünftig zu erwartenden, steigenden Versandkosten ausreichend abzufedern. Daher hat der Bundesausschuss entschieden, die Erscheinungsweise zu reduzieren.

Die Redaktion der VdK-ZEITUNG bittet um Ihr Verständnis und bedankt sich herzlich bei Ihnen als treue Leserschaft! **juf**



Die VdK-ZEITUNG ist bei den Mitgliedern sehr beliebt. Foto: Klaus Lange

Aktionen für einen starken Sozialstaat

Der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB) organisiert am 26. September in 15 Städten Demonstrationen und Kundgebungen für einen starken Sozialstaat. Der Sozialverband VdK ruft seine Mitglieder zur Teilnahme auf.

Viele Zuschriften an den VdK zeigen: Unter den Mitgliedern gibt es ein großes Bedürfnis, öffentlich gegen die geplanten Kürzungen im Sozialstaat zu protestieren. Der DGB hat die VdK-Mitglieder eingeladen, sich an den Demonstrationen unter dem Motto „Hart verdient! Deine Arbeit. Deine Gesundheit. Deine Rente.“ zu beteiligen. In folgenden Städten finden Demonstrationen statt: Berlin, IG-Metall-Haus, 12 Uhr; Bremen, wahrscheinlich Bürgerweide, 11 Uhr; Erfurt, Hauptbahnhof, 10 Uhr; Essen, Burgplatz, 11 Uhr; Frankfurt (Main), Opernplatz, 11 Uhr; Freiburg, Stühlinger Kirchplatz, 12 Uhr; Hamburg, Hauptbahnhof, 10.30 Uhr; Hannover (Ort und Zeit noch offen); Kiel, Rathausplatz, 11.55 Uhr; Leipzig, Volkshaus und Johannisplatz, 10.30 Uhr; Magdeburg (Ort und Zeit noch offen); Nürnberg, Kornmarkt, 12 Uhr; Rostock, (Ort und Zeit noch offen); Saarbrücken, Bürgerpark, 11 Uhr; Stuttgart, Schlossplatz, 11.55 Uhr.

Weitere und aktualisierte Informationen veröffentlicht der DGB fortlaufend auf seiner Webseite:

➔ www.dgb.de/mitmachen/kampagnen/aktionstag-sozialstaat

Fachlicher Austausch in Berlin

VdK-Landesverbände treffen Bundesverband



Der Koordinierungskreis Recht und Sozialpolitik traf sich am 30. Juni und 1. Juli in der VdK-Bundesgeschäftsstelle. Foto: Klaus Lange

Der Sozialverband VdK Deutschland hatte zum Koordinierungskreis Recht und Sozialpolitik (KoK) eingeladen. Mehr als 30 Fachleute aus dem Bundesverband und den Landesverbänden nahmen an dem Austausch in Berlin teil.

Vor dem Hintergrund verschiedener sozialpolitischer Reformen standen zahlreiche Themen auf der Agenda, über die beim KoK informiert und diskutiert wurde. Die Expertinnen und Experten aus den Rechtsberatungen und den sozialpolitischen Abteilungen der Landesverbände kamen mit den Fachleuten aus der Bundesrechtsabteilung, der Abteilung Sozialpolitik sowie dem Wissensmanagement des VdK-Bundesverbands ins Ge-

spräch. Dabei ging es um die Ergebnisse der Rentenkommission, das Pflegezeitgesetz und die Reformen in der Gesundheitspolitik. Darüber hinaus sorgten geplante Kürzungen in der Eingliederungshilfe sowie in der Kinder- und Jugendhilfe für Gesprächsbedarf. Die Bundesrechtsabteilung informierte unter anderem über den Stand der Reform der Verwaltungsgerichtsordnung.

Beim Austausch über die Rechtsberatung in den Landesverbänden wurde deutlich, dass sich ein Großteil der Mitgliederanfragen auf die Themen Erwerbsminderung, Grad der Behinderung und Pflegegrad bezieht. Diese drei Bereiche bilden damit Schwerpunkte in der Beratung. **cis**

Bessere Unterstützung für Opfer von Gewalttaten

Interview: Das neue Soziale Entschädigungsrecht bietet umfassende Leistungen, die vielen Betroffenen nicht bekannt sind

Mit der Reform des Sozialen Entschädigungsrechts (SER) haben sich gerade für Personen, die ab dem 1. Januar 2024 Opfer von Gewalttaten geworden sind, und für deren Angehörige wesentliche Änderungen ergeben. Die VdK-ZEITUNG hat mit Dr. Christian Weber und Thomas Kerner von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Inklusionsämter und Hilfen der Sozialen Entschädigung (BIH) darüber gesprochen, wer welche Hilfen in Anspruch nehmen kann und wie diese beantragt werden.

Warum trat 2024 das neue Soziale Entschädigungsrecht (SER) in Kraft und was ist das Ziel?

Dr. Christian Weber: Der Absturz des Germanwings-Flugzeugs im März 2015 mit 150 Todesopfern und der Terroranschlag auf dem Berliner Breitscheidplatz im Dezember 2016 haben deutlich gemacht: Das bisherige Soziale Entschädigungsrecht wurde den Bedürfnissen von Gewaltopfern und ihren Angehörigen nicht mehr gerecht. Leistungen wurden oft erst nach langer Zeit bewilligt, zudem waren einige Geldleistungen zu niedrig. Mit dem neuen Sozialen Entschädigungsrecht (SGB XIV), das 2024 in Kraft getreten ist, sind deshalb Leistungen deutlich verbessert und der Zugang zu sogenannten Schnellen Hilfen vereinfacht worden.

Gleichzeitig wurde der Kreis der erfassten Gewalttaten erweitert. Neben körperlicher Gewalt fallen nun auch psychische Gewalttaten wie Stalking, erhebliche Vernachlässigung von Kindern sowie die Herstellung, Verbreitung und Zugänglichmachung von Kinderpornografie unter das Gesetz.

Warum wird das SER noch nicht in größerem Maß in Anspruch genommen?

Weber: Aus meiner Sicht liegt das vor allem daran, dass es viele Menschen nicht kennen und deshalb gar nicht wissen, dass sie Anspruch auf Unterstützung hätten. Hinzu kommt die Sorge vieler Betroffener, ihnen werde nicht geglaubt oder das Verfahren sei für sie zu belastend. Wir möchten deutlich machen, dass wir Betroffene sensibel begleiten und ihnen möglichst unkompliziert helfen wollen.



Fallmanager beraten betroffene Personen, die Opfer einer Gewalttat geworden sind, und unterstützen sie gegebenenfalls beim Ausfüllen von Formularen.

Foto: picture alliance/photothek.de/Ute Grabowsky

Kerner: Wichtig wäre, dass Beratungsstellen, soziale Dienste sowie Ärztinnen, Ärzte und Therapeutinnen und Therapeuten das SER stärker in ihre Beratung einbeziehen und darauf hinweisen, dass es ein weiteres umfangreiches Leistungs- und Unterstützungssystem für Opfer von Gewalttaten gibt. Solche Hinweise sind entscheidend, damit Betroffene die Unterstützung erhalten, die ihnen zusteht.

Weber: Einige Bundesländer ermöglichen eine Antragstellung unter www.sozialplattform.de. Dort können online Anträge ausgefüllt und versendet werden. Angebote dieser Art werden noch erweitert und sollen den Zugang zu den Leistungen vereinfachen.

Können Sie Beispiele nennen, welche Personen einen Anspruch auf Leistungen des SER haben?

Thomas Kerner: Anspruchsberechtigt sind zunächst Menschen, die Opfer einer körperlichen oder psychischen Gewalttat geworden sind. Zudem können deren Angehörige sowie Hinterbliebene Leistungen erhalten, wenn die geschädigte Person infolge der Gewalttat verstorben ist. Weniger bekannt ist, dass auch Geschwister oder Partnerinnen und Partner in ähnlichen Lebensgemeinschaften

unter bestimmten Voraussetzungen Leistungen erhalten können. Gerade bei Großschadensereignissen zeigt sich, wie breit das neue SER aufgestellt ist. Es ermöglicht, Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene schnell und bedarfsgerecht zu unterstützen, zum Beispiel durch Fallmanagement oder Behandlungen in Traumaambulanzen.

Weber: Die Vorteile des neuen Rechts zeigen sich aber nicht nur bei Großschadensereignissen. Auch nach sexualisierter oder häuslicher Gewalt können wir Betroffene und ihre Angehörigen schnell und unbürokratisch unterstützen. Viele Betroffene gehen fälschlicherweise davon aus, dass Leistungen erst nach einem Strafverfahren möglich sind. Das stimmt nicht. Ein Strafverfahren ist keine Voraussetzung. Unsere Fallmanagerinnen und Fallmanager beraten sensibel, helfen dabei, den individuellen Unterstützungsbedarf zu ermitteln, und vermitteln auch Leistungen anderer Sozialleistungsträger. Je früher Betroffene Kontakt aufnehmen, desto schneller können Hilfen greifen. Gleichzeitig ist uns bewusst, wie schwer es vielen Menschen fällt, über das Erlebte zu sprechen. Deshalb gibt es im SER bewusst keine Antragsfristen.

Welche Leistungen stehen den Betroffenen zur Verfügung?

Kerner: Das SER umfasst Sach-, Geld- und Dienstleistungen. Anspruch haben neben den direkt betroffenen Personen auch Menschen, die eine Gewalttat miterlebt haben und dadurch psychisch belastet sind, ohne selbst körperlich verletzt worden zu sein. Zu den Leistungen gehören neben dem Fallmanagement und der Betreuung in Traumaambulanzen auch Krankenbehandlung, Leistungen zur Teilhabe an Bildung, am Arbeitsleben und am sozialen Leben, Leistungen bei Pflegebedürftigkeit oder Blindheit sowie Entschädigungszahlungen.

Weber: Vorrangiges Ziel ist es, die gesundheitlichen Folgen einer Gewalttat durch medizinische Behandlung, Rehabilitation und

Teilhabeleistungen möglichst vollständig zu beseitigen und den Betroffenen die Rückkehr in den Alltag zu ermöglichen. Das Leistungsspektrum geht über die Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung hinaus. Wenn trotz aller Maßnahmen dauerhafte gesundheitliche oder psychische Beeinträchtigungen verbleiben, erfolgen monatliche Entschädigungszahlungen.

Wie und wo kann man einen Antrag auf Entschädigung stellen?

Kerner: Ein Antrag kann grundsätzlich formlos telefonisch oder per E-Mail bei der zuständigen Behörde gestellt werden. Bereits vor der Antragstellung sind telefonische Beratungen möglich. Über die Webseite der Bundesarbeitsgemeinschaft der Inklusionsämter und Hilfen in der Sozialen Entschädigung können die zuständigen Behörden der einzelnen Bundesländer ermittelt werden.

Weber: Auch wenn der Antrag zunächst formlos gestellt werden kann, werden Antragstellerinnen und Antragsteller anschließend gebeten, ausführlichere Formulare auszufüllen.

Kerner: Werden diese Formulare vollständig ausgefüllt und aktuelle medizinische Unterlagen beigelegt, kann das Verfahren häufig deutlich beschleunigt werden. Sowohl die Fallmanagerinnen und Fallmanager als auch die zuständigen Sachbearbeiterinnen und Sachbearbeiter können beim Ausfüllen der Formulare unterstützen.

Wie läuft das Antragsverfahren?

Weber: Nach Antragseingang wird umfassend geprüft, welche Hilfsbedarfe bestehen und welche Leistungen sinnvoll miteinander kombiniert werden können.

Kerner: Wichtig ist, dass die geltend gemachte Gewalttat nachgewiesen ist. Die Ergebnisse eines Strafverfahrens können dabei hilfreich sein, weil die Strafverfolgungsbehörden weitergehende Ermittlungsbefugnisse haben. Aber es ist keine Voraussetzung für die Bewilligung von Leistungen. Weber: Wer sich zunächst nicht in der Lage fühlt, das gesamte Ver-

fahren zu durchlaufen, kann unabhängig vom eigentlichen Antragsverfahren direkt die Angebote der Traumaambulanzen nutzen. Hier hat der Gesetzgeber bewusst einen besonders niedrigschwelligen Zugang geschaffen.

Das Fallmanagement und die Traumaambulanzen spielen eine zentrale Rolle. Wie muss man sich diese Hilfen konkret vorstellen?

Kerner: Nach einer schweren Gewalttat wie einem sexuellen Übergriff leiden viele Betroffene unter Konzentrationsproblemen, Flashbacks, Schlafstörungen, Angst- oder Panikattacken sowie Vermeidungsverhalten. Für diese Menschen gibt es in den Bundesländern an verschiedenen Standorten Traumaambulanzen. Dort können sich Betroffene ohne vorherigen Antrag melden und erhalten in der Regel innerhalb weniger Tage einen Termin. Auf Wunsch unterstützt auch das Fallmanagement bei der Terminvermittlung.

Weber: In den Traumaambulanzen stehen Erwachsenen bis zu 15 Sitzungen, Kindern und Jugendlichen bis zu 18 Sitzungen zur Verfügung. Speziell geschulte Ärztinnen, Ärzte und Therapeutinnen beziehungsweise Therapeuten helfen dabei, die psychischen Belastungen zu reduzieren und die Betroffenen zu stabilisieren.

Kerner: Ergänzend kann das Fallmanagement auch ohne vorherige Antragstellung in Anspruch genommen werden. Gemeinsam mit den Betroffenen werden in sensiblen Gesprächen Unterstützungsbedarfe ermittelt und, falls erforderlich, weitere Hilfen anderer Leistungsträger wie der Arbeitsagentur, der Renten- oder Unfallversicherung einbezogen.

Bestehen dauerhaft gesundheitliche Folgen, können monatliche Entschädigungszahlungen gewährt werden. Die Höhe richtet sich nach dem Grad der Schädigungsfolgen (GdS) zwischen 30 und 100. Diese monatliche Leistung wird nicht auf Sozialleistungen wie Bürgergeld, Leistungen der Arbeitsagentur oder Renten angerechnet.

Interview: Jörg Ciszewski

KONTAKT

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Inklusionsämter und Hilfen der Sozialen Entschädigung (BIH) ist ein Zusammenschluss von 24 Institutionen auf Bundes-, Länder- und kommunaler Ebene. Sie bündelt die gesetzlichen Aufgaben der Integrations- und Inklusionsämter sowie der Träger der Sozialen Entschädigung in Deutschland. Die BIH setzt sich für die Unterstützung von Menschen ein, die nach dem neuen Sozialen Entschädigungsrecht Anspruch auf Leistungen haben.

Auf der Webseite der BIH erfahren Sie, wie und wo Sie einen Antrag stellen können.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Inklusionsämter und Hilfen der Sozialen Entschädigung

(02 21) 809 5390

www.bih.de



Dr. Christian Weber (links) ist Referatsleiter Soziales Entschädigungsrecht und Versorgungsärztlicher Dienst im Landesamt für Soziales, Jugend und Gesundheit Sachsen-Anhalt. Thomas Kerner leitet im Zentrum Bayern für Familie und Soziales den Fachbereich Soziale Entschädigung und Stiftungen. Beide sind Vorstandsmitglieder der Bundesarbeitsgemeinschaft der Inklusionsämter und Hilfen der Sozialen Entschädigung (BIH e.V.).

Fotos: privat



Eine Rentenreform geht gerechter

VdK-Präsidentin Verena Bentele arbeitet in der DGB-Rentenkommission an einem zukunftsfähigen Alterssicherungskonzept mit

Wie kann eine sozial gerechte Alterssicherung gestaltet sein? VdK-Präsidentin Verena Bentele hat in der DGB-Rentenkommission zusammen mit Fachleuten Vorschläge für eine zukunftsfähige Alterssicherung entwickelt. Das Konzept empfiehlt sie der Bundesregierung als Pflichtlektüre.

In Zeiten des Sozialabbaus setzt der Sozialverband VdK auf eine enge Zusammenarbeit mit den Gewerkschaften. Verena Bentele hat auf Einladung des DGB in einer Rentenkommission mitgewirkt, die ein tragfähiges Alterssicherungssystem erarbeitet hat – als Gegenentwurf zu den Vorschlägen der Alterssicherungskommission der Bundesregierung.

In vielen Gremiensitzungen mit Vertreterinnen und Vertretern von Gewerkschaften, Wissenschaftlerinnen, Politikern und Juristinnen hat Bentele die Perspektive der Sozialverbände eingebracht. Das Konzept der DGB-Rentenkommission wurde nun vorgestellt.

Arbeitsmarkt im Blick

Die Empfehlungen verfolgen einen anderen Ansatz als die Vorschläge der Alterssicherungskommission der Regierung. Der demografische Wandel wird nicht als Krise verstanden, die nur durch ein höheres Rentenalter oder Kapitaldeckung zu bewältigen ist. Für die DGB-Rentenkommission ist



Die DGB-Rentenkommission gibt Empfehlungen für eine gerechte Alterssicherung.

Foto: DGB/Gordon Welters

vielmehr entscheidend, Erwerbstätigkeit und Produktivität zu stärken und den erwirtschafteten Wohlstand gerecht zu verteilen. Dafür empfiehlt sie eine stärkere Tarifbindung, einen armutsfesten Mindestlohn, die Eindämmung des Niedriglohnssektors und die Schließung der Lohnlücke zwischen Frauen und Männern. So würde die Alterssicherung besser vor Armut schützen. Außerdem regt die Kommission an, die Grundrente zu reformieren und den Zuschlag leichter zugänglich zu machen.

Statt einer risikoreichen Aktienrente wird eine verpflichtende Betriebsrente vorgeschlagen, in die Arbeitgeber zwei Prozent des Bruttolohns einzahlen. Diese sollte auch vor Erwerbsminderung und Inflation schützen und Hinterbliebene absichern.

Wichtig ist dem Gremium, dass älteren Beschäftigten nicht über höhere Altersgrenzen immer mehr abverlangt wird. Längeres Arbeiten sollte stattdessen durch altersgerechte und barrierefreie Arbeitsplätze ermöglicht werden.

Bentele hat insbesondere zu den Themen Reha, Erwerbsminderung und Maßnahmen gegen Altersarmut gearbeitet. „Nach Auffassung der Kommission ist es notwendig, dass auch Menschen mit Brüchen in ihrer Erwerbsbiografie im Alter abgesichert sind und nicht in die Altersarmut abstürzen“, erklärt die VdK-Präsidentin. Das passiere etwa, wenn das Einkommen sinkt, weil jemand wegen der Pflege der Eltern nicht mehr in Vollzeit arbeiten kann oder wenn hohe Abschläge drohen, weil die Gesundheit

nicht bis zur Rente mitmacht. Prävention, Rehabilitation und berufliche Wiedereingliederung müssen daher besser zwischen Rentenversicherung, Krankenkassen, Arbeitsagenturen, Jobcentern und Betrieben abgestimmt werden.

Gesamtkonzept kommt

„Statt Armut im Alter kleinzureden, haben wir konkrete Vorschläge entwickelt, wie Zeiten der Kindererziehung, der Krankheit, der Pflege, aber auch der Arbeitslosigkeit besser für die Rente bewertet werden“, erklärt die VdK-Präsidentin. Das ausführlichere Gesamtkonzept der DGB-Rentenkommission soll demnächst veröffentlicht werden.

Jörg Ciszewski

DGB-Rentenkommission

In dem Gremium sind vertreten: Yasmin Fahimi, Nina Krüger (beide DGB), Christiane Benner (IG Metall), Maïke Finner (Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft), Nils Hindermann (IG BCE), Andrea Kocsis (Verdi), Kevin Kühnert (Bürgerbewegung Finanzwende), Ricarda Lang (Bündnis 90/Die Grünen), Prof. Katja Nebe (Landesverfassungsgericht Sachsen-Anhalt), Dr. Joachim Rock (Paritätischer Wohlfahrtsverband), Prof. Jutta Schmitz-Kießler (Hochschule Bielefeld), Peter Weiß (CDU/CSU), Verena Bentele (Sozialverband VdK).

Angehörige nicht stärker belasten

VdK lehnt Streichung von Einkommensgrenze ab

Das Bundesgesundheitsministerium plant, Familienangehörige stärker an den Pflegekosten zu beteiligen. Der Sozialverband VdK fordert, an der Einkommensgrenze von 100 000 Euro festzuhalten.

Die Kosten für einen Pflegeheimplatz sind in den vergangenen Jahren stark gestiegen. Der Eigenanteil für das erste Jahr in einer Pflegeeinrichtung liegt derzeit bundesweit bei durchschnittlich rund 3360 Euro. Viele Heimbewohnerinnen und -bewohner können das nicht aus eigener Tasche bezahlen. Rund 36 Prozent erhalten deshalb „Hilfe zur Pflege“.

Dabei handelt es sich um eine Sozialleistung, die aus dem kommunalen Haushalt finanziert wird. Bundesgesundheitsministerin Warzen will die Kommunen entlasten, indem Angehörige von Pflegebedürftigen wieder stärker an den Pflegekosten beteiligt werden. Sie plant daher, das Angehörigenentlastungsgesetz aus dem Jahr 2020 rückgängig zu machen. Das Gesetz regelt, dass Angehörige mit einem jährlichen Bruttoeinkommen von weniger als 100 000 Euro nicht für die pflegebedingten Kosten der Eltern aufkommen müssen.

Aufgabe der Gesellschaft

Der VdK lehnt die geplante Streichung der Einkommensgrenze ab. „Pflegebedürftigkeit ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die



Foto: picture alliance/Zoomar/Robert Kneschke

Angehörige von Pflegebedürftigen sollen mehr Kosten übernehmen.

solidarisch finanziert werden sollte, denn die Belastungen können sehr ungleich verteilt sein“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. Es gebe Familien, bei denen beide Elternteile an Demenz erkrankt seien. Andere hätten keinen Pflegefall. „Daher ist es eine Frage der Gerechtigkeit, dass die Pflegekosten bis zu einer bestimmten Summe von der gesamten Gesellschaft geschultert und nicht einzelnen Familien aufgebürdet werden.“ Die Abschaffung der Einkommensgrenze würde dazu führen, dass sich Angehörige erneut bürokratisch aufwendigen Bedürftigkeitsprüfungen unterziehen müssten. „Der Einspareffekt für die Kommunen wäre am Ende sehr überschaubar“, so Bentele. **cis**

Drastische Kürzungen auf Kosten der Teilhabe

Offener Brief an Merz kritisiert Sparpläne bei der Eingliederungshilfe

Der Sozialverband VdK sieht die geplanten Kürzungen in der Eingliederungshilfe mit großer Sorge und richtet einen Appell an die Politik: Anstatt gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Behinderung dem Spardruck zu opfern, muss sich die angekündigte Reform an Vorgaben des Grundgesetzes und der UN-Behindertenrechtskonvention ausrichten.

Der VdK ist bestürzt darüber, dass in der Debatte über die geplanten Einsparungen Menschen mit Behinderung zunehmend als Belastung für die Gesellschaft und als Kostentreiber dargestellt werden. Gemeinsam mit weiteren Verbänden hat der VdK im Bündnis des Deutschen Behindertenrates (DBR) in einem Offenen Brief die geplante Reform bei der Eingliederungshilfe deutlich kritisiert.

Das Schreiben richtet sich an den Bundeskanzler, die Mitglieder der Bundesregierung, die Ministerpräsidentinnen und Ministerpräsidenten der Länder sowie Vertreterinnen und Vertreter der kommunalen Spitzenverbände.

Kritisiert wird darin vor allem, dass die geplanten Änderungen den individuellen Rechtsanspruch auf bedarfsgerechte Unterstützung zugunsten pauschaler und gemeinschaftlich erbrachter Leistungen einschränken würden. Pauschale Geldleistungen könnten dazu führen, dass notwendige Hilfen nicht mehr ausreichend finanziert wer-

den, insbesondere bei Menschen mit hohem oder komplexem Unterstützungsbedarf.

Individuelle Hilfen

Im Bildungsbereich besteht die Sorge, dass individuelle Assistenz in Kitas und Schulen durch Pooling ersetzt wird. Das bedeutet, dass eine Gruppe von Kindern oder Jugendlichen mit unterschiedlichen Behinderungen sich eine Unterstützungskraft teilen. Dadurch entsteht die Gefahr, dass Betroffene nicht mehr die notwendige Unterstützung erhalten oder zunehmend in Förderschulen gedrängt werden. Im Sinne der Selbstbestimmung muss das Ziel jedoch sein, individuelle Unter-

stützung zu erhalten, anstatt sie durch eine standardisierte Versorgung zu ersetzen.

Der Offene Brief warnt zudem vor einer Einschränkung des Wunsch- und Wahlrechts: Menschen mit Behinderung dürfen nicht gegen ihren Willen auf kostengünstigere Wohnformen verwiesen werden, wenn diese ihrem Bedarf und ihren Wünschen entgegenstehen. Das widerspräche den Bestimmungen der UN-Behindertenrechtskonvention.

In dem Brief heißt es: Wer bei der Eingliederungshilfe kürzt, spart an Selbstbestimmung, Chancengleichheit und gesellschaftlicher Teilhabe. Das ist mit einer menschenrechtsbasierten Politik unvereinbar. **Jörg Ciszewski**



Die Reformpläne sehen auch Veränderungen bei der Assistenz von Kindern mit Behinderung in Kitas vor. Foto: picture alliance/imageBROKER/Unai Huizi

Erfolg für Mitglied mit fetalem Alkoholsyndrom

Diagnose FAS: VdK Nordrhein-Westfalen erstreitet stationäre Vorsorgemaßnahme in einem spezialisierten Kurzentrum

Der 46-jährige Tim Puffler hat lange gedacht, er wäre schuld, dass er sein Leben nicht in den Griff bekommt – bis bei ihm ein fetales Alkoholsyndrom (FAS) festgestellt wurde. Um den Umgang mit der Behinderung zu verbessern, hat der VdK Nordrhein-Westfalen vor dem Sozialgericht die Behandlung in einem Kurzentrum erstritten.

Früher war Monika Reidegeld wegen des impulsiven Verhaltens ihres Adoptivsohns Tim oft verzweifelt. Nachdem bei ihm im Alter von 32 Jahren FAS festgestellt wurde, konnte sie sich viele der Probleme erklären. Heute leisten sie gemeinsam Aufklärungsarbeit über das FAS und werden zu Diskussionen eingeladen.

Das FAS ist eine Behinderung, die durch Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft verursacht wird. „Selbst das ominöse Gläschen kann lebenslange Hirnschäden verursachen“, sagt Reidegeld. Betroffene haben Probleme, strukturiert zu handeln. „Tim ist zudem vergesslich und oft unkonzentriert. Er ist schnell gereizt, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert.“

Früher Verdacht

Reidegeld adoptierte den Jungen, als er ein Jahr war. Als Tim zwei Jahre alt war, äußerte ein Arzt in der Kinderklinik den Verdacht, dass er am FAS leidet und verord-



Tim Puffler und Monika Reidegeld leisten Aufklärungsarbeit über das fetale Alkoholsyndrom. Foto: privat

nete eine Frühförderung. „Ich habe allerdings nicht gewusst, wie ich mit diesem Verdacht weiter umgehen soll“, sagt die Mutter.

Später hat Tim mit viel Unterstützung den Realschulabschluss geschafft. „Solange er zur Schule ging, lief alles einigermaßen normal“, erinnert sich die 74-Jährige. Doch dann brach die Tagesstruktur weg. Tim verbrachte viel Zeit zu Hause und geriet durch seine Beeinflussbarkeit unwissentlich in einen Autodiebstahl, ohne die Folgen zu überblicken. „Ich machte mir große Vorwürfe und dachte, ich hätte als Mutter versagt.“

Nachdem ihr Sohn straffällig geworden war, empfahl eine Ärztin des Gesundheitsamts eine Untersuchung, um dem früheren Verdacht von FAS nachzugehen. Die Diagnose, die ein spezialisierter Facharzt an der Berliner Charité stellte, war dann eindeutig.

Tim sollte einen besseren Umgang mit seiner Behinderung erlernen. Deshalb beantragte Reidegeld die Übernahme der Kosten für eine stationäre dreiwöchige Vorsorgemaßnahme. Als anerkannte Fachklinik, die auf Menschen mit FAS ausgerichtet ist, schlug sie das Soziale Genesungswerk Pelzerha-

ken an der Ostsee vor. Doch die Krankenkasse lehnte den Antrag ab und wies auch den Widerspruch zurück. Sie riet stattdessen zu einer Ernährungsberatung in Wohnortnähe, Reha-Training und dem Erlernen von Entspannungstechniken. Reidegeld kontaktierte den VdK, da Tim wegen seiner Behinderung nicht in der Lage ist, ambulante Maßnahmen durchzuhalten.

Neues Gutachten

VdK-Juristin Elahe Jafari-Neshat stellte daraufhin beim Sozialgericht Gelsenkirchen Antrag auf Kostenübernahme für den Aufenthalt. Es komme nur die Behandlung in einer spezialisierten Einrichtung infrage. Die vorgeschla-

genen Maßnahmen seien bereits ausgeschöpft, so Jafari-Neshat. Sie regte bei Gericht die Einholung von Befunden und ein neues medizinisches Gutachten an.

Der Medizinische Dienst kam daraufhin zu dem Ergebnis, dass eine stationäre Vorsorge zur Vermeidung zunehmender Pflegebedürftigkeit und zum Erhalt der Selbstständigkeit notwendig ist.

Schließlich lenkte die Krankenkasse ein und stimmte der Kostenübernahme für die dreiwöchige Vorsorge in der gewünschten Einrichtung zu. Mutter und Sohn fiel ein Stein vom Herzen. „Wir sind Frau Jafari-Neshat vom VdK für die kompetente und vertrauensvolle Betreuung sehr dankbar“, sagt Monika Reidegeld. **Jörg Ciszewski**

– Anzeige –

Hartnäckig ans Ziel gekommen

VdK Sachsen setzt Erwerbsminderung wegen Clusterkopfschmerzen durch

Jahrelang hat der VdK Sachsen dafür gekämpft, dass die Erwerbsminderung eines Mitglieds wegen Clusterkopfschmerzen und damit einhergehender Depressionen anerkannt wird. Dabei musste er sich erfolgreich gegen fragwürdige Gutachten zur Wehr setzen, die das Verfahren vor dem Sozialgericht unnötig verzögert haben.

Christian Boden leidet unter extremen Kopfschmerzen. „Das fühlt sich an, als wenn jemand mit einem glühenden Messer von außen ins Auge sticht“, beschreibt er die Beschwerden. Seit 2011 ist er in Behandlung. Im Lauf der Jahre traten die Schmerzen häufiger auf und wurden stärker. Die Ärzte diagnostizierten Clusterkopfschmerzen, die ihn heute bis zu fünfmal in der Woche, an schlechten Tagen bis zu zehnmal täglich und in der Nacht quälen. Die Attacken dauern bis zu 40 Minuten. Ihm fällt dann das Sprechen schwer, und seine Aufmerksamkeit ist stark eingeschränkt.

Traumberuf Testfahrer

Im Februar 2020 stellte er daher bei der Deutschen Rentenversicherung (DRV) einen Antrag auf Erwerbsminderungsrente. Wegen der oft und plötzlich auftretenden Schmerzen konnte er seinen Traumberuf als Testfahrer für BMW nicht mehr ausüben. Doch die DRV lehnte den Antrag und



Foto: image/Depositphotos

Clusterkopfschmerzen quälen Betroffene oft mehrmals täglich.

den darauf folgenden Widerspruch ab. Der Versicherte könne weiter mindestens sechs Stunden pro Tag auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt tätig sein, hieß es.

Mit der Rechtsanwältin Kathleen Daute vom VdK Leipzig klagte Boden gegen die DRV. Das Sozialgericht beauftragte daraufhin ein nervenärztliches Sachverständigen Gutachten des Klägers. Das kam zu dem Schluss, dass bei ihm keine Erwerbsminderung vorliegt.

Daute und die behandelnden Ärzte konnten das nicht nachvollziehen. Sie reichten erneut medizinische Stellungnahmen ein, die eindeutig belegten, dass der Mann infolge der häufigen Schmerzen zudem eine depressive Erkrankung entwickelt hat und erwerbsgemindert ist. Sie veranlassten damit das

Sozialgericht, ein neues Sachverständigen Gutachten einzuholen.

Das lag im Oktober 2023 vor – und war aus Sicht des Klägers verheerend. Denn es stellte den Kläger laut Daute „als Simulanten“ dar. Zusammen mit den Ärzten des Klägers belegte sie die mangelhafte Qualität und Objektivität der Gutachterin und stellte deren Voreingenommenheit heraus. Der Medizinerin fehle zudem die erforderliche Kenntnis zum Krankheitsbild Clusterkopfschmerzen.

Volle EM-Rente

Schließlich bestellte das Gericht ein drittes Fachgutachten, das die ärztlichen Stellungnahmen berücksichtigte. Es kam zu dem Schluss, dass der Kläger täglich nur drei bis sechs Stunden arbeiten kann und teilweise erwerbsgemindert ist. Da keine Aussicht besteht, einen entsprechenden Arbeitsplatz zu finden, zahlt die DRV die volle Erwerbsminderungsrente rückwirkend ab 1. Januar 2023.

Die lange Verfahrenszeit habe viel Kraft gekostet, sagt die Ehefrau des Klägers, Simone Boden, rückblickend. Sie unterstützt ihren Mann tatkräftig. „Aufgeben war für uns auch dank der Unterstützung durch den VdK nie eine Option.“ Da die Bewilligung der Erwerbsminderungsrente nur bis Ende 2026 gilt, hat sie mit dem VdK einen Antrag auf Weitergewährung gestellt. **Jörg Ciszewski**

Damit Zuhause
Zuhause bleibt.

Lifta

Der Lifta Luxor.

Ausgezeichnetes Design.
Spürbarer Komfort.



reddot winner 2026

Rufen Sie uns gebührenfrei an, auch samstags und sonntags.

☎ **0800 20 33 134**

Jetzt scannen und
mehr über unseren
Premium-Lift erfahren.

www.lifta.de



VdK rät: Bei Bedarf jetzt einen Pflegeantrag stellen

Der Zugang zu den Pflegegraden könnte ab 2027 erschwert werden – Wer bereits Unterstützung benötigt, sollte handeln

Die geplante Pflegereform könnte für Menschen mit Unterstützungsbedarf die Voraussetzungen erschweren, einen Pflegegrad zu erhalten. Daher empfiehlt der Sozialverband VdK Betroffenen, die schon länger über einen Erstantrag nachdenken, ihn dringend vor dem 31. Dezember 2026 zu stellen.

Die Reform mit dem Namen „Pflegeneuordnungsgesetz“ ist noch nicht verabschiedet. Der Gesetzgebungsprozess soll aber noch in diesem Jahr abgeschlossen werden, sodass die Änderungen ab 2027 gelten können. Der bisherige Gesetzentwurf sieht erhebliche Leistungseinschnitte in der pflegerischen Versorgung vor. Zudem sollen sich die Voraussetzungen für die Pflegegrade 1 bis 3 verschärfen.

Der VdK kritisiert diese Pläne. Denn viele Pflegebedürftige, die heute die Voraussetzungen erfüllen, würden nach der Reform keinen oder einen niedrigeren Pflegegrad erhalten. Berechnungen des IGES-Instituts zeigen: Wären die nun geplanten strengeren Voraussetzungen schon 2024 in Kraft gewesen, hätten rund 123 000 Menschen keinen Pflegegrad 1 bekommen und 155 000 Menschen wären in einen niedrigeren Pflegegrad eingestuft worden.

Der VdK rät daher dringend dazu, noch vor Inkrafttreten der Reform einen Erstantrag zu stel-



Wer nur mühsam seinen Alltag organisieren kann, sollte schnellstmöglich noch 2026 einen Pflegeantrag stellen.

len, um nach den aktuell geltenden Maßstäben begutachtet zu werden.

VdK-Präsidentin Verena Bentele weiß, dass viele Menschen damit zögern, einen Pflegegrad zu beantragen. „Sie schaffen es noch, ihren Alltag unter großen Anstrengungen für sich und ihre Angehörigen zu arrangieren. Dabei ist ein Pflegegrad kein Makel, sondern eine wichtige Voraussetzung, weiter in den eigenen vier Wänden leben zu können.“

Ihnen macht sie Mut, jetzt zu handeln, denn wer noch in diesem Jahr einen Pflegegrad bekommt, behält ihn nach aktuellem Stand

auch, wenn die Zugangsregeln verschärft werden. „Wenn Sie also schon länger über einen Erstantrag nachdenken, empfiehlt der VdK, ihn bis zum 31. Dezember 2026 zu stellen“, sagt Bentele.

Ein Antrag auf Höherstufung eines bereits vorhandenen Pflegegrads sollte wiederum wohlüberlegt sein, weil es dann auch zu Rückstufungen des Pflegegrads kommen kann. Außerdem gelten hier andere Fristen.

Wer nach einem Erstantrag einen Pflegegrad erhalten hat, kann Unterstützungsangebote nutzen. Sie helfen dabei, die Selbstständig-

keit möglichst lange zu erhalten und einen höheren Pflegebedarf zu vermeiden oder hinauszuzögern.

Wichtig ist in diesem Zusammenhang: Während der noch in diesem Jahr festgestellte Pflegegrad voraussichtlich auch nach der Reform Bestandsschutz genießt, können sich Art und Umfang der Leistungen in den Pflegegraden im Zuge der Reform noch verändern.

Die für die Bearbeitung des Antrags zuständige Pflegekasse ist über die Krankenversicherung erreichbar. Für die Antragstellung genügt ein Anruf oder ein formloses Schreiben. Der VdK empfiehlt

den schriftlichen Antrag, weil er sich im Zweifelsfall leichter nachweisen lässt. Beispielhafte Formulierungen für einen Antrag und weiterführende Informationen zum Pflegeantrag gibt es auf der Webseite des VdK (siehe unten).

Ergebnis nach 25 Tagen

Spätestens 25 Arbeitstage nach dem Eingang des Antrags muss die Pflegekasse ihre Entscheidung über den Pflegegrad schriftlich mitteilen. Bis zum Jahresende rechnen die Pflegekassen mit einem erhöhten Antragsaufkommen.

Grundlage für die Entscheidung über den Pflegeantrag ist das Gutachten des Medizinischen Dienstes (MD). Die Begutachtung wird innerhalb der Frist in der Regel bei den Versicherten zu Hause durchgeführt. Auf das Gespräch sollten sich die Antragstellenden gut vorbereiten. Dabei kann der VdK-Pflegeratgeber „Ab wann ist man pflegebedürftig?“ helfen. Darin ist erklärt, nach welchen Kriterien der MD begutachtet und die Einstufung in einen Pflegegrad vornimmt. Der Ratgeber sowie die Broschüre „Pflege zu Hause“ können auf der Webseite des VdK Deutschland kostenfrei heruntergeladen werden.

Jörg Ciszewski

➔ www.vdk.de/pflegeratgeber
➔ www.vdk.de/pflegeantrag

– Anzeige –

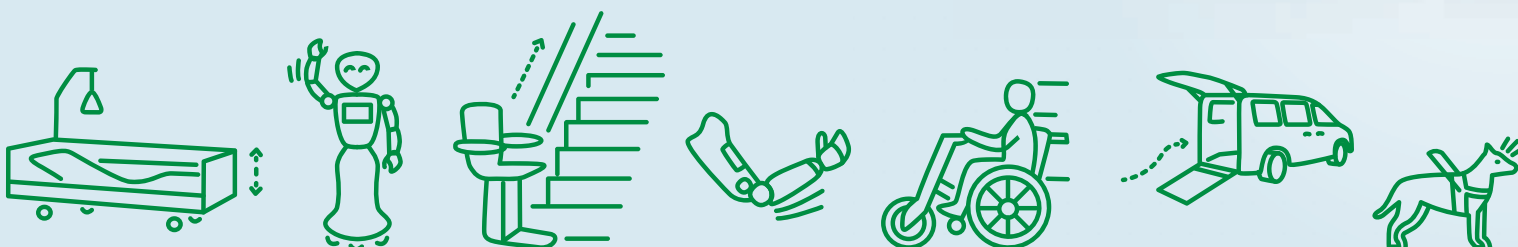


REHACARE International

Fachmesse für
Rehabilitation und Pflege

Düsseldorf,
23.–26. September 2026

Selbstbestimmt leben



Messe
Düsseldorf

Was sich für die Krankenversicherten ändert

Maßnahmenpaket sieht Neuregelungen bei Familienversicherung, Medikamentenzuzahlung und Zahnersatz vor

Die Bundesregierung hat ein Gesetzespaket verabschiedet, um die Beiträge zur gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) zu stabilisieren. Für Versicherte bedeutet die Gesundheitsreform, dass sie sich auf größere Veränderungen einstellen müssen. Die wichtigsten Neuerungen im Überblick:

Ab 1. Januar 2027 sollen Versicherte bei Medikamenten, Hilfsmitteln und Behandlungen tiefer in die Tasche greifen. Die Zuzahlungen sollen um 50 Prozent steigen. Das betrifft neben verschreibungspflichtigen Arzneimitteln auch Krankenhausaufenthalte, Heil- und Hilfsmittel sowie Fahrtkosten, Vorsorge- und Reha-Maßnahmen. Die Mindestzuzahlung für Medikamente steigt somit von 5 auf 7,50 Euro, die Höchstzuzahlung von 10 auf 15 Euro.

Wirksamkeit fraglich

Homöopathische und anthroposophische Behandlungen werden ab 2027 nicht mehr von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Wer solche Angebote weiter nutzen möchte, muss die Kosten dafür künftig selbst übernehmen. Die Bundesregierung begründet diese Entscheidung damit, dass für die Leistungen kein ausreichender wissenschaftlicher Wirksamkeitsnachweis erbracht



Beim Hautkrebs-Screening soll es künftig Einschränkungen geben, die derzeit noch nicht geregelt sind. Foto: imago/HalfPoint Images

werden kann. Zudem zahlen die Krankenkassen ab 1. Januar 2027 niedrigere Festzuschüsse für Zahnersatz. Sie werden auf das Niveau von 2020 gesenkt und um 10 Prozentpunkte auf 50 Prozent verringert. Für Versicherte steigen dadurch die Eigenanteile. Je nach Behandlung können mehrere Hundert Euro zusätzliche Kosten entstehen. Es soll weiter Härtefallregeln für Menschen mit geringen Einkommen geben.

Ab 2027 gilt eine Steuer auf zuckerhaltige Getränke. Ziel ist es, den Zuckerkonsum zu senken und so

Krankheiten wie Diabetes oder starkem Übergewicht vorzubeugen.

Die Familienversicherung wird teilweise beitragspflichtig. Bisher konnten viele Ehe- und Lebenspartnerinnen und -partner ohne eigenes oder mit nur geringem Einkommen kostenlos über die gesetzliche Krankenversicherung des berufstätigen Partners mitversichert werden. Ab 1. Januar 2028 fällt diese kostenlose Mitversicherung weg. Stattdessen wird ein zusätzlicher Krankenversicherungsbeitrag in Höhe von 2,5 Prozent des beitragspflichtigen Ein-

kommens des versicherten Partners fällig. Für Rentnerinnen und Rentner sowie Menschen mit Versorgungsbezügen gilt diese Regelung ab 1. Juli 2028.

Es gelten allerdings Ausnahmen, für die weiterhin eine beitragsfreie Mitversicherung besteht bleibt. Dazu zählen unter anderem Kinder, Ehe- oder Lebenspartner, die Kinder unter zwölf Jahren betreuen, Kinder mit Behinderung, die nicht alleine wohnen können, Ehe- oder Lebenspartner mit voller Erwerbsminderung oder mit mindestens Pflegegrad 3, Ehe- oder Lebenspartner, die die Regelaltersgrenze erreicht haben sowie nicht erwerbsfähige Menschen, die Grundsicherung beziehen.

Neu ist auch die Möglichkeit einer Teilkrankschreibung. Beschäftigte können bei Erkrankungen, die länger als vier Wochen andauern, teilweise krankgeschrieben werden („Teil-AU“). Die Regelung soll ab dem 1. Januar 2028 in Kraft treten. Die Teilkrankschreibung soll es in drei Stufen geben: Ärztinnen und Ärzte können eine Teilarbeitsunfähigkeit von 25 Prozent, 50 Prozent oder 75 Prozent der Arbeitszeit feststellen. Dabei sollen den Beschäftigten anteilig Gehalt und Krankengeld gezahlt werden. Arbeitgeber können die Teilkrankschreibung ablehnen. Dann gelten eine vollständige Arbeitsunfähigkeit und die Regelungen

zur Entgeltfortzahlung und zum vollen Krankengeld nach sechs Wochen Arbeitsunfähigkeit.

Nur bei erhöhtem Risiko

Das Hautkrebs-Screening für gesetzlich Versicherte soll künftig nicht mehr ohne Weiteres allen angeboten werden. Stattdessen soll die Untersuchung stärker davon abhängen, ob ein erhöhtes persönliches Risiko besteht. Der Gemeinsame Bundesausschuss muss die neuen Regeln bis Ende 2027 festlegen. Bis dahin bleibt das bisherige Angebot bestehen. Untersuchungen wegen eines konkreten Verdachts oder eines erhöhten Risikos werden auch künftig von der Krankenkasse übernommen.

Zudem gibt es Neuregelungen für die Behandlung mit medizinischem Cannabis. Hier soll zunächst ein sechsmonatiger Behandlungsversuch mit einem zugelassenen Cannabis-Fertigarzneimittel erfolgen. Andere Cannabis-Produkte können erst danach unter bestimmten Voraussetzungen zulasten der Kasse verordnet werden. Cannabisblüten sind nicht mehr erstattungsfähig.

Christina Liebeck/cis

Weiterführende Informationen zu den Neuregelungen finden Sie auf der Webseite des Sozialverbands VdK:

➔ www.vdk.de/gkv-spargesetz

Vorzeitig in den Ruhestand

Gesundheit entscheidet über den Wunsch nach früherem Renteneintritt

52 Prozent der Beschäftigten ab 50 Jahren möchten vorzeitig in Rente gehen. Schätzen sie ihre Gesundheit als schlecht ein, steigt der Anteil auf 60 Prozent. Das ist das Ergebnis einer Befragung von rund 7000 Beschäftigten für den DAK-Gesundheitsreport 2026.

Insgesamt tragen sich 44 Prozent der Beschäftigten mit dem Gedanken an einen früheren Renteneintritt, so die Analyse des Meinungsforschungsinstituts IGES im Auftrag der Krankenkasse DAK. 35 Prozent der Befragten wollen bis zum regulären Renteneintrittsalter arbeiten, neun Prozent sogar darüber hinaus.

Für den Report untersuchte das IGES auch den Krankenstand al-

ler in der DAK versicherten Beschäftigten. Die Älteren sind zwar seltener krankgeschrieben, fallen im Durchschnitt aber länger aus. Bei den 66-Jährigen liegt der Krankenstand mit elf Prozent deutlich über dem der 50-Jährigen mit 5,8 Prozent. Das bedeutet: An jedem Tag sind durchschnittlich elf von 100 Beschäftigten im Alter von 66 Jahren arbeitsunfähig.

Der Wunsch jedes zweiten älteren Beschäftigten, früher in Rente zu gehen, sowie die steigenden Fehlzeiten verdeutlichen den großen Handlungsdruck, so DAK-Vorstand Andreas Storm. Um diese Beschäftigten nicht zu verlieren, müssten die Unternehmen ihre Gesundheitsangebote verstärken.

Nach Ansicht des Sozialverbands VdK sind viele Betriebe auf ihre älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer nicht angemessen eingestellt. Oft mangelt es an altersgerechten Arbeitsplätzen, betrieblicher Weiterbildung oder gesundheitlichen Präventionsprogrammen. Dabei hat Deutschland die älteste Erwerbsbevölkerung in der Europäischen Union. Fast ein Viertel aller Beschäftigten ist nach Angaben des Statistischen Bundesamts zwischen 55 und 64 Jahre alt.

Gute Reha-Angebote

„Es braucht ein leicht zugängliches und übersichtliches Reha-System. Viele Menschen kennen die Angebote der medizinischen und beruflichen Rehabilitation nicht. Hier besteht großer Nachholbedarf“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. Gute Reha-Angebote können dazu beitragen, Gesundheit und Erwerbsfähigkeit länger zu erhalten. „Sie sind eine wichtige Voraussetzung dafür, dass Menschen überhaupt bis zur Regelaltersgrenze durchhalten“, so Bentele.

Für 40 Prozent der über 50-jährigen Beschäftigten ist laut Gesundheitsreport die Anerkennung ihrer Arbeitsleistung durch den Arbeitgeber die wichtigste Voraussetzung, um möglichst lange gesund, motiviert und leistungsfähig zu arbeiten. Zudem sind ihnen eine höhere Bezahlung, die Wertschätzung von Erfahrungswissen sowie bedarfsgerechte Arbeitszeiten wichtig.

Kristin Enge



Ob Beschäftigte länger im Beruf bleiben können und wollen, hängt auch von Gesundheit und Arbeitsbedingungen ab. Foto: imago/Westend61

BLEIBEN SIE MOBIL

> Elektro oder Diesel



+ Automatik – 45 km/h
Großer Kofferraum

> Große Auswahl



+ Führerscheinfrei bis 25 km/h
Deutscher Hersteller

LEICHTMOBILE GMBH & CO. KG TULLASTRASSE 6,
79341 KENZINGEN, info@leichtmobile.de
TEL: 07644 9217922, WWW.LEICHTMOBILE.DE

LEICHTMOBILE
Mobilität nach Maß
AIXAM

Bitte weitergeben

Werfen Sie die VdK-ZEITUNG nach dem Lesen nicht weg.

Geben Sie dieses Exemplar bitte an Ihre Nachbarin oder Ihren Nachbarn, Ihre Freunde und Bekannten weiter, die sicherlich an sozialpolitischen Informationen Interesse haben – und sich vielleicht entschließen, dem VdK beizutreten.

Endlich wieder sicher baden – in jeder Wanne

- + Persönliche Beratung
- + Deutschlandweit vertreten
- + Marktführer mit 25 Jahre Erfahrung



Bis zu
4.180€
Kassen-
zuschuss
möglich

Kostenlose Beratung:
0800 960 1000

iDUMO® idumo.de

Mehr Gesundheitsleistungen vor Ort

Mit zusätzlichen Angeboten und einer besseren Finanzierung sollen Apotheken die wohnortnahe Versorgung langfristig sichern

Mit dem Gesetz zur Weiterentwicklung der Apothekenversorgung (ApoVWG) soll die wohnortnahe Versorgung mit Arzneimitteln – vor allem im ländlichen Raum – sichergestellt werden. Was die Apothekenreform für die Menschen bedeutet, erklärt Gesundheitsexpertin Julie Rothe vom Sozialverband VdK.

Die Apotheken in Deutschland stehen unter Druck: Seit Jahren geht ihre Zahl zurück. Vielerorts mangelt es an Fachkräften, und die Kosten für Personal, Bürokratie, Mieten und Energie steigen. Gleichzeitig werden die Menschen immer älter, sodass der Bedarf an Medikamenten sowie persönlicher Beratung weiter zunimmt.

Mit dem ApoVWG will die Bundesregierung hier gegensteuern. Die ersten Neuerungen gelten seit Juli. Sie sollen vor allem älteren Menschen, chronisch Kranken und Menschen mit Behinderung den Zugang zu Medikamenten und Gesundheitsleistungen erleichtern. „Für den VdK ist entscheidend, dass die Patientinnen und Patienten gut versorgt werden“, sagt Rothe.

Angebot ausgeweitet

Die Apotheken dürfen nun Blut abnehmen und Schnelltests anbieten, etwa auf Bindehautentzündung, Atemwegserkrankungen und Magen-Darm-Infektionen. Neben Gripeschutz- und Corona-



Ein Apotheker berät eine Kundin zu einem Medikament.

Foto: picture alliance/dpa/Jens Kalaene

Impfungen sind weitere Schutzimpfungen mit sogenannten Totimpfstoffen möglich, zum Beispiel gegen Tetanus und FSME. Zu den pharmazeutischen Dienstleistungen kommen mit Blutzucker- und Cholesterinmessungen zwei neue Angebote hinzu.

„Gerade in Regionen, in denen es wenige Arztpraxen gibt, können Apotheken das medizinische Angebot ergänzen. Sie dürfen aber die ärztliche Diagnose und Behandlung nicht ersetzen“, so Rothe.

Für chronisch Erkrankte wird es zukünftig leichter, ihre Medikamente zu erhalten, wenn sie kurzfristig keinen Arzttermin bekommen, erklärt die Expertin. Denn in bestimmten Fällen dürfen Apotheken ein verschreibungspflichtiges Medikament auch ohne aktuelles Rezept abgeben – jedoch nur in der kleinsten Packungsgröße. Die Voraussetzung ist, dass die behandelnde Arztpraxis die Langzeitmedikation in der elektronischen Patientenakte (ePA) vermerkt hat.

Neu ist auch die sogenannte Telepharmazie – eine pharmazeutische Beratung per Videoschleife. Davon sollen vor allem mobilitätseingeschränkte Patientinnen und Patienten profitieren. „Ein solches Angebot kann den Zugang zu Leistungen grundsätzlich erleichtern. Aber viele ältere Menschen und chronisch Kranke bevorzugen oft das persönliche Gespräch vor Ort, wenn es zum Beispiel um die Nebenwirkungen von Medikamenten geht“, betont Rothe.

Sie weist auch auf den größeren Spielraum hin, den Apotheken künftig im Fall von Lieferengpässen haben: Ist ein verordnetes Medikament nicht verfügbar, können sie es häufiger als bisher üblich gegen ein gleichwertiges Präparat austauschen. Patientinnen und Patienten müssen dann nicht mehr verschiedene Apotheken aufsuchen.

Standorte sichern

Um der Schließung von Apotheken entgegenzuwirken, sollen diese finanziell bessergestellt werden. Konkret bedeutet dies, dass sich der Festbetrag, den sie für jede abgegebene verschreibungspflichtige Arzneimittelpackung erhalten, erhöht. Auch die Notdienstpauschalen steigen. Für Apothekerinnen und Apotheker wird es zudem einfacher, Zweigstellen zu eröffnen und selbst die Öffnungszeiten festzulegen.

Trotz der Verbesserungen sieht der VdK Fallstricke. „Auch künftig darf es keine Apotheken ohne menschliches Personal geben, und digitale Angebote dürfen den Austausch vor Ort nicht vollständig ersetzen. Die persönliche Beratung bleibt aus unserer Sicht für die Patientinnen und Patienten unverzichtbar“, stellt Rothe klar. Zudem muss die Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen garantiert sein, wenn Apotheken die Gesundheitsleistungen erbringen. **Kristin Enge**

VdK Zeitung digital & barrierefrei

Schneller und papierlos zu Ihrer VdK-Zeitung! Abonnieren Sie die E-Ausgabe.

➔ **Infos und Anmeldung unter: vdk.de/abo-ezeitung**

– Anzeige –

Mobil sein – ohne Führerschein

mit unseren Fahrzeugen bleiben Sie trocken, sicher und bequem mobil. Komplet legal und ohne Führerschein

Jetzt **GRATIS**
Katalog anfordern

Tel. **02952 / 3309**
www.gamma-fahrzeuge.de
info@gamma-fahrzeuge.de

GAMMA Fahrzeuge GmbH
Elmespöten 10 • 59602 Rütten



– Anzeige –

Treppenlift
Bundesweiter Service, 24 Stunden, 365 Tage im Jahr
► Service bundesweit
► Kurze Lieferzeiten
► Sehr preiswert
Neu oder gebraucht
Rufen Sie uns kostenlos an
0800 - 234 56 55
www.minova-treppenlifte.de

– Anzeige –

OHNE FÜHRERSCHHEIN
BUNDESWEITER SERVICE - SEIT 1988
Der "Chilli 2.0" wie ein Auto ab € 9.990,-
Der "Sprinter" ab € 2.690,-
Das "Dreirad" ab € 3.190,-
GRATIS PROSPEKTE
ERGOMOBIL GmbH
Kattgatweg 7 • 46446 Emmerich am Rhein
Tel.: 02822/92999 www.ergomobil.eu

Apotheke hilft beim digitalen Arztbesuch

Assistierte Telemedizin soll den Zugang zur Videosprechstunde erleichtern

Seit 1. Juli können Apotheken freiwillig die sogenannte assistierte Telemedizin (aTM) anbieten. Sie soll jenen Menschen den Zugang zur ärztlichen Videosprechstunde ermöglichen, die Unterstützung benötigen.

Bei gesundheitlichen Anliegen können Patientinnen und Patienten ärztliche Videosprechstunden nutzen. Doch wer kein geeignetes Smartphone, Tablet oder keinen Computer besitzt, kann das Angebot häufig nicht wahrnehmen. Ähnliches gilt auch für Menschen mit Behinderung, chronischer Erkrankung oder anderer Einschränkung. Die aTM in den Apotheken soll diese Lücke schließen sowie in

dringenden Fällen eine schnelle erste Einschätzung ermöglichen.

Für die aTM stellen Apotheken in einem separaten Raum die Technik bereit und unterstützen bei der Vorbereitung der Videosprechstunde. Das Gespräch führen Patientin oder Patient dann allein und vertraulich mit der Ärztin oder dem Arzt. Voraussetzung dafür ist, dass beide sich bereits kennen.

Haben Betroffene noch keine behandelnde Arztpraxis, können Apothekerinnen und Apotheker eine standardisierte Ersteinschätzung vornehmen: Sie stellen fest, ob eine Videosprechstunde ausreicht, und vermitteln diese. Falls nötig, verweisen sie die Patientin oder den Patienten an eine Praxis

oder Klinik. Auch bei der aTM gelte grundsätzlich die freie Arztwahl, stellt Jan-Niklas Francke, Vorstandsmitglied des Deutschen Apothekerverbands (DAV), in einem Interview mit der „Pharmazeutischen Zeitung“ klar.

Die Apotheken können die aTM als Kassenleistung für gesetzlich Versicherte direkt mit der Krankenkasse abrechnen. Dazu müssen sie mit der Patientin oder dem Patienten eine Vereinbarung über eine Ersteinschätzung beziehungsweise Durchführung der Videosprechstunde abschließen. Diese liegt derzeit noch in Papierform vor – eine digitale Alternative wird erarbeitet, erklärt Francke gegenüber der „Pharmazeutischen Zeitung“.

Noch im Aufbau

Trotz offiziellem Start am 1. Juli müssen die Apotheken vielerorts noch die notwendigen Voraussetzungen für die aTM schaffen. Es ist davon auszugehen, dass die Leistung zunächst in wenigen der rund 16600 Apotheken in Deutschland verfügbar sein wird.

Auf der Webseite www.apoguide.de können sich Interessierte einen Überblick darüber verschaffen, welche Leistungen einzelne Apotheken anbieten. Hier ist es möglich, über die Ortssuche Apotheken zu finden und verschiedene Sprachen sowie Angebote – etwa Impfungen oder die aTM – als Filter auszuwählen. **Kristin Enge**



Ärztliche Videosprechstunden sollen für bestimmte Gruppen jetzt auch in Apotheken möglich werden.

Foto: picture alliance/Jochen Tack

Mit Musik Schmerzen lindern

Bei chronischen Schmerzen kommen meist Medikamente, operative Eingriffe, Physiotherapie und Entspannungsverfahren zum Einsatz. Aber auch Musik kann dabei helfen, Schmerzen zu lindern und den Leidensdruck zu reduzieren.

Studien belegen, dass Musik neuronale Schaltkreise anspricht, die sowohl an der Schmerzverarbeitung als auch an der Belohnungserfahrung beteiligt sind. „Musiktherapie löst Verspannungen und verbessert den emotionalen Umgang mit Schmerz“, erläutert Prof. Dr. Alexander F. Wormit, der klinische Musiktherapie an der SRH University of Applied Sciences Heidelberg lehrt. Darüber hinaus wirkt sie sich positiv auf Stress- und Angstwerte, Müdigkeit, physiologische Reaktionen und negative Gedanken aus. Der größte positive Effekt entsteht, wenn man sich mit seiner Lieblingsmusik auseinandersetzt, indem man ein Instrument spielt oder sich mit Liedtexten beschäftigt.

Laut Wormit können die Reaktionen auf Musiktherapiesitzungen sehr individuell ausfallen. Besonders gut geeignet ist die Therapie für Menschen, die Schwierigkeiten haben, mit ihren Emotionen umzugehen, die sich nicht öffnen können oder sich schlecht spüren. Um akute Schmerzschübe besser zu bewältigen, können Schmerzgeplagte zudem versuchen, Musik auch allein ohne therapeutische Begleitung zu Hause einzusetzen. **mb**
www.musiktherapie.de

Softdrinks und Fruchtsäfte enthalten viel Fruktose

Fructozucker kann die Nieren nachhaltig schädigen – er ist in vielen Produkten enthalten

Wer das Wort „Fructozucker“ hört, denkt zunächst an gesundes Obst. Doch Fruktose wird auch zahlreichen Getränken und Fertigprodukten zugesetzt, häufig in Form von Fruktose-Glukose-Sirup oder Maissirup. Der übermäßige Verzehr kann den Nieren schaden.

„Fruktose ist kein ‚gesünderer‘ Zucker – im Gegenteil: In großen Mengen kann sie über verschiedene Stoffwechselwege die Nieren massiv beeinträchtigen“, informiert die Deutsche Gesellschaft für Nephrologie (DGfN). Besonders kritisch sei der Konsum von gesüßten Getränken, weil der Zucker hier schnell und in hoher Konzentration aufgenommen werde. Schon ein halber Liter Softdrink könne mehr Zucker enthalten, als für Erwachsene pro Tag empfohlen wird.

„Problematisch ist nicht die Fruktose aus frischem Obst, sondern der zugesetzte Fructozucker in industriell hergestellten Lebensmitteln“, stellt Professorin Dr. Sylvia Stracke, Bereichsleiterin für Nephrologie und Hypertensiologie an der Universitätsmedizin Greifswald und Pressesprecherin der DGfN, klar. Er findet sich unter anderem in Limonaden, Eistees, Soft- und Energydrinks, aber auch in Fruchtjoghurts, Müsliriegeln und Desserts, Ketchup, Fertigsaucen, Dressings sowie in Backwaren und Snacks.

Fruktose wird – anders als Glukose – überwiegend in der Leber



Soft- und Energydrinks löschen nicht nur den Durst, sondern enthalten häufig auch Fruktose und sind sehr gehaltvoll. Foto: imago/Imagebroker

sowie in den Nieren verstoffwechselt. Ein hoher Fruktosekonsum begünstigt die Entstehung von Übergewicht, Fettleber und Insulinresistenz. Das wiederum kann die Entstehung von Bluthochdruck und Typ-2-Diabetes begünstigen.

Harnsäurespiegel erhöht

„Beide Erkrankungen zählen zu den größten Risikofaktoren für eine chronische Nierenerkrankung“, betont Stracke. Zudem belegen zahlreiche Studien, dass hohe Mengen an Fruktose den Harnsäurespiegel erhöhen kön-

nen. Dieser steht wiederum in Zusammenhang mit Gicht, Nierensteinen und Entzündungsprozessen in der Niere. Gleichzeitig fördert Fruktose die Bildung von Fett und Entzündungen im Körper, die auch die feinen Blutgefäße der Nieren schädigen können.

Die DGfN empfiehlt, zucker gesüßte Getränke im Alltag konsequent zu reduzieren. Stattdessen solle man seinen Durst mit Wasser und ungesüßtem Tee stillen und Kaffee ohne Zucker genießen. Hilfreich ist es außerdem, bei Produkten wie Müsliriegeln oder Frühstückscerealien die Zutaten-

liste zu prüfen. Sind Fruktose-Glukose-Sirup, Maissirup oder Fructozucker enthalten, sollte das Produkt gemieden werden.

Nierenkrankheiten verlaufen häufig lange unbemerkt. Um die Nieren gesund zu erhalten, sollte man laut DGfN Normalgewicht anstreben und halten. Wer regelmäßig seine Nierenwerte sowie Blutdruck und Blutzucker kontrollieren lässt, kann sein persönliches Risiko senken. Menschen, die bereits Bluthochdruck und eine Diabetes-Erkrankung haben, wird geraten, diese konsequent zu behandeln.

Mehr Aufklärung

Angesichts der steigenden Zahl von Menschen mit chronischen Nierenerkrankungen fordert die DGfN wirksame gesundheitspolitische Maßnahmen, um den Zuckergehalt in Getränken und Fertigprodukten zu reduzieren. Wünschenswert wären eine stärkere gesundheitliche Aufklärung, eine klare Nährwertkennzeichnung sowie verbindliche Ziele, um zugesetzten Zucker zu reduzieren.

Zugleich fordert die Gesellschaft die Politik auf, eine Zuckersteuer auf stark gesüßte Getränke einzuführen. Damit schließt sie sich der Empfehlung der Deutschen Allianz Nichtübertragbare Krankheiten, der Bundesärztekammer sowie der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina an.

Annette Liebmann

Jodmangel weit verbreitet

DGE gibt Tipps, um die Schilddrüsenfunktion zu unterstützen

Jod gehört zu den lebensnotwendigen Spurenelementen und kann nicht vom Körper selbst gebildet werden. Etwa jeder Dritte in Deutschland ist mit Jod unterversorgt.

So haben laut Daten des Robert Koch-Instituts (RKI) 44 Prozent der Kinder und Jugendlichen und 32 Prozent der Erwachsenen ein Risiko für einen Jodmangel. Dabei ist Jod für Knochen, Wachstum und die Entwicklung des Gehirns unentbehrlich. Sichtbares Zeichen eines Jodmangels ist die Bildung eines Kropfes, auch Struma genannt.

„Ein Jodmangel führt zunächst zu einer Absenkung der Schilddrüsenhormone im Blut. Die Schilddrüse reagiert darauf mit einem vermehrten Wachstum“, erklärt Dr. Claudia Müller vom Referat für

Öffentlichkeitsarbeit bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Müller: „Besonders schwerwiegend sind die Folgen eines Jodmangels in der Schwangerschaft sowie im Säuglings- und Kleinkindalter. Im ungünstigsten Fall treten dauerhafte Entwicklungsstörungen des Skelett- und Nervensystems auf.“

Mangel vorbeugen

„Der Mensch benötigt Jod für die Schilddrüsenhormone T3 und T4, die an allen wichtigen Stoffwechselprozessen des Körpers – wie Energie-, Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel – sowie an der Knochenbildung beteiligt sind“, sagt die Expertin der DGE. Diese regen die Wärmeproduktion an und sorgen für eine gleichbleibende Körpertemperatur.

Um einem Mangel vorzubeugen, muss Jod regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden. Für Jugendliche und Erwachsene empfiehlt die DGE 150 Mikrogramm (µg) Jod pro Tag. „Natürlicherweise sind nur marine Lebensmittel wie Seefisch, Meeresfrüchte und Algen reich an diesem Spurenelement. Die beste Jodquelle ist Seefisch. Milch, Milchprodukte und Eier sind bei entsprechender Fütterung der Tiere ebenfalls gute Jodlieferanten“, sagt Müller.

Der Jodbedarf kann ohne die Verwendung von jodiertem Speisesalz nur schwer gedeckt werden. Für eine ausreichende Jodversorgung sollte daher zusätzlich jodiertes Speisesalz in der Küche verwendet werden – „aber sparsam“, so die DGE. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/jod/

Wer sich unsicher ist, sollte eine Ärztin oder einen Arzt um Rat fragen, um optimal versorgt zu sein. Denn auch zu viel Jod, etwa durch Nahrungsergänzungsmittel, kann Probleme bereiten. Mithilfe einer Ultraschalluntersuchung wird in der Arztpraxis festgestellt, ob die Schilddrüse vergrößert ist – was ein häufiges Anzeichen für einen Jodmangel ist. Für die direkte Bestimmung der Jodversorgung wird normalerweise der Urin untersucht. Der Wert kann auch per Blutabnahme im Serum ermittelt werden.

Petra J. Huschke



Zum Würzen von Speisen wie Frühstückseiern sollte Jodsalz verwendet werden. Foto: imago/Westend61

Borreliose-Fälle nehmen zu

Bayern und Ostdeutschland besonders betroffen



Beim Waldspaziergang hilft lange Kleidung zum Schutz vor Zecken.

Die von Zecken übertragene Erkrankung Borreliose tritt nach Zahlen des Zentralinstituts für die kassenärztliche Versorgung (Zi) immer häufiger auf. Regionale Schwerpunkte liegen in Bayern und Ostdeutschland.

138 107 gesetzlich Versicherte waren 2024 laut kassenärztlichen Abrechnungsdaten mit Borreliose infiziert. Die Erkrankung kann vielseitige Symptome hervorrufen, verschiedene Organsysteme betreffen – insbesondere Haut, Nervensystem, Gelenke und Herz – und unterschiedlich schwer verlaufen. Nicht alle Infizierten ordnen ihre Beschwerden einem Zeckenstich zu. Es dürfte also noch mehr Erkrankungen geben. Im frühen Krankheitsstadium erfolgt die Behandlung mit Antibiotika.

Die erfassten Krankheitszahlen steigen überall, doch in einigen

Regionen ist die Gefahr einer Infektion deutlich größer. Mit 361 Fällen je 100 000 Versicherten steht Sachsen an der Spitze. Es folgen Thüringen (342), Bayern (311), Brandenburg (310) und Mecklenburg-Vorpommern (310). Höchstwerte auf Kreisebene verzeichnen Freyung-Grafenau (Bayern/703) und der Saale-Holzland-Kreis (Thüringen/639). Zu besonderer Vorsicht mahnt das Zi im östlichen Niederbayern, in Thüringen und in den sächsischen Grenzregionen zu Tschechien.

Wegen der milden Winter und steigenden Jahrestemperaturen erhöhen sich die Zeckendichte und damit die beinahe ganzjährige Ansteckungsgefahr, so das Zi. Anders als bei der auch durch Zecken übertragenen FSME-Erkrankung gibt es keinen Borreliose-Impfstoff. Lange Kleidung und Anti-Insektenspray können Schutz bieten. **bsc**

Familienpolitik macht Kinder zu Leidtragenden

Einschnitte beim Unterhaltsvorschuss und Streichung des Kindersofortzuschlags stehen in der Kritik

Die Bundesregierung will den Sozialstaat reformieren und versteht darunter offenbar in erster Linie, bei den Bedürftigsten zu sparen. Mit ihren Plänen riskiert sie, dass das Armutsrisiko von Kindern und Alleinerziehenden weiter steigt.

Bei der Suche nach Einsparmöglichkeiten im Haushalt rücken familienpolitische Leistungen in den Fokus. Laut Bundesfamilienministerium soll der staatliche Unterhaltsvorschuss künftig bis zum Ablauf des 15. Lebensjahrs gezahlt werden. Bislang gilt ein Anspruch bis zum 18. Geburtstag.

Alleinerziehende können Unterhaltsvorschuss beantragen, wenn der andere Elternteil – meistens ist es der Vater – nicht oder nicht in ausreichendem Maß Unterhalt zahlt. Der Staat kann sich dieses Geld von den säumigen Elternteilen zurückholen. Das gelingt allerdings nur in einer Minderheit der Fälle. Oft bleibt der Staat auf den Kosten sitzen: Von 3,2 Milliarden Euro, die im Jahr 2024 gezahlt worden sind, konnten weniger als 600 Millionen Euro bei Unterhaltsschuldnern eingetrieben werden.

Begründet wird der Plan, den Unterhaltsvorschuss nur noch bis zum 16. Geburtstag zu zahlen, mit den Sparvorgaben der Regierung, die eine Entlastung der Kommunen vorsehen. Für einen großen Teil des Unterhaltsvorschusses kommen die Städte und Gemeinden auf. Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) warnt vor den



Im Jahr 2024 hatten in Deutschland rund 855 000 Kinder einen Anspruch auf Unterhaltsvorschuss. Foto: picture alliance/Westend61/Sofiya Garaeva

Auswirkungen der Pläne. Bundesgeschäftsführerin Miriam Hoheisel sagt, Alleinerziehende seien in großer Sorge, wie sie dann noch über die Runden kommen können.

394 Euro fehlen

Anhand eines Beispielhaushalts rechnet sie vor, welche Folgen diese Maßnahme hätte: Eine alleinerziehende Einzelhandelskauffrau in Köln, die 30 Stunden pro Woche arbeitet, verfügt inklusive Kindergeld und Unterhaltsvorschuss für

zwei Kinder über rund 2900 Euro im Monat. Nach Abzug von 1300 Euro Miete bleiben 1600 Euro zum Leben. Es besteht Anspruch auf Wohngeld und Kinderzuschlag. Würde der Unterhaltsvorschuss für den 16-jährigen Sohn wegfallen, würden dem Haushalt monatlich 394 Euro fehlen. „Das ist eine Lücke im Haushaltsbudget, die schwer auszugleichen ist. Der Weg in den Grundsicherungsbezug wäre damit sehr wahrscheinlich. Ausgerechnet bei den Kindern zu sparen, die bereits das höchste

Armutsrisiko unter den Familien haben, ist nicht akzeptabel“, kritisiert Hoheisel.

Mehr Kinder

Die Zahl derer, für die Unterhaltsvorschuss gezahlt wird, hat sich zwischen den Jahren 2016 und 2024 von 427 031 auf 855 642 fast verdoppelt. Ein Grund ist, dass 2017 die Altersgrenze von 12 auf 18 Jahre angehoben wurde.

Hoheisel fordert, dass der Unterhaltsvorschuss weiterhin alle minderjährigen Kinder unterstützen muss, die keinen Kindesunterhalt bekommen. „Statt beim Unterhaltsvorschuss zu kürzen, sollte die Bundesregierung diesen endlich stärken, wie im Koalitionsvertrag versprochen: Der Rückgriff auf den zahlungspflichtigen Elternteil soll verbessert und das Kindergeld wie beim Kindesunterhalt angerechnet werden, also nur zu 50 Prozent. Auf diese Verbesserungen warten Alleinerziehende.“

Auch der Sozialverband VdK kritisiert die Pläne: „Die Sparwut der Regierung nimmt Kindern echte Startchancen. Erst streicht sie den Kindersofortzuschlag von monatlich 25 Euro. Jetzt sollen auch noch Alleinerziehende, die ohnehin oft strukturell benachteiligt sind, Kürzungen hinnehmen. Die Haushaltskonsolidierung darf nicht zulasten von Kindern und Alleinerziehenden geschehen“, fordert VdK-Präsidentin Verena Bentele. **Jörg Ciszewski**

Politische Einstellung hat sich verändert

Die Haltung junger Leute in Europa zur persönlichen Freiheit und zum Regierungssystem hat sich in den vergangenen Jahren verschoben. Das geht aus Ergebnissen der zehnten Jugendstudie der Tui Stiftung hervor.

Freiheit von Armut (29 Prozent) und Krankheit (36 Prozent) sowie gleiche Chancen für alle Menschen (41 Prozent) zählen für junge Europäerinnen und Europäer zu den wichtigsten Aspekten von persönlicher Freiheit. Im Vergleich zum Jahr 2022, als Meinungsfreiheit sowie freie und faire Wahlen im Vordergrund standen, haben sich die Prioritäten junger Menschen aktuell weg von politischen Freiheitsrechten hin zu den Grundbedürfnissen verschoben.

Ein weiteres Ergebnis: Die Zufriedenheit mit der Demokratie nimmt ab. Nur rund ein Viertel (26 Prozent) der Befragten ist mit der Demokratie, wie sie im eigenen Land besteht, zufrieden. Befragte aus Deutschland (35 Prozent) und Großbritannien (39 Prozent) sind noch am ehesten zufrieden. In Deutschland ist die Unzufriedenheit unter den Befragten seit dem Jahr 2017 allerdings um zehn Prozent auf 31 Prozent gestiegen.

Im Rahmen der Studie „Junges Europa“ wurden im Zeitraum vom 24. April bis 21. Mai 2026 in Deutschland, Großbritannien, Frankreich, Spanien, Italien, Griechenland und Polen 8024 junge Menschen im Alter von 16 bis 26 Jahren online befragt. **cis**

Engagementpreis für Menschen ab 80

Die Stiftung ProAlter hat den Engagementpreis 80plus ausgelobt. Sie will damit Menschen würdigen, die sich im hohen Alter bürgerschaftlich engagieren. Der Einsendeschluss für Vorschläge ist der 11. September.

Für den Engagementpreis 80plus können Personen vorgeschlagen werden, die im Jahr 2026 mindestens 80 Jahre alt werden und ehrenamtlich aktiv sind. Auf der Webseite www.stiftung-pro-alter.de/engagementpreis-80plus/preis-2026 finden sich Informationen, wie die Vorschläge einzureichen sind.

Der Engagementpreis 80plus ist mit Preisgeldern in Höhe von insgesamt 10 000 Euro dotiert. Eine Jury entscheidet über die Preisträgerinnen und Preisträger. Die Preisverleihung findet am 7. Dezember 2026 in Köln statt.

Laut Freiwilligensurvey 2024 sind in Deutschland fast 37 Prozent der Bevölkerung ab 14 Jahren – insgesamt rund 27 Millionen Menschen – freiwillig engagiert. In der Altersgruppe der ab 75-Jährigen sind es rund 21 Prozent. Sie sind zum Beispiel in der Familie oder Nachbarschaft, in Vereinen, Kirchengemeinden oder Kommunen aktiv. Laut Stiftung ProAlter tragen sie wesentlich zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei. Der Preis soll ein Ausdruck der Wertschätzung sein, zur Nachahmung anregen und für mehr öffentliche Aufmerksamkeit sorgen. **ken**

Junge Menschen besser schützen

Verbraucherreport 2026: Konsumangebot überfordert Heranwachsende

Eine riesige Auswahl und ausgefeiltes Marketing erschweren Kindern und Jugendlichen, sich beim Einkauf zurechtzufinden und gute Entscheidungen zu treffen. Die Verbraucherzentralen sehen darin eine Gefahr und fordern im Rahmen ihres Verbraucherreports 2026 einen besseren gesetzlichen Schutz für junge Menschen.

Kinder und Jugendliche sind auf dem Smartphone, im Fernsehen oder im Supermarkt ständiger Werbung ausgesetzt. Doch oft fehlt ihnen die Erfahrung, um Risiken einzuschätzen, Schulden zu vermeiden oder ungesunde Lebensmittel zu identifizieren. Eine Umfrage im Auftrag des Verbraucherzentrale Bundesverbands (vzbv) zeigt, dass eine große Mehrheit der Befragten den politischen Schutz junger Menschen in vielen Bereichen als unzureichend bewertet.

Das Internet und soziale Medien gehören für Kinder und Jugendliche zum Alltag. 87 Prozent der Befragten bewerten im Verbraucherreport 2026 des vzbv den Schutz für Kinder und Jugendlichen gerade im Bereich Social Media und Online-Games als mangelhaft. Algorithmen seien darauf ausgelegt, Nutzende möglichst lange an den Bildschirmen zu halten. Das stelle für Heranwachsende ein besonderes Risiko dar, so der vzbv.

In Geldfragen sind 82 Prozent der Befragten der Ansicht, dass

junge Menschen nicht ausreichend geschützt werden. Sie sehen beim Thema Überschuldung erheblichen Nachbesserungsbedarf.

Gesunde Ernährung

Auch im Ernährungsbereich sind 74 Prozent der Befragten der Meinung, dass der bestehende Verbraucherschutz nicht ausreichend ist. Der vzbv fordert Rahmenbedingungen, die eine gesunde Ernährung von jungen Menschen überhaupt erst ermöglichen.

Nur 20 Prozent der Befragten geben an, dass die Interessen der Verbraucherinnen und Verbraucher angemessen geschützt werden. Eine deutliche Mehrheit von

79 Prozent spricht sich dafür aus, dass sich die Politik auch stärker um die Belange junger Menschen kümmern sollte, wenn das strengere Vorgaben für Unternehmen und digitale Plattformen bedeuten würde. Der vzbv erklärt, dass in zentralen Lebensbereichen Gesetze und Regulierungen so gestaltet werden müssen, dass Heranwachsende nicht schutzlos dem Markt ausgesetzt sind. Die Ergebnisse des Verbraucherreports seien ein klarer Auftrag an den Gesetzgeber.

An der Umfrage des forsa-Instituts im Auftrag der vzbv nahmen insgesamt 1502 Personen im Alter ab 14 Jahren teil. Die Umfrage wurde vom 13. bis 24. April 2026 durchgeführt. **Jörg Ciszewski**



Im Internet und in den Städten: Verbraucherinnen und Verbraucher sind ständig Werbung ausgesetzt. Foto: picture alliance/Geisler-Fotopress/Christoph Hardt

IMPRESSUM

Herausgeber: Sozialverband VdK Deutschland e. V., Sitz Berlin, Sozialverband VdK Bayern e. V., Sitz München.

Verlag: VdK Deutschland Service GmbH, Linienstraße 131, 10115 Berlin. Geschäftsführer: Andreas Wallenborn, Michael Pausder.

Adressenänderung von Beziehern der Zeitung bitte dem VdK-Landesverband mitteilen.

Redaktion Berlin: Julia Frediani (verantwortlich), Jörg Ciszewski, Kristin Enge, Ruth Seyboth-Kurth (freie Mitarbeit). Bundesseiten, Landesseiten Baden-Württemberg, Berlin-Brandenburg, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Hessen-Thüringen, Niedersachsen-Bremen, Nord, Nordrhein-Westfalen, Saarland, Sachsen-Anhalt.

Anschrift: Redaktion VdK-ZEITUNG, Linienstraße 131, 10115 Berlin. Telefon: (0 30) 9 21 05 80-0, Fax: (0 30) 9 21 05 80-110, E-Mail: presse@vdk.de, Internet: www.vdk.de

Redaktion München: Dr. Bettina Schubarth (verantwortlich), Elisabeth Antritter, Mirko Besch, Sebastian Heise, Petra Huschke, Annette Liebmann. Bundesseiten, Landesseiten Bayern und Sachsen.

Anschrift: Redaktion VdK-ZEITUNG, Sozialverband VdK Bayern, Schellingstraße 31, 80799 München. Telefon: (0 89) 21 17-0, Fax: (0 89) 21 17-1 96, E-Mail: presse@by.vdk.de, Internet: bayern.vdk.de

Anzeigenverwaltung: Anzeigen für Gesamtausgabe und Landesseiten Berlin-Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Niedersachsen-Bremen, Nord, Hamburg, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Saarland: Wort & Bild Verlag Konradshöhe GmbH & Co. KG, 82065 Baierbrunn; Geschäftsführung: Andreas Arntzen (Vorsitzender Geschäftsführung), Dr. Dennis Ballwieser (Geschäftsführer), Jan Wagner (Geschäftsführer); Geschäftsführer Vertrieb, Markt, Media und Produkte: Jan Wagner; Ansprechpartnerin: Laura Schürmann. Telefon: 0151 538 500 37, E-Mail: operations@720health.media, Internet: www.720health.media

Anzeigen für Landesausgabe Bayern: Sozialverband VdK Bayern, Presseabteilung, Schellingstraße 31, 80799 München. Telefon: (0 89) 21 17-306, Fax: (0 89) 21 17-1 96, E-Mail: anzeigen@by.vdk.de

Anzeigen für Landes- und Bezirksseiten Baden-Württemberg: Druckerei Böhm & Co., Offsetdruck GmbH, Carsten Dierkes, Egonstraße 22, 79106 Freiburg. Telefon: (07 61) 27 83 52, E-Mail: info@boehm-freiburg.de

Anzeigen für Landesseiten Hessen-Thüringen: Verlag Andreas Stenger – Soziales Marketing – Dietrich-Bonhoeffer-Weg 1, D-61273 Wehrheim. Telefon: 06081 / 4699 964, stenger@sozialesmarketing.de, www.sozialesmarketing.de

Anzeigenhinweis: Die in der VdK-Zeitung veröffentlichten Anzeigen und Beilagen stellen weder ein Leistungsangebot noch die Meinung oder eine Empfehlung des Sozialverbands VdK dar.

Herstellung: Weiss-Druck GmbH & Co. KG, Hans-Georg-Weiss-Straße 7, 52156 Monschau.

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht die Meinung der Redaktion wieder. Texte ohne Rückporto werden nicht zurückgesandt. Für unverlangt eingesandte Texte, Fotos und anderes Material wird keine Gewähr übernommen.

Erscheinungsweise: 10-mal jährlich; für Juli/August, Dezember/Januar erscheint jeweils eine Doppelnummer. Jahresbezugspreis 9,95 Euro. Für Mitglieder ist der Verkaufspreis durch den Mitgliedsbeitrag bezahlt.



Zwischen Wunsch und Wirklichkeit

Kinder mit Behinderung haben laut UN-BRK das Recht auf inklusive Bildung – doch der Nachholbedarf in Deutschland ist groß

Die meisten Eltern von Kindern mit Behinderung wünschen sich, dass ihr Kind gemeinsam mit anderen in einer inklusiven Schule lernen kann, so das Ergebnis einer aktuellen Studie des Deutschen Instituts für Menschenrechte (DIMR). Doch der Schulalltag sieht oft anders aus.

Hanna ist zwölf Jahre alt und hat bis vor Kurzem eine inklusive Grundschule in Berlin besucht. Sie liebt Musik, tanzt leidenschaftlich gern und erstellt kleine Videos auf ihrem Tablet. Geplant ist ein Wechsel auf eine inklusive Oberschule. Das Mädchen hat das Down-Syndrom und einen Förderschwerpunkt „geistige Entwicklung“.

„Wir wollten unbedingt, dass unsere Tochter auf eine inklusive Schule geht“, sagt Hannas Mutter Nicole Stangl. Sie habe es immer als Vorteil angesehen, dass die Kinder dort gemeinsam lernen und voneinander profitieren können.

Ähnlich geht es auch anderen Familien. Laut der Studie „Inklusive Bildung zwischen Wunsch und Wirklichkeit“ des DIMR lehnen 82 Prozent der Eltern schulpflichtiger Kinder mit Behinderung eine getrennte Beschulung ab. 69 Prozent der Eltern, deren Kinder eine Förderschule besuchen, würden ihr Kind lieber auf eine allgemeine Schule schicken, wenn die Bedingungen dort besser wären. Für die Studie wurden bundesweit rund 7500 Eltern von Kindern mit Behinderung befragt.

Oft in Förderschulen

Nach der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) haben Kinder mit Behinderung das Recht auf inklusive Bildung. Doch Deutschland gehört laut DIMR zu den Ländern mit einer der höchsten Exklusionsquoten in Europa. Rund 60 Prozent der Kinder mit sonderpädagogischem Förderbedarf besuchen Förderschulen.



Inklusive Lernkonzepte fördern Teilhabe und bieten Raum für individuelle Entwicklung.
Foto: imago/Michael Schick

Nicole Stangl hat während der Grundschulzeit ihrer Tochter viel Positives erlebt. „Hanna wurde gut gefördert“, resümiert sie – auch dank der Unterstützung durch eine Lehrerin und eine pädagogische Unterrichtshilfe. Beide tauschten sich regelmäßig per WhatsApp mit der Mutter aus, etwa zu Hausaufgaben oder Schulmaterial.

Ihr ist aber auch aufgefallen, wie wenig Kinder mit Förderbedarfen im Schulalltag mitgedacht werden. Sie berichtet von einer Verkehrsprüfung, bei der ein inklusives Konzept sowie Material in Leichter Sprache gefehlt haben. „Auch Kinder mit Beeinträchtigung sollten Erfolgserlebnisse haben – selbst wenn sie eine solche Prüfung nicht wie vorgesehen ablegen können“, erklärt sie. Auf Elternabenden geht es immer wieder um Noten oder Klassenarbeiten. „Das betrifft unsere Tochter aber nicht. Die Themen der Kinder mit Förderbedarfen werden hier nur selten angesprochen.“

Viele Eltern von Kindern mit Behinderung fühlen sich durch die Organisation des Schulalltags belastet. Knapp 50 Prozent der Eltern

mit Kindern an einer allgemeinen Schule empfinden die Situation als sehr anstrengend, an Förderschulen sind es fast 22 Prozent, so die Studie.

Nur Scheinwahlrecht

Die Landesregierungen verweisen meist darauf, dass Eltern zwischen Förderschule und allgemeiner Schule wählen können. Dies sei aber oft nur ein Scheinwahlrecht, so Susann Kroworsch vom DIMR und Co-Autorin der Studie. Häufig sei es nur möglich, sich zwischen einer gut ausgestatteten Förderschule und einer schlecht ausgestatteten Regelschule zu entscheiden. Ein inklusives Schulsystem muss aber so aufgestellt sein, dass es individuelle Förderung und Teilhabe ermöglicht.

Als problematisch bewertet die Studie zudem die Beratungsgespräche zu Schuleintritt und -wechsel. Hier wird deutlich häufiger der Besuch einer Förderschule empfohlen. In Deutschland beginnt damit für viele Kinder oft ein Weg lebenslanger Exklusion, sagt Kroworsch. Rund 73 Prozent der Schülerinnen

und Schüler verlassen diese Schulen ohne Abschluss. Die Folge sind gesonderte Ausbildungswege und Probleme auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt. Häufig bleibt nur eine Beschäftigung in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung. „An allgemeinen Schulen lernen Schülerinnen und Schüler mit sonderpädagogischem Förderbedarf nachweislich mehr“, betont Kroworsch. Auch diese Fakten gehören in das Beratungsgespräch.

Gemeinsam lernen

Vera Moser, Professorin für Inklusionsforschung an der Goethe-Universität Frankfurt, hat auch an der Studie mitgewirkt. Sie verweist auf die Umsetzungspflicht der UN-

BRK: „Inklusion kann man nicht mehr abwählen.“ Die Studienautorinnen sind überzeugt: Gemeinsames Lernen ist möglich, und gelungene inklusive Bildung kommt allen Kindern zugute – ob mit oder ohne Förderbedarf.

Hannas Mutter hofft, dass ihrer Tochter der Übergang in die weiterführende Schule gut gelingt. „Ich wünsche mir, dass Kinder mit einer Behinderung individuell gefördert werden und ihre Interessen eine größere Rolle spielen. Die Lehrkräfte sollten auf Augenhöhe mit ihnen kommunizieren und sie nicht in Schubladen stecken. Und die Schulen müssen von Anfang an mitdenken, welche Bedarfe und Bedürfnisse die Kinder haben“, sagt Nicole Stangl. **Kristin Enge**

– Anzeige –

Lifta

Damit Zuhause
Zuhause bleibt.

Mehr von Lifta:
Unsere
Hauslifte!



Rufen Sie uns gebührenfrei an, auch samstags und sonntags.

0800 20 33 134

Unsere Liftvielfalt für den
wichtigsten Ort der Welt.

www.lifta.de

Ausgleichsabgabe zeigt Wirkung

Mehr Menschen mit einer Schwerbehinderung sind erwerbstätig

Jahrelang hat sich der Sozialverband VdK für eine vierte Staffel bei der Ausgleichsabgabe eingesetzt – also für eine höhere Abgabe für Arbeitgeber, die zu wenige Pflichtarbeitsplätze mit schwerbehinderten Menschen besetzen. Mit dem Gesetz zur Förderung eines inklusiven Arbeitsmarkts wurde sie eingeführt. Die ersten Zahlen zeigen: Die Reform wirkt.

Von 2023 auf 2024 stieg die Zahl der beschäftigten schwerbehinderten Menschen um 16508 auf rund 1,14 Millionen – das entspricht einem Plus von 1,5 Prozent. Zum Vergleich: Die sozialversicherungspflichtige Beschäftigung insgesamt wuchs im selben Zeitraum nur um 0,4 Prozent.

Die erhöhten Staffeln betrugen wurden erstmals 2024 angewandt: bis zu 720 Euro monatlich pro unbesetztem Pflichtarbeitsplatz. Die Wirkung ist spürbar, wenn auch kein großer Sprung: Der Anteil der

Arbeitgeber ohne schwerbehinderte Beschäftigte lag 2024 bei 24,7 Prozent – und damit erstmals seit 2014 unter der 25-Prozent-Marke. Bei größeren Betrieben mit mehr als 60 Pflichtarbeitsplätzen sank



Die Zahl der beschäftigten schwerbehinderten Menschen steigt.
Foto: picture alliance/Frank May

die Zahl der „Nullbeschäftigten“ sogar von 4277 auf 3488.

Die Entwicklung legt nahe, dass einige Betriebe ihre Personalpolitik überdenken, um höhere Abgaben zu vermeiden. Darauf deutet auch eine Befragung des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung hin: Betriebe halten vor allem finanzielle Unterstützung für hilfreich, 61 Prozent nannten Förderung für kleine Unternehmen, 45 Prozent die Übernahme der Erstausrüstung, 41 Prozent Eingliederungszuschüsse als geeignete Maßnahmen. Institutionelle Eingriffe wie die Lockerung des Kündigungsschutzes hielten dagegen nur rund 30 Prozent für sinnvoll.

Das widerspricht der Position mancher Arbeitgeberverbände, die die vierte Staffel gerne wieder kassieren würden. Sie argumentieren, die Abgabe sei wirkungslos und bürokratisch. Die Zahlen zeigen das Gegenteil. **Robert Manu**

VdK-TV-MAGAZIN IN SPORT1

„miteinander“ im September

In der September-Sendung geht es um psychische Belastung im Berufsalltag. Stress, Zeitdruck, verschiedene Anforderungen gleichzeitig, Konflikte mit Kolleginnen und Kollegen oder zu viel Lärm und Unruhe rings um den Arbeitsplatz – all diese Faktoren können im Berufsalltag psychisch belasten. Für Menschen mit Schwerbehinderung sind die Auswirkungen häufig noch gravierender. Den Schwerbehindertenvertretungen in den Dienststellen und Betrieben kommt deshalb eine wichtige Aufgabe zu: Sie zeigen Möglichkeiten auf, wie sich Betroffene vor einer Überlastung und damit vor dem Risiko, längerfristig psychisch zu erkranken, schützen können. VdK-Rechtsexpertin Kim Blum gibt einen Überblick über die arbeitsrechtlichen Instrumente. Außerdem informiert Lukas Dworaczek, Sozialrechtsberater beim VdK Saarland, über Merkzeichen. Wird einer Person ein solches zuerkannt, kann sie bestimmte Nachteilsausgleiche und Vergünstigungen in Anspruch nehmen. Er erklärt, was man tun kann, wenn das Amt eine Vergabe ablehnt. Wichtig ist, dem Antrag aussagekräftige ärztliche Atteste beizufügen, da die Behörden in der Regel nach Aktenlage entscheiden.

„miteinander“ ist eine der beständigsten Sendereihen im deutschen Fernsehen. Seit 28 Jahren informiert das VdK-TV-Magazin Monat für Monat über sozialpolitische Themen, rechtliche Fragen, zeigt Neues aus den Bereichen Gesundheit und Rente, ist generationsübergreifend und wendet sich an Menschen mit und ohne Behinderung.

Freuen Sie sich auf interessante Beiträge!

Programm

September-Folge auf Sport1

am 19. September um 12 Uhr.

Wiederholungen am 22. September um 7 Uhr sowie am 24. September um 1 Uhr.

Nach TV-Ausstrahlung jederzeit abrufbar auf vdk.de



Aktuelle Filme auf VdK-TV

„Rat & Tat“

Seit dem 1. Januar 2008 haben Menschen mit Behinderung und Pflegebedürftige den Anspruch auf ein sogenanntes Persönliches Budget. Ziel ist es, Betroffenen ein möglichst hohes Maß an Eigenverantwortung und Selbstständigkeit zu ermöglichen. Mit dem Budget sollen sie bestimmte Hilfen finanzieren können, die ihnen die Teilhabe am sozialen Leben ermöglicht. Sie entscheiden selbst, wie diese Unterstützung aussehen soll, etwa durch eine Arbeitsassistenz, die sie bei der Ausübung einer Berufstätigkeit unterstützt. Die Höhe des Budgets, das in Anspruch genommen werden kann, richtet sich nach dem Bedarf. Es ist also ein äußerst sinnvolles Instrument, um die Inklusion voranzubringen. Schade nur, dass es immer noch eher selten beantragt wird. Vielleicht trägt VdK-Rechtsexperte Lukas Dworaczek mit diesem Video dazu bei, dass das Persönliche Budget häufiger abgerufen wird.

„Klipp & Klar“

Der Herbst der Reformen hat sich über Winter, Frühjahr und Sommer hinweggezogen. Und noch immer streiten Politik, Wirtschaft, Gewerkschaften und Sozialverbände über die konkrete Ausformung. Auf jeden Fall steht viel auf dem Spiel, denn was sich Reform nennt, bedeutet in vielen Fällen, dass es herbe Einschnitte und Kürzungen geben wird. VdK-TV hat in einer Serie von mehreren Kurzvideos



VdK-Sozialrechtsberater Lukas Dworaczek spricht in einer Episode von „Rat & Tat“ über das Persönliche Budget. Foto: VdK-TV

Verena Bentele um Stellungnahme gebeten. Die VdK-Präsidentin erklärt, was sich dringend ändern muss, und warum ein starker Sozialstaat die Wirtschaft nicht schwächt, sondern im Gegenteil stärken kann.

„SBV – Inklusives Wissen“

Nach langer Abwesenheit in den Berufsalltag zurückzufinden, ist nicht immer leicht. Deshalb gibt es das betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM). Dabei handelt es sich um ein Verfahren, das durchgeführt wird, wenn eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter innerhalb der vergangenen zwölf Monate mehr als insgesamt sechs Wochen gefehlt hat. Ziel der Wiedereingliederung ist es, die Arbeitsfähigkeit der Betroffenen langfristig zu sichern, etwa durch eine Umgestaltung des Arbeits-

platzes oder veränderte Betriebsabläufe. Wie die Schwerbehindertenvertretung Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern dabei zur Seite stehen kann, erläutert VdK-Rechtsexpertin Kim Blum in diesem Video.

VdK-TV

Die Redaktion des Videoportals VdK-TV informiert Sie regelmäßig zu wichtigen sozialen und rechtlichen Themen. Alle Filme sind abrufbar unter www.vdktv.de



– Anzeige –



Wissen, was echt ist

Gegen Deepfakes in der Medizin.
Wir klären auf!

#stop
med
fakes

Eine Initiative der
APOTHEKEN
Umschau

LANDESVERBAND

Vorstand

Die Führungsgremien des Sozialverbands VdK Bayern präsentieren sich in neuer Aufstellung. Seite 14

Prävention

Tanzen und Parkinson gehen wunderbar zusammen, wie ein Projekt in Augsburg zeigt. Seite 15

Firmenlauf

Beim B2Run in München lief es wieder rund für das Team des VdK Bayern. Seite 17

Zeichen für Toleranz und Vielfalt

VdK bei CSD-Veranstaltungen in ganz Bayern

Der VdK Bayern hat sich erneut bei mehreren Veranstaltungen zum Christopher Street Day (CSD) engagiert. Die Infostände zogen viele interessierte Menschen an.

Für VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder und seinen Stellvertreter Marian Indlekofer war es eine Herzensangelegenheit, den Infostand des Sozialverbands beim CSD in München zu besuchen. „Der VdK Bayern steht für Toleranz, Offenheit und Vielfalt“, betonte Michael Pausder. „Das zeichnet uns als modernen und zeitgemäßen Sozialverband aus.“ Pausder und Indlekofer freuten

sich, dass auch dieses Jahr wieder so viele Menschen beim VdK Halt machten.

In acht bayerischen Städten präsentierten sich Kreisverbände und Bezirke des Verbands über die Sommermonate hinweg beim CSD. Den Abschluss soll die Veranstaltung am 19. September in Erlangen bilden.

Viele Besucherinnen und Besucher interessierten sich für das VdK-Angebot, drehten am Glücksrad und freuten sich über VdK-Präsente wie Tragetaschen und Fächer in Regenbogenfarben. Letztere waren bei Hitze natürlich besonders beliebt. **hei**



Mit Freude und Engagement am Stand des VdK beim CSD in München (von links): Felix Holzapfel, Cornelius Gieler, Corinna Backmann, Kiarosch Moazzami-Fallah, Landesgeschäftsführer Michael Pausder, Kreisgeschäftsführerin Sina Grefe und stellvertretender Landesgeschäftsführer Marian Indlekofer.

Foto: Eva Hochreuther

Der VdK geht auf die Straße

Demonstration gegen unsoziale Reformen am 17. September in München



Unsere VdK-Mitglieder sind sauer! Denn wieder einmal sollen Haushaltslöcher auf Kosten von Menschen mit geringeren Einkommen gestopft werden. So könnte es jedenfalls aussehen, wenn die Pläne der Bundesregierung im Herbst zu Gesetzen werden sollten. Deswegen ruft der Sozialverband VdK Bayern am Donnerstag, 17. September, zu einer Demonstration in München auf. Auftakt ist um 14 Uhr auf dem Königsplatz.

„Reformen“ wird in der Politik genannt, was faktisch Leistungseinschränkungen sind. Die Vorhaben betreffen vor allem die Renten-, Gesundheits- und Pflegepolitik. Damit wird der schon durch vorangegangene Kürzungen gebeutelte Sozialstaat weiter geschwächt. Auf der VdK-Demo am 17. September protestieren wir gegen diese unsozialen Reformpläne.

Das sind unsere Forderungen:

Gesundheit

Bereits beschlossen wurde eine Gesundheitsreform. Diese wird zu höheren Zuzahlungen bei Medikamenten, Hilfsmitteln und Behandlungen, zu Kürzungen beim Zahnersatz, zu Einschränkungen beim Krankengeld und bei der Familienversicherung führen. Dies belastet einseitig Patientinnen und Patienten, Familien, Rentnerinnen und

Rentner sowie Menschen mit kleinen Einkommen. Wir brauchen aber eine dauerhaft gerechte Finanzierung der gesetzlichen Krankenversicherung, die alle einbezieht und gesamtgesellschaftliche Aufgaben aus Steuergeldern bestreitet.

Der VdK fordert: Gesundheit muss bezahlbar sein!

Pflege

Die aktuellen Entwürfe für eine Pflegereform setzen hauptsächlich auf Leistungseinschränkungen, um Geld einzusparen. Es soll noch schwerer werden, einen Pflegegrad zu bekommen. Wer Angehörige pflegt, soll Kürzungen bei den Rentenversicherungsbeiträgen und Erschwerungen bei der Familienversicherung hinnehmen. Die Streichung der Entlastungsleistung von 131 Euro im Pflegegrad 1, die Abschaffung der Verhinderungspflege und die bereits vollzogene Halbierung des bayerischen Landespflegegelds belasten zusätzlich. Wir brauchen aber Maßnahmen, die die Versorgung mit guter Pflege verbessern und die kommunale Verantwortung dafür stärken.

Der VdK fordert: Pflege muss menschenwürdig sein!

Rente

Künftig soll die Regelaltersgrenze an die Lebenserwartung gekoppelt

und damit faktisch angehoben werden. Die Abschaffung der abschlagsfreien Rente nach 45 Versicherungsjahren („Rente ab 63“) und höhere Abschläge bei vorgezogenen Altersrenten belasten alle Generationen. Eine Reha-Offensive ist mehr als dringend, wir dürfen gesundheitlich angeschlagene Ältere im Arbeitsleben nicht im Stich lassen. Und wir brauchen endlich nachhaltige Regelungen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf statt Streichung von Familien- und Krippengeld. Die Menschen müssen sich auf bestehende Regelungen verlassen können. Sonst geht auch das Vertrauen in den Sozialstaat verloren. Es darf keine Reformen ohne lange Übergangsfristen geben.

Der VdK fordert: Armut im Erwerbsleben und im Alter müssen verhindert werden!

Dr. Bettina Schubarth

VdK-Demo am 17.9.26

Auftakt um 14 Uhr am Münchner Königsplatz mit stellvertretendem Landesvorsitzenden Hermann Imhof und Landesgeschäftsführer Michael Pausder. Danach Demonstrationen bis zum Siegestor. Infos erteilen auch VdK-Geschäftsstellen.



QR-Code zur VdK-Demo

Herausragende Beispiele für Inklusion

Vier Arbeitgeber beim „JobErfolg 2026“ ausgezeichnet – VdK Bayern finanziert komplett barrierefreie Filme über Preisträger

Bei einer Feierstunde im historischen Rathaussaal in Nürnberg sind Arbeitgeber für vorbildliche Inklusion mit dem Preis „JobErfolg 2026“ ausgezeichnet worden. Der VdK Bayern finanzierte die barrierefreien Filme über die Betriebe.

Bayerns Behindertenbeauftragter Holger Kiesel hat mit Schirmherrin Anna Schaffelhuber, Paralympics-Gewinnerin und VdK-Mitglied, vier Arbeitgeber für ihren Einsatz für die Teilhabe von Menschen mit Behinderung prämiert. Kiesel sprach von „herausragenden Beispielen, von denen wir noch viel mehr brauchen“.

In der Kategorie Öffentlicher Dienst wurde das Klinikum am Europakanal in Erlangen ausgezeichnet, das seit 40 Jahren gehörlose

Menschen in verschiedenen Positionen beschäftigt. Die Abteilung für hörgeschädigte Menschen bietet im Klinikum psychotherapeutische Behandlung in Deutscher Gebärdensprache.

Individuelle Schichten

Im Bereich Privatwirtschaft ging die Auszeichnung an den Siemens-Standort in Amberg. Durch barrierefreie Arbeitsplätze und individuelle Schichtmodelle können dort Mitarbeitende mit gesundheitlichen Einschränkungen beschäftigt werden.

Den Innovationspreis bekam die Weinhut GmbH Neutraubling. Der Logistikbetrieb gestaltet Arbeitsplätze individuell nach den Anforderungen der Angestellten.

Mit dem Ehrenpreis wurde die Gärtnerei Böhmerwiese in Bamberg gewürdigt. Sie übernahm nach der Schließung eines anderen Betriebs eine schwerbehinderte Mitarbeiterin und gestaltete die Gärtnerei rollstuhlgerecht um.

Bei der Verleihung wurden die Gewinner mit Filmen vorgestellt. Die von abm inclumedia produzierten Videos sind komplett barrierefrei, das heißt mit Untertiteln, Deutscher Gebärdensprache, Audiodeskription sowie Erklärungen in Leichter Sprache. Unter dem Suchbegriff „JobErfolg 2026“ sind sie auf Youtube abrufbar. Wie in den vergangenen Jahren wurden die Filme vom VdK Bayern gesponsert. abm-Geschäftsführer Lukas Paul dankte für diese „großartige Unterstützung“. **Sebastian Heise**



Die Jury-Mitglieder Anna Schaffelhuber (vorne, Dritte von rechts) und der bayerische Behindertenbeauftragte Holger Kiesel (vorne, Zweiter von links) mit den Preisträgerinnen und Preisträgern.

Foto: STMAS/Nötel

AUF DEN PUNKT

Hundstage



Der legendäre Showmaster Rudi Carrell sang einst 1975 „Wann wird's mal wieder richtig Sommer?“ Während ich diesen Text gerade in



meinem Büro schreibe, zeigt mein Thermometer 30 Grad an. Also mehr Sommer geht eigentlich kaum. Sehr heiße Tage werden oft als „Hundstage“ bezeichnet. Ich erinnere mich auch an einen gleichnamigen Bankraub-Thriller aus dem Jahr 1975 mit Al Pacino in der Hauptrolle.

Michael Pausder
Landesgeschäftsführer

Landesvorstand stellt sich neu auf

Acht Ehrenamtliche aus allen Bezirken führen den Verband

Im Landesvorstand des Sozialverbands VdK Bayern hat es personelle Veränderungen gegeben.

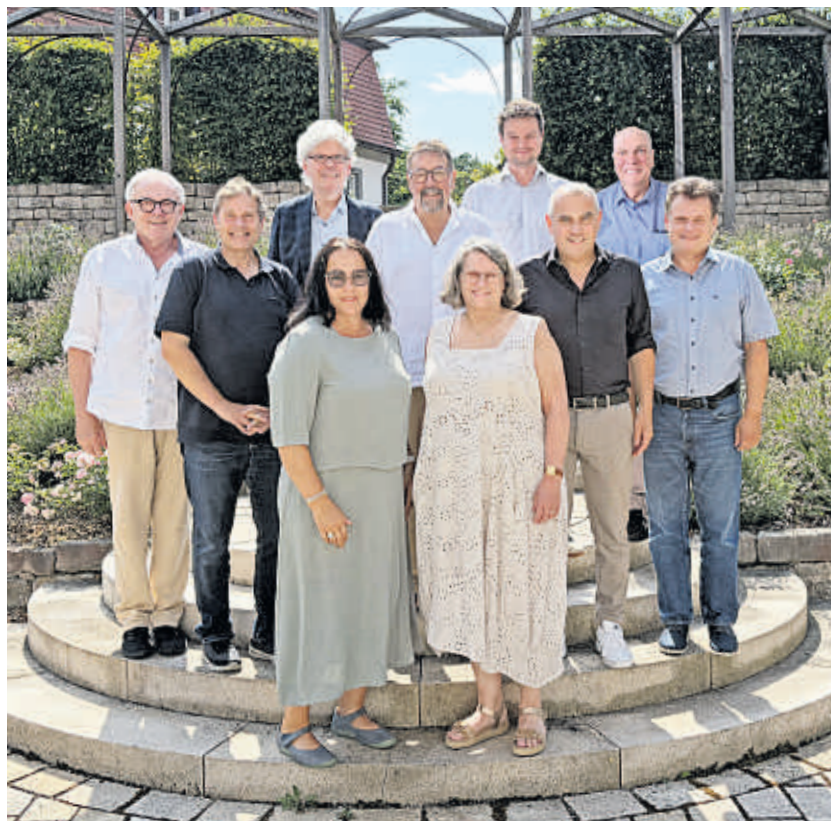
Die bisherige Landesvorsitzende Verena Bentele und der bisherige Landesschatzmeister Konrad Gritschneider haben ihre Ämter niedergelegt. Damit gehören dem Landesvorstand seit Juli acht Ehrenamtliche an. Neben den stellvertretenden Vorsitzenden Achim Werner, Hermann Imhof, Heinz Heeg und Antje Dietrich sind dies die Vertreterin der Frauen Carola Brust, Schriftführer Alexander Wunderlich, der Vertreter der jüngeren Generation Oliver Antretter und als Beisitzer Georg Böck. Alle sieben VdK-Bezirke sind an der Spitze des Verbands durch langjährig aktive Ehrenamtliche vertreten.

Zwei Sprecher

Bis zum Landesverbandstag im kommenden April führen die acht den Verband als Team. Sie werden die bisherigen Aufgaben von Verena Bentele und Konrad Gritschneider unter sich aufteilen. In einer Vorstandssitzung am 6. Juli wurden Achim Werner und Hermann Imhof als Sprecher einstimmig gewählt. Sie sind damit auch Ansprechpartner für Presseanfragen.

Die acht Vorstände werden unter den vielen engagierten Ehrenamtlichen in ihren Bezirken dafür werben, dass sich weiterhin Menschen für den VdK einsetzen. Ziel ist natürlich auch, geeignete Personen zu finden, die beim Landesverbandstag für den Vorsitz sowie für die anderen Vorstandspositionen kandidieren.

Seit der gemeinsamen Entscheidung des Landesvorstands im Juni



Landesvorstand und Geschäftsführung (von links): die stellvertretenden Landesvorsitzenden Achim Werner und Hermann Imhof, Landesgeschäftsführer Michael Pausder, Vertreterin der Frauen Carola Brust, stellvertretender Landesvorsitzender Heinz Heeg, stellvertretende Landesvorsitzende Antje Dietrich, stellvertretender Landesgeschäftsführer Marian Indlekofer, Schriftführer Alexander Wunderlich, Beisitzer Schwaben Georg Böck und Vertreter der jüngeren Generation Oliver Antretter.

werden sich Verena Bentele und Konrad Gritschneider auf die Tätigkeit an der Spitze des VdK Deutschland konzentrieren. Bentele setzt sich damit also weiterhin für die sozialpolitischen Belange der Mitglieder ein und bleibt eine starke Stimme für soziale Gerechtigkeit in der Bundesrepublik. Gritschneider behält seine Position als Schatzmeister des VdK Deutschland.

Auf das Kerngeschäft, die Sozialrechtsberatung und -vertretung,

und das Verbandsleben mit seinen 12500 Ehrenamtlichen in den Orts- und Kreisverbänden hatten und haben diese Änderungen im Landesvorstand keinerlei Einfluss.

Das Wachstum des Verbands ist ungebrochen. Mit mehr als 860000 Mitgliedern ist der VdK Bayern nach wie vor mit Abstand der größte der 13 Landesverbände im gesamten Sozialverband VdK, dem insgesamt 2,4 Millionen Menschen angehören.

Sebastian Heise

Gehörlosengeld soll jetzt doch kommen

Der VdK begrüßt grundsätzlich, dass das im Koalitionsvertrag von CSU und Freien Wählern vereinbarte Gehörlosengeld in Bayern wieder im Gespräch ist, nachdem es zuletzt im Doppelhaushalt 2026/2027 nicht umgesetzt wurde.

Aus der schwarz-orangen Regierungskoalition war zuletzt zu hören, dass das Gehörlosengeld nun doch im Freistaat eingeführt wird. Hermann Imhof, stellvertretender Landesvorsitzender des Sozialverbands VdK Bayern, begrüßte dies, betonte aber: „Wir fordern von der Staatsregierung, jetzt Details zur Umsetzung des Gehörlosengelds bekannt zu geben. Also einen festen und schnellen Umsetzungstermin und konkrete Angaben zur Höhe. Betroffene dürfen nicht schon wieder mit reiner Ankündigungspolitik hingehalten werden. Da das Gehörlosengeld nicht im aktuellen Haushalt eingeplant ist, fordern wir die Staatsregierung auf, die geplante Finanzierung offenzulegen.“

Langjährige Forderung

Die Einführung eines angemessenen Gehörlosengelds zur Förderung der Teilhabe von tauben und ertaubten Menschen sowie Personen mit an Taubheit grenzender Schwerhörigkeit ist schon seit 2018 eine wichtige Forderung des VdK Bayern an den Freistaat. Mit dem Gehörlosengeld sollen Betroffene die aufgrund ihrer Behinderung zusätzlich notwendigen Kosten etwa für Gebärdensprachdolmetschung abfedern können.

Anspruch auf Gehörlosengeld haben voraussichtlich rund 16000 Menschen in Bayern.

hei

Starkes Zeichen für ein soziales Bayern

Bündnis präsentiert sich vor Bavaria – Großdemo am 26.9. in Nürnberg

Auf den Stufen vor der Bavaria hat ein Aktionsbündnis, zu dem auch der VdK Bayern gehört, gegen Leistungskürzungen und für einen starken Sozialstaat geworben. Am 26. September ist eine große Demonstration in Nürnberg geplant.

Angesichts der Debatte über Sozialstaatsreformen und mögliche Leistungskürzungen hat das neue Aktionsbündnis „Gemeinsam für einen starken und zukunftsfähigen Sozialstaat“ auf der Münchner Theresienwiese ein Zeichen gesetzt. Unter Regenschirmen mit der Aufschrift „Sozialstaat ist Zukunft“ machten die Mitglieder des bislang breitesten sozialpolitischen Bündnisses in Bayern deutlich: Der Sozialstaat ist kein Kostenfaktor, sondern er schützt Menschen, stärkt Demokratie und sichert gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Michael Pausder, Landesgeschäftsführer des VdK Bayern, erklärt: „Die Reformdebatten der vergangenen Monate haben viele unserer Mitglieder verunsichert. Im Aktionsbündnis setzen wir uns deshalb vor allem für armutsfeste Renten, eine solidarische Gesundheitsversorgung, Inklusion und eine menschenwürdige Pflege ein.“

25 Organisationen und Initiativen aus Gewerkschaften, Sozial-



Vertreterinnen und Vertreter der 25 Bündnispartner werben vor der Bavaria für den Sozialstaat.

Foto: DGB Bayern

verbänden, Wohlfahrtsorganisationen, kirchlichen Initiativen, Vereinen, Betroffenenverbänden und weiteren zivilgesellschaftlichen Bereichen engagieren sich in dem Bündnis.

Am 26. September, 11 Uhr, plant der DGB Bayern zusammen mit Bündnispartnern am Kornmarkt in Nürnberg eine Großdemonstration gegen Einschnitte im Sozial-

Sebastian Heise

Gerhard H. Bernkopf ist tot

Ex-Landesvorsitzender starb mit 80 Jahren

Trauer um den früheren Landesvorsitzenden des Sozialverbands VdK Bayern, Gerhard H. Bernkopf. Er starb am 17. Juli im Alter von 80 Jahren.

Gerhard H. Bernkopf hatte im VdK und anderen Organisationen zahlreiche Ehrenämter. Von 1988 bis 2004 engagierte sich Bernkopf im VdK-Kreisverband als Vorsitzender. Von 1996 bis 2003 stand er im VdK Bayern an der Spitze des Landesausschusses, bevor er von 2003 bis 2004 den Landesverband führte. Außerdem war er Vizepräsident des VdK Deutschland. 2004 ernannte ihn der Kreisverband Vilshofen zum Ehrenvorsitzenden.

Bernkopf war Gründungsvorsitzender des CSU-Ortsverbands seiner Heimatgemeinde Windorf, stellvertretender Landrat des Landkreises Passau und Mitglied des Kreistags Passau.

Zahlreiche Auszeichnungen wurden ihm im Laufe seines Lebens verliehen wie das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland, das Goldene Ehrenzeichen des österreichischen Bundeslands Steiermark, die Bürgermedaille des Marktes Windorf, die Ehrennadel des Landkreises Passau in Gold, die Medaille in

Silber des Freistaats Bayern für besondere Verdienste um die kommunale Selbstverwaltung sowie die Ehrennadel in Gold des VdK Deutschland.

Der VdK Bayern trauert um einen seiner Ehrenamtlichen, der sich viele Jahre um den Sozialverband verdient gemacht hat. Seinen Hinterbliebenen gilt unser Mitgefühl. Der VdK Bayern wird Gerhard H. Bernkopf stets ein gutes Andenken bewahren.

hei



Gerhard H. Bernkopf, VdK-Landesvorsitzender 2003–2004.

Foto: VdK

„Die Tanzstunde gibt mir Kraft für die Woche“

Projekt für Parkinson-Erkrankte am Staatstheater Augsburg fördert Beweglichkeit, Selbstbewusstsein und soziale Kontakte

Wer den Kurs „Tanz mit Parkinson!“ besucht, erlebt weit mehr als Gymnastik: Musik, Bewegung und Gemeinschaft geben den Teilnehmenden neues Selbstvertrauen. Das Projekt wird von der Uni Augsburg mit einer Studie begleitet.

Die großen Fenster lassen viel Licht in den Raum. Vor der Spiegelwand sitzen Frauen und Männer im Kreis. Zwischen den roten Stühlen bleibt viel Platz. Dann erklingen die ersten Takte von „Singin' in the Rain“. Arme strecken sich nach oben, als würden sie Regenschirme aufspannen. Alle folgen Tanzpädagogin Gabriella Gilardi.

Hier in der Ballettakademie DanceCenter No1 in Augsburg treffen sich montags 36 Menschen zum Kurs „Tanz mit Parkinson!“. Beim nächsten Lied „zeichnen“ sie mit kreisenden Armbewegungen Sonnenuntergang und Milchstraße in die Luft. Sternschnuppen fallen: Überall sinken ausgestreckte Zeigefinger zickzackförmig zu Boden. Dazu zischt und pfeift die Gruppe.

Nach dem Training sind alle außer Atem. Es herrscht eine ausgelassene Stimmung. Die meisten freuen sich nun darauf, sich bei einem Kaffee in der Küche zu unter-

halten. Es wird gelacht, über den Kurs gesprochen und nach dem Befinden gefragt. Für viele gehört dieser Austausch genauso zum Montag wie das Tanzen.

Lebensqualität steigt

Gilardi lehnt an der Ballettstange, während sie über „Tanz mit Parkinson!“ berichtet. Der Ursprung des Projekts liegt in New York: Dort entstand 2001 das Programm „Dance for PD“, das heute weltweit angeboten wird. Gemeinsam mit ihrer Kollegin Serena Pettinari absolvierte Gilardi die Ausbildung, um das Konzept nach Augsburg zu holen. Seit der Spielzeit 2025/26 bieten sie den Kurs am Staatstheater an. „PD“ steht für die englische Bezeichnung der Erkrankung „Parkinson's disease“. „25 Jahre Erfahrung haben gezeigt, dass Tanzen die Parkinson-Therapie unterstützt und die Lebensqualität verbessert“, sagt die gebürtige Italienerin.

Das wöchentliche Treffen ist für die Gruppe ein Höhepunkt, so wie für die 83-jährige Inge. Ihr gefällt das Zusammenspiel von Choreografie, Musik und Bildern. Außerdem beflügelt die Herausforde-

rung: „Ich merke dann: Ich kann trotz Erkrankung noch etwas Neues anfangen.“

Gilardi unterstreicht: „Es ist schön, wie Teilnehmende mehr und mehr Selbstbewusstsein entwickeln.“ Weitere Vorteile des Tanzens für Menschen mit Parkinson sind die Förderung von Koordination und Gleichgewicht: „Weil wir viele Bewegungen üben, die im alltäglichen Leben wenig trainiert werden, verbessert sich die Motorik.“ Tanzen sei aber auch für die Psyche gut, weil dabei Gefühle ausgedrückt werden, ergänzt sie. Nicht zu unterschätzen sei das soziale Miteinander, das sich positiv aufs Gemüt auswirkt.

Kein Richtig oder Falsch

„Wenn wir Sterne aus der Luft pflücken, gibt es kein Richtig oder Falsch“, betont die Tanzpädagogin. Sie beobachtet im Kurs immer wieder, dass die Erkrankung fast nebensächlich wird, weil die Lebensfreude überwiegt. „Die Teilnehmenden sind sehr dankbar, diesen geschützten Raum zu haben.“ Auch für die beiden Tanzpädagoginnen ist das Angebot bereichernd: „Wir lernen viele

verschiedene Lebenswege kennen“, hebt Gilardi hervor.

Einige kommen als Paar, so wie die Burschyks. Die Tochter hat ihre Eltern auf das Tanzprojekt aufmerksam gemacht. Bei Hermann Burschik ist während einer Reha im vergangenen Jahr Parkinson festgestellt worden. „Früher haben meine Frau und ich argentinischen Tango getanzt“, erzählt er. Hier kann das Ehepaar unter Berücksichtigung der Krankheit sein Hobby weiter ausüben. Der 76-Jährige merkt deutliche Verbesserungen: „Ich kann meinen linken Arm besser bewegen“, sagt er und fügt hinzu. „Das Tanzen gibt mir Kraft für die ganze Woche.“ Seine Augen leuchten.

Elisabeth Anritter

Kontakt

Wer bei „Tanz mit Parkinson!“ mitmachen möchte, kann Tickets beim Besucherservice des Staatstheaters Augsburg erwerben (Kosten: 60 Euro, ermäßigt 40 Euro für Begleitpersonen). Der Kursblock Herbst 2026 mit sechs Terminen startet am Montag, 21. September. Die begleitende Studie der Neurologischen Klinik des Universitätsklinikums Augsburg wird im Herbst ebenfalls fortgesetzt. Mehr Infos unter:

☎ 0162 / 2460391

@ plan_a@staatstheater-augsburg.de

➔ staatstheater-augsburg.de



Spaß an Bewegung und Gemeinschaft: Die Tanzpädagoginnen Gabriella Gilardi (Zweite von links) und Serena Pettinari (Dritte von links) leiten das Projekt „Tanz mit Parkinson!“. Ein Musiker begleitet diesmal die Teilnehmenden am Flügel.

Foto: Jan-Pieter Fuhr

Mehr Seiten aus Bayern

VdK-Zeitung wird ab 2027 umfangreicher – zusätzliche Verbraucherinfos

Ab dem kommenden Jahr wird es in den bayerischen Ausgaben der VdK-ZEITUNG mehr Seiten geben als bisher. Die Redaktion gleicht so die Verringerung der Ausgaben ab 2027 von zehn auf acht aus.

Wie auf Seite 2 dieser Zeitung beschrieben, sieht sich der VdK Deutschland aufgrund der enorm gestiegenen Versandkosten durch die Post gezwungen, die Zahl der Ausgaben pro Jahr von zehn auf acht zu verringern. Die Redaktion kompensiert dies mit der gleichzeitigen Erhöhung der Seiten.

So wird die VdK-ZEITUNG in Bayern ab 2027 mit 28 statt wie bisher mit 24 Seiten erscheinen. Aufs Jahr gerechnet gibt es damit statt 70 künftig 72 Seiten mit Be-

richten aus dem Freistaat und den sieben VdK-Bezirken. Damit wird weiterhin ausführlich über Wahlen und Veranstaltungen in den Orts- und Kreisverbänden berichtet. Des Weiteren bekommen die Leserinnen und Leser zwei zusätzliche Bundesseiten pro Ausgabe mit Verbrauchertemen.

Vorteile der E-Zeitung

Wer die VdK-ZEITUNG künftig lieber digital als gedruckt lesen will, kann dies jederzeit selbst umstellen. Einfach auf die Webseite des VdK Bayern bayern.vdk.de/e-zeitung gehen, dort den Landesverband aussuchen, seine VdK-Mitgliedsnummer, Name und Mailadresse eingeben. „Ich bin

kein Roboter“ anklicken, auf „Absenden“ klicken. Dann kommt eine Mail, und mit einem Klick auf den darin enthaltenen Link kann die Umstellung auf E-Zeitung bestätigt werden.

Die digitale Ausgabe der VdK-ZEITUNG hat einige Vorteile: Sie kommt per E-Mail und ist damit überall abrufbar, beispielsweise auch unterwegs und auf Reisen. Die E-Zeitung ist zudem wesentlich früher beim Mitglied als die Druckversion, da Produktion und Versand wegfallen. Dadurch ist die Onlinevariante umwelt- und klimafreundlicher. Die Nutzerinnen und Nutzer können jederzeit auch frühere Ausgaben der VdK-ZEITUNG abrufen und diese lesen.

Sebastian Heise

ANZEIGE

Wenn Muskeln und Beine sich melden.

ALPA Original Franzbranntwein – bewährte Hilfe aus Tradition.

Ein aktiver Alltag, Gartenarbeit oder längere Spaziergänge können Spuren hinterlassen: **Verspannungen, müde Beine oder Muskel- und Gelenkbeschwerden.**

ALPA Original Franzbranntwein wird traditionell zur äußerlichen Anwendung genutzt und wirkt wohltuend, entspannend und erfrischend.

Damit Bewegung wieder Freude macht.



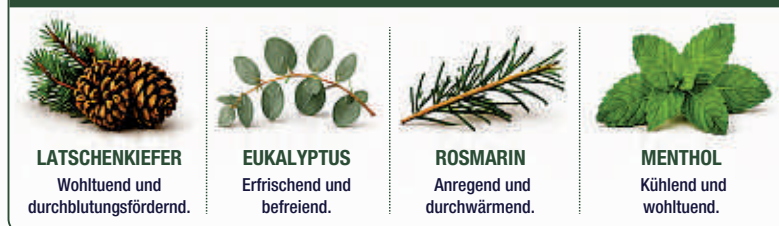
ALPA ORIGINAL ROLL-ON

- ☑ Punktgenau auftragen
- ☑ Hände bleiben sauber
- ☑ Ideal für unterwegs

Achten Sie auf das **ORIGINAL** im Namen.

Nur ALPA Original wird seit 1913 nach deutschen Qualitätsstandards hergestellt.

Mit Latschenkiefer, Eukalyptus, Rosmarin und Menthol



LATSCHENKIEFER
Wohltuend und durchblutungsfördernd.

EUKALYPTUS
Erfrischend und befreiend.

ROSMARIN
Anregend und durchwärmend.

MENTHOL
Kühlend und wohltuend.

ALPA ORIGINAL

Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach **ALPA ORIGINAL FRANZBRANTWEIN.**

ALPA ORIGINAL Franzbranntwein zur äußeren Anwendung: Traditionell zur Förderung der Hautdurchblutung, z.B. zur unterstützenden Behandlung von Zerrungen, Prellungen, Verstauchungen sowie Muskel- und Gelenkschmerzen, ausschließlich aufgrund Überlieferung und langjähriger Erfahrung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.
Schuck GmbH | Industriestrasse 11 | 90571 Schwaig | info@schuck-arzneimittel.de



Ein kleines Plus an Lebensfreude

22 Ehrenamtliche absolvieren zweitägiges Seminar zum VdK-Pflegebegleiter in Neuburg an der Donau

„Das größte Geschenk ist nicht, was wir besitzen, sondern die Zeit, die wir geben.“ Dieses Motto verfolgen die 232 Pflegebegleiterinnen und Pflegebegleiter des VdK Bayern bei ihrer ehrenamtlichen Arbeit.

Reden, zuhören, gemeinsam spazierengehen, kleine Gefälligkeiten – durch ihre Anwesenheit schenken sie Pflegebedürftigen ein paar Stunden Zeit und ermöglichen zugleich pflegenden Angehörigen, eigene Termine wahrzunehmen. Kürzlich absolvierten 22 Ehrenamtliche ein zweitägiges Seminar in Neuburg an der Donau. Sie wurden von hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des VdK Bayern sowie externen Referenten vorbereitet und begleitet und können nun das Amt ausüben.

Hoher Stellenwert

„Wir wollen Gesprächspartner für ältere, pflegebedürftige und auch jüngere Menschen und deren Angehörige sein. Die Angehörigen sollen durch die Anwesenheit des Pflegebegleiters entlastet und ermutigt werden, sich und ihre Bedürfnisse wahrzunehmen“, betont Yvonne Knobloch, Leiterin des Ressorts „Leben im Alter“ beim VdK Bayern. „Pflegebegleiter schenken pflegenden Angehörigen Freiräume zum Aufatmen und Loslassen sowie zum Krafttanken



Viele ältere Menschen haben Sehschwächen. Um dies zu verdeutlichen, wurde beim Kurs mithilfe von Schlafmasken geübt.

Foto: Martina Würzburger

für die Pflege.“ Angeboten wird von einer Pflegebegleiterin oder einem Pflegebegleiter Unterstützung von bis zu zwei Stunden pro Woche. „Das ist ein kleines Plus an Lebensfreude“, weiß Knobloch.

2012 gab es den ersten Ausbildungskurs zum VdK-Pflegebegleiter. Seitdem finden die zweitägigen Seminare regelmäßig statt. Dieses Ehrenamt hat einen sehr hohen Stellenwert bei den VdK-Kreis- und -Ortsverbänden. „Beim diesjährigen Seminar kamen Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus allen Ecken Bayerns“, erzählt Knobloch. Zunächst seien viele

etwas angespannt und zurückhaltend gewesen, aber das habe sich schnell gelegt. Viele stellten Fragen und berichteten von eigenen Erlebnissen rund um die Pflege.

Im Seminar selbst hielten sich Theorie und Praxis die Waage. „Unser Ding ist es, nicht nur zu referieren, sondern die Themen auch richtig einzuüben beziehungsweise in der Runde zu diskutieren“, erklärt Knobloch. Ein Schwerpunkt war das Rollstuhltraining: „Uns ist wichtig, dass durch die Selbsterfahrung im Rollstuhl Empathie geschaffen wird. Außerdem macht das eigene Erle-

ben Barrieren sichtbar.“ Auch das Thema Demenz kam zur Sprache. Beeindruckt war Knobloch von den vielen Rückmeldungen der Teilnehmenden: „Sie sagten, dass sie durch die Informationen einen neuen Blick auf Menschen mit Demenz bekommen haben. Aus Unsicherheit wurde Verständnis, aus Berührungängsten mehr Sicherheit im Umgang.“

Ein weiteres großes Thema im Seminar war der richtige Umgang mit Sehschwächen. Dafür kamen Schlafbrillen zum Einsatz. Über Schluckstörungen referierte Stefanie Helmert. Die Logopädin ließ

die Teilnehmenden einen Schluck Wasser im Stehen und im Liegen nehmen. So merkte jeder schnell, wie groß der Unterschied für eine bettlägerige Person ist, und man konnte sich gut in diese Situation einfühlen.

Lust aufs Ehrenamt

Mithilfe von Physiotherapeut Peter Roth wurden zudem rücken-schonende Hebetechniken gezeigt. Im Kurs ging es außerdem um Entlastungsleistungen für pflegende Angehörige: Denn pflegende Angehörige können durch den Entlastungsbetrag und weitere Leistungen der Pflegeversicherung gezielt unterstützt werden. Für Knobloch ist es wichtig, dass die Teilnehmenden am Ende des Seminars wirklich Lust auf das Ehrenamt haben. Denn alle werden am Schluss abgefragt, ob sie das Amt jetzt ausüben können und wollen, welche Aufgaben sie sich zutrauen und welche nicht. **Petra J. Huschke**

Info

Der nächste Kurs findet am 6. und 7. Oktober in der VdK-Bezirksgeschäftsstelle in Würzburg statt. Sie sind VdK-Mitglied und haben Zeit und Lust, sich als VdK-Pflegebegleiter/-in zu engagieren? Dann rufen Sie gerne unter (089) 2117-120 an oder mailen an lebenimalter@by.vdk.de

VdKler mit Herz und Seele

Michael Pausder feiert 65. Geburtstag

Für Michael Pausder ist der VdK mehr als ein Ort zum Arbeiten. Mit Herz und Seele hat sich der VdK-Landesgeschäftsführer dem Sozialverband verschrieben. Am 28. September wird er 65 Jahre alt.

Der VdK stand bei Michael Pausder 1961 schon an der Wiege, denn seine Eltern Fred und Irmgard Pausder arbeiteten beide in der VdK-Landesgeschäftsstelle. Nach einem erfolgreichen Studium der Kommunikationswissenschaften begann ihr Sohn in der Presseabteilung seine VdK-Karriere.

Den Imagewandel des VdK vom Kriegssopfer- zum modernen Sozialverband läutete Pausder ab 1988 als Pressesprecher ein. Und das sehr erfolgreich: Zu Beginn seiner Tätigkeit zählte der Verband 310 000 Mitglieder, heute sind es über 860 000. Der VdK hat sich bei den bayerischen Medien fest als erster Ansprechpartner für sozialpolitische Themen etabliert.

2004 wurde Pausder stellvertretender Landesgeschäftsführer, blieb aber Pressesprecher, ab 2008 einige Jahre sogar zusätzlich für den VdK Deutschland. In der Berliner Medienlandschaft konnte sich der VdK in dieser Zeit ebenfalls sehr gut aufstellen.

Im Jahr 2013 erfolgte seine Ernennung zum Landesgeschäftsführer des VdK Bayern. Auch in dieser Position behielt er seine Leidenschaft für Pressearbeit und Sozialpolitik bei.



Foto: Anja Mörg/Bündnis 90/Die Grünen

Michael Pausder trifft regelmäßig Politikerinnen und Politiker wie kürzlich Katharina Schulze, Fraktionsvorsitzende der Grünen im Landtag.

Ein Höhepunkt seiner Karriere war eine VdK-Großdemonstration 2004 in München mit 27 000 Teilnehmenden. Damit stand fest, dass der VdK Bayern eine soziale Macht ist. Am 17. September 2026 wird sich das bei der VdK-Demo „Gegen den Sozialabbau“ wieder beweisen.

So mag Michael Pausder seinen VdK: kämpferisch und selbstbewusst. Er schätzt am Verband aber genauso das Miteinander. Die große VdK-Familie gratuliert von Herzen zum 65. Geburtstag. Alles Gute und weiter viel Erfolg! **bsc**

Nach einem Sturz oder einer Operation brauchen ältere Menschen oft eine Reha, um ihre verloren gegangenen Fähigkeiten wiederzuerlangen. Das ist nicht nur in einer Klinik möglich, sondern an manchen Orten in Bayern auch zu Hause.

Die Geriatrie Fachklinik in Neuburg an der Donau ist eine von bayernweit elf Einrichtungen, die neben einer stationären auch eine mobile geriatrische Reha anbieten. Das Projekt startete 2020 und wird sehr gut angenommen, sodass die Zahl der Plätze im vergangenen Jahr auf 50 erweitert wurde. „Wir versorgen die Menschen im gesamten Landkreis. Das entspricht einem Umkreis von 25 bis 30 Kilometern“, erklärt Peter Roth, leitender Physiotherapeut.

Vertraute Umgebung

Eine mehrwöchige Rehabilitationsmaßnahme, bei der die Therapeuten ins eigene Zuhause kommen, sei genau das, was sich die meisten älteren Menschen wünschen würden. „Sie wollen nicht mehr wegfahren“, weiß Roth aus Erfahrung. Die vertraute Umgebung bietet ihnen Sicherheit, was auch bei einer Demenzerkrankung oder anderen kognitiven Erkrankungen von Vorteil ist.

Ein weiterer Pluspunkt ist, dass die Therapie an den Alltag und die Lebensumstände angepasst werden kann. Wohnt jemand beispiels-

weise im ersten Stock, wird das Treppensteigen geübt. So erhalten sich die Patientinnen und Patienten nicht nur die Mobilität, sondern auch ihre Selbstständigkeit. „Man muss ja vor allem im häuslichen Umfeld klarkommen“, bekräftigt Roth.

In der Reha-Prozess werden Familienmitglieder und pflegende Angehörige aktiv miteinbezogen. Hinzu kommen die vergleichsweise niedrigen Kosten: Die mobile geriatrische Reha ist wesentlich günstiger als eine stationäre oder ambulante Maßnahme.

Seit der Einführung der mobilen Reha 2007 im deutschen Gesundheitssystem können deutlich mehr Ältere eine Reha machen. Dazu gehören auch mobilitätseingeschränkte Menschen oder solche, die wegen anderer gesundheitli-

cher Probleme nicht in der Lage sind, eine stationäre Maßnahme in Anspruch zu nehmen.

Die mobile geriatrische Reha richtet sich an Patientinnen und Patienten ab 70 Jahren mit mehreren chronischen Krankheiten, erheblichen funktionellen Beeinträchtigungen und einem oft komplexen Hilfebedarf. Sie muss ärztlich verordnet und von der Krankenkasse genehmigt sein. Ziel ist es, die Selbstständigkeit zu erhöhen oder die häusliche Pflege zu sichern.

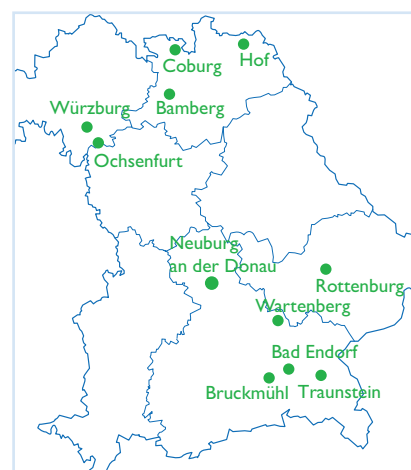
Nicht überall möglich

Für die Therapie arbeiten Ergotherapeutinnen und Physiotherapeuten, Psychologinnen und Logopäden, Ärztinnen und Ärzte sowie Pflegekräfte eng zusammen. Der Behandlungsplan wird individuell erstellt und beinhaltet wöchentlich drei bis fünf Therapieeinheiten. Eine Reha dauert in der Regel 15 bis 20 Werktage und kann danach noch einmal verlängert werden.

Einziger Wermutstropfen: Es gibt keine flächendeckende Versorgung. Zwar liegt Bayern mit elf Einrichtungen deutschlandweit an der Spitze, dennoch ist eine mobile Reha nur in wenigen Städten und Landkreisen verfügbar: neben Neuburg an der Donau in Bad Endorf, Bamberg, Bruckmühl, Coburg, Hof, Ochsenfurt, Rottenburg, Traunstein, Wartenberg und Würzburg. **Annette Liebmann**

Zu Hause wieder fit werden

Mobile geriatrische Reha wird stark nachgefragt



Grafik: VdK Bayern

An diesen Standorten in Bayern gibt es eine mobile geriatrische Reha.

Beitrittserklärung

zum Sozialverband VdK Bayern e.V., Schellingstraße 31, 80799 München

Hiermit trete ich unter Anerkennung der Satzung bei. Mitgliedsbeitrag 7 €/Monat (ab 1.1.2027: 8 €/Monat). Der Austritt bedarf der Schriftform. Er kann frühestens ein Jahr nach Erwerb der Mitgliedschaft erklärt werden und ist nur zum Schluss eines Kalenderjahres, unter Wahrung einer vierteljährlichen Kündigungsfrist, möglich. (Bitte in Blockschrift ausfüllen)

Anredeform: ☐ weiblich ☐ männlich ☐ divers

Familienname, Vorname

geb. am Telefonnummer

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

E-Mail

Orts-/Kreisverband

☒ Ort, Datum

☒ Unterschrift des Beitretenden

☐ Ich habe Interesse an einem Ehrenamt und möchte über Möglichkeiten einer ehrenamtlichen Mitarbeit beim VdK informiert werden.

Gewünschter Bezug der VdK-Zeitung:
☐ als E-Paper ☐ per Post ☐ kein Bezug gewünscht

Ich bitte um widerruflichen Einzug von meinem Konto:
☐ jährlich ☐ 1/2-jährlich ☐ 1/4-jährlich

Einzugsbeginn (ist der Beginn der Mitgliedschaft)

Familienname, Vorname des Kontoinhabers (wenn nicht Beitretender)

Straße, Hausnummer (wenn nicht Beitretender)

PLZ, Wohnort (wenn nicht Beitretender)

Hinweis zum Datenschutz:
Die Mitgliederdaten unterliegen dem Datenschutz und werden ausschließlich für Zwecke der Mitgliederdatenverwaltung und Mitgliederbetreuung genutzt. Der Sozialverband VdK Bayern e. V. gibt keine personenbezogenen Daten seiner Mitglieder an andere Unternehmen für Werbemaßnahmen weiter.

Gläubiger-Identifikationsnummer DE23VDK00000126528, Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats
Ich ermächtige den Sozialverband VdK Bayern e. V., Zahlungen im Rahmen meiner Verbandsmitgliedschaft von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Sozialverband VdK Bayern e. V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Es wird eine Frist für die Vorabankündigung von SEPA-Lastschriften von zwei Tagen vereinbart.

Kreditinstitut (Name und BIC)

IBAN:

Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird mich der Sozialverband VdK Bayern e. V. über den Einzug in dieser Verfahrensart unterrichten.

☒ Ort, Datum ☒ Unterschrift

Bitte bei Ihrer nächstgelegenen VdK-Geschäftsstelle abgeben oder in einem ausreichend frankierten Briefumschlag an den Sozialverband VdK Bayern e. V., Schellingstraße 31, 80799 München senden.

Oder online: by.vdk.de/mitgliedschaft

Stand: 06/2026

KLEINANZEIGEN

Private Kleinanzeigen im Bayernteil der VdK Zeitung: 5,- € pro Zeile / ca. 35 Zeichen (+ MwSt.); Chiffregebühr 7,- € (+ MwSt.). Kontakt: Sozialverband VdK Bayern, Abteilung Presse, Schellingstraße 31, 80799 München, E-Mail: anzeigen@by.vdk.de. Bitte beachten Sie: An dieser Stelle dürfen ausschließlich private Kleinanzeigen veröffentlicht werden. Wir behalten uns eine inhaltliche Prüfung und Entscheidung vor. Für gewerbliche Anzeigenaufträge beraten wir Sie gerne. Wenden Sie sich an anzeigen@by.vdk.de. Die Mediadaten der VdK Zeitung finden Sie hier: by.vdk.de/mitgliedschaft/vdk-zeitung/kleinanzeigen

Mein Fahrdienst Vita Vitalis Veritas fährt mich pünktlich und zuverlässig von jedem Ort in Bayern zum Erholen, in den Urlaub, zur Kur oder wohin ich möchte. Mit neuem bequemem Kleinbus, von Tür zu Tür ohne Umsteigen. Zu humanmonetären Konditionen. Sie finden meine Homepage im Netz unter: Vita Vitalis Veritas, Peter H. Böhmert, Tel.: 0171/6501308.

Pensionierter Taxifahrer und Gästeführer mit Ortskenntnis bietet Fahrten jeglicher Art, Transfers, Führungen und Ausflüge zu fairen Konditionen an. Gerne auch für Gruppen bis 6 Personen. M-West/Würmtal/Lkr. FFB/STA. Tel.: 0174/3924575.

Verk. altersbed. Briefmarken. Liste anfordern unter hechran@freenet.de

Suche Flohmarktware, Trödel & Hausrat. Hole direkt ab. Tel.: 0151/72652995.

Hochwertiger Relaxsessel, sehr stabil, neu/unbenutzt, VB 1100 Euro, NP 1490 Euro, hellgrau-mel. Stoffbez., manuelle, separate Bedienung, Kopf-, Fuß-, Rückenteil, Gr. M, Raum München, Tel.: 0176/83700158.

VdK-Mitglied, Reinigungsfrau/Haushaltshilfe, sucht App./kl. Whg. mit Balkon in MUC/Umgebung nahe U-Bahn/S-Bahn. Tel.: 0155/66288083.

6-jährige französische Bulldogge in München-Thalkirchen sucht Hundefreund, der ihn ab und zu spazieren führt. Kontakt: claudiaannad@aol.com

Ferienwohnung im schönen Frankenland, 70 qm, gute Ausstattung, bis zu 4 Pers., zu vermieten: www.ferienwohnung-wilpert.de. Bitte nur telefonische Anfragen und Buchungen unter 09384/8684.

Magnetfeld-Matte, 180 cm x 90 cm, ausführl. Behandlungsübersicht, orig. Rechnung, neuwertig, Verkaufspreis nach Absprache. Tel.: 0177/4317021.

Verkaufe Opel Combo LifeXL 1,5, Automatik, mit Rollstuhlrampe, Bj. 2020, 118.000 km, VB 23.200 Euro, Tel.: 0151/11574503.

Wünschen Sie sich Begleitung, z. B. in Ihrem häuslichen Bereich und Umfeld, zu Veranstaltungen, in Ihren Urlaub? Ich bin Rentnerin und auf der Suche nach einer neuen Aufgabe. Ich freue mich auf Ihren Anruf. Tel.: 0174/7867376 in München.

Sechs Kilometer bis zur Parkharfe

VdK-Team beim Firmenlauf B2Run durch den Olympiapark München

Mit 42 Läuferinnen und Läufern hat der VdK Bayern am diesjährigen Firmenlauf B2Run in München teilgenommen. Insgesamt waren rund 1700 Teams mit mehr als 30 000 Sportlerinnen und Sportlern am Start. Aufgrund von Baumaßnahmen im Olympiastadion fand der Zieleinlauf auf der Parkharfe statt.

Jan Gerspach, Christian Choynowski und Niklas Bieber waren die schnellsten aus den Reihen des VdK Bayern. Gerspach, Leiter des Ressorts „Leben mit Behinderung“ im Landesverband, bewältigte die sechs Kilometer lange Strecke durch den Olympiapark in starken 25:18 Minuten. Nur fünf Sekunden mehr benötigte Choynowski (25:23 Minuten) von der VdK-Kreisgeschäftsstelle Amberg-Sulzbach. Bieber (25:42 Minuten), Mitarbeiter der Abteilung Sozialpolitik in der Landesgeschäftsstelle, blieb ebenfalls unter der 26-Minuten-Marke.

Schnellste VdK-Frau war Nancy Acksteiner von der Bezirksgeschäftsstelle Oberbayern mit einer Zeit von 32:09 Minuten. Ebenfalls flott unterwegs waren Sarah Broßart (32:41 Minuten) von der Kreisgeschäftsstelle Rosenheim und Sozialrechtsvertreterin Katharina Kiefl (32:42 Minuten) von der Bezirksgeschäftsstelle Oberpfalz.

Im Team des VdK Bayern waren unter anderem stellvertretender VdK-Landesvorsitzender Hermann Imhof, Oberbayerns Bezirksgeschäftsführer Robert Otto, Oberfrankens Bezirksgeschäftsführerin Andrea Stühler-Holzheimer und Münchens Kreisgeschäftsführerin Sina Grefe vertreten.

VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder, seit Jahren stets als ambitionierter Teilnehmer am Start, freute sich über die vielen VdK-Läuferinnen und -Läufer aus ganz Bayern, konnte diesmal aber selbst nicht dabei sein.

Mirko Besch



Für den VdK Bayern auf der Laufstrecke: stellvertretender Landesvorsitzender Hermann Imhof.



Der Sozialverband VdK Bayern war auch in diesem Jahr wieder mit einem großen Team beim Firmenlauf B2Run in München am Start.

Fotos: Mirko Besch

TV-Programm

miteinander ist eine der beständigsten Sendereihen im deutschen Fernsehen. Seit 28 Jahren informiert das VdK-TV-Magazin Monat für Monat über sozialpolitische Themen, rechtliche Fragen, zeigt Neues aus den Bereichen Gesundheit und Rente und wendet sich an Menschen mit und ohne Behinderung.

In der September-Sendung geht es um psychische Belastungen im Berufsalltag. Deren Auswirkungen sind für Menschen mit Schwerbehinderung häufig gravierend. Schwerbehindertenvertretungen können Betroffenen Möglichkeiten aufzeigen, wie sie sich vor einer Überlastung schützen. VdK-Rechtsexpertin Kim Blum gibt einen Überblick über die arbeitsrechtlichen Instrumente.

Außerdem informiert Lukas Dworaczek, Sozialrechtsberater beim VdK Saarland, über Merkzeichen und was man tun kann, wenn das Amt eine Vergabe ablehnt.

Sport1 zeigt das Magazin am 19.9. um 12 Uhr und wiederholt es am 22.9. um 7 Uhr und am 24.9. um 1 Uhr.

München TV präsentiert die Sendung am 17.9. um 15 Uhr sowie am 23.9. um 9.30 Uhr und um 17 Uhr.

Wichtige Anlaufstelle VdK

Sozialverband punktet in Umfragen

In vielen Kommunen wurden in den vergangenen Jahren **seniorenpolitische Gesamtkonzepte** erstellt. Dabei wird auch der VdK Bayern oft positiv erwähnt, wie zum Beispiel im Landkreis Kitzingen.

Nicht nur das starke Wachstum unterstreicht die Bedeutung des VdK Bayern. Auch in Umfragen und Analysen gibt es immer wieder positive Bewertungen. So schnitt der Sozialverband bei einer Befragung für das seniorenpolitische Gesamtkonzept im unterfränkischen Landkreis Kitzingen überdurchschnittlich gut ab.

Top-Platzierung

Bei den wichtigsten Anlaufstellen für Seniorinnen und Senioren belegte der Sozialverband VdK Bayern in Kitzingen hinter den Hausärztinnen und Hausärzten mit 37 Prozent den zweiten Rang und lässt so Städte- und Gemeindeverwaltungen, Diakonie, Pflegestützpunkte und andere Einrichtungen deutlich hinter sich. Der VdK verbesserte sich gegenüber der ersten Befragung dabei um 12,6 Prozentpunkte. Ein schöner Erfolg für VdK-Kreisvorsitzenden Hartmut Stiller, Kreisgeschäftsführer Peter Fersch und deren Teams.

Seniorenpolitische Gesamtkonzepte analysieren die Situation älterer Bürgerinnen und Bürger und sollen helfen, für gute Lebensbedingungen zu sorgen. Auch in den Studien anderer Regionen wurde der VdK mit seinen Angeboten und seiner Verbandstätigkeit genannt, beispielsweise in Traunstein und in Erlangen. In Regensburg war der Sozialverband bei einer Umfrage neben den städtischen Angeboten die Beratungsstelle, die mit Abstand am bekanntesten war. Mehr als die Hälfte der Befragten kannte den Verband.

hei

Anzeige

**REISE & ERHOLUNG****Bewahrte Schönheit****Italienisches Lebensgefühl in den Abruzzen**

Die Abruzzen haben sich ihre ursprüngliche Schönheit bewahrt und sind weitestgehend vom Massentourismus verschont geblieben. Die langen Sandstrände zwischen Martinsicuro und Vasto laden zum Baden ein. Das Vier-Sterne-Hotel „Hermitage“ in Silvi Marina bietet den perfekten Mix aus Entspannung und italienischem Lebensgefühl. Kulinarisch verwöhnt Sie das

hoteleigene Restaurant mit regionalen Spezialitäten.
Termin/Preis: neun Tage vom **19. bis 27. September** ab 1299 Euro pro Person inklusive Busfahrt, zwei Übernachtungen in Bologna, sechs Übernachtungen mit Halbpension in Silvi Marina, Ausflugsprogramm mit Reiseleitung und Mittagsimbiss, Weinprobe, VdK-Reisebegleitung, Versicherungen.

Land der tausend Seen**Mecklenburg lockt mit Kultur und Natur**

Rund um die Mecklenburgische Seenplatte liegen malerische Städte und Orte, geprägt von Guts- und Herrenhäusern. Der Müritz-Nationalpark besteht aus ausgedehnten Wäldern, Seen und Moorlandschaften. Zerklüftete Steilküsten und feinsandige Traumstrände machen die Ostsee zu einem Erlebnis. In den Hansestädten können Sie prunkvolle

Rathäuser und aufwendig gestaltete Patrizierhäuser bestaunen.
Termin/Preis: sechs Tage vom **27. September bis 2. Oktober** ab 649 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Busfahrt, fünf Übernachtungen mit Halbpension im Drei-Sterne-Hotel „Am Markt“ in Bützow, Ausflugsprogramm mit Reiseleitung, Schifffahrten, VdK-Reisebegleitung, Versicherungen.

Berlin von einer anderen Seite**Friedrichstadt-Palast: Reise in die Welt des Glücks**

In Berlin gibt es unzählige Grünflächen und Wasserwege und sogar mehr Brücken als in Venedig. Lernen Sie die Hauptstadt von einer anderen Seite kennen, geführt von einer „waschechten“ Berlinerin. Die neue Grand Show „Blinded by Delight“ im Friedrichstadt-Palast nimmt Sie mit auf eine bewegende Reise in die Welt der Träume und des Glücks.

Ihr Hotel „Park Inn“ am Alexanderplatz ist der optimale Ausgangspunkt für Stadterkundungen.
Termin/Preis: drei Tage vom **9. bis 11. November** ab 299 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Busfahrt, zwei Übernachtungen mit Frühstück im Vier-Sterne-Hotel „Park Inn“, Stadtbesichtigung Berlin und Potsdam mit Reiseleitung, Eintritt, VdK-Reisebegleitung.

Advent in Franken**Tradition und Genuss vor historischer Kulisse**

Im Advent öffnen Frankens romantische Weihnachtsmärkte ihre Tore. Vor historischer Kulisse laden Leckereien wie Elisenlebkuchen oder Winzerglühwein zum Schlemmen ein. Traditionelle Handwerker und Künstler bieten außergewöhnliche Geschenkideen an. Auf dem Programm dieser Reise stehen die Städte Ansbach, Rothenburg ob der Tauber und Bad Windsheim.

Die Zimmer Ihres Hotels „Bergwirt“ sind komfortabel und modern eingerichtet.
Termin/Preis: vier Tage vom **28. November bis 1. Dezember** ab 429 Euro pro Person inklusive Busfahrt, drei Übernachtungen mit Halbpension im Hotel „Bergwirt“ in Herrieden, Ausflugsprogramm, Reiseleitung, Weinprobe, VdK-Reisebegleitung, Versicherungen.

Veranstalter (Programme und Anmeldeformulare):

VdK-Reisedienst, Industriestraße 9, 91555 Feuchtwangen,
Telefon (09852) 61300, Telefax (09852) 613020,
E-Mail info@vdk-reisedienst.de, www.vdk-reisedienst.de

Infocoupon
Bezirk Oberbayern



Bitte schicken Sie mir das ausführliche Programm für folgende Reise(n):

- ☐ Abruzzen ☐ Mecklenburg
☐ Berlin ☐ Advent in Franken

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefonnummer

E-Mail

Infocoupon bitte einsenden an: VdK-Reisedienst, Industriestraße 9, 91555 Feuchtwangen

Pausder zum Ortsvorsitzenden gewählt**Neue Führung beim VdK Maxvorstadt – Dank an scheidende Vorstände**

Der VdK-Ortsverband Maxvorstadt (Kreisverband München) hat einen neuen Vorstand. Die Mitglieder wählten Michael Pausder, der im Hauptamt Landesgeschäftsführer des VdK Bayern ist, einstimmig an die Spitze.

Michael Pausder folgt auf Friederike von Voigts-Rhetz. Diese ist von München weggezogen und daher nicht mehr angetreten. Sie wurde vor acht Jahren zur Vorsitzenden des damals führungslosen Ortsverbands gewählt und hat ihn mit ihren Vorstandskolleginnen und Kollegen aufleben lassen.

Seitdem finden im Ortsverband zahlreiche gut besuchte Veranstaltungen statt. Michael Pausder führte beispielhaft das monatliche Damen-Café, den regelmäßigen Stammtisch, Biergartenbesuche, Vortragsveranstaltungen und als Höhepunkt die jährliche Weihnachtsfeier an.

Pausder, der zuvor bereits als stellvertretender Ortsvorsitzender tätig war, dankte den Mitgliedern für das Vertrauen und seiner Vorgängerin für deren großes Engagement. Zum neuen stellvertretenden Vorsitzenden wurde Hans-Jürgen Götz gewählt. Um die Kasse kümmert sich ab sofort Holger F. Pacht, der auf Jeanine von Lacroix folgt,

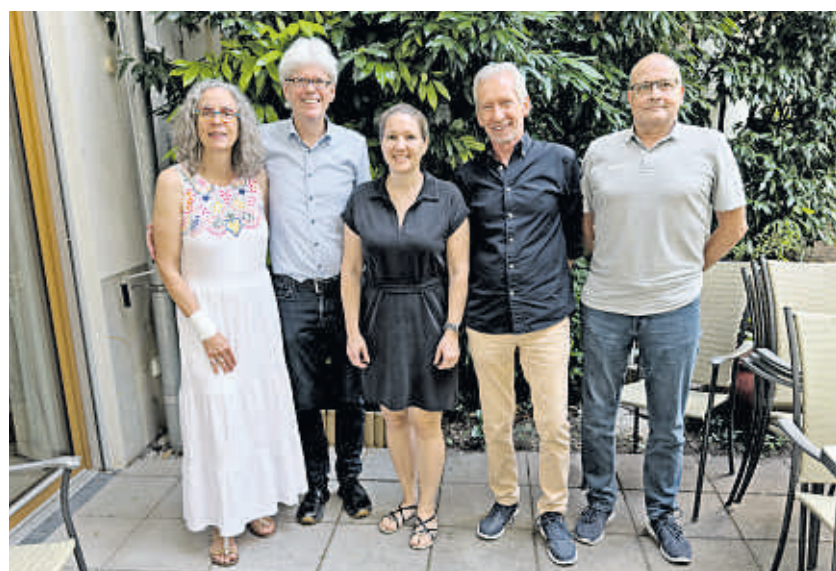


Foto: Sebastian Heise

Stehen an der Spitze des VdK Maxvorstadt (von links): Judith und Michael Pausder, Sina Grefe, Hans-Jürgen Götz und Holger F. Pacht.

die sich nicht mehr zur Wahl stellte. Auch bei ihr bedankte sich der Vorstand herzlich. Sina Grefe, die hauptamtlich Geschäftsführerin des Kreisverbands München ist, wurde als Schriftführerin wiedergewählt.

Die Mitglieder bestätigten außerdem Judith Pausder als Vertreterin der Frauen. Susanne Bernard als Beisitzerin und Luca Weissenborn als Beisitzer engagieren sich ebenfalls weiterhin. Neu als Beisitzer wurde Benjamin Schmitt gewählt. Seit Herbst 2024 arbeitet er

bereits im Vorstand mit – bisher als beratendes Mitglied ohne Stimmrecht. Diese Möglichkeit gibt es im VdK Bayern, um die Arbeit in dem Gremium kennenzulernen, ohne gewählt zu sein.

Als Delegierte für den nächsten Münchner Kreisverbandstag wurden Judith und Michael Pausder sowie Hans-Jürgen Götz gewählt. Afra, die Hündin des Ehepaars Pausder, durfte natürlich nicht zur Wahl antreten, ist aber bestimmt bei künftigen Veranstaltungen mit dabei. **Sebastian Heise**

Seit 75 Jahren VdK-Mitglied**Pidings Ortsvorsitzender ehrt Franz Enzensberger**

Am 1. April 1951 wurde Franz Enzensberger Mitglied im VdK-Ortsverband Piding (Kreisverband Berchtesgadener Land).

Für Ortsvorsitzenden Siegfried Fiedler war es eine Ehre, Franz Enzensberger zu besuchen, der seit nunmehr 75 Jahren VdK-Mitglied ist. Fiedler bedankte sich für die jahrzehntelange Treue und überreichte ihm das Ehrenzeichen des VdK Bayern in Gold, eine Urkunde sowie ein kleines Präsent.

Enzensberger trat dem VdK-Ortsverband Piding bei, als er zwölf Jahre alt war. Er erzählte von den schweren Verbrennungen, die er mit sechs Jahren infolge eines Bombenabwurfs in Marzoll erlitten hatte. Monatelang sei er in wechselnden Krankenhäusern gelegen. Und das meistens ganz allein, weil seine Eltern wenig Geld und Zeit für Besuche hatten.

Danach habe er ein erfülltes Leben führen können. Jetzt sei er glücklich über seine Kinder, Enkel und Urenkel. Die Verletzung aber habe ihn stark geprägt: „Ich kann



Foto: VdK Piding

Siegfried Fiedler (rechts) bedankt sich bei Franz Enzensberger für die Treue zum Sozialverband.

es nicht verstehen, dass heute wieder und immer noch Kriege geführt werden“, sagte der heute 87-jährige und mahnte zur Humanität: „Wir sind doch alle Menschen.“

Ortsvorsitzender Fiedler sprach anschließend über die rasante Mitgliederentwicklung des VdK Bayern, an der auch der VdK Piding seinen Anteil hat. Der Ortsverband zählt heute rund 600 Mitglieder.

Stimme für Toleranz

Der VdK-Kreisverband Rosenheim hat sich mit einem Infostand am Christopher Street Day (CSD) in Rosenheim beteiligt und damit ein sichtbares Zeichen für Vielfalt, Toleranz und Demokratie gesetzt.

Im Mittelpunkt standen zahlreiche Gespräche, insbesondere mit vielen jungen Menschen, die sich für die Arbeit des VdK interessierten. Themen waren unter anderem Barrierefreiheit, Teilhabe, aber auch Antidiskriminierung sowie die vielfältigen Unterstützungsangebote des Sozialverbands. Viele nutzten die Gelegenheit zum persönlichen Austausch.

Die Teilnahme am CSD unterstreicht das Selbstverständnis des VdK, sich für die Rechte und die gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen einzusetzen – unabhängig von Alter, Herkunft, Behinderung, Religion oder sexueller Identität. Die Veranstaltung hat gezeigt, wie wichtig gegenseitiger Respekt für ein gutes Miteinander ist. Der CSD Rosenheim hat ein starkes Zeichen für eine vielfältige, tolerante und lebendige Gesellschaft gesetzt.

VdK Zeitung

digital & barrierefrei

Schneller und papierlos zu Ihrer VdK-Zeitung! Abonnieren Sie die E-Ausgabe.

➔ **Infos und Anmeldung unter: by.vdk.de/e-zeitung**

Kontakt

Wenn Sie Berichte über Ihren Orts- oder Kreisverband veröffentlichen wollen, wenden Sie sich bitte an folgende Anschrift:

🏠 VdK-Bezirk Oberbayern
Schellingstraße 31
80799 München

📧 Presse.Oberbayern@by.vdk.de

📞 (089) 21 17-300

Vertrauen für Doris Rauscher

VdK Ebersberg setzt auf starke Frauen

Beim Kreisverbandstag des VdK Ebersberg ist Doris Rauscher einstimmig als Kreisvorsitzende wiedergewählt worden. Neue stellvertretende Kreisvorsitzende ist Gabriele Pauler.

Teil des Vorstandsteams sind zudem Kassiererin Maria Boge-Diecker, Schriftführer Gerhard Kohberger, Vertreterin der Frauen Enida Fatusic und Vertreter der jüngeren Generation Daniel Demmel. Das Team der Beisitzerinnen und Beisitzer besteht aus Sabine Fielhold, Irene Kohberger, Peter Bachhuber-Kugler, Rupert Geiger und Michael Matthiesen.

„Es war und ist mir eine Freude, den VdK-Kreisverband zu leiten und gemeinsam mit all den Engagierten vor Ort das Leben der Menschen sozialer und gerechter zu machen“, sagte VdK-Kreisvorsitzende Doris Rauscher.

In ihrem Geschäftsbericht ging sie auf die Herausforderungen und Errungenschaften der vergangenen Jahre ein. Trotz der Fusion des Ortsverbands Aßling mit Em-

mering/Frauenneuharting ist der VdK demnach weiterhin sehr gut in der Fläche vertreten.

Auch das Verbandsleben konnte dank des Engagements der Ehrenamtlichen gut geführt werden: So fand das traditionelle Begegnungsfest auf dem Gelände des Einrichtungsverbands in Steinhöring im 35. Jahr statt. Diese Veranstaltung ist öffentlich, und der VdK freut sich immer über viele Gäste.

Außerdem gab es regelmäßige Frauenfrühstücke und Stammtische zu verschiedenen Themen, wie zur Gewinnung von Ehrenamtlichen oder zur häuslichen Pflege. Der Kreisverband lud zu einer Arbeitstagung im Zentrum für Barrierefreiheit und Pflege in Grafing ein und beteiligte sich an Ehrenamtstagen und einer Demonstration für mehr Barrierefreiheit im öffentlichen Personennahverkehr.

Geschäftsführer Daniel Mair erläuterte den Anstieg des Beratungsbedarfs und der Widerspruchs- und Klageverfahren im sozialrechtlichen Bereich.



Der neue Vorstand des VdK Ebersberg mit Ehrengästen (von links): Vertreter der jüngeren Generation Daniel Demmel, VdK-Bezirksgeschäftsführer Robert Otto, Beisitzerin Sabine Fielhold, Beisitzer Rupert Geiger, VdK-Kreisvorsitzende Doris Rauscher, Beisitzerin Irene Kohberger, Schriftführer Gerhard Kohberger, stellvertretende VdK-Kreisvorsitzende Gabriele Pauler, Beisitzer Michael Matthiesen, Kassiererin Maria Boge-Diecker sowie VdK-Kreisgeschäftsführer Daniel Mair.

Foto: VdK Ebersberg

Buntes Familienfest

VdK Dachau organisiert interkulturelles Event

Der VdK-Kreisverband Dachau setzt sich seit vielen Jahren für den Austausch der Kulturen ein.

Groß und Klein waren zu einem fröhlichen Programm eingeladen. Besucherinnen und Besucher konnten sich einen Samstagnachmittag lang bei guter Musik begegnen, miteinander ins Gespräch

kommen und Kontakte zur Nachbarschaft knüpfen. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kreisgeschäftsstelle stellten die Arbeit des Sozialverbands vor. Der VdK Dachau freute sich über die rege Teilnahme und dankte dem Orga-Team. Mit solchen Veranstaltungen stärkt der Kreisverband den gesellschaftlichen Zusammenhalt.



Das Team des VdK Dachau freute sich über ein gelungenes Familienfest.

Foto: VdK Dachau

Spiel, Spaß und Spannung

Inklusives VdK-Minigolfturnier in München-Planegg



Freuten sich über ein schönes und gelungenes VdK-Minigolfturnier: die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie die Helferinnen und Helfer vom VdK-Kreisverband München, vom VdK-Landesverband sowie vom Bahngolfclub München-Planegg.

Foto: Eva Hochreuther

Zum 42. Mal hat der VdK zusammen mit dem 1. Bahngolfclub München-Planegg ein inklusives Minigolfturnier ausgerichtet. 130 Erwachsene und Kinder haben mit Spaß teilgenommen.

Auch wenn das Dabeisein natürlich das Wichtigste war und die Freude im Vordergrund stand, gaben doch alle ihr Bestes beim Spiel mit Schläger und Ball. Die Gewinnerinnen und Gewinner schafften daher auch die zwölf Bahnen mit einem Schnitt von zwei Punkten und besser pro Loch. In der Gruppe der Erwachsenen mit einem Grad der Behinderung von 0 bis 30 gab

es am Ende sogar ein Stechen von vier Teilnehmern um die Plätze 2 bis 5. Alle hatten 24 Punkte und dabei auch gleich viele Einser, Zweier und Dreier.

VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder und Münchens Kreisgeschäftsführerin Sina Greife überreichten bei der Siegerehrung am Ende wie üblich allen Teilnehmenden eine Urkunde und Gummibärchen. Die ersten drei in jeder Klasse bekamen zudem einen Pokal und alle anderen eine Medaille.

Zur Eröffnung am Morgen war auch der neue Bürgermeister der Gemeinde Planegg, Dr. Felix Kempf, gekommen. Er sprach von

einer „richtig starken Veranstaltung“. Kempf dankte den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern vom VdK und dem Bahngolfclub, die das Turnier erst möglich machen.

Vereinsvorsitzender Fritz Braun freute sich, den VdK wieder in Planegg begrüßen zu können. Bei allen 42 Turnieren sei er dabei gewesen. Michael Pausder kennt das Turnier auch von Anfang an. Schließlich hat es sein Vater Fred Pausder gegründet. In Anlehnung an ein bekanntes Lorient-Zitat sagte er zur Begrüßung: „Ein Leben ohne Minigolf ist möglich, aber sinnlos.“

Sebastian Heise

Politischer Austausch beim VdK Oberland

Im Mittelpunkt einer Veranstaltung des VdK-Kreisverbands Oberland stand der sozialpolitische Austausch mit kommunalen Mandatsträgerinnen und -trägern.

VdK-Kreisvorsitzende Susann Enders begrüßte die neu beziehungsweise wiedergewählten Bürgermeisterinnen und Bürgermeister sowie Landrätinnen und Landräte der Landkreise Weilheim-Schongau und Garmisch-Partenkirchen. Zu Beginn stellte sie die Aufgaben des VdK vor und erläuterte das wichtige Zusammenspiel von Ehren- und Hauptamt. Beide Säulen tragen dazu bei, Menschen in sozialen Fragen kompetent zu unterstützen.

VdK-Kreisgeschäftsführerin Jana Krämer informierte über die hauptamtliche sozialrechtliche Beratung und Vertretung durch die Kreisgeschäftsstelle. Anschließend erläuterte stellvertretender Kreisvorsitzender und Kreisrevisor Konstantin Pieri die vereinsrechtlichen Strukturen des Verbands. Kreiskassiererin Waltraud Höck stellte die Finanzierung des VdK vor und gab Einblicke in die wirtschaftlichen Grundlagen der Verbandsarbeit.

Besonders großes Interesse bestand bei den Kommunalvertreterinnen und -vertretern an der sozialrechtlichen Beratung des VdK sowie an den Ortsbegehungen, die durch ehrenamtlich engagierte VdK-Beraterinnen und -Berater für Barrierefreiheit durchgeführt werden.

Willkommen, Dr. Martin Brunnhuber

VdK Traunstein begrüßt 17000. Mitglied



Foto: VdK Traunstein

Dr. Martin Brunnhuber (Zweiter von rechts) aus Erlstätt ist das 17000. Mitglied des VdK Traunstein. VdK-Kreisgeschäftsführer Bernhard Oberauer, Erlstätt's VdK-Ortsvorsitzende Monika Willmes und VdK-Kreisvorsitzender Franz Heuberger (von links) heißen ihn herzlich willkommen.

Der VdK-Kreisverband Traunstein hat als 17000. Mitglied Landtagsabgeordneten Dr. Martin Brunnhuber herzlich aufgenommen.

Der Mitgliederanstieg setzt sich fort: Erst im April vergangenen Jahres feierte der Kreisverband sein 16000. Mitglied. „Nun freuen wir uns, Brunnhuber als neues Mitglied zu gewinnen“, sagte VdK-Kreisvorsitzender Franz Heuberger beim Empfang in der Kreisgeschäftsstelle in Traunstein.

VdK-Kreisgeschäftsführer Bernhard Oberauer berichtete, dass der VdK Traunstein in den letzten zwölf Monaten 1547 Neuzugänge verzeichnet hat. Das bedeutet aber auch mehr Arbeit für die Kreis-

geschäftsstelle: „Von Juni 2025 bis Mai 2026 haben wir für unsere Mitglieder im Rahmen der Sozialrechtsberatung 2641 Anträge gestellt, 549 Widersprüche eingelegt und 178 Klagen eingeleitet“, so Oberauer. Schwerpunkt bei der Rechtsberatung und -vertretung waren die gesetzliche Rentenversicherung und das Schwerbehinderntenrecht.

Neumitglied Brunnhuber war beeindruckt von der Arbeit des VdK und der Entwicklung des Kreisverbands. Ihm zufolge ist es wichtig, dass bei den öffentlichen Ausgaben im sozialen Bereich keine Kürzungen vorgenommen werden, weil die sich ergebenden Folgekosten noch deutlich höher ausfallen würden.

Exotischer Blütenzauber

Orchideen verschönern Fensterbänke, Tische und Regale – Arten wie die Phalaenopsis gelten als besonders robust

Mit ihrer üppigen Blütenpracht gehören Orchideen zu den beliebtesten Zimmerpflanzen. In vielfältigen Farben und Formen verschönern sie jeden Raum und sorgen für einen Hauch Exotik.

Etwa 25 000 Orchideenarten gibt es weltweit. Die Pflanzen stammen aus tropischen Regionen wie Südostasien und Australien. Oft wachsen sie als sogenannte Epiphyten: Sie siedeln sich auf anderen Pflanzen an und nutzen deren Rinde und Äste als Lebensraum. Da Orchideen aus tropischen Wäldern stammen, ist ein gut gewählter Standort wichtig für das Wohlbefinden der Pflanze. Lichtverhältnisse, Temperatur und Luftfeuchtigkeit müssen stimmen.

Keine pralle Sonne

Orchideen gedeihen im Zimmer am besten am hellen, nicht zu sonnigen Plätzen. Sie bevorzugen indirektes Licht. Gut sind Ost- oder Westfenster, die zwar genügend Licht bieten, die Pflanzen aber nicht der prallen Sonne aussetzen. Zudem müssen Orchideen im Winter vor Frost und niedrigen Temperaturen geschützt werden.

In ihrer natürlichen Umgebung sind die Pflanzen an eine hohe Luftfeuchtigkeit gewöhnt. Um dies bei gezüchteten Exemplaren nachzuahmen, kann eine Schale mit Wasser in der Nähe der Pflanze aufgestellt werden. Die Blätter regelmäßig mit Wasser zu besprühen, tut Orchideen ebenfalls gut. Ein Standort in der Nähe von Bädern oder Küchen, wo die Luftfeuchtigkeit generell höher ist, kann ebenfalls von Vorteil sein. Trockene Heizungsluft sollte dagegen vermieden werden, da es die Pflanze stresst. Niemals sollten Orchideen in der Nähe von Heizkörpern stehen. Sie mögen auch keine Zugluft.

Die Pflanzen sind ebenfalls empfindlich gegenüber zu viel oder zu wenig Wasser. Staunässe kann Orchideen sogar absterben lassen, wenn Wurzeln zu faulen beginnen. Normalerweise reicht es aus, eine Orchidee einmal pro Woche zu gießen. Bei Temperaturen unter 20 Grad Celsius genügt sogar ein 14-tägiger Rhythmus. Das Wasser sollte am besten zimmerwarm und abgestanden sein. Besonders empfehlenswert ist ein Tauchbad. Dabei wird der Topf in lauwarmes Wasser getaucht. Er kann bis zu einer Viertelstunde darin stehen bleiben und muss danach gut abtropfen, um Staunässe und damit Wurzelfäule zu vermeiden.

chen mit einem speziellen Orchideendünger versorgt werden.

abgestimmt und hilft, dass die Pflanze wieder neu zur Blüte kommt. Vertrocknete Blütenstände und Pflanzenteile können vorsichtig entfernt werden. Das fördert das gesunde Wachstum der Pflanze. Dabei sollten saubere und scharfe Schneidwerkzeuge wie eine spezielle Orchideenschere oder ein Messer verwendet werden, um Quetschungen und Verletzungen der Pflanze zu vermeiden. Blätter

dürfen nicht abgeschnitten werden. Sie fallen von selbst ab oder lassen sich leicht abstreifen.

Wichtige Luftwurzeln

Luftwurzeln sind typisch für viele Orchideenarten und dienen der Nährstoff- und Wasseraufnahme. Kappt man sie, wird die Pflanze geschwächt. Deshalb sollte man nur abgestorbene oder verfaulte Wurzeln entfernen.

Wer unter den zahlreichen Orchideenarten pflegeleichte Exemplare sucht, ist mit der Phalaenopsis, auch Nachtfalter- oder Schmetterlingsorchidee genannt, gut beraten. Sie hat eine sehr lange Blütezeit, gilt als robust und hält auch eine geringere Luftfeuchtigkeit aus. Es gibt sie in fast allen Farben – oft in Weiß, Rosa, Pink, Gelb, Violett – und mittlerweile auch in mehreren Größen, sogar im Miniformat. Allein von der Gattung Phalaenopsis gibt es fast hundert Arten. Sie können gefleckt, gepunktet oder zweifarbig sein. Durch eine jahrelange Züchtung sind Schmetterlingsorchideen sehr gut für die Zimmerkultur geeignet.

Petra J. Huschke



Für Orchideen sollte ausschließlich Spezialerde verwendet werden. Orchideenerde ist grobkörnig, luftig und wasserdurchlässig. Während der Wachstumszeit, wenn sich neue Triebe zeigen, können die Pflanzen alle drei bis vier Wo-

Dieser ist genau auf den Nährstoffbedarf der Regenwaldpflanzen

Die Phalaenopsis, auch als Schmetterlingsorchidee bekannt, ist wegen ihrer üppigen Blüten sehr beliebt.

Foto: imago/Russian Look

Private Gelegenheitsanzeigen

Sammler kauft: Alte Reklameschilder u. alles aus der alten Werbung. Tel.: (0173) 8 05 11 51.

verk. neuw. "Rolektro" E-Mobil
1.700 € VB / tel.: 01744244932

Verk. Meyra Cityliner 515 E-Mobil Baujahr 2023, NP: 4750 €, VB: 2050 € 700W, 15km/h, Tel.: 01718092811

Redakteur schreibt, berät, plant Ihr Buch oder Ihre Biografie. Mobil: (0 15 73) 3 73 93 91.

Elektrorollstuhl, faltbar f. Autotransport, sehr gepflegt stabil u. leicht, Privatverkauf, Standort Düsseldorf, Versand möglich. Tel. o. WhatsApp: 0173 9732300

Berlin – kleine ruhige Wohnung, beziehb., zu kaufen oder mieten gesucht – mein Sohn braucht ein Zuhause / Tel.: 0173-5735142

Suche DEUTSCHE History 1933 bis 1945, Fotos, Orden, u.s.w., Tel. (0175) 8142273.

Verk. Therapie-Dreirad „Stabilo P20“ Tiefer Einstieg, gr. Korb, top Zustand VB: 2.600 € / tel.: 0163 5243342

Verkaufe E-Scooter "Vista DX" neuwertig u. zerlegbar + Korb VB: 2.500 € / Tel.: 017684321288

Kaufe Modelleisenbahnen aller Hersteller und Größen (Märklin, Fleischmann, Trix, Pico, LGB usw.) sowie Blechspielzeug, Anlagen u. ganze Sammlungen. Tel.: (0177) 3 14 75 38 (rufe zurück).

verk. kaum genutzten Elektrorollstuhl Modell "Moving Star 101" Preis: 2.300,00 € Montabaur-Koblenz-Siegen/0175-6351319

Zimmer in Ferienhaus an Costa Brava gg. Chauffeur-Dienste / 0049-1608174028

Mann 40 J. 1,90m sucht Urlaubsbegleit. für Costa Brava / 0049-1608174028

Betreutes Wohnen

PARKRESIDENZ FONTANA
BAD KISSINGEN

Wir beraten Sie gerne!
☎ 0971 80490
✉ info@parkresidenz-badkissingen.de

Ihr Senioren-Wohnsitz mit Stil und Komfort

Selbstständig Wohnen mit Hotelkomfort

- ✓ Zentrale Lage am Rosengarten Bad Kissingen
- ✓ barrierefreie 2- und 3-Zimmer Wohnungen (45–83 m²) mit Balkon oder Terrasse
- ✓ fürsorgliche Betreuung
- ✓ auf Wunsch Vollverpflegung
- ✓ bei Bedarf ambulante Versorgung
- ✓ Vergünstigten Anspruch auf alle Hotel- und Wellnessleistungen

Parkresidenz Fontana | Marbachweg 2 | 97688 Bad Kissingen
www.parkresidenz-badkissingen.de

Anzeigenschluss für die Ausgabe Oktober 2026: 10. September 2026

Gerne berate ich Sie: **Paul Niehs**
p.niehs@720health.media
(0 15 15) 06 78 55 – 0



Niederbayern

Wohlfühlwoche Haus Nürnberg in Bad Füssing
App. mit Kü/Bad/Balk., f. 2 P.: 10 x Therapie, 6 x Mass., 6 x Moor-, f. 2 P.: 7 Ü ab 718,50 €, 14 Ü ab 1423 €, f. 1 P.: 7 Ü ab 487,00 €, 14 Ü ab 960 €, Heilig-Geist-Str. 1, 94072 Bad Füssing, www.haus-nuernberg.de, Tel.: (08531) 21141

Bad Füssing! Fewo 45 qm, Wozi, Kü, Schlafz., Bad, Balkon, 7xÜ, 8xTherme (Passau-Card). 2 P ab 398 €. Tel: 08533-9192888, www.landhaus-lehner.de

Bad Füssing: App. mit Lift, Balkon/Terr. ab 33 € f. 2 P., (0 85 31) 7 04 95 11, www.haushanna.com

Bad Füssing: Sehr schöne günstige FeWo f. 2 P ideal auch f. offene Badekur 0170-8316584



Bayern

KOLBERBRAU
POSTHOTEL UND GASTHAUS

"Bergverführung und Bachgeflüster"

4 Tage/3 Nächte im Zentrum von Bad Tölz inkl. Halbpension ab 328,50 € p. P.
– Jetzt anfragen & buchen

Genießen Sie leckere Schmankerl im Biergarten

Posthotel Kolberbrau / Marktstraße 29 / 83646 Bad Tölz
Tel. +49 (0)8041 7888-0 / info@kolberbrau.de / www.kolberbrau.de

Bayerischer Wald

Denken Sie JETZT an Ihren Vereinsausflug 2027!

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 355,-

Binder
URLAUBSHOTEL
Inhaber: Alfred Binder
Freihofstr. 6
94124 Büchlberg
Tel. 08505-9007-0
info@hotelbinder.de
www.HotelBinder.de

Nordsee · Ostsee

Barrierefreier Bungalow, Barrierefr. FeWo USEDOM neu 2 Pers. ganzjährig buchbar / Bahn, Bus, PKW, / **Kaiserbad Heringsdorf** – gemütliche Ferienwohnungen ebenerdig, strandnah, Sonnenterrasse, freie Termine, ab 80,- € Tel.: 01746882835

Spontan an die Ostsee – Darf es etwas Meer sein? N.h. Ostseebad Grömitz (Lübecker Bucht) / Haus f. 2-3 Pers. Frei ab 19.09. Preis auf Nachfrage (Lohnt sich) / Info- und Hausprospekt gratis T: 04363 2864 / E.: billigurlaub@t-online.de

Barrierefreier Bungalow, freist. und ebenerdig, in Dorum/Nordsee, strandnah, eigener Strandkorb, 2 SZ, für **Senioren/Allergiker** – keine Haustiere. Telefon: (0 63 62) 57 75, www.ferienhaus-belair.de

Nord-Ostsee-Kanal, meist befahr. künstl. Wasserstr. der Welt, Fewos, Dachterr., Badese, Hauspr., Tel.: (04835) 1300, www.landhausamgrashof.de

Teutoburger Wald

Bad Salzufen, Fewo an der Promenade, 1A-Lage, priv. Garten, überdachte Terr., Telefon: (05222) 15217, fewobadsalzufen@gmail.com

Oberpfalz

Bad Neualbenreuth: **Fewo**, ruh. Lage, 7 x UF, 5 x Thermalbad Sybellenbad, 1 x 3-Gänge-Menü, p. P. 345 €, Tel.: (0 96 38) 4 98.

Schwarzwald



Willkommen in Marienfried!
Ihr Ort für Begegnung und Auszeit

Genießen Sie den Panoramablick über die Weinberge bis hin zu den Vogesen. Wir sind Ihr idealer Ort zum **Feste feiern**, **professionell Tagen**, **Körper – Geist und Seele Auftanken**. NEU bei uns: Christliche Ayurveda Programme. Unser Anspruch ist es, dass Sie rundum sorglos bei uns sein können. Gerne verwöhnen wir Sie mit unserer umfangreichen und regionalen Küche. Unser Lädle – Geschenke fürs Herz – sowie unser Spielplatz und unser Fußballkleinfeld stehen für unsere Gäste bereit. Herzstück ist unsere **Wallfahrtskapelle** mit großzügigem Vorplatz: Hier tut das Verweilen rundum gut! Wir freuen uns auf Sie! **Ihr Marienfried-Team**

Seminar- und Bewegungshaus Schönstatt-Zentrum Marienfried
Bellensteinstr. 25 | 77704 Oberkirch | Tel. 07802 92850
marienfried@schoenstatt-oberkirch.de | www.schoenstatt-oberkirch.de



Barrierefrei

Barrierefreier Mosel-Urlaub

3 Nächte mit HP (4-Gänge) p.P./DZ € 359,-
5 Nä. bei Anr. So, 3x HP (4-Gänge) p.P./DZ € 499,-
inkl. Weinprobe & Kellerbesichtigung



Traditionsreiches Weingutshotel, **Großzügiger Parkplatz**, Neues Gästehaus mit **Aufzug** und **Tiefgarage**. Eingang, Restaurant und Frühstücksraum stufenlos erreichbar. Alle Zimmer (35 qm) mit Moselblick und **barrierefrei**; alle Bäder (12 qm) mit Tageslicht, **3 Bäder rollstuhlgerecht**. **Sanitätshaus und Pflegedienst** bei Bedarf verfügbar.

Weingutshotel „St. Michael“ Inh. Michael Quint
Moselweinstr. 4 · 54487 Wintrich bei Berncastel
Tel. 06534 - 233 · info@erbhof-st-michael.de
www.erbhof-st-michael.de

Cuxhaven/Duhnen, Rollgeeignete Fewo 70m², Patienten-Lifter, verstellbares Pflegebett, 28m² Balk., 120m vom Wasser, T. (0151) 56 34 22 78, www.cux-ferien-wohnung.de

Ostwestfalen

Urlaub, Kur oder Heilfasten in Bad Salzufen
1 Woche ÜN/Fr. ab € 499,50 | Heilfasten ab € 649,00 | Wir freuen uns auf Sie! www.kurvilla.de
Tel. 05222/91330

UIBELEISEN
SANATORIUM & GESUNDHEITZENTRUM

PRIVATE PAUSCHALKUREN
Ihre „alles inklusive“ Zeit für die Gesundheit



Information & Buchung:
0971 918-0

Bequemer Fahrservice
direkt ab Ihrer Haustür möglich!

Prinzregentenstr. 15
97688 Bad Kissingen
www.uibelesen.com

Inklusive Leistungen

- Unterbringung im komfortablen Zimmer
- Vollpension mit Getränken zu den Mahlzeiten
- Fachärztliche Untersuchungen
- Verordnete Therapieanwendungen**
- Kaffee- & Teestunde am Nachmittag
- Mineralwasser und Obst für das Zimmer

ab € 139,-*

*pro Person / Tag zzgl. Kurtaxe
**Anwendungen Mo.-So.

Klinik & Gesundheitszentrum
am Kurpark GmbH

Weihnachts-Kur
eine Woche/VP
ab € 908,-
Tel. 06648 - 540

Lindenstr. 5 | 36364 Bad Salzschlirf
info@kurparkklinik-badsalzschlirf.de
www.kurparkklinik-badsalzschlirf.de

WINTER. RUHE. NEUE KRAFT.
Kur zu Weihnachten & Silvester
o. Immunstärkende Winterkur
1 Woche schon ab
€ 799,-
5% Frühbucherrabatt bis 30.09.2026

TOMESA FACHKLINIK

Riedstraße 19 · 36364 Bad Salzschlirf
06648 55-0 · info@tomesa.de · www.tomesa.de

Kur und Gesundheitsurlaub

SONNENHOF

Longevity im SONNENHOF – Thermalwasser, Sauna, Physiotherapie (auch auf Arzt-Rezept). Vier-Gänge-Wahlmenü. Komfortable Zimmer, viele Inklusivleistungen und Kulturangebote. **Auch für Beihilfe-Berechtigte und Angestellte im öffentlichen Dienst.**

Direkt im Zentrum von Bad Füssing
Tel. 08531 2264-0
www.thermenhotel-sonnenhof.de



Vitalität und Wohlbefinden in Bad Füssing



VOLLSTÄNDIG AUF SIE ABGESTIMMT

Individualwoche

- ✓ 7 Nächte (Sa - Sa) mit HP
- ✓ bis zu 25 % Rabatt auf kosmetische & therapeutische Leistungen
- ☐ diverse Zubuch-Pakete

7 ÜN/HP p. P. im DZ ab **991* €**

+ Müritz vital

Kneipptreten, Aktivkurs, Vitalsmoothie u.v.m. **55 €**

+ Frei atmen

Solegradierraum, Atemgymnastik, u.v.m. **105 €**

+ Entspannt und schön

Massage, Entspannungsbad u.v.m. **115 €**

+ Kälte plus

Kältekammerngänge, Arztgespräch u.v.m. **99 €**

ENTDECKEN SIE DEN NATURSCHATZ

Warener Thermalsole

- ✓ 7 Nächte (Sa - Sa) mit VP
- ✓ 1 ärztliches Beratungsgespräch
- ✓ 7 Thermalsole-Therapien
- ✓ 4 individuelle Therapien

7 ÜN/VP p. P. im DZ ab **1.162* €**

INKLUSIV Leistungen

Kostenfreie Nutzung unserer großzügigen Sauna- & Badelandschaft mit Whirlpool und beheiztem Thermalsole-Außenpool, ein kostenfreier Tiefgaragenplatz, Bademantel und Badetasche für die Dauer des Aufenthaltes, vielseitiges Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm.

Jetzt buchen unter ☎ 03991 1824-0

Kurzentrum Waren (Müritz) GmbH & Co. KG
Am Kurpark 2 · 17192 Waren (Müritz)

Weitere Infos:
www.kurzentrum-waren.de

*Preise sind Saison D. Alle Preise pro Person je nach Saison u. Zimmerkategorie; zzgl. Kurbeitrag. Irrtümer u. Änderungen vorbehalten.

Franken

Fränk. Seenland, sehr schöne Fewos, ideal zum Wandern, Radfahren, Badezugang 200m, Tel.: (09 11) 88 44 11, www.seenland-wiesengrund.de

Oberfranken, Nähe Bad Staffelstein, Thermalbad, 2 FeWos 50 qm, Balkon, pro Tag für 2 Pers. € 47,-, WLAN, Prosp. anf., Tel.: (09573) 235387, www.ferienwohnungen-elker.de

Odenwald



Urlaub im Naturpark Neckartal-Odenwald • Gruppenreisen 2026
69436 Schwanheim bei Heidelberg • Dorfriesenstr. 11

Hotel & Pension Schwanheimer Hof

Unser familiär geführtes Hotel ist seit Jahren beliebtes Ziel für Gruppen- u. Seniorenreisen. Durch die zentr. Lage von Schwanheim ist unser Haus idealer Ausgangspunkt für Ausflugsfahrten nach Heidelberg, Schwetzingen und Speyer. Schifffahrt auf dem Neckar - Odenwaldrundfahrt, tolle Rad- und Wanderwege uvm. Alle Zimmer mit Du/WC, TV, Balkon. Reichhaltiges Frühstücks- und Salatabfüßel am Abend. Große Sonnenterrasse. Fragen Sie nach unseren attraktiven Gruppenangeboten, für 20 - 50 Personen. **Claudia Eckelmann - Frieß · Tel 0 62 62 - 63 81 · Fax 9 50 34 · info@schwanheimerhof.de**

Österreich

Ihr 3*Superior Hotel im Salzkammergut**

TOP-Reisepakete für unsere Gruppen 2026
ab € 355,- f. 4 Nächte bis € 513,- f. 6 Nächte inkl. HP, Ausflügen, Reiseleitg. etc.



- TOP Lage - ruhig, mit vielen Ausflugszielen
- TOP Zimmer - vom Economyzimmer bis zur Suite
- TOP Ausstattung - Hallenbad, Sauna, Freibad, uvm
- TOP Unterhaltung - Tanzabend und geführte Wanderung
- TOP Verpflegung - Themenbuffets oder Wahlmenüs

Bis zu 30 EZ verfügbar - großer Busparkplatz direkt vor dem Hotel!
Hotel Schober GmbH & Co KG (vertreten durch Hermann Schober/Inhaber)
A-4880 Berg im Attergau, Hippling 18, Tel. 0043 7667 8343, FaxDW 888,
Mail: office@lohninger-schober.at Web: www.lohninger-schober.at

Polen

(K)urlaub u.a. Usedom, 7 Tg, HP, 10 Anwd., Hotel ****
ab € 222,-, optional Hausabholung ab € 99,-
JAWA-Reisen.de (GmbH), Giersstr. 20,
33098 Paderborn, ☎05251 - 390 900

Ausland

Schöne FW. an der Costa del Sol
www.cmijas137.de (Panoramabilder)



TOP in Preis und Leistung

Familiengeführtes 3*Sterne Hotel in Altenmarkt-Zauchensee

- ideal für Gruppenreisen
- Hallenbad & Wellnessoase
- Organisator wird für eine Nacht zum Kennenlernen eingeladen

+436452/5529 · info@brueckenwirt.com
www.brueckenwirt.com

Einfach Harz Special

Gaumenfreuden · Entertainment · Wellness · Erlebnisse und vieles mehr

- 3 Tage / 2 Übernachtungen inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet
- 1x Abendessen vom Buffet inkl. Eis und Getränkeauswahl im Restaurant „Burghof“ am Anreisetag (kann auf Anfrage verschoben werden)
- Täglich kostenfreies Befüllen der Minibar mit Softgetränken
- Regelmäßige Hotel-Veranstaltungen wie z. B. Live-Musik oder Puppentheater für die Kleinen
- Nutzung Hotel-Fitness-Center in der 9. Etage mit Panoramablick
- Kostenfreies WLAN
- Ein Begrüßungsdrink an der Bar

Ihr Komplettpreis

Angebot gültig im Zeitraum bis 20.12.26

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

je Erw.

im DZ

169,00 €

Angebotspreis inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

Jetzt bis zu
44% Vorteil!

Sichern Sie sich zusätzlich
10% Extra-Rabatt
mit dem Code
VDK10

* auf alle Aufenthalte im Zeitraum bis 22.12.2027 (ohne 23.12.26-31.12.26)
Bei Direktbuchung mit dem Code „VDK10“ über die Online-Buchung auf unserer Website sowie per Telefon oder E-Mail. Aktion gültig bis 11.09.2026.
Nicht kombinierbar mit anderen Buchungs-codes.

MODERNES THEMENHOTEL · BUFFET-RESTAURANT · BARS

BURGCARÉ · EVENTS · LIVE-MUSIK · WELLNESS · FRISEUR

hasseroeder BURGHOTEL
WERNIGERODE / HARZ

10 JAHRE HASSERÖDER BURGHOTEL

Jetzt bis zu 44% Vorteil!

Sichern Sie sich zusätzlich **10% Extra-Rabatt** mit dem Code **VDK10**

* auf alle Aufenthalte im Zeitraum bis 22.12.2027 (ohne 23.12.26-31.12.26)
Bei Direktbuchung mit dem Code „VDK10“ über die Online-Buchung auf unserer Website sowie per Telefon oder E-Mail. Aktion gültig bis 11.09.2026.
Nicht kombinierbar mit anderen Buchungs-codes.

Einfach Harz Special
Gaumenfreuden · Entertainment · Wellness · Erlebnisse und vieles mehr

- 3 Tage / 2 Übernachtungen inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet
- 1x Abendessen vom Buffet inkl. Eis und Getränkeauswahl im Restaurant „Burghof“ am Anreisetag (kann auf Anfrage verschoben werden)
- Täglich kostenfreies Befüllen der Minibar mit Softgetränken
- Regelmäßige Hotel-Veranstaltungen wie z. B. Live-Musik oder Puppentheater für die Kleinen
- Nutzung Hotel-Fitness-Center in der 9. Etage mit Panoramablick
- Kostenfreies WLAN
- Ein Begrüßungsdrink an der Bar

Ihr Komplettpreis
Angebot gültig im Zeitraum bis 20.12.26
Kinder 5-15J stark ermäßigt. Kinder 0-4J kostenfrei.
Zzgl. WE-Zuschlag 15,00 €/Erw./Nacht (Fr & Sa).

je Erw. im DZ **169,00 €**
Angebotspreis inkl. MwSt. zzgl. Kurtaxe.

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

Roboter Pawlowitsch soll sich kümmern

Doris Dörrie beschäftigt sich in ihrem neuen berührenden Film mit Künstlicher Intelligenz in der Pflege

In Doris Dörries neuem Kinofilm „Frau Winkler verlässt das Haus“ kümmert sich der Roboter Pawlowitsch um die pflegebedürftige Frau Winkler. Im Interview mit der VdK-ZEITUNG verrät die Filmemacherin, was sie von Künstlicher Intelligenz in der Pflege hält, wie sie in Japan Inspiration für den Film fand, und wie sie die Pflege ihrer Eltern gefordert hat.

Frau Dörrie, denken Sie, dass in unserer Gesellschaft die Pflege von Angehörigen einen angemessenen Stellenwert hat?

Nein, ganz und gar nicht. Es ist eine Katastrophe, wie wir mit den Themen Alter, Krankheit, Tod und Pflege umgehen. Wir wissen seit vielen Jahren, dass wir politisch und gesellschaftlich darauf reagieren müssen – und es geschieht fast nichts. Weiterhin lastet die Pflege fast ausschließlich auf den Frauen, und die Pflegekräfte werden zu wenig anerkannt, zu wenig gefördert und zu schlecht bezahlt. Es kommt mir fast vor, als würden wir Vogel Strauß spielen und uns mit dem Thema einfach nicht adäquat beschäftigen wollen. Dabei wird es für uns alle irgendwann Realität werden. Und wollen wir nicht alle kompetent, freundlich und möglichst zu Hause gepflegt werden und einen würdigen Tod sterben?

Im Film kümmert sich ein Roboter um die pflegebedürftige Frau Winkler. Wie bewerten Sie den Einsatz von Künstlicher Intelligenz in der Pflege und teilen Sie die



Familienbild mit Roboter – von links: Frau Winkler (Angela Winkler), ihre Tochter Emi Winkler (Laura Tonke), Enkelin Billie Winkler (Zoë Baier), Roboter Pawlowitsch und Pflegerin Selma (Via Jikeli). Fotos (2): Mathias Bothor

Skepsis, die von vielen Seiten geäußert wird?

Ich glaube nicht, dass ein Roboter wie in unserem Film jemals alle pflegerischen Aufgaben beherrschen können wird. Er kann aber sicherlich in manchen Bereichen entlasten. Als Social Bot kann er durchaus Einsamkeit lindern. Es bedarf aber einer klaren Regulierung, und ein Roboter darf niemals menschlichen Kontakt komplett ersetzen.

Das deutsche Pflegesystem steht angesichts des demographischen Wandels und des Fachkräftemangels vor großen Herausforderungen. Wo sehen Sie Stellschrauben, um es gerecht und menschenwürdig zu gestalten?

Gesellschaftlich und politisch müssen wir uns alle entschiedener mit dem Thema beschäftigen. Wir müssen ambulante und stationäre Hospize und palliative Pflege fördern, den Pflegeberuf stärken und besser bezahlen, Modelle finden für Entlastung der Pflege von Angehörigen. Wir dürfen den Kontakt mit diesen Themen nicht scheuen, sonst bekommen wir nur noch mehr Angst vor Alter, Krankheit und Tod. Im Gegenteil: Je tiefer wir

uns damit beschäftigen, umso weniger werden wir uns fürchten.

Warum haben Sie sich das Thema Pflege von Angehörigen für Ihren neuen Film ausgesucht?

Weil mich das Thema schon lange beschäftigt, spätestens, seit meine Eltern alt und pflegebedürftig wurden. Da habe ich gemerkt, wie schwer es ist zu pflegen. Ich habe mich oft überfordert gefühlt, obwohl ich immer Unterstützung hatte. Ich war oft ungeduldig und habe mich sehr zerrissen gefühlt zwischen meinem Beruf und den Bedürfnissen der Eltern.

Wie haben Sie sich auf den Film vorbereitet?

Ich habe mich intensiv mit Künstlicher Intelligenz beschäftigt, habe viel Zeit in Japan verbracht und schon vor Jahren die Überalterung der Gesellschaft beobachtet. Ich habe von alten Menschen gelesen, die allein in Hochhäusern lebten und mittels optischer Zeichen die Vorhänge auf- und zuzogen, um damit den Nachbarn zu zeigen, dass sie noch am Leben sind. Ich habe damals schon die Roboter-Robbe recherchiert, die bereits in Altenheimen eingesetzt wurde.

Und ich wurde auf die alte japanische Legende Narayama aufmerksam. Darin ist überliefert, dass früher das älteste Kind seine Eltern, wenn sie das 70. Lebensjahr erreicht hatten, auf einen Berg trug und sie dort aussetzen musste, damit sie dort starben. Die Gesellschaft sicherte so ihr Überleben.

Was war für Sie bei der Arbeit an dem Film künstlerisch die größte Herausforderung?

Die sicherlich größte Herausforderung war, den Roboter im Film so zu erfinden und einzusetzen, dass er glaubwürdig, sympathisch, aber auch ambivalent wirkt. Erst in jüngster Zeit gibt es reale Roboter, die unserem tatsächlich gleichen.

Die 82-jährige Film- und Theaterschauspielerin Angela Winkler spielt die Hauptrolle und gibt der Protagonistin auch ihren Namen. Wie kam es dazu?

Ich habe die Rolle für sie geschrieben, und es war mein größtes Glück, dass sie die Rolle angenommen hat. Ich denke, kaum jemand anders hätte sie so ergreifend, so lustig und so traurig spielen können wie sie.

Interview: Jörg Ciszewski

Einsam mit dem Pflegeroboter

Die Regisseurin Doris Dörrie bringt mit ihrem neuen Film „Frau Winkler verlässt das Haus“ das Thema Pflege und KI auf die große Leinwand. Der Spielfilm hat seinen Kinostart am 1. Oktober.

Es ist das Jahr 2030. Roboter kommen bereits in Restaurants als Servicekräfte und bei der Paketzustellung zum Einsatz. Als die ehemalige Schauspielerin Frau Winkler – gespielt von der renommierten Theater- und Filmschauspielerin Angela Winkler – nicht mehr von ihrer Tochter betreut werden kann, soll sich auch ein Roboter um ihre Pflege kümmern. Frau Winkler fühlt sich verlassen und wehrt sich anfangs vehement gegen die Maschine. Doch dann entwickelt sich eine unerwartete Freundschaft zwischen der 80-jährigen und dem äußerst „belesenen“ Roboter, den sie Pawlowitsch nennt und der zu ihrer Freude wunderbar aus den Werken von Anton Tschechow rezitieren kann.

Aber Pawlowitsch ist nicht nur ein interessanter neuer Gefährte für Frau Winkler, er übermittelt auch ihre sich stetig verschlechternden Vitalwerte an ein auf Effizienz bedachtes Gesundheitssystem. Pawlowitsch verspricht zwar, ihr beizustehen, aber kann eine künstliche Intelligenz einem Menschen ein Versprechen geben, das auch zu halten ist?

Der Film ist eine bittersüße und berührende Tragikomödie über Fürsorge, Verlust und Menschlichkeit in einer zunehmend technisierten Welt. Die Regisseurin und Drehbuchautorin Doris Dörrie, die mit Filmen wie „Männer“, „Kirschblüten – Hanami“ oder „Grüße aus Fukushima“ bei Publikum und Kritikern gleichermaßen beliebte Filme inszeniert hat, widmet sich in ihrem aktuellen Film auch einem sehr persönlichen Thema, da sie selbst ihre Mutter gepflegt hat (siehe Interview links).

Die 82-jährige Angela Winkler hatte Dörrie von Anfang an als Idealbesetzung im Auge. Winkler war unter anderem in Filmen von Volker Schlöndorff und Tom Tykwer zu sehen und erhielt für ihre Rolle in „Die verlorene Ehre der Katharina Blum“ 1976 das Filmband in Gold.

cis



Doris Dörrie – eine der erfolgreichsten deutschen Regisseurinnen.

Donald Duck – cholerisch und trotzdem liebenswert

Die Bundesvereinigung Lebenshilfe hat mit Story House Egmont zwei Donald-Duck-Bücher in Leichter Sprache veröffentlicht

Seit den frühen 1940er-Jahren begeistern die Comic-Geschichten rund um Donald Duck viele Leserinnen und Leser. Seit Kurzem liegen zwei Donald-Duck-Bücher in Leichter Sprache vor – herausgegeben von der Bundesvereinigung Lebenshilfe und Story House Egmont.

Tollpatschig, vom Pech verfolgt und mit legendären Wutausbrüchen – das ist Donald Duck. Mit seinen Neffen Tick, Trick und Track lebt er in Entenhausen. Trotz des reichen Onkels Dagobert plagen ihn Geldsorgen. Einfallsreich versucht er, den Alltag zu meistern und kämpft um die Anerkennung seiner Mitmenschen.

Die Ente im blauen Matrosenanzug tauchte erstmals am 9. Juni 1934 in dem Zeichentrick-Kurzfilm „Die kluge kleine Henne“ von Walt Disney in einer Nebenrolle auf. Das Entenhausen, wie wir es heute kennen, wurde entscheidend durch den US-amerikanischen Comic-Autor und Zeichner Carl Barks geprägt. Heute entwickeln verschiedene internationale Autoren und Zeichner die Geschichten im Auftrag der Walt Disney Company weiter.

Damit sich auch Leserinnen und Leser mit Unterstützungsbedarf an der tollpatschigen Ente erfreuen können, haben Lebenshilfe und Story House Egmont zwei Bücher mit Donald-Duck-Geschichten in

Leichter Sprache veröffentlicht. Schätzungen der Lebenshilfe zufolge sind rund zehn Millionen Menschen in Deutschland auf Leichte Sprache angewiesen, die weitgehend auf lange Sätze, Fremdwörter und kleine Schrift verzichtet.

Beide Bände sind jeweils für 9,99 Euro im Buchhandel erhältlich. Sie können auch online bestellt werden, beispielsweise direkt bei der Lebenshilfe oder im Egmont-Shop: Band 1 „Aus dem Leben einer Ente“ erschien bereits im Jahr 2025 und enthält fünf Geschichten (ISBN 978-3-7704-1029-3). Band 2 „Hier kommt Donald!“ liegt seit Mai mit vier Geschichten vor (ISBN 978-3-7704-1149-8). Kristin Enge



Eine Ente im Matrosenanzug: Donald Duck ist eine der bekanntesten und beliebtesten Zeichentrick- und Comic-Figuren der Welt.

Öfter mal ein Kurzurlaub

Mehrere kleine Auszeiten tun Körper und Psyche gut – Der Erholungseffekt ist aber ganz individuell

Raus aus dem Alltagstrott, Stress abbauen, neue Energie tanken: Wer sich gut erholen möchte, muss nicht den gesamten Jahresurlaub auf einmal nehmen. Kürzere Auszeiten übers Jahr können sogar nachhaltiger sein.

Die Studie „Erholung im Urlaub“ der Universität Münster hat untersucht, was Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern bei Auszeiten guttut oder sich eher negativ auswirkt. Prof. Dr. Carmen Binnewies leitete das Projekt zusammen mit anderen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern und resümiert: „Erholung ist immer individuell. Wichtig ist, dass jeder für sich selbst herausfindet, bei welchen Aktivitäten oder unter welchen Bedingungen er am besten abschaltet und entspannt. Es ist vor allem die Zufriedenheit mit dem Urlaub, die zeigt, wie erholsam er ist.“

Meer, Berge, Städtetrip

Interessant war vor allem: Es muss gar nicht ein dreiwöchiger Luxusurlaub in einem fernen Land sein, um abschalten zu können. „Die Urlaubsgestaltung ist ausschlaggebend“, weiß Binnewies.

Manche zieht es im Urlaub magisch ans Meer oder an den See. Sie lieben das Wasser auf der Haut und den Sand zwischen den Zehen, hören gerne Wind und Wellenrauschen zu. Andere gehen



Für viele Menschen gehören Strand und Meer zu einem perfekten Urlaub.

Foto: imago/Inside-Picture

lieber in die Berge oder machen einen Städtetrip. Oft prägen Kindheitserfahrungen, welche Orte als erholsam empfunden werden. Und auch die aktuelle Belastung im Beruf kann eine Rolle spielen, ob eher ein Faulenzerurlaub oder ein Aktivurlaub gewünscht wird.

„Wichtig ist, auf eigene Bedürfnisse zu hören. Die Urlaubsforschung zeigt außerdem, dass man sich zu Hause genauso erholen kann wie auf Reisen. Allerdings fällt es vielen Menschen leichter, auf Urlaubsreisen psychisch abzuschalten“, so Binnewies. Sie leitet

den Bereich Arbeitspsychologie am Institut für Psychologie der Universität Münster. Ihre Forschungsschwerpunkte sind die Themen Arbeitsstress, Erholung und Work-Life-Balance.

Sehr sinnvoll sind ihrer Meinung nach mehrere kurze Urlaube im Jahr, wenn dies machbar ist. Allein schon, weil Körper und Psyche sich öfter erholen können, und der Urlaubseffekt ja bekanntlich im Alltag schnell wieder nachlässt.

Solche mehrtägigen Auszeiten führen damit zu nachhaltigerer Entspannung. Nicht zuletzt ver-

setzt schon die Planung eines Urlaubs Menschen in Vorfreude, was das Wohlbefinden bereits vor dem eigentlichen Urlaub steigert. „Kurze Auszeiten zeigen in Studien ähnliche Erholungseffekte wie längere Urlaube“, betont Binnewies. Unterm Strich spricht also vieles dafür, lieber dreimal eine Woche als einmal drei Wochen freizunehmen.

Die Forschung hat ihr zufolge mehrere Merkmale identifiziert, die für Erholung wichtig sind: Abschalten von der Arbeit, Entspannung sowohl körperlich wie men-

tal, Selbstbestimmtheit erleben oder Herausforderungen bei sportlichen Aktivitäten sowie intellektuell, etwa bei einem Museumsbesuch, meistern. Manchen ist es auch wichtig, im Urlaub etwas Sinnerfülltes zu tun, also zum Beispiel die freien Tage mit sozialem Engagement zu füllen. Andere freuen sich darauf, mit anderen Menschen Erlebnisse zu teilen.

„Es wird aber vermutlich kaum eine Aktivität geben, die alle Merkmale erfüllt. Und es muss auch nicht das Ziel sein, möglichst viele dieser Dinge zu erreichen. Alles, was eine dieser Erfahrungen mit sich bringt, trägt zur Erholung bei“, betont sie. „Deshalb kann Erholung auch so unterschiedlich zustande kommen.“

Mit oder ohne Handy?

Und am besten legt man Handy und Laptop öfter beiseite. Denn die Studie der Uni Münster ergab ganz klar: Je mehr die Befragten Telefon, E-Mails oder Nachrichtendienste nutzten, desto weniger konnten sie abschalten.

Um den Erholungseffekt aus dem Urlaub möglichst lange aufrechtzuerhalten, rät Binnewies, nach dem Urlaub extra Zeit für Liegegebliebenes einzuplanen. Eine hohe Belastung gleich zum Einstieg in den Arbeitsalltag macht das Urlaubsgefühl sonst schnell zunichte.

Petra J. Huschke

Radverkehr auf dem Prüfstand

ADFC-Fahrradklima-Test startet im September

Vom 1. September bis 30. November können sich Jugendliche, Erwachsene und Kommunen in ganz Deutschland am ADFC-Fahrradklima-Test beteiligen. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie fahrradfreundlich deutsche Städte und Gemeinden sind.

Die Teilnehmenden können bei der Befragung des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) bereits zum zwölften Mal bewerten, wie es um Sicherheit, Infrastruktur, Komfort und den Stellenwert des Radverkehrs in ihrer Kommune steht. Konkret wird beispielsweise untersucht, wie gut das Stadtzentrum mit dem Rad zu erreichen ist, ob es Fahrradstraßen

und sichere Abstellanlagen gibt. Auch die Kontrolle von Falschparkern und Baustellenführungen spielen eine Rolle.

Der ADFC untersucht langfristige Trends und analysiert, in welchen Orten sich viel getan hat. Die erfolgreichsten Kommunen werden ausgezeichnet. Die Ergebnisse zeigen aber auch, wo dringend nachgebessert werden muss. „Mobilität bedeutet Teilhabe und Lebensqualität“, erklärt Irene Hummel, Leiterin des ADFC-Fahrradklima-Tests. „Die Erfahrungen, die die Teilnehmenden einbringen, bieten Politik und Kommunen eine wertvolle Orientierung, wo der Radverkehr vor Ort mit gezielten Maßnahmen verbessert werden kann.“

Rund 200.000 Radfahrerinnen und -fahrer sowie 1000 Städte und Gemeinden haben sich am letzten Test beteiligt. Er ist eine der größten Erhebungen weltweit, die gezielt nach der Zufriedenheit der Menschen mit den Bedingungen fürs Radfahren vor Ort fragt. Gefördert wird der Test vom Bundesministerium für Verkehr aus Mitteln des Nationalen Radverkehrsplans. **ken**



Foto: imago/Alexander Rochau

Auf gut markierten Wegen macht das Radfahren Freude.

Mitmachen

Vom 1. September bis 30. November 2026 können sich Interessierte online beteiligen oder sich einen gedruckten Fragebogen beim ADFC vor Ort abholen.

➔ fkt.adfc.de/befragung

Neue Heizung, weniger Kosten

Zuschüsse sichern – Bund hat Förderbedingungen zum 21. Juli angepasst

Die Kosten für einen Heizungstausch sind erheblich. Mit der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) unterstützt der Bund Eigentümerinnen und Eigentümer mit Zuschüssen. Die neuen Förderrichtlinien gelten seit dem 21. Juli.

Wer über einen Heizungstausch nachdenkt, sollte sich frühzeitig über Förderung informieren. Zuständig ist die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW). Ein Förderantrag muss vor Beginn der Arbeiten gestellt werden. Wichtig zu wissen: Die KfW berücksichtigt nur die sogenannten förderfähigen Kosten.

Dazu zählen beispielsweise die Kosten für die Anlage, Montage und Inbetriebnahme, für die Anpassung von Heizungsrohren oder die Entsorgung der alten Heizung. Für energetische Maßnahmen wie zum Beispiel die Dämmung der Fassade oder neue Fenster gibt es alternative Förderprogramme im Rahmen der BEG.

30 Prozent plus Bonus

Die Grundförderung für den Heizungstausch beträgt 30 Prozent der förderfähigen Kosten. Zusätzlich kann die KfW einen Einkommensbonus gewähren. Dieser hängt vom zu versteuernden Haushaltsjahreseinkommen ab: Bei bis zu 30.000 Euro beträgt der Bonus 40 Prozent, bei bis zu 40.000 Euro 30 Prozent und bei bis zu 50.000 Euro 10 Prozent.



Die Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) hilft bei der Finanzierung einer neuen Heizungsanlage. Foto: picture alliance/dpa-tmn/Benjamin Nolte

Haben Familien minderjährige Kinder, können sie bei einem zu versteuernden Haushaltsjahreseinkommen von bis zu 60.000 Euro vom Einkommensbonus profitieren. Bei der Berechnung wird das Einkommen um 10.000 Euro reduziert, sodass die Familien in eine niedrigere Einkommensgruppe fallen können.

Je nach Ausgangslage kann die KfW für den Heizungstausch inklusive Bonus insgesamt bis zu 80 Prozent der förderfähigen Kosten gewähren. Bei einem Förderhöchstbetrag von derzeit 28.000 Euro wären das 22.400 Euro. Allerdings wird der Förderhöchstbetrag in den nächsten Jahren drastisch abgesenkt: Ab dem 1. Februar 2027 werden die förderfähigen Kosten

halbjährlich um jeweils 750 Euro reduziert. Das bedeutet: Wer im Februar 2027 einen Antrag stellt, kann maximal 27.250 Euro bei der KfW geltend machen, ab August 2030 sind es dann nur noch 22.000 Euro. Haben Eigentümerinnen und Eigentümer bereits eine Förderzusage erhalten, bleibt diese gültig. Vollständige Anträge, die vor dem 21. Juli eingereicht wurden, werden nach den damals geltenden Bestimmungen geprüft. **Kristin Enge**

Info

Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) informiert auf ihrer Webseite zur Förderung:

➔ www.kfw.de

Fußball-Ikone mit Herz

Paul Breitner feiert 75. Geburtstag

Paul Breitner wird 1974 mit der deutschen Fußballnationalmannschaft Weltmeister. Sein Elfmeter zum 1:1 im Finale gegen die Niederlande bleibt unvergessen. Der ehemalige FC-Bayern-Star feiert am 5. September seinen 75. Geburtstag.



Paul Breitner

Das oberbayerische Kolbermoor nahe Rosenheim ist sein Geburtsort. Acht Jahre lang trainiert ihn sein Vater beim ESV Freilassing, wo er sich zu einem talentierten Nachwuchsspieler entwickelt. Ab 1968 spielt Breitner gemeinsam mit Uli Hoeneß in der Jugendnationalmannschaft. Dort betreut ihn Udo Lattek, der zu einem wichtigen Förderer seiner Laufbahn wird.

1970 macht Breitner Abitur und studiert Sonder- und Behindertenpädagogik an der Pädagogischen Hochschule in München-Pasing mit dem Ziel, Sonderschullehrer zu werden. Doch dann holt ihn Lattek, der inzwischen Trainer des FC Bayern ist, nach München. Breitner rückt in den Bundesligakader auf.

Seinen ersten Titel gewinnt Breitner im DFB-Pokal durch ein 2:1 im Finale gegen den 1. FC Köln. Zudem holt der vielseitige Spieler mit dem FC Bayern ab 1972 dreimal in Folge den deutschen Meistertitel. Mit der deutschen Fußballnationalmannschaft wird Breitner 1972 Europameister und zwei Jahre später Weltmeister.

Breitner gerät mit seiner offenen kritischen Haltung immer wieder mit konservativen Fußballfunktionären aneinander. 1974 wechselt er zu Real Madrid und spielt an der Seite von Günter Netzer. Nach einem Jahr in Braunschweig kehrt er 1978 zum FC Bayern zurück. 1983 zieht er sich schließlich aus dem Profifußball zurück.

Nach seiner aktiven Zeit als Fußballer besorgt ihn zunehmend, dass die Schere zwischen Arm und Reich gerade in Städten auseinandergeht. Jahrelang verteilt er ehrenamtlich Essen bei der Münchner Tafel. Derzeit ist er „Mahlzeiten-Pate“ für den Malteser Hilfsdienst und besucht ältere Menschen. „Ich versuche, ein bisschen die Not zu lindern und den Leuten eine halbe Stunde Zeit zu geben“, erklärt er im BR-Fernsehen. **ant**

ant

Flugzeug- besatz- ung	schmales Garten- beet	pers. Fürwort		doppelt		Durch- schein- bilder (Kw.)		Sport- größen		Mensch mit gutem Appetit		schlechte Malerei	ein Ver- hältnis- wort		Blech- blasin- strument	Behörde
►	▼	▼		Fahrgast	►							Schulfest- saal	►	▼		▼
Kampf- platz	►					dünn- er Ast		nie, niemals		Verein	►				Kräusel- stoff	
Kampf- gerät		Stadt in Hessen		Teil eines Aktes	►					Berliner Flughafen		Tatsache	►			▼
►		▼		▼		Dumm- heit, Fehler		Schnee- leopard	►	▼		▼	Fahrzeug im Pen- delver- kehr		Vervielfäl- tigung	norddt.: Rille
abge- steckte Straßen- führung	►						Nelken- gewächs		Moral- philosoph	►				▼		▼
wunder- liche Eigenart, Schrulle	►				fort- während	►							Kose- name des Groß- vaters	►		▼
►									Abk.: Handels- gesetz- buch	►	Teilstre- cke beim Radren- nen					
Teil- nahms- losigkeit, Trägheit	Stadt in Marokko		zarte Lüftchen (Mz.)	▼	See in Schott- land (Loch...)	ausgeruht	►						Vorfahr		kleines engl. Gewicht	
Balkan- bewohner	►	▼	▼	▼	▼			Rund- funkgerät		Abk.: Ausfüh- rungsver- ordnung	Unwahr- heit	►	▼			
Leib- wache der Fürsten	►					Haus- errichter	►	▼		▼				Viehfutter		Abk.: Bundes- arbeits- gericht
►						Farbe für Kopierer	Abk.: ad libitum		Zeitungs- anzeige		dunstig, trüb	Walfang- kapitän in 'Moby Dick'	►			
Zahnfäule		wunsch- los glücklich		Sport- stätte	►				▼		▼	Kinder- sprache: Bett	►			
Neben- fluss der Alder	►	▼		Reihe eines Textes	Götter- vater der nord. Sage	►				Ober- flächen- glättung	►					
►				▼						Geliebte des Zeus		Vorname der Sän- gerin Hagen	►	Lösung:		
uneinge- schränkt	abwei- sender Ausruf		Kfz.-Z.: Kelheim		knapp, wenig Raum lassend		DDR- Zeichen für techn. Standards	Elch	►	▼	▼	▼	V D O L ■ 7 3 9 3 H H H N I L V 9 0 ■ N 7 3 0 V H I 7 3 8 ■ 1 3 1 K I 1 d N 7 3 ■ 3 3 7 7 7 ■ 8 S 0 T 3 N 3 Z 2 3 8 9 G N N N 3 N I G 0 ■ 3 S I V I 3 H N 0 I 0 V I S ■ S 0 0 8 V H V ■ ■ A ■ V ■ S 3 I 1 8 V ■ ■ ■ 3 0 V 8 9 ■ 3 0 0 V 0 3 0 3 1 ■ 0 0 3 3 V 8 7 V J ■ I 1 7 0 H 3 3 ■ 4 Z 2 ■ 3 4 V 1 3 ■ 3 1 9 V H 1 3 7 I 0 0 ■ 0 2 3 3 W W I ■ X I 1 3 X I H 1 3 ■ W 3 S V 8 1 ■ ■ S I 8 1 I ■ M 3 S J V M I X V J 8 8 3 N 3 S ■ I 8 8 W 8 0 7 3 ■ S ■ V N 3 8 V V 7 0 V 3 S S V S N I M 3 0 ■ I 1 0 0 0 0 ■ V 0 0 Z 2 2			
beleidigt, verstimmt	►	▼	▼					Schüler- spr.: Reli- gion als Schulfach	►							
►						über- backenes Gericht	►									
regnen (Eis- stücke)		dt. Philosoph †1831	►					altröm. Ober- gewand	►							

© RatetFIX 2026-315-009

– Anzeige –

NKD

APP HERUNTERLADEN
UND KEINE AKTIONEN
MEHR VERPASSEN!

AI

KI-generiertes Bild

JETZT DIE NEUE KOLLEKTION ENTDECKEN!

In allen NKD-Filialen und auf **NKD.com**

20%

AUF IHREN **NKD**-EINKAUF

Gültig, **28.08. bis 13.09.2026**, in allen
NKD-Filialen oder auf **NKD.com**

Online-Code¹

280826

Filial-Code²

8100100395000003

1) Online: Der Rabatt ist nur einmalig gültig und nicht mit anderen Rabatten, Gutscheinen, Aktionen und Set-Preisen u.a. Fussball-Set kombinierbar. Ausgeschlossen ist die aktuelle Werbeware. Der Mindestbestellwert (exkl. Versandkosten) beträgt 10 €. Keine Barauszahlung. Bei Umtausch kein Anspruch auf Auszahlung und nachträgliche Anrechnung.

2) Filiale: Ausgenommen sind Geschenkkarten, Bücher, CDs und Zeitschriften, Artikel der Marken Pearls/Zenner, J-Club, sowie Kinder- Lizenzbekleidung von JB Licences. Nicht mit anderen Rabatten, Aktionen, Set-Preisen kombinierbar. Rabatt gilt auf den ausgezeichneten Preis und wird automatisch im Bezahlvorgang abgebogen.