

Screenreader-Hinweis: Die Navigation über das Inhaltsverzeichnis kann, je nach verwendeter Software, schwierig sein. Nutzen Sie dann die Navigation über die Überschriften.

Inhaltsverzeichnis

Drohen noch mehr Belastungen?	3
So hilft der VdK	4
Fachkräftemangel: Ältere sollen es richten.....	4
Weckruf für die Politik.....	5
Austausch zu Recht und Sozialpolitik.....	6
Freundschaft mit Barrieren	7
Kommission der jüngeren Mitglieder	7
Begegnungsgeschenke	8
„Als wäre Gewalt gegen Frauen normal“	9
Frauen haben Recht auf ein gewaltfreies Leben	11
Die Krankheit ist schneller als die Behörden	12
Deutschlandticket wird teurer	14
Fehler im System beim Kinderzuschlag.....	14
Vermögenssteuer für starken Sozialstaat.....	15
VdK sorgt gleich mehrfach für bessere Rente	16
Schmerztherapie mit Cannabis	18
Pflegeheim: Wie hoch sind die Hotelkosten?.....	19
Häusliche Pflege von Menschen mit Demenz.....	20
Kein Budget für Pflegelohn	20
Leichter hineinschlüpfen	21
Weniger Videosprechstunden	22
Volkskrankheit Herzschwäche	23
Expertentelefonam 7. November	24
Das lange Warten auf den Facharzttermin.....	25
Tupfer im Bauch vergessen	26
Nicht lieferbar	27
Das große Schweigen	28
Mit Gesprächen Berührungsängste nehmen	29
VdK fordert strengere Regeln für Leihroller	31
Bundesteilhabepreisausgeschrieben.....	32

BGG-Reform ist dringend nötig.....	33
Aktuelle Filme auf VdK-TV	34
„miteinander“ im November 2024.....	35
Großes Interesse am VdK	35
Helft Wunden heilen	36
300 000 Euro Nachzahlung plus Rente.....	36
VdK-Frauen für Demokratie	39
Eintritt frei bei der Heim und Handwerk.....	40
Trauer um Frank Reisinger	41
Läuft und läuft	42
„Das Gefühl, dass man noch wertvoll ist“	42
Einfach nur zuhören	44
Vertrauen und Sicherheit schaffen	46
Leichter Stufen überwinden.....	48
Kostenlose Online-Vorträge	49
Neue Spitze beim VdK Bayreuth-Saas	50
Glückwünsche zum 100.....	51
VdK Heroldsbach und Willersdorf wählen neu	51
VdK Himmelkron beim Straßenfest	51
Advent am Bleder See	52
Leckereien aus aller Welt	52
Insel der Vulkane.....	53
Kreuzfahrt auf der Donau.....	53
Vergnügliche Tage in Bayreuth	54
MdL Franc Dierl besucht den VdK	54
VdKlerinnen informieren sich über Tagespflege.....	55
Dienstjubiläen beim VdK Oberfranken	55
Neuwahlen beim VdK Burgebrach.....	56
VdK Wunsiedel fliegt nach Dalmatien	56
Rainer Zirkelbach offiziell gewählt.....	57
NABU kürt den Vogel des Jahres.....	57
Vorsicht beim Sammeln.....	58
Die Alkoholfreien werden immer beliebter	58
Gesunde Leinsamen	60
Winterharte Kräuter	61
Pflaster drauf!	62

Fuß vom Gas bei starkem Regen.....	63
Ergonomisch fährt es sich besser.....	64
Vielseitig und preisgekrönt.....	65

Drohen noch mehr Belastungen?

VdK: Jährliche Anpassung der Beitragsbemessungsgrenzen darf nicht infrage gestellt werden

Neuer Streit in der Bundesregierung – zulasten der breiten Masse der Sozialversicherten. Das Bundeskabinett hat die eigentlich automatische Erhöhung der Beitragsbemessungsgrenzen für 2025 bis Redaktionsschluss der VdK-Zeitung nicht verabschiedet.

Sozialversicherungsbeiträge zu Renten-, Kranken- und Pflegeversicherung werden nur bis zu einer bestimmten Einkommensgrenze erhoben. Alles, was darüber liegt, bleibt abgabefrei. Diese Grenzen werden jährlich anhand der Lohnentwicklung des vorvergangenen Jahres angepasst.

2025 sollen die Beitragsbemessungsgrenzen – angelehnt an die vom Statistischen Bundesamt für 2023 festgestellte durchschnittliche Lohnsteigerung von 6,44 Prozent – wie folgt steigen: für die gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung von 5175 auf 5512,50 Euro, für die Rentenversicherung von 7450 (Ost) und 7550 (West) auf jetzt einheitlich 8050 Euro. „Dieser Vorgang ist gesetzlich festgelegt, er ist gerecht und sinnvoll“, betont VdK-Präsidentin Verena Bentele.

Das Bundesfinanzministerium hatte gefordert, die Beitragsbemessungsgrenzen nur in Höhe der Inflation anzupassen. Das würde die soziale Spaltung vorantreiben, warnt Bentele: „Menschen mit sehr hohen Gehältern würden so bei steigenden Löhnen immer weniger an der Finanzierung unserer Sicherungssysteme beteiligt werden. Das ist Entsolidarisierung pur!“

Sie sieht in diesem Vorstoß eine kaum maskierte, einseitige Interessenvertretung reicher Menschen: „Der Bundesfinanzminister will ein Verfahren, das soziale Gerechtigkeit garantiert, über Bord werfen, um eine privilegierte Gruppe zu schonen. Doch der Sozialstaat braucht verlässliche Einnahmen und die Solidarität aller.“

Würde diese Idee umgesetzt, wären die Folgen für die Sozialversicherungen fatal. Der VdK hat berechnet, dass der Rentenkasse rund zwei Milliarden Euro Einnahmen entgingen, falls die Beitragsbemessungsgrenze nicht wie geplant angehoben wird. Die Deutsche Rentenversicherung müsste mit einem Beitragssatzanstieg von 0,1 Prozent gegensteuern.

Das System der Bemessungsgrenzen hat aus Sicht des VdK an anderer Stelle Nachbesserungsbedarf. Auf ein Gehalt von 8000 Euro werden aktuell nur 16,9 Prozent Sozialversicherungsbeiträge fällig. Für alle Einkommen bis zur Beitragsbemessungsgrenze sind es 21 Prozent. Diejenigen, die oberhalb der Bemessungsgrenze liegen, zahlen also prozentual weniger ein. Die gesundheits- und pflegepolitischen Herausforderungen werden überproportional von niedrigen Einkommen getragen.

Der VdK fordert eine Vereinheitlichung für die Kranken- und Rentenversicherung auf die Höhe der Rentenversicherungsgrenze. Noch gerechter wäre aus VdK-Sicht, wenn in der Kranken- und Pflegeversicherung auch andere Einkommensarten sozialversicherungspflichtig würden. Einkommen aus Vermietungen und Vermögen werden bisher nicht berücksichtigt. „Wir erleben hier eine ähnliche Schonung sehr wohlhabender Menschen wie in der Steuerpolitik“, kritisiert Bentele. „Eine Anpassung ist überfällig. Denn diese Festlegung benachteiligt den arbeitenden Teil der Bevölkerung und bevorteilt reiche Menschen.“

Dr. Bettina Schubarth

Seite 5

So hilft der VdK

Manfred Szczina hatte drei Schlaganfälle erlitten. Dennoch war die Deutsche Rentenversicherung der Auffassung, das VdK-Mitglied aus Bayern könne noch arbeiten gehen. Mithilfe des VdK hat er durchgesetzt, dass er nun eine Altersrente für schwerbehinderte Menschen bezieht.

Fachkräftemangel: Ältere sollen es richten

Studie sieht großes Potenzial unter 55- bis 70-Jährigen – VdK kritisiert wachsenden Druck

Auf der Suche nach Fachkräften geraten die Älteren immer stärker in den Blick. Unter den 55- bis 70-Jährigen ließen sich bis 2035 Arbeitskräfte im Umfang von 1,36 Millionen Vollzeitbeschäftigten gewinnen, heißt es in einer aktuellen Studie.

Das Ergebnis der Untersuchung, die die Bertelsmann Stiftung beim Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung (DIW) in Auftrag gegeben hat, ist eindeutig: Bei den älteren Arbeitskräften

bleibt ein riesiges Potenzial ungenutzt. Ein Maßnahmen-Mix aus besserer Gesundheitsvorsorge und altersgerechten Arbeitsplätzen, mehr Entlastung bei Betreuungs- und Pflegeverpflichtungen und finanziellen Anreizen könnte viele zu einem Wechsel aus der Teilzeit in die Vollzeit, zu einem Wiedereinstieg ins Erwerbsleben oder zu einem späteren Renteneintritt bewegen, heißt es.

Der Sozialverband VdK sieht Studien wie diese und die immer neuen Diskussionen um die Arbeitskraft der älteren Generation mit großer Skepsis. „Laufend werden neue Daten, Analysen und Ansätze präsentiert, wie man ältere Menschen länger im Job halten kann, um den Fachkräftemangel auszugleichen. Dadurch wächst der Druck auf die Rentnerinnen und Rentner, die im Ruhestand nicht mehr arbeiten wollen oder können. Ihnen wird ein schlechtes Gewissen gemacht. Dabei wird oft übersehen: Wer fit ist, arbeitet schon heute teils über die Regelaltersgrenze hinaus“, erklärte VdK-Präsidentin Verena Bentele.

Laut einer repräsentativen VdK-Umfrage befürchtet heute jeder siebte Arbeitnehmer über 50 Jahre, dass er länger arbeiten muss, weil das Geld im Ruhestand nicht reicht. „Das Versprechen der Rente ist allerdings ein anderes“, sagt Bentele. „Die Regierung muss dafür sorgen, dass die Rente den Lebensstandard sichert, wenn man bis zur Regelaltersgrenze arbeitet.“ **cis**

Weckruf für die Politik

VdK-Umfrage: Menschen zweifeln an Umsetzung der Regierungsvorhaben

Die Mehrheit der Bevölkerung glaubt nicht, dass die Ampelregierung ihre sozialpolitischen Vorhaben aus dem Koalitionsvertrag, wie zum Beispiel die Kindergrundsicherung, bis zum Ende der Legislaturperiode umsetzen kann. Das ergab eine repräsentative Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Civey im Auftrag des Sozialverbands VdK.

81,7 Prozent der Befragten ist überzeugt, dass die Regierung es in ihrem letzten Jahr nicht schafft, alle sozialpolitischen Versprechen aus dem Koalitionsvertrag zu erfüllen. Nur 12,5 Prozent der Bürgerinnen und Bürger sind optimistisch und denken, dass die Regierung die Maßnahmen noch verwirklichen könnte. 5,8 Prozent der Teilnehmenden sind unsicher. „Die Ergebnisse der aktuellen Umfrage sind ein deutliches Signal an die Ampelregierung. Das muss ein Weckruf für die Politik sein und bekräftigt den VdK, sich weiter mit lauter Stimme für soziale Verbesserungen einzusetzen“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele.

Gesundheit ist wichtig

Zusätzlich zu den Zweifeln an der Umsetzung zeigt die Umfrage, welche sozialpolitischen Themen die Bürgerinnen und Bürger bis zur nächsten Bundestagswahl im September 2025 als besonders dringlich erachten. Ganz oben steht die Verbesserung der Gesundheitsversorgung auf dem Land mit 41,5 Prozent der Stimmen. Es folgen die Einbeziehung von Selbstständigen in die

Rentenversicherung (38,7 Prozent) und die Begrenzung der Mietpreissteigerungen (33,2 Prozent) – alles Maßnahmen, die im Koalitionsvertrag vereinbart wurden.

Ein weiteres relevantes Thema ist die Stärkung der Kranken- und Pflegeversicherung (30,7 Prozent). Bei der Verbesserung der Pflegepolitik liegt den Befragten vor allem eine Lohnersatzleistung für pflegende Angehörige (18,4 Prozent) am Herzen. Für 16,3 Prozent der Befragten ist die Kindergrundsicherung wichtig, für weitere fünf Prozent der Ausbau der Barrierefreiheit.

„Jetzt sind Lösungen für eine gute Gesundheitsversorgung, eine gerechte Rente, in die auch Selbstständige einzahlen, und für bezahlbares Wohnen gefragt“, sagt Bentele. „Konstruktive Zusammenarbeit muss das Gebot der Stunde für die Ampelkoalition sein. Den Streit auf offener Bühne sind die Bürgerinnen und Bürger leid. Noch reicht die Zeit bis zur nächsten Bundestagswahl, um entschlossen zu handeln und mit Reformwillen zu glänzen.“

Lisa John

Die detaillierten Umfrageergebnisse finden Sie auf der VdK-Webseite unter:

🔗 www.vdk.de/umfrage-ampel-vorhaben

Austausch zu Recht und Sozialpolitik

15 Vertreterinnen und Vertreter aus den Rechtsberatungen und den sozialpolitischen Abteilungen der VdK-Landesverbände haben sich Mitte Oktober mit Kolleginnen und Kollegen aus der Bundesrechtsabteilung sowie den Abteilungen Sozialpolitik und Wissensmanagement des Bundesverbands zum Koordinierungskreis Recht und Sozialpolitik (KoK) getroffen.

Der KoK dient dem fachlichen Austausch zu sozialpolitischen und -rechtlichen Themen über Verbandsstufen und Abteilungen hinweg. Ziel ist es, sich zu sozialpolitischen Reformkonzepten abzustimmen, sowie sich über aktuelle Rechtsprechung und den Erfahrungen aus der Rechtsberatung zu informieren.

Im Mittelpunkt des Treffens standen Vorträge zu den aktuellen Themen wie der ausstehenden Reform des Behindertengleichstellungsgesetzes, zur Hilfsmittel-Versorgung von Kindern mit Behinderung sowie zu den Herausforderungen und Chancen der neuen Optionen für den Rentenübergang, die die Bundesregierung kürzlich beschlossen hat.

Dazu berichtete die Bundesrechtsabteilung aus aktuellen Musterstreitverfahren und über Details zur Reform der Videoverhandlung. Kolleginnen aus dem Wissensmanagement stellten aktuelle Projekte aus der Abteilung vor. Der nächste Koordinierungskreis findet im Frühjahr 2025 statt. **juf**

Freundschaft mit Barrieren

Wenig Teilhabe für Jugendliche mit Behinderung

Die Freundin treffen, im Pausenhof mit anderen Kontakte knüpfen, über die erste Liebe sprechen. Für Jugendliche mit Behinderung gar nicht einfach. Denn im Alltag fühlen sie sich häufig isoliert und einsam, so das „Inklusionsbarometer Jugend“ der Aktion Mensch.

In der Vergleichsstudie wurden über 1400 junge Menschen, etwa zur Hälfte mit und ohne Behinderung, zwischen 14 und 27 Jahren in Deutschland befragt. Es ging um soziale Beziehungen, Alltagsleben, Selbstbestimmung, individuelle Entfaltung und Diskriminierungserfahrungen.

In allen Teilbereichen beklagten Jugendliche mit Behinderung große Einschränkungen. Nur 53 Prozent von ihnen sind mit ihrem Leben insgesamt zufrieden, während dies 78 Prozent der Gleichaltrigen ohne Behinderung angaben. Dazu passt der alarmierende Befund, dass 26 Prozent der Befragten mit Behinderung über Einsamkeit klagen und etwa ebenso viele, dass sie keine Freundschaften schließen können. Gebaute Barrieren verhindern bei 51 Prozent der befragten Jugendlichen, dass sie mit ihrer Behinderung gewünschte Freizeitaktivitäten ausüben.

„Diese Ergebnisse sind alarmierend. Eine wesentliche Ursache für die mangelnde Teilhabe von Jugendlichen mit Behinderung liegt im Bildungssystem. Der Sozialverband VdK fordert eine Verpflichtung zu inklusiven Kitas und Schulen in allen Bundesländern. Jeder junge Mensch hat ein Recht auf Teilhabe“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. **bsc**

Kommission der jüngeren Mitglieder

Pflegethemen im Mittelpunkt der ersten Sitzung

Die neu einberufene Kommission der jüngeren Mitglieder hat Mitte Oktober zu ihrer ersten Sitzung in der VdK-Bundesgeschäftsstelle getagt.

Bei dem zweitägigen Treffen wurde Silvia Rosa Krämer als Vorsitzende gewählt, sie ist Landesjuniorenvertreterin vom VdK Hessen-Thüringen. Als stellvertretende Vorsitzende wurden Tobias Lotz vom VdK Rheinland-Pfalz und Sascha Major vom VdK Saarland gewählt. Die Situation von jüngeren pflegenden Angehörigen, wie Schülerinnen und Schülern, Studierende sowie pflegenden Eltern, stand im Mittelpunkt des ersten Sitzungstags. Hier wurde deutlich, dass es für jüngere Pflegende an passenden Unterstützungen mangelt und eine Vereinbarkeit von Pflege und Schule sowie von Pflege und Ausbildung beziehungsweise Studium für die

Betroffenen besonders schwer ist. Es fehlt an einer finanziellen Leistung, wie einer Lohnersatzleistung oder einem Pflege Lohn für Pflegende. Pflegeverpflichtungen erschweren beispielsweise erheblich, ein Studium in der Regelstudienzeit abzuschließen.

Am zweiten Tag ging es um die Jugendvertretungen und ihrer Rolle im Sozialverband VdK. Hier wurden Fragen diskutiert, wie junge Mitglieder motiviert werden können, Ämter zu übernehmen, und wie Jugendthemen im VdK sichtbar werden können. **juf**

Kommentar

Begegnungsgeschenke

Vielleicht kennen Sie das auch: Sie treffen einen Menschen und sind sofort tief beeindruckt. Da steht eine Person vor Ihnen, von deren positiver Ausstrahlung und Tatendrang Sie sofort gefangen genommen werden. Für mich sind inspirierende Menschen das größte Geschenk. Es sind diese Persönlichkeiten, die mit ihrer Strahlkraft mein Leben und meine Arbeit bereichern.

In meiner Tätigkeit für den Sozialverband VdK bin ich viel unterwegs. Ganz in Goethes Sinne könnte ich Reiseberichte über erstaunliche Begegnungen schreiben. Da ich das nicht mache, möchte ich meine Begegnungen hier mit Ihnen teilen.

Neulich wurden beim Brigitte Award besondere Frauen ausgezeichnet. Ich durfte eine der Laudatorinnen sein. An diesem Abend habe ich mit Kristina Hänel eine engagierte Frau kennengelernt, die seit den 1980er- Jahren Schwangerschaftsabbrüche vornimmt und sich vehement für das Selbstbestimmungsrecht von Frauen einsetzt. Auch Christina Clemm wurde ausgezeichnet. Die Rechtsanwältin vertritt seit fast 30 Jahren Opfer sexualisierter Gewalt. Sie verhilft denen zu ihrem Recht, die zu wenig gesehen oder gehört werden.

Den Ehrenpreis hat Margot Friedländer erhalten. Mit ihren 102 Jahren stand die Holocaustüberlebende und eine der letzten Zeitzeuginnen auf der Bühne. Sie strahlt so viel Güte aus und rät einfach: „Sei ein Mensch.“ Ihr Wirken für die Demokratie, gegen das Vergessen und für Toleranz und Menschlichkeit kann gar nicht genug gewürdigt werden. Und ausgerechnet diese von mir verehrte Dame, die von allen umringt wurde, hat auf ihrem Weg zum Empfang nach der Verleihung das Gespräch mit mir gesucht. Welch ein berührendes Erlebnis!

Auf einer Veranstaltung im bayerischen Tutzing war die Präsidentin der Israelitischen Kultusgemeinde München und Oberbayern, Charlotte Knobloch, mein Begegnungsgeschenk. Auch sie erlebte als Kind das Nazi-Grauen. Sie sprach mir Mut zu für mein Engagement gegen Kinderarmut und zeigte sich als Kämpferin auch für soziale Themen, mit denen sie sonst nicht in der Öffentlichkeit präsent ist.

„Als wäre Gewalt gegen Frauen normal“

Im Jahr 2023 wurden mehr als 130 000 Frauen Opfer von Gewalt durch Ehemänner, Lebensgefährten oder Ex-Partner

Immer mehr Frauen in Deutschland erleben Gewalt. Alter und soziale Schicht spielen dabei keine Rolle. Hilfs- und Unterstützungsangebote reichen angesichts der steigenden Fallzahlen bei weitem nicht aus.

Am Telefon meldet sich eine Frau. Sie habe sich mit ihrem Kind im Zimmer eingeschlossen, sagt sie. Im Hintergrund ist Geschrei und Gepolter zu hören. Die Frau ist verängstigt und durcheinander. Der, der sie im Hintergrund bedroht, schreit und gegen die Tür hämmert, ist ihr Ehemann.

Solche Anrufe erreichen das bundesweite Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ täglich. „Wir wissen, wie schwer es betroffenen Frauen fällt, nach außen zu treten und sich Hilfe zu holen“, sagt Petra Söchting, Leiterin des Hilfetelefons. „Wir möchten ihnen diesen Schritt so leicht wie möglich machen. Uns ist bewusst, dass Gewalt nicht erst bei körperlichen Übergriffen beginnt.“

Steigende Zahlen

Jede dritte Frau in Deutschland wird mindestens einmal in ihrem Leben Opfer physischer und/oder sexualisierter Gewalt. Und bei jeder vierten Frau, die solche Gewalt erlebt, ist der Ehemann, der Lebensgefährte oder ein Ex-Partner der Täter.

Wie aus dem „Lagebild Häusliche Gewalt 2023“ des Bundeskriminalamts (BKA) hervorgeht, waren im Jahr 2023 insgesamt 132 966 Frauen von Partnerschaftsgewalt betroffen. Im Vergleich zum Vorjahr war dies ein Anstieg um 6,4 Prozent. „Wir registrieren seit Jahren steigende Zahlen von häuslicher Gewalt. Gleichzeitig werden viele dieser Taten gar nicht angezeigt, sodass die Polizeiliche Kriminalstatistik den tatsächlichen Umfang nur bedingt widerspiegelt“, ordnet BKA-Vizepräsidentin Martina Link die Zahlen ein. Auch das Hilfetelefon verzeichnete mit 59 048 Beratungen mehr Anrufe als je zuvor.

Die Zahlen zeigen das hohe Risiko von Frauen, zu Hause Opfer von Gewalt zu werden. „Gewalt gegen Frauen passiert nicht irgendwo. Sie passiert im eigenen Umfeld, wo sich Frauen sicher und geschützt fühlen sollten“, sagt Söchting. Stattdessen werden sie dort beleidigt, bedroht, herabgewürdigt, geschlagen, sexuell bedrängt oder vergewaltigt. 155 Frauen wurden im vergangenen Jahr durch ihren Lebensgefährten, Ehemann oder Ex-Partner getötet.

Hilfsangebote

Nur 20 Prozent der betroffenen Frauen wagen den Schritt und wenden sich an eine Hilfsorganisation. Rufen sie beim Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ an, reden die Beraterinnen mit ihnen in den vertraulichen und anonymen Gesprächen auch über Hilfsangebote. Das können etwa Beratungsstellen, Frauenhäuser, die Polizei oder die anonyme Spurensicherung nach einer Gewalttat sein. Die Entscheidung, was oder ob etwas passiert, liegt allein bei den Anruferinnen. „Gewalt ist eine massive Grenzverletzung“, erklärt Söchting. „Für uns ist es immens wichtig, dass die Frauen selbst entscheiden, wie es weitergeht.“

Viele Frauen stecken dagegen in einem Kreislauf aus Gewalt fest. Manche haben nicht einmal Zugang zu einem Computer oder werden von ihrem Partner permanent kontrolliert, sagt Dorothea Hecht. Sie ist juristische Referentin bei Frauenhauskoordination. Sie erklärt, dass niedrigschwellige Hilfsangebote fehlen oder nicht gut erreichbar sind, es an Plätzen in Frauenhäusern mangelt und die Wartezeiten auf Beratungstermine lang sind. „Es fehlt an einem flächendeckenden, barrierefreien und auskömmlich finanzierten Hilfe- und Unterstützungssystem, das den gewaltbetroffenen Frauen und ihren Kindern kostenfrei zur Verfügung steht“, so Hecht.

Nach der Istanbul-Konvention aus dem Jahr 2011, dem Übereinkommen des Europarats zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt, braucht es in Deutschland rund 21 000 Plätze in Frauenhäusern. Es stehen aber nur 7786 Plätze zur Verfügung. Wer im Notfall nicht irgendwo unterkommen kann, bleibt der Gewalt meist weiter ausgesetzt.

Risikomanagement

Hecht hält Fallkonferenzen für erforderlich, in denen alle Akteure – von der Polizei und den Gerichten über Jobcenter und Jugendämter bis hin zu den Schutzeinrichtungen – zusammenkommen: Dort muss geklärt werden, wie hoch die Gefahr für die betroffene Frau ist und welche Risiken bestehen. „Manche Frauen sind so gefährdet, dass sie keinen Schritt mehr vor die Tür machen können, weil der Mann ihnen auflauert. Und wenn ein Mann sagt, er bringt die Frau um, muss man das ernstnehmen“, sagt Hecht. Sie fordert, dass vor allem bei Polizei, Justiz und Jugendhilfe in der Aus- und Fortbildung mehr über die Formen und Folgen geschlechtsspezifischer Gewalt aufgeklärt wird.

Ursachen

Christina Clemm ist Anwältin und Autorin. Sie hat in ihrer Kanzlei für Straf- und Familienrecht Frauen vertreten, die von Männern bedroht, körperlich und psychisch misshandelt, vergewaltigt oder gestalkt wurden. Auch Angehörige von Frauen, die getötet wurden, saßen ihr in der Kanzlei schon gegenüber. In ihrer Tätigkeit ist sie Frauen aus allen Schichten begegnet – von Geflüchteten mit Kindern bis hin zu Frauen, die erfolgreich in Unternehmen beschäftigt waren.

Die Anwältin ist überzeugt, dass die Gewalt von Männern „aus zutiefst verankerten emotionalen frauenfeindlichen Ressentiments“ resultiert. „Das ist ein strukturelles Problem.“ Frauen würden nicht als gleichberechtigte Menschen wahrgenommen, sondern als dem Mann untergeordnet. Das Problematische daran: Die Gewalt gegen Frauen wird von der Gesellschaft hingenommen. „Sie ist Alltag. Sie ist normal. Sie passiert einfach, als würde sie dazugehören.“

Femizide

Taten, in denen Männer Frauen wegen ihres Geschlechts oder wegen bestimmter Vorstellungen von Weiblichkeit töten, werden Femizide genannt. In den Medien werden sie meist als Familienstreit, Liebes- oder Beziehungsdrama verharmlost. Zudem sei es üblich, Frauen eine Mitschuld zu geben. „Die Täter-Opfer-Umkehr muss endlich aufhören“, fordert Clemm.

Sie hat die Erfahrung gemacht, dass es vor allem Frauen sind, die sich für Prävention einsetzen, auch in der Politik. Es werde zu wenig getan. In Deutschland haben gewaltbetroffene Frauen nicht einmal einen Rechtsanspruch auf kostenfreien Schutz. Derzeit verhindert die Blockadehaltung der FDP bei der Reform des Gewalthilfegesetzes jegliche Verbesserungen.

Wer den Verdacht hegt, dass eine Frau Gewalt erfährt, kann sich ebenfalls an das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ wenden. Die Beraterinnen wissen, was zu tun ist und wie man Betroffene unterstützen kann. „Es ist vor allem wichtig, den betroffenen Frauen Mut zu machen und ihnen zu versichern, dass die Schuld allein der Täter trägt“, sagt Söchting.

Der 25. November ist der Internationale Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen. Auch an diesem Tag werden statistisch gesehen wieder 364 Frauen Opfer von Partnerschaftsgewalt werden – so wie an allen anderen Tagen im Jahr. Das wird sich nur ändern, wenn die Gesellschaft und die politisch Verantwortlichen Gewalt gegen Frauen ernstnehmen und dafür sorgen, dass diese sich sicher fühlen können. **Kristin Enge**

Hilfsangebote

Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist bundesweit an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr kostenfrei erreichbar. Es berät zu allen Formen von Gewalt. Auf Wunsch vermitteln die Beraterinnen an eine Unterstützungseinrichtung vor Ort. Die Beratung erfolgt anonym, vertraulich, barrierefrei und in 18 Sprachen. An das Hilfetelefon können sich bei Fragen auch Angehörige, Bekannte und Fachkräfte wenden.

•116 016

🌐 www.hilfetelefon.de

Auf der Webseite „frauenhaus-suche.de“ können Betroffene über eine Eingabemaske und eine Karte nach freien Plätzen in Frauenhäusern suchen und erfahren, wie sie Kontakt aufnehmen können.

🌐 www.frauenhaus-suche.de

Frauen haben Recht auf ein gewaltfreies Leben

Sozialverband VdK fordert einen Rechtsanspruch auf Schutz und ein politisches Gesamtkonzept

Der Sozialverband VdK lehnt jede Form von Gewalt gegen Frauen und Mädchen ausdrücklich ab. Er beteiligt sich an der UN-Kampagne „Orange the World“, die seit 1991 auf Gewalt gegen Frauen und Mädchen aufmerksam macht.

In Deutschland steht in diesem Jahr Partnerschaftsgewalt im Fokus der UN-Kampagne. Jede dritte Frau hierzulande erfährt mindestens einmal in ihrem Leben Gewalt, bei jeder vierten geht sie von ihrem Partner oder Ex-Partner aus. Fast jeden zweiten Tag stirbt eine Frau durch Partnerschaftsgewalt.

„Die Zahlen sind zu hoch und steigen weiter. Das ist erschreckend. Frauen mit Behinderung sind sogar noch zwei- bis dreimal häufiger von körperlicher, psychischer oder sexueller Gewalt betroffen“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. Die Gewalt hat Folgen: Neben körperlichen Verletzungen und seelischen Beeinträchtigungen sind gewaltbetroffene Frauen sozial oft schlechter abgesichert.

Der VdK fordert, Frauen effektiv vor Gewalt zu schützen. Dafür braucht es ein politisches Gesamtkonzept, das regelmäßig überprüft und nachgebessert wird. Gewaltprävention und der Blick auf (potenzielle) Täter müssen dabei eine stärkere Rolle spielen als bisher.

„Frauen brauchen einen Rechtsanspruch auf Schutz und auf einen Platz im Frauenhaus“, fordert Bentele. Es muss ausreichend Plätze in Frauenhäusern und Schutzwohnungen geben, und die Finanzierung muss gewährleistet sein. „Es ist nicht akzeptabel, dass sich Mädchen oder Frauen weiter der Gewalt durch die Täter aussetzen müssen, weil sie keinen alternativen Aufenthaltsort finden oder sich das Frauenhaus nicht leisten können“, so Bentele. Hilfsangebote und Schutzeinrichtungen müssen niedrigschwellig erreichbar sein, auch für Frauen mit Behinderung. Hier muss zudem die Barrierefreiheit berücksichtigt werden.

Die UN-Kampagne „Orange the World“ startet am 25. November, dem Internationalen Tag zur Beseitigung der Gewalt gegen Frauen. Bis zum Tag der Menschenrechte am 10. Dezember finden Aktionen statt. Der VdK beteiligt sich, etwa die Landesverbände Bayern und Hamburg, und fordert ein Ende der Gewalt gegen Frauen. **Kristin Enge**

🌐 <https://unwomen.de/orange-the-world>

Die Krankheit ist schneller als die Behörden

VdK-Mitglied ist an ALS erkrankt – Kaum ist ein Antrag endlich bewilligt, muss sie schon wieder einen neuen stellen

Vor etwa einem Jahr erhielt VdK-Mitglied Claudia Albreit die Diagnose Amyotrophe Lateralsklerose (ALS). Bei dieser Erkrankung werden die motorischen Nervenzellen in Gehirn und Rückenmark

geschädigt, was zu einer Lähmung führt. Nun kämpfen sie und ihr Mann mit Unterstützung des VdK nicht nur gegen das rasche Fortschreiten dieser Erkrankung, sondern auch mit Kassen und Behörden.

Bei einer ALS kommt es zu einer fortschreitenden Lähmung der Muskulatur. Arme, Beine und Rumpf sind davon betroffen, aber auch Zunge, Gaumen und Kehlkopf. Bei Claudia Albreit ist die Erkrankung innerhalb eines Jahres so weit vorangeschritten, dass sie nur noch mittels Sprachcomputer, den sie mit ihren Augen steuert, mit ihrer Familie kommunizieren kann. ALS ist nicht heilbar. Der Krankheitsverlauf kann jedoch verlangsamt werden.

„Angefangen hatte alles im Mai 2023. Beim abendlichen Geschichtenvorlesen ist mir aufgefallen, dass ich manche Wörter nicht so gut betonen kann“, erinnert sich die zweifache Mutter. Zunächst dachte sie sich nichts dabei. Als es schlimmer wurde, suchte sie die Hilfe von Ärzten. Nach mehreren Wochen und einer Vielzahl von Untersuchungen stand schließlich die Diagnose fest: ALS.

Dann ging alles recht schnell: „Mein rechtes Bein wurde schwächer, dann der rechte Arm. Seit März habe ich eine PEG-Sonde, einen Zugang in den Magen, und werde fast ausschließlich künstlich ernährt. Seit Juli benutze ich regelmäßig ein Beatmungsgerät. Die linke Seite ist auch schon betroffen sowie die Halsmuskulatur“, schreibt sie.

Von Monat zu Monat verlor die 46-Jährige zunehmend ihre Mobilität. Anfangs konnte sie noch Rad fahren, mittlerweile sitzt sie im Rollstuhl. Mit Fortschreiten der Erkrankung braucht sie immer mehr Hilfe. Im Juli und August hat sich ihr Gesundheitszustand nochmals verschlechtert, sodass die Familie nun auf der Suche nach einer Pflegeperson ist.

Kampf mit den Behörden

Eine große Hilfe ist ihr Mann. Er übernimmt vieles im Alltag für sie, geht weiterhin zur Arbeit, pflegt sie und kämpft mit den Behörden. „Wir lernen jeden Tag aufs Neue, mit der Krankheit umzugehen“, berichtet Albreit. Dazu gehört auch, sich im Dschungel des Gesundheitssystems zurechtzufinden. Vieles ist mühselig: Hilfsmittel koordinieren, Anträge bei der Krankenkasse stellen, Pflegegrad und einen Schwerbehindertenausweis beantragen. Dabei steht der Familie der VdK-Kreisverband Nürnberg zur Seite und unterstützt sie von der Antragstellung bis zum Widerspruch.

Dennoch: „Es dauert alles viel zu lange“, sagt Claudia Albreit. „Das ist alles meine Lebenszeit, und ich bin nicht die einzige, der es so geht.“ Ihre Erfahrung: Krankenkassen würden grundsätzlich erst einmal alles ablehnen. „Erst Monate später bekommt man einen Rollstuhl, den man dann schon nicht mehr bedienen kann.“ Wurde ein Antrag endlich bewilligt, muss schon wieder ein neuer gestellt werden, weil die Erkrankung weiter vorangeschritten ist. Sie würde sich wünschen, dass Kassen und Behörden bei schweren Erkrankungen wie ihrer schneller und unbürokratischer arbeiten.

Viel zu langsam

„Dieses Schicksal zeigt, dass die Leistungen zu langsam oder überhaupt nicht bei den Menschen ankommen – und das, obwohl sie einen Anspruch und einen unübersehbaren Bedarf haben“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. „Eine mögliche Lösung wäre hier die sogenannte Genehmigungsfiktion, die früher üblich war, wenn Pflege- und Krankenkassen Anträge nicht

zeitnah bearbeitet haben: Werden Leistungen bei bestimmten Krankheitsbildern nicht innerhalb einer kurzen Frist abgelehnt, so gelten sie als genehmigt.“

Der Sozialverband VdK empfiehlt Patientinnen und Patienten mit rasch fortschreitenden Erkrankungen, sich an den VdK oder an die Patientenberatungsstelle zu wenden. Darüber hinaus haben die Kassen ebenfalls eine Beratungspflicht gegenüber ihren Mitgliedern. „Denkbar wäre aber auch, dass Menschen in besonderen Situationen einen kompetenten Ansprechpartner zur Seite gestellt bekommen, der die Anträge direkt und ohne zeitlichen Verzug prüfen und genehmigen kann“, schlägt Bentele vor. Annette Liebmann

Deutschlandticket wird teurer

Das Deutschlandticket wird teurer. Ab Januar 2025 wird es 58 Euro anstatt bisher 49 Euro pro Monat kosten.

Der Sozialverband VdK kritisiert, dass es immer noch kein vergünstigtes Sozialticket für Menschen mit geringem Einkommen gibt. VdK-Präsidentin Verena Bentele fordert: „Viele Menschen, die geringe Löhne haben, werden sich das Deutschlandticket für 58 Euro nicht leisten können. Es ist Zeit, endlich einen Sozialtarif von 29 Euro einzuführen. Auch sollte es das Ticket nicht nur in einer Abo-Lösung, sondern auch als Monatsfahrchein geben.“

Einige Verkehrsverbände und Verkehrspolitikerinnen und -politiker lehnen eine Stabilisierung des Preises von 49 Euro sowie einen Sozialtarif aus Kostengründen ab. Fachleute gehen davon aus, dass das Deutschlandticket eine Nutzenwirkung von fast vier Milliarden Euro jährlich hat. Dazu zählen Umsatzsteigerungen im Handel und in der Gastronomie, der enorme Imagegewinn für den deutschen Nahverkehr sowie ein Zugewinn an nachhaltiger Mobilität für viele Menschen.

Um das Deutschlandticket noch attraktiver zu machen, fordert Bentele: „Die Politik muss dafür sorgen, dass alle es nutzen können. Dafür braucht es mehr ÖPNV im ländlichen Raum, flächendeckende Barrierefreiheit und ein einheitliches Sozialticket.“ **juf**

Fehler im System beim Kinderzuschlag

Der Kinderzuschlag soll einkommensschwachen Familien zugutekommen. Allerdings kann diese Leistung erst sechs Monate nach Eintritt der Bedürftigkeit bezogen werden.

VdK-Mitglied Rainer M.* aus Dresden wollte den Kinderzuschlag für seinen zwölfjährigen Sohn beantragen, nachdem das Arbeitslosengeld I im April ausgelaufen war. Er ist herzkrank und versucht mit der Unterstützung des VdK Sachsen eine Erwerbsminderungsrente zu erhalten. Die dreiköpfige Familie lebt vom Gehalt seiner Frau, die Hausmeisterin ist. Bürgergeld steht ihnen nach Auskunft der Behörden nicht zu, da das monatliche Gehalt mit rund 1600 Euro netto zu hoch sei. Sein Antrag auf Kinderzuschlag wurde nicht angenommen, da die Leistung erst sechs Monate nach Auslaufen seines Arbeitslosengelds beantragt werden darf. „Das ist ein Fehler im

System“, kritisiert er. „Über die Runden kommen ist überhaupt nicht möglich.“ Dazu wartet die Familie seit fünf Monaten, dass das Wohngeld bewilligt wird. Der Sozialverband VdK kritisiert den starren Bemessungszeitraum beim Kinderzuschlag und fordert eine Flexibilisierung, damit die Leistung tatsächlich den Familien helfen kann. Es braucht eine gute Kindergrundsicherung, damit die Eltern nicht von Behörde zu Behörde laufen müssen. **juf**

*Name der Redaktion bekannt

Vermögenssteuer für starken Sozialstaat

VdK fordert mit 21 Verbänden und Initiativen gerechteres Steuersystem

In Deutschland leben so viele Menschen mit einem Vermögen von einer Milliarde Euro und mehr wie nie zuvor, während die Armut hoch bleibt. Der Sozialverband VdK fordert gemeinsam mit 21 weiteren Partnern die Wiedereinführung einer Vermögenssteuer, um den Sozialstaat zu stärken und Armut zu bekämpfen.

Nach einer Auswertung des Manager Magazins gibt es hierzulande aktuell 249 Milliardärinnen und Milliardäre. Sie verfügen zusammen über ein Vermögen von 1,1 Billionen Euro, schreibt das Magazin. Im Vorjahr lag die Zahl bei 226, während im Jahr 2001 nur 69 Milliardärinnen und Milliardäre gezählt worden sind.

Auf der anderen Seite bleibt die Armut in Deutschland auf einem hohen Stand. 16,6 Prozent der Bevölkerung sind derzeit armutsgefährdet. Als armutsgefährdet gelten Menschen, die weniger als 60 Prozent des mittleren Haushaltseinkommens zur Verfügung haben.

Superreiche besteuern

Der Sozialverband VdK fordert als Teil eines Bündnisses aus Sozial- und Wohlfahrtsverbänden, Umweltorganisationen, Gewerkschaften und zivilgesellschaftlichen Initiativen die Besteuerung sehr großer Vermögen. „Anstatt mit angezogener Schuldenbremse am Wohl der Menschen und der Infrastruktur zu sparen, brauchen wir ein gerechteres Steuersystem, um dringend notwendige sozial-politische Aufgaben finanzieren zu können und Armut zu bekämpfen. Es ist an der Zeit, dass dafür die Superreichen in diesem Land endlich stärker in die Verantwortung genommen werden und ihren Beitrag für eine gerechte Gesellschaft leisten“, erklärt Bentele. „Durch die knappen öffentlichen Haushalte fehlt es der Politik an finanziellen Spielräumen, um unseren Sozialstaat abzusichern.“

Der VdK weist in dem gemeinsamen Statement mit dem Titel „Die Zeit ist reif: Superreiche gerecht besteuern“ mit Partnern wie Brot für die Welt, Greenpeace, der Arbeiterwohlfahrt

(AWO) und dem Deutschen Gewerkschaftsbund (DGB) darauf hin, dass die wachsende Ungleichheit in der Gesellschaft eine große Gefahr für die Demokratie darstellt. Viele Menschen würden mit Unverständnis auf die Kürzung sozialer Leistungen sowie den Investitionsstau bei der öffentlichen Infrastruktur und Aufgaben der Daseinsvorsorge reagieren – insbesondere vor dem Hintergrund, dass Reichtum sich immer stärker in den Händen weniger konzentriert.

In dem offenen Brief warnen die Unterzeichnerinnen und Unterzeichner zudem davor, dass sich deshalb viele Bürgerinnen und Bürger von der Demokratie abwenden könnten und dadurch rechtsextreme Parteien weiter erstarben.

Jörg Ciszewski

VdK sorgt gleich mehrfach für bessere Rente

Sozialverband setzt sich erfolgreich für Manfred Szczina ein – Deutsche Rentenversicherung lenkt ein

Manfred Szczina hatte schwere gesundheitliche Probleme. Dennoch war die Deutsche Rentenversicherung der Auffassung, das VdK-Mitglied aus Bayern könne noch arbeiten gehen. Mithilfe des VdK hat er durchgesetzt, dass er nun eine Altersrente für schwerbehinderte Menschen bezieht.

Im Jahr 2017 bekam Szczina im Alter von 58 Jahren eine Blutvergiftung. Er wurde zunächst im Krankenhaus behandelt. Als er nach zehn Tagen entlassen wurde, hätte ihm der Hausarzt eigentlich ein Antibiotikum verschreiben sollen, um die Therapie fortzusetzen. Doch der Arzt meinte, das sei nicht notwendig.

Mehrere Schlaganfälle

Nach einem Dreivierteljahr erlitt Szczina einen Schlaganfall, kurze Zeit später gleich noch einen. Es stellte sich heraus, dass die Blutvergiftung nicht richtig behandelt worden und dadurch nicht ausgeheilt war. Vor allem das Herz war betroffen: Eine Herzklappe war defekt, außerdem hatte sich der Herzbeutel entzündet.

Als er Anfang 2019 einen dritten Schlaganfall bekam, machten ihm die Ärzte unmissverständlich klar, dass er nicht mehr arbeiten kann. Szczina suchte daraufhin den VdK auf, bei dem er schon viele Jahre Mitglied und auch ehrenamtlich tätig war, und beantragte mit dessen Unterstützung Erwerbsminderungsrente. Im Mai 2019 kam die Antwort der Deutschen Rentenversicherung: Der Antrag wurde abgelehnt.

„Gehen den Weg weiter“

„Ich empfand das als sehr ungerecht, weil ich den Arbeitsalltag wirklich nicht mehr bewältigen konnte“, erzählt der ehemalige Hausmeister. Immer wieder hatte er es probiert, aber seine Gesundheit spielte einfach nicht mehr mit. Der damalige Coburger VdK-Kreisgeschäftsführer Thomas Steinlein, der den Fall bearbeitete, beruhigte ihn. „Er hat gesagt, ich solle mich nicht aufregen, und gemeint: ‚Wir gehen den Weg einfach weiter‘“, berichtet Szczina.

Auch der Widerspruch im Mai 2019 wurde abgelehnt. Daraufhin legte der VdK Coburg Klage ein. Vor Gericht unterbreitete die Rentenversicherung Szczina ein Angebot für einen Vergleich: Sein am 28. Juni 2018 gestellter Rehaantrag könne als Rentenantrag umgedeutet werden. Somit würde die Rente wegen teilweiser Erwerbsminderung bei Berufsunfähigkeit ab dem 1. Juni 2018 bewilligt.

Aufgrund einer Gesetzesänderung, die 2019 in Kraft getreten ist, werden die Zurechnungszeiten von Erwerbsminderungsrenten schrittweise verlängert. Versicherte, die ab dem 1. Januar 2019 in Rente gehen, erhalten also eine höhere Rente. Steinlein sorgte dafür, dass auch Szczina von dieser Regelung profitiert. Dafür musste sich der Zeitpunkt seines Renteneintritts verschieben.

Da er auf Aufforderung seiner Krankenkasse einen Rehaantrag gestellt hatte, konnte Szczina nicht mehr eigenständig über seine Ansprüche gegenüber der Rentenversicherung entscheiden. Dafür musste er erst die Zustimmung seiner Kasse einholen. Also beantragte Steinlein bei der Krankenkasse die Aufhebung des Gestaltungsrechts. Diese stimmte zu. Somit war es möglich, den Rentenbeginn auf den 1. Januar 2019 zu verlegen, was für Szczina ein Rentenplus von 140 Euro bedeutet.

2021 erreichte der VdK, dass Szczina eine teilweise Erwerbsminderungsrente wegen Berufsunfähigkeit erhielt, sowie zusätzlich die volle Höhe des Arbeitslosengelds für die Jahre 2019 und 2020.

Doch damit nicht genug: Steinlein stellte beim Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS) Oberfranken einen Antrag auf Schwerbehinderung, die ab einem Grad der Behinderung (GdB) von 50 festgestellt ist. Dieser wurde mit einem GdB von 40 bewilligt. Dagegen legte der VdK Widerspruch ein. Mit Erfolg: Der GdB wurde auf 50 erhöht, sodass Szczina den Schwerbehindertenstatus erlangte. Damit konnte er zwei Jahre früher in Rente gehen. Der mittlerweile 65-Jährige bezieht nun die Altersrente für schwerbehinderte Menschen.

Unermüdlicher Einsatz

„Mir ist ein großer Stein vom Herzen gefallen“, sagt Manfred Szczina erleichtert. Zwei Jahre lang hatte er von dem gelebt, was seine Frau verdiente, und Bürgergeld bezogen. Er lobt vor allem den uner müdlichen, großen Einsatz von Kreisgeschäftsführer Thomas Steinlein, der mittlerweile die Kreisgeschäftsstellen in Bayreuth und Kronach leitet. „Wenn ich den VdK nicht gehabt hätte, hätte ich keine Unterstützung bekommen. Allein schafft man das nicht“, betont er. **Annette Liebmann**

Schmerztherapie mit Cannabis

VdK erstreitet vor Gericht Kostenübernahme

Der VdK Niedersachsen-Bremen hat vor dem Sozialgericht Oldenburg durchgesetzt, dass die Krankenkasse eines Mitglieds die Kosten für eine Schmerzbehandlung mit Cannabis übernehmen muss.

Ständige Gelenk- und Rückenschmerzen überschatteten den Alltag von Nadine F.* seit vielen Jahren. Die Ärzte haben bei der 46-Jährigen neben einer chronischen Schmerzstörung und einer depressiven Erkrankung auch Arthrose festgestellt. Die Verschleißerkrankung verschlimmerte sich im Laufe der Jahre, weil die übergewichtige Frau in ihrem Beruf körperlich stark beansprucht wurde. Sie war bis zu ihrer Erkrankung vor drei Jahren als Altenpflegehelferin und im Fahrdienst tätig.

Hinzu kommt, dass sie nach mehreren Darm- und Magenoperationen mittlerweile bestimmte Medikamente nicht mehr verträgt. Von dem als Schmerzmittel verschriebenen Opioid Tilidin war sie abhängig geworden. Ihr Gesundheitszustand und die vielen erfolglosen Behandlungen veranlassten ihren Schmerzarzt schließlich dazu, eine Cannabis-Therapie zur Linderung zu empfehlen. Außerdem sollte sie dadurch von dem Opioid Tilidin entwöhnt werden.

Zunächst zahlte sie das Cannabis-Medikament Dronabinol vier Monate selbst, um es auszuprobieren. Die Schmerzen gingen zurück, sie konnte wieder besser schlafen, und Entzugserscheinungen vom Tilidin blieben aus.

Daraufhin stellte sie bei der Krankenkasse einen Antrag auf Kostenübernahme. Diese lehnte jedoch ab. Auch dem Widerspruch des Oldenburger VdK-Kreisverbandsgeschäftsführer Dirk Künzel wurde nicht stattgegeben. Kosten für Cannabis-Medikamente könnten nur übernommen werden, wenn keine Therapiealternative hilft, schrieb die Kasse.

Keine Alternative

Künzel klagte und wies mithilfe ärztlicher Gutachten nach, welche Behandlungen bisher erfolglos waren. In einer Abwägung machte er deutlich, dass für Nadine F. keine andere Therapie mehr als die mit Dronabinol erfolversprechend sei. Aufgrund eines Magenbypasses und ihrer Opioid-Abhängigkeit kämen bestimmte Schmerzmittel aus gesundheitlichen Gründen nicht in Betracht.

Die Richterin gab dem VdK schließlich Recht. Seit Juli übernimmt die Krankenkasse die Kosten für das Präparat. Nadine F. hat durch die Cannabis-Therapie wieder mehr Kraft zurückgewonnen, um ihren Alltag zu organisieren. Dafür ist sie dem VdK und Dirk Künzel sehr dankbar. **cis**

***Name der Redaktion bekannt**

Pflegeheim: Wie hoch sind die Hotelkosten?

Heimbewohnerinnen und -bewohner müssen Unterkunft und Verpflegung komplett selbst bezahlen

Die Kosten für einen Pflegeheimplatz setzen sich aus drei Positionen zusammen: der Eigenanteil für die Pflege- und Ausbildungskosten, die Investitionskosten sowie die Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Letztere werden auch Hotelkosten genannt. Aber was beinhalten diese genau?

Die aktuelle politische Debatte um eine Eindämmung der Pflegeheimkosten konzentriert sich auf den Eigenanteil bei den Pflege- und Ausbildungskosten. Dieser wird auch als einrichtungseinheitlicher Eigenanteil (EEE) bezeichnet und liegt aktuell im Schnitt bei 1678 Euro. Damit macht er einen Großteil der Gesamtkosten für einen Pflegeheimplatz aus, die im Schnitt bei 3123 Euro liegen.

Um die ausufernden Preise für einen Pflegeheimplatz einzudämmen, ist eine teilweise oder vollständige Deckelung des EEE im Gespräch. Davon unberührt blieben allerdings die beiden anderen Kostenpunkte, die monatlich in Rechnung gestellt werden. Die Investitionskosten schlagen hier durchschnittlich mit 490 Euro zu Buche, die Hotelkosten betragen 955 Euro.

Die Hotelkosten müssen vollständig vom Pflegebedürftigen bezahlt werden. Das gilt für alle Formen der stationären Pflege, egal ob dauerhaft, teilstationär oder als Kurzzeitpflege. Auch bei den in der Politik diskutierten Varianten zur Deckelung des EEE würde das so bleiben. Ist der Pflegebedürftige nicht in der Lage, diese Kosten selbst zu tragen, bleibt meist nur der Weg, Hilfe zur Pflege zu beantragen.

Gleichbehandlung

Warum müssen die Hotelkosten in voller Höhe vom Pflegebedürftigen übernommen werden? Der Gesetzgeber verfolgt mit dieser Regelung eine Gleichbehandlung mit Pflegebedürftigen in der häuslichen Pflege. Denn diese müssen für die normale Lebensführung ebenfalls in vollem Umfang selbst aufkommen. Außerdem wird damit einem möglichen Anreiz entgegengewirkt, zur Entlastung der im eigenen Haushalt anfallenden Kosten von Unterkunft und Verpflegung die Leistungen der stationären Pflege in Anspruch zu nehmen.

Die Höhe der Hotelkosten werden über die Pflegesatzverhandlungen zwischen den Einrichtungen und den Kostenträgern, also vor allem Kranken- und Pflegekassen sowie die Sozialhilfe, vereinbart. Auf diese Weise soll eine relative Preisstabilität und Transparenz gewährleistet werden.

Es ist ratsam, die Angaben im Wohn- und Betreuungsvertrag, der mit dem Pflegeheim abgeschlossen wird, zu überprüfen. Darin ist geregelt, welche Kosten anfallen. Es handelt sich

dabei um einen zivilrechtlichen Vertrag, zu dem der VdK nicht berät. Beratung bieten unter anderem die Verbraucherzentralen an.

Die Hotelkosten setzen sich zusammen aus Kosten für Heizung und Strom, Reinigung von Zimmern und Gemeinschaftsräumen sowie Wartung und Unterhalt des Gebäudes. Außerdem werden die Kosten für Wäscheversorgung und Müllentsorgung sowie für Veranstaltungen zur Förderung körperlicher und geistiger Aktivitäten hinzugerechnet.

Die Hotelkosten reduzieren sich, wenn der Bewohner oder die Bewohnerin aus gesundheitlichen Gründen weniger bis gar keine Nahrung zu sich nehmen kann. Darüber hinaus werden geringere Hotelkosten bei Abwesenheiten ab dem vierten Tag berechnet. Die Regelungen hierzu können in den Bundesländern unterschiedlich sein. **Jörg Ciszewski**

Häusliche Pflege von Menschen mit Demenz

Einen an Demenz erkrankten Angehörigen zu pflegen, ist eine große Herausforderung. Das Bundesministerium für Gesundheit hat eine Broschüre herausgegeben, in der sie über die häusliche Pflege von Menschen mit Demenz informiert und hilfreiche Tipps gibt.

Mehr als 1,6 Millionen Menschen sind in Deutschland an Demenz erkrankt. Bei den meisten treten Demenzerkrankungen im höheren Alter auf. Vor dem Hintergrund einer älter werdenden Gesellschaft gibt das Bundesgesundheitsministerium deshalb einen „Ratgeber Demenz“ heraus und reagiert damit auf einen wachsenden Bedarf an Informationen zum Umgang mit Demenz. Die Broschüre soll vor allem jenen eine wichtige erste Orientierung bieten, die Angehörige mit Demenz zu Hause pflegen. Neben Informationen zu Diagnose und Verlauf einer Demenz gibt die Publikation wertvolle Tipps zum Umgang mit Erkrankten im Betreuungsalltag. Außerdem informiert sie darüber, welche Leistungen Pflegebedürftige in Anspruch nehmen können und wo pflegende Angehörige Unterstützung erhalten.

Die Broschüre (188 Seiten) ist vergriffen, kann aber vorbestellt werden. Im Internet kann sie kostenlos heruntergeladen werden. **cis**

🔗 www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/details/ratgeber-demenz.html

Kein Budget für Pflegelohn

Politischer Wille für stabile Finanzierung nötig

Bittere Nachrichten für pflegebedürftige Menschen und pflegende Angehörige: Für das kommende Jahr ist im Bundeshaushalt kein Budget für einen Lohnersatz für Pflegende eingeplant.

„Es ist damit praktisch ausgeschlossen, dass noch in dieser Legislaturperiode eine finanzielle Entlastung für die Millionen Menschen in der Nächstenpflege kommen wird“, kritisiert VdK-Präsidentin Verena Bentele.

Ein Lohnersatz oder ein Pflegelohn ist eine der Hauptforderungen des Sozialverbands VdK im Bereich der häuslichen Pflege. Im Koalitionsvertrag, der im Frühjahr 2021 beschlossen wurde, hatten die Regierungsparteien diese Leistung als ein wichtiges politisches Projekt vereinbart. „Dass kein Lohnersatz bis zu den Bundestagswahlen im September 2025 kommen wird, ist die bittere Realität“, sagt Bentele. „Wir fordern, dass dieses Vorhaben weiterhin umgesetzt wird.“

Alleingelassen

Die große Mehrheit der Pflegebedürftigen wird zu Hause gepflegt. Bentele sagt weiter: „Pflegende Angehörige brauchen endlich echte Unterstützung für ihren intensiven Einsatz. Diese Menschen werden im Moment mit ihren Sorgen alleingelassen.“ Eine grundlegende Reform der Finanzierung der Pflegeversicherung sei weiterhin dringend notwendig.

Eine Versicherung für alle

„Es braucht eine Pflegeversicherung, in die alle – also auch Beamtinnen und Beamte, Selbständige sowie Abgeordnete – einzahlen. Alle Einkunftsarten müssen in die Beitragsberechnung einbezogen werden“, fordert Bentele. Nur wenn die Versicherung auf eine größere Einzahlerbasis gestellt wird, kann die Pflegepolitik zukunftsweisend weiterentwickelt werden. „Auch hier fehlt der politische Wille, mehr Geld für die Pflege aufzubringen“, kritisiert Bentele. **juf**

Leichter hineinschlüpfen

Krankenkasse zahlt Hilfsmittel für Kompressionsstrümpfe

Kompressionsstrümpfe helfen Patientinnen und Patienten mit Venenleiden. Doch das Anziehen ist für viele mühsam. Eine Anziehhilfe schafft Erleichterung.

Menschen mit Venen- oder Lymphgefäßerkrankungen tragen oft Kompressionsstrümpfe oder -strumpfhosen, die die Blutzirkulation und das Lymphsystem unterstützen. Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt die Krankenkasse die Kosten von zwei Paar Strümpfen oder Strumpfhosen abzüglich der gesetzlichen Zuzahlung zwischen fünf und zehn Euro. Mindestens sechs Monate sollten die beiden Paare genutzt werden.

Damit die Kompressionsstrümpfe gut anliegen und wirken, sollten sie richtig angezogen werden. So wird empfohlen, in diese morgens nach dem Duschen oder Waschen

hineinzuschlüpfen. Die Haut sollte trocken, aber nicht eingecremt sein. Wer das Bein beim Anziehen auf einen Hocker oder Stuhl stellt, braucht sich nicht so tief zu bücken.

Dann die Strümpfe oder Strumpfhosen zusammenrollen, die Position der Ferse nach unten halten, mit den Zehen in die Öffnung rutschen, den Strumpf langsam nach oben ziehen und diesen von unten nach oben glatt streichen.

Gerade für Personen, die körperlich nicht mehr so beweglich sind, kann dies schwierig sein. Eine große Erleichterung bietet eine Anziehhilfe. Dieses Gestell kann ebenfalls ärztlich verordnet und so von der Krankenkasse bezahlt werden.

Mit einer Anziehhilfe wird der Kompressionsstrumpf verkehrt herum über den mittleren Teil des Gestänges gezogen und etwas zusammengerollt, sodass eine Röhre entsteht. Das Gestänge wird mit der rechten und linken Hand festgehalten, den Fuß in die Öffnung führen und die Anziehhilfe nach oben ziehen, bis der Strumpf glatt anliegt.

Wer nicht allein klarkommt und keine Hilfe von Angehörigen hat, kann zusätzlich einen ambulanten Dienst als Unterstützung verschrieben bekommen. **Sebastian Heise**

Weniger Videosprechstunden

Während der Corona-Pandemie waren Videosprechstunden extrem gefragt. Wie eine Auswertung der Techniker Krankenkasse (TK) zeigt, stieg die Anzahl der Online-Behandlungen von TK-Versicherten 2021 auf den bisherigen Höchstwert von 956 000. Inzwischen ist die Nachfrage jedoch um 40 Prozent zurückgegangen.

Im ersten Corona-Jahr 2020 war die Zahl der durchgeführten Videosprechstunden sprunghaft von 358 (2019) auf 709 000 und schließlich auf 956 000 (2021) gestiegen. Bereits 2022 wurde ein Rückgang auf 717 000 Internet-Behandlungen verzeichnet, ehe die Anzahl im vergangenen Jahr auf rund 576 000 sank. „Diese ernüchternde Entwicklung zeigt leider, dass die Corona-Pandemie der Digitalisierung im Gesundheitswesen nur einen kurzfristigen Anstoß gegeben hat“, beklagt TK-Vorstandsvorsitzender Dr. Jens Baas. Und das, obwohl die Videosprechstunde ihr Potenzial, die Gesundheitsversorgung in Deutschland sinnvoll zu ergänzen, während der Pandemie bewiesen habe.

Großer Nutzen

Der aktuelle Abwärtstrend hängt laut Baas unter anderem mit der Aufhebung der Corona-Hygienerregeln zusammen. Der Nutzen von Videosprechstunden für die Versorgung sei jedoch auch abseits der Pandemie groß: „Eine digitale Behandlung spart Anfahrtswege, Wartezeiten in vollen Arztpraxen und reduziert das Ansteckungsrisiko aller Beteiligten“, betont der TK-Chef. Ärztinnen und Ärzte seien aufgrund der digitalen Behandlung zudem flexibler in ihrer Arbeit und könnten den Alltag in der Praxis dadurch deutlich effizienter organisieren. „Und nicht zuletzt stellen die Videosprechstunden in versorgungsschwächeren Gebieten eine gute Behandlung sicher.“ **mib**

Volkkrankheit Herzschwäche

Bundesweite Aufklärungskampagne der Deutschen

Herzstiftung

Die Deutsche Herzstiftung informiert während der bundesweiten Herzwochen im November über die Herzschwäche, in der Medizin auch Herzinsuffizienz genannt. Nach Schätzungen leiden bis zu vier Millionen Menschen hierzulande an Herzschwäche. Jahr für Jahr sterben über 35 000 Menschen daran.

Die Deutsche Herzstiftung verdeutlicht in ihrer Aufklärungskampagne: Mit rund 450 000 vollstationären Fällen pro Jahr ist die Herzschwäche die häufigste Diagnose für eine Krankenhausaufnahme. In rund 70 Prozent der Fälle liegen der Herzschwäche eine langjährige Herzkranzgefäßerkrankung, koronare Herzkrankheit (KHK) genannt, und Bluthochdruck zugrunde.

Das Treppensteigen wird zur Tortur, selbst eine leichte Bergwanderung strengt ungemein an: Bei der Herzschwäche ist das Herz aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr in der Lage, den Körper mit ausreichend Blut und Sauerstoff zu versorgen. Die Folge sind Schäden an Herz, Gehirn, Nieren und Muskeln.

Zwar können auch junge Menschen an einer Herzinsuffizienz erkranken, zum Beispiel nach entzündlichen Herzmuskelerkrankungen wie Myokarditis. Größtenteils sind aber Menschen im höheren Alter von Herzinsuffizienz betroffen. Besonders ab 65 Jahren steigt die Zahl der Krankenhauseinweisungen steil an. In dieser Altersgruppe sind laut Deutscher Herzstiftung 13-mal mehr Personen betroffen als bei den 45- bis 64-Jährigen.

Schleichende Symptome

Am häufigsten entwickelt sich eine Herzschwäche aus der KHK, aus der der Herzinfarkt entsteht, gefolgt von Bluthochdruck, Diabetes und Übergewicht. Sie macht sich zunächst mit eher schleichenden Symptomen bemerkbar: Kurzatmigkeit bei Belastung, Leistungsabnahme und Flüssigkeitseinlagerungen in Form von geschwollenen Beinen und Knöchelödemen. „In diesem Moment ist die Herzschwäche allerdings bereits weit vorangeschritten“, warnt der Kardiologe Professor Dr. Thomas Voigtländer, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Unter dem Motto „Stärke Dein Herz! Herzschwäche erkennen und behandeln“ stehen deshalb bei den Herzwochen gezielte Informationen über die möglichen Ursachen, Symptome und Warnzeichen wie auch aktuelle Therapien der Herzinsuffizienz im Zentrum der Kampagne.

„Die chronische Herzinsuffizienz ist in den meisten Fällen das Endstadium von Herzkrankheiten wie KHK, Herzklappenerkrankungen, Herzrhythmusstörungen und angeborenen Herzfehlern. Treten KHK und Bluthochdruck gemeinsam mit Diabetes auf, dann nimmt die Wahrscheinlichkeit einer Herzschwäche zu“, heißt es weiter im Deutschen Herzbericht 2024 der Herzstiftung.

Zur Therapie gibt es verschiedene Medikamentengruppen (Betablocker, ACE-Hemmer oder ARNIs, MRAs und SGLT-2-Hemmer). Sie wirken jeweils auf unterschiedliche Weise positiv auf eine Herzinsuffizienz ein. Hinzu kommen wassertreibende Medikamente, sogenannte Diuretika, gegen Wassereinlagerungen (Ödeme) im Körper. Die Herzmedizin verfügt auch über moderne technische Geräte, wie implantierbare Defibrillatoren und Herzschrittmacher, außerdem gibt es die Katheterablation, ein minimalinvasives Verfahren zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen, und viele weitere Behandlungsmöglichkeiten, über die man sich informieren kann.

„Zusätzlich ist eine konsequente Anpassung des Lebensstils, allen voran durch Rauchverzicht, regelmäßige Bewegung, ausgewogene Ernährung und Stress-Management mitentscheidend“, betont der Kardiologe. „Die Vermeidbarkeit der Herzschwäche durch Lebensstiländerungen – zusätzlich zur medizinischen Therapie – müssen wir noch mehr in den Fokus nehmen.“

Die Herzwochen informieren rund um die Vorbeugung und Therapie der Herzschwäche sowie ihrer Grund- und Begleiterkrankungen. Weitere Infos unter <https://herzstiftung.de/herzwochen> oder per Telefon unter (069) 95 51 28-400. Petra J. Huschke

Expertentelefonam 7. November

Herzpatienten haben oft Fragen zur eigenen Erkrankung und Therapie. Deshalb bieten der Sozialverband VdK und die Deutsche Herzstiftung gemeinsam eine telefonische Sprechstunde für Betroffene und ihre Angehörigen an.

Drei Kardiologen aus dem Vorstand beziehungsweise Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung sind am Donnerstag, 7. November, am Telefon. Sie beantworten medizinische Fragen zu Diagnose, Therapie und Risikovorsorge von Herz- und Kreislauf-Erkrankungen wie Herzschwäche, koronare Herzkrankheit, Herzrhythmusstörungen, Klappenerkrankungen und Bluthochdruck. Sie erreichen unsere Experten zwischen 18 und 19 Uhr direkt unter der Telefonnummer 0180 3 33 41 23*

Professor Dr. Thomas Voigtländer, Ärztlicher Direktor, Agaplesion Bethanien-Krankenhaus, Cardioangiologisches Centrum Bethanien, Frankfurt/Main, Professor Dr. Stefan Störk, Oberarzt der Medizinischen Klinik und Poliklinik I/Leiter der Herzinsuffizienz-Ambulanz, Uniklinikum Würzburg, und Professor Dr. Thomas Nordt, Ärztlicher Direktor der Klinik für Herz- und Gefäßkrankheiten, Klinikum Stuttgart, sind Ihre Ansprechpartner.

Wichtig: Die Telefonsprechstunde kann keinen Arztbesuch ersetzen. In Notfällen sollten Sie direkt den Notruf 112 wählen.

Infos zu den bundesweiten Herzwochen unter

🌐 www.herzstiftung.de/herzwochen

** 9 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz und maximal 42 Cent aus dem deutschen Mobilfunknetz*

Das lange Warten auf den Facharzttermin

VdK: Nicht zu akzeptieren, dass gesetzlich Krankenversicherte für einen schnelleren Termin zur Kasse gebeten werden

Gesetzlich Krankenversicherte müssen oft Wochen oder Monate auf einen Termin bei der Fachärztin oder dem Facharzt warten. Wer allerdings anbietet, selbst zu zahlen, kann die Wartezeit dadurch häufig erheblich verkürzen. Der Sozialverband VdK beobachtet diese Entwicklung mit Sorge.

Eine Frau, die Mitglied im VdK ist, berichtet, dass sie auch nach 25 Anrufen bei Gynäkologen keinen Termin bekommen hat. Ein anderes VdK-Mitglied muss trotz Schmerzen acht Wochen auf einen Termin beim Radiologen warten. Viele Versicherte können von solch frustrierenden Erlebnissen bei der Terminsuche berichten.

Wer aber als Kassenpatient anbietet, eine Untersuchung selbst zu bezahlen, wird bei der Terminvergabe bevorzugt. So wie eine Mutter von zwei Kindern, der nach einer Vorsorgeuntersuchung geraten wurde, schnell eine Mammografie machen zu lassen. Zunächst hieß es beim Arzt, ein Termin sei erst in drei Monaten möglich. Weil sie sich Sorgen machte, bot die Patientin an, die Mammografie selbst zu bezahlen – und bekam am nächsten Tag einen Termin.

Finanziell lukrativ

Für Ärztinnen und Ärzte sind Patientinnen und Patienten, die als Selbstzahler und nicht als gesetzlich Versicherte um einen Termin fragen, finanziell lukrativ. Denn die Behandlung auf Selbstkosten kann höher abgerechnet werden, da nicht wie üblich für gesetzlich Krankenversicherte der Einheitliche Bewertungsmaßstab ärztlicher Leistungen (EBM), sondern die Gebührenordnung der Ärzte (GOÄ) für Privatversicherte zur Abrechnung herangezogen wird. Der Anreiz, Privatversicherte oder Selbstzahler vorzuziehen, besteht darin, dass keine Pauschalbeträge ausgezahlt werden, sondern jede Leistung einzeln abgerechnet werden kann. Auf der anderen Seite wird bei der Abrechnung über die gesetzliche Krankenkasse ein Verwaltungskostenanteil abgezogen.

In der Praxis ist es nur ein Teil der Ärzteschaft, der die finanziellen Interessen bei der Behandlung auf diese Weise voranstellt oder sogar Selbstzahler-Sprechstunden auf Kosten der Zeit für Kassenpatienten einrichtet. Doch dadurch wird das bestehende Problem der langen Wartezeiten auf einen Facharzttermin weiter verschärft.

In jedem Fall ist aus Sicht des VdK nicht zu akzeptieren, dass die Notsituation von Kassenpatientinnen und -patienten ausgenutzt wird und sie neben ihren Krankenversicherungsbeiträgen dringend benötigte Facharztbehandlungen aus eigener Tasche zahlen müssen.

Um die notwendige Verbesserung bei der Terminvermittlung zu erreichen, sieht der VdK verschiedene Bausteine. „Ein Problem ist, dass es zu wenig niedergelassene Fachärzte gibt. Um Abhilfe zu schaffen, könnten die Studienplatzkapazitäten erhöht werden. Außerdem könnten Förderungen dazu beitragen, dass sich mehr Ärztinnen und Ärzte in ländlichen Regionen niederlassen“, erklärt VdK-Präsidentin Verena Bentele. Letzteres wird derzeit durch die Landarztquote probiert. Darüber hinaus könnte ein wichtiger Schritt sein, die Budgetierung der Praxen aufzuheben und so die Neuaufnahme von Patientinnen und Patienten zu ermöglichen.

Dringlichkeitscode

Der VdK unterstützt das Konzept der Hausarztzentrierten Versorgung. Innerhalb dieses Versorgungsmodells könnten der Hausarzt oder die Hausärztin auf die Vermittlung zur Facharztpraxis Einfluss nehmen, indem sie auf der Überweisung die Dringlichkeit der Behandlung dokumentieren. Eine weitere Möglichkeit einer schnelleren Terminvergabe bietet der Service der Kassenärztlichen Vereinigung unter der Telefonnummer 116 117.

Um einer Mehrklassenmedizin die Grundlage zu entziehen, fordert der VdK die Einführung einer Bürgerversicherung, in die alle, auch Beamtinnen und Beamte sowie Selbstständige, verpflichtend einzahlen. „Wenn als Folge dessen Ärztinnen und Ärzte nach einer einheitlichen Gebührenordnung abrechnen würden, gäbe es keinen Platz mehr für das unsolidarische Handeln einiger Kassenärzte, wie wir es jetzt bei der Bevorzugung von Selbstzahlern beobachten“, sagt Bentele. **Jörg Ciszewski**

Tupfer im Bauch vergessen

Melderegister für Behandlungsfehler kann Versorgung verbessern

In der medizinischen Versorgung von Patientinnen und Patienten kommt es immer wieder zu Behandlungsfehlern. Im Jahr 2023 erstellte der Medizinische Dienst (MD) Bund dazu 12 438 fachärztliche Gutachten.

In 3160 Fällen bestätigte der MD einen Fehler mit Schaden. In 2679 Fällen ist dieser Fehler ursächlich für den erlittenen Schaden, sodass die Betroffenen Aussicht auf Schadensersatz haben. 75 Patientinnen und Patienten verstarben infolge eines Behandlungsfehlers. Zu diesen Ergebnissen kommt der MD in seinem Bericht zur Behandlungsfehlerbegutachtung, den er kürzlich vorgelegt hat.

Von den insgesamt 12 438 Fällen wurden zwei Drittel im stationären Bereich verursacht, ein Drittel im ambulanten Bereich. Knapp 65,5 Prozent aller Betroffenen sind nach dem Behandlungsfehler wieder vollständig genesen, während fast 30 Prozent einen dauerhaften Schaden erlitten haben.

Hohe Dunkelziffer

Die Zahlen sind nicht repräsentativ. Expertinnen und Experten gehen von einer hohen Dunkelziffer aus. Schätzungen zufolge soll es in einem Prozent aller stationären Behandlungen zu Fehlern und vermeidbaren Schäden kommen, so Dr. Stefan Gronemeyer, Vorstandsvorsitzender des MD Bund. Pro Jahr würden demzufolge etwa 168 000 Patientinnen und Patienten einen Behandlungsfehler erleiden und rund 17 000 Patientinnen und Patienten daran versterben.

151 Fälle, die der MD im Jahr 2023 begutachtet hat, betrafen sogenannte „Never Events“. Der englische Begriff steht für schwerwiegende Ereignisse, die eigentlich nicht vorkommen dürften. Dazu zählen etwa Verwechslungen von Körperteilen oder chirurgische Instrumente, die bei Operationen im Körper vergessen werden.

Solche „Never Events“ sind in Deutschland bisher nicht meldepflichtig. In Ländern wie den USA oder Großbritannien werden sie hingegen in einer „Never-Event-Liste“ erfasst und Handlungsempfehlungen zusammengetragen, um solche Ereignisse zu vermeiden.

„Es ist wichtig, dass aus den Fehlern gelernt wird“, sagt Ilias Essaida, VdK-Referent für Gesundheitspolitik. „Dafür wäre ein Never-Event-Register, wie es etwa das Aktionsbündnis Patientensicherheit (APS) empfiehlt, ein wichtiges Instrument.“ Die Möglichkeit, dass medizinisches Fachpersonal Fehler anonym und straffrei melden kann, könnte die Sicherheit von Patientinnen und Patienten erhöhen und ihre Versorgung deutlich verbessern.

Bei einem Verdacht auf einen Behandlungsfehler können sich Betroffene an ihre Krankenkasse wenden. Diese kann über den MD ein Gutachten in Auftrag geben, das für Patientinnen und Patienten kostenlos ist. Auch die Gutachterkommissionen für Behandlungsfehler der Landesärztekammern helfen weiter. **Kristin Enge/cl**

Nicht lieferbar

Auch in diesem Jahr fehlt es an Medikamenten

„Knapp 500 Medikamente sind derzeit von Lieferengpässen betroffen“, sagte Mathias Arnold, Vizepräsident der Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände kürzlich. Ähnlich ernst war die Lage im vergangenen Jahr. Dann trat im Juli 2023 das Gesetz mit dem sperrigen Namen in Kraft: das „Arzneimittel-Lieferengpassbekämpfungs- und Versorgungsverbesserungsgesetz“.

Patientinnen und Patienten klagen schon wieder, dass bestimmte Arzneimittel nicht mehr in den Apotheken erhältlich sind. Es handelt sich etwa um Antibiotika, Blutdrucksenker, Schmerzmittel, Insuline und Krebsmedikamente.

Manche der Maßnahmen aus dem Gesetz brauchen mehr Zeit. Es ist beispielweise noch nicht gelungen, die Produktion von Arzneimitteln wieder verstärkt in Europa zu etablieren und weniger abhängig von den Lieferketten aus Asien zu sein. Auch die geplanten größeren Lagerbestände für Arzneimittel scheinen die Probleme nicht zu lösen.

Geeignete Alternativen

Sind Arzneimittel nicht lieferbar, pendeln Patientinnen und Patienten auf der Suche nach einer geeigneten Alternative oft zwischen Arztpraxis und Apotheke hin und her. In einigen Ausnahmefällen können sie zwar Arzneimittel wie Ibuprofensaft oder Asthmamittel wie Salbutamol in fremdsprachigen Ausführungen in der Apotheke erhalten. Dies ist aber nur möglich, wenn das Bundesinstitut für Arzneimittel das bei einem Lieferengpass gestattet.

Der Sozialverband VdK sieht die Bundesregierung weiterhin in der Pflicht: Ihre Aufgabe ist es, die Arzneimittelversorgung der Patientinnen und Patienten sicherzustellen. Zudem sollten Apothekerinnen und Apotheker mit mehr Kompetenzen ausgestattet werden: Sie sollten im Rahmen ihrer Standardzulassungen Arzneimittel einfacher auf Vorrat herstellen dürfen und ihre eigenen Arzneimittel leichter in Verkehr bringen können. Dies würde die Versorgung der Patientinnen und Patienten verbessern. **ken**

Das große Schweigen

Hinter einem Kontaktabbruch mit den Eltern stecken oft tiefe seelische Verletzungen

Wenn erwachsene Kinder den Kontakt zu ihren Eltern abbrechen, ist es für alle Beteiligten sehr schmerzhaft. Pia Lena Gran, Psychologin und Mitglied im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP), erklärt, welche Gründe hinter einem solchen Kontaktabbruch stecken und wie Eltern damit umgehen können.

Dass sich Kinder von den Eltern abnabeln, ist normal. Doch manchmal brechen sie den Kontakt zu einem oder beiden Elternteilen komplett ab. „Das ist ein großes Tabuthema“, sagt Gran. Schließlich gilt die Familie in unserer Gesellschaft nach wie vor als Gemeinschaft mit einem besonderen Zusammenhalt.

Die Gründe für einen Kontaktabbruch sind vielfältig. Fast immer haben sie mit den Erfahrungen zu tun, die das Kind in seiner Herkunftsfamilie gemacht hat: „Das können Grenzüberschreitungen oder anhaltende Konflikte sein, mangelnde Unterstützung oder unterschiedliche Wertvorstellungen und Lebensentwürfe, unaufgearbeitete Verletzungen und

Traumata, aber auch Vernachlässigung oder Missbrauch, eine psychische oder eine Suchterkrankung“, zählt Gran auf.

Eins ist in allen Fällen gleich: „Eine solche Entscheidung wird nie leichtfertig getroffen“, betont die Psychologin. „Oft ziehen sich Kinder auch nur eine Zeit lang zurück und melden sich dann wieder.“ Meist sähen sie keine andere Möglichkeit mehr, mit der familiären Situation zurechtzukommen.

Rückblickend lässt sich meist erkennen, dass sich der Bruch bereits angedeutet hatte: Beispielsweise gab es immer häufiger Konflikte, und das Gegenüber hat sich passiv verweigert. Oder es hat bewusst Distanz gehalten, Familientreffen gemieden, seltener kommuniziert, die Gespräche wurden kühler und oberflächlicher. Schließlich wird gar nicht mehr miteinander gesprochen.

Ambivalente Gefühle

Häufig erklären die Kinder nicht, warum sie sich zurückziehen. Das mag daran liegen, dass eine offene Aussprache mit vielen Befürchtungen verbunden ist, zum Beispiel, nicht gehört oder ernst genommen zu werden. Oder die Angst vor einer Konfrontation oder vor einem eskalierenden Streit ist einfach zu groß. Manchmal gibt es auch ambivalente Gefühle, und man meidet den Kontakt, um sich klar abgrenzen zu können.

Für die Eltern ist ein solcher Kontaktabbruch meist schwer auszuhalten. „Sie sind verunsichert und hoffen, dass sich ihr Kind doch wieder meldet“, weiß Gran. Um mit der belastenden Situation besser umgehen zu können, rät die Expertin den Eltern, sich Hilfe zu suchen. Das kann eine Beratung sein, bei der man den Schicksalsschlag, vom Kind verlassen worden zu sein, mit Unterstützung zu bewältigen lernt, oder eine Selbsthilfegruppe.

Bei psychischen Erkrankungen wie einer Depression sollte man sich an einen psychologischen oder ärztlichen Psychotherapeuten wenden. „Konzentrieren Sie sich darauf, was Sie selbst beeinflussen können“, empfiehlt die Psychologin. Beispielsweise solle man seine Freundschaften pflegen und sich Gutes tun.

Gran hat kein Patentrezept, wie sich der Kontakt zum Kind wieder herstellen lässt. Sie rät, ehrlich und ohne Schuldzuweisungen zu kommunizieren, die eigenen Gefühle auszudrücken und sich dem Kind gegenüber respektvoll zu verhalten. Wichtig seien in dem Annäherungsprozess Geduld, Offenheit und die Bereitschaft für Veränderung. **Annette Liebmann**

Mit Gesprächen Berührungsängste nehmen

Ehrenamtliche im Kreis Mettmann unterstützen Seniorinnen und Senioren, ihren Alltag digitaler zu gestalten

Viele Seniorinnen und Senioren stehen vor der Herausforderung, dass ihr Alltag immer digitaler wird. Eine Initiative im Kreis Mettmann in Nordrhein-Westfalen unterstützt älteren Menschen bei digitalen Alltagsfragen.

Wie richte ich mein neues Smartphone ein? Wie funktioniert eigentlich WhatsApp? Wie buche ich einen Arzttermin über ein Digitalportal? Fragen wie diese beantworten ehrenamtliche Digitalpatinnen und -paten in ihren wöchentlichen Sprechstunden, die über den gesamten Kreis Mettmann verteilt an unterschiedlichen Veranstaltungsorten stattfinden. Die Sprechstunden sind niedrigschwellig, kostenlos und ohne Verkaufsabsichten. Das persönliche Gespräch steht im Mittelpunkt – auch an diesem Mittwoch Anfang Oktober in der Hildener Stadtbücherei.

Alltägliche Probleme

Patrick Kaufhold, seit zwei Jahren Digitalpate, hört an diesem Tag in der Sprechstunde ganz unterschiedliche und doch sehr alltägliche Probleme aus einer immer digitaler werdenden Welt. Ein Ehepaar hat ein scheinbar gutes Angebot für ein Handy in einem Werbeprospekt entdeckt. „Das Modell ist nicht wirklich das Schnäppchen, das der Händler verspricht,“ gibt Kaufhold seine Einschätzung ab. Von einem sogenannten Seniorenhandy rät er ab: „Das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt nicht, und die Bedienung ist oft sogar komplizierter als bei ‚normalen‘ Smartphones.“

Ein anderes Gesprächsthema ist das große Misstrauen gegenüber dem Messengerdienst WhatsApp. „Eine gesunde Portion Skepsis ist immer gut, wenn Sie online unterwegs sind“, meint der Ehrenamtler. „Allerdings sind mittlerweile so viele Menschen bei WhatsApp. Wenn Sie einen anderen Messenger verwenden, werden Sie viele Unterhaltungen und Gruppen verpassen.“

Ehrenamtliche Arbeit

Erwin Knebel, Sozialarbeiter im Ruhestand und Initiator der Digitalpaten, ist ein großer Fan von ehrenamtlicher Arbeit: „Im persönlichen Gespräch können Ehrenamtliche viele komplexe Probleme erklären und näherbringen.“ Er spricht aus Erfahrung: Im Jahr 2018 betreute er mit den „Pflege-Scouts“ ein vergleichbares Projekt, in dem Ehrenamtliche in Gesprächen pflegende Angehörige und Pflegebedürftige auf den – häufig gefürchteten – Besuch des Medizinischen Dienstes vorbereiten. Die Gründung der Digitalpaten ist eng verknüpft mit dem missglückten Versuch der Hildener Stadtwerke im Jahr 2020, Eintrittskarten für das beliebte Freibad in der Stadt ausschließlich digital zu verkaufen. Es gab zunächst keine Lösung für Menschen, die offline leben. Knebel erklärt: „Hier wurde klar: Menschen, die nicht mit digitaler Technologie umgehen können, werden nicht mitgedacht.“

Sensible Themen

Neben den Sprechstunden bieten die Digitalpaten Vorträge mit Online-Themen für Einsteigerinnen und Einsteiger an: von der Reiseplanung mit der App des öffentlichen Nahverkehrsanbieters über Anwendertipps für Mediatheken bis hin zum sensiblen Thema des Online-Bankings.

Kaufhold weiß: „Die Skepsis gegenüber Online-Bankgeschäften ist in Deutschland besonders groß.“ Studien belegen, dass deutsche Bankkundinnen und -kunden auch im internationalen Vergleich misstrauisch sind. Bisher habe er in seinen zwei Jahren Ehrenamt als Digitalpate

niemanden davon überzeugen können, ins Online-Banking einzusteigen. Dabei sei das eine Anwendung, die vielen Menschen oft den Alltag vereinfachen könne. **Julia Frediani**

VdK fordert strengere Regeln für Leihroller

Gefährliche Stolperfallen: E-Scooter sind ein großes Problem für Menschen mit Behinderung

Unachtsam abgestellte E-Roller sind besonders für Menschen mit Behinderung ein massives Problem. Sie können zu unüberwindbaren Hürden oder zur akuten Sturzgefahr werden. Der VdK fordert daher gesetzliche Regelungen.

E-Scooter sind seit Juni 2019 in Deutschland für den Straßenverkehr zugelassen und inzwischen vor allem in vielen Stadtzentren als Leihfahrzeuge zu finden. Was für die einen eine praktische Möglichkeit ist, schnell von A nach B zu kommen, ist für andere ein großes Ärgernis oder gar eine Gefahr.

Häufig werden die E-Roller achtlos mitten auf dem Gehweg, an Haltestellen oder auf Radwegen abgestellt oder liegen sogar quer über dem Weg. Das sorgt für Probleme: Fußgängerinnen und Fußgänger müssen ständig aufpassen, um nicht über einen falsch geparkten Scooter zu stolpern. Vor S- und U-Bahnhöfen sowie an Bushaltestellen wird das Ein- und Aussteigen für viele zur Herausforderung. Und wer zu einem Geldautomaten oder in den Supermarkt will, muss sich schon mal durch ein E-Scooter-Labyrinth kämpfen.

Regelungen fehlen

Besonders für Menschen mit Behinderung, aber auch Familien mit Kinderwagen oder ältere Menschen mit Rollator sind die unachtsam abgestellten E-Roller oft unüberwindbare Hürden oder eine akute Sturzgefahr. Dazu kommen rücksichtslose Fahrerinnen und Fahrer, die sich mit dem E-Scooter schnell an Menschen vorbei auf dem Gehweg schlängeln. Immer wieder kommt es zu Unfällen durch oder mit E-Scootern.

„Der Status quo ist absolut inakzeptabel“, sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele. Den VdK erreichen zahlreiche Zuschriften von Mitgliedern, die durch abgestellte E-Scooter behindert werden oder Opfer von Verkehrsunfällen wurden. „Das könnte deutlich öfter verhindert werden, wenn es bessere gesetzliche Regelungen geben würde.“ Die Einführung der E-Roller in Deutschland sei alles andere als durchdacht gewesen, sagt Bentele. Und auch die Änderung der Elektrokleinstfahrzeuge-Verordnung, die das Bundesverkehrsministerium derzeit anstrebe, ließe eine ausreichende E-Scooter-Regulierung vermissen.

„Barrierefreiheit muss endlich ernstgenommen werden“, sagt Bentele. Bezogen auf die E-Scooter fordert der VdK daher, mehr große Parkflächen für Elektrokleinstfahrzeuge in den Städten einzurichten und das Abstellen dort zur gesetzlichen Verpflichtung zu machen. Außerdem müssten Polizei und Ordnungsämter mehr Kontrollen durchführen und die Bußgelder für das Fahren auf Gehwegen und das Abstellen auf Behindertenparkplätzen oder auf Bodenleitsystemen für blinde und sehbehinderte Menschen deutlich erhöhen.

Der VdK fordert darüber hinaus, dass Nutzerinnen und Nutzer sowie Betreiber von E-Scootern in Haftung genommen werden können. Im Moment erhalten viele Menschen, die nach einem Sturz den Anbieter verklagen, nicht Recht. „Das muss sich dringend ändern“, sagt Bentele. „Menschen, die durch fehlerhaft abgestellte E-Scooter verletzt werden, müssen ihre Rechte auf Schadensersatz und Schmerzensgeld gegenüber dem Abstellenden oder, wenn eine Identifikation nicht möglich ist, gegenüber dem Betreiber geltend machen können.“

Paris schafft E-Roller ab

In einigen Metropolen wie Paris wurden die E-Leihroller wegen der vielfältigen Probleme wieder verboten. In anderen Städten können Roller nur in dafür vorgesehenen Flächen abgestellt werden. Hält sich der Nutzende nicht daran, läuft die Uhr weiter und er muss weiter zahlen. „Es gibt Lösungen, die zu mehr Barrierefreiheit führen, das Bundesverkehrsministerium muss sie nur endlich angehen“, sagt Bentele. „Wir müssen das E-Scooter-Chaos endlich in den Griff bekommen.“ **Lisa John**

Bundesteilhabepreisausgeschrieben

Das Motto des Teilhabepreises 2025 lautet „Digitalisierung inklusiv - digitale Teilhabe von Menschen mit Behinderungen an Bildung und Arbeit“. Die Bewerbungsfrist endet am 20. Dezember 2024. Der Preis ist mit insgesamt 17 500 Euro dotiert.

Digitale Barrierefreiheit ist eine wichtige Voraussetzung dafür, dass Menschen mit Behinderung umfassend an der Gesellschaft teilhaben können. Sie brauchen Lösungen, die für sie leicht zugänglich sind und die sie ohne fremde Hilfe nutzen können. Im Fokus des Teilhabepreises 2025 steht deshalb die Frage, wie digitale Lösungen in den Bereichen Bildung und Arbeit inklusiv unter Mitwirkung von Menschen mit Behinderung gestaltet werden können.

Bewerben können sich Akteurinnen und Akteure mit Modellprojekten, guten Praxis-Beispielen oder konkreten Konzepten. Diese können etwa in der frühkindlichen, schulischen und hochschulischen Bildung, in der Erwerbsarbeit oder im Ehrenamt angesiedelt sein. Gefragt sind unter anderem Bildungseinrichtungen, Entwicklerinnen und Entwickler, Unternehmen oder die öffentliche Verwaltung.

Seit 2019 vergibt das Bundesministerium für Arbeit und Soziales den Teilhabepreis. Die Ausschreibung erfolgt über die Bundesfachstelle Barrierefreiheit. Eine Fachjury wählt die Preisträgerinnen und Preisträger aus. Die Auszeichnungen werden im Rahmen der Inklusionstage verliehen. **ken**

Kontakt

☒ Bundesfachstelle Barrierefreiheit

• (030) 2 59 36 78-0

☒ (030) 2 59 36 78-700

☒ bundesteilhabepreis@bmas.bund.de

☒ www.bundesteilhabepreis.de

BGG-Reform ist dringend nötig

Zeit zur Verbesserung der Teilhabe-Gesetze wird knapp

Die seit langem erwarteten Reformen des Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetzes (AGG) sowie des Behindertengleichstellungsgesetzes (BGG) lassen weiter auf sich warten.

Zu Beginn der Legislaturperiode hatte die Regierungskoalition ein ambitioniertes Ziel in ihrem Koalitionsvertrag festgelegt: die Reform des AGG. Es wurde jedoch vom zuständigen Justizministerium vernachlässigt. Selbst die kleinere Lösung – die Reform des BGG unter der Regie des Bundessozialministeriums – wird verschleppt.

Das Bundesfamilienministerium versucht aktuell, eine kleine Reform des AGG auf den Weg zu bringen. Es geht darum, EU-Richtlinien umzusetzen, wie alle Zugang zu Gütern und Dienstleistungen bekommen können, wie beispielsweise Menschen mit Behinderung ohne Hürden Geschäfte und Arztpraxen besuchen können oder wie barrierefrei das Arbeitsleben sein kann. Mitte September hofften die betroffenen Verbände auf dem Jahresempfang des Beauftragten der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen auf einen Startschuss für die nächsten Schritte.

Dieses Signal blieb aus. Um eine Reform noch vor dem Ende dieser Legislaturperiode anzustoßen, wird die Zeit knapp. Der Sozialverband VdK fordert, dass die Regierung rasch klare Regelungen für eine Verpflichtung von privaten Anbietern von Gütern und Dienstleistungen zur Barrierefreiheit – mindestens zu angemessenen Vorkehrungen im Einzelfall. VdK-Präsidentin Verena Bentele kritisiert: „Es ist nicht nachvollziehbar, warum das Bundesjustizministerium die Reform immer noch verzögert. Barrierefreiheit ist keine Extrawurst, sondern ein Grundrecht. Im Grundgesetz steht: Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden. Eine Reform kann die Anliegen der Menschen mit Behinderung und ihrer Verbände sowie die Interessen der Wirtschaft in Einklang bringen. Dafür gab es bereits einen langen Diskussionsprozess. Die Benachteiligung muss endlich durch die Verabschiedung des Gesetzes ein Ende finden.“ **Julia Frediani**

Aktuelle Filme auf VdK-TV

„Rentenmärchen“

Aus Politik und Wirtschaft kommen zurzeit Vorschläge, wie mit Einsparungen bei der Rente Haushaltslöcher gestopft werden können. Die einen stellen sich vor, diejenigen Bürgerinnen und Bürger mit einer Prämie zu belohnen, die nach dem Renteneintritt weiterarbeiten. Andere fordern, die Mütterrente abzuschaffen. Verena Bentele kritisiert beide Vorschläge. Sie warnt davor, die Lebensarbeitszeit zu verlängern, da dies zu einer Spaltung der älteren Generation führen könnte. Denn nicht alle Menschen schaffen es, bis zur Regelaltersgrenze durchzuhalten. Viele müssen aus gesundheitlichen Gründen frühzeitig aus dem Berufsleben ausscheiden und sind von Altersarmut bedroht.

Davon wären auch Millionen Frauen betroffen, wenn die Mütterrente abgeschafft werden würde. Ein „Rentenmärchen“ mit glücklichem Ausgang sieht jedoch anders aus, meint Verena Bentele. Sie ist überzeugt davon, dass es viel bewegen würde, wenn alle in die gesetzliche Rentenversicherung einzahlen würden, und das Rentenniveau auf 53 Prozent angehoben werden würde.

„Rat & Tat“

Was während der Corona-Pandemie als Notlösung eingeführt worden ist, hat sich in der Praxis mittlerweile bewährt: die telefonische Pflegebegutachtung. Sie ist allerdings nur bei Wiederholungsbegutachtungen oder bei Anträgen auf Höherstufung des Pflegegrads erlaubt. Die Erstbegutachtung muss nach wie vor im Rahmen eines Hausbesuchs durch den Medizinischen Dienst (MD) erfolgen. VdK-Rechtsexpertin Bettina Grabe informiert in der neuen Ausgabe von „Rat & Tat“, worauf zu achten ist.

„Klipp & Klar“

5,5 Millionen Menschen in Deutschland beziehen Bürgergeld. Viele werden pauschal als Faulenzer verunglimpft – auch von politischen Vertreterinnen und Vertretern. Doch kaum jemand fragt genauer nach, warum jemand auf diese Leistung angewiesen ist. Zum Beispiel kann es sein, dass eine Rentnerin zusätzlich Grundsicherung im Alter beziehen muss, weil ihre Rente so niedrig ist, dass sie nicht über die Runden kommt. Hinter den Statistiken zum Bürgergeld verbergen sich viele solcher schwierigen Lebenslagen. Verena Bentele fordert daher einen Perspektivwechsel. Menschen in einer solchen Situation zu unterstützen, sollte in einem Sozialstaat selbstverständlich sein und andere nicht dazu verleiten, Betroffene zu diskriminieren.

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

VdK-TV-Magazin in Sport1

„miteinander“ im November 2024

miteinander zeigt interessante Beiträge zu sozialen Themen wie Gesundheit und Rente, ist generationsübergreifend und wendet sich an Menschen mit und ohne Behinderung gleichermaßen.

Unsere November-Ausgabe auf Sport1

Samstag, 16. November, 9.30 Uhr; Wiederholung am Dienstag, 19. November, 15.30 Uhr

Nach TV-Ausstrahlung jederzeit abrufbar auf vdk.de

Großes Interesse am VdK

Sozialverband präsentiert sich auf der ConSozial

4500 Besucherinnen und Besucher kamen zur diesjährigen ConSozial. Die Kongressmesse ist ein wichtiger Branchentreff. Der VdK Bayern ist seit 25 Jahren Wegbegleiter.

Die bayerische Arbeits- und Sozialministerin Ulrike Scharf und Ministerpräsident Markus Söder eröffneten die ConSozial. In seinem Grußwort stellte Söder die große Bedeutung der Sozialbranche als Wirtschaftsfaktor heraus. So liegen die Beschäftigtenzahlen deutlich über denen der bayerischen Automobilindustrie.

Auf ihrem Messerundgang machte Ministerin Scharf auch am großen VdK-Messestand Station. Dort wurde sie von VdK-Landesvorsitzender Verena Bentele und VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder herzlich begrüßt.

Der Messestand war stark frequentiert, auch dank vieler jungen Besucherinnen und Besucher. Diese interessierten sich vor allem für Arbeitsmöglichkeiten beim Sozialverband und die sozialpolitischen VdK-Forderungen.

Der VdK Bayern hatte am ersten Tag zu einer Podiumsdiskussion über den inklusiven Arbeitsmarkt eingeladen. Bentele diskutierte mit Vertreterinnen und Vertretern aus Politik und Praxis, warum es mit der Teilhabe von Menschen mit Behinderung trotz diverser Fördermaßnahmen nicht vorangeht.

Ein ausführlicher Nachbericht zur ConSozial folgt in der nächsten VdK-Zeitung. **bsc**

Helft Wunden heilen

VdK-Sammlung bis zum 17. November

Armut, Krankheit, Schicksalsschläge oder schwierige Lebensumstände prägen das Leben vieler Menschen. Um Betroffenen in Notlagen zu helfen, setzt der VdK Bayern Spendengelder ein. Die Haussammlung „Helft Wunden heilen“ endet am 17. November 2024. Bis dahin gehen VdK-Ehrenamtliche in ganz Bayern von Tür zu Tür und bitten um Spenden.

„Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“ Erich Kästners berühmtes Zitat könnte das Motto der traditionellen Spendensammlung „Helft Wunden heilen“ sein. Dank der Spenden der bayerischen Bevölkerung kann der VdK nämlich sehr viel Gutes tun. Mit diesem Geld hilft der VdK Menschen nicht nur in akuten Notlagen. Es werden damit auch inklusive Angebote für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung finanziert oder schöne Begegnungen für alte und einsame Menschen in den VdK-Ortsverbänden ermöglicht.

Not lindern

„Der Sozialverband VdK Bayern steht für Menschlichkeit. Mit den Spendeneinnahmen können wir die Armut von Kindern, Alleinerziehenden und vor allem von alten Menschen etwas lindern. Die Gelder fließen häufig in Haushaltsanschaffungen, Lebensmittel, medizinische Hilfsmittel oder Heizkosten. Solche Hilfen sind leider gerade in Bayern mit seiner hohen Altersarmutsquote notwendig“, so VdK-Landesvorsitzende Verena Bentele über die VdK-Sammlung.

Ohne ehrenamtliche VdK-Mitglieder, die jährlich an den Haustüren um Spenden bitten, wäre diese Unterstützung nicht möglich. „Ich danke unseren Ehrenamtlichen, die sich auch dieses Jahr wieder bei Wind und Wetter auf den Weg machen“, so Bentele. An die bayerische Bevölkerung gewandt, sagt sie: „Wir bitten Sie sehr herzlich um Ihr Vertrauen. Sie können sich darauf verlassen, dass Ihre Spenden bei den Bedürftigen ankommen. Bitte öffnen Sie unseren Sammlerinnen und Sammlern Ihre Türen. Jeder Euro ist wichtig. Vielen Dank im Voraus!“ **bsc**

300 000 Euro Nachzahlung plus Rente

VdK Bayern erringt großen Erfolg im Streit um eine Berufskrankheit

Der Sozialverband VdK Bayern setzt sich oft auch erfolgreich für Menschen ein, die im Berufsleben erkrankt sind. Ein solcher Erfolg wie bei diesem Mitglied ist allerdings eine Ausnahme: Mehr als

2500 Euro monatliche Verletztenrente und rund 300 000 Euro Rentennachzahlung bekommt Hansjürgen Friedrich* dank des VdK.

Im Gesundheitswesen kommt es immer wieder vor, dass sich Beschäftigte eine Infektionserkrankung zuziehen – mit zum Teil langfristigen gesundheitlichen Folgen. Besonders schlimm hat es Hansjürgen Friedrich getroffen. Jahrelang fiel er immer wieder für Wochen und Monate krankheitsbedingt aus, musste regelmäßig in der Klinik behandelt und operiert werden und konnte irgendwann gar nicht mehr arbeiten. 2005 wurde er im Alter von 49 Jahren Erwerbsminderungsrentner.

Mit Hepatitis C infiziert

Ein Jahr später wurde bei ihm Hepatitis C nachgewiesen. Bald lag es nahe, dass sich der Mann an seiner ehemaligen Arbeitsstätte infiziert hatte. Deswegen beantragte das VdK-Mitglied bei der zuständigen Berufsgenossenschaft die Übernahme der Behandlungskosten sowie eine Unfallrente.

Doch die Berufsgenossenschaft weigerte sich, die Kosten zu übernehmen. Auch der Widerspruch gegen die Ablehnung war erfolglos, und so zog das Mitglied mithilfe des VdK Bayern vor das Sozialgericht in Regensburg. Dieses gab bei einem entsprechenden Facharzt, einem Münchner Universitätsprofessor, ein Gutachten in Auftrag. Dieser schaute sich die Krankenakte von Hansjürgen Friedrich und mögliche Ursachen genau an.

Friedrichs Leidensgeschichte begann bereits Ende der 1990er-Jahre. Damals arbeitete der Oberpfälzer für eine Firma, die im Auftrag von Krankenkassen medizinische Hilfsmittel zur Verfügung stellte. Friedrich war dafür zuständig, diese bei Patientinnen und Patienten anzupassen. Dadurch kam er diesen oft sehr nahe, hatte regelmäßig direkten Körperkontakt mit schwer erkrankten Personen, die zum Teil auch infektiös waren und bestimmten Risikogruppen für Hepatitis-Infektionen angehörten.

Außerdem musste er die Hilfsmittel nach Gebrauch in einem beengten Lager unterbringen. Aufgrund des geringen Platzes zog er sich bei der Arbeit immer wieder Verletzungen zu, beispielsweise beim Zusammenklappen von Rollstühlen. Gleichzeitig waren die Spezialbetten oder Absauggeräte häufig noch mit Körpersekreten verschmiert.

Die hygienischen Bedingungen bei seinem damaligen Arbeitgeber waren miserabel. Neben entsprechender Schutzkleidung fehlte es auch an Desinfektionsmitteln. So wurden seine offene Wunden nicht entsprechend versorgt, und er war völlig ungenügend vor Keimen und Viren geschützt.

Im Herbst 1997 bekam Hansjürgen Friedrich, der bis dahin keine schwerwiegenden gesundheitlichen Probleme hatte, plötzlich Blutungen im Magen-Darm-Bereich und musste in einer Universitätsklinik behandelt werden. Hepatitis C wurde bei ihm festgestellt. Es kam zu einer fortschreitenden Leberzirrhose, und er wurde auf die Liste für eine Lebertransplantation gesetzt. Er musste regelmäßig ins Krankenhaus. 2004 konnte ihm eine gesunde Leber eingesetzt werden. Bei der Laboruntersuchung im Anschluss an die Transplantation wurde nochmals Hepatitis C nachgewiesen.

Dialyse-Patient

In Folge der Operation kam es zu einer Niereninsuffizienz. Bis heute muss Friedrich deswegen regelmäßig zur Dialyse gehen. 2015 folgte eine schwere Herzerkrankung, sodass er sich auch deswegen operieren lassen musste. Seit diesem Eingriff leidet er unter Schmerzen in der Brust. Er fühlt sich müde und kann höchstens eine halbe Stunde am Tag spazieren gehen.

Der Gutachter sieht es als sehr wahrscheinlich an, dass die Hepatitis-Infektion mit ihren langfristigen Folgen eine Berufserkrankung ist. Das Sozialgericht in Regensburg folgte dieser Argumentation und sprach dem VdK-Mitglied eine Verletztenrente zu.

Doch die Berufsgenossenschaft akzeptierte dies nicht und zog vor das Landessozialgericht in München. Thomas Neis von der Landesrechtsabteilung des Sozialverbands VdK Bayern vertrat Hansjürgen Friedrich bei der Verhandlung. Dort führte das VdK-Mitglied nochmals detailliert aus, unter welchen Bedingungen er damals gearbeitet hat.

Zusammen mit den Argumenten des VdK überzeugte dies das Landessozialgericht, und es entschied für Friedrich. Die Berufsgenossenschaft muss ihm nun rückwirkend ab Januar 2014 eine monatliche Rente zahlen. So hat der 68-Jährige wenigstens keine finanziellen Sorgen mehr.

Sebastian Heise

*Name von der Redaktion geändert

VdK hilft auch bei Auseinandersetzungen mit der Berufsgenossenschaft

Die gesetzliche Unfallversicherung ist eine der fünf Säulen der gesetzlichen Sozialversicherung. Die Träger sind die Versicherungen der öffentlichen Hand (zum Beispiel Unfallkassen, Landesunfallkassen, Gemeindeunfallversicherungsverbände) und die gewerblichen sowie landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaften. Die gewerblichen Berufsgenossenschaften sind nach Branchen geordnet und werden von den Arbeitgebern finanziert.

Die Aufgabe der gesetzlichen Unfallversicherung ist es, vor Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten sowie arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren zu schützen. Tritt ein Arbeitsunfall oder eine Berufskrankheit ein, sind sie dafür zuständig, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Versicherten wiederherzustellen oder die Versicherten oder ihre Hinterbliebenen durch Geldleistungen entsprechend zu entschädigen. Geregelt ist dies im Siebten Buch des Sozialgesetzbuchs (SGB).

Vorteil der gesetzlichen Unfallversicherung ist, dass im Gegensatz zur Krankenkasse eine umfassende medizinische Versorgung ohne Kostenbeteiligung der Betroffenen gewährleistet ist. Auch Rehabilitationsmaßnahmen werden oft leichter gewährt, da es im Sinne der Arbeitgeber ist, den gesundheitlichen Schaden möglichst gut und zeitnah zu beheben.

Der VdK vertritt seine Mitglieder in der gesetzlichen Unfallversicherung. So hilft der VdK regelmäßig Menschen, die durch berufliche oder auch ehrenamtliche Tätigkeit verunglückt oder erkrankt sind.

Bei Antragstellung und Widerspruch hilft die VdK-Kreisgeschäftsstelle, bei Klagen die Bezirksgeschäftsstelle. Welche Geschäftsstelle für Sie zuständig ist, finden Sie auf der Webseite des Sozialverbands VdK Bayern unter: <https://by.vdk.de/vdk-vor-ort> **hei**

VdK-Frauen für Demokratie

Landesfrauenkonferenz in Erlangen widmet sich aktuellem Thema

Mit dem Erstarren rechtspopulistischer Kräfte hat sich die VdK- Landesfrauenkonferenz beschäftigt. Sind damit auch Frauenrechte bedroht? Darüber diskutierten 75 ehrenamtliche VdK-Frauen, die aus allen Kreisen und Bezirken nach Erlangen gekommen waren.

Die Vertreterin der Frauen im Landesvorstand, Beate Schießl-Sedlmeier, und die Referentin für Frauen im Ehrenamt, Inken Pollmann, hatten die Konferenz zusammen mit dem VdK-Ressort „Ehrenamt“ vorbereitet. Die Bezirksfrauen übernahmen vor Ort ebenfalls organisatorische Aufgaben. Die stellvertretende Landesvorsitzende Antje Dietrich begrüßte in Vertretung der leider verhinderten Beate Schießl-Sedlmeier die Frauen und übergab danach das Wort an VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder.

„Die VdK-Frauen sind seit der Gründung des Verbands eine starke und solidarische Gemeinschaft. Der Einsatz für eine geschlechtergerechte Gesellschaft gehört zu unseren Grundsätzen, die durch das VdK-Ehrenamt gelebt wird“, sagte dieser und ermutigte die Frauen, weiterhin so engagiert zu bleiben. In Bayern ist der VdK eine der größten Frauenorganisationen. Etwa 417 000 Frauen sind Mitglied. Der VdK spielt also auch eine wichtige frauenpolitische Rolle.

VdK-Landesvorsitzende Verena Bentele war digital für ein Grußwort zugeschaltet. Sie ließ die Geschichte der Frauenbewegung in Deutschland Revue passieren. Sie warnte vor dem Erstarren rechtsextremer Kräfte, da in deren Fahrwasser Errungenschaften der Gleichberechtigung in Gefahr sind: „Mit dem Sturmtief von Rechtsextremismus und Rechtspopulismus droht ein Riesenangriff auf Frauenrechte.“ Propagierten rückwärts gewandte Vorstellungen gingen beispielsweise dahin, dass Frauen ihr Leben völlig in den Dienst einer nationalistischen Bevölkerungspolitik stellen sollen.

Im anschließenden Vortrag einer Referentin der Fachinformationsstelle Rechtsextremismus München wurde die antifeministische Grundhaltung rechtsextremer Gruppen wie der „Identitären Bewegung“ erläutert. Das männliche Ideal dort ist soldatisch und beherrschend, an der angeblich „natürlichen Ordnung der Geschlechter“ soll nicht gerüttelt werden. Andere sexuelle Identitäten und Familienformen werden bekämpft, das traditionelle Frauenbild gefördert. Bis hin zu offenen Überlegungen, dass junge, in deren Augen „geeignete“ Frauen, Eizellen für viele „gute Kinder“ abgeben sollen.

Dass eine solche Weltsicht bei immer mehr Menschen verfängt, könnte an dem Wunsch nach mehr Klarheit in einer unübersichtlichen Welt liegen, vermutete die Referentin. Geschlechterpolitische Fragen seien jedenfalls zentral für die Ideologie rechtsextremer Gruppierungen, warnte sie.

In einem anschließenden Workshop diskutierten die VdK-Frauen lebhaft über die im Vortrag enthaltenen Informationen. Erfahrungen wurden ausgetauscht, aber auch Ängste und Unsicherheiten wegen der aktuellen politischen Lage fanden ihren Raum.

VdK-Ehrenamtliche werden immer wieder mit rechtsextremen Positionen konfrontiert. Stellvertretender Landesgeschäftsführer Marian Indlekofer gab in seinem Vortrag Tipps für die Ehrenamtspraxis für den Umgang mit Demokratiefeindlichkeit. Er sicherte den Frauen die uneingeschränkte Unterstützung des VdK-Landesverbands bei möglichen Konflikten vor Ort zu.

Anschließend wurde eine Resolution verabschiedet (siehe Kasten). Schließlich erläuterten Ressortleiterin Stefanie Franz und Inken Pollmann noch weitere Unterstützungsmöglichkeiten durch das VdK-Ressort „Ehrenamt“. **Dr. Bettina Schubarth**

Eintritt frei bei der Heim und Handwerk

VdK-Mitglieder können die Münchner Messe kostenlos besuchen

Die Publikumsmesse Heim und Handwerk öffnet vom 27. November bis 1. Dezember in München ihre Tore. Der VdK Bayern ist mit einem Messestand vertreten und bietet Beratungen an. VdK-Mitglieder erhalten über ein Gutscheinsystem auch dieses Jahr wieder kostenlosen Eintritt.

Die Heim und Handwerk ist eine der beliebtesten Messen in Süddeutschland und hat eine lange Tradition. Hier dreht sich alles ums Wohnen, Bauen und Einrichten. Der Messestand des VdK Bayern ist in Halle B5 zu finden. An allen Messetagen freut sich das VdK-Team auf Ihren Besuch. Ob Sie eine Kurzberatung zu sozialrechtlichen Themen oder Einblick in das ehrenamtliche VdK-Engagement bekommen wollen: Schauen Sie vorbei!

VdK-Expertinnen beraten zudem von Mittwoch, 27. November, bis Samstag, 30. November, von 10 bis 15 Uhr zur barrierefreien Umgestaltung des Wohnraums (Mittwoch, Freitag und Samstag) und zur Patientenvorsorge (Donnerstag). Mitaussteller Lechlifite berät Interessierte ebenfalls am VdK-Stand.

VdK-Mitglieder können die Messe an allen Tagen kostenlos besuchen. In jeder VdK-Kreisgeschäftsstelle in Bayern liegen Gutscheine bereit, die dort von den Mitgliedern persönlich unter Vorlage des Mitgliedsausweises abgeholt werden können. Ein Versand per Post ist nicht möglich. Pro Person darf nur ein Eintrittsgutschein ausgegeben werden.

Gutscheine für Mitglieder

Die Einlösung der Gutscheine muss aus Datenschutzgründen durch die Mitglieder selbst erfolgen. Auf der Webseite der „Heim und Handwerk“ ist eine Registrierung nötig, um die endgültige Eintrittskarte ausdrucken zu können. Dieses Verfahren wird auf den Gutscheinen sehr gut erklärt.

Noch bequemer geht es, wenn Sie einen Gutschein-Code per E-Mail anfordern, um an kostenlose Eintrittskarten zu kommen. Dafür einfach eine E-Mail an die Adresse tickets.bayern@vdk.de senden. Ihre E-Mail muss folgende Angaben enthalten: Vorname, Name, Geburtsdatum und Mitgliedsnummer. Nach Überprüfung Ihrer Daten senden wir Ihnen einen Gutschein-Code für Ihre Eintrittskarte zu.

Dr. Bettina Schubarth

🌐 www.heim-handwerk.de

Trauer um Frank Reisinger

35 Jahre im Einsatz für den VdK

Frank Reisinger ist am 30. September im Alter von nur 54 Jahren gestorben. Der VdK-Kreisgeschäftsführer von Rottal-Inn war schon seit 1989 ehrenamtlich für den Sozialverband VdK aktiv, davon 14 Jahre als Mitglied im Landesvorstand.

Frank Reisinger hat den VdK Bayern 35 Jahre auf allen Ebenen mitgeprägt: Er war von 1991 bis 2014 Mitglied im Vorstand des VdK Passau, davon 15 Jahre als Kreisvorsitzender. 14 Jahre war er Mitglied im Landesvorstand des VdK Bayern. Seinem Heimatortsverband Fürstenzell, in dem er bereits 1989 Beisitzer war, blieb der Niederbayer bis zuletzt als Vorsitzender treu.

Im Jahr 2014 wechselte Frank Reisinger ins Hauptamt. Seit Juli 2015 war er als Kreisgeschäftsführer des VdK Rottal-Inn tätig.

Sein plötzlicher Tod mit nur 54 Jahren reißt eine große Lücke. „Frank Reisinger war es wichtig, dass Menschen, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen, einen starken Interessensvertreter wie den VdK haben“, würdigt ihn sein langjähriger Wegbegleiter Josef Fürst, Kreisvorsitzender des VdK Passau und stellvertretender Vorsitzender im VdK-Landesausschuss. Seiner Ansicht nach lässt sich Frank Reisingers Engagement für den VdK auch aus seinem persönlichen Schicksal ableiten: „Ihm machte der Krebs jahrzehntelang zu schaffen. Doch er verlor nie den Humor und seine Geselligkeit und machte anderen Menschen Mut.“ Josef Fürst war ihm freundschaftlich eng verbunden: „Frank war ein großer Fan von Rom. Wir waren noch im August gemeinsam dort. Von diesen schönen Erinnerungen kann ich zehren“, sagt er dankbar.

Auch Landesvorstand und Landesgeschäftsführung des VdK Bayern sind vom Tod Frank Reisingers tief betroffen. Seinen Hinterbliebenen gilt das Mitgefühl der großen VdK-Familie. **ant**

Auf den Punkt

Läuft und läuft

Meine Hobbys sind Rockmusik, unsere Großpudelhündin Afra, Bücher sammeln, aus Zeitmangel aber nicht alle davon lesen, und vor allem Laufen. Ich jogge zwei- bis dreimal pro Woche rund zehn Kilometer, aber erst, seit ich über 50 bin.

Prickelnder sind jedoch die Wettkämpfe. Heuer lief ich in München im Juni den Sportscheck-Lauf, im Juli den Firmenlauf B2Run mit vielen VdK-Mitarbeitenden, im September den Riem-Arcaden-Lauf und im Oktober gerade den „Zehner“ beim Marathon.

Am herausforderndsten war der Lauf in Riem. Dort schüttete es im Vorfeld und während des Laufs in Strömen. Man lief ständig durch Pfützen und Matsch. Leider wurde davon auch mein Papier-Parkticket in der Hosentasche total aufgeweicht und dadurch unbrauchbar. Mein Puls schlug dann noch schneller als beim Rennen. Vor lauter Aufregung fand ich dann mein Auto nicht auf Anhieb, zumal gefühlt halb München an diesem Tag mit Kind und Kegel zum Shoppen dorthin fuhr. Nette Parkwächter gaben mir dann ein neues Ausfahrtticket. Stolz wie Harry war ich über meine Laufzeit: Zehn Kilometer knapp unter 50 Minuten. Hab ja doch schon 63 Jährchen auf dem Buckel...

Michael Pausder

Landesgeschäftsführer

„Das Gefühl, dass man noch wertvoll ist“

Dank ihres Arbeitgebers kann ein VdK-Mitglied wieder durchstarten – VdK Unterfranken verhilft zum Schwerbehindertenstatus

Seit 44 Jahren arbeitet Elisabeth Lang mit Kindern. Die gelernte Erzieherin hat Inklusion schon gelebt, als es den Begriff noch gar nicht gab – im Kindergarten, in der Behindertenarbeit und in der Schulsozialarbeit. Dass sie trotz extremer Rückenprobleme heute noch ihr Wissen in ihrem Beruf weitergeben kann, verdankt sie ihrem jetzigen Arbeitgeber und dem Sozialverband VdK.

Mit Rückenbeschwerden hatte das VdK-Mitglied schon seit Jahrzehnten zu kämpfen, doch irgendwann ging es nicht mehr. Elisabeth Lang musste sich im Juli 2023 notgedrungen operieren lassen. Die Ärzte attestierten auch nach der Reha eine fragile Wirbelsäule.

Klageverfahren

Die heute 63-Jährige suchte sich Rat beim VdK-Kreisverband Kitzingen. Dort wurde zunächst ein Antragsverfahren durchgeführt. Das Ziel war ein Grad der Behinderung von 50, was einer Schwerbehinderung entspricht, doch es gab nur GdB 30. Nach einem Widerspruchsverfahren war das Ergebnis beim Versorgungsamt ein GdB von 40. „Wir haben unserem Mitglied natürlich immer Mut zugesprochen“, erzählt Sachbearbeiterin Brigitte Fersch. Gemeinsam mit ihrer Kollegin Amelie Krißmer, die mittlerweile umzugsbedingt beim VdK in Bamberg arbeitet, versuchten sie weiterhin, das Optimum für das VdK-Mitglied aus Marktsteft herauszuholen. Man entschloss sich zu einem Klageverfahren über den VdK-Bezirk Unterfranken. Und dann kam endlich die Nachricht, dass Elisabeth Lang ein GdB von 50 zusteht. Dieser Grad der Schwerbehinderung ist nun unbefristet.

„Es war schon ein Kampf, aber letztlich erfolgreich“, freut sich Sachbearbeiterin Brigitte Fersch. „Wir hatten lange Gespräche darüber, wie es beruflich weitergehen kann“, erzählt sie. „Und auch über Homeoffice-Möglichkeiten habe ich nachgedacht.“ Mittlerweile steht Elisabeth Lang wieder mitten im Berufsleben und ist stolz darauf, nach Operation und Reha-Maßnahmen „keinen einzigen Tag arbeitslos gewesen zu sein“.

Ihr Arbeitgeber, das Evangelische Dekanat Kitzingen, bei dem sie seit fünf Jahren als Inklusionsfachkraft angestellt ist, hat ihr Job-Profil speziell auf ihre Erkrankung zugeschnitten. So kann sie weiterhin 15 Kindergärten, die im Verbund des Dekanats sind, betreuen. Dort macht sie im Homeoffice Inklusionsberatung und unterstützt ihre Kolleginnen und Kollegen bei der Antragstellung. Ihr Wissen, das sie sich über die vielen Jahre angeeignet hat, geht nicht verloren. „Nur am Anfang des Kindergartenjahres gehe ich mit Korsett in die Büros der 15 Einrichtungen“, erklärt Elisabeth Lang. Mit Kindern kann sie keinen Kontakt mehr haben. „Die Ärzte rieten mir dringend, gut aufzupassen“, erklärt sie „Ich darf mich nicht anrempeln lassen.“

Die jetzige Lösung ist für die 63-Jährige perfekt. Sie kann zwar nicht mehr „am Kind“ arbeiten, aber so manche Probleme über die Büroarbeit lösen. „Das Gefühl, dass man noch wertvoll ist, noch gebraucht wird, dass man nicht auf staatliche Leistungen angewiesen ist – dafür bin ich meinem Arbeitgeber unendlich dankbar“, sagt sie. „Vom Herzen her wusste ich, dass er zu mir hält.“

Schöne Erinnerungen

Um zu veranschaulichen, wie gerne sie nach wie vor ihre Arbeit macht, gibt die 63-Jährige Einblicke in ihre Berufsanfänge. Für sie war immer klar, einen Sozialberuf auszuüben. Im Alter von 18 Jahren machte sie fünf Jahre lang eine Erzieher-Ausbildung. Mehrere tausend Kinder hat sie im Laufe der Jahre begleitet, manche waren schwierig zu erziehen, hatten Auffälligkeiten. Oft lagen die Ursachen dann im familiären Hintergrund. Andere hatten unterschiedliche Behinderungen. „Das Ziel war immer, dass die Kinder eine schöne Zeit haben und gerne daran zurückdenken.“

Über den VdK sagt Elisabeth Lang: „Egal, bei wem ich angerufen habe – es sind alle nett, alle kompetent und hilfsbereit. Es ist wirklich ein Rundum-Sorglos-Paket. Ich habe es so

empfunden.“ Ihren Schwerbehindertenstatus zu bekommen, hat rund sechs Monate gedauert. Der GdB von 50 war letztlich auch für die Gespräche mit dem Arbeitgeber von Vorteil, um gesundheitliche Probleme aufzuzeigen. **Petra J. Huschke**

Einfach nur zuhören

Am Münchner Stephansplatz gibt es einen Ort, wo Menschen ihr Herz ausschütten können

Ein kleines, grünes Holzhäuschen am Stephansplatz im Glockenbachviertel soll dazu beitragen, dass sich die Menschen in München weniger einsam fühlen. Im Zuhörraum schenken geschulte Ehrenamtliche den Sorgen und Nöten, aber auch den Freuden der Besucherinnen und Besucher Gehör.

Das Angebot ist kostenlos. Jede und jeder darf vorbeikommen, und wer mag, bekommt auch einen Espresso. Träger ist der gemeinnützige Verein „momo hört zu“. Die Idee dazu hatte Initiator Michael Spitzenberger. Als er von einem ähnlichen Projekt in Hamburg erfuhr, wusste er: „Das ist es! Zuhören ist eine Schlüsselkompetenz für Beziehungen“, betont er. „Das zentrale Problem unserer Gesellschaft ist fehlende Zeit.“ Gegenseitiges Verständnis und das Miteinander blieben in der Hektik und im Stress des Alltags oft auf der Strecke.

Zuhören will gelernt sein

Im Zuhörraum gibt es nicht nur eine knallrote Espressomaschine und eine runde, gemütliche Sitzbank, sondern auch jede Menge Zeit. Hier leiht jeweils einer von insgesamt 37 Ehrenamtlichen den Vorbeikommenden sein Ohr, ohne etwas zu bewerten oder ungebetene Ratschläge zu erteilen.

„Das ist nicht immer einfach“, bekennt Beate Strobel. Sie hat eine zehnwöchige Schulung bei „momo hört zu“ durchlaufen und gelernt, zuzuhören und Fragen zu stellen, statt Antworten zu geben. Die meisten Menschen tragen die Lösung ihrer Probleme bereits in sich, weiß sie. „Während sie darüber reden, wird ihnen ihr Weg immer klarer.“

Strobel hat das schon erlebt: „Eines Tages kam eine junge Frau in den Zuhörraum. Sie stand vor einer wichtigen Entscheidung. Während unseres einstündigen Gesprächs ist ihr bewusst geworden, wozu sie sich entschließen soll. Am Schluss hat sie sich voller Freude bedankt und mich umarmt.“

„Unser Verstand ist ständig gefordert und bekommt eine Fülle an Informationen“, erläutert Spitzenberger. Um die Gedanken zu sortieren und Entscheidungen zu treffen, ist eine Gesprächspartnerin oder ein Gesprächspartner hilfreich. „Dabei lernt man, alles, was einen bewegt, nach außen zu tragen. Das fördert Verhalten, das auch für die persönlichen Beziehungen wertvoll ist.“ In der Schulung üben die Ehrenamtlichen zudem, sich trotz Empathie abzugrenzen.

Der Zuhörraum ersetzt keine Therapie. Es handelt sich um ein niedrighschwelliges Gesprächsangebot, bei dem die Ehrenamtlichen den Menschen Zeit, Wertschätzung und Gemeinschaft schenken. In den Gesprächen geht es oft um Einsamkeit. So auch bei einer älteren Dame, die bei Beate Strobel ihr Herz ausschüttete: „Sie pflegte ihren Mann rund um die Uhr und fühlte sich sehr einsam. Als ich gefragt habe, ‚Wie geht es Ihnen?‘, fing sie zu weinen an. Ihre Kinder wollte sie nicht mit ihren Sorgen belasten. Bei mir konnte sie ihren Frust und Ärger loswerden.“

Auch für junge Menschen

Nicht nur ältere Menschen finden im zwei Quadratmeter großen Raum ein offenes Ohr. Auch Kinder und Jugendliche interessieren sich für dieses ungewöhnliche Projekt: „Einmal kamen zwei Mädchen vorbei und wollten wissen, was ich hier mache“, erinnert sich Spitzenberger. „Als ich erklärt habe, dass ich einfach nur zuhöre, waren sie begeistert. Im Gespräch stellte sich heraus, dass sie ihr ganzes Leben lang bewertet werden.“ Umso erfreuter waren sie nun, dass ihnen Spitzenberger ganz wertfrei zuhörte. **Annette Liebmann**

Der Zuhörraum ist Montag bis Freitag von 12 bis 18 Uhr besetzt. Weitere Infos unter:

🔗 www.momohoertzu.de/zuherraum

TV-Programm

miteinander ist eine der beständigsten Sendereihen im deutschen Fernsehen. Seit 26 Jahren informiert das VdK-Sozialmagazin 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 gleichermaßen.

In der November-Ausgabe unterhält sich VdK-Präsidentin und -Landesvorsitzende Verena Bentele mit Michel Arriens über seine Arbeit und fragt ihn, was er sich von der derzeitigen Regierung erhofft. Außerdem spricht der 34-Jährige über einen Moment seines Lebens, in welchem er eine persönliche Niederlage in einen großen Triumph verwandeln konnte.

Michel Arriens bezeichnet sich selbst als „Inklusionsaktivist“ und kämpft in den sozialen Medien für Barrierefreiheit. Das Markenzeichen des kleinwüchsigen Hamburgers ist sein Roller, mit dem er überall unterwegs ist. Er arbeitet in Berlin und fährt viel zu oft mit dem Auto, weil ihm die Bahn das selbstbestimmte Reisen so schwer macht. Arriens ist überzeugt, dass es eine gesetzliche Verpflichtung zur Barrierefreiheit braucht, damit die bestehenden Hindernisse beseitigt werden können.

Sport 1 zeigt das Magazin am 16. November um 9.30 Uhr und wiederholt es am 19. November um 15.30 Uhr.

München TV präsentiert die Sendung am 14. November um 15 Uhr sowie am 17. November um 11 Uhr und um 16 Uhr.

Vertrauen und Sicherheit schaffen

Die richtige Sprache, freundliche Farben und viel Gewohntes helfen im Alltag mit Demenzbetroffenen

Im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche vom 20. bis 29. September des Gesundheitsministeriums hat sich der Sozialverband VdK Bayern in den Sozialen Medien beteiligt. Die VdK-Infografiken zu diesem schwierigen wie wichtigen Thema kamen sehr gut an. Wir nehmen gerne den Wunsch auf, die Informationen noch einmal für die VdK-Zeitung aufzubereiten.

„Was habt ihr denn heute gemacht?“, fragt die Enkelin, die ihre Großmutter von der Tagespflege abgeholt hat und ihr gerade zu Hause aus der Jacke hilft. Sie bekommt keine Antwort. Nur Stirnrunzeln, und das Gesicht zeigt einen Anflug von Ärger. Die Enkelin wechselt das Thema, während sie die Jacke aufhängt: „Hast du Durst? Willst du ein Glas Wasser, Oma?“ Diese schüttelt verärgert den Kopf, stapft davon. Die Enkelin bleibt ratlos zurück.

Fragen anders stellen

Das ist eine typische Situation für Angehörige, die sich um Familienmitglieder kümmern, die an Demenz erkrankt sind. Das Scheitern der Kommunikation wird von vielen als besonders belastend empfunden. Die Enkelin erinnert sich an ihre lebhafteste und lustige Oma, bei der sie immer so gerne zu Besuch war, und jetzt bekommt sie nicht einmal mehr Antworten auf vermeintlich einfache Fragen?

„Wir müssen uns klarmachen, dass es keine Abweisung ist, wenn Fragen nicht beantwortet werden. Sondern dass wir die Fragen anders stellen müssen“, sagt Tina Würzburger, Referentin im Ressort „Leben im Alter“ beim VdK Bayern. Die Frage nach den Erlebnissen in der Tagespflege fordert die Erkrankte auf, sich zu erinnern. Aber das Erinnern ist nicht mehr möglich. Das verunsichert oder verärgert die Betroffene. Fragen, die gestellt werden, sollten sich deshalb immer auf die Gegenwart beziehen. Positiv gesprochen: Menschen mit Demenz bringen uns dazu, mehr im Hier und Jetzt zu leben.

Am besten ist es, Fragen zu stellen, die mit „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten sind. Das braucht womöglich anfangs etwas Übung. Aber es lohnt sich, denn vielleicht ruft die Frage ein Erzählbedürfnis wach – und auf einmal entsteht doch ein Dialog.

Eine Frage wie „Hast du Durst?“ ist in der oben beschriebenen Situation für die Großmutter vermutlich schwer einzuordnen, vielleicht sogar zu abstrakt. Schließlich hängt die Enkelin gerade die Jacke auf und wendet ihr den Rücken zu. Besser ist es, der Person ein Glas mit Wasser zu füllen und ihr dieses mit den Worten „Möchtest du etwas trinken?“ direkt anzubieten und sie anzuschauen. Das gefüllte Glas zu sehen und gleich zugreifen zu können, ist einfacher, als über „Durst“ nachzudenken.

„Gesten, Mimik und der direkte Blickkontakt führen in der Kommunikation mit Demenzkranken zum größten Erfolg“, sagt Tina Würzburger. Für Angehörige ist das möglicherweise aber eine große Umstellung ihrer eigenen Gesprächsgewohnheiten.

Tiefere Emotionen

Demenzkrankungen werden oft als reine Verlusterfahrungen beschrieben. Die Orientierung in Raum und Zeit wird – anfangs oft unbemerkt – immer schlechter. Das Gedächtnis lässt nach, das Sprechen fällt schwerer, oft verändert sich ein Mensch auch in seinem Verhalten. Bislang gibt es auch kein Heilmittel, allerdings Therapien, die den Krankheitsverlauf verzögern.

Trotzdem: „So schmerzhaft die Diagnose Demenz erst einmal ist, sie bedeutet nicht das Ende eines individuellen Lebens“, betont Tina Würzburger. „Das Herz wird nicht dement, der Mensch verschwindet nicht. Das Leben wird vielleicht sogar tiefer, reicher an Emotionen“, so die Erfahrung der VdK-Expertin, die Angehörige von Demenzkranken berät.

Ein Perspektivwechsel aufs Positive fällt vielen Erkrankten und Angehörigen verständlicherweise erst einmal schwer. Deshalb ist eine gute Beratung enorm wichtig. Angehörige berichten oft, dass ihnen einfach die Informationen fehlen. Doch erst wenn jemand die Auswirkungen dieser Erkrankung kennt, kann er oder sie ein „schwieriges“ Verhalten des Angehörigen richtig einordnen. So lässt sich das eigene Verhalten anpassen, und es entsteht ein entspanntes Miteinander.

Notwendig dafür sind oft weitere Anpassungen, auch im vertrauten Umfeld. Ein Beispiel: Der Vater hat den schönen dunklen Teppichboden im Wohnzimmer immer geliebt, ihn täglich mit Hingabe gesaugt. Doch jetzt will er den Raum partout nicht mehr betreten. Für die Tochter ist das unverständlich, doch Tina Würzburger hat dafür eine Erklärung: „Vermeiden Sie zu dunkle Farben, weil diese leicht ein Bild von Leere oder Abgrund hervorrufen können. Eine an Demenz erkrankte Person hat deshalb womöglich Angst, einen Teppich dieser Farbe zu betreten oder zu überschreiten.“ Ein heller Bodenbelag löst das Problem. Helle, rötliche Farben suggerieren Wärme und Leben. Alle Ecken sollten gut ausgeleuchtet sein. Das gibt Sicherheit.

Vertrauen entsteht, wenn etwas Vertrautes aufgerufen wird. Automatisierte Handlungen, die an frühere Tätigkeiten anknüpfen, können noch sehr lange ausgeführt werden, wie Gemüse schneiden, stricken oder Laub rechnen. Vertraute Gerüche rufen gute Gefühle wach, zum Beispiel der Duft von gebrannten Mandeln vom Volksfest. Das Gedächtnis für Musik bleibt sehr lange erhalten. Mit Musik werden Menschen mit Demenz sehr gut erreicht. Egal, was immer gefallen hat, ob Blasmusik, Volkslied, Oper oder Rock ‘n’ Roll, alles darf aufgedreht, zu allem darf gesungen oder sogar getanzt werden. **Dr. Bettina Schubarth**

Weitere VdK-Infografiken finden Sie auf Facebook (@vdk.bayern) und Instagram (@vdk_bayern).

Anlaufstellen für Demenzbetroffene und Angehörige

Alzheimer Gesellschaft

Demenztelefon: Montag bis Donnerstag von 9 bis 18 Uhr sowie Freitag von 9 bis 15 Uhr

Telefon: (030) 259379514

📄 www.alzheimer-bayern.de/index.php/standorte-in-bayern

Sozialverband VdK Bayern

Beratungstelefon Pflege und Wohnen: Montag bis Donnerstag von 9 bis 12 Uhr und Donnerstag zusätzlich von 14 bis 16 Uhr

Telefon: (089) 2117-112; E-Mail: lebenimalter.bayern@vdk.de

Desideria

Die Organisation bietet Online- Sprechstunden und digitale Angehörigenseminare für Betroffene an, die örtlich unabhängig Unterstützung suchen. Infos unter:

🔗 www.desideria.org

Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern

Entlastungsdienste und Betreuungsgruppen für jeden Bezirk sind unter dieser Adresse zu finden:

🔗 www.demenz-pflege-bayern.de/ueber-uns/regionale-fachstellen

Gerontopsychiatrische Dienste

Diese unterstützen die ambulante Versorgung, sie richten sich an Menschen ab 60 Jahren, die eine psychische Erkrankung haben. Bitte erkundigen Sie sich in Ihrem Landkreis nach Anlaufstellen.

Fachstellen für Pflegende Angehörige

Diese gibt es in allen Landkreisen. Sie können hier danach suchen:

🔗 www.lfp.bayern.de/angehorigenarbeit-fachstellen-fur-pflegende-angehorige

Leichter Stufen überwinden

Treppensteighilfen sind für den Alltag und für Notfälle geeignet

Für Menschen im Rollstuhl leisten Treppensteighilfen wichtige Dienste. Diese können im Alltag unterstützen und im Notfall lebensrettend sein.

Falls der Aufzug nicht benutzt werden darf oder gar kein Lift vorhanden ist, sind mobile Treppensteighilfen sehr nützlich und manchmal unersetzlich. Bei einem Notfall können damit Personen im Rollstuhl verhältnismäßig einfach auch über viele Stufen hinweg in Sicherheit gebracht werden.

Eine Treppensteighilfe besteht meist aus einem Griff und einem Gestänge mit zusätzlichen Rollen, die Angehörige oder Pflegekräfte an den Rollstuhl befestigen und so die Betroffenen leichter eine Treppe hinauf- oder hinunterbringen. Sie ist eine kostengünstige Alternative zum Treppenlift und verschafft so mehr Beweglichkeit im Alltag.

Kostenübernahme

Menschen im Rollstuhl oder auch diejenigen, die aus eigener Kraft Treppen nicht mehr überwinden können, haben die Möglichkeit, dafür bei der Krankenkasse einen Antrag auf Kostenübernahme zu stellen. Wichtig ist eine entsprechende ärztliche Verordnung. Im Regelfall übernimmt dann die gesetzliche Krankenversicherung die Kosten.

Manchmal leiten die Kassen diese Anträge an die Sozialhilfeträger weiter, wie der Verbraucherzentrale Bundesverband berichtet. Die gesetzlichen Kassen begründen dies mit einer Entscheidung des Bundessozialgerichts vom 7. Oktober 2010 (Az.: B 3 KR 13/09 R), demzufolge die Sozialhilfeträger (zum Beispiel Sozialämter) diese Kosten übernehmen.

Die Sozialhilfeträger prüfen, ob sie Leistungen im Zuge einer Eingliederungshilfe gewähren. Lehnen sie dies ab, kann nach einem Urteil des Bundessozialgerichts vom 16. Juli 2014 (B 3 KR 1/14 R) auch die Pflegekasse die Treppensteighilfe übernehmen, wenn damit die Pflege für Personen im Rollstuhl erleichtert wird. Kommt ein ablehnender Bescheid, können Betroffene innerhalb eines Monats Widerspruch einlegen. Wird dieser abgewiesen, kann wiederum innerhalb eines Monats Klage beim Sozialgericht eingereicht werden. Der VdK bietet dabei Unterstützung an.

Für Notfälle sind Evakuierungsstühle eine Alternative. Mit diesen können Menschen mit Geh-Einschränkungen ebenfalls transportiert werden, auch ohne Rollstuhl. Laut Arbeitsstättenverordnung müssen Unternehmen die Arbeitsstätte so einrichten und betreiben, dass alle Beschäftigten gleichermaßen vor Gesundheitsgefahren geschützt sind. **Sebastian Heise**

Kostenlose Online-Vorträge

Kompaktes Wissen verständlich vermittelt

Im November bietet der Sozialverband VdK Bayern drei kostenlose Online-Vorträge zu den wichtigen Themen Vorsorge, Pflege und Gesundheit an.

„**Vorsorge mittels Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung**“ lautet das Thema von Susanne Sickert. Die VdK-Referentin arbeitet im Ressort „Leben im Alter“ und bringt aus zahlreichen Beratungen viele Erfahrungen zu diesem Thema mit.

Termin: Mittwoch, 27.11.2024, um 18 Uhr

„Sozialleistungen: Hilfe zur Pflege im ambulanten und stationären Bereich“ heißt der Vortrag von Fachexpertin Anke Birke. Die Referentin arbeitet im Bezirk Schwaben und gibt ihr Wissen in dieser VdK-Vortragsreihe gerne weiter.

Termin: Mittwoch, 6.11.2024, um 15 Uhr

„Langzeiterkrankungen: Welche gesetzlichen Leistungen stehen mir zu?“ Um diese Frage dreht sich der Vortrag von Mathias Hochmuth. Der stellvertretende Leiter der Rechtsabteilung im VdK-Landesverband gibt einen Überblick über dieses Thema.

Termin: Mittwoch, 13.11.2024, um 15 Uhr

Anmeldung

Bitte melden Sie sich unter www.vdk-bayern-seminare.de an. Hier können Sie sich einfach für den jeweiligen Vortrag als „Gast“ eintragen oder unter „Registrierung“ ein Konto anlegen.

Zwei Tage vor dem jeweiligen Vortrag erhalten Sie den Zugangslink per Mail zugeschickt. Sie benötigen zur Teilnahme lediglich einen Internetzugang sowie ein damit verbundenes Gerät wie Tablet, Smartphone oder Laptop.

Die Teilnahme an den Online-Vorträgen ist kostenlos und steht VdK-Mitgliedern und Interessierten offen. **bsc**

kleinanzeigen

Neue Spitze beim VdK Bayreuth-Saas

Pamela Hartung löst Rudolf Portner ab

Der VdK Bayreuth-Saas (Kreisverband Bayreuth) hat eine neue Vorsitzende.

Pamela Hartung löst Rudi Portner ab, der den Ortsverband mehr als zehn Jahre geführt hat. Hartung gehört dem Ortsverband seit zehn Jahren an und freut sich auf die ehrenamtliche Arbeit. Als stellvertretender Vorsitzender steht ihr Rudi Portner zur Seite. Kassierer bleibt Manfred Knauer, Schriftführerin Elfriede Berger. Gerhard Landgraf, ehemaliger stellvertretender Vorsitzender, und Gerfried Schieberle bilden das Team der Beisitzer. Nach den Wahlen beglückwünschte VdK-Kreisgeschäftsführer Thomas Steinlein den neuen Vorstand.

Glückwünsche zum 100.

VdK Coburg-Nord gratuliert Karl Greiner

Karl Greiner (sitzend) vom VdK Ortsverband Coburg-Nord (Kreisverband Coburg) feierte seinen 100. Geburtstag. Der Jubilar wird seit einigen Jahren von seiner Tochter zu Hause gepflegt. Zum Geburtstag gratulierten ihm (von links) Sigrid Graf, stellvertretende Vertreterin der Frauen im Ortsverband, Schriftführerin Marianne Stenglein und Ortsvorsitzender Bernd Rose. Das VdK-Team überreichte ihm, auch im Namen des VdK-Kreisverbands Coburg, Geburtstagsgeschenke.

VdK Heroldsbach und Willersdorf wählen neu

Im VdK-Kreisverband Forchheim fanden in zwei Ortsverbänden Neuwahlen statt. Im Ortsverband Heroldsbach übernahm Kreisvorsitzender Anton Hammer das Amt des Vorsitzenden. Werner Lorenz wurde zum Stellvertreter gewählt. Ebenfalls neu sind Schriftführerin Anette Schösser, Vertreterin der Frauen Ingrid Eisen, Beisitzer Hans-Martin Reck und Beisitzerin Ottilia Weimann. Kassierer bleibt Rolf Karl.

Im VdK Willersdorf wurde Vorsitzender Werner Pest wiedergewählt. Regina Stöhr ist weiterhin die Vertreterin der Frauen. Neu sind stellvertretender Vorsitzender Dietmar Erlwein, Kassiererinnen Elisabeth Liebl, Schriftführer Albrecht Bauer, Beisitzer Willibald Hagen und Beisitzerin Daniela Wagner.

VdK Himmelkron beim Straßenfest

Bezirkstagspräsident informiert sich über die Arbeit des Sozialverbands

Beim Himmelkroner Straßenfest konnte der VdK-Ortsverband Himmelkron (Kreisverband Kulmbach) den Bezirkstagspräsidenten Henry Schramm am Infostand begrüßen.

Schramm lobte das Engagement des VdK und nahm sich Zeit, um sich über die Arbeit des Sozialverbands zu informieren. Er betonte, wie wichtig der VdK für die soziale Unterstützung und Vernetzung in der Region ist. Der Ortsverband hat mit seinem Infostand eindrucksvoll gezeigt, wie lebendig die Arbeit für soziale Gerechtigkeit ist.

•(09 21) 99 09 26-0

Advent am Bleder See

Wintermärchen mit herrlicher Aussicht

An der Seepromenade von Bled ist die Advents- und Weihnachtszeit besonders feierlich. Mit seinem malerischen Gletschensee und der auf einem mächtigen Felsen thronenden Burg ist Bled auch im Winter eine Reise wert. Ihr Hotel befindet sich im Zentrum der slowenischen Gemeinde. Zur Entspannung steht Ihnen ein großes Hallenbad mit beheiztem Thermalwasser und herrlicher Aussicht auf die Bleder Burg zur Verfügung.

Termin/Preis: fünf Tage vom 8. bis 12. Dezember ab 549 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Busfahrt, vier Übernachtungen mit Halbpension im Vier-Sterne-Hotel „Park“, Ausflugsprogramm mit Reiseleitung, Kaffee und Kuchen, Avsenik-Museum, VdK-Reisebegleitung, Versicherung.

Leckereien aus aller Welt

Busreise zur Grünen Woche in Berlin

Die Grüne Woche in Berlin ist die international bedeutendste Messe der Ernährungswirtschaft, der Landwirtschaft und des Gartenbaus. Seien Sie einen Tag dabei, und schlemmen Sie sich durch das vielfältige kulinarische Angebot.

Erleben Sie außerdem während einer Stadtrundfahrt die Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt. Ihr Vier-Sterne-Hotel „Park Inn Berlin Alexanderplatz“ liegt mitten in Berlin.

Termin/Preis: vier Tage vom **19. bis 22. Januar 2025** ab 419 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Busfahrt, drei Übernachtungen mit Halbpension im Vier-Sterne-Hotel, dreimal Frühstück und zweimal Abendessen, Eintritt „Grüne Woche“, Stadtrundfahrt, VdK-Reisebegleitung, Versicherung.

Insel der Vulkane

Flugreise nach Lanzarote

Lanzarote liegt 130 Kilometer vor der Küste Westafrikas und ist 1000 Kilometer vom spanischen Festland entfernt. Fischfang und Landwirtschaft waren lange Zeit die wirtschaftliche Basis der kanarischen Vulkaninsel. Doch der Tourismus gewann immer mehr an Bedeutung und hat mit der Zeit eine hervorragende Infrastruktur entstehen lassen. Viele Attraktionen Lanzarotes wurden vom Künstler César Manrique geschaffen.

Termin/Preis: acht Tage vom **11. bis 18. März 2025** ab 1299 Euro pro Person im Doppelzimmer, Flug mit Condor ab/nach München, sieben Übernachtungen mit Halbpension im Vier-Sterne-Hotel „Hipotels La Geria“ in Puerto del Carmen, Ausflugsprogramm, VdK-Reisebegleitung, Versicherung.

Kreuzfahrt auf der Donau

Von Passau bis nach Budapest und zurück

Auf dieser siebentägigen Kreuzfahrt machen Sie Bekanntschaft mit bezaubernden Städten an der Donau. Von Passau aus geht es mit der „MS Verdi“ über die slowakische Hauptstadt Bratislava in die ungarische Metropole Budapest. Zurück gleitet das Vier-Sterne-Schiff über das Donauknie nach Wien. Anschließend fahren Sie durch die wunderschöne Wachau und besuchen das österreichische Dürnstein.

Termin/Preis: sieben Tage vom **23. bis 29. August 2025** ab 1199 Euro pro Person in der Doppelkabine, Bustransfer, sechs Übernachtungen mit Vollpension auf dem Vier-Sterne-Schiff „MS Verdi“, Ausflugspaket (fünf Ausflüge mit Reiseleitung), VdK-Reisebegleitung, Versicherung.

Vergnügliche Tage in Bayreuth

Inklusive Kinder- und Jugendfreizeit des VdK Bayern in der Wagnerstadt

Seit vielen Jahren bietet der VdK Bayern Freizeiten für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung an. In diesem Jahr fand die Kinderfreizeit, die vom VdK-Ressort „Leben mit Behinderung“ organisiert wird, in Bayreuth statt. Übernachtet wurde in der Jugendherberge, und es gab ein vielfältiges Programm. Der VdK-Bezirk Oberfranken und der VdK-Kreisverband Bayreuth ließen es sich nicht nehmen, den Kindern in der Bayreuther Innenstadt ein Eis zu spendieren. Die Begleiterinnen Tina Gerdes und Julia Shemetova, beide Referentinnen im VdK-Ressort „Leben mit Behinderung“, dankten VdK-Bezirksgeschäftsführerin Andrea Stühler-Holzheimer und Kreisgeschäftsführer Thomas Steinlein. Allen hat es so gut gefallen, dass sie für eine der nächsten Kinder- und Jugendfreizeiten gern wieder einmal nach Bayreuth kommen wollen.

MdL Franc Dierl besucht den VdK

Der 2023 neu gewählte Bayreuther Landtagsabgeordnete Franc Dierl hat dem VdK-Bezirk Oberfranken einen offiziellen Antrittsbesuch abgestattet. VdK-Bezirksgeschäftsführerin Andrea Stühler-Holzheimer freute sich über die Gelegenheit, Dierl den VdK und die Arbeit im Bezirk Oberfranken und im Kreisverband Bayreuth näher zu bringen. Beeindruckt war der Abgeordnete, wie verwurzelt der Sozialverband VdK in der Bevölkerung ist. Allein in Oberfranken zählt er mehr als 103 000 Mitglieder. Auch die hohe Zahl derer, die die Rechtsberatung in Anspruch nehmen, und das vielfältige Angebot der Kreis- und Ortsverbände fanden seine Beachtung. Mit einem Dank für das große soziale Engagement des Sozialverbands und dem Versprechen, im Austausch zu bleiben, endete der Besuch in der VdK-Bezirksgeschäftsstelle.

VdKlerinnen informieren sich über Tagespflege

Informativer Ausflug der Vertreterinnen der Frauen im Kreisverband Lichtenfels

Die Vertreterinnen der Frauen aus dem VdK-Kreisverband Lichtenfels haben sich vor Ort über die Tagespflege des Bayerischen Roten Kreuzes (BRK) in Burgkunstadt informiert.

Den Ausflug organisiert hatte die Vertreterin der Frauen im Kreisverband, Marianne Weberpals. Thomas Petrak, Geschäftsführer des BRK Lichtenfels, berichtete über die Geschichte des Hauses, die Umbaumaßnahmen und die barrierefreien Räume. Er gab einen Überblick über die Leistungen des BRK im Kreisverband Lichtenfels, wie Fahrdienst, ambulante Pflege, Entlastung im Haushalt, betreutes Wohnen, Seniorenclub und Seniorengymnastik sowie Seniorenhaus und Mehrgenerationenhaus.

Die Tagespflege in Burgkunstadt verfügt über 23 Plätze zur Betreuung von Menschen, die ihren Alltag nicht mehr oder nur noch schwer allein bewältigen können. Die Einrichtung bietet die Möglichkeit, den Tag in Gesellschaft zu verbringen und neue Kontakte zu knüpfen. Voraussetzung für die Inanspruchnahme ist mindestens Pflegegrad 2. Die Einrichtung kann auch stundenweise gebucht werden. Ein liebevoll gestaltetes Programm soll den Bewohnerinnen und Bewohnern viel Abwechslung bieten.

Alle Räume der Tagespflege sind barrierefrei, hell und ansprechend eingerichtet. Es gibt auch Ruheräume sowie Zimmer, die für Physiotherapie-Anwendungen genutzt werden können. Die Seniorinnen und Senioren werden von einem engagierten Team unter der Leitung von Sabine Grießer versorgt.

Am Ende der Führung bedankte sich Weberpals im Namen aller Teilnehmenden für den interessanten Einblick und überreichte Petrak für die Gäste der Tagespflege ein kleines Geschenk.

Dienstjubiläen beim VdK Oberfranken

Seit 30 Jahren arbeitet Thomas Steinlein beim VdK. Der stellvertretende Bezirksgeschäftsführer, der die Kreisverbände Kronach und Bayreuth als Kreisgeschäftsführer betreut, wurde von VdK-Bezirksgeschäftsführerin Andrea Stühler-Holzheimer geehrt.

Petra Schwintek kümmert sich seit 20 Jahren in der VdK-Kreisgeschäftsstelle Wunsiedel um die Anliegen der Mitglieder. Die Sozialrechtsberaterin bewarb sich 2004 als Sachbearbeiterin und wurde vom damaligen Bezirksgeschäftsführer und heutigen Kreisvorsitzenden Konrad Scharnagl eingestellt. Schwintek wurde von Geschäftsführer Matthias Bruckner und ihren Kolleginnen mit einem Geschenkkorb geehrt. Auch Bezirksgeschäftsführerin Andrea Stühler-Holzheimer bedankte sich persönlich für ihren großen Einsatz.

Sozialrechtsberaterin Svetlana Meisner ist seit zehn Jahren beim VdK-Kreisverband Coburg angestellt. Kreisgeschäftsführerin Maria Wagner bedankte sich für ihre zuverlässige Arbeit mit einem Blumenstrauß und einem Gutschein.

Neuwahlen beim VdK Burgebrach

Charlotte Selig zur Ortsvorsitzenden gewählt

Bei der Mitgliederversammlung des VdK Burgebrach (Kreisverband Bamberg) ist ein neuer Ortsvorstand gewählt worden. Charlotte Selig ist Vorsitzende und hat auch das Amt der Schriftführerin inne.

In Burgebrach hat der VdK eine lange Tradition. Bereits 1947 wurde der Ortsverband gegründet und nimmt seither aktiv am Dorfleben teil. Ein Höhepunkt im vergangenen Jahr war der Verkauf selbstgebackener Waffeln beim Höfefest anlässlich der 1000-Jahr-Feier. Mit 2424,50 Euro erzielte der Ortsverband das zweitbeste Sammelergebnis im Kreisverband bei der VdK-Haussammlung „Helft Wunden heilen“.

Bei den Neuwahlen wurde die stellvertretende Ortsvorsitzende und Vertreterin der Frauen Anita Seitz wiedergewählt. Stellvertretende Vertreterinnen der Frauen sind Marika Pflaum und Marion Pflaum. Im Amt bestätigt wurde Kassiererinnen Elisabeth Giehl. Dem Team der Beisitzerinnen und Beisitzer gehören Marika Pflaum, Marion Pflaum, Sebastian Giehl, Burkard Seitz, Peter Müller sowie Nikolaus Inhofer an.

VdK Wunsiedel fliegt nach Dalmatien

Die Flugreise des VdK-Kreisverbands Wunsiedel ging in diesem Jahr nach Dalmatien. Untergebracht in einer großzügigen Hotelanlage, verbrachten 53 VdKlerinnen und VdKler wunderschöne Tage an der Adria. Zu den Ausflugszielen gehörten die Wasserfälle im Nationalpark Krka sowie Dubrovnik, auch „Perle der Adria“ genannt. Beide zählen zum UNESCO-Weltkulturerbe. Die Reise ging die gesamte Makarska Riviera entlang und führte von Brela nach Gradac sowie Mostar im benachbarten Bosnien-Herzegowina.

Rainer Zirkelbach offiziell gewählt

Seit Herbst 2023 leitete Rainer Zirkelbach den Ortsverband Neuensee (Kreisverband Lichtenfels)kommissarisch. Nun wurde er einstimmig zum Ortsvorsitzenden gewählt. Nach der Wahl zeigte er sich erleichtert, dass es wieder einen vollständigen Vorstand gibt. Auch Kreisvorsitzende Monika Faber freute sich, dass es mit dem Ortsverband weitergeht. Stellvertretender Vorsitzender ist Alexander Rühr, Gabriele Sünkel ist KassiererIn, Reinhold Hofmann hat das Amt des Schriftführers inne, und Susanne Herbst und Silvia Mayer sind BeisitzerInnen.

NABU kürt den Vogel des Jahres

Hausrotschwanz gewinnt die Abstimmung

Der Hausrotschwanz hat die Wahl zum Vogel des Jahres 2025 gewonnen. Mehr als 143 000 Menschen haben bei der öffentlichen Wahl des Naturschutzbundes Deutschland (NABU) und seinem bayerischen Partner, dem Landesbund für Vogel- und Naturschutz (LBV), mitgemacht.

Bei der fünften Wahl von NABU und LBV entfielen 43 235 (30,2 Prozent) der Stimmen auf den Hausrotschwanz, 40 455 (28,2 Prozent) auf die Waldohreule, 22 656 (15,8 Prozent) auf den Schwarzspecht, 20 839 (14,5 Prozent) auf den Schwarzstorch und 16 205 (11,3 Prozent) auf den Kranich.

Die fünf Vögel standen in der Zeit vom 3. September bis 10. Oktober öffentlich bei einer Online-Abstimmung zur Wahl als „Vogel des Jahres“ 2025. „Über die bisher höchste Beteiligung bei einer Vogelwahl freuen wir uns sehr. Sie zeigt: Vögel und die Natur bewegen die Menschen“, sagt NABU-Vogelschutzexperte Martin Rümmler.

Der Hausrotschwanz ist ein Zugvogel, der häufig in menschlichen Siedlungen unterwegs ist, weil er hier gute Bedingungen zum Brüten findet. Er ist ein Frühaufsteher, der schon 70 Minuten vor Sonnenaufgang aktiv ist und seinen melodischen Gesang lautstark erklingen lässt. Damit ist er die erste Stimme im morgendlichen Vogelkonzert.

Den Winter verbringt der Hausrotschwanz meist in Nordafrika oder dem Nahen Osten. Einige Vögel bleiben den Winter über in Deutschland. Als Insektenfresser ist er vom Insektenrückgang durch die intensive Landwirtschaft und naturferne Gärten stark betroffen. Er ist ein Gebäudebrüter und baut sein Nest in Nischen und kleinen Öffnungen in Mauern und Fassaden. Haussanierungen machen dem Hausrotschwanz das Leben schwer und lassen viele Brutnischen verschwinden. Wer mehr für den Singvogel tun möchte, dem empfiehlt der LBV ihm das Nestbauen durch Nistbrettchen unterm Dach oder Halbhöhlen als Nistkasten zu erleichtern.

Der „Vogel des Jahres“ wurde in Deutschland erstmals im Jahr 1971 gekürt. Seit 2021 wird er durch eine öffentliche Wahl bestimmt. **cis**

Vorsicht beim Sammeln

Experte warnt vor der Gefahr von Giftpilzen

Die Deutsche Leberstiftung warnt davor, Pilze aus dem Wald zu verzehren. Im Essener Uniklinikum waren kürzlich drei Kinder wegen einer lebensgefährlichen Pilzvergiftung behandelt worden.

Der Verzehr selbst gesammelter Pilze aus dem Wald kann böse enden. Deshalb sollte man nach Ansicht des Medizinischen Geschäftsführers der Leberstiftung, Markus Cornberg, lieber darauf verzichten. Das Risiko einer Vergiftung sei zu hoch, sagte er der Deutschen Presse-Agentur.

Mitte Oktober waren drei Kinder nach dem Verzehr von Knollenblätterpilzen wegen akuten Leberversagens im Uni-Klinikum Essen behandelt worden. Der Knollenblätterpilz gilt als der giftigste Pilz überhaupt und sieht dem Champignon ähnlich.

Wer unbedingt sammeln wolle, solle das nur zusammen mit sehr erfahrenen Pilzexperten tun, so Cornberg. Das Gift des Pilzes werde über den Magen-Darm-Trakt aufgenommen. Wenn dort Beschwerden auftreten, sei Eile geboten. Bei schnellem Eingreifen etwa mit Kohletabletten sei ein Leberschaden noch aufzuhalten.

Vergiftungsfälle würden nicht gemeldet, es gebe keine Zahlen, schilderte der Experte. 2023 seien der Stiftung wieder zunehmend viele Fälle bekanntgeworden, da es sehr früh im Jahr feucht gewesen sei. Dies begünstige das Pilz-Wachstum. Auch dieses Jahr sei bisher sehr feucht ausgefallen. **cis**

Die Alkoholfreien werden immer beliebter

Beim Bier- und Weingenuss achten Konsumentinnen und Konsumenten stärker auf die Gesundheit

Brauereien in Deutschland kommen an einem Trend nicht mehr vorbei: Während der Bierabsatz insgesamt leicht rückläufig ist, trinken die Menschen immer mehr alkoholfreie Sorten. Entsprechend wächst das Angebot.

Manch traditionelle Brauerei hat sich lange gesträubt. Doch inzwischen stellen immer mehr von ihnen auch alkoholfreie Sorten her. Denn diese werden immer beliebter und wachsen gegen den Trend. „Kein anderes Segment der Brauwirtschaft hat in den letzten zehn Jahren so stark zugelegt wie alkoholfreie Biere und alkoholfreie Biermischgetränke“, sagt Holger Eichele, Hauptgeschäftsführer des Deutschen Brauer-Bunds.

Produktion verdoppelt

Seit 2007 hat sich in Deutschland die Produktion alkoholfreier Biersorten mehr als verdoppelt – auf 665 Millionen Liter im Jahr 2023. Im ersten Halbjahr 2024 wurden bundesweit zweistellige Wachstumsraten erzielt – bei einem leicht rückläufigen Biermarkt.

Pils ist das mit Abstand beliebteste Bier in Deutschland. Es macht knapp die Hälfte des Marktes aus. Helles Bier kommt auf ein Zehntel. Die Alkoholfreien sind mit acht Prozent auf den dritten Platz vorgerückt und haben das Weizenbier (Weißbier) mit sechs Prozent verdrängt. Eichele rechnet damit, dass bald jeder zehnte in Deutschland verkaufte Gerstensaft ohne Alkohol sein wird.

Von den rund 7000 deutschen Biermarken sind bereits zehn Prozent alkoholfrei. Besonders erfolgreich sind Weißbier und Pils sowie regionale Spezialitäten wie Alt und Kölsch. Immer beliebter werden auch Mischgetränke wie Radler.

Jede Biersorte kann ohne Alkohol hergestellt werden. Es gibt dabei zwei Varianten. Die Gärung wird beim Erreichen der Restalkoholgrenze von 0,5 Prozent gestoppt. Das Bier schmeckt dann oft süßlicher und hat einen starken Malzcharakter, da viel Malzzucker nicht vergoren wird. Alternativ wird dem fertig gebrauten Bier nach dem Brauprozess der Alkohol durch Erwärmen entzogen.

Der Umsatz mit alkoholfreiem Wein nahm im vergangenen Jahr um mehr als die Hälfte zu, macht aber nur ein Prozent aller verkauften Weine aus, wie das Deutsche Weininstitut mitteilte. Der Absatz alkoholfreier Sekte stieg um ein Zehntel. Insgesamt ist der Anteil unter allen Schaumweinen mit 7,4 Prozent höher als beim Wein.

Auch wenn noch 0,5 Volumenprozent Alkohol enthalten ist, darf Bier oder Wein als alkoholfrei verkauft werden. Diese Menge sei so gering, dass sie keine physiologische Auswirkung auf den menschlichen Körper hat, erläutert der Brauer-Bund. Andere Lebensmittel wie Bananen, Sauerkraut, Essig oder Traubensaft hätten einen höheren Alkoholgehalt, und in anderen EU-Staaten wie Frankreich oder Spanien ist mit 1,0 Prozent ein doppelt so hoher Wert erlaubt.

Nichts für Kinder

Wer eine Alkoholsucht überwunden hat, sollte keine alkoholfreien Biere oder Weine trinken. Eine Studie der Landesnervenklinik Andernach belegt, dass die dem alkoholhaltigen Bier ähnlichen Merkmale wie Aussehen, Geschmack und Geruch für sie problematisch sind. Aus ähnlichem Grund warnt die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein davor, Kindern alkoholfreies Bier zu erlauben. „Sie können sich unbewusst an den Geschmack von Alkohol

gewöhnen und früher einen Einstieg zum regelmäßigen Trinken finden“, erklären die Verbraucherschützer. Für Kinder und Jugendliche ist jeder noch so geringe Alkoholkonsum ungesund, weil er der Hirnentwicklung schadet.

Für Schwangere ist der gelegentliche Konsum von alkoholfreiem Bier oder Wein laut Berliner Charité vertretbar. Hauptsächlich sollten sie aber Getränke wie Wasser oder Tee zu sich nehmen.

Nach dem Sport trinken immer mehr Menschen alkoholfreies Bier. Der Brauer-Bund verweist auf Inhaltsstoffe wie Mineralien, Vitamine und Spurenelemente. Außerdem würde alkoholfreies Bier vom Körper leichter verwertet.

Die Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein kann diesen Argumenten nur zum Teil folgen. Alkoholfreies Bier kann „eine gesündere Alternative zu alkoholhaltigem Bier bieten, da es weniger Alkohol und Kalorien enthält“, erklärt sie. Was aber häufig vergessen wird, ist der hohe Zuckergehalt. So steckten in den meisten Sorten zwei bis vier Gramm Zucker pro 100 Milliliter. Besser seien Wasser, das keine Kalorien enthält, und selbstgemachter Eistee. **Sebastian Heise**

Gesunde Leinsamen

Im kaltgepressten Öl stecken Omega-3-Fettsäuren

Leinöl hat einen fein-nussigen Geschmack und einen hohen Anteil an mehrfach ungesättigter Alpha-Linolensäure, die zu den wertvollen Omega-3-Fettsäuren gehört. Sie sollen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen senken, Entzündungen hemmen und die Immunabwehr stärken.

Omega-3-Fettsäure kann vom Körper nicht selbst hergestellt werden. Daher muss man den Bedarf übers Essen decken. Zum besten Lieferanten zählt fettreicher Meeresfisch wie Lachs. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt daher, zweimal wöchentlich Fisch zu essen. Alternativ gelten pflanzliche Öle aus Nüssen, beispielsweise Walnussöl, und Ölsaaten wie Raps-, Hanf- und Leinöl als gute Lieferanten.

Leinöl in der Küche

Als Richtwert für die tägliche Zufuhr empfehlen die Experten der DGE, 0,5 Prozent der gesamten Energie über Alpha-Linolensäure aufzunehmen. Das entspricht etwa 1,5 Gramm pro Tag. Spitzenreiter ist das Leinöl: Es enthält bis zu 60 Prozent pflanzliche Omega-3-Fettsäuren. Zum Vergleich: Hanföl hat rund 17 Prozent Alpha-Linolensäure, gefolgt von Rapsöl mit neun Prozent. Bereits ein Esslöffel Leinöl liefert rund zwei bis drei Gramm der mehrfach ungesättigten Fettsäure.

Mit seinem leicht nussigen Geschmack passt Leinöl sehr gut zu Salaten, Quark oder Frischkäse. Ein frisch gemachter Smoothie kann mit einem Esslöffel Leinöl aufgepeppt werden. Grundsätzlich gilt: Leinöl sollte nur in der kalten Küche verwendet werden, da Omega-3-

Fettsäuren sehr licht- und hitzeempfindlich sind. Man sollte schon beim Kauf darauf achten, dass das Produkt in einer dunklen Glasflasche angeboten wird. Sobald die Flasche einmal geöffnet ist, gehört das Öl in den Kühlschrank und sollte innerhalb von wenigen Wochen verbraucht werden. Sobald das Produkt ranzig schmeckt, sollte man es nicht mehr verwenden. **ant**

Winterharte Kräuter

Bestimmte Sorten von Salbei, Thymian und Rosmarin sind sehr robust

Küchenkräuter verleihen Gerichten Geschmack und Aroma. Zudem sind sie reich an Vitalstoffen. Selbst, wenn es kälter wird, können sie noch geerntet werden. Denn viele Kräuter sind winterhart, allen voran bestimmte Sorten von Salbei, Thymian und Rosmarin.

Der in der Küche gerne verwendete Echte Salbei kommt in der Regel gut durch die kalte Jahreszeit, obwohl der Halbstrauch aus dem Mittelmeerraum stammt. Sollten Triebe samt Blättern dem Frost zum Opfer fallen, ist das kein Problem für die Pflanze. Man schneidet sie zurück, und sie treibt neu aus. Das Gleiche gilt für den Echten Thymian.

Starkes Aroma

Dieser ist wie der Echte Salbei frosthart und kann fast ganzjährig geerntet werden, auch wenn das volle Aroma im Frühling und Sommer am besten ist und er im Winter nicht mehr so viele Blätter hat. Auch bei Rosmarin gibt es winterharte Sorten wie „Blue Winter“ oder „Veitshöchheim“, eine spezielle Züchtung aus Franken, über die man sich im Fachhandel informieren kann.

Wer seinen Topfpflanzen im Winter etwas Gutes tun möchte, kann diese mit einem warmen Mantel aus Jutestoff umwickeln, um sie besser gegen Frost zu wappnen. Ein geschützter Platz an der Hauswand oder auf dem Balkon ist eine weitere gute Idee. Im Beet sind die Pflanzen grundsätzlich geschützt. Hier bietet sich Herbstlaub zum Abdecken an.

Salbei mit seinen samtig, graugrünen Blättern hat ein starkes, erdiges Aroma und passt sehr gut zu Fleisch, Pasta und Risotto. Er veredelt ebenso Gemüseintöpfe, Saucen und Kartoffelgerichte. Salbei ist auch bekannt für seine wohltuenden Eigenschaften bei Erkältungskrankheiten. Ein Klassiker ist der Salbeitee.

Thymian passt gut zu Fleischgerichten, Eintöpfen, Fisch, Soßen, Suppen und Salaten. Er hat sehr kleine Blätter, die bitter-würzig schmecken. Thymian soll gegen Husten, Heiserkeit oder Halsschmerzen helfen.

Rosmarin verfeinert Grill- und Gemüsegerichte, Eintöpfe und Saucen. Auch in Marinaden wird er gerne verwendet. Die nadelähnlichen Blätter schmecken intensiv und etwas harzig. Rosmarin

wird gerne als Duftpflanze eingesetzt. Der Duft der Gewürzpflanze gilt als konzentrationsfördernd und stimmungsaufhellend.

Petra J. Huschke

Pflaster drauf!

Wundschnellverbände schützen kleinere Verletzungen vor dem Austrocknen und unterstützen die Heilung

Wer eine Schnittwunde, Blase oder Abschürfung versorgen muss, hat unterschiedliche Wundschnellverbände zur Auswahl, sogenannte Pflaster. Diese schützen Wunden vor dem Austrocknen und unterstützen dadurch die Heilung. Aber welches Pflaster gehört auf welche Wunde?

„Wichtig ist vor allem, Wunden – egal, ob klein oder etwas größer – mit einem Pflaster vor Schmutz, Krankheitserregern und vor dem Austrocknen zu schützen“, erklärt Thomas Brückner, Experte für Medizinprodukte beim Bundesverband der Pharmazeutischen Industrie (BPI). Denn entgegen der immer noch weit verbreiteten Meinung, dass sie an der Luft heilen sollten, sind sich Expertinnen und Experten inzwischen einig: Wunden heilen im feuchten Milieu unter einem Pflaster am besten.

Unterschiedliche Arten

Welches der unterschiedlichen, im Handel erhältlichen Pflaster für eine Wunde am geeignetsten ist, hängt davon ab, an welcher Körperstelle sie sich befindet und wie groß sie ist. Standardpflaster gibt es als Pflaster-Strips in verschiedenen vordefinierten Größen oder als Pflasterabschnitte, die man sich individuell zuschneiden kann. Sie sind in der Regel ausreichend, um kleinere Verletzungen zu schützen. Wunden an Fingern lassen sich am besten mit selbsthaftenden Finger-Strips versorgen.

Elastische Pflaster passen sich an Bewegungen an und eignen sich daher für Verletzungen an einem Gelenk oder in einer Beuge. Wasserfeste Pflaster, auch Duschpflaster genannt, schützen Wunden beim Baden, Duschen oder Schwimmen. Sie sind mit einer atmungsaktiven, wasser- und schmutzabweisenden Polyethylen-Folie versehen. Die darunter liegende Wundauflage polstert Wunden ab und nimmt bei Bedarf Blut oder Sekret auf.

Sensitive Pflaster, die auch als hypoallergene oder hautfreundliche Pflaster bezeichnet werden, sind vor allem für Kinder, Ältere sowie Menschen mit Allergien oder Neurodermitis geeignet, deren Haut oftmals dünner und damit empfindlicher ist. Eine praktische Alternative zu Klebepflastern sind Sprüh-Pflaster. Sie lassen sich besonders gut an vielbewegten Körperstellen, wie Kniegelenke oder Ellenbogen, anwenden. Ihr dünner Film haftet wie eine zweite Haut auf der Verletzung, passt sich jeder Bewegung an und schützt vor Bakterien, Schmutz und Wasser.

Allerdings sind sie nur für trockene, oberflächliche Wunden geeignet. Blutende und nässende Wunden sind tabu.

Gel- oder Blasenpflaster werden auf Blasen aufgeklebt. „Diese Pflaster sind mit einem Hydrokolloid-Gel versehen, das die Blase abpolstert und verhindert, dass sie aufgerieben wird. Außerdem nehmen sie – im Gegensatz zu herkömmlichen Pflastern – das Wundsekret der Blase auf, wenn sich diese öffnet, ohne die Wunde auszutrocknen“, erklärt Brückner. Deshalb eignen sich Hydrokolloid-Pflaster auch gut für Schürf- und leichte Brandwunden sowie für chronische und langsam heilende Wunden.

Tipps zur Anwendung

Folgende Tipps sind laut dem BPI-Experten hilfreich für die richtige Anwendung von Wundpflastern: Waschen Sie sich die Hände gründlich, bevor Sie ein Pflaster auf die Wunde kleben. Das Pflaster sollte immer etwas größer sein als die Wunde. Reinigen Sie verschmutzte Wunden vorsichtig mit lauwarmem Leitungswasser, sterilen Wundreinigungspräparaten oder einer Kochsalzlösung aus der Apotheke. Stark verschmutzte Wunden oder Biss- und Kratzwunden durch Tiere sollten nach der Reinigung mit einem Wund-Desinfektionsmittel behandelt werden. Verwenden Sie Spezialpflaster nur für den vorgesehenen Zweck. Entfernen Sie Pflaster vorsichtig – aber mit einem Ruck. Bei stark blutenden oder auseinanderklaffenden Wunden sollte ärztlicher Rat eingeholt werden. **Mirko Besch**

Fuß vom Gas bei starkem Regen

Tipps fürs Autofahren bei extremen Witterungen

Autofahren bei extremen Wetterbedingungen, wie zum Beispiel Starkregen oder Hochwasser, birgt Gefahren, gegen die man gewappnet sein sollte.

Starker Regen erschwert nicht nur die Sicht, sondern kann auch zu Aquaplaning führen. Um dennoch sicher unterwegs zu sein, muss daher langsamer als gewöhnlich und mit größerem Sicherheitsabstand gefahren werden, rät der Auto Club Europa (ACE). Das bedeutet: Die Geschwindigkeit sollte immer an die Sichtverhältnisse und an den zu erwartenden Bremsweg angepasst sein. Dabei müssen natürlich auch die Straßenverhältnisse berücksichtigt werden. Schließlich verlängern Nässe und feuchtes Laub den Bremsweg und erfordern somit ein viel geringeres Tempo.

Generell sollte man nichts riskieren. Ist das Wetter zu schlecht, ist es besser, einen Parkplatz anzusteuern oder die Fahrt zu verschieben. Besteht zudem die Gefahr, dass die Reifen auf einer nassen Fahrbahn den direkten Kontakt zur Straße verlieren (Aquaplaning), sollte man nicht nur die Geschwindigkeit reduzieren, sondern auch das Lenkrad möglichst gerade halten, versetzt zu etwaigen Spurrillen fahren und plötzliche Bremsmanöver vermeiden.

Bei Hochwasser ist laut ACE eine Wassertiefe bis zur halben Reifenhöhe für Fahrzeuge in der Regel unbedenklich. Stand der Motor jedoch teilweise oder ganz unter Wasser, sollte man auf keinen Fall versuchen, ihn zu starten, weil sonst ein Motorschaden droht. Am besten klemmt man schnellstmöglich die Batterie ab und lässt das Auto in eine Fachwerkstatt schleppen. Dort wird geprüft, ob eine Trockenlegung sinnvoll ist. **mib**

Ergonomisch fährt es sich besser

Rückenfreundliche Autositze werden mit AGR-Gütesiegel ausgezeichnet

Innovationen im Automobilbereich sind meistens technischer Natur. Es geht dabei unter anderem um autonomes Fahren, Sicherheit oder Infotainment. Autositzen dagegen wird meist wenig Beachtung geschenkt. Dabei sind sie ein durchaus wichtiger Komfortfaktor.

Durchschnittlich 9,2 Stunden verbringen die Deutschen werktags im Sitzen – einen Teil davon im Auto auf dem Weg zur oder von der Arbeit. Und hierbei stehen sie jährlich durchschnittlich 79 Stunden im Stau. Wer keinen ergonomischen Autositz hat, tut seinem Rücken auf Dauer nichts Gutes. „Ein ergonomischer Sitz ist das Rückgrat jeder komfortablen und gesunden Fahrt“, sagt Detlef Detjen, Geschäftsführer der Aktion Gesunder Rücken (AGR). Seit 1995 zeichnet der unabhängige Verein ergonomische Produkte, darunter auch rückenfreundliche Autositze, nach umfassender Prüfung mit dem AGR-Gütesiegel aus.

Das Siegel dient als fachlich anerkannter Maßstab für gesunde Autositze. Aber es gibt nach wie vor Sitze, die kaum den grundlegenden ergonomischen Anforderungen entsprechen und den Rücken bei längeren Fahrten strapazieren. „Für Kunden ist es nicht immer leicht, sofort den Unterschied zu erkennen“, betont der Experte. Auf der Webseite www.agr-ev.de/autositze finden Interessierte daher eine Übersicht, welche Automodelle unter welchem Produktnamen mit AGR-zertifizierten Sitzen ausgestattet sind. Wer keinen rückenfreundlichen Sitz hat, muss nicht gleich ein neues Auto kaufen: Kompatible ergonomische Sitze können meist auch nachgerüstet werden.

Geprüft und empfohlen

Damit ein Autositz das Gütesiegel „Geprüft und empfohlen“ erhält, muss er viele Kriterien erfüllen. Zu den Mindestanforderungen zählen unter anderem eine verlängerbare Sitzfläche, eine verstellbare Höhe und Neigung sowie eine Vier-Wege-Lordosstütze. Sitzdynamiksysteme mit aufblasbaren Kissen bieten seitlichen Halt in den Kurven, Komfortkopfstützen entlasten die Halswirbelsäule in Ruhepausen. Doch Detjen mahnt: „Auch der rückenfreundlichste Sitz kann nur optimal unterstützen, wenn er richtig eingestellt ist. Viele Menschen nutzen die vorhandenen Einstellmöglichkeiten nicht ausreichend. Dabei kann schon eine kleine Anpassung große Wirkung haben.“

Zudem schreitet die Entwicklung innovativer Autositze voran. Sensorgesteuerte Körperanpassungen und Sitze, die das Beckenpendeln beim Gehen simulieren, sind zwei Funktionen, an denen die Hersteller bereits arbeiten. Damit das Sitzen im Auto künftig noch rückenschonender wird. **Mirko Besch**

Vielseitig und preisgekrönt

Schauspieler Ulrich Noethen wird 65 Jahre alt

Vom biederem Herrn Taschenbier bis zum SS-Reichsführer: Ulrich Noethen zeichnet sich durch eine enorme schauspielerische Bandbreite aus. Die „Süddeutsche Zeitung“ bezeichnete ihn als „Idealbesetzung des Durchschnittsmannes“. Am 18. November wird Noethen 65 Jahre alt.

Ulrich Schmidt, wie er ursprünglich hieß, kam als fünftes Kind einer Pfarrersfamilie in München auf die Welt. Nach Schule und drei Semestern Jura studierte er Schauspiel in Stuttgart. Er legte erfolgreich das Bühnenreifezeugnis ab. Mit Beginn seiner Schauspielkarriere nahm er den Geburtsnamen seiner Mutter, Noethen, als Künstlernamen an.

An den Städtischen Bühnen in Freiburg im Breisgau bekam er 1985 sein erstes Theaterengagement. Es folgten unter anderem das Schauspiel Köln und die Schauspielbühnen Berlin, wo er mit den Regisseuren Max Färberböck, Thomas Langhoff und Hans Neuenfels arbeitete.

1993 kam Noethen zum Fernsehen, spielte in einem ARD-„Tatort“ von Dominik Graf mit. Seinen Kinodurchbruch feierte er 1997 in Joseph Vilsmaiers Film „Comedian Harmonists“. Im Jahr 2000 spielte er den von den Nationalsozialisten hingerichteten Theologen Dietrich Bonhoeffer. Ein Jahr später verkörperte er im Kino erstmals Herrn Taschenbier aus dem Kinderbuch „Das Sams“ von Paul Maar. In der Neufilmung des Erich-Kästner-Romans „Das fliegende Klassenzimmer“ spielte er den beliebten Lehrer Johann „Justus“ Bökh, und 2004 dann die Rolle des Heinrich Himmler in Oliver Hirschbiegels Film „Der Untergang“. Auch als Hörbuchsprecher wird Noethen gerne gebucht.

Er erhielt den Deutschen und den Bayerischen Filmpreis, den Grimme-Preis, den Preis der Deutschen Filmkritik, die Goldene Kamera und andere Ehrungen.

Aus der geschiedenen Ehe mit der Schauspielerin Friederike Wagner hat Noethen eine Tochter. Seit 2009 lebt er mit der Schriftstellerin Alina Bronsky zusammen. Beide haben ebenfalls eine gemeinsame Tochter. hei