

Journal 60^{plus}

Aktiv und sicher in der neuen Lebenszeit | Winter 2017

MITMACHEN!
SCHWERPUNKTTHEMEN 2018

Auf den Spuren Wilhelm Eberts
– ein Interview mit Albin Dannhäuser

- Wohnen im Alter
- Erweiterter Rechtsschutz
- Seniorenpolitische Fachtagung



Inhalt

EDITORIAL

Ihre VBE-Seniorenvertretung	2
Heinrich Bahns, Seniorensprecher Nds.	3

SPURENSUCHE

Gespräch mit Dr. h. c. Albin Dannhäuser Wilhelm Ebert – deutscher Lehrerführer und internationaler Botschafter für die Demokratie	4
---	---

VERBANDSPOLITIK

Senioren plädieren für erweiterten Rechtsschutz	7
---	---

VERBANDSPOLITIK NIEDERSACHSEN

Emden – eine der Reformationsstädte 2017	8
Ausflug ins Naturschutzgebiet „Venner Moor“	8
4. Seniorenpolitische Fachtagung 2017	9
Auf den Spuren der Welfen	9

AKTUELLES

Elektronik und Wohnequipment für Senioren	10
Sicher ist es zu Hause am schönsten	11

FINANZTIPP

Altersgerecht umbauen	13
-----------------------	----

RECHTSTIPP	14
------------	----

+ Plus

Rezept & Geschenktipp, Sudoku, „Um die Ecke gedacht“	15
--	----

IMPRESSUM

Redaktionsleitung

Martina Hau
Wilke Mediengruppe GmbH
Oberallener Weg 1 • 59069 Hamm
Telefon (0 23 85) 4 62 90 - 0
E-Mail m.hau@wilke-mediengruppe.de

Redaktion

Uwe Franke (VBE Nds), Heinrich Bahns (VBE Nds.),
Konrad Ochsenreither (VBE RP), Peter Braasch (DLH),
Josef Klein (VBE BW), Ekkehard Gabriel (VBE BW),
Dirk Lederle (VBE BW)

Verlag, Anzeigen und Herstellung

Wilke Mediengruppe GmbH
Oberallener Weg 1 • 59069 Hamm
Telefon (0 23 85) 4 62 90 - 0
E-Mail info@wilke-gmbh.de
Internet www.wilke-mediengruppe.de

v. f. d. l. :

Andreas Wilke
Wilke Mediengruppe GmbH

Konzeption

grafik-werk • Anja Laube • www.grafik-werk.de

Bilder

Titel: © JakobchukOlena / fotolia.com, Seite 4: ©
Bayrische Schule (bs), Seite 5: © Scheel, Seite 8: oben
© Darnedde, unten © Glandorf-Krämer, Seite 13: ©
Photographee.eu / fotolia.com, Seite 15: © Ildi / foto-
lia.com

IHRE SENIORENVERTRETUNG

Verband / Funktion	Name	E-Mail	Telefon
■ VBE Baden-Württemberg	Ekkehard Gabriel	ekkehardgabriel@gmx.de	(0761) 580955
■ VBE Berlin	Gabriele Dietrich	l.g.dietrich@t-online.de	(030) 6047347
■ Brandenburgischer Pädagogen-Verband (BPV)	Brigitta Jäpel	jaepel@bpv-vbe.de	(035322) 34791
■ VBE Bremen	Johannes Gerdes	johannes.gerdes@t-online.de	(0471) 26774
■ VBE Hamburg im DLH	Peter Braasch	PBAG45@web.de	(040) 6564211
■ VBE Hessen	Ekkehard Müller	ekkehard.mueller@vbe.de	(06034) 4275
■ VBE Mecklenburg-Vorpommern	Marlies Hensel	hemarlies@t-online.de	(03981) 442347
■ VBE Niedersachsen	Heinrich Bahns	h-bahns@t-online.de	(040) 51315744
■ VBE Rheinland-Pfalz	Konrad Ochsenreither	k.ochsenreither@vbe-rp.de	(06341) 9450431
■ Saarländischer Lehrerinnen- und Lehrerverband (SLLV)	Horst Heib	host.heib@web.de	(06894) 4393
■ VBE Sachsen-Anhalt	Dietrich Schnock	dietrich@schnock.info	(03928) 69755
■ VBE Schleswig-Holstein	Jürgen Kaletsch	j.kaletsch@vbe-sh.de	(04821) 641993

Editorial

Mit dieser Ausgabe möchten wir einen Beitrag zur Erinnerungskultur unseres anfangs der 70er-Jahre des letzten Jahrhunderts neu begründeten und durch den Zusammenschluss mit dem Bayerischen Lehrer- und Lehrerinnenverband zur zweitgrößten Lehrerverorganisation in der Bundesrepublik aufgestiegenen Verbandes Bildung und Erziehung (VBE) leisten. Mit dem zweiten Vorsitzenden, dem damaligen Präsidenten des BLLV Dr. h. c. Wilhelm Ebert, betritt der VBE 1979 endgültig mit wachsendem Einfluss die internationale Bühne und wird in das europäische Bildungsnetzwerk integriert.

Im Niedersachsenteil berichten die Seniorenvertreter/-innen der Regionalvertretungen von ihren kulturellen Initiativen nach der Sommerpause und wecken Neugierde und Lust der Leserinnen und Leser auf Beteiligung bei kommenden Angeboten, die auf der VBE-Homepage www.vbe-nds.de in der Rubrik „VBE Senioren“ aufzufinden sind.

Ferner werden Sie über die Initiativen der VBE-Seniorenvertretung Bund zum im November stattfindenden dbb-Gewerkschaftstag in Berlin informiert und erhalten aus der 4. seniorenpolitischen Fachtagung Anregungen zum „Gesund-alt-Werden – von nix kommt nix“.

Im Serviceteil hat sich die Redaktion u. a. dankenswerterweise das Thema „Wohnen im Alter“ vorgenommen. Dabei ist sie für weitere Hinweise zur Ausgestaltung des Themas durch Sie als Leser/-in dankbar.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

Ihr Heinrich Bahns
Seniorensprecher
Niedersachsen



Heinrich Bahns
Seniorensprecher Nds.



Anzeige



Für den Notfall bestens gerüstet! Die Notfall-Police der Bayerischen.

Mit dem Wort Ruhestand verbindet jeder Mensch nur schöne Erinnerungen. Reisen, Ausschlafen und Zeit mit den Liebsten zu verbringen. Doch haben Sie sich schon mal Gedanken gemacht, ob Sie in Notfallsituationen richtig versorgt sind? Zum Beispiel für den Fall einer plötzlichen Krankheit oder bei einem Unfall? Denn dann könnte die Versorgung eines Haustiers sogar zum Problem werden. Die Notfall-Police der Bayerischen unterstützt Sie in möglichen Notlagen und sorgt für schnelle Hilfe.

Interessiert? Dann Info-Scheck ausfüllen und an folgende Adresse absenden:

die Bayerische | Geschäftsstelle Verbände | Thomas-Dehler-Str. 25 | 81737 München
F 089/6787-9428 | T 089/6787-9420



Info-Scheck

Ja, bitte schicken Sie mir Informationsmaterial über die Notfall-Police der Bayerischen zu.

Titel und Vorname

Familienname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Vorwahl, Rufnummer

Ich bin jederzeit widerruflich damit einverstanden, dass mich die Bayerische Beamten Versicherung AG per E-mail oder telefonisch über Versicherungen und Finanzdienstleistungen der Unternehmensgruppe der Bayerischen informiert. Meine Kontaktdaten dürfen zu diesem Zweck von der Unternehmensgruppe der Bayerischen gespeichert und genutzt werden.

Spurensuche



UWE FRANKE IM GESPRÄCH MIT DEM BLLV-EHRENPRÄSIDENTEN DR. H. C. ALBIN DANNHÄUSER

WILHELM EBERT – DEUTSCHER LEHRERFÜHRER UND INTERNATIONALER BOTSCHAFTER FÜR DIE DEMOKRATIE

In einer würdigen und bewegenden Feierstunde haben Weggefährten, Verbandsfreunde, Landes- und Bildungspolitiker sowie Wissenschaftler aus Bayern, Deutschland und aus Brüssel Ende Juli in der Münchener Allerheiligen-Hofkirche Abschied von dem am 28. Juni 2017 verstorbenen ehemaligen langjährigen Präsidenten des BLLV und VBE-Bundsvorsitzenden Dr. h. c. Wilhelm Ebert genommen. Noch zu seinem 94. Geburtstag am 6. Mai hatten ihm seine drei nachfolgenden BLLV-Präsidenten Dr. h. c. Albin Dannhäuser, Klaus Wenzel und Simone Fleischmann mit einem gemeinsamen Besuch in Ottobrunn eine große Ehre erteilt.

Die Redaktion Journal 60plus unternimmt in einem Interview mit Dr. h. c. Albin Dannhäuser als intimmem

Kenner des Lebens und Wirkens von Wilhelm Ebert den Versuch, sich seiner herausragenden Persönlichkeit und seinen Leistungen für einen freiheitlichen Lehrerberuf zu nähern.

1.

Niemand von uns „jungen Alten“ ist so eine lange Wegstrecke mit dem (herausragenden) Mitbegründer des heutigen VBE gegangen wie du – von 1968 bis 1993. Du bist also intimer Kenner seiner spannenden politischen Vita. Wie würdest du sie zum Beispiel für Wikipedia skizzieren/zusammenfassen?

Wilhelm Ebert gestaltete als Lehrerführer die Bildungs- und Berufspolitik über 50 Jahre wesentlich mit – in Bayern, Deutschland und weltweit. Als Präsident des

Spurensuche

Weltlehrerverbandes (1975–78) kämpfte er vor allem für die Alphabetisierung in den Ländern der Dritten Welt, für einen anerkannten Lehrerstatus und für die Entwicklung freier Lehrerorganisationen. Er war Mitbegründer des Verbandes Bildung und Erziehung 1974 und dessen Vorsitzender von 1979 bis 1993. Hier setzte er dem Ideologiestreit um Schulstrukturen ein zweigliedriges Schulsystem entgegen, beharrte auf der Gleichwertigkeit aller Lehrämter und thematisierte zentrale gesellschaftliche Herausforderungen im Horizont des Bildungsauftrags. Nach der Wende in Deutschland 1989/90 setzte er beim Aufbau neuer Landes-Lehrerorganisationen nachhaltige Impulse. Das Amt des Präsidenten des Bayerischen Lehrer- und Lehrerinnenverbandes hatte er 23 Jahre inne. Hier war er treibende Kraft zur Einführung der christlichen Gemeinschaftsschule und zur Überleitung der Lehrerbildung in die Universität.

Seine Verbandslaufbahn begann er 1948 als Vorsitzender der Junglehrerorganisation im BLLV. Die Verbände, die Wilhelm Ebert führte, positionierte er als wirkungsvolle, unabhängige politische Kraft. Er galt als streitbarer Demokrat, Humanist, Handlungsethiker und Weltbürger.

2.
In deinem Beitrag für die „Bayerische Schule“ zum Tode von Dr. h. c. Wilhelm Ebert (28.06.2017) schreibst du u. a.: „der Lehrerberuf galt ihm als Schlüsselberuf der Gesellschaft“. Hinter dieser Aussage verbirgt sich für Wilhelm Ebert ein hoher Anspruch von Schule und Lehrerschaft. Wie hat er diese Vision politisch gesehen?

Wilhelm Ebert verstand den Lehrerberuf als Schlüsselberuf sowohl im Blick auf Schülerinnen und Schüler als auch im Blick auf die Gesellschaft. Die Politik nahm er in die Pflicht, dass Lehrerinnen und Lehrer unter bestmöglichen Bedingungen ihre Schüler fördern und befähigen können, zur Teilnahme am sozialen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Leben. Ebert drängte aber ebenso darauf, dass die Politik Profession und Leistungen der Lehrerschaft dienstlich anerkennt und gesellschaftlich stärkt. Denn sie legt das Fundament für eine demokratische und leistungsfähige Gesellschaft. Ebert machte bewusst: „Die Führer von morgen sitzen heute in unseren Schulen.“

3.
Bevor sich Wilhelm Ebert in der zweiten Hälfte der gesellschafts- und damit auch bildungspolitisch aufgeregten/umstrittenen 70er-Reformjahre in die bundesdeutsche Schul- und damit

Innenpolitik einmischte, war er schon als „internationaler Botschafter“ für den öffentlichen Lehrerberuf weltweit unterwegs. Wie hat ihn dies für das Tagesgeschäft geprägt?

Durch seine jahrzehntelange Tätigkeit in internationalen Gremien verfügte Wilhelm Ebert über enorme politische Erfahrung. Deshalb genoss er auf Landes- und Bundesebene hohe Reputation. Seine Visionen, die weit über die Bildungs- und Berufspolitik hinausreichten, beeinflussten und bewegten hochrangige Repräsentanten aus Politik, Kirchen, Universitäten, Wirtschaft und gesellschaftlichen Institutionen. Aufgrund seiner globalen Perspektive rief sich Wilhelm Ebert immer wieder an Bildungspolitikern, die sich im Ideologiestreit neutralisierten, oder Verwaltungen, die sich im Kleinkarierten verzettelten. Seine internationale Sozialisation drängte ihn, die übergeordneten Ziele von Bildung und Erziehung unverdrossen in das politische und öffentliche Bewusstsein zu heben: Wohlstand durch Bildung, soziale Balance durch gleiche Bildungschancen, Mitgestaltung des demokratischen Gemeinwesens und Verantwortungsbewusstsein für eine humane Welt.

4.
In den viel beachteten Grundsatzreden von Wilhelm Ebert geht es ihm stets um das Werben für eine demokratische Grundgesinnung des Bildungsauftrags, die er in einer „demokratischen Erziehungsschule“ zu realisieren hoffte. Hat dieser Anspruch heute noch seine Berechtigung?

VITA DR. H. C. ALBIN DANNHÄUSER, EHRENPRÄSIDENT DES BLLV



Lehrer an Hauptschulen in Würzburg und München, Diplompädagoge

1971–1979
Vorsitzender der Junglehrer
im BLLV

1974–1980
Sprecher der Junglehrer
im VBE

1980–1984
Bundesgeschäftsführer
des VBE

1984–2007
Präsident des BLLV

1985–2009
stellv. Bundesvorsitzender
des VBE

Spurensuche

Eine demokratische Schule fordert nach Wilhelm Ebert „eine Erziehung, in der ein Schüler den Sinn von Werten durch sich selbst und im Zusammenleben mit anderen erkennen und anerkennen kann“. Für ihn muss eine demokratische Erziehungsschule junge Menschen dahin führen, zeitgerechte Qualifikationen zu erwerben, Wertentscheidungen zu treffen und sich als mündige Bürger für eine humane Gesellschaft zu engagieren. Dabei ist die Lehrerpersönlichkeit von zentraler Bedeutung. Er fügte hinzu: „Erziehung zur Demokratie setzt voraus, dass Lehrerinnen und Lehrer frei sind im Denken und Handeln.“

Das Plädoyer für die Erziehung zur Demokratiefähigkeit hat angesichts epochaler Verwerfungen höchste Aktualität. Sie bleibt ein vordringlicher Auftrag an uns, die Politik und Gesellschaft.

5. Irrungen und Wirrungen gehören mit zum Tagesgeschäft – gerade auch für in der Kulturpolitik und somit auch in der Bildungspolitik herausragende Persönlichkeiten wie Wilhelm Ebert. Dieses mitbedacht, was sollten wir Senioren

und Seniorinnen im Verband den jetzt im aktiven Lehrerberuf befindlichen Kolleginnen und Kollegen sowie den für den VBE handelnden Mandatsträgern von Wilhelm Eberts Überzeugungen vermitteln?

Vermutlich würde uns Wilhelm Ebert folgende Erkenntnisse an die Hand geben:

- Jeder Fortschritt im Bildungswesen und in der Berufspolitik musste oft gegen massive Widerstände erkämpft werden. Ohne die Beharrlichkeit der Solidargemeinschaft wäre vieles nicht gelungen.
- Historische Errungenschaften sind nicht selbstverständlich von Bestand. Jede Generation muss sie engagiert bewahren und weiterentwickeln.
- Niederlagen und Rückschläge sind kein Grund zur Resignation, sondern Ansporn zu neuen Aufbrüchen. Erfolgreiche Bildungs- und Berufspolitik braucht einen langen Atem.
- Die Lehrerschaft ist eine bedeutsame gesellschaftliche Kraft. Deshalb muss sie ihre Macht in professionellem Selbstbewusstsein und kollegialer Geschlossenheit offensiv zur Geltung bringen.

■ Uwe Franke

INFO

Ein persönlicher Eindruck von Wilhelm Ebert wird hier vermittelt.



www.youtube.com/watch?v=4pivWXCu4II

Osterkreuzfahrt „Frühlingssonne im Mittelmeer“

© Jacob Lund, fotolia.com

5 % Sonder-Rabatt exklusiv für die Leser des Journals 60 Plus!

Unterwegs zwischen Nizza und Cartagena vom 29. März bis 06. April 2018

Drei sehenswerte Inseln – Korsika, Menorca und Mallorca – werden mit dem früheren „Traumschiff“ MS Berlin neben den selten besuchten Häfen Cartagena und Tarragona angelaufen. Großartige Kathedralen wie in Palma, Barcelona und Marseille wechseln ab mit malerischen Landschaften und versteckten Klöstern wie Montserrat am „gesägten Berg“. Feiern Sie mit uns gemeinsam das Osterfest auf Mallorca – und lauschen Sie den Flötenklängen des sehr populären deutschen Musikers Hans-Jürgen Hufeisen.

Mit „MS Berlin“ ab/bis Nizza | 2-Bett-Innenkabine | Frühbucherpreis pro Person ab **€ 1.095,-**



Persönliche Beratung und Buchung (Code VBENOV17):

Biblische Reisen GmbH Silberburgstr. 121 · 70176 Stuttgart

Tel. 0711/6 19 25-0 · www.biblische-reisen.de



Verbandspolitik

SENIOREN PLÄDIEREN FÜR ERWEITERTEN RECHTSSCHUTZ

„Hand in Hand“ gehen die VBE-Seniorenvertreter und die „dbb bundesseniorenvertretung“ mit zwei wichtigen Forderungen in die Antragsberatungen des im November in Berlin stattfindenden Gewerkschaftstags 2017.

Beide beantragen eine **Änderung bzw. Erweiterung der dbb-Rahmenrechtsschutzordnung** (Par. 4), damit auch Rechtsschutz für Verfahren wegen Feststellung eines Pflegegrades gewährt werden kann. Die Begründung durch die VBE-Seniorenvertretung (Bund) ist in ihrer Dringlichkeit plausibel:

„Verfahren wegen Feststellung eines Pflegegrades sind insbesondere für ältere Mitglieder von großer Bedeutung. Die Gewährung von Rechtsschutz durch den dbb in diesen Fällen würde vielen Mitgliedern nach Eintritt in den Ruhestand bzw. in die Rente die Entscheidung für einen Verbleib in der Fachgewerkschaft deutlich erleichtern, zumal nach der Rahmenrechtsschutzordnung für Rentnerinnen und Rentner eine Rechtsschutzgewährung in nur wenigen Fällen möglich ist. Für diesen Personenkreis wird daher die Mitgliedschaft in anderen Organisationen wie beispielsweise dem VdK, die in sozialrechtlichen Verfahren Rechtsschutz gewähren, interessanter als der Verbleib in der Fachgewerkschaft.

Da die Beihilfe gewährende Verwaltung über keine eigenen medizinischen Gutachter verfügt, schließt sie sich bei Feststellung eines Pflegegrades bei Beamten den Gutachten der Pflegeversicherung an. Um die Gutachten der Pflegeversicherungen anzugreifen, bedarf es u. U. eines sozialgerichtlichen Verfahrens. Da die Gutachten bzw. die darauf basierenden Ent-

scheidungen den gesamten Finanzstatus des Beamten beeinflussen, sollte der dbb dafür Rechtsschutz gewähren.“ (zitiert: VBE-Seniorenvertretung)

Der zweite übereinstimmende Antrag bezieht sich auf die **Sicherung der Beamtenversorgung** und auf den Erhalt des eigenständigen Versorgungsrechts durch Fortführung von Versorgungsrücklagen oder Versorgungsfonds, die die zu erwartenden Versorgungsleistungen absichern. „Sie müssen daher gegen Zugriffe für systemfremde Ausgaben geschützt werden.“ (dbb bundesseniorenvertretung)

Nicht aufgeben wird die dbb bundesseniorenvertretung ihre wiederholt öffentlich geforderte **Berücksichtigung von Zeiten der Kindererziehung bei der Berechnung der Beamtenversorgung** (für die vor 1992 geborenen Kinder), wie dies im Rentenrecht bereits geschehen ist. In der Begründung heißt es u. a.:

„Außer in Bayern wurde bisher eine systemgerechte Übertragung der Anrechnung von Zeiten der Erziehung von vor 1992 geborenen Kindern, wie sie das RV-Leistungsverbesserungsgesetz vorsieht, nicht vorgenommen. Hierbei handelt es sich allerdings lediglich um einen ersten Schritt zur Gleichbehandlung der Erziehungsleistungen von vor 1992 geborenen Kindern mit denen von ab 1992 geborenen Kindern. Die gesetzgeberische Aufgabe der angemessenen Honorierung von Erziehungsleistungen in der Alterssicherung sollte jedoch unabhängig von der Frage des Berufs der Eltern und des Zeitpunkts der Geburt gelöst werden, da die Kindererziehung eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe darstellt.“

Behandlungsschwerpunkte: Was unterscheidet uns

- Kriseninterventionen
- Interdisziplinäre Schmerzbehandlung
- Burn-out-Folgeerkrankungen
- Mobbing-Folgeerkrankungen
- Problemerkis Schmerz-Angst-Depression
- Trauerbewältigung
- Tinnitusbewältigung
- Traumatherapie
- Essstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Hohe Behandlungsdichte
- Erfahrenes Team
- Interdisziplinäre Schmerzbehandlung
- Patient-Therapeuten-Schlüssel 4:1
- Kurze Wartezeiten
- Gehobenes Ambiente (4 Sterne Standard)
- Unterbringung in Einzelappartements
- 3 Einzeltherapien pro Woche
- Vorgespräch und Hausführung



Akutklinik Bad Saulgau

Fachklinik und Poliklinik für
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Kontakt: Andrea Traub
Am schönen Moos 9
88348 Bad Saulgau

Fon: +49 7581 2006-336
Fax: +49 7581 2006-400
info@akutklinik-badsaulgau.de
www.akutklinik-badsaulgau.de



Verbandspolitik Niedersachsen



Lüneburger Senioren
auf den Spuren der
Reformation in
Emden

EMDEN – EINE DER REFORMATIONSTÄDTE 2017

Um Emden zu besuchen, mussten die Senioren des VBE Lüneburg früh aufstehen, wenn sie nicht schon am Tage vorher angereist waren. Das fiel niemandem schwer, da die Sonne den Morgennebel bald aufgelöst hatte.

Zur Zeit der Reformation war Emden der größte Seehafen Europas und der westlichste an der Küste Deutschlands. Das erkennt man heute noch bei einer Hafentour auf dem großen Binnenhafen mit 4 Schleusen und den Docks der Werften. Schiffe werden hier nicht mehr gebaut, höchstens noch repariert. Heute sind die Hauptumschlagsprodukte Kraftfahrzeuge, Forstprodukte und in zunehmendem Maße Windenergieanlagen.

Die Stadt Emden kann auf eine Geschichte zurückblicken, die bis zur Antike zurückreicht. „Amuthon“ nannten die römischen Eroberer den kleinen Ort an einem windgeschützten Arm der Ems. Im 16. Jahrhun-

dert erlebte Emden eine kulturelle und wirtschaftliche Blütezeit. Sie gehörte neben Genf und Wittenberg zu den einflussreichsten Stätten der Reformation. Grund dafür war die Bedeutung der Stadt während des Spanisch-Niederländischen Krieges (1568–1648), denn Emden wurde zum Zufluchtsort von Tausenden von Glaubensflüchtlingen aus den benachbarten Niederlanden und aus Frankreich.

Aus diesem Grunde zeigt die Kunsthalle die Ausstellung „Your Story“, die auf Flucht und Migration vom 20. Jahrhundert bis heute blickt. In der Sammlung sind die Exilkünstler Beckmann, Katz und Scharl vertreten, die in den 1930er-Jahren Deutschland verlassen mussten. Aber auch zeitgenössische Künstler, die sich mit dem Thema politischer und religiöser Migration auseinandersetzen, wurden uns eindrucksvoll erläutert.

■ Ursel Darnedde

AUSFLUG INS NATURSCHUTZGEBIET „VENNER MOOR“

Die Pensionäre des Kreisverbandes Osnabrück-Bersenbrück machten sich auf, das Venner Moor zu erkunden. Es liegt im Landkreis Osnabrück zwischen den Orten Venne (Ostercappeln) und Hunteburg. Gestärkt mit Kaffee und Kuchen im Gasthaus Beinker ging unsere Wanderung los über Moorpfade ohne Steigungen. Dabei erhielten wir von unserer Führerin Frau Bühning Informationen über Entstehung, Ökologie und Nut-

zung des Venner Moores. Es war gut, dass wir in festem Schuhwerk gingen und Mückenschutz dabei hatten. Das Venner Moor ist Teil eines ursprünglich viel größeren Hochmoorgebietes, das durch intensiven Torfabbau in seiner einstigen Größe eingeschränkt wurde. Aber es ermöglicht noch heute faszinierende Einblicke in den Lebensraum Moor. Beigetragen haben dazu Renaturierungsmaßnahmen, bei denen vom Abbau betroffene Flächen wiedervernässt wurden und sich Teile des Moores nun langsam, aber stetig regenerieren. Die Naturerfahrungen an diesem Nachmittag waren für uns sehr intensiv und anregend. Hier gelten ganz eigene Zeitmaßstäbe, hier sind viel Platz, weiter Raum und Stille. Das Moor hat seine eigenen Gesetze und stellt für uns als Besucher einen ungewöhnlichen, faszinierenden Ort dar, an welchem der Alltag weit weg erscheint.

■ Waltraud Glandorf-Krämer

Schön ist es, im Herbst durchs Moor zu wandern



Verbandspolitik Niedersachsen

4. SENIORENPOLITISCHE FACHTAGUNG 2017

GESUND ALT WERDEN – VON NIX KOMMT NIX

BEWEGUNG VON KÖRPER UND GEIST HÄLT FIT

Unter diesem Motto veranstaltete der dbb am 26.9.2017 im dbb forum berlin die vierte seniorenpolitische Fachtagung. Der Vorsitzende Wolfgang Speck begrüßte eine Reihe ausgewiesener Experten als Referenten. Die öffentliche Wahrnehmung dieser Veranstaltung dokumentierten die jeweiligen Grußworte des Bundesvorsitzenden des dbb Klaus Dauderstädt, der Vertreterin des Bundesministeriums für Gesundheit Regina Kraushaar und des Vertreters des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Dr. Sven-Olaf Obst.

Frau Prof. Dr. Ursula Lehr, Bundesministerin a. D., führte mit ihrem Vortrag „Gesundes Altern – eine Herausforderung in Zeiten zunehmender Langlebigkeit“ in die Thematik der Veranstaltung ein. Ihre Erkenntnisse und Schlussfolgerungen, unterlegt mit gesicherten Daten und überzeugenden Darstellungen, fanden sehr großen Beifall. Nur eine Zahl: Im Jahre 2017 gibt es in Deutschland bereits über 10 000 Menschen, die älter als 100 Jahre sind. Und die Zahl steigt. Klar wird damit auch, dass die Lebenserwartung sich weiter verschiebt und die Zeit nach dem Ausscheiden aus dem Beruf sich sehr verlängert, ein neuer Lebensabschnitt ist entstanden. Es gilt, diesen bewusst zu gestalten, durch Aktivitäten, Engagements, Bewegung und Freude.

Mit dem zweiten Fachvortrag „Depression und Suizidalität im Alter“ von Prof. Dr. Ulrich Weber, Universitätsklinikum

Leipzig, wurde eine für viele Teilnehmer unerwartete Facette des Alterns angesprochen. Überraschend war ebenso, dass der Referent viele falsche Ursachenzuweisungen im Zusammenhang mit dem Burn-out-Begriff infrage stellte. Ein neuer Fachausdruck wurde vorgestellt: „Bore-out“; dieser bezeichnet das Gefühl der Nutzlosigkeit und die Überzeugung, nicht mehr gebraucht zu werden.

Die Vorträge „Ausgewogene Ernährung im Alter“ von Julia Zichner, Deutsche Gesellschaft für Ernährung, „Prävention vor Pflege“ von Dr. Sylke Wetstein, Compass Private Pflegeberatung, und „Bewegung zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit“ von Anke Töpfer, Deutscher Turnerbund, beleuchteten weitere Aspekte des „Gesund-alt-Werdens“. Frau Töpfer führte sowohl in der Pause als auch während ihres Vortrags gemeinsame Bewegungen vor, die leicht umzusetzen sind, auch zu Hause.

Am Ende der Veranstaltung gab es viel Lob von den zahlreichen Teilnehmern, darunter auch der VBE-Bundesvorsitzende Udo Beckmann. Die Einschätzung der zweiten Vorsitzenden der dbb bundesseniorenvertretung Uta Kramer-Schröder in ihrem Schlusswort, diese Fachtagung sei ein voller Erfolg gewesen, wurde durch großen Beifall bestätigt.

■ Heinrich Bahns

AUF DEN SPUREN DER WELFEN

waren die Seniorinnen und Senioren aus der Region Hannover, als sie am 6. August 2017 das Galeriegebäude in Hannover-Herrenhausen besichtigten. Nur an wenigen Tagen im Jahr ist der in Norddeutschland einmalige Barockbau für die Öffentlichkeit zugänglich. Damals wie heute dient der Große Saal mit Motiven der griechischen und römischen Mythologie repräsentativen Aufgaben wie Empfängen, Bällen und Konzerten. Auch das Standesamt Hannover hat im Galeriegebäude eine Außenstelle. Wer möchte, kann sich hier das Jawort geben. Im Obergeschoss, in den einstigen Gemächern von Ernst August und Sophie, hat man einen herrlichen Ausblick auf die Herrenhäuser Gärten. Nach einer einstündigen Führung gab es für alle ein gemeinsames Kaffeetrinken in der Schlossküche.

■ Liebgard Scheel

Besichtigung Galeriegebäude in Hannover-Herrenhausen



INFO

Interessante Onlineportale zum Thema:

www.gesund-aktiv-aelter-werden.de



www.aelter-werden-in-balance.de





Die Anordnung von Display und Tastatur ist seniorenfreundlich

ELEKTRONIK UND WOHNEQUIPMENT FÜR SENIOREN – HILFREICHE INNOVATIONEN FÜR DEN ALLTAG

Viele Hersteller gehen heute auf die Bedürfnisse von Senioren ein. Wenn die Sehfähigkeit, das Hörvermögen oder die Feinmotorik nachlassen, bieten sie Lösungsmöglichkeiten für den täglichen Gebrauch. Die Bedienung technischer Geräte wird somit erheblich erleichtert. Die seniorenfreundlichen Elektronikgeräte decken mittlerweile die gesamte Bandbreite an Elektrotechnik ab.

TELEFONE

Sie verfügen über überdurchschnittlich große Displayanzeigen oder Tasten. Die Hörlautstärke und Klingeltöne sind individuell einstellbar und die Lautübertragung ist sogar hörgerätekompatibel.

TV-FERNBEDIENUNG

Auch hier gibt es extra große Tasten und leicht zu bedienende Displays.

ARMBANDUHREN

Speziell für Senioren entwickelte Armbanduhren besitzen eine integrierte Sprachfunktion. Per Knopfdruck können die Uhrzeit oder Termine angesagt oder an die Einnahme wichtiger Medikamente erinnert werden.

VERGRÖßERUNGSGLAS

Wenn die Brille nicht mehr reicht oder die Buchstaben einfach zu klein gedruckt sind, bieten sich beleuchtete Vergrößerungsgläser an.

WECKER

Sie verfügen ebenfalls über ein großes Display und Beleuchtung. Der Weckton kann variabel eingestellt werden.

DIGITALKAMERA

Bestimmte Modelle eignen sich besonders gut, sie zeichnen sich in erster Linie durch die Größe des Displays und der Knöpfe aus und haben einen Autofokus.

FIEBERTHERMOMETER

Sie erleichtern die Bedienung ebenfalls durch eine übergroße Digitalanzeige oder sogar Sprachfunktion, indem sie die Messergebnisse mitteilen.

NOTRUFTECHNIK

Nur durch einen Knopfdruck fordern Sie im Notfall Hilfe an. Es gibt eine Vielzahl von Modellen und Anbietern und die Geräte können direkt am Körper getragen werden.

DAS HANDY ODER SMARTPHONE

Bei den explizit für Senioren entwickelten Modellen steht das Telefonieren im Vordergrund und die Reduktion von komplizierten Sonderfunktionen. Auch die Anordnung von Display und Tastatur ist seniorenfreundlich und verfügt häufig über einen Notrufknopf.

BADEWANNE & DUSCHE

Spezielle Halterungen und Sitzauflagen geben im Badezimmer Sicherheit und Orientierung. Diese werden fest montiert und schützen vor dem Ausrutschen. Sie erleichtern das Ein- und Aussteigen aus der Badewanne und helfen bei jeder Positionsveränderung.

UNSER TIPP

Lassen Sie sich gut beraten, bevor Sie eine Kaufentscheidung treffen und probieren Sie die Geräte aus. Mit einer Begleitperson, die sich auskennt, geht das noch besser. Es gibt zwar viele günstige Angebote im Internet, jedoch ist der regionale Fachhandel vor Ort die bessere Wahl, wenn es um Beratungskompetenz geht, auch wenn das Gerät dann etwa mehr kostet. Der Rundumservice inklusive möglicher Wartungen lässt sich mit Fachhändlern einfacher und besser gestalten.

Aktuelles

SICHER IST ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN

... das finden wohl die meisten Menschen, vor allem Ältere und Pflegebedürftige. Ihre gewohnte Umgebung ist ihnen in langen Jahren ans Herz gewachsen. Es ist daher nicht verwunderlich, dass ca. 95 % der über 65-Jährigen zu Hause wohnen und nur 5 % in Heimen leben.

In Gesprächen mit Seniorinnen und Senioren wird allerdings immer wieder deutlich, dass sich viele von ihnen im eigenen Heim nicht mehr sicher fühlen: Sie sorgen sich, weil sie aus gesundheitlichen Gründen auf Unterstützung angewiesen sind und befürchten, im Notfall keine Hilfe erreichen zu können. Der Gedanke, sich trotz aller Bindungen an die eigenen vier Wände in die Obhut einer Pflegeeinrichtung zu begeben, liegt dann nicht mehr fern.

Dabei gibt es eine Alternative, die ein unabhängiges Leben zu Hause möglich macht: Ein Hausnotrufsystem bringt die nötige Sicherheit! Rechtzeitig eingesetzt, kann es verhindern, dass an sich harmlose Stürze schwerwiegende Folgen haben. Außerdem garantiert es, dass im Notfall unverzüglich Hilfe kommt.

Leider warten die meisten Menschen viel zu lange damit, sich mit einem Hausnotrufsystem zu Hause abzusichern. Oft muss erst ein Notfall oder ein Unfall eintreten, damit die Notwendigkeit für ein solches Hilfsmittel in den Vordergrund tritt. Dabei ist die Handhabung so einfach: Ein Druck auf den Sender – und schon geht ein Notruf an die Serviceleitstelle. Dort melden sich Mitarbeiter, die an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr eingehende Notrufe beantworten. Über eine Wechselsprechanlage, die in das Hausnotrufgerät eingebaut ist, kann der Kunde frei sprechen, ohne das Telefon benutzen zu müssen. Im Notfall wird dort unverzüglich nach den Anweisungen gehandelt, die zuvor mit dem Kunden vereinbart worden sind: Entweder werden die Angehörigen, Nachbarn, Freunde oder der Pflegedienst verständigt, oder – im akuten Notfall – es wird der Rettungsdienst alarmiert.

Was vielen nicht bekannt ist: Das Hausnotrufsystem ist ein anerkanntes Pflegehilfsmittel! Bei Pflegebedürftigkeit kann unabhängig vom jeweiligen Pflegegrad ein Antrag auf Kostenübernahme gestellt werden. Bei Antragsgenehmigung werden die Kosten für die Einrichtung des Hausnotrufsystems und die monatliche Miete direkt mit der Pflegekasse abgerechnet. Weitere Geld- oder Sachleistungen werden davon nicht berührt. Der Pflegeversicherte erhält das Hausnotrufsystem, ohne selbst etwas dafür zahlen zu müssen!

Neu: Für eine einmalige Zahlung und eine monatliche Miete können auch Selbstzahler – je nach Anbieter – ein Hausnotrufsystem bekommen.

UND DARAN ERKENNT MAN EINEN ZUVERLÄSSIGEN ANBIETER:

- Vor der Inanspruchnahme des Hausnotrufdienstes sollte der Anbieter kostenlos, gründlich und verständlich über seine Dienste, die Technik und die Kosten informieren.
- Eine persönliche Beratung in den eigenen vier Wänden ist im Service inbegriffen: Das Hausnotrufgerät wird auf Wunsch dort ausführlich erklärt, installiert und der Ernstfall mit dem Teilnehmer geprobt.
- Die Mitarbeiter in der Servicezentrale sind freundlich und hilfsbereit und reagieren kompetent auf einen Hilferuf.
- Der Vertrag garantiert, dass ein Hausnotrufgerät bei Mängeln repariert oder ausgetauscht wird. Außerdem sieht der Vertrag keine Mindestlaufzeit, sondern die Möglichkeit einer Kündigung zum jeweiligen Monatsende vor.

Wer sich für ein Hausnotrufsystem interessiert, kann sich an private Anbieter oder an einige Wohlfahrtsverbände wenden.

INFO

CHECKLISTE
der Verbraucherzentrale
Rheinland-Pfalz:

verbraucherzentrale-rlp.de
initiative-hausnotruf.de



ICH BIN FÜR DICH DA WENN DU MICH BRAUCHST

- Hausnotruf für Ihre Sicherheit zu Hause
- auch bei Ihnen vor Ort
- kostet monatlich nur 18,36 € und einmalig 10,49 €
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich
- kostenlose Beratung rund um die Uhr unter 0 59 71 - 93 43 56

Mit Direktbank und
bundesweitem Filialnetz

Für mich: das kostenfreie Bezügekonto¹⁾

¹⁾ Voraussetzung: Bezügekonto mit Online-Überweisungen; Genossenschaftsanteil von 15,- Euro/Mitglied.

Banken gibt es viele. Aber die BBBank ist die einzige bundesweit tätige genossenschaftliche Privatkundenbank, die Beamten und Arbeitnehmern des öffentlichen Dienstes einzigartige Angebote macht. Zum Beispiel das Bezügekonto mit kostenfreier Kontoführung.¹⁾

Vorteil für dbb-Mitglieder:

- 30,- Euro Startguthaben über das dbb vorsorgewerk

Informieren Sie sich jetzt über die **vielen speziellen Vorteile** Ihres neuen Kontos für Beschäftigte im öffentlichen Dienst:
Tel. 0 800/40 60 40 160 (kostenfrei) oder www.bbbank.de/dbb

BBBank eG
Herrenstr. 2-10
76133 Karlsruhe



BB Bank

Die Bank für Beamte
und den öffentlichen Dienst



ALTERSGERECHT UMBAUEN

Wer in die Zukunft vorausschaut, wenn er sein Eigenheim modernisiert, legt sein Geld mit Gewinn an: Weitsichtige Planung sichert Wohnkomfort in den eigenen vier Wänden.

Was sollten wir tun, um jetzt vorzusorgen für den Fall, dass das Alter oder gar ein Unfall Einschränkungen in der Mobilität bringt? Gedanken, die man nicht verdrängen sollte. Wer in seinem Eigenheim auch im Alter unabhängig und glücklich bleiben möchte, plant vorausschauend.

Es beginnt mit den Wegen zum Haus und dem Wohnumfeld. Dort gilt es, Barrieren und Stufen möglichst zu beseitigen und auf Wegen Beläge auszubringen, die rutschfest und für Rollstühle befahrbar sind. Auch die Installation einer guten Außenbeleuchtung, die Verbreiterung von Toren oder die Schaffung einer geräumigen Garage stehen auf der Liste möglicher Maßnahmen.

Um komfortable Bewegungsfreiheit geht es auch bei allen Ein- und Durchgängen: Vor und hinter der Haupteingangstür sollte etwa, so eine Faustregel, eine Fläche von 1,50 mal 1,50 Metern vorhanden sein, wenn ein Rollstuhl bequem zu rangieren sein soll; die Breite aller Türen im Inneren sollte bei 90 Zentimetern liegen. Und nicht zu vergessen: Wer keine einbruchsicheren Türen und Fenster hat, sollte auch das bei dieser Gelegenheit korrigieren.

Auch Küche und Bad verdienen großes Augenmerk: Für beide braucht man im Alter in der Regel mehr Platz. Manchmal sind neue Armaturen und Geräte notwendig: Ein bodengleiches Duschbad mit Sitz, eine Wanne mit niedrigem Einstieg oder eine Küchenzeile, die ohne Oberschränke auskommt und große, gut lesbare Bedienelemente aufweist, zählen dazu.

Schließlich, sofern das Haus mehrgeschossig ist, die Wege nach oben und unten: Dass Treppen, wenn sie noch genutzt werden können, breite und trittsichere Stufen sowie stabile Geländer haben, sollte Mindeststandard sein. Eine Lösung kann auch der Einbau eines Treppenlifts sein. Größeren Komfort aber bietet der Personenlift, sofern der Platz dafür vorhanden ist.

Was von alledem sinnvoll und machbar ist, hängt immer von individuellen Gegebenheiten ab – und auch von der Kreativität. Sie durch eine kluge Finanzierung bei der Umsetzung zu unterstützen, ist ein Anliegen der BBBank. Neben ausgezeichneten Konditionen erhalten Sie eine maßgeschneiderte Beratung.

Vorausschauend planen lohnt sich



www.bbbank.de/termin

TIPP

Beschäftigten im öffentlichen Dienst bietet die BBBank auch bei der Baufinanzierung besondere Mehrwerte (B-Tarif), die sich rechnen.

Rechtstipp



Dominik Hoffmann

ABOS ENDEN NICHT AUTOMATISCH IM TODESFALL – VORSORGE WICHTIG!

Frage:

Ich habe vor Kurzem eine Vorsorgevollmacht ausgestellt und bin nun darauf aufmerksam gemacht worden, dass ich bei der Nutzung von Online-Angeboten beachten muss, dass auch hier eine Vertrauensperson die entsprechenden Dinge verwaltet, wenn ich sterbe. Was muss ich beachten?

Antwort:

Tatsächlich ist die Verwaltung des sog. „digitalen Erbes“, also der Personenprofile auf sozialen Netzwerken oder von Vertragsbeziehungen im Abonnement, besonders zu klären. Größtes Problem ist hier häufig die fehlende Kenntnis der Erben von Passwörtern und Profilen. Daher empfiehlt es sich, mittels Vollmacht eine Vertrauensperson zu beauftragen, den digitalen

Nachlass zu verwalten und beispielsweise Verträge zu kündigen. Entgegen allgemeinen Annahmen enden Verträge im Regelfall nicht mit dem Tod, sondern gelten gegenüber den Erben weiter. Sie haben ein Sonderkündigungsrecht, mit dem sie den Vertrag dann kurzfristig beenden können. Hierfür genügen in aller Regel die Vorlage der Vollmacht sowie eine Kopie der Sterbeurkunde. Kleiner Tipp: Erstellen Sie eine Übersicht über die Profile in den sozialen Netzwerken und Ihre laufenden Abonnements. So kann die Vertrauensperson unmittelbar handeln und muss nicht aufwendige Recherchearbeit leisten. Achten Sie dabei jedoch stets darauf, Ihre Passwörter aktuell zu halten und diese möglichst nicht auszuhändigen. Es genügt, wenn die Person im Eintrittsfall weiß, wo sie tätig werden muss.

ZUSAMMENTREFFEN VON VERSORGUNG UND EINKOMMEN AUS WEITEREM ARBEITSVERTRAG

Frage:

Ich plane, im Jahr 2018 meinen regulären Ruhestand als verbeamtete Lehrkraft in Rheinland-Pfalz zu beginnen. Mir macht die Arbeit sehr viel Spaß und ich habe ein Angebot bekommen, im Rahmen einer Hausaufgabenhilfe (Minijob) auch weiterhin pädagogische Arbeit zu leisten. Allerdings habe ich Angst, dass dies meine Pension – die aufgrund langer Teilzeittätigkeit zur Kindeserziehung nicht sonderlich hoch ausfällt – gefährdet. Was muss ich beachten?

Antwort:

Die Problematik der teilzeitbeschäftigten Kolleginnen ist weitverbreitet und sehr bedauerlich. Der VBE hat sich stets für eine Ausweitung der sog. Mütterrente auf die Mütterpension ausgesprochen, bis auf den Freistaat Bayern hat jedoch kein Bundesland diese Ungleichbehandlung beendet. Sie können jedoch Ihren Ruhestandseintritt bis maximal 3 Jahre

hinausschieben, wenn Sie weiter arbeiten möchten. Sollten Sie sich für den Ruhestand entscheiden und ein Arbeitsverhältnis aufnehmen, müssen Sie Folgendes beachten: Versorgungsbezüge werden bei regulärem Ruhestand bei weiterem Gehaltsbezug gemäß § 73 LBeamtVG (Entsprechendes findet sich auch in allen anderen Ländern) so lange ungekürzt ausgezahlt, wie in Summe nicht die Endstufe der zugrunde liegenden Besoldungsgruppe erreicht wird. Liegt der Betrag in Summe darüber – dies ist in Ihrem Fall bei einer Aushilfstätigkeit und niedrigem Pensionsatz nicht zu erwarten –, ruht der Versorgungsbezug anteilig. Beachten Sie jedoch, dass Sie stets verpflichtet sind, Änderungen Ihrer Bezügestelle mitzuteilen. Die unterbliebene Anzeige von anderen Rentenanwartschaften, eigenem Einkommen oder anderen Versorgungszahlungen kann auch viele Jahre später noch zu erheblichen Rückforderungen führen.

■ zusammengestellt von RA und FA für Arbeitsrecht Dominik Hoffmann, Justiziar des VBE Rheinland-Pfalz



DEKIMED®
Celenus Deutsche Klinik für Integrative Medizin
und Naturheilverfahren



Spüren Sie statt Ruhestand Überforderung und Erschöpfung. Fühlen Sie Unruhe, Gereiztheit, Angst, Schlafstörungen, Verdauungsprobleme, Schmerzen und ähnlich körperliche Beschwerden? Sie sollten handeln! Unsere Klinik bietet Ihnen hohe medizinische Kompetenz und die ausgezeichnete Lage im Kurort garantiert beste Rahmenbedingungen. Genießen Sie eine Auszeit und legen Sie Ihre Gesundheit vertrauensvoll in unsere Hände. **Wir haben auch über den Jahreswechsel attraktive Angebote!**

Fachzentrum für Innere Medizin/Stoffwechsel, Psychosomatik und Orthopädie
Prof.-Paul-Köhler-Str. 3 | 08645 Bad Elster
kostenlose Hotline: 0800/751 11 11
info@dekimed.de | www.dekimed.de
Ein Unternehmen der Celenus-Gruppe

- Erschöpfung, Überlastungs- und Burn-out-Syndrom
- Depressionen und Ängste
- Chronische Rückenbeschwerden und Schmerzen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Diabetes und andere Stoffwechselerkrankungen

Von allen Kostenträgern zur stationären Vorsorge und Reha anerkannt

+ Plus

Plus-Rezept

ZUTATEN
FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Kartoffeln
- Salz und Pfeffer
- 1 Paprikaschote, gelb
- 2 Zwiebeln
- 1 kg Wirsing
- 400 g Kasseler, ausgelöstes Kotelettstück
- 1 EL Öl
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1 Bund Schnittlauch
- 150 g Schmelzkäse (45 % Fett)
- Muskat, frisch gerieben
- 50 g Sahne

Leckerer Wirsingeintopf

ZUBEREITUNG

Die Kartoffeln schälen, waschen und halbieren und ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen. Die Paprikaschote entkernen und in Stücke schneiden und die Zwiebeln in Spalten schneiden. Den Kohl vierteln, den Strunk entfernen und dann in Streifen schneiden. Das Kasseler in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Kasseler und Zwiebelspalten darin anbraten, dann herausnehmen. Die Kartoffeln abgießen und mit Paprika und Kohl im heißen Bratfett ca. 5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Brühe ablöschen. Kasseler und Zwiebeln hinzufügen. Die Suppe zum Kochen bringen und dann auf niedrigerer Stufe ca. 5 Minuten köcheln lassen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden, den Käse in der Suppe schmelzen und den Schnittlauch hinzufügen. Die Suppe mit Muskat würzen, mit Sahne verfeinern und nochmals abschmecken.

Dazu schmeckt frisches Baguette oder ein leckeres Vollkornbrot.

„Wir wünschen Ihnen guten Appetit!“

UM DIE ECKE GEDACHT

WAS IST EIN SCHOKOLADENKEKS UNTER EINEM BAUM?

Antwort:
Ein schattiges Plätzchen.

EINE FRANZÖSISCHE MAUS KANN HÖHER SPRINGEN ALS DER EIFFELTURM – WIE KANN DAS SEIN?

Antwort:
Weil der Eiffelturm nicht springen kann.

Lacher +

Lisa zu Opa: Danke, Opi, dass du mir letztes Jahr zu Weihnachten so eine wunderbare Geige geschenkt hast. Ich habe noch nie so ein tolles Geschenk bekommen.

Opa: Wirklich?

Lisa: Ja, Mami gibt mir jedes Mal 2 Euro, wenn ich anfangen zu spielen. Und das nur, damit ich mit dem Geigen aufhöre.

Geschenktipp +

10 SPANNENDE WISSENSGEBIETE
IN EINER DVD-BIBLIOTHEK

Preis: 499 € statt 1.090 €
Bestellnr.: 7214
Bestellung unter:
www.zeitakademie.de
service@zeitakademie.de
040/32 80-1190

Stillen Sie Ihre Neugier auf vielseitige Wissensbereiche mit der umfangreichen ZEIT Akademie-DVD-Bibliothek und folgen Sie den bedeutendsten deutschen Experten ihres Fachs in zehn verschiedene Wissenschaften. Von Camus und Hemingway über die Rätsel der Mathematik und die Weltreligion Islam bis hin zu der Entstehung des Lebens – lernen Sie unterhaltsam alles über Themen, die Sie schon immer interessiert haben.

40 DVDs
Spieldauer: 69 Stunden

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



ZEIT AKADEMIE

Abo

Mehr Zeit für neue Wissenserlebnisse

mit dem Video-Seminar-Abonnement

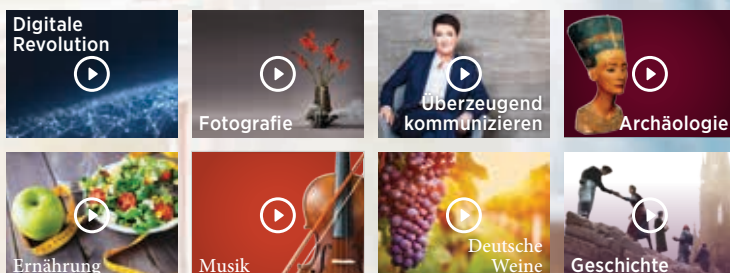


Das **Bildungsabo der ZEIT** ermöglicht es Ihnen, jeden Tag in ein neues Thema einzutauchen. Mit dem unbegrenzten Streaming-Zugang zu allen Video-Seminaren der ZEIT Akademie! In mehr als 250 Lektionen vermitteln Ihnen die besten Experten ihre Wissensgebiete – garantiert verständlich und unterhaltsam.

Ihre Abo-Vorteile

- + **Ein Abo – alle Seminare:** Mehr als 28 Seminare und 250 Lektionen Bildungsvergnügen zum Vorteilspreis
- + **Neues Wissenserlebnis:** Bilden Sie sich flexibel zu Hause oder unterwegs – ohne Zeitdruck und Vorgaben
- + **Zugriff von überall:** Streamen Sie die Seminare Ihrer Wahl auf Ihrem TV, Laptop, Tablet oder Smartphone
- + **Ohne Risiko:** Flexible Laufzeit, jederzeit kündbar

Die beliebtesten Seminare



Ab 14,99 € im Monat

Jetzt bestellen: www.zeitakademie.de/abo 040/3280-1190