

Journal 60^{plus}

Aktiv und sicher in der neuen Lebenszeit | Sommer 2019

UND PLÖTZLICH IM LEBEN –
GEHE ZURÜCK AUF NULL ...
ZU BESUCH BEI HELMUT PASTRIK

- Hauptversammlung der dbb bundesseniorenvertretung
- Regionalangebote 2019 für VBE-Senioren
- Ungefährdet den Sommer genießen



Inhalt

EDITORIAL

Ihre VBE-Seniorenvertretung	2
Heinrich Bahns, Redaktion	3

ZU BESUCH BEI ...

Und plötzlich im Leben – gehe zurück auf null ...	4
---	---

VERBANDSPOLITIK NIEDERSACHSEN

VBE KV LIN-NOH besichtigt die Gärtnerei Emsflower mit Erlebnispark und Gartenwelt	8
Regionalangebote 2019 für VBE-Senioren	9
Wegfall der Minderung des Bemessungssatzes	9
Buchbesprechung – UNTERWEGS – Älterwerden in dieser Zeit	9

VERBANDSPOLITIK

Erste Hauptversammlung der dbb bundesseeniorenvertretung 2019	10
Kommt die Mütterrente auch für Beamtinnen?	11
Streitpunkt Beamtenversorgung erhitzt immer wieder die Gemüter	11

AKTUELLES

Tipps für einen ungetrübten Sommer	12
Fotopuzzle	13

RECHTSTIPP

Stichwort: Patientenverfügung	14
-------------------------------	----

+ Plus

Buchtipp, Rezept, „Um die Ecke gedacht“	15
---	----

IMPRESSUM

Herausgeber, Verlag, Anzeigen

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

Redaktion

Katja Schulze-Buxloh (Wilke Mediengruppe), Wolfram Geib (VBE RP), Heinrich Bahns (VBE Nds.), Uwe Franke (VBE Nds.), Arno Sennhauser (VBE Nds.), Ekkehard Gabriel (VBE BW)

v. f. d. l. :

Andreas Wilke
Wilke Mediengruppe GmbH

Konzeption

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

Bilder

Titel: © Kzenon / fotolia.com, S. 4-7: © Helmut Pastrik, S. 10: © Alexandra Hagen-Freusberg, S. 12: © kasipat / fotolia.com, S. 13: © Goldjahre.de, S. 14: © Robert Kneschke / fotolia.com, S. 15: © Stefan Gräf / fotolia.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-hessen.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	Wolfram Geib	w.geib@vbe-rp.de	(06758) 7368
■ Saarländischer Lehrerinnen- und Lehrerverband (SLLV)	Horst Heib	horst.heib@sllv.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

Drei leidenschaftliche Männer

Seine Leidenschaft gilt dem Fotografieren und den Computern. Helmut Pastrik, geboren in der ehemaligen DDR, erzählt anlässlich des Mauerfall-Jubiläums im Interview, wie er die Wende erlebt hat und welche Ressentiments er in der Vorwendezeit hinnehmen musste. Das Gründungsmitglied des AVP/VBE Sachsen-Anhalt und der Gründungsvorsitzende des Kreisverbandes Sangerhausen bezeichnet als seine größte Herausforderung, die unabhängige Interessenvertretung in seiner Heimat etabliert zu haben. „Das haben wir alles erreicht mit ehrenamtlicher Tätigkeit und neben unseren beruflichen Pflichten“, sagt er im Interview.

Seine Leidenschaft gehört dem dbb. Bundesvorsitzender Ulrich Silberbach sprach bei der Hauptversammlung der dbb bundesseniorenvertretung in Berlin darüber, dass die fortschreitende Digitalisierung nicht nur die Arbeitsbedingungen im öffentlichen Dienst verändere, sondern auch den dbb herausfordere.

Der Beamtenbund müsse seine Strukturen ändern, um schneller zum Wohle der Mitglieder reagieren zu können. Und er kritisierte die hohe Belastung der Beschäftigten bei der Polizei, der Feuerwehr und dem Zoll sowie auch in Schulen und im Rettungswesen. Ebenso verärgert zeigte er sich über die Öffnungsklauseln, womit einige Bundesländer die Einheits-Krankenversicherung schleichend installieren wollen.

Seine Leidenschaft ist das Schreiben. Der ehemalige Spiegel-Redakteur Dieter Bednarz beschreibt seine ganz eigenen Erfahrungen mit dem Ruhestand. „Zu jung für alt“ lautet der Titel des in dieser Ausgabe vorgestellten Buches.

Zum Schluss können Sie ein Spargel-Rezept lesen und um die Ecke denken.



Heinrich Bahns
Seniorensprecher Nds.

■ Heinrich Bahns

VBE-NIEDERSACHSEN – SENIORENSPRECHER UND SENIORENSPRECHERINNEN

FUNKTION	NAME		E-MAIL	TELEFON
Landesseniorensprecher	Heinrich Bahns		h-bahns@t-online.de	040-51315744
Seniorensprecherin Weser-Ems	Elisabeth Lübbers	Osnabrück-Emsland	luebbers.meppen@t-online.de	05931-89933
Seniorensprecherin Lüneburg	Ursel Darnedde		ursel.darnedde@ewetel.net	04705-432
Seniorensprecherin Hannover-Braunschweig	Liebgard Scheel		cscheel@t-online.de	

Anzeige



ICH BIN FÜR DICH DA WENN DU MICH BRAUCHST

- Hausnotruf für Ihre Sicherheit zu Hause
- auch bei Ihnen vor Ort
- monatliche Miete 23,00 €
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich
- kostenlose Beratung unter 0 59 71 - 93 43 56

Zu Besuch bei ...



Unser Zeitzeuge der „Wiedervereinigung“: Helmut Pastrik, Ehrenvorsitzender des VBE Sachsen-Anhalt, an seinem heutigen Lieblingsplatz im Museumskeller seines Hauses

UND PLÖTZLICH IM LEBEN – GEHE ZURÜCK AUF NULL ... DEN ERZWUNGENEN NEUSTART SELBST IN DIE HAND GENOMMEN ...

Helmut, wer dich und deine liebe Frau heute in eurem schmucken Haus am Fuße des sagenumwobenen Kyffhäusers in der uralten fruchtbaren Südhazlandschaft besucht, begegnet mit euch zwei jungen Ruheständlern, die sehr aktiv in der Gemeinde Edersleben eingebunden und familiär tief verortet sind. Für dich eine Selbstverständlichkeit, über die du nicht eitel viel erzählst, wie kommt es zu diesem bürgerschaftlichen Engagement?

Von 1986 bis zur Schulschließung am Ende des Schuljahres 1993/94 war ich Direktor/Schulleiter der Oberschule/Sekundarschule Oberröblingen mit dem Schulteil in Edersleben (Klassen 1 bis 4). Die Bürgermeisterin von Edersleben hatte immer ein offenes Ohr für die Belange der Schule. Im Jahr 1993 hatte sie bereits die Pläne für ein neues Wohngebiet und unser Gewerbegebiet fertig geplant. Ich hielt mit meiner Frau und unseren beiden Söhnen Familienrat und wir beschlossen, in der „Neuen Siedlung“ von Edersleben unser Eigenheim zu bauen. Im August 1994 sind wir dann von Sangerhausen nach Edersleben gezogen. Es war das Jahr, in dem ich beruflich meine Schule schließen musste, aber persönlich einen Neuanfang hatte mit dem Umzug nach Edersleben.

1999 fragte mich ein Freund (mein Nachbar, damals SPD-Mitglied), ob ich nicht für die SPD zur Gemeinderatswahl kandidieren möchte, und hat mich mit dem Argument: „... dich kennen doch fast alle Edersleber und du bist auch sehr geachtet“ überzeugt (bzw. überredet). Etwas überrascht war ich dann doch, da ich als Neueinsteiger mit dem höchsten Stimmenanteil in den

Gemeinderat eingezogen bin. Bei der nächsten Wahl im Jahr 2004 habe ich dann für den Gewerbeverein kandidiert. Die Arbeit in beiden Legislaturperioden war nicht einfach und ich wollte dann eigentlich aufhören (da manche Ziele der Listenträger nicht mit meiner Einstellung zur Kommunalpolitik übereinstimmten). Aber es kam natürlich anders. Viele Einwohner kamen auf mich zu und baten mich, doch als Einzelbewerber weiterzumachen. Ich suchte mir Mitstreiter und gründete 2009 die Freie Wählergemeinschaft Edersleben, mit der ich seitdem im Gemeinderat vertreten bin.

2014 kandidierte ich auf der Liste der „Freien Bürger Mitteldeutschlands“ für den Verbandsgemeinderat, aber die Kandidatur für den Kreistag habe ich abgelehnt. Diese Entscheidung habe ich aus gesundheitlichen Gründen und meiner wegen Tätigkeit als VBE-Landesvorsitzender getroffen. Bei den diesjährigen Kommunalwahlen trete ich noch einmal sowohl für den Gemeinderat als auch für den Verbandsgemeinderat an.

Aber bis zu dem heutigen von euch selbst bestimmten Lebensabschnitt liegt ein langer Weg hinter euch. Wolltest du nach dem Besuch der Erweiterten Oberschule in der damaligen DDR schon immer Lehrer für die MINT-Fächer werden?

Seit der 7. Klasse war Lehrer mein Berufswunsch. Später kam dann noch ein zweiter hinzu – Kraftfahrzeugtechniker. Ich bewarb mich dann um einen der begehrten Studienplätze an der Hochschule für Verkehrswesen in Dresden und begann 1972 mit meinem Studium in

Zu Besuch bei ...

der Fachrichtung Maschinenbau mit Spezialisierung Kraftfahrzeugtechnik. Aus persönlichen Gründen (bevorstehende Heirat und Geburt unseres ersten Sohnes) wechselte ich 1973 zur Martin-Luther-Universität nach Halle und wurde schließlich nun doch Lehrer. Aber den Naturgesetzen blieb ich treu. 1977 beendete ich mein Studium als Diplomlehrer für Mathematik und Physik. Meine Diplomarbeit habe ich in Physik im Bereich der Elektronik geschrieben.

Und dann waren im November 1989 plötzlich der Mauerfall und das Ende des DDR-Systems, die Erschütterung der persönlichen und sozialen Lebensdeterminanten mit all ihren Folgen auch für den öffentlichen Lehrerberuf. Wie hast du das mit deinen Kollegen aufgenommen und was hat euch angetrieben, die Freiheit der Lehrerverberuf selbst gestaltend in die Hände zu nehmen?

Das Jahr 1989 war für mich schon ein bedeutendes Jahr. Für Januar hatten wir eine Einladung zur silbernen Hochzeit meiner Tante (Schwester meiner Mutter) nach Merzig im Saarland. Mir wurde unmittelbar mitgeteilt, dass es für mich keine Genehmigung gibt. Ich teilte in diesem Zusammenhang mit, dass dann meine Frau einen Reiseantrag stellt. Sie wollte erst nicht, da sie Angst hatte, dass ich meinen Job verliere. Ich sagte ihr aber, dass ich evtl. den Direktorenjob verlieren könnte, aber nicht den Lehrerberuf. Als dann der bewusste Tag kam und die Pässe abgeholt werden konnten, waren wir doch etwas überrascht. Meine Mutter, der Stiefvater, meine beiden Brüder, meine Schwester (zu der Zeit noch Studentin) und auch meine Frau bekamen tatsächlich die Reisepässe für 10 Tage. Ich war stinksauer und traurig, dass ich zu Hause bleiben musste. Besonders stolz bin ich auch darauf, dass alle Kollegen meiner Schule, die einen Reiseantrag während meiner Amtszeit gestellt haben, auch einen Reisepass bekommen haben. In meinen Beurteilungen, die ich schreiben musste, habe ich bei allen eine Reiseerlaubnis empfohlen und mein Vertrauen zum Ausdruck gebracht.

Dann kamen die Sommerferien. Meine junge Sportlehrerin (eine sehr engagierte und gute Lehrerin) verbrachte ihren Urlaub in Ungarn. Es war die Zeit, wo bereits die Ersten über die ungarische Grenze nach Österreich flohen bzw. in die Prager Botschaft. Ende September beantragte sie dann bei mir Urlaub für die Herbstferien. Da wir ein sehr gutes Verhältnis hatten, sagte sie mir auch, dass sie nach Ungarn will und weiter nach Österreich. Dies behielt ich allerdings

für mich. (Auch ich hatte selbst mit diesem Gedanken gespielt, aber meine Familie hat nicht mitgespielt.) Sie hatte es auch geschafft. Ende Oktober habe ich dann bei einer Direktorenberatung einen Rüffel „1. Klasse“ bekommen und man glaubte mir nicht, dass ich nicht wusste, was sie vorhatte. Das hätte mich bestimmt meinen Job gekostet, wenn die Wende nicht gekommen wäre.

Dann kam der bewusste 9. November. Ich war zu Hause beim Renovieren und habe nebenbei den Fernseher laufen lassen, da sich ja die Nachrichten überschlugen. Als dann die berühmte Pressekonferenz mit Schabowski begann, setzte ich mich auf das Sofa und verfolgte diese. Meine beiden Söhne und meine Frau waren zu dieser Zeit gesundheitlich durch eine Grippe angeschlagen. Dann kamen die berühmten Sätze von Schabowski, die ich also live mitbekam. Wir verfolgten danach gemeinsam das Geschehen vor dem Fernseher. Unsere erste „Westreise“ holten wir dann ca. 14 Tage später nach. Da waren alle wieder gesund.

Auch in den Schulen begann dann die „heiße Phase“ der Wendezeit. Unsere Vorgesetzten und auch unsere Gewerkschaft verfielen in eine Art „Tiefschlaf“. Und plötzlich waren wir allein und mussten uns selbst helfen, damit in den Schulen wenigstens der Unterricht einigermaßen vorstättenging. In dieser Zeit fanden auch einige Veranstaltungen statt, wo es um die zukünftige Bildung ging. Als Lehrer wurden wir oft angegriffen und einige sahen in uns die Schuldigen. Für einige waren wir die, die das System stützten, und für andere die, die zum Sturz beigetragen haben. Es war eine schwierige Zeit. Ich kann mich noch an eine Veranstaltung in der Turnhalle unserer Berufsschule

Gemeinsamer Warnstreik von Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen am 24.03.2015 in Leipzig



Zu Besuch bei ...

Abschied von der dbb-Bundestarifkommission zum dbb-Gewerkschaftstag 2017 mit Willi Russ (links), dem ehemaligen dbb-Bundesvorsitzenden/Tarifbereich



VITA

- geb. 1953 in Benndorf, heutiger Landkreis Mansfeld-Südharz
 1972 Abitur an der Erweiterten Oberschule in Sangerhausen
 1973–1977 Studium an der Martin-Luther-Universität Halle/Wittenberg (Ma, Ph)
 1977–1986 Lehrer an der Goetheschule in Sangerhausen (ab 1983 stellv. Schulleiter)
 1986–1994 Schulleiter an der Oberschule/Sekundarschule Oberröblingen (Schulschließung 1994)
 1994–2013 Lehrer an der Sekundarschule „Heinrich Heine“ in Sangerhausen
 2013–2015 Freistellungsphase Altersteilzeit und dann Rentner
 1990 Gründungsmitglied des AVP/VBE Sachsen-Anhalt und Gründungsvorsitzender des Kreisverbandes Sangerhausen
 1990–2017 verschiedene Funktionen im VBE Sachsen-Anhalt:
 - Mitglied in Lehrpersonalräten seit Bestehen
 - erster Schriftleiter des VBE Sachsen-Anhalt, Begründer und Namensgeber der Landeszeitschrift „transparent“
 - Aufbau und Koordinierung des ersten Internetauftritts
 - Landesvorsitzender des VBE Sachsen-Anhalt 2010–2017
 - Mitglied des dbb-Bundeshauptvorstandes, der Bundestarifkommission und stellv. dbb-Landesvorsitzender 2012–2017
 seit 2005 Mitglied des Verwaltungsrates der AOK Sachsen-Anhalt (mit Mandat des dbb)

Tätigkeit auf kommunaler Ebene

- seit 1999 Mitglied des Gemeinderates
 seit 2005 stellv. Bürgermeister
 2010 Gründung einer Line-Dance-Gruppe in Edersleben
 seit 2014 Mitglied im Verbandsgemeinderat „Goldene Aue“

außerdem Gründungsmitglied des Schulvereins der Goetheschule Sangerhausen und seit vielen Jahren stellv. Vorsitzender

Mitte November 1989 erinnern. Es war der Tag, an dem ich beschloss, den Neustart selbst in die Hand zu nehmen.

In dieser Zeit hätte ich mir eine gewerkschaftliche Unterstützung gewünscht. Diese gab es aber in keiner Weise.

In den kommenden Wochen trat ich an vielen Schulen in unserem Landkreis auf und warb für die neue, unabhängige Interessenvertretung. Bereits im März, noch vor der Gründung des Landesverbandes, habe ich den Kreisverband in Sangerhausen zum Leben erweckt. Anfangs waren wir etwa 50 Kolleginnen und Kollegen. Wir finanzierten uns aus eigenen Mitteln bzw. aus Spenden der an den Veranstaltungen teilnehmenden Kolleginnen und Kollegen. Wir nahmen Kontakt auf zum Bezirksverband in Hildesheim und besuchten uns gegenseitig. Dort trafen wir auch auf die Kolleginnen und Kollegen aus Halle und arbeiteten dann zusammen. Wir nahmen in dieser Zeit unter anderem an Personalratsschulungen teil und ich forcierte die Bildung eines Personalrates für den Landkreis Sangerhausen.

Auf dem 1. Ordentlichen Verbandstag am 29. September 1990 wurde dann der AVP Sachsen-Anhalt in VBE Sachsen-Anhalt umbenannt. Am 3. Oktober, dem Tag der Wiedervereinigung, stellte unser Landesverband den Antrag, als Landesverband in den Verband Bildung und Erziehung aufgenommen zu werden. Diesem Antrag wurde am 14. Oktober 1990 entsprochen.

Bis zur Gründung und auch auf dem weiteren Weg erfuhren wir nicht nur die Unterstützung aus Niedersachsen, sondern vor allem auch aus Nordrhein-Westfalen. Ich möchte hier stellvertretend für alle nennen: die Kollegen Uwe Franke, Dr. Udo Kittler, unseren heutigen Bundesvorsitzenden Udo Beckmann, Peter Appel, Dr. Friedhelm Munzel, Heinz Wagner von unserem Partnerverband, die Kollegen Zöllmer, Stopper, Fogler und Borst aus Niedersachsen sowie Dietrich Schaeffer und Helge Dietrich vom Landesverband Berlin.

Es war für uns und für mich eine sehr aufregende Zeit mit sehr vielen schönen Erinnerungen, an die ich mich immer gern wieder erinnere. Und ich sage deshalb auch hier noch einmal danke für diese sehr angenehme und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Du bist einer der „Gründerväter“ des VBE in Sachsen-Anhalt, warst in schwieriger verbandlicher Zeit (2010–2017) auch deren Vorsitzender, als stv.

Zu Besuch bei ...

dbb-Landesbundvorsitzender und langjähriges Mitglied im Kreispersonalrat und später im Bezirkspersonalrat in Halle, als VBE-Mitglied in der dbb-Tarifkommission überall ein geduldiger, zäher Verhandlungspartner. Welches waren die Herausforderungen, welche Lösungswege wurden gefunden und was ist bisher noch unbefriedigend im Beruf und Ruhestand?

Die größte Herausforderung für mich war es, diese neue unabhängige Interessenvertretung zu etablieren und um deren Anerkennung bei den Kolleginnen und Kollegen und auch im zuständigen Ministerium zu ringen. Und das haben wir alles erreicht mit ehrenamtlicher Tätigkeit neben unseren beruflichen Pflichten.

Das war nicht immer einfach. Es war auch eine Herausforderung für das familiäre Zusammenleben. Wir verlangten von unseren Ehepartnern und Kindern viel Verständnis. Ich hatte immer die Unterstützung meiner Familie. Im Tarifstreit waren für mich die Meilensteine das 1994 erkämpfte Lehrgleichstellungsgesetz, wo wir auch viel Unterstützung durch unsere Partnerverbände und deren Mitglieder erfahren haben. Und besonders stolz bin ich darauf, 2015 Mitglied der Verhandlungskommission bei den Tarifverhandlungen gewesen zu sein, die die Entgeltordnung für die Lehrkräfte auf den Weg gebracht hat. Am Ziel sind wir aber noch lange nicht. Hier ist noch einiges ins „Reine“ zu bringen. Für mich leistet jede Lehrerin und jeder Lehrer schulformspezifische Höchstleistung und das muss entsprechend auch honoriert werden.

Um eine zukunftsichere Bildung unserer Kinder mache ich mir Sorgen, wenn ich den Lehrkräftemangel und die zunehmende nicht zu unterschätzende Anzahl von Quer- und Seiteneinsteigern sehe. Das Schlimme daran ist, dass die verantwortlichen politischen Kräfte nicht auf uns gehört und rechtzeitig gegengesteuert haben.

Zum Schluss ein weiteres Lebensdetail von dir: Wer einmal von dir in den Hobbykeller eingeladen wird, ist beeindruckt von deiner Gerätesammlung aus dem Medienbereich. Nach heutigen Maßstäben bist du mehr als ein gängiger PC-Freak, denn von dir wird berichtet, dass du schon früh die technologische und bildungsrelevante Zukunftsherausforderung erkannt hast und für andere bis heute erschließt.

Ja, das ist mein größtes und ältestes Hobby. Bereits mit 10 Jahren hatte ich einen eigenen Fotoapparat (Pouva Start). Die Fotografie und das Filmen begleiten

mich seitdem. Später kam dann noch die Computertechnik dazu und eigentlich ist es die ganze Breite der Medientechnik.

Während meiner Lehrtätigkeit habe ich viele Jahre Fotografie-Arbeitsgemeinschaften mit Schülern durchgeführt und auch erfolgreich an Wettbewerben teilgenommen.

Den ersten Computerkontakt (außer im Rechenzentrum an der Uni) hatte ich 1980/81. Mit einem Kollegen leitete ich eine Elektronik-AG. Mit den Schülern führen wir 1980 an die Uni Berlin und führten dort den ersten Computerkurs durch. Während meiner Schulleitertätigkeit in Oberröblingen organisierte ich mithilfe meines Patenbetriebes, einer Zuckerfabrik, einen Computer für meine Schule. Dieser ATARI befindet sich auch in meiner Mediensammlung.

Bereits im Herbst 1990 kaufte ich mir auf Kredit (war für uns unüblich, außer dem sogenannten Ehekredit nach der Hochzeit) meinen ersten PC.

In der Medienstelle in Sangerhausen, zu der ich 6 Jahre teilweise abgeordnet wurde, war ich für die Computerkabinette und die Medientechnik an den Sekundarschulen im Kreis verantwortlich. Eigentlich wollte ich dort ein Schulmuseum für technische Schulgeräte und Medientechnik einrichten. Das hat sich dann leider zerschlagen und so wanderten die Geräte in meine Garage und meinen Keller. Vor etwa 4 Jahren habe ich angefangen, mir mein Museum im Keller einzurichten. Ich hoffe aber immer noch, irgendwo (vielleicht auch bei uns in Edersleben) diesen Museumsgedanken umsetzen zu können.

■ Das Interview führte Uwe Franke

Artikel in der Mitteldeutschen Zeitung vom 18.08.2001. Schüler der Arbeitsgemeinschaft Fotografie, die am Siemens-Wettbewerb „Join Multimedia 2001“ mit einer Präsentation zur EXPO 2000 in Hannover teilgenommen haben





VBE KV LIN-NOH BESICHTIGT DIE GÄRTNEREI EMSFLOWER MIT ERLEBNISPARK UND GARTENWELT

Es ist ein trüber Tag mit Regen. Doch der Regen kann uns nichts anhaben, denn wir befinden uns in den mollig warmen Treibhäusern der Firma Emsflower in Emsbüren.

Nachdem wir uns mit Kaffee und Kuchen gestärkt hatten, ging es in die Produktionshallen. Wie von Geisterhand fahren kleine, führerlose Transportwagen durch die Treibhäuser, alle vollautomatisch gesteuert. Begonnen hat alles, erzählt uns die Gästeführerin Frau Schwennen, im Jahr 2003, als der Holländer Bennie Kuipers bei der Gemeinde Emsbüren vorstellig wurde und 100 Hektar Land kaufen wollte. Neun Monate später wurde der Antrag bewilligt, sodass der oben erwähnte Sohn des Firmengründers mit dem Bau der größten Beetpflanzengärtnerei Europas beginnen konnte. Heute stehen in Emsbüren neben Tomaten vorwiegend Beet- und Balkonpflanzen auf 64 Hektar unter Glas. Produziert wird nur auf Bestellung. Abnehmer sind große Discounter, Baumärkte und Gartencenter in ganz Europa. Viele Arbeitsabläufe sind automatisiert. So übernehmen Roboter die Aussaat oder das Pflanzen von Stecklingen. Die Geranienstecklinge werden in Tansania produziert, von wo sie dann per Flugzeug nach Amsterdam kommen und noch am selben Tag Emsflower erreichen. Trotz der Automatisierung beschäftigt Emsflower 200 Festangestellte und 250 Saisonarbeiter aus Polen, Rumänien, Bulgarien und der Ukraine, die in verschiedenen Häusern bzw. in einem neben den Treibhäusern im Bau befindlichen modernen Hotel mit 150 Appartements demnächst untergebracht werden. Unter den Angestellten sind mehr Logistiker, Schlosser und Elektriker als Gärtner und Gärtnerinnen.

Auf Nachhaltigkeit legt Emsflower großen Wert. Strom und Wärme werden durch das Verbrennen von Land-

schaftspflegeholz erzeugt. Das Kohlendioxid wird herausgefiltert und für die Tomatendüngung genutzt. Für die Bewässerung wird ausschließlich aufbereitetes Regenwasser verwendet, das über die Dächer der Treibhäuser aufgefangen und in großen Auffangbecken mit einer Kapazität von 400 Millionen Litern gespeichert wird. Zur Schädlingsbekämpfung werden so weit wie möglich Nützlinge wie z. B. Florfliegen eingesetzt.

Emsflower ist aber auch sehr innovativ. In einem hermetisch abgeschirmten, fast keimfreien Versuchstreibhaus werden verschiedene Salatsorten auf unterschiedliche Produktionsweisen getestet. So werden u. a. Salatköpfe auf schwimmenden Plastikschalen gezogen. Die Wurzeln werden dabei durch das sich darunter befindende Wasser mit Nährstoffen versorgt. Diese Art der Zucht könnte sogar in verschiedenen Etagen mit Kunstlicht betrieben werden. Ob auf den 15 Hektar für die Tomatenzucht auch schmackhafte Tomaten erzeugt werden, muss jeder selbst beurteilen, wenn man bedenkt, dass die Tomatenpflanzen innerhalb einer Vegetationsperiode bis zu 15 Meter lang werden und in einem Substrat aus Steinwolle und kleingehäckselten Pflanzenfasern wachsen.

Ein weiteres Highlight bildeten der Tropengarten und das Schmetterlingshaus, in dem über 1000 frei fliegende, bunt schillernde Falter aus den Regionen Costa Ricas und Malaysias untergebracht sind. Nach der Führung bot sich noch die Möglichkeit, die Gartenwelt zu besichtigen, um den einen oder anderen Einkauf zu tätigen. Am Ende der Fahrt waren alle hochzufrieden mit dem sehr informativen und erlebnisreichen Tag.

Verbandspolitik Niedersachsen

REGIONALANGEBOTE 2019 FÜR VBE-SENIOREN

JAHRESPROGRAMM DES KREISVERBANDES OSNABRÜCK-BERSENBRÜCK

Dienstag, 18. Juni 2019, 14:30 Uhr

Besichtigung: Heilpädagogische Hilfe Osnabrück
Industriestraße 17, Osnabrück-Sutthausen

Dienstag, 26. November 2019, 15:00 Uhr

Planetarium am Schölerberg mit der Lernwerkstatt Kurs 3
Klaus-Strick-Weg 10, Osnabrück

September 2019

Informationsnachmittag: Pensionierung, Versorgung
und Teildienstfähigkeit; Referent: Bernward Lanfer

Dezember 2019

Jahresabschluss: Krippenausstellung in der Basilika
Rheine, danach Besuch des Weihnachtsmarktes in
Rheine

Oktober 2019

Gemeinschaftsveranstaltung der VBE-Kreisverbände
Kreisverband Aschendorf

Weitere Informationen erhalten alle Mitglieder des Kreisverbandes durch die VBE-Geschäftsführung per Mail:
gregor.wulftange@osnabrück.de. Regional Interessierte finden die jeweiligen Veranstaltungen rechtzeitig
unter: <http://www.vbe-nds.de/de/weserems/Veranstaltungen>

WEGFALL DER MINDERUNG DES BEMESSUNGSSATZES

Der Niedersächsische Landtag hat am 10.12.2018 die Streichung des Satzes 4 in § 80 Abs. 5 Niedersächsisches Beamtengesetz (NBG) mit Wirkung vom 01.01.2019 beschlossen. Damit entfällt die Regelung, dass sich der Bemessungssatz um 20 Prozent verringert, wenn ein Zuschuss zur privaten Krankenversicherung in Höhe von mindestens 41 Euro monatlich gewährt wird. Für Aufwendungen, die ab 01.01.2019 entstehen, ist die Höhe eines Zuschusses zur privaten Krankenversicherung beihilferechtlich nicht mehr relevant. Betroffene, die aufgrund der bisherigen Regelung

nach § 46 Abs. 1 des Ersten Buchs des Sozialgesetzbuchs auf einen Teil ihres Beitragszuschusses verzichtet haben, können diesen Verzicht ab Inkrafttreten der gesetzlichen Änderung für die Zukunft widerrufen und somit wieder den ihnen zustehenden vollen Zuschuss ohne Auswirkungen auf die Höhe des individuellen Beihilfebemessungssatzes erhalten.

■ https://nlbv.niedersachsen.de/beihilfe_heilfuersorge/wegfall-der-m...

BUCHBESPRECHUNG – UNTERWEGS – ÄLTERWERDEN IN DIESER ZEIT



Franz Müntefering
UNTERWEGS
Älterwerden in dieser Zeit

224 Seiten
Klappenbroschüre
23,00 Euro
ISBN 978-3-8012-0543-0

Älterwerden heißt leben. Das ist eine spannende Sache. Und für die meisten von uns geht sie länger als jemals zuvor in der Geschichte der Menschheit. So ergibt sich Gelegenheit, unterwegs zu sein, sich einzumischen, Mitverantwortung und Selbstverantwortung zu über-

nehmen und zu sagen, wohin die Reise geht. Das Alter und die Älteren, ein Problem? Sie sind auch die Lösung. Franz Müntefering, Jahrgang 1940, Vorsitzender der BAGSO (Bundes-AG der Seniorenorganisation), schreibt unbeschwert, aber nachdenklich über das alltägliche Leben im Älterwerden, über Mobilität und Begegnung, über Gesundheit und Sterben, über Solidarität zwischen Menschen, über Europa und unsere Demokratie und, mit besonderer Dringlichkeit, über die Frage, wie wir den künftigen Generationen die Welt hinterlassen. Sein Buch ist getragen von der Zuversicht, dass Dinge gestaltbar sind, abhängig von der Bereitschaft zum Engagement und vom Mut zum Handeln – in der Politik, in der Gesellschaft und persönlich.



ERSTE HAUPTVERSAMMLUNG DER DBB BUNDESSENIORENVERTRETUNG 2019

Am 08. und 09.04.2019 fand im dbb forum berlin die erste Hauptversammlung der dbb bundessenorenvertretung 2019 statt. Die Delegierten der dbb-Landesbünde und der Bundesfachgewerkschaften, darunter die Vertreter des VBE, Max Schindlbeck (VBE-Bundessenorensprecher), Gerhard Kurze (stellvertretender VBE-Bundessenorensprecher) und Mathia Arent-Krüger (Vorsitzende der dbb-Landessenorenvertretung NRW), trafen unter der Leitung der nach dem Bundessenorenkongress 2018 neu gewählten Geschäftsführung zusammen. Dr. Horst Günther Klitzing, Nachfolger von Wolfgang Specht, fasste in seinem umfangreichen Geschäftsbericht die vom Bundeskongress ausgehenden Impulse, die Neustrukturierung der Geschäftsführung sowie deren erste Arbeitsergebnisse und die schon verabredeten Perspektiven der Verbandsarbeit zusammen.

Wie schon traditionell wurde das Grußwort des dbb-Bundesvorsitzenden Ulrich Silberbach zu einer umfassenden Darstellung der aktuellen Aufgaben- und Problemlage von dbb beamtenbund und tarifunion. Dazu gehörten zunächst die Konsequenzen aus dem jüngsten Tarifabschluss für die Beamten und Versorgungsempfänger in den Bundesländern. Darüber hinaus berichtete Silberbach über die Irritationen im politischen Raum durch die überbordende Beratertätigkeit, die unverantwortlichen Kostensteigerungen bei Projekten wie beim Gorch-Fock-Desaster, aber auch über die nicht hinnehmbare Verunglimpfung der Bundeswehr, die als Parlaments-Armee zu schützen sei. Er wies darauf hin, dass die Belastung der Beschäftigten bei der Polizei, der Feuerwehr und dem Zoll sowie auch in Schulen und im Rettungswesen unerträglich geworden sei und die Versuche einiger Bundesländer, durch Öffnungsklauseln die Einheits-Krankenversicherung schleichend zu installieren, zu großer Verärgerung führe. Die unzu-

reichende Umsetzung des Urteils zum Tarifeinheitsgesetz durch die Regierung habe erneut zu einer Klageerhebung durch den dbb geführt. Schließlich erläuterte er, dass die fortschreitende Digitalisierung nicht nur die Arbeitsbedingungen im öffentlichen Dienst verändere, sondern auch den Beamtenbund herausfordere, die eigene Struktur für kurzfristiges Reagieren umzugestalten.

Den zweiten Schwerpunkt der Veranstaltung bildete die Erörterung der Themenpalette, die durch die von der Geschäftsführung vorgenommenen Abfrage der inhaltlichen und organisatorischen Arbeitsschwerpunkte eingegangen war. In zwei Arbeitsgruppen konnten die Teilnehmer die ihnen wichtigen Themen ermitteln und eine Prioritätenliste erstellen. Hilfreich war dabei das Mitwirken der Fachleute aus der Bundesgeschäftsführung wie auch das umsichtige Moderieren durch die Vorstandsmitglieder.

Die Vorstellung des Haushaltsvollzugs 2018 erbrachte ein gutes Ergebnis. Trotz der zusätzlichen Ausgaben für den Bundeskongress konnte der Haushaltsansatz geringfügig unterschritten werden. Es hat sich somit erwiesen, dass der weitsichtige Aufbau von Rücklagen notwendige Voraussetzung war.

Die übrigen Tagesordnungspunkte, die Stellungnahme zum Entwurf eines Besoldungsstrukturenmodernisierungsgesetzes und die Übersicht zu den neuen dienst- und laufbahnrechtlichen Regelungen in Bund und Ländern, wurden zustimmend zur Kenntnis genommen.

Mit den Hinweisen auf die Seniorenpolitische Fachtagung am 21.10.2019 und die Herbst-Hauptversammlung am 22.10.2019 beendete der Vorsitzende die Tagung.

■ Gerhard Kurze

Verbandspolitik

KOMMT DIE MÜTTERRENTE AUCH FÜR BEAMTINNEN?

Mit ihrer Pressemeldung vom 10. April 2019 verbreitet die dbb bundessenorenvertretung Zuversicht, dass nun auch für die Beamtinnen eine Anerkennung der Erziehungszeiten unabhängig vom Status durch Bund und Länder erfolgen wird. Dabei beruft sich der Vorsitzende der dbb bundessenorenvertretung Horst Günther Klitzing auf eine bestätigte Interview-Aussage von Bundesinnenminister Horst Seehofer (dbb magazin / Ausgabe 3/19), der die Planung der Übertragung auf die Beamtenschaft bestätigt hat.

Unter der „Mütter-Rente“ versteht man die verbesserte Anerkennung von Kindererziehungszeiten im Rentenrecht, deren zweite Reformstufe seit dem 1. Januar 2019 gilt. Der dbb hat sich stets für eine systemgerechte Übertragung auf das Versorgungsrecht im Beamtenbereich eingesetzt. Die VBE-Seniorenvertretung ist dabei angesichts der hohen Zahl der aus Familiengründen oft teilzeitbeschäftigten oder vorübergehend beurlaubten Kolleginnen eine treibende Kraft gewesen. Die Realisierung ist in einem vom BMI vorgelegten „Besoldungsstrukturenmodernisierungsgesetz“ aufgenommen.

■ Quelle: dbb v. 10.04.2019

STREITPUNKT BEAMTENVERSORGUNG ERHITZT IMMER WIEDER DIE GEMÜTER

Angesichts der öffentlichen Diskussionen um Rentenansprüche von Geringbeschäftigten, der prekären Rentenerwartungen vieler Arbeitnehmer, der diagnostizierten Altersarmutskrise und einer von vielen gewünschten Grundrente richten mächtige politische und mediale Kreise immer wieder bei ihrer Kritik an dem bisherigen Renten- und Pensionssystem ihr Augenmerk besonders auf die gesicherte Versorgung der Beamtinnen und Beamten. Selbst im Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis müssen sich die Ruheständler vielfacher Vorhaltungen und oftmals süffisanter Bemerkungen erwehren.

Fast zyklisch wird diese Neiddebatte angeheizt, anstatt dass die politisch Verantwortlichen das heute schon mit ca. 90 Milliarden jährlich aus dem Bundeshaushalt gestützte kriselnde Rentensystem langfristig stabilisieren. Beamtenrechtliche Versorgungsbezüge sind ein Teil der Personalkosten und werden allein vom öffentlichen Dienstherrn und unmittelbar nach Beschluss durch den Haushaltsgesetzgeber aus dem laufenden Haushalt gezahlt. Deshalb ist es wichtig, dass mit Vorhaltungen angesprochene Pensionäre Informationen zur Hand haben, mit denen sie diesen bei Diskussionen mit schlüssigen Argumenten, die der dbb beamtenbund und tarifunion u. a. auf seiner Homepage unter <https://www.dbb.de/beamte/versorgung.html> anbietet, begegnen können. Hier finden Leserinnen und Leser stichwortartig Informationen zum „Vergleich der Beamtenversorgung mit der Rente – relevante Unterschiede“.

Die im Grundgesetz „hergebrachten Grundsätze des Berufsbeamtentums“ bilden laut dbb den rechtlichen

Sockel des Beamtenversorgungsrechts. Nach diesen im Sinne des Artikels 33 Abs. 5 GG schuldet der Dienstherr dem Beamten in der aktiven Phase und im Ruhestand jeweils eine angemessene Alimentation. Die eigenständige Beamtenbesoldung und Beamtenversorgung gewährleistet dies bis heute, deshalb sind die Beamten nicht in die gesetzlichen Pflichtversicherungssysteme einbezogen. Die erste gesetzliche Regelung dazu fand 1951 mit dem Bundesbeamtengesetz mit dem ausdrücklichen Hinweis bei der Einbringung in den Bundestag statt, „die Höhe der Beamtenbesoldung ist gerade mit Rücksicht auf die Versorgung niedrig gehalten“ (BT-Drs. 28/46). Entsprechend wurde über Jahrzehnte im öffentlichen Dienst bei der Höhe der Einkommen für Beamte und Versorgungsempfänger durch den Besoldungsgesetzgeber gehandelt.

Inzwischen sind seit dem ersten Bundesbesoldungsgesetz von 1951 knapp 70 Jahre vergangen, das Bundesverfassungsgericht hat 2005 noch mal in einer maßgeblichen Entscheidung zum Versorgungsänderungsgesetz die Reichweite der hergebrachten Grundsätze im Beamtenversorgungsrecht bestimmt. Mit Inkrafttreten der sog. Föderalismusreform vom September 2006 ist jedem Bundesland eine eigene Zuständigkeit und Gesetzgebungskompetenz für das Beamtenversorgungsrecht der Landes- und Kommunalbeamten zugefallen, sodass bundesweit mittlerweile 17 unterschiedliche Regelungsbefugnisse auf der Grundlage der „hergebrachten Grundsätze des Berufsbeamtentums“ bestehen, die sich an das bisherige Bundesrecht anlehnen bzw. durch vollständig eigenständige Gesetze ersetzt sind.

■ ufra

Aktuelles



TIPPS FÜR EINEN UNGETRÜBTEN SOMMER SO KÖNNEN SENIOREN UNGEFÄHRDET DEN SOMMER GENIESSEN

Für Ältere ist der Sommer nicht ganz ungefährlich. Wärme macht glücklich, Hitze macht schlapp. Laue Abende locken die Menschen vor die Tür – und die Mittagssonne treibt sie ins Haus. Die wärmste Jahreszeit ist voller Gegensätze, gerade für Senioren. Wer im Alter richtig genießen will, sollte deshalb ein paar Tipps beachten.

Trinken, trinken und dann noch etwas trinken. Das gilt unabhängig vom Alter. Denn Senioren brauchen nicht mehr Flüssigkeit als Jüngere – sie merken aber nicht so schnell, wenn ihnen welche fehlt. Das Kuratorium Deutsche Altershilfe warnt: „Im Alter nach Gefühl zu trinken, ist falsch, denn das Durstgefühl lässt im Alter nach. Das kann also trügerisch sein!“

Stattdessen raten die Experten, nach einem festen Plan zu trinken. Wer mag, stellt sich gleich morgens die Tagesration gut sichtbar in die Wohnung. Oder man nimmt sich vor, zu jeder Mahlzeit mindestens ein Glas zu trinken. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt auch bei älteren Menschen mindestens 1,5 Liter pro Tag.

Dieser Wert dient aber nur der Orientierung, individuell kann es auch mehr oder weniger sein. Die Untergrenze liegt bei einem Liter am Tag. Die Trinkmenge steht aber neben der Umgebungstemperatur auch in Beziehung zu den körperlichen Aktivitäten eines Menschen.

Manche Menschen sollten aber auch nicht ganz so viel trinken, da bei ihrer Erkrankung (z. B. bei Herzinsuffizienz oder einer Nierenschädigung) eine Begrenzung der Flüssigkeitsmenge nötig ist.

Wer dauerhaft zu große Mengen trinkt, kann sein Herz schädigen. Bei dauerhaftem Flüssigkeitsmangel kann es zu Kopfschmerzen und Konzentrationsproblemen kommen, gerade bei Älteren kommt oft noch Verwirrtheit hinzu.

Wasser ist die beste Wahl, aber „langweilig“. Es lässt sich z. B. mit Ingwer, Minze oder Zitronen- oder Orangenscheiben aufpeppen. Gut ist auch eine Saftschorle aus einem Drittel Saft und zwei Dritteln Wasser. So kann man Elektrolyte, die man beim Schwitzen verliert, wieder aufnehmen.

Das Kuratorium Deutsche Altershilfe rät, im Hochsommer – wie in den südlichen Ländern üblich – den Tagesrhythmus zu ändern: also relativ früh aufstehen, die Wohnung lüften und Dinge wie einkaufen erledigen. Und dann schon um 11.00 Uhr die Fenster wieder zu schließen, die Wohnung abzudunkeln und einen langen Mittagsschlaf zu machen. Der Schlaf wird damit zweigeteilt und man kann am frühen Abend wieder Dinge erledigen oder z. B. Freunde treffen.

Ohne Sonnenschutz sollte man nicht aus dem Haus gehen. Kopfbedeckung ist Pflicht, genauso wie Son-

Aktuelles

nenschutzcreme. Für bereits vorgeschädigte Stellen sollte die Creme einen ausreichenden Lichtschutzfaktor aufweisen. So geschützt ist ein Ausflug in die Sonne sogar ein Therapeutikum, denn Licht und Wärme wirken sich positiv auf alle möglichen Körpervorgänge aus. Menschen mit Gelenk- und Knochenproblemen fühlen sich von der Sonne richtig durchgewärmt. Auch der Mangel an Vitamin D wird im Sommer durch viel Sonnenlicht ersetzt und nicht zuletzt wirkt Sonnenlicht auch antidepressiv.

Bei der Ernährung sind für den Körper leichte Nahrungsmittel, wie z. B. heimisches Obst und Gemüse, das zu dieser Zeit in Hülle und Fülle zu bekommen ist, nährstoffreich und bekömmlich. Bei Lebensmitteln sollte man besonders im Sommer auf die Verderblichkeit achten. Durchfallerkrankungen, häufige Folge der

Aufnahme von verdorbenen Lebensmitteln, verlaufen im Sommer viel dramatischer.

Kann der Sommer bei all diesen Regeln für Senioren noch Spaß machen?

Aber ja! Mit einem gesunden Maß trinken. Obst und Gemüse kaufen und zügig essen. Rausgehen, aber bitte mit Sonnenschutz. Spaziergänge und Radtouren machen. Oder wenn das nicht mehr geht, eine Stunde in der Sonne auf dem eigenen Balkon verbringen und Erinnerungsreisen machen.

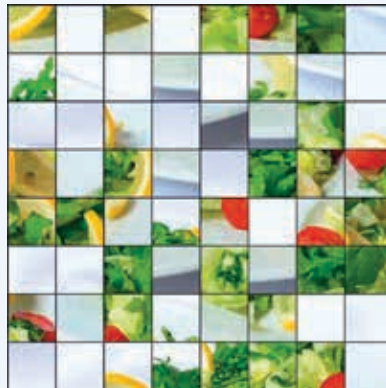
Verlieben Sie sich in das Leben. Der Sommer bietet Abwechslung und die Möglichkeit, anderen Menschen zu begegnen. Pflegen Sie soziale Kontakte, bleiben Sie geistig aktiv und seien Sie kreativ, wo immer möglich.

■ Wolfram Geib

FOTOPUZZLE – THEMA: SOMMERLICHES



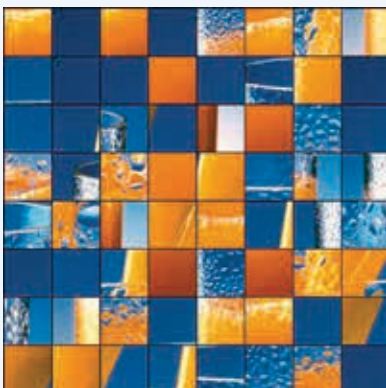
LÖSUNG:



LÖSUNG:

5 Fotos mit Sommermotiven sind in jeweils 64 Puzzlestücke vermischt worden und sollen nun wiedererkannt werden. Die Lösungsbegriffe sind nicht streng festgelegt, auch ähnliche Begriffe sind gültig.

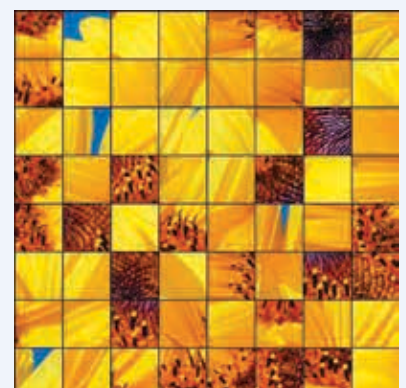
Die Lösung finden Sie auf Seite 15.



LÖSUNG:



LÖSUNG:



LÖSUNG:

Rechtstipp

von Dr. jur. Florian Schröder (www.SchILFs.de)



STICHWORT: PATIENTENVERFÜGUNG



Dr. jur. Florian Schröder
(www.SchILFs.de)

Nicht nur für die Älteren unter uns kann sich das Leben schlagartig ändern, sei es durch Unfall oder Krankheit. Wohl dem, der gut vorgesorgt hat. Während der Bundesgesetzgeber gerade zum Thema Organspende eine neue Lösung zu finden versucht, um die nach den Transplantationsskandalen der vergangenen Jahre deutlich rückläufige Bereitschaft zur Organspende wieder zu erhöhen, bezieht sich eine Patientenverfügung auf davor liegende Fälle „zwischen Leben und Tod“, in denen Betroffene nicht mehr selbst in der Lage sind, wichtige Entscheidungen zu treffen. In diesen Fällen sollte man es nicht dem Zufall überlassen, wer gerade entscheidungsfähig und -willig ist, sondern sich selbst rechtzeitig Gedanken dazu machen, in wessen Hände man wichtige und ggf. sogar existenzielle Entscheidungen legen möchte. Dies dient nicht nur dem eigenen Schutz, sondern auch dem von Partnern und Angehörigen.

Das Mittel der Wahl ist dabei die Patientenverfügung, durch welche rechtzeitig alle maßgeblichen Entscheidungen präjudiziert oder die Entscheidungsbefugnis im Fall der Fälle rechtssicher auf die jeweilige Wunschperson übertragen werden kann. Dringend zu empfehlen ist dabei, sich des vom Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz herausgegebenen Musters zu bedienen, da im Internet zahlreiche Muster-Patientenverfügungen kursieren, die von sehr unterschiedlicher Art und Güte sind.

Das Muster des Ministeriums führt leicht verständlich durch die verschiedenen denkbaren Konstellationen und enthält detaillierte Vorschläge für lebenserhaltende Maßnahmen, Schmerz- und Symptombehandlung, künstliche Ernährung, Reanimationen, Medikamentengaben etc. Auch können z. B. Regelungen zum gewünschten Ort der Behandlung getroffen werden. Selbstverständlich können alle Regelungen auch jederzeit geändert werden, nichts des Verfügten ist in Stein gemeißelt.

Flankierend zu einer Patientenverfügung ist eine Vorsorgevollmacht sinnvoll, die diejenigen Themen betrifft, die über das Gesundheitliche hinausgehen, also die Möglichkeiten, auf Konten zuzugreifen, Behördengänge erledigen zu lassen, Verträge abschließen oder kündigen zu können etc.

Die Muster des Justizministeriums finden sich auf der Homepage www.bmjuv.de in der Rubrik „Themen“ / „Vorsorge und Patientenrechte“.

Anzeige

Made by Gundermann **VITAL[®]**
Elektromobile

Über 20 verschiedene Modelle Neu & Gebraucht

Kostenlose Probefahrt bei Ihnen zuhause!

Leicht zu transportieren! *Auch für den Golfplatz*

Führerscheinfrei **Prospekt-Tel: 02351/953060**

bis zu 15km/h schnell
bis zu 80km Reichweite
Bundesweiter Kundendienst

EAT Gundermann GmbH, Hohe Steinert 33
58509 Lüdenscheld www.vital-mobil.de

+ Plus

Plus-Rezept



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1,5 kg weißer Spargel
- 3 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 125 g Pecorino (ersatzweise Parmesan)
- 1 Schalotte oder kleine Zwiebel
- 4 Hüftsteaks (à ca. 200 g)
- 2 EL Öl
- 60 ml Rotweinessig
- 100 g Wildpreiselbeeren (Glas)
- Alufolie

Gratinierter Spargel mit Hüftsteak

ZUBEREITUNG

1. Ofen vorheizen (E-Herd: 180°C / Umluft: 160°C / Gas: s. Hersteller). Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Spargel auf ein Backblech legen. Mit Olivenöl beträufeln. Mit Salz, Pfeffer und 1 TL Zucker würzen. Im heißen Ofen ca. 15 Minuten backen.
2. Käse grob reiben. Blech aus dem Ofen nehmen, Spargel mit Käse bestreuen und bei gleicher Temperatur auf der oberen Einschubleiste ca. 15 Minuten überbacken.
3. Schalotte schälen und fein würfeln. Fleisch trocken tupfen, mit Salz würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Steaks darin nach gewünschtem Gargrad 2–3 Minuten von jeder Seite braten. Aus der Pfanne nehmen, mit Pfeffer würzen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen.
4. Schalotte im Bratfett kurz andünsten. Mit Essig ablöschen, Wildpreiselbeeren unterrühren und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargel und Steaks mit der Preiselbeersauce anrichten.

UM DIE ECKE GEDACHT

Fünf Freunde haben gegeneinander ein Wettrennen gelaufen. Nach einigen Jahren können sie sich jedoch nur noch an wenige Details erinnern:

Tim ist vor Lukas im Ziel eingelaufen. Janina war früher als Tim, Franz oder Lukas im Ziel. Anna ist vor Janina oder Franz im Ziel angekommen. Tim war vor Anna im Ziel oder Lukas war vor Anna im Ziel. Franz war früher als Tim im Ziel. Außerdem wissen sie noch, dass keine zwei von ihnen gleichzeitig im Ziel eingelaufen sind.

Finden Sie heraus, in welcher Reihenfolge die fünf eingelaufen sind!

1. Franz, 2. Tim, 3. Anna, 4. Janina, 5. Lukas
Antwort:

Lacher +

- „Was sind Sie von Beruf?“
 „Zauberkünstler.“
 „Zauberkünstler?“
 „Ja, ich zersäge Mädchen.“
 „Haben Sie auch Geschwister?“
 „Ja, zwei Halbschwestern.“

Buchtipps +

ZU JUNG FÜR ALT
VOM AUFBRUCH IN DIE FREIHEIT NACH DEM ARBEITSLEBEN

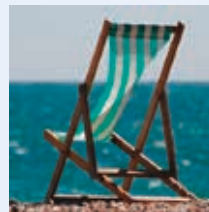
Dieter Bednarz, Edition Körber, Hamburg 2018, 272 S., ISBN 978-3-89684-265-7, 19,-€

Alt sind immer nur die anderen, dachte auch Dieter Bednarz. Nach über dreißig Jahren beim SPIEGEL kommt er schwer ins Grübeln, als sein Chef ihn auf den Vorruhestand anspricht. Und dann kauft seine Frau ihm auch noch ein Rentner-ticket ... Aber: Bange machen gilt nicht! Dieter Bednarz beschließt, sich dem Abenteuer

Alter zu stellen. Er beschreibt offen und ehrlich die Krisen, die Frauen und Männer durchleben, wenn die Karriere an ihr Ende kommt, die körperlichen Malaisen nicht mehr wegzulächeln sind und die erste Rentnerhochrechnung Ängste schürt. War es das? Nein! Es ist die Initialzündung für einen Neuanfang.

Dieter Bednarz nimmt Sie mit auf seine Reise zu Experten und Betroffenen, die ihn ermutigen, die guten Seiten des Alterwerdens zu sehen und auch zu leben. Auf geht's in eine spannende Zukunft!

Lösung von Seite 9



Liegestuhl, Meer, Sand, Strand u. Ä.



Salat, Salatteller, Zitronen, Tomaten u. Ä.



Glas Saft, Orangensaft, Fruchtsaft, Saftglas u. Ä.



Erdbeeren, Erdbeere, Erdbeerschale, Früchte u. Ä.



Sonnenblume, gelbe Blüten, Sommerblume, Gartenblume u. Ä.

KREUZFAHRTEN – DIE ENTSPANNTESTE ART ZU REISEN

Willkommen an Bord! Tauchen Sie mit uns ein in die großartige Welt der Kreuzfahrten. Eine Kreuzfahrt ist eine ganz besondere Art des Reisens – wie sonst könnten Sie so komfortabel die Welt entdecken wie an Bord eines modernen Schiffes? Wir bieten Ihnen eine breite Auswahl an verschiedenen Kreuzfahrten an, bei denen Sie sich den Wind um die Nase wehen lassen können und bequem auf Entdeckungsreise gehen können. Von supermodernen Luxuslinern bis hin zur charmanten Postschiff- oder Fährschiff-Flotte – ob Mittelmeer, Nordland, Transatlantik-Route oder lieber Karibik, Südamerika oder gar einmal um die ganze Welt – bei uns finden Sie die Kreuzfahrt, die zu Ihnen passt!

Nicht nur den Zielen sind keine Grenzen gesetzt, auch die Auswahl an Reedereien ist groß: Von MSC Kreuzfahrten über Costa bis zu Norwegian Cruise Line und TUI Cruises sind viele namhafte Reedereien bei uns im Angebot. Schiffsreisen sind der ideale Urlaub für die ganze Familie, mit abwechslungsreichem Programm, Kinderanimation und verschiedenen Reisezielen, die Sie in organisierten Ausflügen oder auf eigene Faust entdecken können. Und besonders für ältere Gäste bieten Kreuzfahrten eine entspannte und bequeme Form der Rundreise, ohne lästiges Kofferpacken und Hotelwechselln. Ein weiteres Plus: Auf einigen unserer Kreuzfahrten begleitet Sie eine deutschsprachige Berge & Meer-Reiseleitung.

Lehnen Sie sich also zurück, spüren die Seeluft, genießen gleichzeitig die Sonne und das Meer und erleben die Schönheiten dieser Erde!

Nutzen Sie als VBE-Mitglied **8 % Rabatt** auf alle Reiseangebote und erleben Sie mit uns Ihre Traum-Kreuzfahrt! Unsere persönlichen Ansprechpartner sind gerne täglich von 8.00 bis 22.00 Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen, unter 02634 962 6208 für Sie da. Wir beraten Sie gerne! Detaillierte Beschreibungen zu all unseren Kreuzfahrten sowie ausführliche Informationen & Preise finden Sie rund um die Uhr online auf journal-60-plus.berge-meer.de/Kreuzfahrten.



8 %
Mitglieder-
Rabatt*

Stockholm

Baltikum, Russland & Skandinavien – Kreuzfahrt mit der MSC Poesia

Die Ostsee per Schiff genießen

Ihr Reiseverlauf
1. Tag – Warnemünde (Deutschland). Individuelle Anreise und Einschiffung auf MSC Poesia. **2. Tag – Gdynia (Danzig, Polen).** **3. Tag – Klaipeda (Litauen).** **4. Tag – Riga (Lettland).** **5. Tag – Tallinn (Estland).** **6. – 7. Tag – St. Petersburg (Russland).** **8. Tag – Helsinki (Finnland).** **9. Tag – Stockholm (Schweden).** **10. Tag – Erholung auf See.** **11. Tag – Kopenhagen (Dänemark).** **12. Tag – Warnemünde (Deutschland).** Ausschiffung und individuelle Abreise.

Einreisebestimmungen für deutsche Staatsbürger
 Bei Ausreise noch mindestens 6 Monate gültiger, maschinenlesbarer Reisepass. Für Russland ist ein Visum erforderlich. Im Rahmen der an Bord buchbaren Ausflüge kümmert sich MSC um alle Formalitäten.

REISEZEITRAUM: April – Mai 2020
REISE-CODE: K8W185
KENNZIFFER: 122/379

Ab 1.349€ pro Person in der 2er Innen A

- 11 Nächte
- Premium-Schiff MSC Poesia
- Inkl. VP und ALL-Inclusive-Getränkpaket Easy

Weitere Reiseinfos: journal-60-plus.berge-meer.de

Inklusivleistungen

- ✓ Kreuzfahrt gemäß Reiseverlauf
- ✓ 11 Übernachtungen an Bord des Premium-Schiffs MSC Poesia in der gebuchten Kabinenkategorie
- ✓ Vollpension und ALL-Inclusive-Getränkpaket Easy an Bord
- ✓ Deutschsprachiger Gästeservice an Bord
- ✓ Ein- und Ausschiffungsgebühren in allen Häfen



Veranstalter: Berge & Meer Touristik GmbH, Andréstraße 27, 56578 Rengsdorf, info@berge-meer.de. Für alle Reisen gilt: Änderungen vorbehalten. Maßgeblich ist die Reisebestätigung, AGBs sowie die rechtlichen Informationen zur Pauschalreise (Einsicht unter journal-60-plus.berge-meer.de). Mit Erhalt der schriftlichen Reisebestätigung wird eine Anzahlung in Höhe von 25 % des Reisepreises (mind. 25 € p. P.) fällig. *Anstatt aller anderen gewährten Rabatte.



Reisen. Für Entdecker.

journal-60-plus.berge-meer.de
 Tel. 0 26 34/962 62 08 tägl. 8-22 Uhr