

# PLUSPUNKTE

8311  
DEZEMBER 2019  
49. JAHRGANG

## Pluspunkte



Persönliche Informationen des Familien-Wirtschaftsring e.V. · Frankfurt · Brüssel

Nr.1 - März 1969

### LOHNT SICH ...

Das in der Beratung befindliche Städtebauförderungsgesetz wird dem "Eigenheim in der Etage" einen neuen Anreiz geben. Besitzer von Etagen- und Eigentumswohnungen werden aus der zunehmenden Beliebtheit dieser Wohnungsart nur Vorteile ziehen können. +

Die Eigentumsbildung wird für die Bezieher niedriger Einkommen noch interessanter. Die Bundesregierung bereitet nämlich für dieses Jahr ein Sofortprogramm vor, das die Gewährung zusätzlicher Sparprämien für Kleinverdiener vorsieht. +

Seit Januar 1969 sind Sondermarken der Bundespost unbegrenzt gültig. Wer Sondermarken in großen Mengen sammelt und nach geraumer Zeit mit ihrem Wertzuwachs nicht zufrieden ist, kann diese Marken immer noch als Porto

50 Jahre im Amt

KARL-HEINZ BECKSTEDDE

VERABSCHIEDET SICH

... weiter beruhigen. Wer hier eine Kapital-  
... ein riskantes Geschäft eingeht. +

... 2 000,- DM auf einem Sparkonto zu  
... haben, ist Aktienkauf nicht empfehlenswert. Im Notfall könnte man gezwungen  
sein, die Aktien zu einem ungünstigen Kurs verkaufen zu müssen. +

### VIELLEICHT ...

Bundesschatzminister Schmücker möchte das zunächst bis 1970 geltende VW-Sondergesetz nicht verlängern, das den beiden Großaktionären (Bund und Land Niedersachsen) die Vertretung von 20% aller VW-Aktien ermöglicht. Wenn Schmücker sich durchsetzt, können die VW-Aktionäre mit einer kräftigen Kurs- 70

**VORTEILE FÜR FWR-MITGLIEDER**  
Andreas Hesener im Interview

**LEBENSLANGES LERNEN**  
Der Schlüssel zum Glück

**AUSMISTEN ZUM JAHRESENDE**  
So befreien Sie auch Ihren Kopf

## INHALTE

Beitragserhöhung 2020	3
Verabschiedung Karl-Heinz Beckstedde	4
Interview zur Rechtsschutzversicherung	5
Lebenslanges Lernen macht glücklich	6
Schimmel in der Wohnung	7
Was kann zum Jahresende vernichtet werden?	8
Gesund und fit im Alter	10
Geburtstage	11

PLUSPUNKTE wird vom Familien-Wirtschaftsring e. V. (Geschäftsführer: Andreas Hesener), Neubrückenstraße 60, 48143 Münster, Telefon (0251) 4 90 18 0, Telefax (0251) 4 90 18 28, herausgegeben und erscheint einmal im Quartal. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Layout & Satz: kampanile Münster, Cheruskerring 19, 48147 Münster, Telefon (0251) 48 39-290. Druck: Lensing Druck GmbH & Co. KG, Ahaus, Telefon (02561) 697-30. Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers oder der Redaktion.

Bildnachweise: Monkey Business, andrei310, pattilabelle, hd-design, udra11, Karin & Uwe Annas, magele-picture, Photographee.eu / alle Adobe-Stock, privat

## WICHTIGE INFORMATION FÜR UNSERE MITGLIEDER

### Liebe Mitglieder, sehr geehrte Damen und Herren,

seit dem Jahr 2002 zahlen unsere Mitglieder für ihre Mitgliedschaft in unserem Verband einen Jahresbeitrag von 3,- Euro. Dieser geringe Beitrag war immer bewusst gewählt, da wir die Mitgliedschaft für jedermann erschwinglich machen möchten. Steigende Kosten in den letzten 17 Jahren für Porto, Personal, Verwaltung, Erstellung dieser Mitgliederzeitung etc. zwingen uns dazu, den Mitgliedsbeitrag anzuheben. Unsere Mitgliederversammlung hat auf der Sitzung im vergangenen Oktober 2018 einstimmig beschlossen, einen **Jahresmitgliedsbeitrag in Höhe von 6,- Euro** zu erheben. Dieser Jahresbeitrag gilt ab dem 01.01.2020 für alle Mitglieder.

#### Diese Vorteile können Sie zukünftig zusätzlich nutzen:

Ab dem **01.01.2020** können alle Mitglieder unseres Verbandes auf eine neue attraktive Verbandsleistung zurückgreifen:

#### Unser Rechtsauskunftsservice:

**Mitglieder des Familien-Wirtschaftsring e.V. können innerhalb Deutschlands telefonisch eine erste anwaltliche Rechtsberatung kostenlos (!) einholen.** Über einen Gruppenvertrag mit der ERGO-Rechtsschutzversicherung können wir diese attraktive Zusatzleistung anbieten, **die bereits im neuen Mitgliedsbeitrag enthalten ist.**

Das gilt für alle Fragen deutschen Rechts im privaten Bereich. Sie können sich vorsorglich über Ihre Rechtslage z. B. als Mieter oder Verbraucher informieren oder eine telefonische anwaltliche Erstberatung in Anspruch nehmen, wenn Sie ein konkretes rechtliches Problem haben. Dies kann z. B. der Fall sein, wenn Sie mit einer Maßnahme Ihres Vermieters nicht einverstanden sind oder ein Händler eine mangelhafte Sache nicht umtauschen möchte.

Die Kosten für die Auskunft – maximal 250 EUR – übernimmt dann die ERGO Rechtsauskunft. **Wichtig:** Diese Leistung können Sie ab dem **01.01.2020** in Anspruch nehmen.

#### Noch ein neues tolles Mitgliederangebot, das im nächsten Jahr gilt:

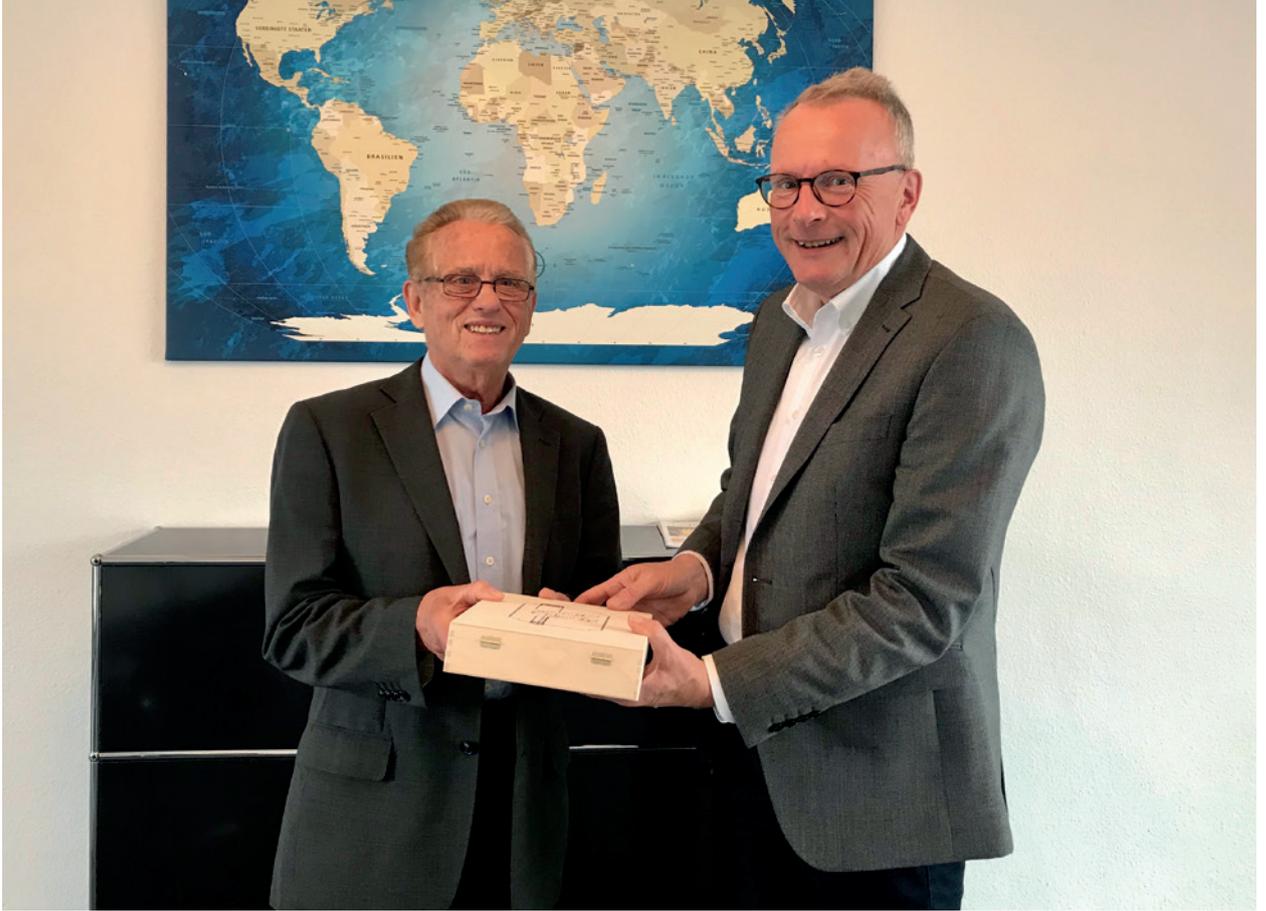
Einkaufsvorteile für Sie beim Einkauf in teilnehmenden **OBI-Baumärkten!** **10% Nachlass** auf alle Einkäufe (ausgenommen Sonderangebote, Rabattaktionen etc.). Fordern Sie einfach Ihre OBI-Kundenkarte bei uns unter der Rufnummer 0800/0221000 (gebührenfrei) an.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit, bereits ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes und gesundes Jahr 2020.

Ihr



Andreas Hesener  
Geschäftsführendes Vorstandsmitglied



Karl-Heinz Beckstedde (links) und Andreas Hesener

## KARL-HEINZ BECKSTEDDE NACH ÜBER 50 JAHREN VERABSCHIEDET

Die erste Ausgabe unserer Mitgliederzeitung Pluspunkte erschien ein Jahr nach der Gründung des Familien-Wirtschaftsring im März 1969. Seit dieser Zeit ist Karl-Heinz Beckstedde Mitglied im Redaktions-Team unserer Zeitung. Nun, zum 50-jährigen Redaktionsjubiläum, geht eine Ära zu Ende, denn der ausgewiesene Rentenberater, Rechtsbeistand und Steuerexperte hört auf.

An allen der mehr als 200 Ausgaben der Pluspunkte war Karl-Heinz Beckstedde maßgeblich beteiligt. Redaktionelle Beiträge zu den Themen Recht, Steuern, Altersvorsorge und Soziales waren sein Spezialgebiet. In dieser Zeit, also weit über den offiziellen Eintritt in den Ruhestand hinaus, war er auch immer ein kompetenter Ansprechpartner und Ratgeber unserer Mitglieder.

Der Münsteraner, der Anfang November seinen 80. Geburtstag gefeiert hat, möchte es nun etwas geruhsamer angehen lassen. „Unzählige Gesetzesänderungen und neue Verordnungen in den Themenbereichen Familie und Soziales haben mich in den vergangenen fünf Jahrzehnten begleitet und gefordert, was nicht immer einfach war. Aber die Arbeit für den Familien-Wirt-

schaftsring und für unsere Mitgliederzeitung hat mir immer viel Spaß und Freude bereitet. Aber einmal muss ja auch Schluss sein“, so Karl-Heinz Beckstedde abschließend.

“ Als ich 5 Jahre alt war, haben Sie bereits die ersten Artikel für die Pluspunkte verfasst. Unvorstellbar, so etwas gibt es in der heutigen Zeit nicht mehr so oft – vielen herzlichen Dank dafür.

So Andreas Hesener, Geschäftsführer des Familien-Wirtschaftsring, bei der Verabschiedung von Karl-Heinz Beckstedde.

## NEUE VERBANDSLEISTUNG FÜR UNSERE MITGLIEDER

# DIE RECHTSAUSKUNFT DER ERGO

In den ersten Ausgaben unserer Pluspunkte Anfang des Jahres haben wir es bereits angekündigt: Ab dem 01. Januar 2020 steht Ihnen als Mitglied des Familien-Wirtschaftsring e.V. die Rechtsauskunft der ERGO kostenlos zur Verfügung.

Herr Andreas Hesener, geschäftsführendes Vorstandsmitglied des Familien-Wirtschaftsring e.V., hat mit Frau Schwalmberger und Herrn Dr. Eifrig von ERGO über dieses attraktive neue Angebot gesprochen.

**Andreas Hesener** „Mit der Rechtsauskunft der ERGO wird unseren Mitgliedern ab 01.01.2020 ein kostenloser Service zur Verfügung gestellt. Frau Schwalmberger, können Sie unseren Mitgliedern erklären, was genau sich dahinter verbirgt?“

**Birgit Schwalmberger** „Sehr gern. Als Mitglied des FWR können Sie sich innerhalb Deutschlands ganz unbürokratisch eine erste anwaltliche Rechtsberatung einholen. Und zwar zu allen Belangen aus dem deutschen Zivil-, Straf-, Verwaltungs- und Ordnungsrecht, sowohl für den privaten als auch für den beruflichen, nichtselbstständigen Bereich. Lediglich die selbstständige Tätigkeit ist nicht versichert.“

**Andreas Hesener** „Ist eine Erstberatung am Telefon auch möglich, wenn bereits ein Problem aufgetreten ist? Oder geht es hier lediglich um eine Beratung zu abstrakten Vorkommnissen?“

**Dr. Alexander Eifrig** „Eine Beratung steht den Mitgliedern in beiden Fällen zur Verfügung. Gibt es ein rechtliches Problem, aber es besteht Unsicherheit zur Rechtslage oder ob sich ein Rechtsstreit lohnt, empfiehlt der ERGO-Leistungsservice auf Wunsch einen Rechtsanwalt für telefonischen Rat. Wenn sich das Mitglied rein vorsorglich telefonisch über eine rechtliche Situation informieren möchte, kann das richtige Vorgehen mit einem



(v.l.n.r.) Dr. Alexander Eifrig, Birgit Schwalmberger, Andreas Hesener

vom ERGO-Leistungsservice vermittelten Rechtsanwalt von Anfang an abgestimmt werden.“

**Andreas Hesener** „Wie sieht es mit dem Versicherungsschutz für Familienmitglieder aus?“

**Birgit Schwalmberger** „Die Rechtsauskunft der ERGO steht auch dem Lebenspartner und noch nicht berufstätigen Kindern zur Verfügung. Für alle Versicherten gibt es keine Selbstbeteiligung und keine Wartezeit.“

**Andreas Hesener** „Wie konkret können unsere Mitglieder die Rechtsauskunft der ERGO in Anspruch nehmen?“

**Dr. Alexander Eifrig** „Der Ablauf ist ganz unbürokratisch. Das Mitglied meldet sich unter der kostenfreien Telefonnummer 0800/3746-327 und schildert kurz das rechtliche Problem. Dann empfiehlt der ERGO-Leistungsservice einen spezialisierten Anwalt für das Anliegen. Bei vorsorglichen Rechtsfragen wird vom ERGO-Leistungsservice ein Rechtsanwalt vermittelt. Mit dem Rechtsanwalt kann am Telefon besprochen werden, wie weiter vorgegangen werden kann.“

**Andreas Hesener** „Vielen Dank, Frau Schwalmberger und Herr Dr. Eifrig, für das informative Gespräch.“

Sollten Sie weitere Informationen benötigen, so wenden Sie sich bitte an die Service-Hotline der ERGO unter der Telefonnummer: 0800/3746555



## LEBENSLANGES LERNEN MACHT GLÜCKLICH

Wer aufhört zu lernen, ist alt. Und das ist keine Altersfrage! Egal ob mit zwanzig oder achtzig Jahren, ohne regelmäßige Weiterbildung geht es in der heutigen Wettbewerbsgesellschaft nicht weiter. Auf dem Stellenmarkt wird Weiterbildung zum Wettbewerbsfaktor, privat trägt das Lernen zur Selbstverwirklichung bei.

Aber nicht nur das: Wer heutzutage in Rente geht, will noch längst nicht zum „alten Eisen“ gehören. Immer mehr Senioren in Deutschland lernen dazu: Fremdsprachen, Handarbeit, kulturelle oder geschichtliche Themen – ganz den persönlichen Interessen folgend. Dabei steht die Maxime: „Ich tue etwas für mich!“ im Vordergrund. Mittlerweile gibt es so viele Angebote und Möglichkeiten, dass sich das „lebenslange Lernen“ als feststehender Begriff etabliert hat.

Dabei spielt Selbstverwirklichung eine große Rolle. Beim Übertritt vom Berufsleben in den Ruhestand suchen viele Menschen eine neue Aufgabe. Sie nutzen die Zeit und ihre Freiheiten, um ihre Interessen zu vertiefen. So unterschiedlich die Ansprüche an die Erwachsenenbildung sind, so vielfältig sind auch die Möglichkeiten zum lebenslangen Lernen. Längst geht das Angebot im digitalen Zeitalter über die klassischen Volkshochschulkurse oder das Seniorenstudium hinaus.

Webanbieter halten viele Möglichkeiten zur Weiterbildung bereit. Viele Webinare knüpfen dabei an die Lebenserwartung älterer Teilnehmer an. Unterschieden wird zwischen Live-Webinaren, die zu einer festgelegten Uhrzeit stattfinden und mittels Headsets und Webcam auch Interaktion und Diskussion ermöglichen, und dem Abrufen von Aufzeichnungen. Letztere Möglichkeit bietet die individuellste und unabhängigste Form der Weiterbildung, ist allerdings einseitig aufs Zuhören und Zuschauen beschränkt.

Wenn es um das Lernen von Fremdsprachen geht, ist die Volkshochschule nach wie vor erste Wahl: Gut 35 Prozent der Sprachkurs-Teilnehmer sind über 50 Jahre alt. Den größten Zuspruch in dieser Altersklasse finden Weiterbildungsangebote im Bereich Arbeit und Beruf. Das geht einher mit der Tendenz von Unternehmen, das Fachwissen ihrer älteren Mitarbeiter und Pensionäre erhalten und weitergeben zu wollen. Immer mehr Betriebe, Hochschulen, Gewerkschaften und Träger setzen auf spezielle Seniorenkonzepte, um auf deren Bedürfnisse eingehen und die Expertise weiter nutzen zu können. Studien haben ergeben, dass aktive Senioren immense Auswirkungen auf die Volkswirtschaft haben.

Auch für die persönliche Entwicklung ist das lebenslange Lernen ein bedeutender Faktor. Häufig geht das Lernen, insbesondere in Gruppen, mit dem wachsenden Wunsch nach sozialem Engagement einher und erhöht insgesamt die Veränderungsbereitschaft. Teilnehmer dieser Weiterbildungen geben an, sich den Herausforderungen des Lebens besser gewachsen zu fühlen. Nicht zuletzt sind positive Effekte auf das Wissen und Können zu verzeichnen; Prozesse des Verlernens und Vergessens können sich verlangsamen.





## SCHIMMEL IN DER WOHNUNG

Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür und Heizen wird unvermeidbar. Besonders feuchte, zu Schimmel neigende Stellen in der Wohnung werden erst jetzt sichtbar.

Als Mieter bin ich dazu verpflichtet, Schimmel in der Wohnung dem Vermieter zu melden. In diesem Zuge kann der Mieter eine grundsätzliche und nachhaltige Mängelbeseitigung fordern. Generell gilt: Der Vermieter steht zunächst in der Beweispflicht. Er muss darlegen, dass der Schimmel nicht aufgrund von mangelhafter Bauqualität entstanden ist. Erst wenn ihm dieser Beweis gelingt, muss der Mieter nachweisen, dass er ausreichend lüftet. Dafür kann ein Lüftungsprotokoll hilfreich sein.



### Mietern mit Schimmel in der Wohnung empfiehlt die Stiftung Warentest folgende Vorgehensweise

1. Mangel beim Vermieter anzeigen
2. Schimmelstellen fotografieren und deren Entwicklung dokumentieren
3. Nachbarn oder Vormieter fragen, ob sie Probleme mit Schimmel oder Feuchtigkeit haben oder hatten
4. Dem Vermieter eine Frist setzen, um den Schimmel zu beseitigen
5. Falls nichts passiert: Rechtsrat einholen und Miete unter Vorbehalt zahlen

Eine Mietminderung sollte man aber mit Vorsicht anwenden. Wird zu viel gemindert, kann das zum Problem werden: Es entstehen Zahlungsrückstände, die ab einem Mietrückstand von mehr als einem Monat den Vermieter zu einer ordentlichen Kündigung berechtigt. Eine fristlose Kündigung ist bereits möglich, wenn Mieter für zwei Monate in Zahlungsrückstand sind. Deshalb ist es ratsam, die Miete unter Vorbehalt zu zahlen. So gerät der Mieter zu keiner Zeit in einen Mietrückstand.

Zu einem späteren Zeitpunkt kann dann bestimmt werden, welche Mietminderung angemessen ist – am besten mit juristischer Hilfe. Dafür ist die Dokumentation des Schimmels wichtig. Mithilfe dieser lässt sich eine angemessene Mietminderungsquote von der Bruttomiete berechnen.

In der Praxis sieht das so aus: Der Mieter teilt dem Vermieter schriftlich mit, dass er aufgrund des beschriebenen Mangels die Miete ab sofort unter Vorbehalt zahlt. Das sollte zusätzlich auf der Überweisung vermerkt sein, z. B. durch die Anmerkung: „Mietzahlung unter Vorbehalt.“ Ist der Mangel noch nicht behoben, kann die zu viel gezahlte Miete vom Mieter eingefordert oder als Mietminderung einbehalten werden.

Mieter, die Schimmel in der Wohnung haben und sich Sorgen um ihre oder die Gesundheit ihrer Kinder machen, können beim Gesundheitsamt einen Beratungstermin vereinbaren. Außerdem ist die jeweils zuständige Wohnungsaufsicht Ansprechpartner, wenn bauliche Mängel als Ursache vermutet werden. Natürlich können Mieter auch einen Gutachter beauftragen, nur kostet der in der Regel viel Geld und die Kosten hierfür müssen vom Mieter getragen werden.



## WAS KANN ZUM **JAHRESENDE** VERNICHTET WERDEN?

Ehe man sich versieht, neigt sich das Jahr 2019 dem Ende zu und in der arbeitsfreien Zeit tauchen wieder zahlreiche Belege, Zettel und Versicherungsnachweise auf, von denen man nicht weiß, ob man sie aufheben oder wegwerfen soll. Quittungen, Kaufbelege, Rechnungen, Kontoauszüge und Steuerunterlagen sammeln sich zu Unmengen an. Aber irgendwann quillt jeder Ordner über, und die Ordnung ist dahin. Doch wenn Sie einmal wegen Reklamation eine Rechnung oder einen Beleg gesucht haben, wissen Sie, dass Ordnung Geld wert ist. In früheren Zeiten sagte man: „Ordnung ist das halbe Leben.“ Aber was soll man wie lange aufbewahren?

Grundsätzlich gilt, dass man Zahlungsaufforderungen, die aus vergangenen Jahren erledigt sind, sofort vernichten kann. Das gilt besonders bei Haftpflichtversicherungen, Kraftfahrzeugsteuern und ähnlichem. Quittungen als Beweis für Gewährleistungs- und Garantieansprüche sollten mindestens zwei Jahre oder bis zum Garantieablauf aufbewahrt werden. Auch Handwerker-, Arzt- und Anwaltsrechnungen sollte man bis zu drei Jahre aufheben. Urteile, Mahnbescheide, Prozess- oder Sachverständigen-Akten sollte man 30 Jahre aufbewahren. Noch so lange kann ein Schuldner Sie zur Kasse bitten oder Rechtsstreite neu aufwickeln.

**Steuerunterlagen** müssen für den Fiskus nicht mehr archiviert werden, wenn dem Finanzamt alle Rechnungen und sonstige Belege vorgelegt wurden und der Steuerbescheid in Ordnung ist. Gibt der Steuerzahler seine Steuererklärung elektronisch ab, dann muss er die Belege bis zur Bestandskraft des Steuerbescheids aufbewahren.

**Beitragsnachweise für die Rentenversicherung** sollten lebenslang, zumindest jedoch bis zur Gewährung einer Altersrente aufbewahrt werden. Dazu gehören auch Zeugnisse, Gehaltsabrechnungen und ggf. weitere Versicherungsnachweise.

**Kontoauszüge und Bankbelege** sollte man zwei bis vier Jahre aufbewahren. Wenn sie einmal benötigt werden, hat man sie schnell zur Hand. Wer sie nicht mehr hat, kann sich bei den Banken bis zu zehn Jahre rückwirkend die Kontoauszüge ausdrucken lassen. Das kostet aber erhebliche Gebühren. In der heutigen Zeit kommt einem die digitale Kontoverwaltung („Online-Banking“) entgegen. Mit ihrer Hilfe lassen sich Kontoauszüge einfach elektronisch speichern und bei Bedarf schnell abrufen.

Andere Unterlagen kann man vernichten, wenn die Kontoauszüge regelmäßig überprüft werden. Spar- und Kreditverträge sollten wegen der langen Gewährleistungspflicht bis zu 30 Jahre aufbewahrt werden. Bei Depotauszügen ist es ähnlich wie mit den Bankbelegen. Versicherungspolicen sollte man sehr gut aufbewahren. Sie werden erst dann eingelöst, wenn der Versicherungsfall eintritt oder der Versicherungsvertrag endet. Monats- oder Jahresabrechnungen können spätestens nach Ablauf eines Jahres weggeworfen werden. Das gleiche gilt für TÜV- und Wartungsprotokolle bei Kraftfahrzeugen. Hat jemand Einkünfte von mehr als 500.000 Euro im Jahr, muss er Kontoauszüge sechs Jahre lang aufbewahren. Unternehmer müssen die gesetzliche Aufbewahrungsfrist für Unterlagen von zehn Jahren beachten.

**Krankenunterlagen** wie z. B. Röntgen- und Ultraschallbilder, Arztberichte und Untersuchungsprotokolle sollte man mindestens zehn Jahre lang aufbewahren. Impfpässe oder Nachweise sollte man lebenslang aufbewahren. Für Unterlagen, die die Krankenversicherung betreffen, gilt dasselbe wie für Versicherungen.

**Mietunterlagen** sollten während der gesamten Wohndauer aufbewahrt werden. Auch nach dem Auszug sollten Sie diese Unterlagen nicht sofort wegwerfen. Dies sollte man erst dann tun, wenn die Sicherheit besteht, dass keine Ansprüche mehr geltend gemacht werden. Deshalb sollten stets der Mietvertrag, Kautionsquittungen, schriftliche Ein- und Umbaugenehmigungen, Nebenkostenabrechnungen, Übergabe- und Ableseprotokolle gesammelt werden.

**Handwerker-Rechnungen** sollten Verbraucher so lange aufbewahren, wie sie Ansprüche gegen den Betrieb geltend machen können. Für Werkverträge mit Handwerkern gelten besondere Verjährungsfristen. Für Gewährleistungsansprüche sind das zwei Jahre. Wenn Bauarbeiten in Auftrag gegeben wurden, kann die Gewährleistungspflicht sogar fünf Jahre betragen.

**Versicherungsunterlagen** sollten so lange aufbewahrt werden, wie der Versicherungsvertrag gilt. Am wichtigsten sind hier der Versicherungsschein und der Antrag. Ist die Versicherung gekündigt oder abgelaufen, können die Unterlagen vernichtet werden.

Insgesamt gilt:

“ Äußere Ordnung befreit auch den Geist und schafft Raum für Neues



Anzeige



AMMANN & ROTTKORD GMBH

Lengericher Str. 18 | 48291 Telgte | Telefon: 02504 88505  
info@ammann-rottkord.de | www.ammann-rottkord.de

**AMMANN & ROTTKORD**  
AUFZÜGE  
TREPPENLIFTE  
HOMELIFTE  
REHATECHNIK

Barrierefrei im eigenen Heim

Mehr als 20 Jahre Spezialisten für Treppenlifte, Plattformlifte und Hebebühnen.



# GESUND UND FIT IM ALTER



Wer möchte schon nicht möglichst lange im fortgeschrittenen Alter am Alltagsleben teilnehmen? Die täglichen Verpflichtungen gilt es zu bewältigen, trotzdem geht es vielleicht nicht mehr so leicht von der Hand wie noch früher. Die Basis dafür können die meisten Menschen selbst schaffen – und das ist gar nicht so schwer.

Mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend viel Bewegung sind schon zwei wichtige Voraussetzungen genannt. Die ersten kleinen Beschwerden, die unweigerlich mit den Jahren auftreten, lassen sich so meist gut in Schach halten. Mindestens ebenso wichtig aber sind regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen. Nur auf diese Weise können verborgene Risiken frühzeitig erkannt und behandelt werden.



Zukunftsplanung geht mit Verantwortung einher. Ohne ausreichende Vorsorge können Lebenspläne schnell zum Glücksspiel werden. Denn nicht nur die eigene Existenz steht auf dem Spiel. Ohne eine solide Absicherung kann auch die Familie schnell mit leeren Händen dastehen. Niemand sollte die Augen davor verschließen, was geschehen kann, wenn das Schicksal zuschlägt. Ein Unfall kann jeden treffen. Rund neun Millionen Unfälle geschehen jährlich in Deutschland. Auch Pflegebedürftigkeit im Alter ist angesichts einer steigenden Lebenserwartung und besserer, medizinischer Versorgung längst kein Tabu-Thema mehr. Aber nur selten sind diese Gesundheitsleistungen ohne eine maßgeschneiderte Absicherung bezahlbar. Von daher ist Vorsorge das Gebot der Stunde!

Der Ruhestand ist die Zeit, dem Leben eine neue Qualität zu geben. In der digitalen Welt sind Informationen schnell zu bekommen. Wohl dem, der sich dann auf jüngere Familienmitglieder oder Bekannte verlassen kann.



## WIR GRATULIEREN ...

Gerne wollen wir an dieser Stelle besondere Geburtstage betonen. Bei der Größe unseres Verbandes ist es aber leider nicht möglich, alle Mitglieder namentlich zu würdigen. Deshalb möchten wir die Personen hervorheben, die eine besondere Jahreszahl vollendet haben.

Im 4. Quartal dieses Jahres vollenden 398 Mitglieder das 75. Lebensjahr, 645 Mitglieder das 80. Lebensjahr, 292 Mitglieder das 85. Lebensjahr und sogar 250 Personen werden 90 Jahre oder noch älter.

An dieser Stelle sagen wir: Herzlichen Glückwunsch und alles Gute für das neue Lebensjahr. Bleiben oder werden Sie gesund!

### Besonders gratulieren wir unseren ältesten Mitgliedern, die wir namentlich aufführen:

Krainhöfer, Herbert	90	Schimmnick, Anneliese	90	Jordan, Peter	90	Kleinheinz, Ottilie	96
Ballon, Marta	90	Thunig, Ida	90	Goldammer, Ingeborg	90	Gabel, Margot	96
Heilig, Katharina	90	Schneider, Elisabeth	90	Hohl, Margot	90	Krause, Lieselotte	96
Eckert, Maria	90	Knicker, Sophie	90	Dominick, Else	90	Serwo, Magdalena	96
Wein, Karolina	90	Schmidt, Anna	90	Linke, Eugenie	95	Bloch, Maritta	96
Klier, Karl	90	Niessel, Elsa	90	Splett, Ernst-Ulrich	95	Schad, Erika	97
Milchereit, Ingeborg	90	Lutze, Marie	90	Mahnke, Else	95	Leib, Martha	97
Reimann, Maria	90	Kolassovits, Friedrich	90	Klein, Luise Regina	95	Loeser, Johanna	97
Graner, Käthe	90	Kellermann, Liane	90	Spogis, Albert	95	Petzold, Kläre	97
Münch, Ewald	90	Huck, Wilhelm	90	Hager, Hedwig	95	Kanter, Elisabeth	97
Stephan, Manfred	90	Heinisch, Ludwig	90	Meier, Frida	95	Tatzel, Hildegard	98
Vogel, Irma	90	Bürsch, Margarete	90	Thoms, Helga	95	Nier, Irmtraud	98
Habermann, Gerda	90	Löffler, Maria	90	Schmitt, Erna	95	Spingl, Johanna	98
Glees, Theresa	90	Fröhling, Rose	90	Baumann, Anna	95	Becker, Ursula	98
Rosendahl, Günter	90	Gerlach, Lidwina	90	Schwarzer, Erwin	95	Klug, Margard	98
Zens, Christine	90	Mändle, Rosa	90	Kohn, Anni	95	Damasko, Else	98
Bogner, Erna	90	Baumann, Willi	90	Brandt, Ingeborg	95	Plohmer, Herta	98
Bedenk, Theodora	90	Nagel, Hildegard	90	Müller, Helene	95	Claes, Anton	98
Willems, Aurelia	90	Neuendorf, Anna	90	Kiefer, Lidia	95	Hartwig, Kurt	98
Schmidtblaicher, Horst	90	Fischer, Klaus	90	Hofbauer, Betti	95	Pienski, Ursula	98
Polster, Marie Eleonore	90	Fischer, Christa	90	Spreng, Wilhelm	95	Drexler, Magdalene	98
Scheller, Mechthilda	90	Pottbäcker, Hedwig	90	Zollt, Hedwig	95	Ladek, Irmgard	98
Ries, Josef	90	Kimmerle, Grete	90	Hoffmeister, Eugen	95	Kraus, Else	99
Sauter, Maria	90	Klotz, Christa	90	Januska, Eugenia	96	Gabler, Margarete	99
Schmidt, Edith	90	Scheid, Christel	90	Michels, Magdalena	96	Malaczewski, Josefa	99
Herkert, Johanna	90	Streitel, Anna	90	Peters, Herbert	96	Schünemann, Irma	100
Kellerhoff, Wolfgang	90	Müller, Ursula	90	Hoppe, Erika	96	Florenkowski, Emilie	101
Uebel, Anna	90	Schreiber, Ernst	90	Makowski, Hedwig	96		
Gundl, Erich	90	Gillung-Bleiwa, Maria	90	Weber, Margarete	96		
Jaeger, Anna	90	Fritz, Ilse	90	Grieshaber, Johann	96		



Versichern heißt verstehen.

## Unabhängig und mobil bleiben – auch nach einem Unfall.

Als Mitglied im Familien-Wirtschaftsring e.V. können Sie besonders günstigen und speziellen Schutz genießen.

Die Volks-Unfallversicherung mit Notfallhilfe bietet weit mehr als finanzielle Sicherheit: einen umfangreichen Beratungsservice, praktische Hilfe- und Pflegeleistungen sowie zahlreiche Fahrdienste.

### Ihre besonderen Vorteile:

- Keine Gesundheitsfragen
- Einheitliche Beiträge unabhängig von Alter und Beruf

Wenn Sie zukünftig unsere interessanten Angebote nicht mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen. Informieren Sie uns hierzu einfach über [www.ergo.de/info](http://www.ergo.de/info) oder rufen Sie uns an unter: 0800 3746-925 (gebührenfrei).

Ja, ich möchte mehr über die Unfall-Vorsorge wissen:

Herr  Frau

Nachname

Vorname

Geburtsdatum

Straße

Haus-Nr.

PLZ

Ort

4001

Telefon (für eine Terminvereinbarung innerhalb der nächsten Wochen)

Bitte ausfüllen und einsenden an:

ERGO Beratung und Vertrieb AG, ERGO Ausschließlichkeitsorganisation / 55plus, Überseering 45, 22297 Hamburg, Tel 0800 3746-925 (gebührenfrei)