



Foto: Steffi Rose/SoVD

Die neue Broschüre enthält Vordrucke zur Vorsorgevollmacht.

SoVD hilft, Selbstbestimmungsrecht wahrzunehmen

## Vorsorgevollmacht für den Fall der Fälle

Mit einer Vorsorgevollmacht kann man sein Selbstbestimmungsrecht wahrnehmen. Die neue Broschüre des SoVD informiert und zeigt, wie man für den Fall der Fälle Vorsorge treffen kann.

Es ist der Wunsch eines jeden Menschen, sein Leben nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen zu gestalten. Im Alltag stellen sich viele Fragen, die Entscheidungen erforderlich machen – wie zum Beispiel:

- Wo möchte ich leben – zu Hause oder in einem Heim?
- Welche ärztliche Behandlung ist mir wichtig, welche lehne ich ab?
- Welche Verträge möchte ich abschließen (Mietvertrag, Telefon usw.)?
- Möchte ich Verträge kündigen?
- Müssen Behördenangelegenheiten geregelt werden?
- Was ist mit Kontoangelegenheiten?
- Wie möchte ich mit Ersparnissen umgehen?

Diese Fragen darf jeder Mensch für sich entscheiden und so sein Leben selbst bestimmen. Doch es gibt Situationen im Leben, da ist man selbst zu Entscheidungen plötzlich nicht mehr in der Lage. Dies kann passieren, weil man an schwerer Demenz erkrankt oder nach einem Unfall ins Koma fällt. In diesen Fällen hilft eine Vorsorgevollmacht. Mit einer solchen Vollmacht bestimmt man im Voraus einen persönlichen Vertreter. Dieser kann dann als Vertrauensperson die notwendigen Entscheidungen treffen, wenn man es selbst nicht mehr kann. Eine Vorsorgevollmacht ist vor allem deshalb sehr wichtig, weil ohne sie im Fall der Fälle ein Gericht eine rechtliche Betreuung anordnen muss. Das heißt, können Sie selbst nicht mehr bestimmen, tut dies eine für Sie fremde Person, die Ihre Wünsche nicht kennt.

### Angehörige dürfen nicht automatisch entscheiden

Es ist falsch zu glauben, dass beispielsweise Ehepartner oder Kinder automatisch an Ihrer Stelle entscheiden dürfen. Eine automatische Vertretung gibt es bei Erwachsenen nicht. Sie müssen also aktiv tätig werden, um zu bestimmen, wer Ihre Vertrauensperson ist und für Sie im Ernstfall entscheiden darf. Das können Sie mit einer Vorsorgevollmacht.

Übrigens: auch wenn Sie schon eine Patientenverfügung haben, sollten Sie zusätzlich auch eine Vorsorgevollmacht erstellen. Denn eine Patientenverfügung enthält nur medizinische Behandlungswünsche. Die vielen anderen Fragen des Alltags (siehe oben) bleiben ungeklärt. Mit der neu erschienenen Broschüre „Nehmen Sie Ihr Selbstbestimmungsrecht wahr!“ möchte der SoVD bei der Erstellung einer Vorsorgevollmacht helfen. Die Broschüre erklärt rechtliche Hintergründe und zeigt vielfältige Entscheidungsmöglichkeiten auf, um die Vorsorgevollmacht möglichst gut auf die ganz persönliche Lebenssituation abzustimmen. Die Broschüre enthält zugleich mehrere übersichtliche Formulare, die direkt ausgefüllt werden können.

## Neue SoVD-Broschüre

### Vorsorgevollmacht

Was geschieht, wenn wir nicht mehr selbst entscheiden können, weil Alter, Krankheit oder ein Unfall uns daran hindern? Mit einer Vorsorgevollmacht können Sie für eine solche Situation vorsorgen. Wie, das erklärt die neue Broschüre des SoVD „Nehmen Sie Ihr Selbstbestimmungsrecht wahr! Teil 2: Vorsorgevollmacht“. Diese kann kostenlos bestellt werden. Senden Sie dazu einen mit Ihrer Anschrift versehenen und mit 85 Cent frankierten DIN-A4-Umschlag an: SoVD, Abteilung Versand, Stichwort „Vorsorgevollmacht“, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin.



Informationsblatt erschienen

## „Du bist ein Teil des Ganzen“ – SoVD-Jugend wirbt um Mitstreiter

Die SoVD-Jugend setzt sich für eine inklusive und solidarische Gesellschaft ein, die allen jungen Menschen Chancengleichheit ermöglicht. Ein neu erschienenes Informationsblatt stellt die Ziele und Angebote der Jugendorganisation dar, der alle SoVD-Mitglieder angehören, die unter 27 Jahre alt sind.

Als Jugendorganisation des Sozialverband Deutschland e.V. stehen die Mitglieder der SoVD-Jugend für ein gleichberechtigtes Miteinander aller Menschen und für soziale Gerechtigkeit. Bei ihr treffen sich junge Menschen, um gemeinsam Projekte zu gestalten, ihre Freizeit zu verbringen und Spaß zu haben. Es geht für die Mitglieder nicht darum, die ganze Welt zu verändern, sie wollen jedoch ihren Teil dazu beitragen, dass alle Menschen selbstbestimmt leben und an der Gesellschaft teilhaben können. Eine der zentralen Forderungen ist daher die nach einer „Schule für alle“. Ausgeschlossen zu sein ist frustrierend, weshalb die SoVD-Jugend für eine barrierefreie Umgebung eintritt, die allen Kindern und Jugendlichen den Schulbesuch ermöglicht.

Was für Schulen und Kindergärten gilt, muss nach Überzeugung der Jugendorganisation auch für den Bereich Ausbildung gelten. Möglichst alle Schulabgänger sollten die Mög-



lichkeit haben, eine anspruchsvolle Ausbildung zu machen. Werkstätten und Bildungsträger dürften nur ein Notbehelf sein. Zudem dürfe kein Kind in Armut aufwachsen – Kinderrechte müssten gestärkt und ins Grundgesetz aufgenommen werden.

Neben dem sozialpolitischen Engagement werden auch interessante Freizeitangebote wie Ausflüge und Ferienfahrten geboten. Mitgliedern steht darüber hinaus die Teilnahme an diversen Seminaren, Bildungsangeboten und Projektgruppen offen.



Sozialverband Deutschland e.V., SoVD-Jugend, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, Tel. 030/726222127, E-Mail: jugend@sovd.de. Das abgebildete Informationsblatt kann unter [www.sovdjugend.de](http://www.sovdjugend.de) heruntergeladen werden.

UPD-Fall des Monats zum Thema Ernährungsberatung

## Krankenkassen helfen mit speziellen Kursen beim Abnehmen

Übergewicht wird nicht nur als unattraktiv empfunden, es kann auch zu gesundheitlichen Problemen führen. Wer abnehmen will, kann mit finanzieller und beratender Unterstützung der Krankenkassen rechnen. Das zeigt ein aktueller Beratungsfall der Unabhängigen Patientenberatung (UPD).

„Sie müssen dringend abnehmen“ – diesen Satz hören viele Patienten beim Arzt. Leichter gesagt als getan! Wer übergewichtig ist oder an Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck oder Allergien leidet, der sucht oftmals lange nach professioneller Beratung. Selbst wer nicht krank ist und mit gutem Vorsatz einer Fehl- oder Mangelernährung vorbeugen will, scheitert häufig an der unübersichtlichen Auswahl. Die wenigsten wissen, dass die gesetzlichen Krankenkassen ihre Versicherten mit Leistungen zur Förderung einer bedarfsgerechten und gesundheitsförderlichen Ernährung unterstützen.

Hier ein Beratungsfall aus Hamburg: Frau Nicola H. kommt in die Beratungsstelle. Sie sucht eine qualifizierte Ernährungsberaterin. Aus gesundheitlichen Gründen möchte sie ihr Gewicht deutlich reduzieren und bittet die UPD um Unterstützung. Außerdem fragt sie nach einer Fördermöglichkeit durch ihre Krankenkasse. Die UPD-Beraterin erklärt ihr, dass viele gesetzliche Krankenkassen die Ernährungsberatung finanziell fördern können: entweder nach Paragraph 20 des Fünften Sozialgesetzbuches (SGB V) Prävention oder, wenn chronische Erkrankungen vorliegen, über ergänzende Leistungen der Rehabilitation nach Paragraph 43 des SGB V. Die Patienten müssen nur einen Teil der Gesamtkosten tragen. Die Kurse zur Gewichtsreduktion können von der Krankenkasse selbst oder von akzeptierten Drittanbietern angeboten werden. Um eine Förderung zu erhalten, sind in den Kursen bestimmte Kriterien

zu erfüllen: Sie müssen Elemente der Ernährungsumstellung und Bewegung enthalten. Ebenso müssen die Berater bestimmte Qualifikationen erfüllen. Die UPD-Beraterin sucht mit Frau H. im Internet auf der Seite des Verbands der Öcötophologen e.V. (VDOE) nach einer geeigneten Einrichtung. Da Frau H. auch noch an einer primären Fettstoffwechselstörung leidet, kann sie mit ergänzenden Reha-Leistungen rechnen. Der Förderbetrag ist hier etwas höher. Um diese Leistung nach Paragraph 43 SGB V bei der Kasse geltend machen zu können, benötigt die Ratsuchende hierfür eine ärztliche Verordnung. Auch ist wichtig, dass die Kasse vorab informiert wird. Frau H. ruft nach wenigen Tagen in der Beratungsstelle an und teilt mit, dass ihre Hausärztin ihr eine Verordnung



Die UPD bietet bundesweit Beratung an. In Niedersachsen und Berlin-Brandenburg ist der SoVDeinerderTräger.Diekostenfreie Rufnummer 0800/0117722 ist von Montag bis Freitag zwischen 10 und 18 Uhr erreichbar.

ausgestellt und die Kasse eine Förderung zugesagt hat. Termine zur Ernährungsberatung hat sie schon verabredet.

**UPD-Tipp:** Fragen Sie Ihre Krankenkasse, welche Beratungen, Kurse und finanziellen Leistungen sie im Bereich Ernährung anbietet.



Foto: Jason Stitt/fotolia

Übergewicht kann die Ursache körperlicher Beschwerden sein oder diese verstärken. Professionelle Ernährungsberatung hilft beim Abnehmen.