

Lesen Sie mehr auf [www.life-und-style.info](http://www.life-und-style.info)



mediaplanet

# 60+

WIE JUNG, NUR BESSER!

## Als Frau zu altern ist eine neue Art der Emanzipation

Sängerin Marianne Rosenberg blickt auf eine 50-jährige Bühnenkarriere zurück. Im Interview spricht sie über Lampenfieber, die Liebe zu ihrem Sohn und das Geschenk des Alterwerdens.

### NICHT VERPASSEN:

**Besser Hören**  
Kein Zögern beim Kauf eines Hörgerätes  
**Seite 05**

**Barrierefreies Bad**  
Heute schon an morgen denken  
**Seite 07**

**Bestattungsvorsorge**  
So entlasten Sie Ihre Hinterbliebenen  
**Seite 14**

**VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT IN DIESER AUSGABE**

**Miriam Zaakane**  
Es ist nie zu spät – für alles! Ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden – das ist es, was alle wollen und wozu wir in dieser Publikation inspirieren und ermutigen möchten.



**IN DIESER AUSGABE**



# 08

**Die Immobilienrente –**  
Damit das Haus sich auszahlt

# 12



**Männer**  
und ihr Verhältnis zur Blase

Senior Project Manager: **Miriam Zaakane**  
Geschäftsführung: **Richard Bäge** (CEO), **Philipp Colaco** (Managing Director), **Franziska Manske** (Head of Editorial & Production), **Henriette Schröder** (Sales Director) Designer: **Elias Karberg** Mediaplanet-Kontakt: [redaktion.de@mediaplanet.com](mailto:redaktion.de@mediaplanet.com) Coverbild: **SEREGEL**

Artikel, die mit **in Zusammenarbeit mit** gekennzeichnet sind, sind keine neutrale Mediaplanet-Redaktion.

[facebook.com/MediaplanetStories](https://facebook.com/MediaplanetStories)

[@Mediaplanet\\_germany](https://www.instagram.com/Mediaplanet_germany)

Please recycle

# 60 plus – so viel mehr!

Europa erlebt die schwerste Friedenskrise seit vielen Jahrzehnten. Nicht weit weg von uns ist ein Krieg zwischen der Ukraine und Russland ausgebrochen. Für viele Menschen mögen Kiew, Odessa und Mariupol weit entfernt sein und die Sorgen der Menschen dort nicht so erheblich. Täuschen wir uns besser nicht. Tausende Ukrainer sind Mitbürger unseres Landes, viele von ihnen arbeiten im Gesundheits- und Pflegebereich. Daher hat der Ukraine-Konflikt – neben der schrecklichen Frage von Krieg und Frieden – ganz konkrete Auswirkungen auch auf unser praktisches Leben, unser Land.



**Uwe-Matthias Müller**  
Bundesverband Initiative 50Plus  
Geschäftsführer der Vorstand  
[www.bvi50plus.de](http://www.bvi50plus.de)

**D**ie Welt um uns herum scheint komplizierter, schwieriger, jedenfalls unruhiger geworden zu sein. Klimawandel, Bewältigung der Digitalisierung des (Berufs-)Lebens, demografischer Wandel – vor uns liegen viele Herausforderungen, die aber auch gewaltige Chancen bieten, für alle, die mutig zupacken und sich nicht entmutigen lassen.

Am besten bewältigt man Herausforderungen proaktiv, tatkräftig und nutzt Erfahrung. Und Erfahrung hat sie reichlich, die Generation der Menschen jenseits der 60. Während meine Großeltern mit 60 nette, alte Menschen waren, sind Bürger der Generation 60 plus heute agil, bereit für Neues, mit einer Lebenserwartung, die ihnen noch 25 bis 30 schöne Jahre verspricht.

Diese Lebenserwartung ist nicht nur eine schnöde Verlängerung des Daseins. Die gewonnenen Jahre und Jahrzehnte wollen von Menschen 60 plus sinnvoll, nachhaltig und schön gestaltet werden. Aspekte wie Neugier auf fremde Kulturen, andere Menschen und Sprachen, gesunde Lebensweise im Einklang mit Natur und Tierwohl, Genuss am Leben in einer intakten Infrastrukturmgebung, die Gestaltung eines barrierefreien Wohnraumes, finanzielle Absicherung durch Rente und private bzw. betriebliche Altersvorsorge – das sind nur einige Punkte, die den Menschen 60 plus wichtig sind. Dazu kommt die Suche nach einem sinnstiftenden Einsatzgebiet für ihren reichen Erfahrungsschatz, sei es in einem Lohnberuf, einer



**Wichtig ist, dass unsere Gesellschaft in Deutschland offen bleibt für das Miteinander der Generationen, für die Kraft und Erfahrung der Menschen 60 plus.**

noch einmal gewagten Selbstständigkeit oder im bürgerschaftlichen Engagement. Das bürgerschaftliche Engagement der Menschen 60 plus in Vereinen und der Nachbarschaftshilfe ist so groß, dass ohne sie unser Staat längst nicht so reibungslos funktionieren könnte, wie er das weithin tut.

Wichtig ist, dass unsere Gesellschaft in Deutschland offen bleibt für das Miteinander der Generationen, für die Kraft und Erfahrung der Menschen 60 plus. All das, was wir sehen, wenn wir unser Land betrachten, ist in stärkstem Maß von der Generation 60 plus aufgebaut und gestaltet worden. Daran anzuknüpfen, ist die Aufgabe der nachfolgenden Generationen.

Die Welt ist unruhiger geworden. Es gibt aber eine bleibende Konstante, mit der wir uns beschäftigen: Unsere Gesellschaft wird älter. Damit verbinden sich viele Herausforderungen, der demografische Wandel bietet aber auch viele Chancen. ■

ANZEIGE



**Für ein Leben**

**ohne Einsamkeit im Alter**



**Freunde alter Menschen e.V.**  
les petits frères des Pauvres

**Jahrelang fiel Charlotte, 86, zu Hause die Decke auf den Kopf. Jetzt wird sie regelmäßig von unserer Freiwilligen Anna, 31, besucht.**

Freunde alter Menschen e.V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, alte Menschen vor Einsamkeit und Isolation zu bewahren. Wir schaffen soziale Kontakte und persönliche Begegnungen, damit Hoffnung und Lebensfreude wieder in das Leben älterer Menschen einziehen können.

Unterstützen Sie unser Engagement gegen Einsamkeit im Alter mit Ihrer Spende und helfen Sie, unsere Gesellschaft menschlicher zu gestalten.

[www.famev.de](http://www.famev.de)

# Starke Nachfrage nach Immobilienverrentung

Warum jetzt viele Deutsche ihre Immobilie in Kapital umwandeln und trotzdem zu Hause wohnen bleiben

Gordon Sauer Deutsche Immobilien-Renten AG

Den Ruhestand durch die eigene Immobilie abzusichern und zu genießen ist in Großbritannien und Frankreich seit vielen Jahren ein Erfolgsmodell. Jetzt erlebt diese Form der Altersfinanzierung auch in Deutschland ihren Durchbruch.

## Wie funktioniert die von „Meine Wohnrente“ angebotene Immobilienverrentung?

Immobilienbesitzer ab 68 Jahren können sich mit der Immobilienverrentung entweder einen Traum erfüllen oder ein finanzielles Polster aufbauen, ohne die eigenen vier Wände – wie beim normalen Verkauf – verlassen zu müssen. Sie erhalten ein im Grundbuch erstrangig abgesichertes lebenslanges Wohnrecht, ohne die Zahlung eines monatlichen Nutzungsentgelts. Bei „Meine Wohnrente“ können unsere Kunden zwischen einer Einmalzahlung oder einer monatlichen Zusatzrente wählen. Auch eine Kombination beider Varianten ist möglich. Dadurch wird die finanzielle Flexibilität unserer Kunden größer: Aus der eigenen Immobilie wird nutzbare Liquidität.

## Wie erklären Sie sich die große Zahl von Kundenanfragen bei „Meine Wohnrente“ in diesem Jahr?

Viele Deutsche erkennen, dass ihr Haus oder ihre Eigentumswohnung

eine sehr gute Investition war. Die Immobilienpreise sind in den letzten Jahren fast überall stark angezogen. Das mietfreie Wohnen im Alter ist ein Privileg. Darüber hinaus steckt jedoch in jeder Immobilie auch Kapital, das durch die Verrentung wieder verfügbar wird. Und das mit lebenslangem Wohnrecht im eigenen Heim. Viele unserer Kunden bekommen so finanzielle Spielräume und absolute Sicherheit für eine selbstbestimmte Lebensplanung.

## Ist 2022 ein guter Zeitpunkt für die Immobilienverrentung oder sollten Interessenten besser noch warten?

In diesen unsicheren Zeiten wage ich keine Prognose, ob sich Immobilienwerte in Deutschland weiter so rasant positiv entwickeln werden. Was ich aber sicher erkennen kann: Die im letzten Jahr zurückgekehrte und anhaltend hohe Inflation reißt schon jetzt bei vielen älteren Menschen ein Loch in die Haushaltskasse. Die Lücke zwischen Rente und Lebenshaltungskosten wird größer, auch bei denen, die gut vorgesorgt haben. Die Pandemie verstärkte den Wunsch vieler Menschen nach einem selbstbestimmten Leben im eigenen Heim. Die Pflege zu Hause erscheint vielen deutlich attraktiver als das Pflegeheim. Auch dafür kann die freigesetzte Liquidität eingesetzt werden.

## Was ist das Besondere an dem Angebot von „Meine Wohnrente“?

Um das nötige Vertrauensverhältnis aufzubauen, das erforderlich ist, um eine solch weitreichende Entscheidung zu treffen, beraten wir unsere Kunden persönlich vor Ort. Außerdem ist unser Prozess so transparent wie er nur sein kann – mit einer absolut aufrichtigen Angebotsphase sowie einem unabhängigen Gutachten. Und wir übernehmen auch die Verantwortung sowie die Kosten für den Werterhalt der Immobilie – soll heißen: Wir schauen nach Mängeln, die wir in Absprache mit unseren Kunden beheben. Sie sehen, wir haben an alles gedacht.

## Welche Auszahlungsvariante für die Immobilienverrentung empfehlen Sie denn?

Die meisten unserer Kunden entscheiden sich für die Einmalzahlung. Das ist die richtige Wahl, um sich einen Lebensraum zu erfüllen, ein Finanzpolster aufzubauen oder einen finanziellen Engpass aufzulösen. Wenn man sich für unsere Zeitrente entscheidet, kann man seine finanziellen Spielräume wahlweise für fünf oder zehn Jahre aufstocken. Wer durch eine lebenslange Sofortrente seine finanziellen Mittel erhöhen möchte, hat bei uns sogar die Wahl

einer durch die Allianz Versicherung rückgedeckten lebenslangen Rentenzusage: Mehr Sicherheit gibt es im Markt derzeit nicht.

## Gibt es Alternativen zu ihrem Angebot?

Ja, es gibt natürlich andere professionelle Anbieter, die die Immobilienverrentung anbieten. Auch gibt es die Möglichkeit des Teilverkaufs von Immobilien, der schon ab 65 Jahren möglich ist. Allerdings wird das Wohnrecht dort nur gegen ein monatliches Nutzungsentgelt gewährt und meist nicht erstrangig im Grundbuch abgesichert, was im Insolvenzfall des Anbieters zu hohen Risiken führen kann. Die Instandhaltung, also der Werterhalt der Immobilie, bleibt bei den meisten Anbietern Sache des Teilverkäufers. Das ist bei uns anders: Wir gewähren ein erstrangig im Grundbuch eingetragenes Wohnrecht auf Lebenszeit und übernehmen sämtliche Instandhaltungskosten.



**MEINE WOHNRENTE**

Ihre Immobilienverrentung mit **Meine Wohnrente**

**Es ist Ihr Zuhause.  
Es bleibt Ihr Zuhause.  
Es ändert sich:  
Ihr Kontostand.**

**Meine Wohnrente** ist Ihr vertrauenswürdiger Partner für Immobilienverrentung. Das bedeutet, dass Sie Ihre Immobilie verkaufen, ohne ausziehen zu müssen. Sie erhalten im Gegenzug ein im Grundbuch erstrangig gesichertes, lebenslanges Wohnrecht – ohne Miete zahlen zu müssen. Ihre Immobilie wird vor Vertragsabschluss von einem unabhängigen Gutachter bewertet. Außer einem größeren finanziellen Spielraum und einem sorgenfreieren Leben ändert sich für Sie: **nichts**.

### So funktioniert's:

- > Sie sind mind. 68 Jahre alt, Eigentümer eines Einfamilienhauses oder einer Wohnung
- > Sie verkaufen Ihre Immobilie an **Meine Wohnrente**
- > Sie haben die Wahl zwischen einer Einmalzahlung, einer Zusatzrente oder einer Kombination aus beidem
- > Sie genießen Ihr lebenslanges Wohnrecht in Ihren eigenen vier Wänden – selbstverständlich mietfrei

Lassen Sie uns darüber ins Gespräch kommen – unverbindlich und mit Diskretion.



**0711/238 493-0**  
[www.meinewohnrente.de](http://www.meinewohnrente.de)



**MEINE WOHNRENTE**

Dieser Artikel ist in **Zusammenarbeit mit emporia Telecom** entstanden.

# Die Welt digital entdecken

Fotos teilen, in der WhatsApp-Familiengruppe mitmischen, online einen Termin buchen oder eine Überweisung tätigen – Eveline Pupeter spricht im Interview mit uns darüber, weshalb es wichtig ist, ältere Menschen in die digitale Zukunft mitzunehmen.

Text Paul Howe

## Warum ist es wichtig, dass Senioren mit digitalen Geräten wie einem Smartphone oder einem Tablet umgehen können?

Rund 50 Millionen Senioren in der EU sind nicht digitalisiert, besitzen weder Smartphone noch Computer. Sie sind abgeschnitten von Online-Banking, haben keinen Zugang zum digitalen Amt, keinen digitalen Impfpass, sie können selbstständig weder ein Hotel buchen noch ein Online-Ticket bei der Deutschen Bahn. Für sehr viele Erledigungen im Alltag braucht man bereits jetzt ein Smartphone. Deshalb ist es eine gesellschaftliche Verpflichtung, die älteren Menschen mitzunehmen in die digitale Zukunft.

## Wie hat sich die COVID-19-Pandemie auf das Kommunikationsverhalten der Senioren ausgewirkt?

Während der Pandemie waren viele ältere Menschen isoliert. Sie konnten ihre

Kinder und Enkelkinder nicht sehen und waren ausgeschlossen von der Online-Familienkommunikation. Das war eine echte Tragödie. Corona hat einen Digitalisierungsschub ausgelöst, weil man erstmals richtig gespürt hat, was es heißt, nicht online sein zu können. Insbesondere die jüngeren Angehörigen haben für ihre Eltern und Großeltern einfach zu bedienende Smartphones gekauft, um sie mit WhatsApp oder Zoom aus der Isolation zu holen.

## Warum ist der digitale Spalt zwischen Jung und Alt immer noch so groß?

Viele ältere Menschen haben große Angst, etwas falsch oder „kaputt“ zu machen. Das ist der größte Hemmschuh, was die Nutzung von Smartphones oder Computern betrifft. Diese Angst muss man den Senioren nehmen – mit einfach zu bedienenden Geräten, umfassenden Bedienungsanleitungen in Papierform und mit Trainings, die speziell für diese

Zielgruppe konzipiert sind.

## Was macht gute Bedienbarkeit aus?

Gute Bedienbarkeit heißt, dass man ein technisches Gerät intuitiv bedienen kann, dass man nicht lange nachdenken muss bei der Handhabung. Das ist wie bei einem Auto: Blinker links, Gangschaltung rechts. Darauf muss man sich verlassen können. Genauso einfach und intuitiv muss das bei einem Smartphone oder Tablet sein.

## Haben Senioren spezielle Erwartungen an ein Smartphone oder ein Tablet?

Grundsätzlich nicht, sie wollen damit genauso whatsappen, streamen, im Internet surfen, fotografieren etc. wie jüngere Generationen auch. Was allerdings mehr als 90 Prozent der Älteren erwarten, sind Geräte, die sie gut bedienen können. Aber wollen wir das in Wahrheit nicht alle? ■

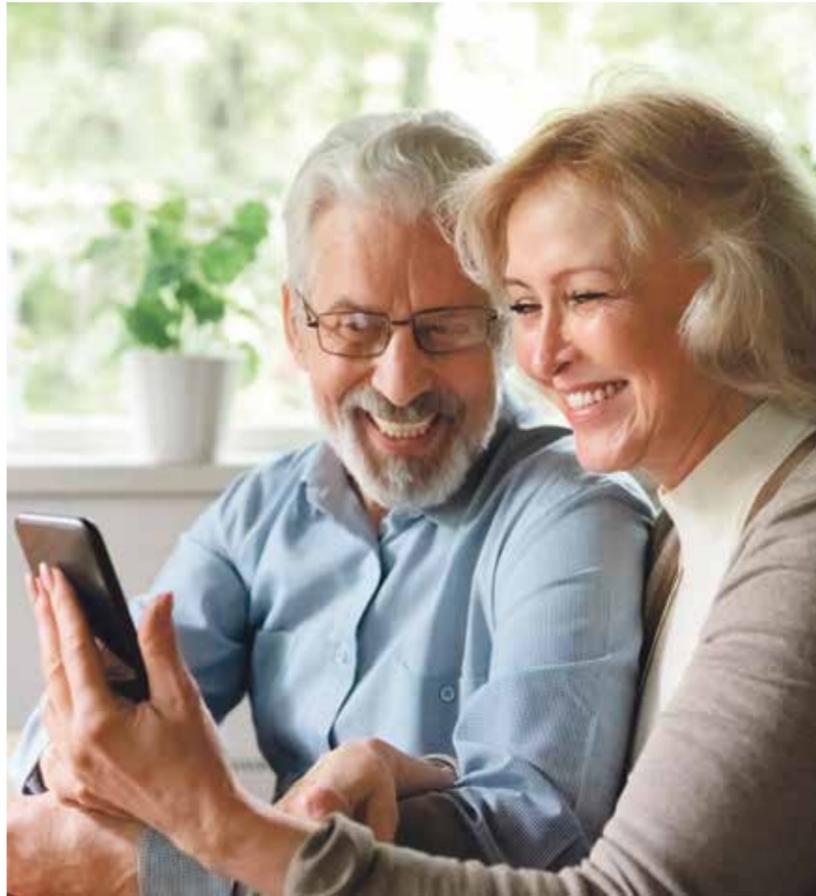


FOTO: SHUTTERSTOCK

Den Enkelkindern beim Spielen zusehen. Gemeinsam mit der besten Freundin lachen. Küsschen schicken und sich umarmen. Über Hunderte oder Tausende Kilometer hinweg. Das ist die neue Freiheit, die uns das Smartphone schenkt.



**Eveline Pupeter**

Alleineigentümerin und Geschäftsführerin von emporia Telecom. Das österreichische Unternehmen entwickelt und produziert einfach zu bedienende Smartphones, Tablets und Tastentelefone speziell für ältere Menschen.

Weitere Informationen:

[www.emporia.de](https://www.emporia.de)

ANZEIGE

**emporia**

emporiaTABLET - 10.1" LTE und emporiaSMART.5

# LET'S GET TOGETHER

Einfach ist das neue smart.

**PLUS X AWARD**  
ausgezeichnet als:  
**BESTE MARKE DES JAHRES 2021**  
[www.plusxaward.de](https://www.plusxaward.de)

[www.emporia.de](https://www.emporia.de)

# Die Wahrnehmung von Hörgeräten ist im Wandel

**Weltweit leiden rund 466 Millionen Menschen unter Hörverlust. Dennoch warten viele Betroffene mit Hörverlust aus Scham lieber ab, als sich ein Hörgerät zu kaufen.**

Hand aufs Herz, wer gesteht schon gerne ein, dass er nicht mehr richtig hört? „Ein Hörgerät ist etwas für Betagte“, sagen sich viele, die im Allgemeinen noch bei guter körperlicher und geistiger Verfassung sind, aber schlechter als in jüngeren Jahren hören. Ratschläge aus dem Familien- und Bekanntenkreis wie „geh doch endlich einmal zum Ohrenarzt“ verhalten meist wirkungslos. Die Betroffenen warten und warten – im Durchschnitt sieben Jahre, bevor sie sich eingestehen, dass sie etwas verändern müssen. Zu hoch ist die Hemmschwelle, die Hörminderung nach außen für jeden sichtbar zu machen. Es ist höchste Zeit, das Tragen eines Hörgerätes zu entstigmatisieren und es als das anzusehen, was es ist: ein ansprechendes Hightech-Accessoire, das Technologie und Design vereint. Wie das Styletto AX von Hörgerätehersteller Signia aus Erlangen. „Bei der Entwicklung unserer Hörgeräte setzen wir gezielt auf besonderen Komfort, überzeugende Optik und herausragende Qualität, um mit dem Stigma des unförmigen, altmodischen Medizinprodukts zu brechen und die Versorgung von Menschen mit Hörminderung zu revolutionieren“, erklärt Christian Honsig, Geschäftsführer von Signia Deutschland.



## So aufregend kann Hören sein

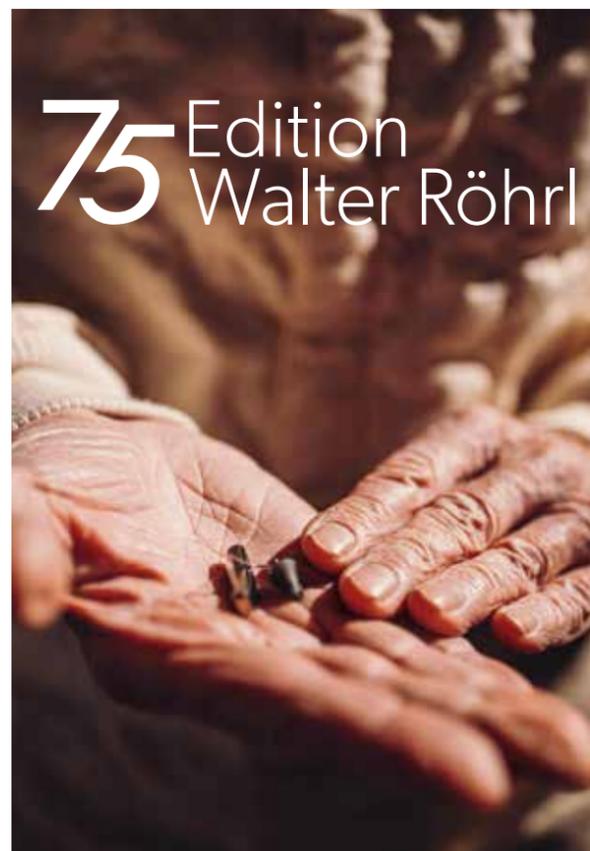
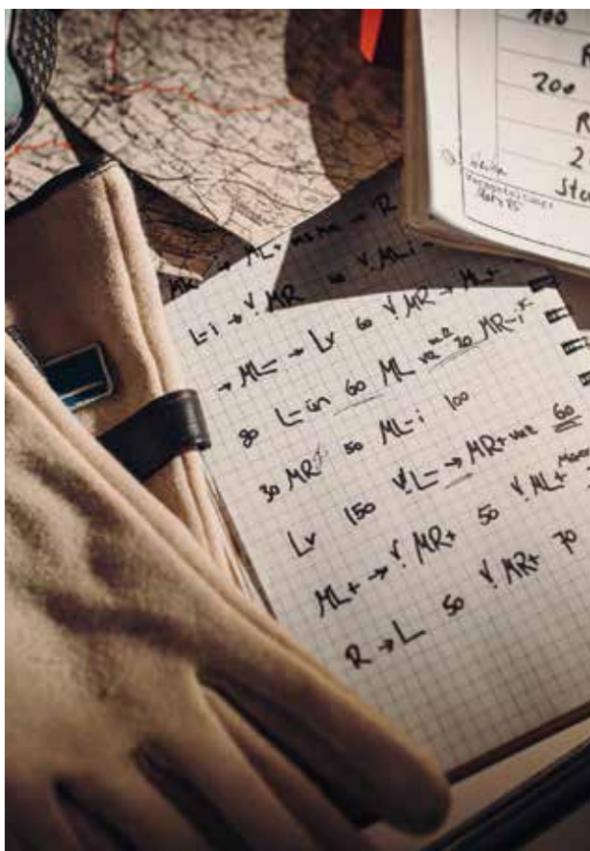
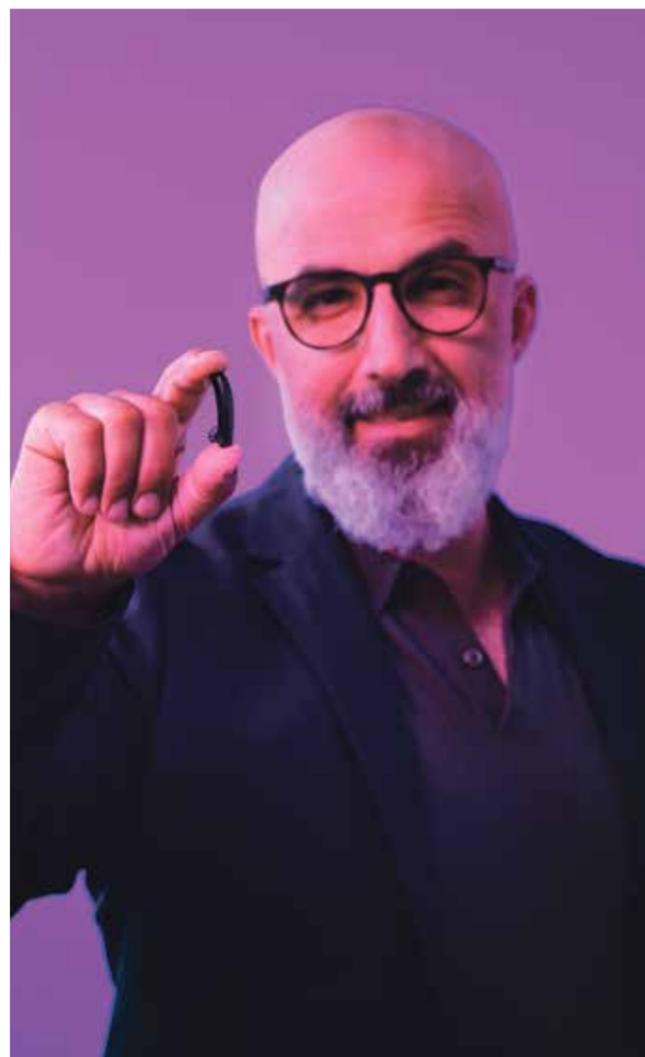
Styletto AX kombiniert außergewöhnliches, preisgekröntes Design mit Audiologie der Spitzenklasse. Und steht damit für moderne Hearwear, gemacht für selbstbestimmte HörgeräteträgerInnen. Das Ziel: Fühl dich wohl mit deinem Look, mit deinem Lifestyle, mit deinen Hörgeräten.

## Ausgezeichnetes Design – Hören in seiner schönsten Form

Die neuen Styletto AX Hörgeräte sehen so brillant aus, wie sie klingen. Das preisgekrönte, besonders schmale Design kommt in acht modernen Farbkombinationen von black/graphite bis snow white/fine gold, die an ein Mode-Accessoire erinnern. Mit seinem herausragenden Design geht Styletto bereits in die vierte Generation. Das beweist: Der Formfaktor zählt – und kommt an. Die neue Generation von Styletto hat es in sich und kommt ohne Kompromisse – mit der größten Farbauswahl, mit dem kompletten Feature-Set, erstmals auch für CROS-Versorgungen. Damit profitieren auch Menschen mit einseitig nicht versorgbarer Hörminderung und reiner CROS-Versorgung vom Styletto Formfaktor.

## Audiologie der Spitzenklasse – kontrastreicher Klang ohne Kompromisse

Im raffinierten Styletto Design steckt die beste Chip-Plattform von Signia, die es je gab: Augmented Xperience mit revolutionärer Zwei-Wege-Signalverarbeitung. Hier kommt sowohl für Sprache als auch für Umgebungsgeräusche die beste Strategie zum Zug. Das Ergebnis: Ein nachgewiesenes besseres Sprachverstehen und ein kontrastreicher Klang. In einer kürzlich durchgeführten Studie berichteten TrägerInnen von Signia AX, dass sie Sprache im Störgeräusch genauso gut und manchmal sogar besser verstehen als Normalhörende. Hörgeräte mit Signia AX Technologie verbesserten das Sprachverstehen in einem Restaurant-Szenario erheblich. In einem Party-Szenario überstieg das Sprachverstehen sogar das von Normalhörenden.



signia

## Der Sound seines Lebens.

Walter Röhrl, der brillianteste Rennfahrer aller Zeiten. Authentisch, direkt und ohne Klischees. Immer getrieben von Perfektion und dem Ehrgeiz eines optimalen Zusammenspiels aus Mensch und Technik. Zu seinem 75. Geburtstag feiern wir sein Lebenswerk mit einer Sonder-Edition der Styletto AX Design-Hörgeräte.

Die exklusive 75 Edition Walter Röhrl – streng limitiert auf 750 Kits.

Willkommen zum Sound Ihres Lebens!



Styletto AX in der 75 Edition Walter Röhrl

[signia.net/75-edition](https://signia.net/75-edition)

# UNABHÄNGIG UND SELBSTBESTIMMT LEBEN

## EINE SCHWEIZER UHR MIT DISKRETER NOTRUFFUNKTION

Auch mit zunehmendem Alter möchte man das Leben aktiv gestalten und möglichst jederzeit, ob bei Wanderungen, Radtouren oder auf Reisen sicher unterwegs sein. Für Menschen mit einem erhöhten Sicherheitsbedürfnis, aufgrund einer chronischen Erkrankung oder im Falle eines Sturzes ist es wichtig, zuhause oder unterwegs schnell Hilfe zu bekommen. Daher werden gerade für alleinlebende Personen Notrufuhren immer beliebter.

Die Limmex Notrufuhr unterstützt besonders diskret und zuverlässig. Lesen Sie hier fünf Gründe, warum die Limmex Notrufuhr Sinn macht:

### MEHR SICHERHEIT

Um auch im Alter selbständig und unabhängig zu bleiben, steigt die Bedeutung von Alltagshilfen und unterstützenden Technologien. In einer Notsituation ist es vor allem für alleinstehende Personen deshalb wichtig, die Möglichkeit zu haben, Hilfe anzufordern. Diese kann über die Limmex Notrufuhr gerufen werden.

### EINFACHE ANWENDUNG

Im Vergleich zu einem Mobiltelefon, einer Smartwatch mit Notruf-Apps oder eingespeicherten Notrufnummern geschieht die Kommunikation mit der Limmex Notrufuhr einfach und schnell: Ein Knopfdruck genügt und der Alarm wird ausgelöst. Die Limmex Notrufuhr funktioniert wie ein

### Limmex 2.0 Notrufuhr Frühjahrs-Edition für 279€ – WELT-Leser sparen 195€

Für die Nutzung der Limmex Notrufuhr 2.0 Frühjahrs-Edition wird ein Notruftarif (ab 24,90 € Monat) vorausgesetzt.

Bestellbar ab 25.03. bis 17.04.2022, bzw. solange der Vorrat reicht.

Lassen Sie sich kostenlos beraten



[provita-aktion.de/limmex-fruehlings-edition-2022](https://provita-aktion.de/limmex-fruehlings-edition-2022)  
oder telefonisch unter  
0221 / 467819-98



Notfallhandy. Nutzer\*innen werden sofort mit einer Kontaktperson in der Notrufzentrale verbunden und eine Sprachverbindung wird aufgebaut.

### SCHNELLE ALARMIERUNG

In einer Notsituation zählt jede Sekunde! Die Zeit zwischen dem Eintreten eines Notfalls und der Alarmierung mittels der Limmex Notrufuhr ist durch die praktische Tragart am Handgelenk minimal. Je schneller Hilfe vor Ort ist, umso schneller können Verletzungen versorgt und Träger\*innen aus

einer misslichen Lage befreit werden. Ein Mobiltelefon ist oft für die Betroffenen nicht griffbereit.

### SITUATIONSGERECHTE BETREUUNG

Träger\*innen können bei kleineren Notsituationen von Freunden, Nachbarn oder Angehörige betreut werden. Ein Rettungswagen ist nicht in jedem Fall nötig. Handelt es sich jedoch um eine Akutsituation, wird durch die rasche Alarmierung mit der Limmex Notrufuhr eine schnelle Versorgung sichergestellt.

### DER 24-NOTRUFERVICE

Der Notrufservice steht über die 24h-Notrufzentrale an 365 Tagen im Jahr zur Verfügung. Über das Mikrofon und den Lautsprecher in der Uhr können Nutzer\*innen mit den Helfern in der Zentrale sprechen. Dort ist der individuelle Notfallplan hinterlegt. Zudem wird der Standort angezeigt, von dem der Notruf eingeht. Je nach Notlage organisiert die Notrufzentrale die benötigte Hilfe.

**provita**  
Alltagsassistentin Deutschland GmbH

## GASTRITOL® LIQUID - PFLANZLICHE MEDIZIN FÜR EIN ENTSPANNTES UND STARKES VERDAUUNGSSYSTEM.

Gastritol® Liquid bietet Ihnen schnelle und zuverlässige Hilfe im Alltag!

Gastritol® Liquid vereint die Wirkspektren von sechs Heilpflanzen zur Stärkung der Verdauung und Behandlung von Magen- und Darmbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen und leichten Magenkrämpfen.

- ❖ Studienbelegte Wirksamkeit
- ❖ Krampflösend, entzündungshemmend & schleimhautprotektiv
- ❖ Hohe Konzentration an wertvollen Bitterstoffen
- ❖ Bitter ist besser für Ihre Lebensqualität
- ❖ Gut geeignet bei Diabetes

Die enthaltenen Bitterstoffe aus Angelikawurzel, Benediktenkraut und Wermutkraut wirken anregend auf die Verdauungssäfte. Die Arznei-Pflanzenextrakte aus Kamille, Süßholz und Gänsefingerkraut hemmen Entzündungen, schützen die Magenschleimhaut und lindern Krämpfe in Magen und Darm.

**BESTELLEN SIE NOCH HEUTE IHR GASTRITOL® LIQUID  
REZEPTFREI IN IHRER APOTHEKE  
ODER ONLINE UNTER [WWW.KLEIN-NATURARZNEI.DE](http://WWW.KLEIN-NATURARZNEI.DE)**

HIER SCANNEN, MEHR ERFAHREN & BESTELLEN!



WIRKT OHNE  
SCHÖLLKRAUT

GASTRITOL®  
LIQUID  
*natürlich besser*

**BEI MAGEN- UND  
DARMBESCHWERDEN  
DIE ALTERNATIVE**



Gastritol® Liquid: Anwendungsgeb. ausschließl. aufgrund langjähriger Anw. Traditionelles pflanzl. Arzneimittel, angewendet bei Erw. zur Linderung v. leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen) sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
DR. GUSTAV KLEIN GMBH & CO. KG • Steinfeld 3 • 77736 Zell am Harmersbach • [info@klein-naturarznei.de](mailto:info@klein-naturarznei.de) • [www.klein-naturarznei.de](http://www.klein-naturarznei.de)



SCHWARZWALDHEILKRÄUTER.  
WIRKSAM SEIT 1946.

# Heute schon an morgen denken: Barrierefreie Badezimmer mit **ELEMENTS**

**S**tolperfallen lauern im Alltag bekanntlich viele – auch im Bad. Wer heute schon an morgen denkt, kann sein Badezimmer dank geradliniger Designs schnell mit kleineren und größeren Anschaffungen in ein barrierefreies Bad umfunktionieren. Je nach Bedarf reicht das Sortiment von Haltegriffen über Klorollenhalter mit Stützgriffen, unterfahrbaren Waschbecken über das Dusch-WC bis zur Walk-in-Dusche.

## Aktuell über 260 Ausstellungen bundesweit

Der Weg zum barrierefreien Bad, etwa mit einer Dusche, die auch noch im Alter nutzbar ist, ist ein leichter: Er beginnt mit nur einem Klick auf der ELEMENTS-Webseite [elements-show.de](http://elements-show.de). Hier warten neben Inspirationen fürs kleine und große Bad oder für Bäder mit Schrägen, hilfreiche Tools wie der 3D-Badplaner, der das neue Badezimmer schon mal digital erlebbar macht. Oder der Budgetplaner, der die ungefähren Kosten für die eigene Wohlfühl-Oase berechnet. Bestückt mit ersten Eindrücken, eigenen Ideen und konkreten virtuellen Vorstellungen führt der Weg weiter in eine der über 260 ELEMENTS-Badausstellungen bundesweit, in denen Fachhandwerker und Badverkäufer von Anfang an Hand in Hand arbeiten. Über die integrierte Online-Suche zeigt die ELEMENTS-Webseite sofort die passende Badausstellung in der Nähe an. Die Profis kombinieren dort ihr Know-how mit fachgerechter Planung und persönlichen Kundenwünschen. Anschließend folgt der termingerechte Aufbau zuhause.

## Tipps der ELEMENTS-Experten: Vorausschauend denken

„Wer heute eine umfassende Badsanierung plant, sollte möglichst vorausschauend denken. Wir werden älter, also sollte auch das Bad zu sämtlichen Lebenssituationen passen. Zumal ein Badezimmer durchschnittlich mehr als drei Jahrzehnte genutzt wird – und das nicht selten von mindestens zwei Generationen“, sagt ELEMENTS-Ausstellungsleiterin Rita Janssen. Ein Bad barrierefrei zu konzipieren – das geht heute mit einer umfangreichen Auswahl innova-



tiver Produkte. Rita Janssen: „Höhenverstellbare Toiletten- oder Waschbecken-Systeme sind über die Walk-in-Dusche hinaus ebenfalls sehr gefragt. Zudem sorgen formschöne Haltegriffe für ein sicheres Wohlbefinden.“

## Dusch-WC ideal auch fürs barrierefreie Bad

Das Dusch-WC, ein Trend aus Asien, findet hierzulande immer mehr Zuspruch – auch bei Design-Liebhabern.“ Der Faktor „Hygiene“ spielt die Schlüsselrolle mit Blick auf die Anschaffung eines Dusch-WCs. Es ermöglicht eine bestmögliche Sauberkeit. Keime und Bakterien kommen nicht mit den Händen in Kontakt. Darüber hinaus erleichtert das Dusch-WC die selbstständige Reinigung bei motorisch eingeschränkten Menschen – es passt ideal ins barrierefreie Bad und ist leicht zu bedienen. Auch für unsere Jüngsten wird die Hygiene durch den Verzicht von Papier



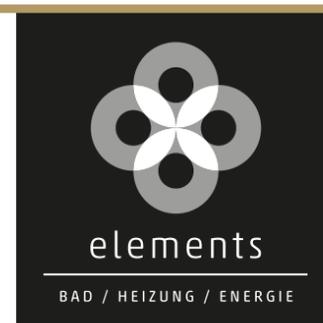
vereinfacht. Da feuchtes Toilettenpapier durch Duft- und Konservierungsstoffe Allergien auslösen kann, fällt dieses Risiko beim Dusch-WC weg.

Es spricht sich einfach herum: Nichts ist wichtiger als das Urteil der Kunden. Umso schöner ist es, dass ELEMENTS in den vergangenen Jahren von den Verbrauchern zur Nummer 1 der Badausstatter gekürt wurde – zum „Service-Champion“ im erlebten Kundenservice. ELEMENTS ist der einfachste Weg zum neuen Bad.

Jetzt mehr zu  
ELEMENTS  
erfahren:



**DIE WELT**  
**Service-Champions**  
im erlebten Kundenservice  
**ELEMENTS**  
Nr. 1 der Badausstatter  
Im Ranking:  
14 Badausstatter  
[www.service-champions.de](http://www.service-champions.de)  
ServiceValue GmbH | 10/2021  
Verantwortlich für Kundenbefragung und Auszeichnung  
ist die ServiceValue GmbH



## DER EINFACHSTE WEG ZUM GRENZENLOSEN BAD

HIER BERÄT  
DAS FACH-  
HANDWERK

DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.

✦ [ELEMENTS-SHOW.DE](http://ELEMENTS-SHOW.DE)

Dieser Artikel ist in Zusammenarbeit mit der Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG entstanden.

Viele Senioren besitzen eine Immobilie. Obwohl sie mietfrei wohnen, haben sie ein schmales Budget. Mit einer Immobilienrente lösen sie finanzielle Probleme.



FOTO: SONJA BRUEGGEMANN

# Die Immobilienrente – damit das Haus sich auszahlt

Entspannt nimmt Heidrun Bartscher einen Schluck Kaffee und blickt in den kleinen Garten hinter ihrer Eigentumswohnung in Münster. Heute kann sich die Seniorin zufrieden zurücklehnen – das war nicht immer so. Lange plagten sie finanzielle Sorgen: Ihr Budget reichte nicht für die Instandhaltung der Wohnung und um den Lebensstandard zu halten. „Ich hatte 24 Jahre ein Juweliergeschäft“, erzählt sie. „In meiner langen Selbstständigkeit habe ich nicht mehr in die Rente eingezahlt. Ich dachte, dass meine Ersparnisse später reichen würden.“

Doch die Rechnung ging nicht auf. Ihr drohte der Verkauf der Wohnung und die Grundsicherung. Heidrun Bartscher holte verschiedene Angebote von Maklern ein – und entschied sich für die Immobilienrente der Deutsche Leibrenten. Sie verkaufte ihre Wohnung an das Frankfurter Unternehmen und entschied sich für eine Rentenzahlung. Beim Verkauf wurden das Wohnrecht und die Zahlung im Grundbuch gesichert. Das Wohnrecht gilt lebenslang und ermöglicht der Seniorin

ein selbstbestimmtes Leben in lieb gewonnener Umgebung. Um den Werterhalt der Wohnung kümmert sich nun der neue Eigentümer – so ist sie die Instandhaltungssorgen los und spart Bares.

#### Nachhaltige Absicherung im Ruhestand

„Die Immobilienrente bietet Selbstständigen im Ruhestand, aber auch allen anderen Eigenheimbesitzern ab 70 Jahren die Möglichkeit, gebundenes Vermögen wieder flüssigzumachen“, sagt Friedrich Thiele, Vorstandsvorsitzender der Deutsche Leibrenten.

Seit einigen Jahren steigt die Nachfrage nach Produkten der Immobilienverrentung in Deutschland – und die Unsicherheit vieler Senioren, für welches Produkt sie sich entscheiden sollen. „Umkehrhypothek, Teilverkauf und Immobilienrente werden gerne in einen Topf geworfen“, so Friedrich Thiele. „Doch bei den Produkten der Altersfinanzierung gibt es große Unterschiede. Wer sie nicht beachtet, riskiert, eine Fehlentscheidung zu treffen.“

Als Anbieter der Immobilienrente legt die Deutsche Leibrenten Wert auf die transparente Beratung der Kunden und auf ihre nachhaltige Absicherung. Soziale Aspekte wie lebenslange Zusagen, Befreiung von Zahlungsrisiken und eine Entlastung von Instandhaltungsaufgaben sind unverzichtbare Bestandteile ihres Produkts. Die Ausgestaltung der Vertragsdetails wird flexibel an die persönlichen Umstände der Kunden angepasst.

Auch die Immobilienrente der Deutsche Leibrenten hat ihren Preis. Aber Friedrich Thiele verspricht, dass die Höhe der Zahlungen fair berechnet wird. Basis ist der Verkehrswert der Immobilie sowie Alter und Geschlecht des Eigentümers, zudem werden die Kosten für die Immobilienbewirtschaftung und Zinseffekte berücksichtigt. Friedrich Thiele: „Die Immobilienrente ist ein Sorglos-Paket für unsere Kunden, absolut sicher, nachhaltig und ohne versteckte Kosten.“ ■

Text Claudia Thöring



**Friedrich Thiele**  
Vorstandsvorsitzender der Deutsche Leibrenten

Für Senioren ab 70 Jahren

# Mit Wohnen Rente erhöhen



# Heim oder Haus?

Wer sich Gedanken um altersgerechtes Wohnen und Pflege macht, sollte die jeweiligen Vor- und Nachteile der möglichen Wohnformen in Ruhe bedenken.

Text Dominik Maaßen

**K**napp 3,5 Millionen Menschen sind laut Statistischem Bundesamt auf Pflege angewiesen. Seit der Jahrtausendwende ist diese Zahl um circa 70 Prozent gestiegen. Der Grund ist der demografische Wandel, aber auch die Pflegereform mit einem veränderten Verständnis von Pflegebedürftigkeit.

## Zu Hause oder in einer Einrichtung

Im Alter stehen Menschen dann vor der Wahl, ob sie sich weiter für ein Wohnen zu Hause entscheiden, wenn sie können, oder sich in eine entsprechende Einrichtung begeben, um den Alltag zu bewältigen. Rund drei Viertel der Pflegebedürftigen werden hierzulande zu Hause versorgt, ein Großteil von ihren Angehörigen. Das andere Viertel lebt in einem Pflegeheim.

## Im gewohnten Umfeld

Wer sich für zu Hause entscheidet, lebt weiter in seinem gewohnten Umfeld, hat gesundheitlich fördernd regen Kontakt zur Familie, seine Tagesabläufe können gleich bleiben und Kosten fallen eher geringer aus. Möglich ist auch das sogenannte Mehrgenerationenhaus, wo Ältere wie Jüngere in unterschiedlichen Stockwerken weiter über ihre räumliche

Unabhängigkeit verfügen. Problematisch kann jedoch die psychische und physische Belastung für die Angehörigen werden. Nicht selten leidet die eigene Karriere, obwohl noch ambulante Pflegedienste unterstützen. Oft muss das Zuhause barrieregerecht umgebaut werden. Bei vielen Erkrankungen wie fortgeschrittener Demenz ist die Familie gar nicht in der Lage, passende Hilfe zu leisten.

## Professionelles Pflegeheim

Dies ist rund um die Uhr in einem Pflegeheim gegeben, wo jederzeit medizinische Hilfe mit Fachpersonal verfügbar ist, auch in Notfällen, die im Alter häufiger auftreten. Betreuung und Pflege sind hier maßgeschneidert. Hinzu kommen barrierefreies Wohnen oder soziale Kontakte und Aktivitäten im Heim.

Der Austausch mit anderen Senioren in diesem Lebensabschnitt kann Freude bereiten, wenn sie mit neuen Freunden und Bekannten Interessen, aber auch Ängste teilen. Hinzu kommen organisierte Freizeitaktivitäten, die Ältere fit halten. Angehörige können gezielt Zeit mit dem Pflegebedürftigen verbringen. Allerdings ist hier der finanzielle Aufwand teilweise höher und die älteren Menschen leben in zunächst fremder Umgebung.

## Mögliche Mischformen

Längst gibt es auch Mischformen: So ermöglicht betreutes, barrierefreies Wohnen weitgehende Selbstständigkeit der Bewohner und Kontakt zu anderen. Entsprechende Leistungen werden hinzugebucht. Allerdings gibt es hierzulande ein geringes Angebot dieser Wohneinrichtungen. Weitere Alternativen sind Senioren-WGs, in denen sich die Bewohner gegenseitig unterstützen, die Miete teilen, wo aber auch Konflikte drohen und Veränderungen, wenn doch eine volle Pflege notwendig ist. Die verschiedenen Varianten sind also unter anderem abhängig von notwendigem Pflegebedarf und individuellen Voraussetzungen. Die passende Wahl ist daher eine Entscheidung, für die man sich im Familienrat viel Zeit nehmen sollte. ■

”

**Wer sich für zu Hause entscheidet, lebt weiter in seinem gewohnten Umfeld, hat gesundheitlich fördernd regen Kontakt zur Familie und seine Tagesabläufe können gleich bleiben.**



ANZEIGE

- ✓ Zuhause wohnen bleiben – ein Leben lang
- ✓ Mehr Geld pro Monat durch Immobilienrente
- ✓ Keine Instandhaltungssorgen

Jetzt informieren und unverbindliches Angebot anfordern:

☎ 0800.74 99 999

✉ [info@deutsche-leibrenten.de](mailto:info@deutsche-leibrenten.de)



[www.deutsche-leibrenten.de](http://www.deutsche-leibrenten.de)

# Im Namen der Liebe

Mit Songs wie „Er gehört zu mir“ (1975) und „Marleen“ (1976) wurde Marianne Rosenberg einst zum Schlagerstar. Über 50 Jahre nach ihrem Debüt steht sie immer noch auf der Bühne. Im Interview spricht sie über ihr bisheriges Leben, das Älterwerden und darüber, ob sie nach so langer Zeit im Rampenlicht manchmal ans Aufhören denkt.

Text Charlie Schröder

**Sie blicken auf eine 50-jährige Bühnenkarriere zurück und mit Ihrer Tournee im Herbst 2022 zeigen Sie auch, dass diese noch nicht vorbei ist. Wie fühlt sich das nach all den Jahren für Sie an?**

Es fühlt sich gut an, das zu tun, wozu man eine Liebe hat. Musik ist mein Leben. Das Privileg und das Glück zu haben, über so viele Jahre Musik machen zu dürfen, nichts anderes machen zu müssen, weil das Geld nicht reicht, ist ein Geschenk. Ein Geschenk meines Publikums an mich. Danke, dass ich so viele Leben, so viele Wege mit meiner Musik begleiten durfte.

Als Musikerin kann ich sagen, dass ich selbst die Messlatte in jungen und vor allem in mittleren Jahren, auf dem Höhepunkt meiner Leistungsfähigkeit, sehr hoch gehängt habe. Das hat zur Folge, dass ich heute, älter geworden, an dieser Latte gemessen werde und dass es nicht immer leicht ist, diese zu erreichen, da die Natur uns Grenzen setzt, in allem, was wir tun. Tänzer oder auch Opernsänger erreichen diese Grenze sehr viel früher als ich, aber auch ich spüre sie sehr deutlich. Lieblingsautoren, wie z. B. Hermann Hesse, helfen mir darüber hinweg und zu mehr Selbstbewusstsein in Sachen fortschreitender Zeit. Ich entwickle eine Stärke, eine Art Emanzipation, was das Alter und die damit verbundene gesellschaftliche Erwartungshaltung anbelangt. Hier muss ich Hesse vielleicht kurz zitieren:

*„Jung sein und Gutes tun ist leicht,  
Und von allem Gemeinen entfernt sein;  
Aber lächeln, wenn schon der Herzschlag schleicht,  
Das will gelernt sein.*

*Und wem's gelingt, der ist nicht alt,  
Der steht noch hell in Flammen  
Und biegt mit seiner Faust Gewalt  
Die Pole der Welt zusammen.“*

Mir ist das gelungen mit dem Album „Im Namen der Liebe“. In dieser Zeit war ich gefühlt alterslos. Wobei ich es mit Zahlen sowieso nicht habe. Mir hat noch nie jemand imponiert, nur weil sie/er jung oder alt war. Alt ist z. B. erst bedauerenswert, wenn jemand versucht, jung zu sein, obwohl er nun mal älter ist. Es ist der Mensch, der fasziniert oder eben nicht.

**Als Künstlerin sind Sie es gewohnt, auf Knopfdruck zu performen. Was ist Ihr Geheimrezept, um nach einer Tournee oder auch einem anstrengenden Tag im Studio wieder Erholung zu finden?**

Ich gehöre nicht zu denen, die immer können, und schon gar nicht auf Knopfdruck. Mental bin ich mit einer Veranstaltung mindestens eine Woche vor dieser beschäftigt. Da ich immer wieder auch andere Programme spiele, muss ich immer wieder ganz akut

Texte und die Abläufe der Songs lernen. Dann kommen die Proben hinzu, und das ist gut so, denn so habe ich weniger Zeit, Lampenfieber zu entwickeln. Danach, die Erholung, das Entspannen, das ist Ihre Frage, und die ist nicht leicht zu beantworten. Ich habe Schwierigkeiten mit Erholung, mit Entspannung. Techniken kenne ich genug. Yoga, autogenes Training, Meditation, Sport ... Ja, diese ganzen Selbstoptimierungsprogramme, ich kenne sie, ich wende sie auch immer wieder an, aber ich weiß nicht, ob ich wirklich runterkomme danach. Udo Jürgens hat wunderbare Songs geschrieben, einer dieser Songs handelt davon, wie er nach einem Konzert allein im Hotelzimmer ist und Mühe hat, den Adrenalinpiegel wieder zu senken, danach, mit sich allein. Mir geht es ähnlich. Früher war ich danach unterwegs mit Kollegen. Das mache ich heute nicht mehr. Wenn ich auf Tour bin, bin ich

sehr diszipliniert. Ob das dem Alter geschuldet ist? Ja, auch.

**An Ihrem neuen Album „Im Namen der Liebe“ war auch Ihr 27-jähriger Sohn beteiligt. Würden Sie sagen, dass er dazu beiträgt, musikalisch am Puls der Zeit zu bleiben?**

Ja, das würde ich sagen. Er ist gegenwärtiger und für mich auch Zukunft, das liegt auf der Hand. Ich habe gerade ein neues Album aufgenommen, an dem er auch mitarbeitet. Es heißt „DIVA“ und es ist eine Hommage an die Pop- und Discosängerinnen der 70er und 80er. Er kennt die meisten Songs nicht im Original und geht folglich die Musik ganz anders an als ich. Ich bin eine Art wandelndes Musikarchiv vergangener Jahrzehnte und bringe sehr viel Erfahrung mit. Zusammen bilden wir eine wunderbare Synthese und können uns gemeinsam Musik anders



”

## Alte Menschen in unserer Gesellschaft sind oftmals Ausgestoßene, Vereinsamte, Diskriminierte.

nur alles richtig machen, wird uns nichts dergleichen zustoßen. Pustekuchen! Den körperlichen Verfall können wir nicht aufhalten. Wir können ein paar Weichen stellen, dass es vielleicht nicht allzu schlimm wird oder nicht so schnell geht.

Das Leben jenseits der 60 hat gemessen am Leben jenseits der 30, 40 oder 50 absolut keinen Vorteil. Ich würde sagen, der Nachteil ist, dass, wenn man das Leben liebt, man sich eher am Ende dessen befindet. Was natürlich zur Folge hat, dass man dem Anfang wiederum näher ist. Wer noch nicht so alt ist, versteht es vielleicht nicht oder hält es für eine Absurdität. Aber so geht es mir gerade, ich empfinde das Leben als einen Kreis, und je mehr ich auf das Ende zusteure, desto näher komme ich dem Anfang. Klingt verrückt, vielleicht muss man meine Musik hören, um es zu verstehen. Es ist ein Gefühl der absoluten Lebendigkeit, Gegenwärtigkeit.

### Stellen Sie auch Nachteile fest?

Na klar, und ob, aber ich bin eine Kämpferin und setze mich mit viel Kreativität darüber hinweg. Vor allem lasse ich mir nicht aufoktroieren, was eine Frau in meinem Alter zu tun oder zu lassen habe. Das ganze Leben über müssen wir damit umgehen, dass Frauen über ihr Aussehen beurteilt werden und Nachteile haben, wenn sie sich dem gängigen Diktat nicht beugen. Wenn Sie so wollen, fordert das Altern, gerade als Frau zu altern, eine neue Art der Emanzipation heraus. Kein Kanzler wurde je so diskriminiert wie die Ex-Kanzlerin aufgrund ihres Alters und ihres Äußeren.

### Sie blicken auf viele Jahre voller Lebenserfahrung zurück. Würden Sie rückblickend Dinge anders machen oder Entscheidungen anders treffen?

Diese Frage wurde mir oft gestellt und oft genug habe ich zu schnell geantwortet, ich täte alles genau so, wie ich es zuvor tat. Wenn ich wirklich darüber nachdenke, weiß ich, warum ich nie wirklich darüber nachgedacht habe. Die Tatsache, dass ich niemals die Chance hätte, dieses Leben noch einmal zu leben, und das Bewusstsein darüber verhindern eine wirkliche Antwort. Zumindest kann ich sagen, dass ich mit nichts hadere, nicht denke, ich sei an der Gabelung eines Weges falsch abgebogen. Das macht sich doch schon mal gut, oder?

### Andere Menschen in Ihrem Alter genießen mittlerweile schon den Ruhestand. Ist bei Ihnen daran zu denken?

Wissen Sie, unsere Gesellschaft ist keine Gesellschaft, in der Menschen in Ruhe und in Würde altern können. Menschen in unserer Gesellschaft unterliegen einem Optimierungszwang und einem Jugendwahn. Alte Menschen in unserer Gesellschaft sind oftmals Ausgestoßene, Vereinsamte, Diskriminierte. Allein dieses Wort „Ruhestand“. Bedeutet es doch, den Menschen aus dem, was sie/er ihr/sein Leben lang tat, was sie/ihn ausfüllte, ausmachte, herauszustellen, ruhigzustellen. Das ist ein Schock für viele Menschen. Der sogenannte „verdiente Ruhestand“ – möge ihn jeder begehen, die/der sich danach sehnt, und bei einigen Berufen ist das sicherlich auch angebracht – ist gewissermaßen ein „Aus“, ein „Du spielst nicht mehr mit“. Das ist es, was sehr viele Menschen denken und empfinden. Darüber spricht nur keiner ... Wenn Sie mich fragen, wie lange ich meinem Beruf, meiner Berufung, noch nachgehen möchte, sage ich Ihnen, man hat bis gerade eben einer Frau in meinem Alter die Regierungsverantwortung für ein ganzes Land anvertraut. Da können Sie mal glauben, dass ich im Vergleich dazu das bisschen Musik fast nebenbei mache ... ■

erschließen als allein. Das geschieht sehr spielerisch und leicht, denn wir unterliegen keinerlei Auflagen oder Vorgaben.

### Vom Älterwerden wird kein Mensch verschont. Welche Vorteile hat das Leben jenseits der 60?

Na gut, dann mach ich mal weiter mit Worten, die uns das Herz verdunkeln: „verschont“ und „jenseits“. Wer am Prozess des Lebens teil hat, wird sterben. Der Weg dorthin führt über den Verfall des Körpers. Klar, wir alle versuchen alles, um diesen Verfall aufzuhalten und voreinander zu verbergen. Wird jemand (auch jenseits der 60) krank, denken wir oft genug, oh, zu wenig Sport, zu viel geraucht, zu viel Übergewicht, zu spät zum Arzt ... Damit wir uns nicht eingestehen müssen, auch wir könnten erkranken oder sehr schnell alt werden, benutzen wir Schuldzuweisungen und glauben, wenn wir

FOTOS: SERIEDEL

## IM NAMEN DER LIEBE Die Tournee im Herbst 2022

05.09.2022 Dresden – Konzertsaal im Kulturpalast

07.09.2022 Hamburg – Barclays Arena

08.09.2022 Leipzig – Gewandhaus zu Leipzig

10.09.2022 Hannover – Swiss Life Hall

11.09.2022 Bochum – RuhrCongress

12.09.2022 Köln – LANXESS Arena

14.09.2022 München – Isarphilharmonie

16.09.2022 Frankfurt am Main – myticket Jahrhunderthalle

17.09.2022 Nürnberg – Meistersingerhalle

18.09.2022 Berlin – Tempodrom



# Halb leer ist gar nicht gut ...

## Männer und ihr Verhältnis zur Blase

Altern birgt für viele Männer unwillkommene körperliche Veränderungen – speziell im Urogenitalsystem. Plötzlicher Harndrang, häufiges Wasserlassen in der Nacht, Schwierigkeiten beim Starten und Stoppen des Urinstrahls – alles Symptome der benignen Prostatahyperplasie, kurz BPH. Für viele Männer bedeuten diese Veränderungen eine große Einschränkung ihrer Lebensqualität und ihrer Freude am täglichen Leben.

Text Prof. Karl-Dietrich Sievert

### Große Prostata, große Probleme?

In einem Alter (> 25 Jahre) in dem „Mann“ noch gar nicht über die BPH nachdenkt, verändert sich die Prostata. Bei dem einen wächst die Prostata auf eine enorme Größe an, während sie sich bei anderen Männern fast gar nicht verändert; aber die einschränkenden Symptome sind die gleichen. Die Prostata muss nicht groß sein, um dem Mann den Alltag unangenehm zu beeinträchtigen – auch eine kleine Prostata kann für abgeschwächten Harnstrahl und ggf. auch für entsprechenden Restharn in der Blase verantwortlich sein. Das wissen die wenigsten Männer mittleren Alters, die ihre beginnenden Symptome meist verdrängen oder mit Medikamenten zu behandeln suchen.

Gerade für Männer in der Mitte ihres Lebens, die noch sexuell aktiv sind und dieses auch bleiben möchten, zählt in Bezug auf eine Behandlung von BPH-Symptomen die Maßgabe: je eher, desto besser. Es empfiehlt sich, dass alle Männer ab 45 Jahren regelmäßig zur urologischen Vorsorgeuntersuchung gehen. Je eher eine mögliche Beeinträchtigung des urogenitalen Systems (Blase, Prostata und Harnröhre), Restharn in der Blase oder eine gutartig vergrößerte Prostata diagnostiziert wird, desto besser sind die Chancen, dass möglichen negativen Folgen des Ignorierens mit der passenden Therapie entgegengewirkt werden kann. Diesen Männern kann mit verschiedenen Behandlungsmethoden geholfen werden – von

medikamentöser Therapie über minimal-invasive Verfahren bis hin zum klassischen chirurgischen ablativen Eingriff mittels der Elektroschlinge (TURP).

Bei Patienten mittleren Alters mit symptomatischem Restharn bietet sich das minimalinvasive Verfahren des prostatistischen urethralen Lifts (PuL: Urolift®) an. Klinische Studien belegen neben der hohen Patientenzufriedenheit sehr gute funktionelle Ergebnisse im Vergleich zu anderen minimalinvasiven Methoden.

### Welches Verfahren erhält die sexuellen Funktionen?

Langzeitstudien belegen klinisch (Daten > 5 Jahre), dass der Patient nach der Behandlung mit prostatistischem urethralen Lift innerhalb kürzester Zeit die dauerhafte Besserung der Symptome erfährt und weder eine durch die Therapie resultierende erektile Dysfunktion noch einen retrograden Samenfluss fürchten muss – ganz im Gegensatz zu den traditionellen invasiven Behandlungsmethoden wie z.B. die TURP, die dieses Risiko beinhalten.

Männer sollten den Zustand ihrer Blase kennen. Frühes Eingreifen schützt diese und erhält die Lebensqualität und einen beschwerdefreien Alltag – und kann gegebenenfalls eine unbefriedigende, medikamentöse Therapie ersetzen! ■



Prof. Karl-Dietrich Sievert  
Klinikum Lippe



### WAS IST RESTHARN?

Als Restharn versteht man die Harnmenge, die nach spontanem Wasserlassen in der Blase verbleibt. Viele Männer bemerken die ersten Anzeichen nicht. Auch wenn der verbleibende Urin nicht spürbar ist, sollte ggf. eine Behandlung erfolgen, um ein erhöhtes Infektionsrisiko und Langzeitschäden zu verhindern. Behandelt man die Ursachen der erhöhten Restharnbildung nicht, kann er dazu führen, dass die Harnblase ihre Organfunktion (Speichern und effektive Entleerung) einbüßt, und ggf. in der Folge die Nieren beeinträchtigen, sogar dauerhaft schädigen.

### PRÄVENTION FÜR MÄNNER

Jeder Mann ab dem 45. Lebensjahr hat Anspruch auf eine kostenfreie urologische Vorsorgeuntersuchung pro Jahr zur Früherkennung von Krebserkrankungen der Prostata und der äußeren Geschlechtsorgane. Die Früherkennung hat den Anspruch, Veränderungen so frühzeitig zu erkennen, dass diese noch reversibel sind. 25 Prozent der Bevölkerung nehmen an, dass es eh zu spät ist, wenn sie zur Vorsorge gehen.\*

\* Deutsches Ärzteblatt 2003; 100(9): A-530/B-454/C428

ANZEIGE

Did you know?

Das UroLift® System ist eine sichere, **minimal-invasive Methode** bei **BPH**, die Männer sowohl von der medikamentösen Therapie befreien kann – als auch **nahezu kein Risiko für Impotenz und Inkontinenz** mit sich bringt. Der Eingriff wird **ohne Schneiden, Erhitzen oder Entfernen<sup>1</sup>** von prostatistischem Gewebe durchgeführt.

[de.urolift.com](http://de.urolift.com)

\*Content based on survey of 2,000 US citizens conducted by Teleflex / NeoTract 2020. Sample size may vary depending on qualifying questions.  
1 Roehrborn, et al. Can J Urol 2017; 24(3) 8802-8813 | © 2020 NeoTract Inc., all rights reserved.

**UROLIFT®**  
BPH Relief. In Sight.™

# Darüber spricht Man(n) nicht!

Fast jeder Mann ist in seinem Leben damit konfrontiert, dass die Prostata (Vorsteherdrüse), die sich unterhalb der Harnblase befindet, mit zunehmendem Alter wächst und die Harnröhre einengt.

Diese Erscheinung, auch als gutartige Prostatavergrößerung (lat. benigne Prostatahyperplasie, BHP) bezeichnet, tritt bei 50 % aller Männer im Alter zwischen 50 und 60 Jahren auf. Als Ursache dieses Wachstums wird eine Veränderung des Hormonhaushaltes im Alter angenommen. Diese Vergrößerung der Prostata verursacht zunächst geringe Beschwerden beim Wasserlassen, die jedoch unbehandelt zunehmen.

Ein schwächer werdender Harnstrahl, eine verzögerte Blasenentleerung und häufiger Harndrang sind erste Anzeichen einer Vergrößerung. Dies kann insbesondere in der Nacht störend sein, wenn aufgrund des häufigen Harndranges ein Durchschlafen nicht mehr möglich ist. Regelmäßige urologische Untersuchungen helfen, die Krankheit frühzeitig zu erkennen und eine bösartige Prostataerkrankung auszuschließen. Bei Beschwerden im Anfangsstadium kann eine medikamentöse Therapie große Erleichterung bieten. Für dieses frühe Stadium eignen sich besonders pflanzliche Arzneimittel, da sie die Beschwerden lindern können und dabei nahezu nebenwirkungsfrei sind. Seit vielen Jahren hat sich hierbei vor allem ein Pflanzenwirkstoff zur schonenden Therapie bewährt. Das Arzneimittel Harzol® enthält Phytosterol ( $\beta$ -Sitosteron), einen Pflanzenextrakt, der seinen Ursprung in der südafrikanischen Heilpflanze *Hypoxis rooperi* hat und aus dem Holz von Pinus- und Picea-Arten (Kiefern und Fichten) gewonnen wird. In klinischen Studien konnte die Überlegenheit von Harzol® gegenüber Placebo bei beginnender Symptomatik (Stadium I und II) einer vergrößerten Prostata an einem großen Patientenkollektiv gezeigt werden. Das Präparat kann über einen längeren Zeitraum eingenommen werden und lindert die typischen Beschwerden schon nach kurzer Zeit. Harzol® wird in Deutschland hergestellt. Mehr Informationen erhalten Sie unter [www.harzol.de](http://www.harzol.de)



Die benigne Prostatahyperplasie betrifft in Deutschland nach der Herner Studie mehr als 3 Millionen Männer und tritt ab dem 50. Lebensjahr mit steigendem Risiko auf.

**ANWENDUNGSGEBIETE:** Prostatamittel pflanzlicher Herkunft. Zur symptomatischen Behandlung der benignen Prostatahyperplasie (gutartige Vergrößerung der Vorsteherdrüse).

**HINWEIS:** Dieses Arzneimittel bessert die Beschwerden bei einer vergrößerten Prostata, ohne die Vergrößerung selbst zu beheben. Bitte suchen Sie in regelmäßigen Abständen Ihren Arzt auf. Insbesondere bei Blut im Urin oder bei akuter Harnverhaltung sollte ein Arzt aufgesucht werden.

**WARNHINWEISE:** Enthält Glucose und Lactose-Monohydrat.



PHARMAZEUTISCHER  
UNTERNEHMER:  
Abanta Pharma GmbH  
Reichsstraße 78  
58840 Plettenberg

100 Hartkapseln  
PZN 02559332

200 Hartkapseln  
PZN 04900686

Viele Krankenkassen erstatten Harzol® ganz oder anteilig. Sprechen Sie Ihre Krankenkasse an!

Erfahren Sie mehr im Erklärvideo oder auf [www.harzol.de](http://www.harzol.de)





# Die letzten Dinge

Das eigene Ableben ist ein Thema, mit dem sich jeder Mensch früher oder später beschäftigen sollte. Wie möchte man in Erinnerung bleiben? Wie möchte man verabschiedet werden? Die Beantwortung dieser Fragen ist nicht leicht, dabei wissen viele Menschen gar nicht, dass man auch hierfür vorsorgen kann.

Text Dominik Maaßen

**W**em fällt es schon leicht, über das Ende des eigenen Lebens nachzudenken? Gerade jedoch wer Hinterbliebene hat, sollte sich mit dem eigenen Tod und allen Formalitäten drumherum genauer auseinandersetzen. Angehörige stehen nach dem Verscheiden des geliebten Menschen genug unter Schock. Vor allem lässt sich organisatorisch und finanziell einiges geschickt planen.

Dreh- und Angelpunkt ist eine Vertrauensperson: Relevant ist sie bereits, wenn man als Betroffener zum Pflegefall wird, der keine eigenen Entscheidungen mehr treffen kann. Die Vertrauensperson kann im Ernstfall wichtige Aufgaben erledigen. Hilfreich ist eine Vorsorgevollmacht, in der man festlegt, wie man medizinisch behandelt werden möchte und wer Zugriff auf Finanzen erhält. Im übrigen können nicht nur Rentner von einem solchen medizinischen Notfall betroffen sein, sondern bereits jüngere Menschen.

#### Zugriff für Vertrauensperson

Den Zugriff erhält die Vertrauensperson dann auch auf eine Mappe, in der sich alle wichtigen Verfügungen, Dokumente und Urkunden befinden, zum Beispiel Sparbücher, Versicherungspolice, Geburtsurkunden oder Renten- und Krankenversicherungsunterlagen.

Möglich ist außerdem eine Bankvollmacht: Tritt der Todesfall unmittelbar ein, muss sich die Vertrauensperson um Angelegenheiten wie Haushaltsauflösung, Trauerfeier und Beerdigung kümmern. Dafür braucht es eine schnelle Finanzierung. Ist

eine Erbfolge vorher nicht geklärt, sind Konten aber meistens gesperrt.

#### Finanzierung durch Trauerfall-Vorsorge

Der Tod ist also nicht umsonst. Das bemerken Angehörige spätestens, wenn Bestattungskosten von durchschnittlich 6.000 bis 8.000 Euro auf sie zukommen. Angehörige lassen sich daher bereits zu Lebzeiten mit einer Trauerfall-Vorsorge schützen. Mit einer Trauerfall-Vorsorge kann finanziell, rechtlich und organisatorisch vorgesorgt werden. Wie hoch die zu zahlende Versicherungsprämie ist, hängt neben den vereinbarten Versicherungsleistungen auch vom Alter des Versicherten, Gesundheitszustand und der Laufzeit ab.

Eine mögliche Alternative ist ein Bestattungsvorsorgevertrag: Bereits zu Lebzeiten bezahlt man die entsprechende Summe an den gewünschten Bestatter. In einem Vertrag sind dann die späteren Leistungen der Bestattung festgelegt.

#### Bestattung nach eigenem Wunsch

Weiterer Vorteil: Wer seine Bestattung selbst plant, befreit nicht nur die Angehörigen von der Bürde. Er ist auch sicher, dass die Beisetzung später nach den eigenen Vorstellungen abläuft. Bekanntlich ist zum Beispiel die Auswahl von traditioneller Erdbestattung und Einäscherung über See- und Baum- bis hin zur Weltraumbestattung groß.

Und wer für klare Verhältnisse im Nachlass sorgen möchte, verfasst besser ein Testament: Der letzte Wille wird vollständig mit eigener Hand geschrieben und mit Datum und Ortsangabe versehen. Natürlich lässt sich das Testament jederzeit ändern. ■

## Checkliste zur Vorsorge

- 1** Vertrauensperson auswählen und informieren
- 2** Vorsorgevollmacht erstellen
- 3** Bankvollmachten erteilen
- 4** Trauerfall-Vorsorge planen
- 5** Beisetzung nach eigenen Wünschen planen und schriftlich festhalten
- 6** Testament aufsetzen
- 7** Angehörige und Vertrauensperson über aufgesetzte Verträge, Bevollmächtigungen und Verschriftlichungen informieren

”

Wenn ein Mensch stirbt, sehen sich die Hinterbliebenen nicht selten mit einer großen Menge an offenen Fragen konfrontiert. Ferdinand Fair hat deshalb die häufigsten Bestattungs-Fragen und die richtigen Antworten darauf für Sie zusammengestellt. Los geht's mit der Antwort auf die Frage, was Mann und Frau tun können, noch bevor es soweit ist.

## Vorsorge treffen, Hinterbliebene entlasten

**M**it einer Bestattungsvorsorge legen Sie fest, wie Ihre Bestattung gestaltet werden soll. Das verleiht Ihnen schon zu Lebzeiten das sichere Gefühl, alles Erforderliche geregelt zu haben. Außerdem entlastet eine Bestattungsvorsorge die Hinterbliebenen in schweren Zeiten und hilft auch, wenn keine Angehörigen vorhanden sind.

War früher wie selbstverständlich der örtliche Gemeindefriedhof erste Wahl bei der Beisetzung, so wünschen mittlerweile viele Menschen für sich und ihre Verstorbenen eine andere Art der Bestattung: auf hoher See, in einem Wald, auf einer Wiese oder ganz individuell dort, wo sich der Verstorbene zeitlebens besonders wohl gefühlt hat. Auch der Wunsch, die Urne mit der Asche des Verstorbenen nicht im Urnengrab beisetzen zu lassen, sondern freier über die Urne verfügen zu können, ist mittlerweile weit verbreitet. Nehmen Sie sich alleine oder ge-

meinsam mit Ihrer Familie deshalb jetzt schon einmal die Zeit und überlegen Sie, welche Art der Beisetzung Ihren Vorstellungen entspricht. Um sicherzustellen, dass Ihre Wünsche bei der Bestattung berücksichtigt werden können, sollte während der Bestattungsvorsorge auch das Finanzielle geregelt werden. Die Kosten einer Bestattung, wie Sie sie sich zu Lebzeiten gewünscht haben, muss durch Ihren Nachlass abgedeckt sein. Nur dann müssen sich Angehörige daran halten. Sollte das nicht der Fall sein, müssen die Hinterbliebenen nur die Mittel aufwenden, die ihnen zur Verfügung stehen.

Es gibt zwei Möglichkeiten, die Kostenfrage frühzeitig zu klären. Die Bestattungsvorsorge kann mit einer Vorabzahlung eines bestimmten Betrages kombiniert werden. Dieser Betrag orientiert sich zum Beispiel an dem aktuellen Preis der gewählten Variante. Es kann aber auch eine Kombination aus Bestattungsvorsorge und Sterbegeldversicherung sein, was unkomplizierter ist. Ferdinand Fair empfiehlt Ihnen zur Finanzierung das Angebot unseres Versicherungspartners BVAG. Wenn Sie den Vorsorgeantrag stellen, können Sie direkt angeben,

für welche Art der finanziellen Absicherung Sie sich entscheiden.

Ferdinand Fair organisiert im gesamten Bundesgebiet würdevolle Bestattungen zu günstigen Preisen. Dabei hat sich Ferdinand Fair insbesondere auf Feuerbestattungen, Beisetzungen zur See sowie in befriedeten Wäldern und auf alternative Bestattungsarten spezialisiert. Markenzeichen von Ferdinand Fair ist eine professionelle Kundenbetreuung rund um die Uhr sowie absolut faire Preise.

Mehr zum Thema Bestattungsvorsorgen finden Sie hier:  
[www.ferdinand-fair.de/bestattungsvorsorge-vertrag](http://www.ferdinand-fair.de/bestattungsvorsorge-vertrag)

Kostenlose telefonische Beratung unter:  
**02227-8589188**

VON KUNDEN EMPFOHLEN

**2022**

KUNDENBEWERTUNG



SEHR GUT

BEWERTET.DE

Heinz  
Sielmann  
Stiftung



## Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.

Ein tierreiches Wald-Idyll, grüne Auen oder das natürliche Plätschern eines reinen Bachlaufes – Gedanken und Bilder nur von früher?

Helfen Sie mit, bedrohte Tierarten und Lebensräume unserer Heimat auch für nachfolgende Generationen zu schützen und den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen.

Geben Sie eigene Werte weiter: mit einem Testament zu Gunsten der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung. Wir fördern Natur- und Umweltschutz sowie das Naturerleben – ganz besonders für Kinder.

Deshalb setzt sich die Stiftung, ganz im Sinne ihres Gründerpaares (dem legendären Tierfilmer Heinz Sielmann und seiner Frau Inge Sielmann), mit viel Leidenschaft und aller Kraft für die Vielfalt der Natur und ihrer Erhaltung ein.

Wir freuen uns auf Ihren  
 Anruf unter 05527 914 419  
[www.sielmann-stiftung.de/testament](http://www.sielmann-stiftung.de/testament)



Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament und Engagement liegt für Sie bereit.



# Spende HOFFNUNG

„Wir können es nicht erwarten,  
mit euch das Ende des Krieges zu feiern. Bis das möglich sein wird,  
danken wir euch für jedes Zeichen der Menschlichkeit und Wärme.  
Ihr wart die Ersten, die uns seit Kriegsbeginn besucht haben.“

Oleksandr, Pastor, Riwne, Ukraine



**SPENDENKONTO**  
Volksbank Mittelhessen  
IBAN DE88 5139 0000 0051 5551 55  
„Ukraine22“



**INFOS**  
Info@GAiN-Germany.org  
Tel. 0641-975 18-50  
GAiN-Germany.org

Das Hilfswerk GAiN bringt Hilfsgüter zu den Geflüchteten an die Grenze in Polen, Ungarn, der Republik Moldau und direkt zu den Menschen in die Ukraine.