

Warum eine korrekte Renteninfo wichtig ist und was gerade Frauen bei der Altersvorsorge beachten sollten

## Neue Podcast-Folge: Rente gut, alles gut?

Einmal im Monat erscheint der SoVD-Podcast „Kein Ponyhof – aus dem Alltag einer Sozialberatung“. In der aktuellen Folge geht es um die Themen Rente und Altersvorsorge. Die Redaktion des „Niedersachsen-Echo“ sprach mit den beiden Moderatorinnen Katharina Lorenz und Stefanie Jäkel darüber, warum es gerade für Frauen wichtig ist, sich frühzeitig mit der eigenen Altersvorsorge zu beschäftigen, warum man seine Renteninfo immer gut im Blick haben sollte und warum es sich lohnt, in den Podcast reinzuhören.

**An die spätere Rente denken viele erst, wenn diese näher rückt. Warum ist es so wichtig, dass man sich schon in jungen Jahren kümmert?**

**Lorenz:** Wir erleben das jeden Tag in unserer Beratung: In jungen Jahren spielt die Rente nicht so eine große Rolle, das Ganze scheint ja auch noch in weiter Ferne. Wenn man das Thema dann aber aus unterschiedlichen Gründen immer wieder beiseite schiebt, kann es sein, dass es dann zu spät ist. Problematisch ist das meistens für Frauen. Sie sind dann häufig von Altersarmut bedroht.

**Jäkel:** Deshalb war es uns auch so wichtig, dem Thema eine Folge unseres Podcasts zu widmen und so dafür zu sensibilisieren. Vor allem möchten wir aber auch Mut machen, sich mit der eigenen Altersvorsorge auseinanderzusetzen – auch wenn das ein Bereich ist, der vielleicht nicht immer Spaß macht.

**Auch in der aktuellen Folge von „Kein Ponyhof“ haben Sie wieder einen Fall aus der Praxis für die Hörer\*innen dabei. Worum geht es genau?**

**Lorenz:** Wir zeigen anhand des Falls von Frau Bäumler, wie wichtig es ist, seine eigene Renteninfo nicht aus den Augen zu verlieren und vor allem die Angaben im Versicherungsverlauf durch eine Kontenklärung zu überprüfen.

**Warum ist das denn so wichtig?**

**Lorenz:** Im Versicherungsverlauf stehen unter anderem die Zeiten, die für Errechnung der späteren Altersrente wichtig sind. Wenn da etwas fehlt, kann das schnell zu einer niedrigeren Rente führen.

**Jäkel:** So war das ja auch bei Frau Bäumler. In den Angaben haben einige Zeiträume gefehlt. Hätten wir als SoVD das nicht überprüft, hätte sie später eine sehr niedrige Rente bekommen.

**Als Gast ist dieses Mal Nicole Lamping von der Verbraucherzentrale Niedersachsen dabei. Hat sie ein paar nützliche Tipps für die Hörer\*innen?**

**Lorenz:** Auf alle Fälle. Sie erklärt wirklich sehr anschaulich und gut verständlich, worauf gerade Frauen bei der privaten Altersvorsorge achten und welche Produkte sie in Betracht ziehen sollten. Außerdem verrät sie, was man tun kann, wenn das Geld für große Investitionen in Sachen Vorsorge nicht reicht.

**Den SoVD-Podcast gibt es ja seit Juli dieses Jahres. Worum geht es denn in den anderen Folgen?**

**Jäkel:** Unsere Themenpalette ist ziemlich breit. Wir sprechen über alle SoVD-Bereiche, also über Gesundheit, Behinderung, Pflege, Hartz IV und Rente. Dabei geht es darum, zu zeigen, welche Auswirkungen eine un-



Foto: Martin Bargiel / Grafikdesign: Steeeg GmbH

**Neue Folgen gibt es jeden dritten Donnerstag im Monat zu hören. Sie sind unter [www.sovd-nds.de/podcast](http://www.sovd-nds.de/podcast) und auf allen gängigen Podcast-Plattformen abrufbar.**

gerechte Sozialpolitik auf die Betroffenen hat und wo es in Deutschland klemmt.

**Lorenz:** Das stimmt. In den bisherigen Folgen sprechen wir deshalb unter anderem darüber, was man tun kann, wenn die Krankenkasse beim Thema Krankengeld Druck macht, worauf man bei der Begutachtung durch den Me-

dizinischen Dienst im Bereich Pflege achten sollte oder warum man oft trotz Schwerbehinderung nicht einfach so auf einem Behindertenparkplatz parken darf.

**Jäkel:** Wir wollen aber nicht nur meckern, sondern geben auch hilfreiche Tipps, wie man sich wehren kann. Reinhören lohnt sich also unbedingt!

SoVD-Jugend überprüft Barrierefreiheit

### Mitstreiter\*innen gesucht

Die Teilhabe von Menschen mit Behinderung ist der SoVD-Jugend ein wichtiges Anliegen. Daher prüfen die jugendlichen Mitglieder auch in diesem Jahr mit einer Checkliste, wie es um die Barrierefreiheit niedersächsischer Weihnachtsmärkte steht. Sind diese für Rollstuhlfahrer\*innen gut erreichbar? Wie sind die Verkaufsstände gestaltet, sind die Preisschilder gut lesbar? Nach dem Test werden für vorhandene oder nicht vorhandene Barrierefreiheit Sterne von 1 bis 5 vergeben.

Unterstützer\*innen sind willkommen: Jugendliche, Ehrenamtliche und alle ande-

ren Interessierten können sich gerne beteiligen und auch einen Weihnachtsmarkt überprüfen. Die Checkliste kann bis zum 16. Dezember über [sov-d-jugend@sov-d-nds.de](mailto:sov-d-jugend@sov-d-nds.de) angefordert werden. Alternativ kann man sie auf dem Facebook-Kanal der SoVD-Jugend ([sov-djugendnds](https://www.facebook.com/sov-djugendnds)) herunterladen.

Die ausgefüllten Listen werden zentral gesammelt und ausgewertet. Sie sollten bis zum 9. Januar 2022 an den SoVD geschickt werden – an die oben genannte E-Mail-Adresse oder an: SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V., SoVD-Jugend, Herschelstr. 31, 30159 Hannover.



Foto: Calin Stan / Adobe Stock

**Damit Menschen mit Behinderung Weihnachtsmärkte unkompliziert aufsuchen können, ist Barrierefreiheit entscheidend.**

SoVD-Landesvorsitzender bei Podiumsdiskussion der Hochschule Osnabrück

## Gesprächsrunde zu Pflegethemen

**Im Herbst beteiligte sich der SoVD-Landesvorsitzende Bernhard Sackarendt an einer Podiumsdiskussion der Hochschule Osnabrück zum Thema „Wie wird pflegerische Versorgung sichergestellt – professionell und familiär?“.**



Foto: Hochschule Osnabrück / A. Rogge

**Die Podiumsdiskussion der Hochschule Osnabrück, an der auch Bernhard Sackarendt (3.v.l.) mitwirkte, wurde angepasst an die Pandemiebedingungen durchgeführt.**

Die Hochschule Osnabrück, Niedersachsens größte Hochschule für Angewandte Wissenschaften, feierte in diesem Jahr ihr 50. Jubiläum. Aus diesem Anlass rief sie die Diskussionsreihe „Future on Stage“ mit mehreren Zukunftsdiskursen ins Leben, die sich den Oberthemen „Alter“, „Mobilität“, „Ernährung“, „Arbeit“ und „Gesellschaftlicher Zusam-

menhalt“ widmeten. Im Herbst beteiligte sich SoVD-Landesvorsitzender Bernhard Sackarendt am Diskurs zum Oberthema „Alter“. Bei der Diskussion der Hochschule Osnabrück „Wie wird pflegerische Versorgung sichergestellt – professionell und familiär?“ diskutierte er auf dem Podium mit. Weitere Gesprächsteilnehmende waren

unter anderem Expert\*innen der Pflegewissenschaft und auf dem Gebiet Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und Angehörigenpflege. Vertreter\*innen eines Pflegedienstes, eines Senioren- und Pflegestützpunkts, eines Dialogzentrums und eines Pflege-Podcasts bereicherten die Diskussion mit kurzem Impuls-Stellungnahmen per Video.