

Alles SVLFG

Magazin für Sicherheit & Gesundheit



Sonderausgabe
2024

Fokus Frau

Alles aus einer Hand

Was bietet mir die SVLFG?

Arbeitseinstieg: Alterssicherung – mehr als gedacht

Leben: Betriebs- und Haushaltshilfe – ein einzigartiges Angebot

Fokus Frau

Die Studie „Lebens- und Arbeitssituation von Frauen in der Landwirtschaft“ zeigt, dass Frauen in der Grünen Branche Beratungsbedarf zum Thema Absicherung haben. Dazu gibt es jetzt einen klaren Auftrag der Bundesregierung, den wir sehr gerne umsetzen und der uns als SVLFG neue Möglichkeiten eröffnet. Wir freuen uns, dass wir dadurch die Chance haben, die Beratung von Frauen noch stärker in den Fokus zu nehmen.



Kennen Sie schon unsere passgenauen Angebote? Mit diesem Magazin möchten wir Ihnen die Services der SVLFG für all Ihre Lebensphasen näherbringen. Wir wünschen Ihnen eine informative Lektüre, die Ihnen viele wichtige Impulse für Ihr Leben als Frau in der Landwirtschaft gibt.

**Ihre
Alexandra Schneider und Juliane Vees**

alternierende Vorsitzende der Vertreterversammlung der SVLFG



ONLINE

Infos für Frauen

Auf unserer Internetseite finden Frauen aus der Grünen Branche aktuelle Informationen über unsere Leistungen:

- Betriebshilfe bei Mutterschutz und Pflege
- Alterssicherung
- spezifische Gesundheitsangebote, zum Beispiel Online-Seminare

► www.svlfg.de/infos-fuer-frauen-in-der-gruenen-branche



App-Tipp

Mit der neuen App „BZL-Neuigkeiten“ verpassen Sie keine Veröffentlichungen des Bundesinformationszentrums Landwirtschaft mehr. News können auch gezielt aus einzelnen Kategorien abonniert werden. Die App laden Sie im App Store oder bei Google Play kostenlos herunter.

Webinare

Pflanzenbau, Tierhaltung, Klimaschutz oder soziale Themen – das Bundesinformationszentrum Landwirtschaft bietet regelmäßig kostenfreie Online-Veranstaltungen zu verschiedenen Themenbereichen. In Vorträgen werden Ihre Fragen direkt beantwortet.

► www.praxis-agrar.de/veranstaltungen

ONLINE

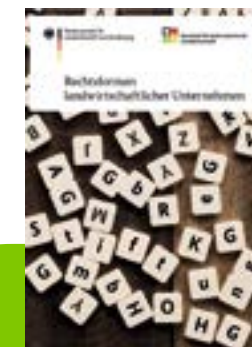
Rechtzeitig vorsorgen

Wenn in einer Ehe oder Partnerschaft das Unerwartete geschieht, ist es beruhigend, wenn alles geordnet und geregelt ist. So sind bei einer Trennung oder gar dem Todesfall der Erbvertrag, der Ehevertrag und das Testament wichtige Stützen. Die Broschüre „Ehe- und Erbrecht in der Landwirtschaft“ der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung vermittelt das Grundwissen über die gesetzlichen Regelungen. Sie zeigt Gestaltungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung der landwirtschaftlichen Sonderregelungen. Die kostenlose Broschüre können Sie bestellen oder herunterladen unter:

► www.ble-medienservice.de

GbR, KG, OHG?

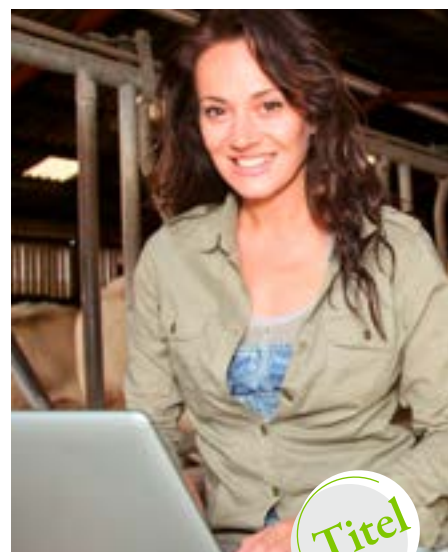
Die Frage der Rechtsform – immer wieder stellt sie sich neu, so bei Hofübergaben, Kooperationen oder Investitionen. Die Broschüre „Rechtsformen landwirtschaftlicher Unternehmen“ erläutert, was bei der Wahl wichtig ist. Sie enthält Empfehlungen, welche Rechtsform zu welcher Ausgangssituation am besten passt. Bestellen oder herunterladen können Sie die kostenfreie Broschüre unter: www.ble-medienservice.de



15 Arbeitseinstieg: Alterssicherung – mehr als gedacht



21 Für Mütter: Rundum abgesichert



04 Was bietet mir die SVLFG?

Titel

10 Leben: Betriebs- und Haushaltshilfe



27 50plus: Überforderung vermeiden

Leben

- 6 Frauen in der Grünen Branche
- 8 Angebote gegen Stress
- 9 Wieder mehr (er)leben
- 26 Krisen erfolgreich meistern
- 31 Services, Kontakt, Impressum

Arbeitseinstieg

- 12 Für neue Betriebsleiterinnen
- 13 Nicht alles ist „rosarot“
- 14 Frühzeitig vorsorgen
- 18 Ein Antrag mit Folgen
- 20 Zuschuss gleich beantragen

Für Mütter

- 22 Arbeitsschutz
- 23 Drei Jahre für jedes Kind
- 24 Entlastung im Mutterschutz

50plus

- 28 Rund um die Pflege

65plus

- 30 Immer in Bewegung bleiben



Alles aus einer Hand

Was bietet mir die SVLFG?

Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau – kurz „SVLFG“ – ist Ihr Partner in allen Lebensphasen mit zahlreichen Leistungen und Angeboten zur sozialen Absicherung.

Die SVLFG ist der Verbundträger der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft, Alters-, Kranken- und Pflegekasse. Von einem Verbundträger sprechen wir, wenn unter dem Dach einer Körperschaft mehrere Zweige der Sozialversicherung vereinigt sind. Die SVLFG ist das einzige System in Deutschland, das alle Leistungen aus einer Hand erbringt. Das Gute: Sie haben nur eine Anlaufstelle für alle Themen rund um Ihre soziale Absicherung.

Die SVLFG ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts mit Selbstverwaltung. Selbstverwaltung bedeutet, dass Sie Vertreterinnen und Vertreter aus dem Kreis der Versicherten wählen

können. Diese haben dann die Möglichkeit, selbst direkten Einfluss auf die Angelegenheiten der Versicherten zu nehmen. Die von Ihnen gewählten Vertreterinnen und Vertreter sind ehrenamtlich tätig und können im Rahmen der Gesetze mitgestalten. Erfahrungen aus dem Berufsstand fließen so in die Ausrichtung der SVLFG ein.

Enges Band zum Berufsstand

Gesund zu bleiben ist wertvoll und wichtig. Durch den engen Kontakt mit unseren Versicherten kennen wir die besonderen Bedürfnisse der Menschen und die der Betriebe im ländlichen Raum. Wir leisten wirkungsvolle Präventionsarbeit und erzielen mit Ihnen bestmögliche Arbeitssicherheit.

Wir bieten verschiedene Gesundheitsangebote und unterstützen Sie bei einer gesundheitsfördernden Lebensweise. Informieren Sie sich gerne über die vielfältigen Leistungen! Als besonders wertvoll empfinden unsere Versicherten die Betriebs- und Haushaltshilfe.

Eine weitere Besonderheit ist, dass sogar Selbständige und ihre mitarbeitenden Familienangehörigen bei der SVLFG versicherungspflichtig sind. Diese „Pflicht“ kennen Sie üblicherweise eher von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern. Sie ist jedoch kein Nachteil, sondern ein immenser Vorteil. So erhalten sie Zugang zu den



Die SVLFG unterstützt Sie in allen Lebenslagen.

Angeboten, die speziell auf die grünen Berufe zugeschnitten sind.

Der Haushalt der gesamten SVLFG beträgt rund 7,4 Milliarden Euro. Fast die Hälfte davon wird durch Bundesmittel gedeckt. Dieser hohe Anteil an

den Gesamtausgaben des Systems ist dem Strukturwandel der deutschen Landwirtschaft geschuldet. Der Staat drückt mit dieser finanziellen Unterstützung die gesamtgesellschaftliche Bedeutung der Grünen Branche aus.

Wir heißen Sie herzlich willkommen in der Versichertengemeinschaft der SVLFG! Nutzen Sie Ihre Vorteile: Nehmen Sie sich Zeit für Ihre persönliche soziale Absicherung und lassen Sie sich bei Fragen individuell beraten.

ONLINE

Bleiben Sie informiert

Die digitale Welt entwickelt sich laufend weiter. Um immer aktuell informiert zu sein, empfehlen wir unseren Newsletter. Abonnement unter:

► www.svlfg.de/newsletteranmeldung



Hier gehts zu unserem Unternehmensfilm und zu weiteren Präventionsfilmen:

► www.youtube.com/@svlfg3082



SVLFG digital
Digitale Zukunft

Schluss mit dem Papierkram

Kennen Sie das? Nach der Hofarbeit jetzt noch die Büroarbeit! Daten melden, Bestände abgleichen und Anträge stellen. Wenn Sie jetzt innerlich mit „Ja, kenne ich“ geantwortet haben, unterstützen wir Sie dabei, den „leidigen“ Papierkram loszuwerden: Melden Sie sich bzw. Ihren Betrieb im Versichertenportal „meine SVLFG“ an und nutzen Sie das elektronische Postfach. Ihre Vorteile:

- Wann es Ihnen passt: Das Portal steht Ihnen rund um die Uhr zur Verfügung.
- Über die Postfachfunktion kommunizieren Sie schnell, einfach und sicher mit uns.
- Rund 100 Services und Vordrucke, die laufend erweitert werden.

Wenn Sie neugierig geworden sind, probieren Sie es einfach aus. Bei Fragen finden Sie Hilfe unter www.svlfg.de/web-hilfe oder schreiben Sie uns über das Kontaktformular.



Melden Sie sich doch gleich an:
► <https://portal.svlfg.de>



Frauen in der Grünen Branche

Verschiedene Studien und Erhebungen spiegeln ein aktuelles Bild von Frauen in den grünen Berufen wider. Unsere Infografiken tragen spannende Ergebnisse zusammen. Gewinnen Sie einen Überblick!

11 %

der landwirtschaftlichen Betriebe in Deutschland werden von Frauen geleitet.¹ Ähnlich ist es in Dänemark, Irland und Malta. Höher ist der Frauenanteil an der Betriebsleitung zum Beispiel in den baltischen Staaten Lettland und Litauen mit knapp 45 %.² Abgeschlagen sind die Niederlande mit 5,6 %.³

1 Landwirtschaftszählung 2020 (Destatis); 2 Farmers and the agricultural labour force (eurostat 2022); 3 Farm managers in 2016 (eurostat News 2019)

49 %

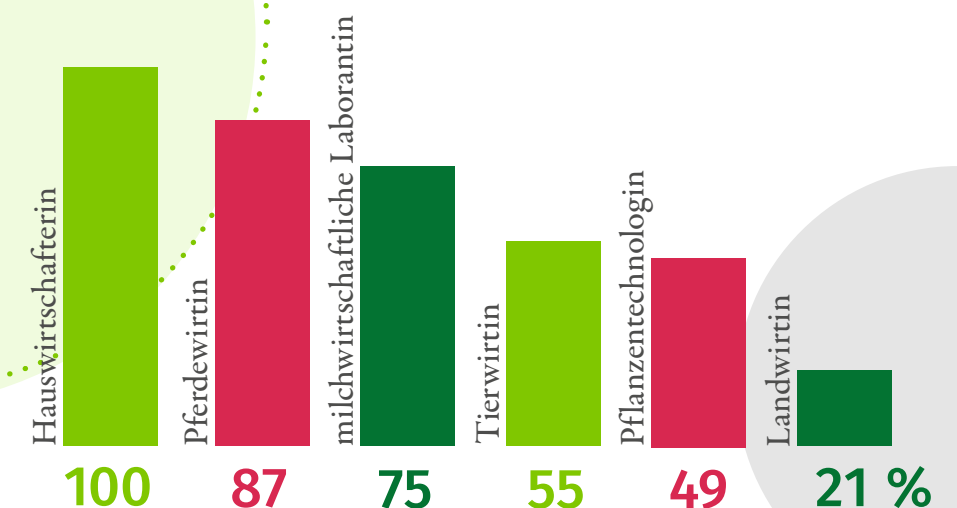
der befragten Frauen sind Ehegattinnen oder Partnerinnen des Betriebsleiters. Sie treffen die wichtigen Unternehmensentscheidungen zusammen und sehen sich als Mitunternehmerinnen.

Quelle: Thünen Studie: Frauen auf landwirtschaftlichen Betrieben in Deutschland

25 %

der Auszubildenden im Agrarbereich sind weiblich.

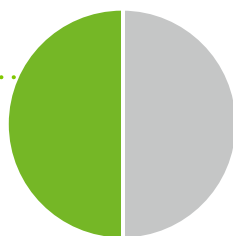
Damit ist der Anteil über die Jahre hinweg relativ konstant. Die Agrarberufe mit den meisten weiblichen Azubis sind:



So sichern sich Frauen fürs Alter ab:

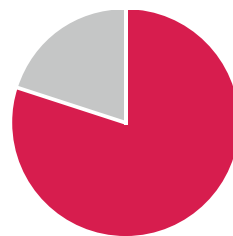
49 %

entrichten Pflichtbeiträge an die Landwirtschaftliche Alterskasse



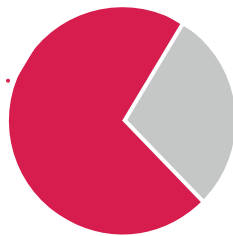
84 %

sorgen privat vor, zum Beispiel durch Lebens- und Rentenversicherungen oder durch Eigentum



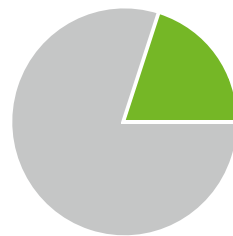
76 %

haben Ansprüche auf Renten der gesetzlichen Rentenversicherung



20 %

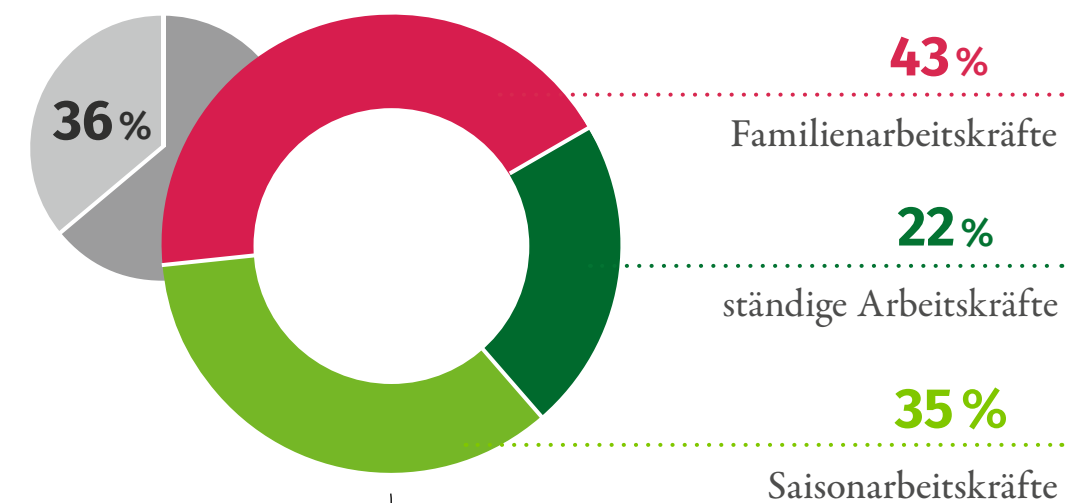
haben eine zusätzliche betriebliche Altersvorsorge



Quelle: Thünen Studie: Frauen auf landwirtschaftlichen Betrieben in Deutschland

Im Agrarbereich ist jede dritte Arbeitskraft in Deutschland eine Frau.

Von diesen 36 Prozent sind:



Quelle: Thünen Studie: Frauen auf landwirtschaftlichen Betrieben in Deutschland

Gesundheit

Angebote gegen Stress

Gerade Frauen in grünen Berufen können von Stress und seelischen Belastungen betroffen sein. Hier lesen Sie, welche individuellen Gesundheitsangebote die SVLFG in solchen Fällen anbietet.

Frauen nehmen eine zentrale Rolle in Betrieben ein. Sie fahren mit dem Schlepper, versorgen Tiere, misten Ställe aus, übernehmen Buchhaltung, Bankgeschäfte oder Standbeine wie Direktvermarktung oder Feriengäste. Hinzu kommt, dass viele Frauen außerbetrieblich arbeiten und sich ehrenamtlich engagieren.

Auch in der Familie agieren Frauen oft als Bindeglied und übernehmen den Haushalt, die Erziehung der Kinder sowie die Pflege von Angehörigen.

Die Fülle der Aufgaben kann belasten. Hier unterstützen wir mit individuellen Gesundheitsangeboten unter psychologischer Begleitung. Unsere Gruppenangebote ermöglichen es, unter professioneller Leitung Gesundheitskurse mit anderen Menschen aus der Grünen Branche zu erleben. Diese Seminare werden deutschlandweit und teils auch online angeboten. Sie haben Interesse oder Fragen? Mel- den Sie sich gerne bei uns: Telefon: 0561 785-10512 E-Mail: gleichgewicht@svlfg.de

Hilfe in der Krise

Unser Expertenteam ist rund um die Uhr unter dieser Krisenhotline erreichbar:

Telefon: 0561 785-10101

LKK-Kurzkuren

www.svlfg.de/lkk-kurzkuren

Oft lässt die Arbeit eine Teilnahme an einem mehrwöchigen Gesundheitskurs nicht zu. Dann sind unsere LKK-Kurzkuren mit eigens zusammengestelltem Gesundheits-Kompaktprogramm eine Alternative.

Betriebsübergabe – ein Gesundheitsthema

www.svlfg.de/betriebsuebergabe-ein-gesundheitsthema

Eine unregelmäßige Betriebsübergabe kann belasten und sogar krank machen. Wir bieten viertägige Seminare für die Übergebenden an. Ziel ist, die belastenden Themen bewusst zu machen, kritisch zu reflektieren und so Stress zu vermindern.

Telefonisches Einzelfallcoaching

www.svlfg.de/einzelfallcoaching

Hierbei handelt es sich um telefonische Begleitung in schwierigen Lebenssituationen durch einen Coach. Diese erfolgt über einen Zeitraum von sechs Monaten. Dabei werden Lösungen gefunden, um mit belastenden Situationen, Krisen oder Ängsten besser umzugehen.

Online-Gesundheitstraining

www.svlfg.de/online-training

Am PC, Laptop oder Handy können Betroffene die Trainings „Fit im Stress“, „Depression“, „Prävention“ sowie „Schlafen“ absolvieren.

Online-Gesundheitstraining für Arbeitnehmer

www.svlfg.de/online-gesundheitstraining-schlaf

Wenn es schwer fällt, nach der Arbeit abzuschalten, kann dieses Training bei der Regeneration helfen und dazu beitragen, Schlafprobleme in den Griff zu bekommen.

Seminar Stressmanagement

www.svlfg.de/stressmanagement
www.svlfg.de/stressmanagement-onlineseminar

Stress macht krank, wenn er dauerhaft und unbewältigt bleibt. Unser Seminar unterstützt, Leben und Arbeiten in Balance zu halten – in Präsenz und online.

Stark gegen Stress

www.svlfg.de/stark-gegen-stress

Arbeitsbedingungen lassen sich oft schwer verändern. Das Präventionsprogramm „Stark gegen Stress“ fokussiert Gegenmaßnahmen, darunter Entspannungseinheiten und körperliche Fitness. So stärkt das Konzept den Menschen bereits im Vorfeld einer Erkrankung.

Rehabilitation

Wieder mehr (er)leben

Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen helfen, das Leben wieder selbstbestimmt zu bewältigen. Hier steht, wie Sie diese beantragen und welche Leistungen damit verbunden sind.

Unfälle, körperliche Erkrankungen, seelische Belastungen: Gründe, warum Menschen den Alltag nur noch eingeschränkt erleben, gibt es viele. Mit einer Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme unterstützen wir erkrankte Menschen, wieder mehr am Leben teilzunehmen. Dabei handelt es sich um Angebote, die individuell auf Sie ausgerichtet sind. Hier lernen Sie zum Beispiel, Stress besser zu bewältigen, Strategien zum Umgang mit Krankheiten zu entwickeln oder Schmerzen zu lindern. Zu der Kombi-

nation vieler Behandlungselemente gehören zum Beispiel:

- Ärztliche Behandlung
- Heilmittel einschließlich Physio-, Sprach- und Ergotherapie
- Psychotherapie
- Schmerzbewältigungsverfahren
- Entspannungsangebote

Zu einer Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme rät meistens der behandelnde Arzt. Wer eine Leistung wahrnehmen möchte, stellt dafür einen Antrag und reicht die nötigen Unterlagen ein.

Für Mütter und Väter besteht gerade zu Beginn des „Elterndaseins“ die Gefahr, dass familiäre Sorgen zu einer gesundheitlichen Belastung führen. Daher halten wir auf sie abgestimmte Maßnahmen bereit, die sie auch gemeinsam mit Kind erleben können. Alle Angebote basieren auf einem ganzheitlichen Ansatz: Sie wirken Gesundheitsrisiken entgegen, gleichzeitig berücksichtigen sie bestehende Erkrankungen. Für den Behandlungserfolg ist eine aktive Mitarbeit unumgänglich. Daher ist es wichtig, von Anfang an die Behandlungsziele im Auge zu behalten und die Erkenntnisse auch im Alltag umzusetzen.

ONLINE

Informationen

► www.svlfg.de/medizinische-rehabilitationsleistungen



► www.svlfg.de/vorsorgekuren



INFO

Vorsorge- und Reha-Maßnahmen

Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen werden umgangssprachlich oft als „Kur“ bezeichnet. Sie verfolgen unterschiedliche Ziele:

- Rehabilitationsleistungen sind darauf ausgerichtet, Beeinträchtigungen in bestimmten Lebensbereichen zu beseitigen oder zu vermindern.
- Vorsorgeleistungen beugen Krankheiten vor oder wirken bestehenden Erkrankungen entgegen, damit sich diese nicht verschlimmern.



Betriebs- und Haushaltshilfe

Ein einzigartiges Angebot

Fallen Landwirtinnen oder Landwirte plötzlich aus, überbrücken Betriebs- und Haushaltshilfen (BHH) die Notsituation. Hier erfahren Sie, wann Sie einen Anspruch haben und wie Sie die Hilfe beantragen.

In bestimmten Notsituationen der Landwirtin oder des Landwirts stellt die Betriebshilfe sicher, dass der Betrieb weitergeführt wird und die Einkommensgrundlage erhalten bleibt. Im Zuge dessen übernehmen die Ersatzkräfte die notwendigen Arbeiten vor Ort. Dazu gehört die Versorgung von Tieren oder das Einholen der

Ernte. Die BHH ist daher eine unserer wichtigsten Leistungen und ein einzigartiges Angebot in Deutschland. Sie ist auf die Anforderungen der Grünen Branche zugeschnitten. Welche Aufgaben die Ersatzkräfte konkret übernehmen, ist abhängig von der individuellen Situation.

Der Anspruch auf BHH-Leistungen besteht für landwirtschaftliche Unternehmerinnen und Unternehmer sowie deren mitarbeitende Ehegatten bzw. eingetragene Lebenspartner. Ob dieser besteht, hängt vom Ausfallgrund ab. Gehen Sie zum Beispiel für eine Behandlung ins Krankenhaus, können wir Sie mit einer BHH für bis zu 13 Wochen unterstützen, in bestimmten Fällen auch über einen längeren Zeitraum. Auch bei Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahmen kommt eine BHH in Betracht, selbst wenn diese

Maßnahmen ambulant durchgeführt werden.

Leistungen der Betriebshilfe und der Haushaltshilfe sind eng verbunden. Da der Haushalt in der Landwirtschaft zumeist mit dem Betrieb verknüpft ist, umfasst die Haushaltshilfe neben Leistungen wie die Versorgung der Kinder oft betriebsbezogene Aufgaben, zum Beispiel Reinigung, Aufbewahrung und Instandsetzung von Arbeitsgeräten oder Arbeitskleidung.

Hilfe für Hinterbliebene

Nach einem Todesfall zur Unterstützung der hinterbliebenen Ehegatten können wir über den Zweig der Landwirtschaftlichen Alterskasse Ersatzkräfte stellen (für 12 Monate innerhalb von zwei Jahren). Voraussetzung dafür ist, dass das Unternehmen versicherungs-



Qualifizierte Ersatzkräfte stehen Ihnen in Notsituationen zur Seite.

pflichtig weiterbewirtschaftet wird. Hat sich der hinterbliebene Ehegatte in der Alterskasse befreien lassen, besteht die Befreiung in einigen Fallkonstellationen fort, so dass dann keine BHH geleistet werden kann. Bei der Übernahme des landwirtschaftlichen Unternehmens durch den Hinterbliebenen sollte deshalb zur Sicherstellung der Anspruchsvoraussetzungen auf BHH keine Versicherungsbefreiung beantragt werden.

Vor diesem Hintergrund prüfen Sie bitte sorgfältig, ob Sie von der Möglichkeit zur Befreiung Gebrauch machen möchten.

Unsere Betriebs- und Haushaltshilfen sind qualifizierte Ersatzkräfte. Sie sind bei uns beschäftigt oder bei Organisationen, mit denen wir entsprechende Verträge geschlossen haben. Bei der Auswahl einer Hilfe für Ihren Betrieb berücksichtigen wir die Bedingungen vor Ort und die erforderlichen Kenntnisse. Können wir aus personellen Gründen keine Ersatzkraft stellen, arbeiten wir gemeinsam an einer Lösung! Sie beschaffen selbst eine Hilfe? In diesen Fällen erstatten wir die Kosten. Als Höchstbeträge gelten pro Stunde 13,00 Euro (West) bzw. 12,75 Euro (Ost). Familienangehörigen bis zum zweiten Grad dürfen wir laut

Gesetz nur Fahrkosten und Verdienstausschlag erstatten.

Damit wir die BHH rechtzeitig bewilligen können, beantragen Sie die Leistung bitte vor Beginn des Einsatzes. Die Anträge finden Sie auf unserer Internetseite. Wir prüfen anschließend für Sie, welcher Versicherungszweig in Ihrem Fall zuständig ist. Wenn die Zeit drängt, können Sie den Antrag zunächst telefonisch oder über das Versichertenportal „meine SVLFG“ stellen. Achtung: Bewilligungen für zurückliegende Zeiträume sind nur im Ausnahmefall möglich. Eine Ausnahme tritt zum Beispiel ein, wenn ein Einsatz an einem Wochenende oder Feiertag beginnt und wir erst am nächsten Werktag erreichbar sind. Wir beraten Sie gerne – auch im Vorfeld.

Tipp

Wir suchen Sie!

Wir suchen kontinuierlich Betriebshelfer/innen (m/w/d). Aktuelle Stellenangebote finden Sie online:
www.svlfg.de/stellenangebote



ONLINE

Anträge auf Betriebs- und Haushaltshilfe

Weitere Informationen zur BHH, die Leistungsvoraussetzungen sowie die Anträge finden Sie hierb zum Download:



► www.svlfg.de/betriebshilfe-haushaltshilfe

Finanzierungshilfen

Für neue Betriebsleiterinnen

Die Rentenbank unterstützt Frauen bei der Übernahme und Gründung von Betrieben in der Landwirtschaft. Ziel ist es, Existenzgründungen und Hofübernahmen von Frauen zu fördern.

Die Rentenbank hat ein Förderprogramm mit dem Namen „Zukunftsfelder im Fokus“. Es umfasst aktuell sieben einzelne Zukunftsfelder. Eines davon richtet sich explizit an Hofnachfolgerinnen und Existenzgründerinnen in der Land- und Forstwirtschaft.

„Mit unserem Förderangebot möchten wir dazu beitragen, dass Frauen verstärkt als Unternehmerinnen in der Land- und Forstwirtschaft Entscheidungen treffen können. Vor dem Hintergrund ihrer gewaltigen Herausforderungen kann die Branche auf das große Potenzial hoch qualifizierter und motivierter Frauen nicht länger verzichten“, sagt Nikola Steinbock, Sprecherin des Vorstands der Rentenbank.

Was wird gefördert?

Die Rentenbank unterstützt mit ihrem Zukunftsfeld Unternehmerinnen bei der Existenzgründung und in den ersten fünf Jahren ihrer Selbstständigkeit. Gefördert werden ihre Investitionen in die landwirtschaftliche Primärproduktion (einschließlich Wein- und Gartenbau), in die Forstwirtschaft sowie in die Fischerei und Aquakultur.

„Wir wollen, dass Frauen Entscheidungen treffen.“



Nikola Steinbock
Sprecherin des Vorstands
der Rentenbank

Voraussetzungen für die Förderung

- Die Unternehmerin vertritt das Unternehmen nach außen operativ und administrativ. Sie hat in allen Unternehmensentscheidungen maßgeblichen Einfluss, so dass Entscheidungen, die das Unternehmen betreffen, nur mit ihrer Zustimmung getroffen werden können.
- Das Unternehmen ist ein KMU (kleines oder mittleres Unternehmen).
- Das Unternehmen ist nicht älter als fünf Jahre oder der Eintritt der Frau in die Gesellschaft liegt nicht länger als fünf Jahre zurück.



Weiter Informationen finden Sie hier:

► www.rentenbank.de/programmkredite/zukunftsfelder-im-fokus



Vorsorge im Scheidungsfall

Nicht alles ist „rosarot“

Eine Ehescheidung ist eine starke Zäsur im Leben. Dr. Marion Baierl gibt Antworten auf die wichtigsten Fragen, wie es in solchen Fällen mit der Altersabsicherung aussieht.

Frau Dr. Baierl, irgendwann läuft es in der Ehe vielleicht nicht mehr wie erhofft. Müssen sich Landwirtsehegattinnen im Falle einer Scheidung um die Altersabsicherung sorgen?

» Bei einer Scheidung greift der sogenannte Versorgungsausgleich. Das gilt auch in der landwirtschaftlichen Alterssicherung.

Was heißt das konkret?

» Das bedeutet, dass die während der Ehezeit erworbenen Rentenansprüche beider Partner im Scheidungsverfahren ausgeglichen werden. Ziel ist, dass beide mit gleich vielen Versorgungsansprüchen die Ehe beenden.

Und wie funktioniert das?

» Das Familiengericht holt die Informationen über die erworbenen Rentenansprüche in der Ehezeit ein und vergleicht diese. Von der Person, die in der Ehezeit den höheren Rentenanspruch erworben hat, wird im Scheidungsurteil in der Regel ein Teil der Rente auf die Person mit dem niedrigeren Anspruch übertragen.

Was passiert, wenn man Ansprüche gegenüber mehreren Versicherungsträgern hat?

» Der Ausgleich wird im Regelfall für jeden Versicherungsträger getrennt vorgenommen.

Wie sieht es mit der eigenen Versicherung als Landwirtsehegattin aus?

» Man sollte wissen, dass die Versicherung als Landwirtsehegattin bereits mit dem Beginn des dauernden Getrenntlebens endet. Dann besteht die Möglichkeit, sich in der LAK freiwillig weiter zu versichern, wenn Sie bereits fünf Jahre versichert waren. So können Sie die fünfzehnjährige Wartezeit für eine Anwartschaft auf Altersrente erreichen.



Dr. Marion Baierl
stellvertretende Leiterin
des Bereichs Leistung

ONLINE

Mehr Informationen

über rentenrechtliche Auswirkungen einer Scheidung finden Sie in der Broschüre „Das Eherecht“ des Bundesministeriums der Justiz:



► www.bmj.de, Suchbegriff: Versorgungsausgleich

INTERVIEW

Rente

Frühzeitig fürs Alter vorsorgen

Um den Ruhestand nach dem Ende des Arbeitslebens genießen zu können, ist es sinnvoll, sich schon weit vor dem Renteneintritt mit der eigenen Altersvorsorge intensiv zu beschäftigen.

Mit einer Rente der Alterskasse ermöglichen wir Ihnen eine Teilabsicherung im Alter.

Das Eintrittsalter für die Regelaltersgrenze wurde seit 2012 stufenweise von 65 auf 67 Jahre angehoben. Ab den Geburtsjahrgängen ab 1964 ist das 67. Lebensjahr die Regelaltersgrenze. Für alle, die zu den Geburtsjahrgängen ab 1964 gehören, gilt: Bereits wenn Sie das 65. Lebensjahr erreicht haben, können Sie eine vorzeitige Altersrente erhalten. Voraussetzung ist, dass Sie für insgesamt 35 Jahre anrechenbare Zeiten zurückgelegt haben. Haben Sie zudem die langjährige Versicherungs- bzw. Anrechnungszeit von 45 Jahren erfüllt, beziehen Sie diese Rente sogar ohne Abzüge. Bei weniger als 45 Jahren wird Ihnen diese Rente mit entsprechenden Abschlägen gewährt.

Wenn Sie Ihre Regelaltersgrenze erreicht haben und für mindestens 15 Jahre anrechenbare Zeiten zurückgelegt haben, erhalten Sie Ihre Regelaltersrente ohne Abschläge.

Für Ihren Rentenanspruch können wir auch Zeiten aus anderen Versorgungssystemen anrechnen – bestimmte Zeiten sowohl auf die sogenannte Wartezeit von 15 oder 35 Jahren als auch auf die langjährige Versicherungs- bzw. Anrechnungszeit von 45 Jahren. Auf die Rentenhöhe wirken sich solche Zeiten allerdings nicht aus.

Jeder Beitrag zählt

Bei der Rentenberechnung zählt jeder an die Landwirtschaftliche Alterskasse (LAK) gezahlte Beitrag. Das heißt: Je mehr Beiträge Sie gezahlt haben oder für Sie gezahlt wurden, desto höher ist Ihre Rente. Die Konditionen sind günstig: Für 30 Beitragsjahre als Landwirtin können wir Ihnen nach Stand 1. Juli 2023 monatlich eine Bruttorente als Teilsicherung in Höhe von 520,59 Euro zahlen.

Für die Altersvorsorge muss sich jeder Partner grundsätzlich selbst absichern. Tritt allerdings der traurige Fall

des Ablebens eines Ehe- oder eingetragenen Lebenspartners ein, können Sie oder Ihr Partner eine Hinterbliebenenrente von der LAK erhalten.

Damit Sie Ihre Rente bekommen, müssen Sie in allen Fällen einen Antrag bei der LAK stellen.

Wissen wir, dass Sie ggf. unter Anrechnung die Wartezeit von 15 Jahren erfüllt haben, erhalten Sie alle drei Jahre eine Rentenauskunft der LAK.

Über Rentenansprüche informieren

Informationen über die Rentenleistungen der Alterskasse finden Sie auch online unter:

► www.svlfg.de/alterskasse-leistungen

Nutzen Sie gerne unseren Online-Rentenschätzer unter:

► www.svlfg.de/rentenhoeh

Mit dem Rentenschätzer können Sie selbst ausrechnen, wie hoch Ihre Rente im regulären Rentenbeginn ist – oder wie sie sich bei einem alternativen Rentenbeginn verändert.

Alterskasse

Mehr als gedacht

Die gesetzliche Alterssicherung der Landwirte bietet Ihnen viele Vorteile – und das bei einem vergleichsweise moderaten Beitrag. Wir stellen die wichtigsten vor.

Alle Versicherten der LAK zahlen einen monatlichen Einheitsbeitrag. Dieser liegt ab dem 1. Juli 2024 bundeseinheitlich bei 301 Euro. Für mitarbeitende Familienangehörige beträgt der Beitrag die Hälfte. Durch die Beitragszahlung an die LAK sichern Sie sich im Alter mit einer Rente zusätzlich ab und schließen durch diese Teilabsicherung eventuelle Versorgungslücken. Auch im Falle einer Erwerbsminderung haben Sie Anspruch auf Rente, sofern alle Voraussetzungen vorliegen. Bei einer Erwerbsminderung durch einen Arbeitsunfall genießen Sie einen Versicherungsschutz.

Im Vergleich besser

Die von den der Deutschen Rentenversicherung ausgezahlten Renten sind durchschnittlich zwar höher als die der Alterskasse. Die höheren Rentenbeträge ergeben sich aber durch die höhere Beitragszahlung und eine oftmals höhere Anzahl von Versicherungsjahren. Zu berücksichtigen ist auch, dass der Arbeitgeber für Beschäftigte die Hälfte der Rentenbeiträge trägt. Gegenüber der Rentenversicherung ist in der Alterssicherung der Landwirte (AdL) das Verhältnis von Beitrag zu Leistung günstiger.

Jedes Jahr der Einzahlung bringt in der AdL einen Rentenzuwachs von 17,36 Euro im Monat (Stand: 1. Juli 2023). Ein gleich hoher Beitrag zur gesetzlichen Rentenversicherung würde nur einen Rentenzuwachs von 16,10 Euro ergeben.

In der LAK stehen für die Beitragszahlerinnen und Beitragszahler weite-

re Leistungen parat, die schon in der aktiven Unternehmerzeit auf die besonderen Belange der Landwirte ausgerichtet sind. Unser Portfolio für Sie:

- speziell für die Grüne Branche entwickelte Präventionsangebote
- Leistungen zur medizinischen Rehabilitation
- Betriebs- und Haushaltshilfe, um das Unternehmen fortzuführen
- Überbrückungsgeld, um das Unternehmen nach dem Tod des Ehe- oder Lebenspartners weiterzuführen

Diese Vorteile bietet Ihnen die Alterskasse:

1

Sie verfolgt keine gewinnorientierten Ziele.

2

Die Verwaltungskosten liegen deutlich unter drei Prozent.

3

Die Renten sind hinsichtlich der Leistungsarten und Anspruchsvoraussetzungen an die Regelungen der gesetzlichen Rentenversicherung angelehnt.

ONLINE

Mehr zu den Vorteilen der LAK finden Sie auf unserer Internetseite unter:

► www.svlfg.de/vorteile-lak





Berufung
.....
Leidenschaft

Alterskassen-Befreiung

Ein Antrag mit Folgen

Besonders junge Leute wollen sich finanzielle Freiräume schaffen. Die Befreiung von der LAK scheint dann die vermeintlich elegante Lösung. Doch dies will gut überlegt sein.

Eine gute Altersvorsorge aufzubauen, ist während des gesamten Berufslebens wichtig. In schwierigen Phasen können die Beiträge manchmal zur Last werden.

Weitreichende Auswirkungen

Einen Antrag auf Befreiung sollten Sie jedoch nicht leichtfertig stellen, denn die Befreiung hat nicht nur positive Folgen. „Eine steuerliche Gewinnoptimierung kann hier zum späten ‚Bumerang‘ werden. Lassen Sie sich nicht davon abbringen, sich als Menschen in den Vordergrund zu stellen“, warnt Juliane Veas, alternierende Vorsitzende

der Vertreterversammlung der SVLFG. Dies bekräftigt auch Kerstin Mock, Vizepräsidentin des LandFrauenverbandes Südbaden: „Steuerberater geben oft dem Betrieb den Vorrang. Doch der Steuerberater ist nicht der liebe Gott!“ Einmal ausgesprochen, kann die Befreiung nicht ohne Weiteres zu-

rückgenommen werden. Sie können Leistungsansprüche verlieren und so eine wertvolle Ergänzung Ihrer Altersvorsorge aus der Hand geben. Mit einem Befreiungsantrag nehmen Sie weitere Nachteile in Kauf.

„Der Steuerberater ist nicht Gott!“

Kerstin Mock



Kerstin Mock
Vizepräsidentin des
LandFrauenverbandes
Südbaden



Es ist daher immer eine Überlegung wert, die Altersvorsorge aus der Deutschen Rentenversicherung (DRV) mit der AdL als zweites Standbein zu ergänzen, auch um eine gegebenenfalls bestehende Versicherungslücke zu schließen.

Befreiungsmöglichkeiten

Entscheiden Sie sich für eine Befreiung, sind das die Voraussetzungen:

- Antragstellung und
- außerlandwirtschaftliches Einkommen oder
- DRV-Versicherung wegen Kindererziehung, Pflege oder Ableistung von Wehrdienst

Häufig wird eine Befreiung wegen außerlandwirtschaftlichen Einkommens aus einer Beschäftigung beantragt, wenn also neben der Beitragspflicht zur Alterskasse auch Versicherungspflicht in der DRV besteht. Für eine Befreiung muss das außerlandwirtschaftliche Einkommen die Minijob-Grenze überschreiten. Trotz dieser „doppelten“ Altersabsicherung sollte ein Befreiungsantrag an die Alterskas-

se aber nicht die automatische Folge sein. Denn: Reicht die Rente der DRV im Alter alleine aus? Ist eine zusätzliche Rente von der Alterskasse nicht willkommen, wenn nicht sogar erforderlich? Lassen Sie sich vor einem Befreiungsantrag beraten!

Das Ausüben eines Minijobs rechtfertigt eine Befreiung nicht. Erhöht sich der Betrag, der im Zuge eines Minijobs maximal dazu verdient werden

darf, muss Ihr außerlandwirtschaftliches Einkommen entsprechend auch über der neuen Minijob-Grenze liegen, wenn Sie sich befreien lassen möchten. Die Befreiungsgrenze gilt auch bei allen weiteren außerlandwirtschaftlichen Erwerbseinkommen, beispielsweise bei Arbeitseinkommen aus einem Gewerbebetrieb oder bei einem Rentenbezug aus der gesetzlichen Rentenversicherung.

Vorsicht bei Arbeitseinkommen

Arbeitseinkommen aus der Land- und Forstwirtschaft darf generell nicht auf die Befreiungsgrenze angerechnet werden. Das Arbeitseinkommen aus einem der Landwirtschaft zugehörigen Nebenunternehmen müssen wir jedoch berücksichtigen, wenn es nach dem Einkommensteuerrecht als Gewinn aus Gewerbe oder selbständiger Arbeit einzuordnen ist.

Ein solch gewerbliches Arbeitseinkommen wird häufig aus einem Hofladen erzielt. Machen Sie sich in diesen Fällen bewusst, dass eine Befreiung allein aufgrund dieser Einkünfte dazu führen kann, dass für Sie keinerlei gesetzliche Absicherung im Alter besteht. Eine private Vorsorge ist dann unumgänglich, wenn im Alter noch eigene finanzielle Mittel zur Verfügung stehen sollen.

INFO

1

Die Befreiung bleibt bestehen, solange der Befreiungsgrund vorliegt, zum Beispiel für die Zeit als Arbeitnehmerin mit entsprechendem Verdienst – im Extremfall bis zur Rente.

-50%

Wenn später feststeht, dass Sie die Wartezeit (180 Kalendermonate) nicht mehr erfüllen und daher keine LAK-Rente erhalten können, ist es möglich eine Beitrags-erstattung zu erhalten. Die Höhe ist allerdings auf die Hälfte der eingezahlten Beiträge begrenzt.

2

Für Unternehmerinnen können Beiträge bei der DRV während der Befreiung von der AdL nicht auf die Wartezeit für eine Rente aus der AdL angerechnet werden. Eine Befreiung von der Versicherungspflicht als arbeitender Familienangehöriger hingegen steht der Anrechnung von fremden Zeiten nicht entgegen.

3

4

Eine sofortige Wartezeiterfüllung für eine Erwerbsminderungs- oder Hinterbliebenenrente nach einem Arbeitsunfall oder einer Berufskrankheit ist nicht möglich. Bei Eintritt des Arbeitsunfalls oder der Berufskrankheit muss Versicherungspflicht zur Alterskasse bestanden haben.





Der Start in die Selbständigkeit ist aufregend und es gibt viel zu bedenken.

Altersabsicherung

Zuschuss gleich beantragen

Von dem Beitragszuschuss der Landwirtschaftlichen Alterskasse profitieren Jungunternehmerinnen mit geringem Einkommen. Rentenansprüche gehen dabei nicht verloren.

Die Startphase eines Unternehmens ist eine große Herausforderung, auch finanziell. Doch auch wenn das Geld knapp ist, sollten junge Landwirtinnen von Anfang an in ihre Altersabsicherung investieren. Wenn sie zum ersten Mal beitragspflichtig werden, gibt es dabei die Chance auf einen Zuschuss. Wir empfehlen daher, zu Beginn der Versicherungspflicht einen Antrag zu stellen. Ein Anspruch auf Beitragszuschuss kann sich auch nach der Betriebsübernahme oder später in finanziell schweren Zeiten ergeben. Ob und in welcher Höhe wir den Zuschuss gewähren, hängt vom Jahreseinkommen ab. Bei zusammenlebenden Ehegatten berücksichtigen wir das Jahreseinkommen von beiden Personen.

Die Zuschusshöhe ist gestaffelt. Die gesetzlich festgelegte Berechnungsformel ist an die jährlich angepasste Einkommensgrenze gekoppelt. Diese liegt 2024 bei 25.452 Euro für Ledige und 50.904 Euro für Verheiratete. Ihre spätere Rentenhöhe bleibt trotz Zuschuss gleich.

Das anzurechnende landwirtschaftliche und außerlandwirtschaftliche Einkommen entnehmen wir dem Einkommensteuerbescheid. Enthält dieser land- und forstwirtschaftliche Einkünfte aus einem nicht buchführungspflichtigen Unternehmen, dürfen wir diese nicht berücksichtigen. Dann stellen wir den Wirtschaftswert des Unternehmens fest und ermitteln so das Einkommen.

Liegt ein Bescheid der letzten vier Jahre nicht vor, berücksichtigen wir den Verdienst im vorletzten Kalenderjahr. Auch dann setzen wir das Einkommen aus Land- und Forstwirtschaft auf Grundlage des Wirtschaftswerts fest. Mit dem nächsten Steuerbescheid kann sich der Beitragszuschuss ändern.

Vorteil für „Berufsstarterinnen“

Jungunternehmerinnen, die erstmals beitragspflichtig werden, haben bisher kein landwirtschaftliches Einkommen erzielt. Das ist für sie von Vorteil: Wir rechnen in diesen Fällen am An-

fang keinen Verdienst an, auch wenn sie im laufenden Kalenderjahr bereits Einnahmen verzeichnen. Besteht kein oder nur ein geringer anderweitiger Verdienst, kommt der Höchstzuschuss von 60 Prozent der Beitragshöhe in Betracht. Das ändert sich erst, wenn im Steuerbescheid ein landwirtschaftliches Einkommen festgestellt wird oder die Betriebsübernahme zwei Jahre zurück liegt.

Wurde die Einkommensgrenze für den Beitragszuschuss überschritten, können vorübergehende Einkommensminderungen zu einem Zuschussanspruch führen. Unterschreitet das im Steuerbescheid vorhandene Einkommen die Grenze, besteht mindestens bis zur Erteilung des nächsten Einkommenssteuerbescheides ein Zuschussanspruch. Erforderlich sind ein Antrag und die Übersendung des Steuerbescheides, idealerweise innerhalb von drei Kalendermonaten nach Ausfertigung. Den Antrag und weitere Informationen finden Sie online: www.svlfg.de/beitragszuschuss

Schwangerschaft

Mütter rundum absichern

Mit dem Mutterschaftsgeld bietet die LKK Schwangeren und Frauen nach der Entbindung finanzielle Hilfe während der Schutzfristen.

Mutterschaftsgeld erhalten Schwangere und Frauen nach der Entbindung für die Dauer der gesetzlichen Schutzfristen nach dem Mutterschutzgesetz. Das sind die sechs Wochen vor dem voraussichtlichen Entbindungstag, der Tag der Geburt und die acht Wochen nach der Entbindung. Bei Frühgeburten, Mehrlingsgeburten und der Geburt eines Kindes mit Behinderung wird für zwölf Wochen nach dem Entbindungstag Mutterschaftsgeld gezahlt. Für landwirtschaftliche Unternehmerinnen und freiwillig Versicherte besteht ein Anspruch, wenn eine mindestens geringfügige Beschäftigung ausgeübt wird. Ist dies nicht der Fall, kann die Unternehmerin Betriebshilfe beantragen.

Anspruch haben ebenso mitarbeitende Familienangehörige, die rentenversicherungspflichtig sind. Das Mutterschaftsgeld wird in Höhe des Netto-Arbeitsentgelts aus der Beschäftigung bis zu einem Betrag von 13 Euro täglich gezahlt. Die Differenz bis zum Netto-Arbeitsentgelt zahlt der Arbeitgeber. Sind mitarbeitende Familienangehörige nicht rentenversicherungspflichtig, erhalten sie wie auch die Bezieherinnen von Arbeitslosengeld I Mutterschaftsgeld in Höhe des Krankengeldes.

Wenn Sie Mutterschaftsgeld beantragen, benötigen Sie eine ärztliche Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstag. Diese kann

alternativ auch die Hebamme oder die Entbindungspflegerin bzw. der Entbindungspfleger ausstellen. Den Antrag können Sie online über das Portal „meine SVLFG“ einreichen. Dies ermöglicht einen einfachen und sicheren Zugriff auf Daten, Dokumente sowie Services rund um die Uhr.



Leistungen für schwangere Versicherte

Wir übernehmen die Kosten für:

- Vorsorgeuntersuchungen
- den Test auf B-Streptokokken und Toxoplasmose
- die Betreuung durch eine Hebamme und deren Rufbereitschaft (Tag und Nacht) in den letzten sechs Wochen vor dem errechneten Entbindungstermin
- den Geburtsvorbereitungskurs
- die medizinische Versorgung
- einen Kurs zur Rückbildungsgymnastik für bis zu zehn Stunden
- bei Bedarf eine häusliche Pflege, sofern keine im Haushalt lebende Person diese übernehmen kann

Darüber hinaus entfällt die Zuzahlung für Verordnungen eines Arztes gegen Schwangerschaftsbeschwerden und im Zusammenhang mit der Entbindung für Arznei-, Heil-, Hilfs- und Verbandsmittel.

► www.svlfg.de/schwangerschaft

Schwangere und stillende Mütter stehen unter besonderem Schutz.



Prävention

Mutter und Kind schützen

Schwangere und stillende Frauen sind in der Grünen Branche besonderen Gesundheitsrisiken ausgesetzt. Mit einer Gefährdungsbeurteilung erkennen Arbeitgeber und Beschäftigte Gefahren und Schutzmaßnahmen.

Um Frauen und Kinder während der Schwangerschaft und Stillzeit zu schützen, stehen Unternehmern und Beschäftigten vielfältige Maßnahmen zur Verfügung. Damit sie angemessene Schritte einleiten können, müssen sie die Risiken für den Arbeitsplatz kennen. Basis dafür ist die allgemeine Gefährdungsbeurteilung. Sie berücksichtigt grundsätzlich den Mutterschutz, unabhängig davon, ob eine Frau an dem Arbeitsplatz tätig ist. Schwangere Beschäftigte erhalten hier wichtige Anhaltspunkte zu ihrem eigenen Schutz und dem ihres Kindes. Zeigt eine Arbeitnehmerin eine Schwangerschaft an, konkretisiert der Arbeitgeber die allgemeine Gefährdungsbeurteilung mit Blick auf die individuelle Situation. Das Ergebnis ist eine anlass- und personenbezogene Gefährdungsbeurteilung.

Bei der Erstellung und Überarbeitung der Gefährdungsbeurteilung vermitteln Arbeitgeber risikoreduzierende Maßnahmen in der Unterweisung und erstellen eine Betriebsanweisung. Eine Mustervorlage zum „Schutz werdender und stillender

Mütter vor unverantwortbaren Gefahren, unzulässigen Tätigkeiten oder Arbeitsbedingungen“ sowie eine Musterbetriebsanweisung zur „Beschäftigung werdender und stillender Mütter“ stehen bereit unter www.svlfg.de/arbeitnehmer-mutterschutz.

Risiken kennen

Der sichere Umgang mit Biostoffen ist für alle in der Grünen Branche Beschäftigten von Bedeutung. Doch insbesondere Frauen sollten die Risiken für gesundheitliche Probleme in der Schwangerschaft und Stillzeit kennen. Das gilt unter anderem für Gefährdungen, die beispielsweise

durch Zoonosen ausgelöst werden. Infos über Mutterschutz und Biostoffe finden Sie unter www.svlfg.de/gefaehrdungen-schwangerschaft-biostoffe. Ebenfalls relevant ist der Umgang mit Gefahrstoffen und speziell denen, die Auswirkungen auf Schwangerschaft und Stillzeit haben können. Das Wichtigste über Mutterschutz und Gefahrstoffe fassen wir zusammen auf www.svlfg.de/mutterschutz-und-gefahrstoffe. Im Gefahrstoffverzeichnis unter www.svlfg.de/ba-gefahrstoffverzeichnis sind zudem die Risiken für schwangere oder stillende Frauen ersichtlich.

ONLINE

Praxistaugliche Hilfe

Wir bieten einen Online-Vortrag zum Thema „Das Mutterschutzgesetz – Hilfestellung für Betriebe der Grünen Branche“ unter:

► www.svlfg.de/online-vortrag-das-mutterschutzgesetz



Rentenzeiten

Drei Jahre für jedes Kind

Mütter und Väter sind, wenn sie Kinder erziehen, in der gesetzlichen Rentenversicherung versichert. Die Beiträge dafür zahlt der Staat.

Voraussetzung ist, dass Sie Ihr Kind in Deutschland erziehen und dort mit ihm leben. Neben den leiblichen Eltern können beispielsweise auch Adoptiv-, Stief- oder Pflegeeltern unter bestimmten Voraussetzungen Kindererziehungszeiten erhalten.

Die Kindererziehungszeit wird nur einem Elternteil zugeordnet, und zwar demjenigen, der das Kind überwiegend erzogen hat. Erziehen Sie als Mutter und Vater Ihr Kind gemeinsam, ohne dass der Anteil eines Elternteils überwiegt, erhält grundsätzlich die Mutter diese Zeit. Soll der Vater die Kindererziehungszeit erhalten, obwohl sein Erziehungsanteil nicht überwiegt, müssen Sie eine gemeinsame Erklärung darüber abgeben. Diese kann immer nur für die Zukunft, maximal für zwei Monate rückwirkend, abgegeben werden.

Bei Geburten ab dem Jahr 1992 beträgt die zu berücksichtigende Kindererziehungszeit drei Jahre. Sie beginnt mit dem Monat nach der Geburt des Kindes und endet 36 Monate später. Wurde das Kind also beispielsweise

am 8. Juni 2005 geboren, lief die Erziehungszeit vom 1. Juli 2005 bis zum 30. Juni 2008.

Erziehen Sie gleichzeitig mehrere Kinder, verlängert sich die Erziehungszeit entsprechend. Dies ist zum Beispiel bei Mehrlingsgeburten der Fall oder wenn während einer Kindererziehungszeit ein weiteres Kind geboren, adoptiert oder in Pflege genommen wird. Die Erziehungszeit verlängert sich dann um die Dauer der zeitgleichen Erziehung mehrerer Kinder.

Mehr Rente pro Kind

Für ein Kind werden drei Jahre Erziehungszeit angerechnet. Berücksichtigt man den Rentenwert Stand Juli 2023 von 37,60 Euro, ergibt sich derzeit eine Erhöhung der Rente pro Kind von maximal 112,80 Euro monatlich.

Neben Beitragszeiten wegen Kindererziehung können sich auch sogenannte Berücksichtigungszeiten positiv auf die Rente der gesetzlichen Rentenversicherung auswirken. Sie wirken sich – anders als Beitragszeiten – nicht direkt, sondern im Rahmen sonstiger

rentenrechtlicher Regelungen aus. Die Berücksichtigungszeit beginnt mit dem Tag der Geburt und endet nach zehn Jahren. Dabei spielt es keine Rolle, wann das Kind geboren ist. Die Voraussetzungen für eine Anrechnung sind dieselben wie für Kindererziehungszeiten. Sie müssen während des gesamten Zeitraums vorliegen, der als Berücksichtigungszeit angerechnet werden soll. Jedoch sind diese für Zeiten einer selbständigen Tätigkeit ausgeschlossen. Auch bei den Landwirten und Ehegatten von Landwirten wird von den Trägern der gesetzlichen Rentenversicherung eine selbständige Tätigkeit vermutet. Für weitere Informationen empfehlen wir, den zuständigen Träger der gesetzlichen Rentenversicherung direkt zu kontaktieren.

Kinder, die bis zum dritten Geburtstag erzogen werden, erhöhen eine Witwen- oder Witwerrente der gesetzlichen Rentenversicherung und der Landwirtschaftlichen Alterskasse um einen Zuschlag. Das gilt aber nur für Eheschließungen nach dem 31. Dezember 2001 oder bei früherer Eheschließung, wenn beide Partner nach dem 1. Januar 1962 geboren sind.



Betriebs- und Haushaltshilfe (BHH)

Entlastung im Mutterschutz

Schwangerschaft und die ersten Wochen nach der Entbindung sind eine spannende, aber auch anstrengende Zeit. Wir helfen im Rahmen unserer Möglichkeiten.



Hanna Schoel überließ die schwere Arbeit im Stall dem Betriebshelfer.

Hanna Schoel und Anke Hansen sind beide Vollerwerbslandwirtinnen. Sie haben viel gemeinsam: Beide leben in Norddeutschland, sie leiten Unternehmen mit Tierhaltung und Grünland. Ihre Tage sind ausgefüllt mit Arbeiten in den Stallungen, im Haushalt und im Büro sowie mit der Kindererziehung. Das schafft nur jemand, der sehr gut organisiert und plant.

Beide wandten sich schon zu Beginn ihrer Schwangerschaft an uns, um zu klären, wie sie bei Bedarf schnell Hilfskräfte für ihr Unternehmen bekommen und welche Formalitäten beachtet werden müssen. Und letztlich betonen beide, wie dankbar und froh sie sind, dass die SVLFG ihnen diese Leistung während ihrer Schwangerschaft und im Mutterschutz gewährt hat. Hier erzählen sie, wie es für sie war, als betriebsfremde Menschen ihre Arbeiten in der Landwirtschaft, aber zum Teil auch im Haushalt übernommen haben.

Verlässlich und sicher

Anke Hansen kannte es bereits aus ihrer Kindheit, dass eine Hilfskraft auf den Betrieb kommt, wenn der Betriebsleiter krankheitsbedingt ausfällt. „Mein Vater hatte eine Operation und da war jemand, der dafür gesorgt hat, dass auf dem Hof alles weitergeht. Das hat sich bei mir eingeprägt. Ich wusste seitdem: Egal, was passiert, die LKK hilft mir. Darauf habe ich mich immer verlassen. Das hat mir eine große Sicherheit gegeben, als ich meinen eigenen Betrieb gegründet habe und auch als ich dann schwanger war.“

Hanna Schoel hatte diese Sicherheit nicht von Anfang an. Sie hat sich zu Beginn ihrer Schwangerschaft auf der SVLFG-Homepage umgesehen und dort sehr schnell alle für sie wichtigen Informationen gefunden. „Das Betriebshilfeangebot hat mich interessiert“, sagt die Landwirtin. „Ich habe bei der LKK angerufen. Die Sachbearbeiterinnen haben mich beraten. Daraufhin habe ich mich für einen Betriebshelfer entschieden“, erzählt die junge Mutter. „Hochschwanger die Wäsche falten, das konnte ich mir vorstellen. Aber zwischen den Tieren zu arbeiten, das war mir zu gefährlich.“ Im Stall fallen schwere körperliche Arbeiten an, die sie aus gesundheitlichen Gründen in der Schwangerschaft nicht ausführen durfte. „Am Melkroboter müssen regelmäßig die Kanister mit dem Reiniger getauscht werden, beim Abkalben hätte ich die Kälber in die Kälberboxen bringen müssen“, gibt sie Beispiele. Ihr Arzt bestätigte die Notwendigkeit einer Ersatzkraft. „So konnte ich meine Gesundheit schonen und mich auf meine Kinderkonzentrieren“, sagt Schoel.

Bei Anke Hansen kommen zur Rinderhaltung noch die Versorgung der anderen Tiere hinzu sowie die Geflügelschlachtung und das Absammeln der Eier aus der Legehennenhaltung. Saisonal bedingt stand während ihrer Schwangerschaft auch die Grünlandpflege an. Aufgrund gesundheitlicher Beeinträchtigungen gab es bei Anke Hansen auch im Haushalt Arbeiten, die ihr nicht möglich waren.

Sowohl Schoel als auch Hansen meldeten ihren Bedarf frühzeitig an und nutzten unser Beratungsangebot. Hannah Schoel konnten wir für den gesamten Zeitraum einen SVLFG-Betriebshelfer zuweisen. „Er war sehr routiniert und passte gut in unseren Betrieb. Die Einarbeitung ging zügig. Auch am Melkroboter hat er sich schnell zurechtgefunden. Beim Frühstück haben wir die anfallenden Arbeiten besprochen, er hat sie eigenständig und sehr gewissenhaft erledigt. Auch die Zusammenarbeit mit meinem Mann funktionierte prima. Ich hatte immer ein gutes Gefühl und konnte meine Gesundheit während der Zeit schonen“, so Schoel rückblickend. Weil die junge Mutter nach der Schutzfrist noch nicht wieder arbeitsfähig war, wurde der Einsatz um einige Wochen verlängert.

Angenehm und vertrauensvoll

Für Anke Hansen bot es sich an, selbst Hilfskräfte sowohl für den Betrieb als auch für den Haushalt zu gewinnen. „Zunächst habe ich mich an den Maschinenring gewandt. Darüber hinaus habe ich auch selber gesucht. Für die Schlachtung brauchte ich zum Beispiel jemanden, der die dafür nötige Zulassung hatte. Ich bin sehr gut vernetzt. Im Ort hat es sich schnell herumgesprochen, dass ich Hilfe brauche. Das kam mir dabei zugute.“ Eine etwas merkwürdige Vorstellung war es für sie, eine fremde Hilfskraft in ihren Haushalt zu lassen. „Es war mir wichtig, jemanden zu finden, dem ich und meine Tochter vertrauen konnten“, sagt sie.

Hansen ist am Ball geblieben, so dass auch das gelang. Allen Personen, die im Lauf der Zeit auf ihrem Betrieb geholfen haben, aber auch ihren An-



Anke Hansen benötigte Unterstützung durch eine Haushaltshilfe.

sprechpartnerinnen bei uns spricht Hansen ein großes Lob aus. „Ich war sehr dankbar für die große Unterstützung. Es waren so viele Arbeiten, die meine Ärztin mir untersagt hatte. Ich weiß nicht, wie ich das ohne die BHH-Kräfte geschafft hätte. Jeder hat auf seine Weise sein Bestes gegeben und ich hatte immer das Gefühl, ich kann mich um meine Gesundheit und um meine Tochter kümmern.“ Der Betrieb lief weiter, ohne dass sie Arbeiten selber machen musste, die ihre Gesundheit oder die des Ungeborenen gefährdet hätten. Der Kontakt mit der SVLFG war für Hansen zu jedem Zeitpunkt angenehm: „Ich konnte mich jederzeit vertrauensvoll an die SVLFG-Mitarbeiterinnen wenden, wenn ich Fragen hatte. Sie waren immer bemüht, die beste Lösung für mich zu finden. Einmal besuchten sie mich, um sich einen persönlichen Eindruck von meiner Situation zu machen. Es war

ein sehr schönes Gefühl, dass meine Belange so ernst genommen wurden. Das hat mir viel Sicherheit gegeben.“

Die guten Erfahrungen bestärkten Hanna Schoel und Anke Hansen, auch bei ihren weiteren Schwangerschaften die Hilfe der SVLFG in Anspruch zu nehmen. „Das war dann noch einfacher. Ich wusste schon, was zu tun war“, sagt Hanna Schoel. Sie rät schwangeren Berufskolleginnen unbedingt, sich schon zu Beginn der Schwangerschaft bei uns beraten zu lassen. „Dann ist alles geregelt, falls Komplikationen auftreten und wenn der Mutterschutz beginnt“, so Schoel. „Der organisatorische Aufwand hält sich in Grenzen“, ergänzt Anke Hansen. Sie gibt noch den Tipp, die Abrechnungen mit den Hilfskräften zeitnah weiterzuleiten, damit das Geld nicht so lange ausgelegt werden muss.

Konfliktlösung

Krisen erfolgreich meistern

Kämpfen Sie mit Sorgen im Betrieb oder in der Familie? Wir zeigen, wie Ihnen die sozioökonomische Beratung und die Mediation helfen, eine persönliche Lösung zu finden.



Unternehmerinnen stehen vor vielfältigen Herausforderungen.

Führen Frauen in der Grünen Branche zum Beispiel einen landwirtschaftlichen Betrieb, sind sie, wie ihre männlichen Kollegen, täglich mit unternehmerischen Fragen beschäftigt. Neben vielen anderen Tätigkeiten führen sie Kalkulationen durch, analysieren Arbeitskräftebedarfe und planen ihre Betriebsausrichtung.

Dennoch ist ihr „Unternehmerinnensein“ noch vor ganz andere Herausforderungen gestellt. Das sind Beispiele für Fragen, die Konflikte auslösen können und auch intensive

strategische Planungen im Betrieb erfordern:

- Wie können Kinder mit dem Betrieb vereinbart werden?
- Wie bewerkstellige ich eine mögliche Pflege von Angehörigen zusätzlich zur Tätigkeit im Betrieb?
- Könnte ich meinen erlernten Beruf und mein Fachwissen in den Betrieb integrieren und ein eigenes betriebliches Standbein schaffen?

Hilfe durch Experten

Befinden sich Unternehmerinnen in einer belastenden Situation, kann eine sozioökonomische Beratung bei der Lösungssuche unterstützen. Hierbei handelt es sich um ein ganzheitliches Präventionsangebot mit speziellem Fokus auf die Grüne Branche. Die Dienstleistung bieten wir im Zuge der Kampagne „Mit uns im Gleichgewicht“ in Kooperation mit Landesbauernverbänden, Landwirtschaftskammern

sowie der Bundesarbeitsgemeinschaft Familie und Betrieb (BAG) an. Mit Experten der sozioökonomischen Beratung prüfen und bewerten Betroffene die Situation von Familie und Betrieb, suchen Zukunftsperspektiven, erarbeiten gemeinsam individuelle Lösungen und meistern so erfolgreich die eigene Krise.

Mit Unterstützung von Mediatoren können Unternehmerinnen mit einer Mediation eigenverantwortlich Meinungsverschiedenheiten, Streitigkeiten oder Konflikte in der Familie und im Betrieb lösen. Dazu führen die Beteiligten konstruktive Gespräche. Eine neutrale Person am Tisch hilft, eigene Bedürfnisse zu formulieren und nach einem gemeinsamen Weg zu suchen, der für alle machbar ist. Dagegen stört eine verfahrenere Gesprächssituation dabei, gute und neue Wege zu finden, wie es mit dem Betrieb weitergehen könnte.

Häusliche Pflege

Überforderung vermeiden

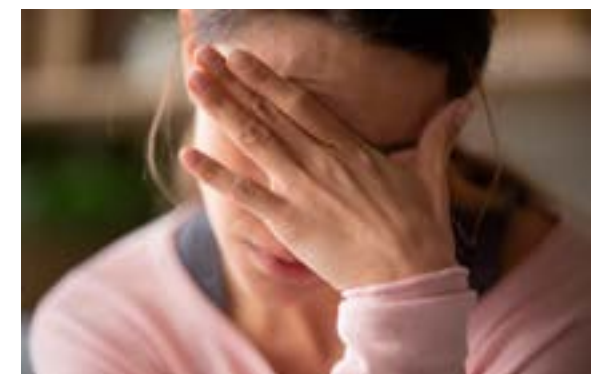
Pflegen Sie einen nahen Angehörigen? Oder haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, wie das neben Ihrer alltäglichen Arbeit in Familie und Betrieb zu schaffen wäre?

Viele bäuerliche Familien pflegen Angehörige zu Hause. Frauen tragen meist die Hauptlast. Sie fokussieren sich stark auf die Pflegebedürftigen, vernachlässigen oft ihre eigene Gesundheit und können damit zu den Kranken von morgen werden. Mögliche Folgen sind emotionale Belastungen, sozialer Rückzug und Überforderung – eine Belastung für die gesamte Familie. Wir unterstützen und entlasten pflegende Angehörige mit maßgeschneiderten Gesundheitsangeboten. Ein Beispiel ist die Trainings- und Erholungswoche mit Zeit für die eigenen Bedürfnisse, für Entspannung, Bewegung und Regeneration sowie mit vielen schönen Momenten in der Gemeinschaft. Oft finden sich Menschen in der Rolle der Pflegenden, ohne Krankenpflege gelernt zu haben. In dieser Auszeit lernen Sie darum auch, wie Sie selbstschonend pflegen. Wenn es der Gesundheitszustand der Pflegebedürftigen zulässt, können sie Sie zu dieser speziellen Trainings- und Erholungswoche begleiten. Fachkräfte betreuen Ihre Angehörigen dann vor Ort. Vorab besucht eine unserer Pfl-

geberaterinnen oder einer unserer Pflegeberater die Familie und berät zur Teilnahme am Pflegetandem.

Auszeit für pflegende Eltern

Pflegende Eltern haben ganz besondere Bedürfnisse. Ihre Pflege ist oft eine Lebensaufgabe – es gibt Rollenkonflikte, besonders in der Vereinbarkeit mit dem Beruf und im Umgang mit Geschwisterkindern. Für pflegende Eltern gib es deshalb eine spezielle Auszeit, wo sie sich untereinander austauschen können.



„Es waren alles Eltern von Kindern mit Behinderungen, das hat sehr gut getan. Man konnte mit ihnen über alles reden.“

„Die Erkenntnis, dass andere pflegende Eltern auch an ihre Grenzen kommen, gibt wieder Mut. Tolle und offene Kommunikation.“

„Ich habe sehr viele Tipps von den anderen Teilnehmern bekommen.“
Teilnehmerstimmen

ONLINE

Nutzen Sie unsere Angebote

Sich herauszunehmen und die Abwesenheit zu organisieren, ist für manche schlecht möglich. Deshalb bieten wir neben den Gruppenangeboten Online-Seminare für Pflegende an. Sie geben Informationen zu den Pflegeleistungen und zu Hilfsangeboten der Stressbewältigung, Selbstfürsorge oder Kinästhetik. Über den regelmäßig stattfindenden digitalen Pflegestammtisch können sich Pflegende vernetzen, ohne von zuhause weg zu müssen.

Informationen zu allen Angeboten unter:

- www.svlfg.de/trainings-erholungswoche
- www.svlfg.de/trainings-erholungswoche-online
- www.svlfg.de/pflege-tandem
- www.svlfg.de/auszeit-pflegende-eltern
- www.svlfg.de/digitaler-pflegestammtisch

Kontakt

Mehr Informationen zur sozioökonomischen Beratung und zur Mediation erhalten Sie hier:
0561 785-10512 sowie per E-Mail
SozBeratung_PF@svlfg.de

Pflege

Wir stehen Ihnen zur Seite

Informieren Sie sich über Beratungsangebote der Landwirtschaftlichen Pflegekasse für Pflegebedürftige und Pflegende.

Auf unserer Internetseite finden Sie Informationen und Erklärungen zu verschiedenen Pflege Themen und Leistungsansprüchen. Außerdem gibt es Merkblätter und Antragsformulare zum Download. Daneben können Sie mit einem Zugang zu unserem Versichertenportal Pflegeleistungen mit wenigen Klicks online beantragen.

Zusätzlich informiert Sie unser Pflegeberatungsteam bei Bedarf ausführlich und individuell über die pflegerische Versorgung, wie zum Beispiel:

- Tagesbetreuung
- Pflegeheim
- ambulanter Pflegedienst
- Essen auf Rädern
- Verhinderungspflege

Die Beraterinnen und Berater ermitteln Ihren konkreten Unterstützungsbedarf, koordinieren notwendige Maßnahmen und helfen Ihnen bei der Auswahl passender Leistungsangebote. Die Ergebnisse aus diesen Gesprächen werden im sogenannten Versorgungsplan zusammengefasst. Auf Wunsch begleiten die Pflegeberaterinnen und Pflegeberater anschließend bei dessen Umsetzung.

Kostenfreie Beratung

Für pflegebedürftige Versicherte entstehen keine Kosten. Angehörige können auch für sich und ihre eigenen Anliegen die Pflegeberatung in

Anspruch nehmen. Sie können auch in unabhängigen Pflegestützpunkten Informationen, Antragsformulare und Unterstützung erhalten.

Um einen Pflegestützpunkt in Ihrer Nähe zu finden, wenden Sie sich an Ihren zuständigen Landkreis oder besuchen Sie die Internetseite des Zentrums für Qualität der Pflege unter: www.zqp.de/beratung-pflege

Beim Pflegen abgesichert

Die Landwirtschaftliche Pflegekasse (LPK) übernimmt für Sie als pflegende Angehörige die Beiträge zur Renten- und Arbeitslosenversicherung. Dafür gelten diese Voraussetzungen:

- Sie üben die Pflege nicht erwerbsmäßig aus.
- Sie pflegen eine oder mehrere pflegebedürftige Personen mit mindestens Pflegegrad 2.
- Die Pflege findet wöchentlich an mindestens zehn Stunden (verteilt auf mindestens zwei Tage) statt.
- Sie betreuen die pflegebedürftige Person in häuslicher Umgebung.

Einstufung des Pflegegrads

Wenn Sie oder ein Angehöriger pflegebedürftig sind, können Sie Leistungen aus der Pflegeversicherung beantragen. Wir beauftragen einen Gutachter des Medizinischen Dienstes (MD) mit einer persönlichen Begutachtung, um die Schwere Ihrer Pflegebedürftigkeit zu bestimmen. Die Prüfung berücksichtigt, wie stark die Selbständigkeit und die eigenen Fähigkeiten eingeschränkt sind und wie viel Unterstützung benötigt wird. Wenn das Gutachten bei uns eingegangen ist, entscheiden wir über den Leistungsumfang und teilen Ihnen das Ergebnis mit.

Wenn Sie pflegebedürftig sind und sich Ihr Pflegebedarf erhöht hat, können Sie einen Antrag auf Höherstufung stellen.



Angehörige oder nahestehende Menschen zu betreuen ist verantwortungsvoll und zeitintensiv. Überwiegend sind es Frauen, die diese Aufgaben neben ihrer eigenen Berufstätigkeit oder Familienarbeit erledigen.

- Sie sind regelmäßig nicht mehr als 30 Stunden wöchentlich erwerbstätig.

Beiträge zur Arbeitslosenversicherung können übernommen werden, wenn Sie als pflegende Angehörige unmittelbar vor Beginn der Pflegetätigkeit aus Ihrem Beruf aussteigen.

Sie sind als Pflegeperson gegen Unfälle versichert bei allen Tätigkeiten, die zu pflegerischen Maßnahmen sowie Hilfen bei der Haushaltsführung zählen. Versichert ist des Weiteren der direkte Hin- und Rückweg zum häuslichem Pflegeort.

Hilfe im Notfall

Wird ein naher Angehöriger plötzlich zum Pflegefall oder die Pflegesituation ändert sich, können Sie sich als pflegende Person bis zu zehn Tage jährlich von Ihrer Berufstätigkeit frei-

stellen lassen. Für den Verdienstausschlag können Beschäftigte bei der LPK Pflegeunterstützungsgeld beantragen. Für landwirtschaftliche Unternehmerinnen besteht ein Anspruch auf Betriebshilfe.

Müssen Sie von Ihrer Berufstätigkeit länger freigestellt werden, um einen

Vereinbarkeit Pflege und Beruf

Pflegende können sich bis zu zehn Tage jährlich von der Berufstätigkeit freistellen lassen.

Kontakt

Bei Fragen rund um die Pflegeversicherung und zur Vermittlung einer Pflegeberatung erreichen Sie unser Service-Telefon unter 0561 785-2033.

ONLINE

Informationen und Antragsformulare

Pflegeberatung:

► www.svlfg.de/pflegeberatung

Leistungen:

► www.svlfg.de/leistungen-der-landwirtschaftlichen-pflegekasse

Merkblätter und Formulare:

► www.svlfg.de/mediencenter

Gesundheitsangebote

Immer in Bewegung bleiben

Körperliche Aktivität fördert nicht nur den Stoffwechsel und das Wohlbefinden, sie wirkt sich auch positiv auf die Psyche aus. Deshalb haben wir die Trittsicher-Kräftigungsprogramme entwickelt.



Michael Holzer
Leiter der Stabsstelle
Gesundheitsangebote
in der SVLFG

Herr Holzer, warum bieten wir Bewegungsangebote speziell für Ältere?

» Für die ältere Generation steigt das Risiko zu stürzen stetig an. Deshalb haben wir bei den präventiven Bewegungsangeboten unsere Seniorinnen und Senioren besonders im Blick. Wichtig sind für sie Kurse vor Ort im ländlichen Raum.

Welches Training stellen wir älteren Versicherten zur Verfügung?

» Speziell für sie haben wir seit 2015 das erfolgreiche Kräftigungs- training „Trittsicher durchs Leben“ im Programm. Es hilft älteren Menschen, selbständig und unabhängig zu bleiben. Auch wenn jemand unsicher auf den Beinen ist oder bereits gestürzt ist, ist das Training für ihn geeignet.

Wie läuft das Training genau ab?

» Das Prinzip ist einfach: je mehr Bewegung, desto mehr Kraft. Die Teilnehmenden trainieren mit Gewichtsmanschetten in kleinen Gruppen. Ein Kurs besteht aus sechs Terminen. Für Zuhause erhalten sie eine Heimtrainings-Broschüre. Immer wieder bekommen wir die Rückmeldung, dass Alltägliches wie Gehen oder Treppensteigen nach dem Kurs leichter fällt. Mehr Informationen zum Nachlesen stellen wir unter www.svlfg.de/trittsicher-durchs-leben zur Verfügung.

Wo gibt es diese Kurse?

» Seit diesem Jahr ist das bundesweite Programm in der Gesund-

heitskursdatenbank bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) gelistet. Alle Gesundheitskurse sortiert nach Postleitzahlen finden Sie auf www.svlfg.de/gesundheitskursefinden. Wer sich lieber telefonisch informiert, wendet sich gerne an unser Telezentrum unter 0561 785-10512.

Wer kann daran teilnehmen?

» Teilnehmen können alle, die gesetzlich krankenversichert sind. Sie müssen nicht Mitglied der LKK sein. Grundsätzlich sind die Trittsicher-Kurse für Personen ab ca. 70 Jahre geeignet, doch auch schon jüngere Ältere mit Funktionseinschränkungen können von ihnen profitieren. Solche anerkannten Präventionsmaßnahmen bezuschusst die Krankenkasse mit mindestens 80 Prozent der Kosten.

Seit 2024 gibt es ein neues Bewegungsprogramm „Trittsicher in die Zukunft“. Was ist daran besonders?

» Dieses Präventionsprogramm für Seniorinnen und Senioren startet zunächst in Sachsen-Anhalt, Thüringen, Sachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg. Es geht jeweils über neun Wochen und beinhaltet ebenso Kraft- und Gleichgewichtsübungen, welche die Sicherheit beim Stehen und Gehen verbessern. Bei „Mein Kurs mit Tablet“ werden Kursstunden teilweise digital abgehalten. Begleitend führen wir eine Studie mit 3.000 Personen zwischen 70 und 90 Jahren durch, um die Wirksamkeit zu untersuchen.



 **Der Podcast zum Interview:**
» www.svlfg.de/gleichgewicht

Services für Frauen

 Mehr Services für Frauen: » www.svlfg.de/infos-fuer-frauen-in-der-gruenen-branche
Mit unserem Newsletter immer aktuell informiert: » www.svlfg.de/newsletteranmeldung



Angebote für Ihre Gesundheit

Die Situation von Frauen in der Grünen Branche unterscheidet sich oft von der anderer Frauen. Arbeit und Familie sind oft häuslich nicht getrennt, häufig ist noch ein Elternteil zu pflegen, Frau engagiert sich im Ehrenamt. Wir unterstützen Sie mit gezielten Services z. B. bei der Gesundheitsförderung.

Besonders für Unternehmerinnen

Auf unserer Webseite erhalten Sie aktuelle Informationen über unsere Leistungen, darunter:

- Betriebshilfe bei Mutterschutz und Pflege
- Alterssicherung
- spezifische Gesundheitsangebote, z. B. Online-Seminare

Neugierig geworden? Wir beraten Sie gerne.

www.svlfg.de/infos-fuer-frauen-in-der-gruenen-branche

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau
sicher & gesund aus einer Hand | 0561 785-0



Abteilung	Telefon
Telefonzentrale	0561 785-0
Krisenhotline	0561 785-10101
Gesundheitstelefon der Krankenkasse	0800 140554149090 (kostenfrei)
Servicetelefon der Pflegekasse	0561 785-2033
Gesundheitsangebote „Mit uns im Gleichgewicht“	0561 785-10512
Seminare und Qualifizierungen zur Prävention	0561 785-10477
Zuschüsse für Sicherheit und Gesundheitsschutz	0561 785-10479
Betriebliche Gesundheitsförderung	0561 785-10010

Impressum

Herausgeber: Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, Weißensteinstraße 70 - 72, 34131 Kassel

Verantwortliche: Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-18500
E-Mail: kommunikation@svlfg.de
Nachdruck ist nach Rücksprache mit der Redaktion möglich. In diesem Magazin sind alle Geschlechter gleichermaßen angesprochen.

Bildnachweis: Titel/S. 2/4/31: goodluz/shutterstock.com; S. 2: Juliane Vees – privat; S. 2/10: Jenoeche/shutterstock.com; S. 2/15: fizkes/shutterstock.com; S. 2/21: Stock-Studio/shutterstock.com; S. 2/27: fizkes/shutterstock.com; S. 4/5: goodluz/shutterstock.com; S. 9: OMP.stock/shutterstock.com; S. 11: Elitprod/shutterstock.com; S. 12: Irina Gutryyak/shutterstock.com; S. 12: Nikola Steinbock/Rentenbank; S. 16/17: r.classen/shutterstock.com; S. 19: ITTIGallery/shutterstock.com; S. 19: Kerstin Mock/Marco Winkler_fine-art-photo.biz; S. 20: Zoran Zeremski/shutterstock.com; S. 22: LPinchuk/shutterstock.com; S. 23: Halfpoint/shutterstock.com; S. 25: Hof Frowähr; S. 26: fizkes/shutterstock.com; S. 28/29: FredFroese/GettyImages

Druckerei: Druck- und Verlagshaus Thiele & Schwarz GmbH
Werner-Heisenberg-Straße 7, 34123 Kassel

INTERVIEW

Wir l(i)eben grüne Berufe

