

Mitgliedervorteile auf einen Blick

In Baden-Württemberg bietet der Sozialverband VdK seinen Mitgliedern zusätzliche attraktive Serviceleistungen. So können VdK-Mitglieder von den besonderen Angeboten des Landesverbandes und seiner Servicepartner profitieren. Denn der Sozialverband VdK bietet mehr als „nur“ Sozialrechtsschutz!

- **Tanzkurs**



Neben Sportangeboten für Senioren ist beim Deutschen Roten Kreuz (DRK) auch Tanzen angesagt. Unter Anleitung des DRK gibt es zahlreiche Tanzgruppen, die vor allem von Frauen im Alter 55+ gerne besucht werden. In den Tanzgruppen stehen zum Beispiel Folkloretänze auf dem Programm, die die jeweils 15 bis 20 Teilnehmer einer Gruppe zusammen oder paarweise ausführen. Mitglieder im Sozialverband VdK können einen Monat lang kostenlos beim DRK einen Tanzkurs besuchen nach vorheriger

Kontaktaufnahme mit dem DRK-Kreisverband in Ihrer Nähe.

Die aktuelle Vereinsliste erhalten Sie bei Frau Unger.

Telefon: 0711 619 56 52

a.unger@vdk.de

- **Sport- und Fitnesskurse**



„Es ist nie zu spät, Bewegung als Heilmittel einzusetzen“, sagte Dr. Martin Runge (+ 2021), Urheber der „Fünf Esslinger“. Runge war ehemaliger Ärztlicher Direktor der Aerpah-Klinik Esslingen-Kennenburg und entwickelte das wissenschaftlich geprüfte Bewegungsprogramm für Menschen in der zweiten Lebenshälfte. Die „Fünf Esslinger“ werden in vielen Vereinen des Schwäbischen Turnverbands (STB) sowie auch des Badischen Turnverbands (BTB) angeboten. Viele der Turnvereine

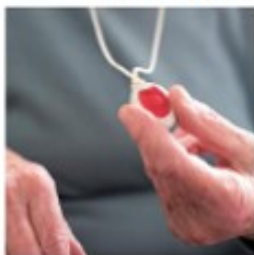
bieten VdK-Mitgliedern Sonderkonditionen zum Einstieg!

Die aktuelle Vereinsliste erhalten Sie bei Frau Unger.

Telefon: 0711 619 56 52

a.unger@vdk.de

- **Hausnotruf**



Der Hausnotruf SONOTEL ermöglicht es Senioren und Pflegebedürftigen

selbstständig zu Hause zu leben. Mit einem einzigen Knopfdruck wird in jedem Notfall geholfen und das rund um die Uhr. Das Hausnotrufsystem SONOTEL ist im Rahmen der Pflegeversicherung zuzahlungsfrei, wenn Sie anerkannt pflegebedürftig sind. Außerhalb der gesetzlichen Pflegeversicherung erhalten Mitglieder den Hausnotruf SONOTEL kostengünstig zum monatlichen Mietpreis von 23,00 Euro (statt regulär 25,50 Euro).

Mehr Infos erhalten Sie auf www.sonotel.de oder telefonisch unter 040 86 66 64 10.

- **ADAC Fahrtraining**



Mobilität ist Lebensqualität. Das eigene Auto spielt dabei eine wichtige Rolle. Unter dem Motto „Mobil im Alter“ können VdK-Mitglieder beim ADAC Fahrsicherheitstrainings zu besonderen Konditionen absolvieren. Im Vordergrund steht dabei, den richtigen Umgang mit dem eigenen Auto zu üben und zu beherrschen. Die Trainingseinheiten werden praxisorientiert und ohne Zeitdruck vermittelt.

- **Radfahren mit dem ADFC**



Mitglieder im Sozialverband VdK können spezielle Fahrrad-Praxis-Seminare zu den für ADFC-Mitglieder geltenden Bedingungen nutzen und erhalten dadurch 20 Euro Ersparnis!

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC)

Baden-Württemberg
Reinsburgstraße 97
70197 Stuttgart
Telefon: 0711 5047 9410
info@adfc-bw.de
www.adfc-bw.de

Achtung: Zudem bieten VdK Reisen und der ADFC gemeinsame Radreisen an, z. B. in die Provence! Mehr Infos erhalten Sie bei VdK Reisen unter 0711 619 56 82 und auf www.vdk-reisen.de.

- **Salzoase Sinsheim**



VdK-Mitglieder erhalten auf die 10er-Karte einen Preisnachlass von 20 Prozent! So beträgt der zehnmalige Besuch statt 75 Euro nur noch 60 Euro. Wer auch die spezielle Solevernebelung nutzen möchte, zahlt als VdK-Mitglied für die zusätzliche 10er-Karte nur 44 Euro (statt 55 Euro).

Salzoase Sinsheim GmbH

Hauptstraße 71
74889 Sinsheim
Telefon: 07261 92 44 44
info@salzoase-sinsheim.de
www.salzoase-sinsheim.de

- **Deutscher Mieterbund**



Der Sozialverband VdK und der Deutsche Mieterbund (DMB) setzen sich in Baden-Württemberg gemeinsam für eine angemessene und gerechte Wohnraumversorgung ein. Im Rahmen dieser Kooperation können Mitglieder im Sozialverband in einem der baden württembergischen DMB-Mietervereine für einen monatlichen Beitrag Mitglied werden und sparen dabei die Aufnahmegebühr von 30 Euro! Zugleich können DMB-Mitglieder unverbindlich eine allgemeine

sozialrechtliche Auskunft in den 35 VdK-Servicestellen in Baden-Württemberg in Anspruch nehmen.

Mehr Infos auf www.mieterbund-bw.de.

- **VdK Patientenberatung**



Die VdK-Patientenberatung bietet Ratsuchenden kompetente und unabhängige Unterstützung bei gesundheitsrechtlichen, medizinischen und psychosozialen Fragestellungen. Häufige Themen der Beratung sind zum Beispiel Arznei- und Hilfsmittel, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht oder Krankheitsbilder sowie Therapiemöglichkeiten. Die Beratung ist ein Angebot vom Sozialverband VdK Baden-Württemberg e.V. und ist kostenlos, auch für Nicht-Mitglieder!

Telefon: 0711 248 33 95

patienten-wohnberatung-bw@vdk.de

- **VdK-Wohnberatung**



Die VdK-Wohnberatung erarbeitet Vorschläge, wie durch die Umgestaltung einzelner Wohnbereiche, durch den Einsatz von technischen Hilfsmitteln oder das Reduzieren bestehender Barrieren eine selbstständige Lebensführung im eigenen Heim erhalten werden kann. Die geschulten ehrenamtlichen VdK-Wohnberater unterstützen Mitglieder dabei, eine passende und bedarfsgerechte Lösung zu finden.

Ulrike Werner

Telefon: 07732 92 36 36

u.werner@vdk.de

- **SBVdirekt**

Viermal im Jahr erscheint SBVdirekt mit Beiträgen zu Themen wie Burnout, Arbeit und Behinderung, Ausbildung ohne Barrieren, Mobilität oder Reisen ohne Barrieren und soll frische Impulse für die Inklusionsarbeit liefern.

Das E-Magazin ist ein exklusives redaktionelles Angebot des Sozialverbands VdK. Es richtet sich an Vertrauenspersonen für schwerbehinderte Menschen, Betriebs- und Personalräte, Inklusionsbeauftragte und andere in der Behindertenarbeit aktive oder daran interessierte Menschen.

- [VdK Reisen](#)



Das Reisebüro „VdK Reisen“ hat Reisen in alle Welt für den großen und kleinen Geldbeutel im Angebot, für Reisegruppen gleichermaßen wie für Individualtouristen. Eine Mitgliedschaft im Sozialverband VdK ist nicht erforderlich, ermöglicht aber exklusive Rabatte! Auch Menschen mit Behinderung reisen bei uns mit. Bei einigen Reisezielen wird zudem eine Betreuung durch geschultes Personal angeboten.

VdK Service GmbH Baden-Württemberg Telefon: 0711 619 56 82
vdk-reisen-bw@vdk.de

- [Persönliche Vorsorge](#)



Die seit 1967 bestehende Kooperation zwischen dem Sozialverband VdK Baden-Württemberg e.V. und der ERGO Lebensversicherung AG bietet die Möglichkeit, auf Wunsch Ihre persönliche Vorsorge zu verbessern. Im Rahmen eines Gruppenversicherungsvertrages werden unseren VdK-Mitgliedern exklusive Tarife angeboten – auch mit höherem Eintrittsalter und mit vereinfachter Gesundheitsprüfung (tarifabhängig).

VdK Service GmbH Baden-Württemberg Telefon: 0711 619 56 81
versicherungsservice.badenwuerttemberg@vdk.de

- [VdK-Notfallkarte](#)

VdK-Notfallkarte



Die [VdK-Notfallkarte](#) ist ein wertvoller Begleiter im Alltag und spart in einer medizinischen Notsituation wichtige Minuten. Um falsche Soforthilfe zu vermeiden, gibt sie dem Ersthelfer oder dem behandelnden Arzt Zugang zu Ihren Gesundheitsdaten und Informationen zu Ihrer Kontaktperson. Jedes VdK-Mitglied kann diese Notfallkarte kostenlos beim Landesverband in Stuttgart anfordern!

- [VdK-Schlüsselfinder](#)



Geht Ihr Schlüsselbund mitsamt [VdK-Schlüsselfinder](#) verloren, kann er vom Finder einfach in den nächsten Briefkasten geworfen werden. Die Post schickt ihn dann an den Servicepartner des VdK-Landesverbands weiter. So bekommen Sie Ihren Schlüsselbund mit der Post direkt von uns zurück. Dieser Service ist für VdK-Mitglieder kostenlos und kann beim Landesverband angefordert werden.

- [VdK-Zeitung](#)



Die VdK-Zeitung ist das Sprachrohr für fast 1,9 Millionen VdK-Mitglieder und berichtet jeden Monat, was sie bewegt, aufregt oder sorgt. Mit einer Auflage von über 1,6 Millionen Exemplaren gehört sie zu den größten Mitgliederzeitungen bundesweit. Das Themenspektrum reicht von politischen Kommentaren, Hintergrundinformationen zum Sozialrecht, Fallbeispielen von Betroffenen über das Verbandsleben, Freizeit und Kultur bis hin zu Gesundheits- und Verbrauchertipps. Als VdK-Mitglied erhalten Sie die VdK-Zeitung in der für Sie passenden Regionalausgabe zehnmal pro Jahr ins Haus geliefert.

- [VdK-Zeitung zum Hören](#)



Informativ und inklusiv: Dem Sozialverband VdK Landesverband Baden-Württemberg ist mit der „VdK-Zeitung zum Hören“ ein weiterer Schritt in Richtung Inklusion gelungen. Dadurch können sich blinde und sehbehinderte Menschen über das Telefon die Artikel der Zeitung bequem vorlesen lassen - ohne zusätzliche Kosten zum Festnetztarif! Einfach anrufen und abhören:

Ausgabe Nordbaden:

0711 26 89 83 55

Ausgabe Nordwürttemberg:

0711 26 89 83 66

Ausgabe Südbaden:

0711 26 89 83 77

Ausgabe Südw.-Hohenzollern:

0711 26 89 83 88

Info: Der Kreisverband Ulm gehört zu Nordwürttemberg!

- [Ehrenamt](#)



Ehrenamt tut gut, den Menschen, denen geholfen wird und den Menschen, die helfen. Auch der Ehrenamtliche profitiert von seinem Engagement. Eigene Fähigkeiten einbringen, Interessen nachgehen und sich neue Themen erschließen hält fit. Am meisten Spaß macht es, etwas Gutes zu tun und dabei auch noch nette Menschen kennenzulernen. Mitmachen kann im Sozialverband VdK jeder, ob Jung oder Alt, mit oder ohne Handicap! Sie möchten sich gerne bei uns engagieren? Dann wenden Sie sich an den VdK-Kreisverband in Ihrer Nähe. Wir freuen uns auf Sie!

Kreisverband Ulm

Renate Babic

Vizevorsitzende und Ehrenamtsbeauftragte

renate.babic@gmail.com

Oder hinterlassen Sie auf dem Anrufbeantworter **07305 - 23156** ihren Namen und Ihre Telefonnummer. Ich melde mich so bald wie möglich zurück!