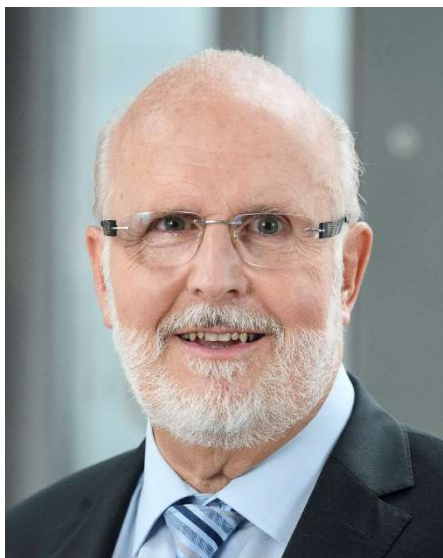


1/2023

# Seniorenbrief

## des VBE-Bundesverbandes



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

dieser Seniorenbrief informiert Sie über folgende Themen:  
Zunächst geht es um die steigenden Lebensmittelpreise,  
dann informieren wir über häufige Fehler beim Vererben und  
als drittes haben wir einige Anmerkungen zum Thema  
„Nachhaltig einkaufen“.

Außerdem gibt es wieder einen heiteren Beitrag in Sütterlin-  
Schrift. Lassen Sie sich überraschen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Ihr

Max Schindlbeck  
VBE-Bundesseniorensprecher

### 1. Steigende Lebensmittelpreise: Fakten, Ursachen, Tipps

Seit Monaten steigen die Preise für Lebensmittel. Wir beleuchten die Fakten, Hintergründe und Ursachen, beantworten Fragen und geben Ihnen Tipps für den Einkauf.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

Das Wichtigste in Kürze:

- Nahrungsmittel sind zwischen September 2021 und September 2022 um 18,7 Prozent teurer geworden.
- Etliche Faktoren spielen in den Preisanstieg hinein, darunter gestiegene Energiekosten sowie die schwierige internationale politische Lage und Arbeitskräftemangel.
- Engpässe bei der Versorgungslage wird es aber nicht geben. Hamsterkäufe sind nicht nötig. Sie verschlechtern die Situation eher.

## Wie sehr sind die Preise wirklich gestiegen?

Nach den Daten des Statistischen Bundesamtes sind Nahrungsmittel teurer geworden und zwar in allen Lebensmittelgruppen. In den vergangenen 20 Jahren waren die Lebensmittelpreise weniger angestiegen als andere Lebenshaltungskosten. Lag die Teuerung zwischen 2000 und 2019 durchschnittlich noch knapp unter 1,5 Prozent, liegt der Preisanstieg von September 2021 zu September 2022 bei 18,7 Prozent.

Bei allen Nahrungsmittelgruppen erhöhten sich die Preise. Erheblich teurer wurden im August 2022 im Vergleich zu August 2021:

- Speisefette und Speiseöle: +49 Prozent,
- Molkereiprodukte und Eier: +29,1 Prozent,
- Fleisch und Fleischwaren: +19,5 Prozent) sowie
- Brot und Getreideerzeugnisse: +18,5 Prozent.

Genauere Prognosen sind nicht einfach, aber die Lebensmittelpreise werden vermutlich erst mal hoch bleiben und sogar noch weiter steigen. Das bedeutet, dass Sie heute für dasselbe Geld weniger bekommen als vor einem Jahr. Eine Packung Butter kostet heute um die 3 Euro, ein halbes Kilogramm Bratwurst über 5 Euro, ein Laib Brot knapp 4 Euro.

## Was verursacht die Preissteigerungen?

Viele Faktoren verändern die Situation in der Landwirtschaft und der Lebensmittelwirtschaft. Die Kosten für Energie, Düngemittel und Futtermittel sind stark gestiegen, Arbeitskräftemangel und Mindestlohn verteuern die Personalkosten. Bereits im Juli 2021 setzte der erste Preisschub bei Lebensmitteln ein, der sich bis heute Monat für Monat fortsetzt.

Wie stark die Energie- und Nahrungsmittelpreise die Gesamtteuerungsrate beeinflussen, zeigt die Inflationsrate ohne Berücksichtigung von Energie und Nahrungsmitteln: Sie liegt bei +4,6 Prozent und damit nicht einmal halb so hoch wie die Gesamtinflationsrate. Die lag im September 2022 bei +10,0 Prozent.

Die Teuerung bei Nahrungsmitteln seit April 2022 liegt höher als die allgemeine Inflationsrate.

Nicht alle Preissteigerungen sind transparent und basieren auf höheren Herstellungskosten. Zwar wird vor allem mit Energierohstoffen wie Erdöl und Gas an den Börsen spekuliert, aber auch mit Nahrungsmitteln wie etwa Weizen, Butter und Pflanzenölen.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

## Werden Mehl und Brot knapp?

In Deutschland besteht aktuell kein Grund zur Sorge. Die Ukraine und Russland sind zwar wichtige Weizenproduzenten, aber Deutschland ist nach Frankreich der zweitgrößte Getreideproduzent in der Europäischen Union und importiert kein Brotgetreide. Die EU-Agrarmärkte bleiben trotz des russischen Angriffskrieges auf die Ukraine stabil.

Hamsterkäufe sind also nicht nur unnötig, sie verschärfen die Lage sogar. Dass manche Supermarktregale kurzfristig leer bleiben, hängt von einer stark gestiegenen Nachfrage – wie etwa bei Mehl – ab, die nicht schnell genug bedient werden kann. Wegen der hohen Preise beim Futtergetreide steigen aber unter anderem die Preise bei tierischen Lebensmitteln.

Die Preise von Mehl, Brot und Backwaren sind allerdings bereits gestiegen und werden vermutlich erst einmal hoch bleiben oder noch weiter steigen, weil sich die deutschen Getreidepreise am Weltmarkt orientieren. Länder, die sonst viel Weizen aus der Ukraine und Russland importieren, werden ihren Bedarf stärker auf dem Weltmarkt decken müssen.

China hat rund die Hälfte der globalen Lagerbestände an Weizen gehortet. Und Indien, eines der weltweit größten Anbauländer von Weizen, hat im Frühsommer 2022 den Export des Getreides gestoppt, um den eigenen Bedarf zu sichern. Das Land litt unter massiven Hitzewellen. Dadurch wurde weniger geerntet. All diese Faktoren haben zu Verwerfungen und höheren Preisen auf dem Weltmarkt geführt.

Nachdem die russische Hafenblockade von Odessa und einigen anderen ukrainischen Schwarzmeerhäfen für Getreideexporte aufgehoben wurde, ist der Weizenpreis erst mal gesunken. Ob dies so bleibt, ist wegen der Hitzewelle in der EU im Sommer 2022 noch unklar. Wetterextreme werden wegen des Klimawandels immer häufiger.

Weltweit sinken die Nahrungsmittelpreise seit Ende Mai 2022. Sie sind allerdings immer noch höher als in den vergangenen Jahren. Zudem sind die Auswirkungen stark angestiegener Düngerpreise laut Welternährungsorganisation der Vereinten Nationen noch gar nicht in den aktuellen Getreidepreisen berücksichtigt.

## Gibt es Engpässe bei Speiseölen?

Bei Speiseölen ist Deutschland auf Importe aus dem Ausland angewiesen. Es gibt ein großes Angebot aus anderen EU-Staaten, Osteuropa, Kanada und den USA.

Allerdings gab es bereits vor dem russischen Angriff auf die Ukraine Probleme, die sich weltweit auswirkten: Ernteauffälle in Kanada und Südamerika wegen extremer Hitzewellen, die gestiegene Nachfrage nach Biodiesel als Kraftstoff oder höhere Preise für Energie und Düngemittel. Zudem beeinflussen die internationalen Märkte die Preisbildung in der EU und in Deutschland: Raps ist einer der weltweit am meisten gehandelten Rohstoffe.

Der Krieg gegen die Ukraine verschärft die angespannte Lage. Die Ukraine und Russland produzieren gemeinsam mehr als 3 Viertel der Sonnenblumen weltweit – die Ukraine allein rund die Hälfte. Wegen des Krieges gibt es kurzfristig Lieferengpässe bei Sonnenblumenöl.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

In Deutschland können Verbraucher:innen allerdings problemlos auf andere Speiseöle zurückgreifen. Dazu zählen etwa raffiniertes Rapsöl und Olivenöl zum Braten, bei denen keine Engpässe zu erwarten sind.

Auch hier sind Hamsterkäufe also nicht notwendig. Sie erzeugen künstliche Engpässe, weil die Lieferketten und Ölmühlen nicht auf kurzfristig steigende Nachfragen reagieren können.

## Welche Tipps gibt es für den Einkauf bei steigenden Lebensmittelpreisen?

### Preisfallen bei Gemüse und Obst erkennen und umgehen

Vergleichen Sie immer die Kilopreise! Auch Herkunft und Jahreszeit spielen eine wichtige Rolle. Gemüse, das Saison hat und in der Region wächst, ist in der Regel günstiger, weil es nicht weit transportiert und aufwändig gekühlt werden muss.

Ein Einkauf auf dem Wochenmarkt kann zudem günstiger sein als im Supermarkt, vor allem kurz vor Ende des Markttages. Und wer saisonales Freilandgemüse kauft statt aus dem Gewächshaus, hilft auch der Umwelt.

### Ausweg aus dem Butter-"Preis-Schock"

Die Butterpreise haben seit März 2022 angezogen. Zum Teil kosten 250 Gramm 3 Euro. Für eine gesunde Ernährung ist Butter aber nicht vorrangig, denn sie enthält als tierisches Lebensmittel viele gesättigte Fettsäuren. Gesünder sind ungesättigte Fettsäuren.

Sie finden sie in Pflanzenölen wie Olivenöl, Leinöl oder Sojaöl und auch in bestimmten Margarine-Sorten. Vergleichen Sie die konkreten Nährwerte und Fettsäuren auf den Verpackungen und natürlich die Preise! Leckerer Butter-Ersatz fürs Brot sind auch Frischkäse, Aufstriche, Olivenöl oder Nuss-Öle.

### Fleisch öfter pflanzlich ersetzen

Auch die Preise bei Rindfleisch und Hack sind gestiegen. Die Verbraucherzentralen raten, Fleisch, Wurst und Fisch durch pflanzliche Lebensmittel zu ersetzen.

Hülsenfrüchte wie Linsen, Erbsen, Bohnen, Kichererbsen, Sojabohnen und Lupinen sind gute Alternativen. Sie sind wertvolle Quellen für Eiweiß, Eisen, B-Vitamine und Ballaststoffe und zudem günstig. Fleisch-Ersatzprodukte enthalten dagegen oft viele Zusatzstoffe, sind höher verarbeitet und zusätzlich teurer.

Reis, Couscous, Bulgur oder auch Nudeln liefern Kohlenhydrate und somit Energie. Als Vollkornvariante sind sie besonders reich an Mineralstoffen, Vitaminen, Ballaststoffen und ungesättigten Fettsäuren.

### Mit Einkaufsliste einkaufen gehen

Es lohnt sich, einen Essensplan für die Woche oder zumindest die nächsten Tage aufzustellen und damit geplant einzukaufen. Ein solcher Einkaufszettel reduziert die oft teuren Spontankäufe. Vorab sollte man die eigenen Vorräte und die Reste im Kühlschrank checken und von hinten nach vorne räumen. Es kann auch helfen, vorab ein Maximalbudget für den Einkauf festzulegen.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

## Selber kochen

Mahlzeiten selbst zuzubereiten, ist meist günstiger als Fertiggerichte, Lieferdienste oder To-go-Käufe. So hat man auch selbst in der Hand, was auf dem Teller ist. Auch kleine Snacks unterwegs gehen ins Geld. Wer sich eine Brotzeit schmiert und den Kaffee im eigenen Thermobecher mitnimmt, kann damit Geld und Verpackungsmüll sparen. Wenn es aber doch mal ein Fertiggericht sein soll, lohnt es sich auch hier, die Grundpreise pro Kilogramm zu vergleichen.

## Weitere Spartipps von der Lagerung bis zum Selbstanbau

Supermärkte und Discounter bieten Lebensmittel, die nur noch kurz haltbar sind, meist reduziert an. Vermeiden Sie außerdem übermäßige Lebensmittelabfälle! Speisereste können Sie mit cleveren Rezepten weiterverwenden. Zudem sollten Sie Lebensmittel zu Hause richtig lagern, damit sie sich möglichst lange halten.

Auch bei Getränken gibt es Sparpotenzial: Wasser, vor allem Leitungswasser, ist deutlich billiger als Softdrinks. Leitungswasser ist zudem umweltschonend und kann geschmacklich mit einem Spritzer Zitrone oder ähnlichem aufgepeppt werden. Und wer einen Garten oder Balkon und einen grünen Daumen hat, kann Kräuter, Gemüse und Obst auch selbst anbauen.

*Dieser Inhalt wurde von der Gemeinschaftsredaktion in Zusammenarbeit mit den Verbraucherzentralen Nordrhein-Westfalen und Berlin für das Netzwerk der Verbraucherzentralen in Deutschland erstellt.*

*Überarbeitet von Max Schindlbeck, Januar 2023*

## 2. Häufige Fehler beim Vererben

Jährlich werden in Deutschland über vier Milliarden Euro vererbt. Doch viele Erbfälle enden in großer Enttäuschung und Streit. Nicht wenige Menschen verlassen sich auf den Lauf der Dinge oder verfassen unvernünftige, fehlerhafte oder gar unwirksame Testamente. Damit kein Eigentum verloren geht und nach dem Willen des Erblassers übertragen wird, sollten folgende Fehler vermieden werden:

### Kein Testament machen

Das Thema Vermögensnachfolge behandeln viele immer noch sehr stiefmütterlich. In Deutschland haben nur ca. 30 % eine letztwillige Verfügung (Testament oder Erbvertrag). Ohne Testament gilt jedoch die gesetzliche Erbfolge, häufig mit unangenehmen Überraschungen. So beerben sich kinderlose Ehepartner vielfach nicht gegenseitig alleine, sondern der Überlebende erbt zum Beispiel zusammen mit seinem Schwiegervater oder Schwager. Gesetzliche Erbfolge bedeutet häufig auch Bildung einer Erbengemeinschaft, ein Konfliktherd ersten Ranges. Ein

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

kluges Testament hilft Frieden zu stiften, so zum Beispiel durch Teilungsanordnung, Vermächtnis, Vorausvermächtnis oder sogenanntem Nießbrauchsvermächtnis.

## Zu spät testieren

Der Tod kann jederzeit eintreten. Viele haben nur die statistische Lebenserwartung im Kopf und meinen, noch ausreichend Zeit zu haben. Und dann ist es plötzlich zu spät! Es muss nicht der Tod sein, auch ein Ereignis, das zur Testierunfähigkeit führt (Unfall, Schlaganfall), macht alle Gestaltungsmöglichkeiten zunichte.

## Wahl der falschen Form

Privatschriftliches und notarielles Testament sowie notarieller Erbvertrag – das sind die Formen letztwilliger Verfügungen. Aber Vorsicht beim Erbvertrag! Verspricht zum Beispiel ein Vater in einem solchen Vertrag seinem Sohn, dass dieser einmal sein Erbe werde, dann kommt der Vater ohne Zustimmung des Sohnes aus diesem Versprechen nicht mehr heraus. Wenn das Verhältnis später einmal zerrüttet sein sollte oder der Sohn auf Abwege gerät, kann dies ein großes Problem darstellen. Erbvertrag also nur im Ausnahmefall.

## Vernachlässigung des Pflichtteilsproblems

Manche vergessen, dass in vielen Erbfällen Pflichtteilsansprüche geltend gemacht werden können. Der Pflichtteil ist immer ein Geldanspruch, kann den Erben, der den Pflichtteil zahlen muss, also in größte Liquiditätsprobleme stürzen.

Man sollte daher auf jeden Fall versuchen, diese Problematik zu entschärfen, zum Beispiel durch lebzeitigen notariellen Pflichtteilsverzichtsvertrag, durch Testamentsklauseln oder durch Anrechnungsklauseln bei Schenkungen an den späteren Pflichtteilsberechtigten oder durch rechtzeitige Schenkungen an andere Personen.

## Das falsche Ehegattentestament

Ehegatten können zusammen in einem sogenannten gemeinschaftlichen Testament über ihr Vermögen letztwillig verfügen. Ein ganz wichtiger Punkt wird jedoch oft übersehen: Darf der Überlebende die gemeinsam getroffene Schlusserbenregelung, also die Verfügung für seinen Tod, wieder ändern? Das bedarf gründlichster Überlegung und Entscheidung im Testament. Die Eheleute müssen wissen, ob sie sich gegenseitig Verfügungsfreiheit einräumen oder die Regelung lieber festklopfen, den Überlebenden also binden wollen.

## Der falsche Ehevertrag

Eheverträge haben in der Regel nicht nur eherechtliche (scheidungsrechtliche) Bedeutung, sondern berühren auch das Erbrecht. So bedeutet zum Beispiel der Weg aus der Zugewinngemeinschaft in die Gütertrennung in vielen Fällen eine Verschlechterung der gesetzlichen Erbquote des Überlebenden, folglich auch eine Minderung der Pflichtteilsansprüche. Auch hat die Gütertrennung erbschaftsteuerliche Nachteile. Ideal könnte die Vereinbarung der sogenannten modifizierten Zugewinngemeinschaft sein. Sie bedeutet Gütertrennung für den Fall der Scheidung, aber Zugewinngemeinschaft für den Fall des Todes des Erstversterbenden.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

## Keine Ersatzerben bestimmen

Wer erbt, wenn der vorgesehene Erbe im Erbfall gar nicht mehr lebt? Das kann im Einzelfall sehr fraglich sein. Streit ist vorprogrammiert. Die Regelung der Ersatzerbschaft gehört also unbedingt in ein Testament.

## Vernachlässigung der steuerlichen Konsequenzen

Manches Testament liest sich ganz überzeugend, und doch kann es steuerlich betrachtet höchst unvernünftig sein, und zwar nicht nur erbschaftsteuerlich, sondern auch einkommensteuerlich. Viel häufiger, als es Laien denken, hat nämlich ein Erbfall missliche Konsequenzen für die Einkommen- oder Körperschaftsteuer. Die steuerliche Durchleuchtung der Vermögensnachfolge, sei sie lebzeitig oder von Todes wegen, ist also dringend gefordert.

## Das Testament im Nachtkästchen

Viele Testamente verschwinden, weil sie dem Finder nicht gefallen. Ein Testament gehört daher gut aufbewahrt. Ein privatschriftliches Testament kann gegen eine geringe Gebühr beim Nachlassgericht hinterlegt werden. Von einem notariellen Testament oder einem Erbvertrag verbleibt automatisch eine Abschrift beim Notar.

*Max Schindlbeck, Januar 2023*

## 3. Nachhaltig einkaufen mit dem Grünen Knopf

Der Grüne Knopf ist ein staatliches Siegel für nachhaltige Textilien. Wer nachhaltige sozial und ökologisch hergestellte Kleidung kaufen möchte, achtet auf den Grünen Knopf. Direkt am Produkt angebracht, ist er beim Einkauf leicht zu finden – verlässlich und verbraucherfreundlich.

Drei Viertel der Verbraucherinnen und Verbraucher finden nachhaltige Mode wichtig. Sie wollen zu Recht kein T-Shirt tragen, das in 16-Stunden-Schichten für einen Hungerlohn genäht oder mit giftigen Chemikalien gefärbt wurde. Das Siegel Grüner Knopf zeigt: Nachhaltige Mode ist möglich!

Ein Siegel wie den Grünen Knopf gab es bislang nicht. Es stellt verbindliche Anforderungen, um Mensch und Umwelt zu schützen. Insgesamt müssen 46 anspruchsvolle Sozial- und Umweltstandards eingehalten werden – von A wie Abwassergrenzwerte bis Z wie Zwangsarbeitsverbot.

Der Grüne Knopf stellt verbindliche Anforderungen für menschenwürdige Arbeit – von der Zahlung von Mindestlöhnen, über die Einhaltung von Arbeitszeiten bis zum Verbot von Kinder- und Zwangsarbeit.

Des Weiteren verbietet dieses neue Umweltsiegel zum Beispiel den Einsatz gefährlicher Chemikalien und Weichmacher und setzt verbindliche Grenzwerte für Abwasser in der Produktion.

# Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

---

Außerdem legt der Staat die Kriterien und Bedingungen für den Grünen Knopf fest und unabhängige Prüfstellen kontrollieren die Einhaltung der Kriterien.

Somit können Verbraucherinnen und Verbraucher sicher sein, dass die mit dem Grünen Knopf gekennzeichnete Kleidung nachhaltig produziert wurde und sie dieses Produkt mit gutem Gewissen kaufen können.

*Max Schindlbeck, Januar 2023*

**Alle Beiträge wurden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Dennoch kann eine juristische Gewähr für die Richtigkeit dieser Angaben nicht übernommen werden. Eine Haftung in diesem Zusammenhang ist ausgeschlossen.**

## 4. Heitere und nachdenkliche Lehrgeschichten aus früheren Zeiten, geschrieben in altdeutscher Schrift:

### Eigenartiges Morgengebet

Viele Jahre unterrichtete ich an einer kleinen Dorfschule die Klassenstufen 3 und 4. Da ich die Missio hatte, gab ich in meiner Klasse auch den katholischen Religionsunterricht. Als ich mit den Kindern über das Morgengebet sprechen wollte, nahm das Gespräch eine sehr eigenartige Wendung.

Zu Beginn stellte ich folgende Frage: „Was macht ihr morgens zuerst, wenn ihr aufsteht?“ Egon, ein kerniger Bauernbub, meldete sich und sagte: „Ich geh aufs Klo!“ Etwas erstaunt antwortete ich: „Du weißt, eigentlich solltest du als erstes beten! Und du, Jens, was machst du als erstes nach dem Aufstehen?“ Spontan kam die Antwort: „Ich geh auch aufs Klo!“ Weil ich meine Hoffnung noch nicht aufgegeben hatte, fragte ich Svenja: „Und was machst du als erstes?“ Endlich kam die richtige Antwort: „Ich bete.“ Zufrieden fragte ich weiter, was sie denn bete. „Dass meine große Schwester endlich aus dem Klo kommt, weil ich ganz dringend muss!“

*Rudolf Stern, Januar 2023*



**Bundesseniorenvertretung**

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

*Eigentliches Morgengebet*

Diese Folge unterrichtete ich an einer kleinen Dorf-  
schule in Klassenstufen 3 und 4. Da ich die Missio-  
nisten, gab ich in meiner Klasse auch den Katholischen  
Religionunterricht. Als ich mit den Kindern über  
das Morgengebet sprechen wollte, nahm das Ge-  
spräch eine sehr eigentümliche Wendung.

Zu Beginn stellte ich folgende Frage: „Was macht  
ich morgens zuerst, wenn ich aufstehe?“ „Eben, ein  
Pommes Braten“, meldete sich und sagte:

„Ich gar nicht Klo!“ Erwiderte antwortete  
ich: „Du weißt, eigentlich solltest du dich selbst  
bitten! Und du, Jan, was machst du dich selbst  
nach dem Aufstehen?“ „Gestern kam die Ant-  
wort: „Ich gar nicht Klo!“ Weil ich meine

Geschichte noch nicht abgegeben hatte, fragte  
ich Jan: „Und was machst du dich selbst?“  
Endlich kam die richtige Antwort: „Ich bete.“

Zufrieden fragte ich weiter, was für eine bete.  
„Das meine große Schwester mich und dem  
Klo kommt, weil ich ganz dringend muß.“

Rudolf Starck

Vielleicht hatten Sie während Ihrer Schulzeit auch ein nettes Erlebnis, das Sie aufschreiben und uns  
schicken können. Ich würde mich sehr über Ihre Lehrer Geschichte freuen. Bitte schicken Sie Ihren Beitrag  
in normaler Druckschrift (am besten als Word-Datei) an:

Max Schindlbeck, Mozartstraße 9, 86470 Thannhausen,

Tel: 08281 5655, Fax: 08281 5676, E-Mail: [m.schindlbeck@vbe.de](mailto:m.schindlbeck@vbe.de)