

# INHALT

## KURZ UND BÜNDIG 3

US-Autoindustrie, Hüte gegen Hitze, starke Hülsenfrüchte



## LANDWIRTSCHAFT IM WANDEL 6

Deutsche Bauern stehen unter erheblichem Druck von vielen Seiten. Ein Blick auf eine Branche zwischen Hightech und solidarischen Initiativen.

## EINBLICKE IN DIE BAUERNPRAXIS 11

Woran es in der Lebensmittelerzeugung hapert

## VIELE EXTRAS NACH WUNSCH 12

Die attraktiven Zusatztarife der SECURVITA

## YOGA FÜR ALLE 14

Eine erfolgreiche Initiative abseits des Lifestyle-Hobbys

## VORSICHT VOR CYBERMOBBING 16

Besonders Kinder und Jugendliche sind gefährdet

## WAHLTARIFE 18

So können Sie bei Ihrer Krankenversicherung sparen



## ÖKOLOGISCH INVESTIEREN 20

Junge Menschen legen bei ihrer Geldanlage Wert auf Nachhaltigkeit und Rendite. Beides bietet ihnen der Aktienfonds Green Effects.

## GELD-NEWS 22

Recht auf Reparatur, Karrierefrauen, gute Altersvorsorge

## INSEKTENSTICHE 23

Tipps zum Vorbeugen und Behandeln

## HEALTHMILES 24

Fit und fröhlich Punkte sammeln im Sommer

## ZUCKERFREIE DURSTLÖSCHER 26

Lecker und einfach zubereitet

## DIGITALER SERVICE FÜR SIE 28

Unser Online-Assistent Jan kann jetzt noch mehr

## INFOS FÜR SECURVITA-VERSICHERTE 30

Kinderschwimmen, Brustkrebsscreening, natürliche After Sun



## EIN WENIG HOFFNUNG 32

Noch immer gehört Malaria zu den gefährlichsten Krankheiten weltweit. Doch zwei Nachrichten im Kampf gegen die Infektionsgefahr stimmen zuversichtlich.

## LESERBRIEFE / IMPRESSUM 35

## EDITORIAL

# WEITERDENKEN

**Gemüse, Getreide, Milch, Eier und Fleisch** – eine gesunde Ernährung braucht eine funktionierende Landwirtschaft. Doch die Landwirte sind mit ihren Arbeits- und Lebensbedingungen sehr unzufrieden, wie die jüngsten Bauernproteste gezeigt haben. Ursache für den Unmut sind beispielsweise steigende Produktionskosten, fehlende Planungssicherheit durch fragwürdige Richtlinien und zu viel Bürokratie. Der wirtschaftliche Frust wächst durch Ernteauffälle infolge des Klimawandels und sinkende Erzeugerpreise. Ihre Abnehmer, die Lebensmittelkonzerne, werben mit Nachhaltigkeit, Tierwohl und Umweltschutz – aber weder sie noch ihre Kunden, wir Verbraucher, sind wirklich konsequent und bereit, dafür mehr Geld in die Hand zu nehmen. Was diese Situation für die Höfe bedeutet, welche Lösungen erprobt werden und was ein Experte und Landwirt dazu aus eigener Erfahrung sagt, lesen Sie in unserer Titelgeschichte (ab Seite 6).

Seit Jahren wird Yoga immer beliebter, weil es Körper und Geist einfach guttut. Dass Yoga dabei weitaus mehr ist als ein Lifestyle-Hobby, zeigt die erfolgreiche Arbeit von »Yoga für alle e. V.«. Seit zehn Jahren bringt die von der SECURVITA geförderte Initiative Yoga zu benachteiligten Menschen: Der Verein bietet Kindern in Problemvierteln, altersarmen Senioren, psychisch Erkrankten und Geflüchteten regelmäßig Kurse mit eigens geschulten Yoga-Lehrerinnen (ab Seite 14).

Ohne Internet geht nichts mehr. Weder beruflich noch privat. Doch die digitalen Entwicklungen haben auch Schattenseiten, Cybermobbing gehört zweifellos zu diesen negativen Auswüchsen. Besonderen Schutz brauchen Kinder und Jugendliche, sie sind durch Psychoterror ernsthaft gefährdet und psychische Schäden können die Folge sein (ab Seite 16).

Für eine unbeschwernte Sommerzeit haben wir für Sie zwei Beiträge zum Umgang mit Insekten (Seite 23) und Tipps für leckere zuckerfreie Getränke (ab Seite 26) im Heft. Lesen Sie außerdem, warum Aktien-

fonds wie Green Effects besonders auch für junge Anleger interessant sind (ab Seite 20) und wieso es Hoffnung im weltweiten Kampf gegen Malaria gibt (ab Seite 32).



*Bleiben Sie gesund!  
 Mit freundlichen Grüßen*

*Peter Kuchenbuch  
 SECURVITA-Sprecher*