

# Nun Reden Wir



LANDES  
SENIOREN  
VERTRETUNG  
NRW

- Krisen sind Herausforderungen – wie handeln wir?
- Teilhabe hilft allen!
  - Digitalisierung: Alle kommen mit!?
- Was tun im Alter mit Klimawandel und Hitzesommern?
  - Altersarmut erfordert Handeln, jetzt!
- 2030 leben rund 3,9 Mio. Menschen ab 67 in NRW
- Gesellschaftliches Wissen übers Alter ist lückenhaft
  - Lernbereitschaft tut not
- Diese Gleichung ist falsch: Alter = Pflegebedürftigkeit

Foto: Pexels/Pixabay

### Neues Schwerpunktthema: „Alter bewältigt Krisen“

## Wir sehen die Krisen und nutzen Erfahrungen, sie zu bewältigen

Liebe Leserin, lieber Leser unserer Mitglieder-Zeitung, bestimmt ist es Ihnen aufgefallen: wir haben etwas verändert... Meine Begrüßungsworte finden Sie ab dieser Ausgabe immer auf der Seite 2 des Heftes, sozusagen zum Start ins „Leseabenteuer“, auf das Sie unsere neu gestaltete Titelseite hoffentlich bereits eingestimmt hat.

Unser aktuelles Schwerpunktthema lautet: „Alter bewältigt Krisen“. Diese Aussage ist durchaus mehrschichtig gemeint. Auf der einen Seite soll sie zeigen, dass wir die Krisen sehen. Obwohl wir an einigen leider persönlich nichts ändern können – denken Sie an Corona, Kriege oder Naturkatastrophen – setzen wir uns aber da ein, wo wir Chancen sehen und es uns möglich ist.

Auf der anderen Seite weist unser Schwerpunktthema aber auch auf die Fähigkeit des Alters hin, Krisen zu bewältigen. Sie stimmen mir da sicher zu, dass Lebenserfahrung dabei hilft, manches gelassener zu sehen, Dinge auch zu relativieren,

Prioritäten zu setzen und so möglicherweise auch anderen zu helfen, mit Krisen-Situationen besser umzugehen.

Kommen wir zum Inhalt dieses ersten Heftes im Jahr 2023. Nicht verlassen hat uns das drängende Thema Nachhaltigkeit, das immer stärker auch zu einem Thema in den Kommunen wird. Viele Seniorenvertretungen haben das bereits auf der Agenda. Wer sich und seiner SV dazu Inhalte näher bringen will, dem empfehlen wir den Besuch der beeindruckenden Ausstellung im Gasometer Oberhausen; Näheres lesen Sie auf der S. 9.

Gefreut hat sich die Redaktion über die Beiträge, die zum Thema „Seniorenkino“ auf unsere Bitte hin eingegangen sind. Begleiten Sie uns auf der Seite 10 dieses Mal nach Kirchlengern, wo seit mehr als zehn Jahren „K&K, Kaffee und Kino“ ein Erfolgsprojekt ist. Sie können uns gerne auch weiterhin „Ihr“ Seniorenkino vorstellen!

Einen großen Bereich im Heft nehmen auch dieses Mal wieder die Beiträge aus den kommunalen

### Aus dem Inhalt

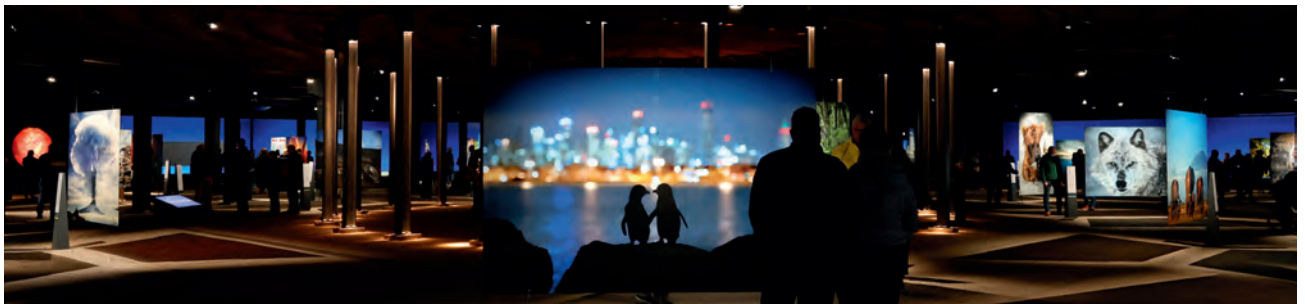
|                      |         |
|----------------------|---------|
| Zum Start            | 2       |
| Aus dem Vorstand     | 3 – 5   |
| Mobilitätsseite      | 6       |
| Gesundheitsseite     | 7       |
| Alterssicherung      | 8       |
| Nachhaltigkeit       | 9       |
| Kultur und Alter     | 10, 11  |
| Aus den kommunalen   |         |
| Seniorenvertretungen | 12 – 19 |
| Die positive Stimme  | 20      |
| Impressum            | 18      |

Seniorenvertretungen ein: Eine bunte Mischung von Projekten, Erfahrungen, Plänen und Belegen für erfolgreiches Zusammenwirken von Jung und Alt, von SV, Verwaltungen und Kooperationspartnern. Lassen Sie sich anregen – und lernen Sie auch „Elin“ kennen...

Ich hoffe, viele von Ihnen auf unserer Mitgliederversammlung am 11. Mai in Kevelaer zu treffen. Auch dort werden wir viel zu den Themen des Alters und des Älterwerdens besprechen und wie wir sie bewältigen.

Darauf freuen sich Ihr

**Karl-Josef Büscher  
und der gesamte LSV-Vorstand**



Der Gasometer in Oberhausen lädt zu einer Ausstellung zum Umgang des Menschen mit seinem „zerbrechlichen Paradies“ ein. Ein spannender Zugang auch zur „Nachhaltigkeit“. Foto: Gasometer Oberhausen GmbH, Dirk Böttger



### Zwei neue LSV-Mitglieder

**Westerkappeln** im Kreis Steinfurt hat einen Seniorenbeirat im Aufbruch. Als neues Mitglied begrüßen wir ihn herzlich und wünschen alles Gute bei den nächsten Schritten. Als Ansprechpartnerin steht Vorstandsmitglied Edeltraut Krause zur Verfügung und mit ihr das gesamte Team!

Zu **Mönchengladbach** lässt sich sagen: „Was lange währt... wird doch noch wahr!“ Über viele Jahre hat es immer wieder Versuche von Seniorinnen und Senioren gegeben, dort einen Seniorenbeirat einzurichten – dies scheiterte leider immer wieder. Der Vorstand der LSV freut sich deshalb besonders, dass es nun gelungen ist, einen von der Kommune anerkannten Seniorenbeirat einzurichten, den wir als neues Mitglied herzlich begrüßen! Aus dem Vorstand der LSV hat sich Manfred Stranz als Ansprechpartner für die Seniorenvertretungen im Regierungsbezirk Düsseldorf hier sehr engagiert eingesetzt!

Foto: Stefanie Hofschlaeger/pixelio.de



Minister Karl-Josef Laumann (5.v.r.) besuchte jetzt die Landesseniorenvertretung im Münster. Es fand ein reger Austausch zu seniorenpolitischen Fragen statt. Dabei bildete das Thema ‚Krankenhausreform‘ einen wichtigen Bestandteil des Gesprächs. Unser Foto zeigt das gesamte Team der LSV NRW mit dem Minister; es fehlt nur Barbara Eifert, die wissenschaftliche Beraterin der Landesseniorenvertretung.

Foto: LSV



Im Mittelpunkt des Seminars mit der Seniorenvertretung Plettenberg stand die Frage nach Ansprache älterer Menschen und Gewinnung neuer Mitglieder für die Seniorenvertretung, die 2025 neu gewählt wird. So ging es bei den Anregungen und gemeinsam erarbeiteten Ergebnissen vor allem um Zukunftsfragen. Motiviert sind dazu alle aktuellen Mitglieder, die gemeinsam mit einer unterstützenden und ermöglichenden Verwaltung an der Verwirklichung arbeiten wollen. Gerd Maschun und Barbara Eifert von der LSV (Bildmitte) führten das Seminar durch.

Foto: SV Plettenberg

### LSV-Kooperation mit der Verbraucher Initiative auf neuen Wegen: Angebot von Zoom-Vorträgen

## Zu vielen Themen: Experten online hören und fragen

Seit 2009 stärken gemeinsame Aktivitäten von Landesverbraucherministerium, Verbraucher Initiative und LSV die Kompetenz von älteren Verbraucherinnen und Verbrauchern in NRW.

Neben den bewährten halbtägi-

gen Vor-Ort-Veranstaltungen zu „Gesundheit“ und „Clever haus-halten“ gibt es nun zusätzlich das Angebot von kostenlosen Zoom-Vorträgen. Das einstündige Konzept sieht online einen Experten-vortrag mit anschließenden Fragen

zu einem wählbaren Thema nicht nur aus den beiden genannten Bereichen vor. Für die Absprache von Themen und Terminen wenden Sie sich bitte an Guido Steinke (VERBRAUCHER INITIATIVE) unter [guido.steinke@verbraucher.org](mailto:guido.steinke@verbraucher.org).

### Büscher bei der CDU-Fraktion

## Austausch auch zu Altersbildern

Im März war der LSV-Vorsitzende Karl-Josef Büscher zu einem Gespräch bei der CDU-Fraktion im Landtag eingeladen. Barbara Eifert begleitete ihn.

Der Fraktionsvorsitzende Thorsten Schick und die Abgeordnete Britta Oellers, Beauftragte für die Belange der Senioren, waren die Gesprächspartner. Zum Thema „Altersbilder“ verwies die LSV NRW auf eine aktuelle Studie zu Altersbildern und Altersdiskriminierung. Bei den „Altersgrenzen beim Schöffenamts“ sei die Politik – so die CDU-Vertreter – für die Aufhebung der Altersgrenze von 69 Jahren, die Richterschaft sei



Im Landtag sprachen Britta Oellers und (r.) Thorsten Schick (beide CDU-Fraktion) mit dem LSV-Vorsitzenden Karl-Josef Büscher. Foto: Eifert

dagegen. Die LSV wird sich in der Mitgliederversammlung dazu positionieren und die Fraktionen um Unterstützung bitten.

Auch das 49-Euro-Ticket kam zur Sprache sowie die Notwendigkeit, für bedürftige Menschen preiswertere Tickets anzubieten. Dies wird von der CDU unterstützt. Auch bei „Digitalisierung und Alter“ sagten die Politiker Unterstützung zu. Abgelehnt wird seitens der CDU aller-

dings eine Verankerung der SV in der Gemeindeordnung. Man wolle den Kommunen keine Vorschriften machen. Zugesagt wurde aber eine Eingabe des Themas in die Fraktion und eine Prüfung, ob eine Stärkung der bisherigen Regelung möglich sei.

Büschers Fazit: Ein guter erster Austausch und die Zusage, miteinander im Gespräch zu bleiben.

**Barbara Eifert**

### Einladung der SPD-Fraktion

## Erstes gutes Gespräch zu akuten Themen aus der Senioren-Politik

Auch mit der SPD-Fraktion fand ein Gespräch im Landtag statt. Karl-Josef Büscher war mit Barbara Eifert bei Thomas Kutschaty.

Der Fraktionsvorsitzende der SPD-Landtagsfraktion und Lisa-Kristin Kapteinat, stellv. Fraktionsvorsitzende, hatten zum Austausch eingeladen. Besonders begrüßt wurde seitens der SPD der bereits erreichte Verbreitungsgrad der LSV auf freiwilliger Basis. Die Freiwilligkeit der Einrichtung von SV ist die bekannte Position der SPD, die sich auf ein Gutachten aus dem Jahr 2015 stützt, das sie im Zuge der

Änderung der Gemeindeordnung NRW beauftragt hatte.

Beim „Wohnen im Alter“ hob der LSV-Vorsitzende die zentrale Bedeutung dieses Themas hervor. Bei der „Einsamkeits“-Problematik betonte K.-J. Büscher die Bedeutung von Prävention sowie den Blick darauf, dass Einsamkeit kein altersspezifisches Problem darstellt. Der „Präventive Hausbesuch“ sei ein erprobtes und sinnvolles Konzept. Zum Thema Bürokratie auch fürs Ehrenamt brachte die LSV die Recklinghäuser Erklärung ein und warnte, dass Engagement durch



Thomas Kutschaty (r.) und Karl-Josef Büscher. Foto: Eifert

ein Übermaß an Bürokratie letztlich verhindert werde. Fazit: Auch hier ein guter erster Austausch.

**Barbara Eifert**



## Hochsauerland-Kreis

# In der Region gut vernetzt

Halbjährlich treffen sich Delegierte der Seniorenvertretungen des Hochsauerlandkreises zum Austausch von Ideen, Informationen und Plänen.

Zuletzt hatte der Beirat Arnsberg eingeladen, und Vertreter aus Marsberg, Meschede, Sundern und Winterberg waren gekommen. Wolf-Rainer Winterhagen und Gerd Maschun vertraten den LSV-Vorstand und wurden vom Vorsitzenden des örtlichen Seniorenbeirates, Ludger Maas, herzlich begrüßt. Wolf-Rainer Winterhagen hielt ein Referat zum Thema „Einsamkeit“ und löste damit ein reges Gespräch darüber aus, wie die einzelnen Seniorenvertretungen vor Ort ihren Beitrag dazu sehen, ältere Menschen vor Vereinsamung und Isolation zu schützen.



Die Teilnehmenden aus den Seniorenvertretungen im Hochsauerlandkreis. Foto: Ludger Maas



## LSV-Seminar in Hardehausen zu Senioren-Beratungsangeboten

Bei einem mehrtägigen Seminar in Hardehausen, in Kooperation mit der Landvolkshochschule Hardehausen, standen erneut Beratungsangebote für Ältere auf der Tagesordnung, verknüpft mit der Frage, wie Seniorenvertretungen dabei ihre Rolle als Multiplikatoren wahrnehmen können. In bewährter guter Atmosphäre des Tagungshauses fand ein gelungener Austausch unter der Leitung von Ingrid Dormann, stellvertretende LSV-Vorsitzende, und Vorstandsmitglied Wolf-Rainer Winterhagen statt.

Foto: LSV



Unser Bild zeigt (v.l.) Benedikt Lechtenberg, Barbara Eifert, Karl-Josef Büscher und Horst Vöge. Foto:PD

Beim Jahresgespräch mit dem Sozialverband VdK, Landesverband NRW, diskutierten Karl-Josef Büscher und Horst Vöge über aktuelle Themen wie das deutschlandweit gültige „49-Euro-Ticket“ und die dazu notwendige Reduzierung für bedürftige Menschen. Auch sprach man über bezahlbare, barrierefreie Wohnungen und über die Weiterentwicklung des § 27 a der Gemeindeordnung (GO) NRW einvernehmlich. Zur Weiterentwicklung des § 27 a GO sind Benedikt Lechtenberg (Referent für Sozial- und Kommunalpolitik, VdK) und Barbara Eifert (wiss. Beraterin der LSV NRW) im Austausch. Über weitere gemeinsame Aktivitäten werden wir berichten.

**Selbstversuch: Edeltraud Krause nahm an einem Fahrsicherheitstraining der Verkehrswacht teil**

## Mit plötzlichen Gefahren gut und sicher umgehen

Ich bin 77 Jahre alt und eine leidenschaftliche Autofahrerin, habe ca. 15.000 Kilometer Fahrleistung im Jahr und bin, wie man so schön sagt, „ganz gut unterwegs“. Natürlich ist das eine reine Selbsteinschätzung.

Denn wenn ich dann ganz entspannt im Straßenverkehr unterwegs bin und voll „in die Eisen steigen“ muss, weil das Auto vor mir plötzlich bremst, bin ich froh, wenn nichts passiert ist. Dennoch frage ich mich: War ich abgelenkt? Habe ich schnell genug reagiert?

### Antworten beim Training

Antworten auf diese und viele weitere Fragen zur Mobilität in meinem Alter habe ich in einem Fahrsicherheitstraining auf einem Verkehrsübungsplatz der Verkehrswacht erhalten. Auch ein Seh- und Reaktionstest hat zum Mitmachen eingeladen.

Los ging es mit der Theorie. Eine Dame der Verkehrswacht begrüßte uns Teilnehmende und erklärte die einzelnen Trainingseinheiten. Bei der Vorstellungsrunde war es angenehm, dass die Gruppe sich auf das „Du“ einigte. Es entstand sofort eine lockere Stimmung, und meine Anspannung ließ nach. Ein Teilnehmer hatte den 80. Geburtstag, wir haben alle „Happy Birthday“ gesungen.

Spannend waren die Fahrzeugtypen der Teilnehmenden. Von fast neu bis 20 Jahre alt, es war alles vertreten. Auch die jährliche Kilometerleistung, privat oder dienstlich, war wichtig sowie die DOT-Nummern auf der Reifenflanke.



Auf dem Verkehrsübungsplatz werden Situationen aus dem Alltag der Autofahrenden trainiert.  
Foto: Dörthe Huth/pixelio.de

Die Abkürzung DOT steht für „Department of Transportation“. Die ersten beiden Ziffern stehen für die Kalenderwoche, die beiden letzten Ziffern weisen auf das exakte Produktionsjahr der Reifen hin.

### Auch richtig sitzen ist wichtig

Für mich war es das erste Sicherheitstraining, und meine Erwartungen waren vielfältig. Reagiere ich noch richtig und schnell genug in Gefahrensituationen? Bin ich noch konzentriert und aufmerksam genug, um auf mehrere Dinge im Straßenverkehr zu achten? Wie wichtig das richtige Sitzen für meine Autofahrten ist, habe ich hier beim Fahrsicherheitstraining gelernt.

Die Übung ein paar Runden Slalom fahren, vor- und rückwärts zum Aufwärmen, sind kein Problem. Die Übung einer Gefahrenbremsung war schwieriger.

Nach mehreren Versuchen und hilfreichen Hinweisen des Fahrsicherheitstrainers konnte ich der „Gefahr“ ausweichen. Dann wurde

noch Bremsen in der Kurve geübt und auf nasser Fahrbahn. Die Fahrsicherheitstrainings der Deutschen Verkehrswacht sind eine gute Gelegenheit, sich selbst und das eigene Fahrzeug unter realistischen Bedingungen zu erproben und das in kritischen Situationen angemessene Verhalten einzuüben.

### Das Training lohnt sich!

Mein Fazit: Fahrsicherheitstrainings lohnen sich in jedem Alter und sollten im mehrjährigen Turnus, aber ganz besonders nach einem Fahrzeugwechsel wiederholt werden.

Ich habe mich jetzt für eine „Rückmeldefahrt“ angemeldet. Hier werde ich eine individuelle Rückmeldung und Tipps eines Fahrlehrers erhalten, was ich beim Fahren noch besser machen kann.

Dieses Training war eine „großartige Erfahrung“, so habe ich es empfunden, ich konnte Altes auffrischen und habe Neues gelernt.

**Edeltraud Krause**



Die LSV arbeitet eng mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung (VSE) zusammen

## Risiko der Fehlernährung im Alter hoch

Eine ausgewogene Ernährung schmeckt und fördert die Gesundheit. Das gilt auch und ganz besonders für Senioren und Seniorinnen. Denn das Risiko einer Fehlernährung nimmt im Alter zu.

Obwohl ein Großteil der älteren Bevölkerung übergewichtig ist, spielen Mangelernährung und schlechte Versorgung mit lebensnotwendigen Nährstoffen eine große Rolle, auch bei Menschen in Senioreneinrichtungen.

### Viele VSE-Beratungsangebote

Im Alter kommt es zu vielen Veränderungen im Körper, die eine ausreichende Versorgung mit verschiedenen Nährstoffen erschweren und die Freude am Essen trüben können.

Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung (VSE) von der Verbraucherzentrale NRW ist Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um eine seniorengerechte und gesundheitsfördernde Ernährung. Das Essen und Trinken in den Pflegeeinrichtungen sowie die Mittagstischangebote und die mobilen Lieferdienste sind dabei von besonderer Bedeutung. Hierfür stehen unterschiedliche Beratungs- und Veranstaltungsangebote, eine Hotline sowie eine digitale Informationsplattform unter [www.seniorenverpflegung.nrw](http://www.seniorenverpflegung.nrw) zur Verfügung.

Dabei orientiert sich die VSE bei ihrer Arbeit an den Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“

und in Senioreneinrichtungen.

Aber auch Seniorinnen und Senioren und deren Angehörige stehen im Fokus der Unterstützung durch die VSE. Informationen finden sich unter <https://www.seniorenverpflegung.nrw/senioren-infos>

„Die enge Zusammenarbeit der Landesseniorenvertretung mit der Vernetzungsstelle spiegelt sich nicht nur in der Mitgliedschaft der LSV bei der Verbraucherzentrale NRW wider. Die LSV ist auch im Beirat der VSE vertreten, so dass die gegenseitige Unterstützung gewährleistet ist, aber auch Anregungen der LSV in die Arbeit der Vernetzungsstelle direkt mit einfließen können“, so Charlotte Dahlheim, die Leiterin der VSE NRW.

### Digitales Treffen am 14. Juni

Die VSE wird für Interessierte – aber auch für Seniorenvertretungen – eine Vernetzungsveranstaltung zur Seniorenernährung am 14. Juni 2023 durchführen. Es wird aufgezeigt, wie eine gesunde Ernährung zum Wohlbefinden und



Charlotte Dahlheim ist die Leiterin der Vernetzungsstelle Seniorenernährung bei der Verbraucherberatung NRW.



Ausgewogene Ernährung im Alter ist ein wichtiges Thema.

Foto: BalanceFormCreative Adobe-Stock\_71936159

zum Erhalt bzw. Steigerung der Lebensqualität beitragen kann.

Die Veranstaltung bietet auch die Möglichkeit zum Austausch und zur Vernetzung. Multiplikatoren der Seniorenarbeit eröffnet sich eine Plattform, um Ideen für die örtliche Arbeit zur Seniorenernährung aufzunehmen und sich gegenseitig zu unterstützen. Wie die VSE dabei behilflich sein kann, wird ebenfalls Thema sein.

Die Veranstaltung wird digital per Zoom durchgeführt und ist für Interessierte kostenfrei. Sie findet am Mittwoch, 14. Juni 2023, von 9 bis 12.30 Uhr statt. Eine Anmeldung kann direkt unter <https://us06web.zoom.us/join/joinmeeting/register/tZAsd-2vpz8oHNdwHoAOTEmQ-xolld0vJ3WS4> erfolgen. Eine Bestätigung erfolgt über Zoom.

**Charlotte Dahlheim**

## Höhere Grundsicherung aufgrund freiwilliger Beiträge zur Rentenversicherung

# Nahezu unbekannte Regelung kann die Finanzen aufbessern

Eine weitgehend unbekannte Regelung ist die, dass Rentenansprüche, die sich durch freiwillige Beiträge ergeben, bis zu bestimmten Höchstbeträgen nicht auf die Grundsicherung angerechnet werden. Letztlich wird hierdurch also die Leistung zur Grundsicherung erhöht. Unter Umständen entsteht erst durch diese Regelung ein Anspruch auf Grundsicherung. Gesetzlich geregelt ist dies seit dem 1. Januar 2018 im § 82 Absatz 4 des SGB 12.

Demnach kann zunächst ein Rentenbetrag von maximal 100,- EUR monatlich abgesetzt werden. Hierbei spielt es keinerlei Rolle, wer in der Vergangenheit die freiwilligen Beiträge tatsächlich überwiesen hatte oder ob es sich um eine eigene Rente oder um eine Witwen- bzw. Witwerrente handelt. Es können sogar Rentenbeträge abgesetzt werden, die aus einem Versorgungsausgleich bei einer Scheidung erwachsen.

Beträgt der Rentenbetrag aus freiwilligen Beiträgen mehr als 100,- EUR, so können die Rentenbeträge über 100,- EUR zu 30 % abgesetzt werden. Insgesamt können allerdings maximal 50 % der Regelbedarfsstufe; also derzeit 264,50 Euro abgesetzt werden.

### Einige Beispiele:

**Martha B.** ist als Rentnerin auf Grundsicherung angewiesen. Sie hatte sich in den 60er Jahren ihre Rentenbeiträge nach der Heirat erstatten lassen. Für diese Zeiten

konnte sie bis Ende 1995 Beiträge nachzahlen. Dies hat sie 1994 gemacht. In ihrer Rente von insgesamt 650,- Euro sind 70,- Euro aus diesen Beiträgen enthalten.

Ergebnis: Martha B. kann diese 70,- Euro vom anrechenbaren Einkommen absetzen. Somit erhöht sich die monatliche Grundsicherung um 70,- Euro.

**Inge D.** bezieht neben ihrer sehr kleinen eigenen Rente eine Witwenrente. In der Vergangenheit wurde ihr die Grundsicherung abgelehnt, da ihre Renten insgesamt um 20,- Euro zu hoch für einen Anspruch waren. Ihr verstorbener Ehemann war lange Jahre selbstständig tätig und hatte 25 Jahre lang freiwillige Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung gezahlt. Der Anteil der Witwenrente aus diesen freiwilligen Beiträgen beträgt 150,- Euro.

Ergebnis: Inge D. kann zunächst 100,- Euro vom anrechenbaren Einkommen absetzen. Vom darüber hinaus liegenden Anteil (50,- Euro) kann sie weitere 30 % (= 15,- Euro) absetzen. So kann sie insgesamt 115,- Euro vom anrechenbaren Einkommen absetzen. Abzüglich der o.g. 20,- Euro hat sie nun einen Anspruch auf Grundsicherung in Höhe von 95,- Euro.

**Melanie Z.** bezieht eine eigene Rente wegen voller Erwerbsminderung. Da diese nur 800,- Euro beträgt, ist sie auf Grundsicherung angewiesen. Sie wurde 1991 geschieden. Bei der Scheidung wurde



Freiwillige Rentenbeiträge können sich auch auf die Höhe der Grundsicherung auswirken.

Foto: St. Hofschlaeger/pixelio.de

ein Versorgungsausgleich durchgeführt. Hierbei hat sie insgesamt 300,- Euro Rentenansprüche vom Ehemann erworben; dieser Anteil ist in ihrer Rente enthalten. Der geschiedene Ehemann hatte während seiner Selbstständigkeit freiwillige Beiträge gezahlt. In dem Zuschlag von 300,- Euro ist ein Anteil von 70,- Euro aus den freiwilligen Beiträgen des geschiedenen Ehemanns enthalten.

Ergebnis: Melanie Z. kann diese 70,- Euro vom anrechenbaren Einkommen absetzen. Somit erhöht sich die monatliche Grundsicherung um 70,- Euro.

### Ansprüche prüfen lassen

Wenn Sie Grundsicherung beziehen (oder mit Ihrem Einkommen knapp über der Bezugsgrenze liegen) und vermuten, dass in Ihrer Rente Anteile aus freiwilligen Beiträgen enthalten sind, wenden Sie sich bitte an die Deutsche Rentenversicherung über das kostenlose Service-Telefon (0800 1000 4800). Falls Sie die entsprechende Auskunft bekommen, machen Sie schnellstmöglich beim Grundsicherungsamt die höheren Freibeträge geltend.

*Redaktion*





Die monumentale Erdsulptur ist der Blickfang in der aktuellen Ausstellung im Oberhausener Gasometer. Wie zerbrechlich der Blaue Planet und wie wichtig Nachhaltigkeit im Umgang mit seinen Schätzen und der Artenvielfalt ist, stellt die Schau mit unterschiedlichsten Mitteln heraus. Foto: Gasometer Oberhausen GmbH, Dirk Böttger

**Erfolgreiche Ausstellung im Oberhausener Gasometer will die Herausforderungen aufzeigen**

## Des Menschen ökologischer Fußabdruck und sein Einfluss auf „das zerbrechliche Paradies“ Erde

Eine der erfolgreichsten Einzelausstellungen in Deutschland mit rund bisher 850.000 Besuchern zeigt der Gasometer in Oberhausen.

„Das zerbrechliche Paradies“ präsentiert bis zum 26. November 2023 die paradiesische Artenvielfalt unseres Planeten und den Einfluss des Menschen auf die Umwelt.

Feuer, Wind und Wasser – diese Urgewalten bilden den furiosen Einstieg in die Ausstellung. Unmittelbar erleben die Besucher die Auswirkungen dieser Naturphänomene auf die Klimageschichte unseres Planeten. Unter dem Motto „Eine Erde – viele Welten“, zeigt sich die Artenvielfalt unseres Planeten. Einzigartige großformatige Fotografien und packende Filmaus-

schnitte lassen den Betrachter mit Faultieren in die Baumwipfel des Regenwaldes klettern, mit jungen Eisbären spielerisch über das Packeis tollern oder mit einer Karibu-Herde durch Tundra und Taiga ziehen. Dank neuester 3D-Technik können die Ausstellungsbesucher das größte Regenwaldschutzgebiet der Welt, den Nationalpark Tumucumaque virtuell erkunden und dabei in die Rolle verschiedener Bewohner dieses Urwaldes schlüpfen.

Der ökologische Fußabdruck des Menschen bestimmt die Ausstellungsinhalte auf der zweiten Ebene des Gasometers. Die Folgen des Eingriffs des Menschen in das Ökosystem des Planeten sind dramatisch. Bilder und Filmsequenzen

zeigen in aller Deutlichkeit die Klimaveränderung durch Waldrodungen, den Raubbau an Tieren, die Vermüllung – insbesondere der Meere – und die Folgen der industriellen Landwirtschaft.

Unbestrittener Höhepunkt der Ausstellung ist die monumentale Skulptur der Erde. Mit Projektionen von 72 Millionen Pixeln Auflösung, wird die Erde virtuell zum Leben erweckt.

Zahlreiche Veranstaltungen erwarten die Besucher unter dieser Erdkugel: So etwa kommt am 21. Juni Ranga Yogeshwar, der mit „Emils Welt“ die Zukunft anhand seines im Januar 2020 geborenen Enkels aufzeigt.

**Infos:** [www.gasometer.de](http://www.gasometer.de)

Kirchlengern: K&K – Kaffee und Kino ist „Leuchtturm“-Projekt

## Seit über zehn Jahren als ein Ort gegen Vereinsamung beliebt

*„Kino für Senioren gibt es auch bei Ihnen? Erzählen Sie uns doch davon...“. So hatte die Redaktion in der vergangenen Ausgabe der NRW gebeten – und der Senioren- und Behindertenbeirat aus Kirchlengern hat das sogleich getan. Nachstehend also „Vorhang auf“ für „K&K – Kaffee und Kino“:*

Seit 2012 veranstaltet der Senioren- und Behindertenbeirat Kirchlengern viermal im Jahr die Reihe „K&K – Kaffee und Kino“. Im August 2022 wurde das zehnjährige Jubiläum gefeiert, an dem auch der Bürgermeister Rüdiger Meier, und die ehemalige Pfarrerin Eva Maria Schnarre, Mitinitiatorin der Reihe, teilnahmen.

Einmal im Vierteljahr wird im ev. Gemeindehaus Kaffee getrunken, anschließend schauen dort jeweils ca. 50 Teilnehmer ihren Wunschfilm – das kleine Kino in der Stadt gibt es seit zwei Jahren nicht mehr.

Außer einem kleinen Beitrag für die Entleiherung des Films ist das Kaffeetrinken kostenlos, denn die

Torten werden von den Teilnehmern selbst gebacken. Es wird jedoch um Spenden gebeten, so dass seit Bestehen der Reihe ca. 4.000 Euro für caritative Zwecke sowohl an Hilfsorganisationen weltweit als auch vor Ort weitergegeben werden konnten.

Das Kuratorium Deutsche Altershilfe führte 2019 im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales das Projekt „Nordrhein-Westfalen – hier hat Altwerden Zukunft“ durch. Dem Beirat in Kirchlengern liegt es besonders am Herzen, vor allem älteren und behinderten Menschen Möglichkeiten zu bieten, in geselliger Runde Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen.

Im Rahmen dieses Projekts wurde „K&K – Kaffee und Kino“ als „Leuchtturm“ anerkannt und hat seinen Platz auf der digitalen Landkarte der Teilhabe-Angebote. Darüber freute sich der Senioren- und Behindertenbeirat sehr und fühlt sich in seiner Arbeit bestätigt.

**Ursula Borgelt, Vorsitzende**



Kaffee, Kuchen und Kino: Viermal im Jahr ein volles Haus! Foto: Beirat

Hilde Jaekels Buchtipp

## Mit dem Tod zu leben lernen

Dorsten hat ein Jüdisches Museum. Ich habe dort Führungen gemacht. In der dortigen Buchhandlung bin ich dabei auf das Buch



„Mit den Toten leben“ von Delphine Horvilleur gestoßen.

„Dass zum Leben der Tod gehört, ist die

älteste und am konsequentesten verdrängte Wahrheit der Welt. Umso größer ist das Bedürfnis nach Ritualen und spiritueller Begleitung, wenn wir damit konfrontiert sind, unabhängig von jedem Glauben.

In ihrem sehr persönlichen Bericht gewährt die 1974 in Nancy geborene Delphine Horvilleur Einblicke in ihre Aufgaben als Rabbinerin, Tag für Tag den Menschen in dieser Situation beizustehen.

Es gelingt ihr, mit ihren Worten die Sphären des Lebens und des Todes mit der Kraft des Wortes zu überbrücken. Sie schöpft aus dem Schatz der jüdischen Kultur, aber auch aus ihren eigenen Erfahrungen als Frau, als dreifache Mutter, als Tochter. Mit den Toten leben ist ein Buch, das vom Tod erzählt und das Leben feiert.“

Delphine Horvilleur ist die Leitfigur der Liberalen Jüdischen Bewegung Frankreichs (MJLF) und wird als eine der wichtigsten intellektuellen Stimmen Frankreichs genannt.

Hauser Verlag, 22,- Euro.

**Hilde Jaekel**



Auch auf der Insel Helgoland gibt es einen Seniorenbeirat. Er hat ein Zukunftskonzept mit auf den Weg gebracht. Foto: ingelotte/pixelio.de

**Blick über die NRW-Grenzen hinaus mitten in die Nordsee**

## „Unser Alleinstellungsmerkmal: Seniorenvertretungen gibt es fast überall...“ – sogar auf Helgoland

Kommunale Seniorenvertretungen sind eine freiwillige Angelegenheit, und zwar in jeder Hinsicht. Ob es sie gibt oder nicht, ist Sache der Kommunen. Und auch, ob Menschen dabei mitmachen, ist eine freiwillige Entscheidung.

Gesetzliche Verbindlichkeiten für ihre Einrichtung gibt es allein in den Stadtstaaten Berlin und Hamburg. Gleichwohl, es gibt Seniorenvertretungen mit unterschiedlichen Namen und in großer Vielfalt (eben wegen der Freiwilligkeit!) an vielen Orten. In unserem Bundesland NRW sind es derzeit rd. 170 Kommunen mit Seniorenvertretungen, in Deutschland rund 1.300.

Auch auf der Insel Helgoland gibt es einen Seniorenbeirat. Besonders erfreulich daran ist, dass dieses Gremium ein Zukunftskonzept für die Insel maßgeblich auf den Weg

gebracht hat und daran nun selbstverständlich beteiligt ist.

„Diese Chance sollten alle Kommunen mit Seniorenvertretungen nutzen“, meint der Vorsitzende der LSV NRW, Karl-Josef Büscher, und ergänzt „Noch viele Kommunen sollten sich auf den Weg zu einer Seniorenvertretung machen, denn darin zeigt sich zukunftsorientiertes Handeln. Und was uns die Helgoländer zeigen, das muss doch auch bei uns in Nordrhein-Westfalen möglich sein, oder? Also, machen Sie sich auf den Weg! Wir, die Landesseniorenvertretung, begleitet Sie gerne dabei.“ **BE**

Wenn Sie Lust haben, mehr über den Seniorenbeirat Helgoland und seine Arbeit dort zu erfahren dann schauen Sie doch mal unter: [www.helgoland.de/rathaus/rathausundpolitik/seniorenbeirat/](http://www.helgoland.de/rathaus/rathausundpolitik/seniorenbeirat/)

### Schon gehört?

Im Jahr 2013 wurde das bis dahin geltende ‚Hosenverbot‘ für Frauen in Paris abgeschafft. Vorher war es Frauen nach einem Gesetz aus den Revolutionszeiten in der Hauptstadt Frankreichs untersagt, Hosen zu tragen, außer sie waren zu Pferd oder auf dem Fahrrad unterwegs. Merke: Veränderungen brauchen oft länger als viele meinen!

Die Servicestelle „Digitalisierung und Bildung für ältere Menschen“ ist seit Januar 2023 die Servicestelle „**Bildung und Lernen im Alter**“. Bis 2025 bekommt das Projekt der BAGSO einen neuen Schwerpunkt: die Vielfalt der Bildungsthemen im Alter. Das Portal [wissensdurstig.de](http://wissensdurstig.de) wird weiter ausgebaut. Es bündelt Bildungsangebote, stellt Material zur Verfügung und präsentiert gute Praxisbeispiele. Die Servicestelle steht zudem Kommunen, Organisationen, Bildungsträgern und Interessenten als Ansprechstelle zur Verfügung. Die Servicestelle „Bildung und Lernen im Alter“ wird vom Bundesseniorenministerium gefördert und im Netz zu finden unter: [www.wissensdurstig.de](http://www.wissensdurstig.de)

In Deutschland sind knapp fünf Millionen Menschen **pflegebedürftig**. Die meisten von ihnen werden durch Angehörige versorgt. Viele Pflegenden sehen sich enormen Anforderungen gegenüber. Hilfen gibt die Broschüre „Entlastung für die Seele – Ratgeber für pflegende Angehörige“ der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen), die nun wieder kostenlos bestellt werden kann. [www.bagso.de/publikationen/ratgeber/entlastung-fuer-die-seele/](http://www.bagso.de/publikationen/ratgeber/entlastung-fuer-die-seele/)



Die Übergabe der Bänke von den Rurtalwerkstätten an den Seniorenrat fand im Rahmen der Aktion „Generationen im Gespräch“ in der bischöflichen St.-Angela-Schule in Düren statt. Foto: Seniorenrat

**Düren: Generationenbänke können nun genutzt werden**

## Nach digitalem Start geht das Bank-Projekt konkret auf Tour

Über die Idee der „Generationenbänke“, die im zunächst digitalen Projekt „Generationen im Gespräch“ des Dürener Seniorenrates entstanden war, hatte die vergangene NRW bereits berichtet.

Die Übergabe der Bänke, die in den Rurtalwerkstätten der Lebenshilfe gefertigt worden waren, an den Seniorenrat fand im Rahmen der ersten Aktion „Generationen im Gespräch“ in der bischöflichen St. Angela-Schule statt. Die Abiturklasse nahm im Rahmen eines Projekts an dieser Veranstaltung teil. Gut vorbereitet durch mehrere vorgegebene Gesprächsthemen, entwickelt sich rasch eine rege Diskussion, an der Jung wie Alt Freude hatten.

Finanziert wurden die beiden Eichen-Bänke durch Projektmittel, die der Verein BildungsCent zur Verfügung stellte. Harry Isecke,

Seniorenratsmitglied und Sprecher des Arbeitskreises Generationen, freut sich gemeinsam mit Nina Junggeburth, Mitarbeiterin im Jugend Café Liebertée, dass nun der Startschuss gefallen ist.

Die Generationen-Bänke sollen zum Gespräch der Generationen einladen. Sie sind mit Rädern ausgestattet und können so mobil an unterschiedlichen Gesprächsorten aufgestellt werden.

Nächste Stationen der Generationen-Bänke sind das Jugend-Café Liebertée sowie der Rathausvorplatz. Institutionen, Vereine und alle Bürger und Bürgerinnen können die Bank für Aktionen abholen. Inhaltliche und organisatorische Hilfestellungen bei Agnes Ophoven-Polaczek im Rathaus, Bereich Senioren und Ehrenamt, unter Tel. 25- 2831- oder per E-Mail: A.Ophoven-Polaczek@dueren.de

**Moers: „Faktencheck“**

## Für die Älteren lebenswerten Alltag gestalten

Der Seniorenbeirat in Moers hatte zu einem „Faktencheck“ rund um die aktuelle Altenpolitik der Stadt eingeladen.

Rund 50 Interessierte verfolgten die Diskussion mit Vertreterinnen und Vertretern von CDU, SPD, Bündnis 90/Die Grünen sowie der Linken Liste. Moderiert wurde die Veranstaltung von Sonja Volkmann aus der Redaktion der Westdeutschen Allgemeinen Zeitung (WAZ).

**Großes Thema Wohnen**

Barrierefreie und seniorengerechte Wohnungen fehlten in der Stadt trotz bisheriger Bemühungen, so wurde festgestellt. Gerade bei den aktuellen Plänen zur Innenstadtssanierung und den vorgesehenen Neubauten an Zechenhäusern müssten die Belange älter werdender Menschen noch stärker berücksichtigt werden, so mahnte Karl Heinz Theußen vom Seniorenbeirat an: Immerhin seien 32 Prozent der Einwohner über 60 Jahre alt, das sind rund 33.000 Menschen. Diese Zahl werde sich in Zukunft weiter erhöhen.

**Mehr Wohnberatung**

Mehr Wohnberatung und vor allem auch Angebote zu alternativen Wohnformen wurden aus dem Publikum gewünscht. Auch müsse der bereits beschlossene Ausbau der „Leitstelle Älterwerden“ in der Verwaltung rasch erfolgen, so eine weitere Forderung der Senioren.

**Quelle: WAZ**



Ein weiterer Schritt hin zur Inklusion: In die „Sesamstraße“ zieht ein behindertes Mädchen ein

## „Rollstuhl macht nicht den ganzen Menschen aus“

LSV-Vorstandsmitglied Ingrid Dormann hat sich ihre Gedanken zum neuen Charakter, der kleinen Elin in der „Sesamstraße“, gemacht und findet: „Für mich ist die Puppe im Rollstuhl eine geniale Idee zum Thema Inklusion!“.

50 Jahre alt ist die Sendung Sesamstraße, die vor allem, aber nicht nur, Kinder anspricht. Schon mit meinen eigenen Kindern habe ich fasziniert dem bunten Treiben von Ernie, Bert, Krümelmonster und Co. zugeschaut. Nun gesellt sich ab Herbst eine neue Figur dazu: „Elin“, kecke sieben Jahre jung. Und die ist so selbstbewusst, so schlau und vorlaut, dass man fast vergessen kann, dass sie im



Das ist Elin, die ab dem Herbst 2023 neu in die „Sesamstraße“ einzieht. Foto: NRD/Th. Jander

Rollstuhl sitzt. Es ist eine kluge Entscheidung der Programmgestalter, Elin einzuladen. So lernen schon Kinder: Menschen mit Behinderung gehören zu unserem Leben. Ein Rollstuhl macht eben nicht den ganzen Menschen aus.

„Die deutsche Sesamstraße ist

seit 50 Jahren bunt und vielfältig. Monster und Menschen aller Haut- und Fellfarben sind hier zu Hause“, sagt NDR-Programmdirektor Frank Beckmann. „Schon früher haben wir in der Sesamstraße Kinder mit Behinderungen vorgestellt. Jetzt wird auch die Puppenwelt etwas inklusiver.“

Elin interessiert sich für Technik und mag Zahlen. Vor allem bastelt sie gern und findet oft eine überraschende Lösung für Probleme. Wenn es knifflig wird, gibt Elin nicht so schnell auf. Aber sie wird zunehmend ungeduldig und die Dinge gelingen ihr dann nicht so, wie sie es sich vorgestellt hat.

*Ingrid Dormann*

### „Digital-Kompass“ gestartet

## Unterstützt bei Behinderungen

Bundesverbraucherschutzministerin Steffi Lemke hat das Projekt „Digital-Kompass – Digitale Teilhabe für Menschen mit besonderen Aufklärungsbedarfen“ gestartet. Zur Unterstützung von Menschen mit Hörbeeinträchtigung, Sehbehinderung und Mobilitätseinschränkung initiiert das Projekt zahlreiche neue Angebote, Formate und Materialien.

Der Digital-Kompass stellt kostenfreie Angebote für Engagierte bereit, die Menschen mit den genannten Einschränkungen den Weg in die digitale Welt ermöglichen. [www.digital-kompass.de](http://www.digital-kompass.de)

### „Digitaler Engel“ für Ältere

## Sicherer Start in digitale Welten

Digitale Angebote bieten unzählige Möglichkeiten einer gesellschaftlichen Teilhabe und damit einer selbstbestimmten Lebensgestaltung auch im Alter. Im Projekt Digitaler Engel von „Deutschland sicher im Netz“ werden ältere Menschen im persönlichen Gespräch oder mithilfe von Onlineformaten an einen sicheren Umgang mit digitalen Anwendungen herangeführt. Neu seit April 2023 ist der Digitalführerschein (DiFü), um eigenes Digitalwissen zu stärken, zu erweitern und sich die Kompetenzen zertifizieren zu lassen. [www.sicher-im-netz.de/](http://www.sicher-im-netz.de/)

### „Inklusionsscheck“ auch 2023

## Land fördert Teilhabe-Ideen

Auch 2023 unterstützt das Land mit dem Programm „Inklusionsscheck NRW“ Maßnahmen zur Stärkung der Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in NRW. Vereine und Organisationen können in einem unkomplizierten Online-Verfahren eine Pauschale in Höhe von 2.000 Euro beantragen. Insgesamt stehen 500.000 Euro bereit. Ziel ist es, das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderungen zu fördern. Der Inklusionsscheck kann über die Internetseite [www.inklusionsscheck.nrw.de](http://www.inklusionsscheck.nrw.de) beantragt werden. Dort ist alles Wissenswerte zum Programm zu finden.

**Meschede: Neu gewählter Seniorenbeirat nahm die Arbeit auf – Vier große Handlungsfelder**

## Umfrage-Ergebnisse zeigen Bedarfe zu den Themen Wohnen, Kontakte, Versorgung und Digitalisierung

Der neu gewählte Seniorenbeirat der Stadt Meschede hat sich auf seiner Klausurtagung mit der demografischen Entwicklung der Stadt Meschede und seinen künftigen Handlungsfeldern befasst.

In Meschede waren Ende 2019 fast 23 Prozent der Bevölkerung älter als 65 Jahre. Die Stadt wird älter und der Bevölkerungsstand nimmt langsam, aber stetig ab. Die Forschungsgesellschaft für Gerontologie e.V. hat im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW eine Expertise zu den Angeboten, Strukturen und Weiterentwicklungsmöglichkeiten der kommunalen Altenhilfe erstellt. Zu den teilnehmenden Kommunen gehörte auch die Stadt Meschede. Der Seniorenbeirat hat auf seiner Klausurtagung die Ergebnisse betrachtet und analysiert.

### Defizite werden sichtbar

Herausgekommen war z.B., dass es bei den Beratungen offenbar an Unterstützung zu digitalen Medien und Technik, Angeboten zu Sport, Bewegung und Tanz sowie an Wohnberatung/seniorengerechtes Wohnen fehlt. Mit ihrer Wohnum-



Der neue Seniorenbeirat aus Meschede, im Bild mit Bürgermeister Christoph Weber (l.) und Giesela Bartsch, Leiterin des Fachbereichs Generationen, Bildung und Freizeit (2. v. r.) neben dem Vorsitzenden Manfred Breider.

gebung sind durchweg 90 % der Befragten zufrieden, während mit den Einkaufsmöglichkeiten und Dienstleistungen (z.B. Post, Bank) über 40 % eher unzufrieden sind. Der Seniorenbeirat nimmt das Ergebnis dieser Expertise als Grundlage für seine künftige Tätigkeit. Dazu hat er vier Arbeitsgruppen gebildet zu den Handlungsfeldern Wohnen im Alter, Pflegerische und ärztliche Versorgung, Unterstützung zu digitalen Medien sowie Organisation von kulturellen und informativen Veranstaltungen.

### Erste Ideen im Werden

Gedacht ist an ein Wiederaufleben der Veranstaltung „Gutes für Leib und Seele“, geprüft werden soll das Angebot für ein Seniorenkino und einen Treff mit pflegenden Angehörigen.

Weitere Themen: Kontaktpflege zu Seniorenheimen, Hilfen beim Umgang mit digitalen Medien und Werbung für ein stärkeres ehrenamtliches Engagement. [www.meschede.de](http://www.meschede.de)

**Horst Radtke**  
Stv. Beirats-Vorsitzender

### BAGSO: Ernährungs-Strategie des Bundes muss Zielgruppe der Älteren unbedingt einbeziehen

Eine gesunde Ernährung ist gerade im Alter besonders wichtig. Zusammen mit mehr Bewegung kann sie dazu beitragen, chronische Erkrankungen und Pflegebedürftigkeit zu vermeiden oder ihren Verlauf positiv zu beeinflussen. Die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) setzt sich deshalb dafür ein, auch ältere Menschen als wichtige Zielgruppe in die Ernährungsstrategie der Bundesregierung einzubeziehen. Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft legte kürzlich ein erstes Eckpunktepapier für eine Ernährungsstrategie vor. In ihrer aktuellen Stellungnahme gibt die BAGSO Anregungen zur weiteren Ausgestaltung der Strategie.



Der Workshop, von Seniorinnen und Senioren sowie Schülerinnen und Schülern in Bad Honnef gestaltet, brachte viele Ideen, wie eine Gemeinde auch in Zeiten zunehmender Hitze lebenswert bleiben kann. Foto: Privat

**Bad Honnef: Alt und Jung befassten sich mit Klimawandel und Ideen für das künftige Stadtleben**

## „Hitzesommer“: Den Belastungen und möglichen Lösungen in Theorie und Praxis auf der Spur

Wie kann Bad Honnef angesichts des Klimawandels und extrem heißen Sommern für seine Bürger lebenswert bleiben? Was ist zum Schutz notwendig?

Darum ging es bei einem Workshop im November, an dem unter Moderation von Maria-Elisabeth Loevenich Dr. Hans-Christoph Anders, Barbara Boecker, Susanne Langguth und Dr. Gerd Pflaumer von der Seniorenvertretung sowie sechs Schülerinnen und Schüler der Privatschule Schloss Hagerhof und des Städtischen Siebengebirgsgymnasiums sowie eine Lehrerin teilnahmen.

Nach einer Einführung der Moderatorin und Koordinatorin des Bildungsnetzwerks „Bad Honnef lernt Nachhaltigkeit“ über Notwendigkeit von Maßnahmen zur Anpassung an den fortschreitenden Klimawandel erläuterten Schüler anhand eines von ihnen erstellten Plakats eindrücklich die Entstehung von Hitzeinseln in der Stadt. Mehrere Klassen hatten

Konzepte für mehr Bäume, mehr Wasser, genügend Schatten, Schulgärten und mobile grüne Lösungen, erarbeitet.

Es folgte eine Exkursion der Teilnehmer zu einigen der im Hitzekataster der Schüler genannten besonders heißen Stellen in der Innenstadt wie Rathausplatz, Fußgängerzone, Marktplatz, Kirchplatz. Ziel des Rundgangs war es, die bisherigen Ideen den örtlichen Gegebenheiten anzupassen und vor allem die Bedürfnisse älterer Menschen bei Extremhitze berücksichtigen zu können.

Danach wurde in drei jeweils mit zwei Schülern und zwei älteren Teilnehmern besetzten Arbeitsgruppen über Schatten, Wasser und „Mehr essbar und grün“ diskutiert. Beim Thema Schatten ging es dabei z.B. um Sonnensegel und -schirme, um Markisen über Schaufenstern, neue Bäume. Dem Wasserbedarf könnte mit Trinkwasserspendern und Brunnen z.B. bei Spielplätzen abgeholfen werden.

Regenwassernutzung wäre eine ressourcenschonende Alternative z.B. zur Gestaltung von Schulgärten, Bepflanzung von Spielplätzen und Balkonen.

Als Stolpersteine für die Umsetzung der Ideen wurden die Finanzierung, die Pflege neuer Anlagen sowie evtl. erforderliche Genehmigungen erkannt. Erste Umsetzungsschritte könnten Anträge an die Stadt, Gespräche mit den Ratsfraktionen sowie mit Geschäften und Anwohnern sein.

Dr. Hans-Christoph Anders, Vorsitzender der Seniorenvertretung, bedankte sich im Namen der teilnehmenden Senioren bei Maria-Elisabeth Loevenich, beim Netzwerk, seinen Förderpartnern Lions Club und Bürgerstiftung sowie ganz besonders bei den engagierten Schülern. „Dieser Workshop ist ein gelungenes Beispiel für den immer wichtiger werdenden Dialog zwischen Jung und Alt“, betonte er abschließend.

*Dr. Gerd Pflaumer*

**Wesseling: Seniorenbeirat organisierte einen Ausflug ins Haus der Geschichte nach Bonn**

## Dem Begriff „Heimat“ mit allen Sinnen nachgespürt

Der Seniorenbeirat der Stadt Wesseling hatte mit der Fachstelle für Senioren zu einem Ausflug nach Bonn eingeladen. Im Haus der Geschichte besuchte die große Reisegruppe die Sonderausstellung zum Thema Heimat.

In der Ausstellung wurde gefragt: „Wie riecht, klingt, schmeckt und schafft man Heimat und wodurch werden diese Gedanken ausgelöst?“ Menschen aus der ganzen Welt hatten Videoantworten zu diesen Themen gegeben.

Die Gruppe tauschte sich dazu auch aus; so hieß es etwa, dass man sich im Urlaub in der Welt bei Nachfrage als Europäer bezeichne,



Die gut gelaunte Reisegruppe aus Wesseling befasste sich mit dem Thema „Heimat“ beim Besuch im Haus der Geschichte in Bonn. Foto: Privat

in Europa dann als Deutsche, in Deutschland schließlich aus NRW oder aus Wesseling kommend.

„Wesseling ist unsere persönliche Heimat. Sie riecht, schmeckt, klingt und wird durch besondere Plätze

wie den Rheinpark, den Entenfang oder unser ganz persönliches Zuhause zu unserer Heimat“, so ein Fazit nach einem Kaffeetrinken auf dem Heimweg.

*Anne Schulten*

**Bochum: Beirat „Leben im Alter“ beschloss erfolgreiches Jahr und blickt engagiert nach 2023**

## „Wir haben unseren Arbeitsstil jetzt gefunden“

Der Bochumer Beirat „Leben im Alter“ (LiA) gestaltete sein Treffen zum Jahresabschluss statt im Rathaus in einem Innenstadt-Cafe als gemeinsames Essen in geselliger Runde.

Vanessa Gaffron vom Amt für Soziales dankte dem Beirat im Namen der Stadt „für das große Engagement“ und freute sich auf gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit im neuen Jahr.

Der Vorsitzende des Beirates, Hermann Päuser, begrüßte die Mitglieder des Gremiums und bedankte sich: „für die vertrauensvolle Zusammenarbeit, in der immer das Wohl der älteren Menschen im Mittelpunkt stand. Diese Zusammenkunft in entspannter Atmo-

sphäre steht symbolisch für das Anliegen des Beirates, jenseits von Parteigrenzen gemeinsam an Problemlösungen zu arbeiten.“

Nach einem Corona bedingten nicht einfachen Start habe der Bei-

rat jetzt seinen Platz in den Beratungen von Verwaltungsvorlagen und seinen Arbeitsstil mit eigenen Initiativen gefunden, so der Vorsitzende beim Ausblick auf 2023.

*Gert Hille*



Mit einem gemütlichen Treffen beschloss der Bochumer Beirat „Leben im Alter“ sein Arbeitsjahr 2022. Foto: Hille





**Steinfurt: Dritter Platz für das Projekt „Pauline ist cool“ im bundesweiten Wettbewerb**

## Online-Publikums-Preis für gelungene Umsetzung eines Unterstützungs- und Beratungsangebotes

Zum Ende des Jahres 2022 flatterte dem Seniorenbeirat der Stadt Steinfurt eine erfreuliche Mail ins Postfach: „Ihr Beratungsprojekt „Pauline ist cool“ wurde beim Digitaltag für den Publikumspreis nominiert und nach einer spannenden Online-Abstimmung mit dem dritten Preis ausgezeichnet.“

„Wir freuen uns, dass unser Engagement bei diesem bundesweiten Wettbewerb eine derartige Anerkennung gefunden hat!“, so Uli Fischer, Vorsitzender des Seniorenbeirats. „Wir gehen das neue Jahr mit viel Zuversicht an, da wir in der unmittelbaren Vorbereitung eines ähnlichen Angebotes gemeinsam mit der Caritas im Stadtteil Borghorst stecken“.

Hinter dem Titel „Pauline ist cool“ verbirgt sich ein Unterstützungs- und Beratungsangebot im Stadtteil Burgsteinfurt der Kreisstadt Steinfurt. Der Seniorenbeirat Steinfurt unter der Projektleitung von Anni Lütke-Brinkhaus bietet für ältere Mitbürgerinnen und Mit-



Die „Pauline“-Idee des Steinfurter Seniorenbeirats wurde mit einem Preis gewürdigt. Foto: Beirat

bürger seit März 2022 regelmäßig eine Handy-Beratung an, um den Umgang und die Teilhabe mit digitalen Endgeräten zu verbessern. Im ersten Jahr haben bei 20 Terminen über 300 Personen das „Pauline“-Treffen genutzt. Dabei werden sie von rund 15 ehrenamtlichen Senior-Expertinnen und -experten

unterstützt. In Kleingruppen oder auch in Einzelberatungen bringen die Teilnehmenden alle Fragen rund um die Handynutzung ein. Sie wertschätzen dabei vor allem die persönliche, angstfreie Atmosphäre, so die Resonanz auf das Angebot.

„Unser Ziel bleibt es, die Leitlinien zur Seniorenpolitik des Stadtrates aus dem Jahr 2006 ernst zu nehmen und den aktuellen Anforderungen entsprechend fortzuschreiben“, formuliert SB-Vorsitzender Uli Fischer mit seinem gesamten Team und betont, dass dazu die personelle und finanzielle Unterstützung durch Politik und Verwaltung eingefordert werde. „Dabei müssen wir noch einige dicke Bretter bohren“ so Fischer, „denn auch in Steinfurt stehen Ehrenamt und insbesondere Seniorenpolitik (noch) nicht oben auf der Tagesordnung!“

**Uli Fischer, Beirats-Vorsitzender**  
[www.digitaltag.eu/publikumspreis/top3](http://www.digitaltag.eu/publikumspreis/top3)

**Krefeld: Seniorenbeirat stellt sich nach Corona inhaltlich neu auf und startet durch**

Nach den coronabedingten Einschränkungen hat der Seniorenbeirat der Stadt Krefeld auf einer Sitzung auf dem Waldgut Schirmau in der Eifel die Weichen gestellt, um sich inhaltlich neu aufzustellen.

Arbeitskreise widmen sich einigen Themenfeldern wie z.B. Gesundheit und Mobilität nun noch intensiver. Neben der Vorstellung des neu auf-



gelegten Seniorenwegweisers soll es in diesem Jahr einige Veranstal-

tungen im Rahmen des 650-jährigen Stadtjubiläums geben.

**Düren: Beirat „mit Biss“****Faltblatt: Infos in Kompaktform**

Den Jahresrückblick, Erläuterungen der Projekte „Taschengeldbörse“ und „Aktionsbörse“ sowie Fotos aller Beiratsmitglieder: In kompakter, übersichtlicher Form



hat der Seniorenrat der Stadt Düren seine wichtigsten Hinweise und Kontakt-Adressen auf einem Faltblatt zusammengestellt.

**Impressum**

Nun Reden Wir ist eine unabhängige, überparteiliche und konfessionell nicht gebundene Zeitung.  
Herausgeber: Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen e. V.  
Dunantstr. 30, 49151 Münster,  
Telefon 02 51/21 20 50,  
Fax 02 51/2 00 66 13, E-Mail: info@lsv-nrw.de,  
www.lsv-nrw.de

Druck: Darpe Industriedruck, Beelener Str. 37,  
48231 Warendorf  
Auflage 3000

Gefördert mit Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen in Düsseldorf  
Übrigens: Die Folie, in der die „Nun Reden Wir“ versandt wird, ist zu 100 Prozent recyclebar

V.i.S.d.P.: Karl-Josef Büscher  
Redaktionsteam: Wolf-Rainer Winterhagen, Gerd Maschun, Ingrid Dormann, Heike Hänscheid  
Wissenschaftliche Beratung: Barbara Eifert

Die Redaktion behält sich Änderungen und Kürzungen vor.  
Erscheinungsweise: drei Mal im Jahr

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autoren wieder, nicht immer die der Redaktion.

Die nächste Ausgabe erscheint voraussichtlich im August 2023  
Redaktionsschluss: 22. Juli 2023

**Holzwickede: Beirat zu Besuch in einem der Seniorenheime****Entscheidende Frage lautet stets: „Was können wir für Sie tun?“**

Der Seniorenbeirat der Gemeinde Holzwickede hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein- bis zweimal im Jahr die örtlichen Seniorenwohnheime zu besuchen.

So waren vor einiger Zeit vier Beirats-Mitglieder im Perthes Haus am Emscherweg. „Wir wollten mit den Bewohnern ins Gespräch kommen und sie nach ihren Wünschen fragen“, so erläutert der 1. Vorsitzende Frank Brockbals. „Wir konnten dort gute und anregende Gespräche u. a. mit Helga Herrmann führen, die dem Beirat des Perthes Hauses angehört.“

Die entscheidende Frage bei den Besuchen sei stets: „Was können wir für Sie tun?“, sagt Frank Brockbals. „Dieses Mal haben uns gehandicapte Bewohner erklärt, dass sie Probleme haben, mit Rollstuhl

oder Rollator vom Fußweg aus über die Sölder Straße zu kommen“. Tatsächlich ist die Sölder Straße dort wegen parkender Autos schwer einzusehen, wie die Mitglieder des Seniorenbeirates bei einem Ortstermin im Anschluss an den Besuch feststellten. „Außerdem ist hier der Bordstein nicht abgeflacht“.

Den Wunsch der Bewohner nach einer Querungshilfe will der Beirat in seiner nächsten Sitzung beraten und einen entsprechenden Antrag an die Bürgermeisterin einreichen.

Im Gespräch erläuterte die stellvertretende Leiterin der Einrichtung, Irena Nazarenus, dass nach der Pandemie langsam wieder das „normale Leben“ einkehre und es auch wieder vermehrt Veranstaltungen für die Bewohner und Gäste gebe.



Mitglieder des Seniorenbeirates der Gemeinde Holzwickede besuchten das Perthes Haus. Mit dabei (v.l.): Jürgen Mertens, Irena Nazarenus, Frank Brockbals (1. Vorsitzender), John Oktello, Berthold Heinrich Borgmann sowie vorn Helga Herrmann (93).  
Foto: Seniorenbeirat



Neben den Tipps zum cleveren Wirtschaften gab es auch Informationen über die Arbeit der Seniorenvertretung. Foto: Hartmut Damschen

### Plettenberg: Tipps und Tricks für Verbraucher präsentiert

## Clever planen und wirtschaften

Auf Einladung der Seniorenvertretung Plettenberg haben Mitarbeiter des Bundesverbandes „Die Verbraucher Initiative e.V.“ für die Zielgruppe „Generation 60plus“ über wichtige und Geld sparende Informationen referiert.

Bürgermeister Ulrich Schulte begrüßte Gäste und Referenten und erzählte von den vielen Einmachgläsern in dem Keller seiner Großeltern. „Alles, was im Garten geerntet wurde, landete als Vorrat. Heute leben wir im Überfluss, und Kinder und Jugendliche reiben sich erstaunt die Augen, wenn Regale im Supermarkt einmal leer sind“,

so hieß es in seiner Einleitung. „An steigenden Preisen können wir nichts ändern, doch wir können Tipps austauschen, wie wir besser damit umgehen“ so Georg Abel, Bundesgeschäftsführer der Verbraucher Initiative.

Einige dieser Sparmaßnahmen waren bekannt, doch es gab auch neue Tipps. Das Fazit: Verbraucher sollten möglichst clever planen, einkaufen, nutzen, wirtschaften und Alternativen beherzigen. Zum Abschluss gab es für alle noch einen kleinen Imbiss in der Rathaus-Cafeteria.

*Detlef Ashoff*

### Lüdinghausen: Neuer Senioren-Wegweiser ist erschienen

## Kompaktes Informations-Angebot

Der Seniorenbeirat Lüdinghausen hat jetzt den neuen Senioren-Wegweiser vorgestellt und für das kompakte Werk viel Lob von Bürgermeister Ansgar Mertens sowie dem zuständigen Beigeordneten

Matthias Kortendieck erhalten. Das Heft beinhaltet wichtige Adressen und Kontakte für ältere Menschen in Lüdinghausen und Seppenrade. Von Begegnung bis Gesundheit finden sich hilfreiche Fakten.

### Kaarst: Hilfen beim Sparen

## Im Alltag gut anwendbar

Wie man in wirtschaftlich nicht so rosigen Zeiten bei Energie und Lebensmitteln sparsam haushalten kann, darüber informierten in Kaarst die Verbraucher Initiative, der Verbraucherzentrale NRW sowie Verbraucherschutzministerin Silke Gorißen Menschen über 60 Jahren bei einer Veranstaltung. Viele der Hinweise seien im Alltag gut anwendbar, so fanden die Teilnehmenden, die der Seniorenbeirat eingeladen hatte.

Eigenmarken kaufen, einen Einkaufszettel vorbereiten und bei Sonderangeboten überlegen, ob man die Dinge wirklich braucht – solche Hinweise fand auch Bürgermeisterin Ursula Baum hilfreich.

### Kamp-Lintfort: Kern-Team neu

## Stephan Bilstein ist Vorsitzender

In Kamp-Lintfort hat der Seniorenbeirat jetzt Stephan Bilstein zum Vorsitzenden gewählt und gleichzeitig ein „Kern-Team“ neu installiert.

Dessen Mitglieder sind neben Bilstein Ulrike Kaufmann, Albert Pellkofer, Ralf Reiner sowie die Verwaltungsmitarbeiterin Jeannette Fritz (Amt für Soziales und Wohnen) als beratendes Mitglied.

Das Team kümmert sich vor allem um die Organisation von Vorträgen, Sprechstunden, Informationsständen sowie um die regelmäßigen Sprechstunden des Beirates.

Die positive Stimme: Heute Bürgermeister Ansgar Mertens aus Lüdinghausen

## „Beirats-Engagement ist unverzichtbar geworden“

Der Seniorenbeirat Lüdinghausen widmet sich mit großer Tatkraft dem Ziel, Seniorinnen und Senioren bei uns vor Ort das Leben noch lebenswerter zu machen.

Dabei ist die Themenvielfalt über die Jahre immer größer geworden. So gibt es unter anderem vom Beirat organisierte Gesundheits- und Bewegungsangebote, Informationen zu Themen wie Digitales und Cyberkriminalität sowie regelmäßige Sprechstunden. Besonderes Augenmerk legt der Beirat darauf, sich mit anderen Organisationen zu vernetzen, um Kontakte zu



knüpfen und Synergien zu bilden. Für die Stadtverwaltung ist der Seniorenbeirat immer ein wichtiger Ansprechpartner. Bei besonderen Projekten gibt er Impulse und sorgt dafür, dass die für seine Zielgruppe wichtigen Aspekte in die Planungen mit einbezogen werden und Lüdinghausen eine Stadt für alle Generationen ist. Besonders engagiert sich der Beirat für das Thema Mobilität. Zum neuen Mobilitätskonzept der

Stadt hat sich der Beirat intensiv mit der Verwaltung ausgetauscht.

Die Mitglieder des Beirats sind unglaublich engagiert und möchten etwas bewegen. Dafür bin ich sehr dankbar und auch stolz. Die Einsatzbereitschaft und der Tatendrang, Lüdinghausen und Seppentrade immer noch ein kleines Stück besser zu machen, sind bemerkenswert. Ich freue mich auf die weitere Zusammenarbeit mit dem Beirat, dessen Engagement für unsere Gemeinschaft unverzichtbar geworden ist.

*Ansgar Mertens*

So engagieren wir uns: Bernhard Altenbockum für den Seniorenbeirat Lüdinghausen

## Nach den „Corona“-Hindernissen durchgestartet

Im September 2020 wurde der aktuelle Seniorenbeirat (SBR) der Stadt Lüdinghausen per Briefwahl gewählt. Bei 7.310 wahlberechtigten Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren gab es eine Wahlbeteiligung von 48,7 Prozent.

In der damaligen „Coronasituation“ wurde die konstituierende Sitzung per Videokonferenz abgehalten und ich, Bernhard Altenbockum, zum Vorsitzenden gewählt.

Dem Seniorenbeirat gehören acht direkt gewählte Mitglieder sowie ein durch die Lüdinghauser Altenheimbeiräte bestimmtes Mitglied an. Es gibt sieben stellvertretende Mitglieder.

Da der Beirat durchweg aus „Neulingen“ bestand und die Pandemie ein persönliches Kennenlernen, erschwerte, war der Anfang der Ar-

beit nicht einfach. Schwerpunkt der ersten nicht digitalen Sitzung im März 2021 war die Übergabe der bestehenden Aktionen und Strukturen des Vorgängergremiums mit fachkundiger Hilfe von Prof. Dr. N. Lütke Entrup.

Bei einem Workshop zum Thema „Der SBR wird ein Team, findet Themen und formuliert Ziele“ fiel der Blick besonders darauf, als Beirat bekannter zu werden, um Ansprechpartner für die Senioren und Seniorinnen zu werden.

So entstand ein neuer Flyer, am Markttag wurde ein Infostand eingeführt sowie die Homepage erneuert und Präsenz im „Büro des Ehrenamtes“ gezeigt. Gut ange-



nommen wurden bisher verschiedene Seminare und die regelmäßigen Fahrrad- und Wandertouren. Das Gleiche gilt für monatliche Kinoangebote für Ältere im neuen Kino „CineMotion“ sowie für das Seniorencafé.

Inzwischen ist ein neuer Seniorenwegweiser fertig und die Broschüre „Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Generalvollmacht, Betreuungsverfügung“ wurde überarbeitet. Für finanzielle Unterstützung durch die Stadt Lüdinghausen sowie von der örtlichen Volksbank und Sparkasse ist der Beirat dankbar.

Viele Schritte wurden getan, viele Schritte werden hoffentlich noch folgen!

*Bernhard Altenbockum*  
www.seniorenbeirat-lh.de