



Schwerpunktthema dieser Ausgabe: Wie lässt sich die Gesundheitskompetenz stärken?

Es braucht viel mehr als nur Wissen

Vielleicht haben Sie sich angesichts des Schwerpunktthemas dieser Ausgabe gefragt: Was bitte ist mit „Gesundheitskompetenz“ gemeint?

Dieses umfängliche und facettenreiche Themenfeld dreht sich um den Zugang, den Umgang mit, das Beurteilen und das Anwenden von gesundheitsbezogenen Informationen - dazu gibt es viel zu sagen. Lesen Sie mehr dazu auf unserer Hintergrundseite 2 und auf der Gesundheitsseite zum Thema Sucht. Und weil Gesundheitskompetenz in allen Lebensaltern und Lebenssituationen - nicht zuletzt auch bei der Pflege - relevant ist, haben

sich auch die neu eingerichteten LSV-Blitzrunden mit dem Thema „seelische Gesundheit“ beschäftigt. Denn auch für Seniorenvertretungen bieten sich vielfältige Handlungsmöglichkeiten im Bereich der Gesundheitskompetenz. Hierzu finden Sie in dieser letzten Ausgabe des Jahres an verschiedenen Stellen Beispiele.

Wie die nächste Bundesregierung mit Themen wie Gesundheit, Alter und nicht zuletzt mit der Frage nach der Partizipation von Menschen umgehen wird, werden die kommenden Monate und Jahre zeigen. Die Landesseniorenvertretung NRW jedenfalls wird diese

Themenbereiche wie gewohnt auf der Agenda behalten und sich, wo immer nötig, als Interessenvertretung der Älteren zu Wort melden.

Erfreulich, dass sich uns mit dem Seniorenforum der Gemeinde Wickede eine weitere kommunale Seniorenvertretung angeschlossen hat.

Auch alle neu gegründeten Seniorenvertretungen stärken uns – je mehr wir sind, desto besser wird man unsere Stimmen hören. Die wieder in Präsenz geplante Mitgliederversammlung am 16. November will und wird das zeigen, da bin ich sicher!

Ihr Jürgen Jentsch

Aus dem Inhalt

Aus dem Vorstand	3, 4, 5, 16
Schwerpunkt-Thema	
Gesundheitskompetenz	u.a. 2
Alter und Kultur	6
Die Gesundheitsseite	8
Die Pflegeseite	9
Aus den kommunalen Seniorenvertretungen	7, 10-15
Impressum	14



Mit diesem Herbst-Heft verabschiedet sich die „NRW“ für 2021 und bedankt sich bei allen, die durch Anregungen und Beiträge zu unserer vielseitigen Mitgliederzeitung beigetragen haben.

Foto: Andreas Hermsdorf/pixelio.de

Gesundheitsbezogene Faktoren kennen, beurteilen und nutzen

„IN FORM“: Gesundheitsförderung kann man vielfältig mitgestalten

Das Konzept der Gesundheitskompetenz stammt ursprünglich aus dem Bildungssektor und umfasst mittlerweile weit mehr als reines Wissen zum Thema Gesundheit. Es ist vielmehr der Zugang, der Umgang, das Beurteilen und das Anwenden von gesundheitsbezogenen Informationen.

Dies alles sind Fähigkeiten, die von einem Individuum ausgehen und einen Einfluss nehmen können auf den Umgang mit Gesundheit und Krankheit. Andererseits werden diese individuellen Fähigkeiten auch ihrerseits beeinflusst durch verschiedene Faktoren wie z.B. die Herkunft, das Geschlecht, die Bildung, den sozialen Status etc.

Motivation und Ressourcen

Deutlich wird, dass ein Individuum seine Gesundheitskompetenz selbst zu einem guten Teil beeinflussen kann. Allerdings kann auch über eine entsprechende Motivation und den Einsatz vorhandener Ressourcen eine Stärkung und damit einhergehend eine dynamische Gesundheitskompetenz erreicht werden.

Kompetenz auch ermöglichen

Gesundheitskompetenz setzt aber nicht nur beim Individuum an. Verhältnisse und Strukturen können so gestaltet werden, dass den Menschen ein gesundheitsförderliches Verhalten ermöglicht und erleichtert wird. Strukturen im nahen Wohnumfeld spielen hier eine besonders tragende Rolle. Kommunen sind die Leistungserbringer für

gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen und für alltagsnahe Gesundheitsförderung.

Dieser Aspekt ist vor allem für ältere Menschen besonders wichtig. Menschen in einem höheren Lebensalter profitieren massiv von gesundheitsförderlichen und präventiven Maßnahmen - und dazu zählt weit mehr als gesundheitsbezogenes Wissen.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen die Auswirkungen von sozialer Teilhabe und guter Lebensqualität auf die Gesundheit. Eine gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung, aber eben auch geeignete Strukturen und Unterstützungsangebote fördern einen gesundheitlich positiven Lebensstil. Nicht zuletzt können dadurch auch eine drohende Pflegebedürftigkeit und eine Zunahme von Komorbiditäten hinausgezögert und die so genannten „guten Jahre“ verlängert werden.

Angebote von „IN FORM“

Diesen Ansatz verfolgt das Projekt „Im Alter IN FORM“ der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO), welches einen Beitrag zu „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ leistet und durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft gefördert wird.

Schulungs- und Qualifizierungsangebote zeigen Akteurinnen und Akteure in der kommunalen Seniorenarbeit Zugangswege und



Unsere Gastautorin ist Dr. Cornelia Geukes. Sie ist Projektleiterin in der Geschäftsstelle von „Im Alter IN FORM“. Foto: privat

Gestaltungsmöglichkeiten auf, die die Motivation und das Wissen für Gesundheitsförderung bei Seniorinnen und Senioren stärken. Des Weiteren werden Kommunen in einem mehrstufigen, ressourcenorientierten Prozess beraten und unterstützt, ihre Strukturen den Bedarfen älterer Menschen hinsichtlich Gesundheitsförderung und Prävention anzupassen. Dafür ist eine Netzbildung und Zusammenarbeit mehrerer Sektoren der Kommunalverwaltung, von Organisationen in der Seniorenarbeit oder auch gesundheitsbezogener Dienstleister mit entsprechender Koordination notwendig.

Langfristige Stärkung

Langfristig kann so die Gesundheitskompetenz nicht nur der älteren Menschen, sondern auch von den ehren- und hauptamtlichen Akteuren der Seniorenarbeit in den strukturgebenden Kommunen gestärkt werden.

Dr. Cornelia Geukes



Thema in der vergangenen „Blitzrunde“: Seelische Gesundheit

Aufgabe und Chance für die SV: Der Vereinsamung vorbeugen

Im September fand die vierte Blitzrunde dieses Jahres mit Seniorenvertreterinnen und -vertretern aus allen fünf Regierungsbezirken statt. Das Thema lautete „Seelische Gesundheit“.

Gerade im zweiten Jahr der Pandemie erschien es uns wichtig, die Seniorenvertretungen zu diesem Thema zu befragen und in den Austausch zu bringen. Offenbar wurde, dass mit diesem Thema oftmals noch Neuland betreten wird.

Um die Diskussion und auch Aktivitäten am Ort anzuregen, fragten wir jeweils zu Beginn, was die Beteiligten denn unter „seelischer Gesundheit“ verstünden. Es gab dazu vielfältige Antworten. Zusammenfassend gehören zur seelischen Gesundheit für sie folgende Aspekte: Ausgeglichenheit, Zufriedenheit, Achtsamkeit für sich selbst und andere, innere Ruhe, sich wohlfühlen, gebraucht werden, eingebunden sein.

Gefahr und Realität der ‚Nichteingebundenheit‘ alter Menschen wurde unter dem Stichwort „Einsamkeit“ thematisiert. Hier besteht der Wunsch, entgegenwirken zu können. Daher setzten sich Seniorenvertretungen immer wieder für

Begegnungsorte ein, was in der Pandemie besonders schwer zu realisieren war und immer noch ist. Seniorenvertretungen suchen nach Wegen, Menschen, die vereinsamt sind, zu erreichen. Hier empfiehlt sich eine Zusammenarbeit/Kooperation etwa mit dem sozialen Dienst der Kommune, den Wohlfahrtsverbänden sowie den Kirchen und weiteren Aktiven in diesem Bereich. Verschiedene Seniorenvertretungen haben dazu bereits praktische Erfahrungen gesammelt. Dabei zeigt sich, dass Begegnungsorte, gemeinsame Bündnisse mit anderen Aktiven, Kontakte zu älteren Menschen im Stadtteil die Chancen erhöhen, vor allem Menschen, die drohen zu vereinsamen, zu erreichen. Es ist in erster Linie die Prävention, zu der Seniorenvertretungen beitragen können.

Ein wichtiger Hinweis erfolgte in der Blitzrunde: Als Seniorenvertretung sollte man sich per Nachfrage um das Entlassmanagement Krankenhaus kümmern. Ein informativer Flyer kann von der Homepage der LSV NRW abgerufen und genutzt werden.

Der Vorstand

Digitales Format Blitzrunde - Austausch zu aktuellen Fragestellungen

Das noch neue, digitale Format knüpft an die Regionalkonferenzen von Seniorenvertretungen an, die pandemiebedingt nicht stattfinden konnten. Digital werden nun in regelmäßigen Abständen Seniorenvertretungen pro Regierungsbezirk eingeladen, um konzentriert über eine aktuelle Fragestellung zum Austausch zu kommen. Die Ergebnisse der Runden werden jeweils zusammenfasst und allen Teilnehmenden zur Verfügung gestellt.



Befragung: Arbeit nach Rente

Über diesen QR-Code kann man wie in unserer vergangenen Ausgabe berichtet - an einer Befragung zur Beschäftigung nach Rentenbeginn teilnehmen. Die Organisatoren dieser Aktion möchten die besonderen Bedürfnisse älterer Menschen kennenlernen, um Suchende und Anbieter zum Thema Arbeit auf einer Plattform passgenau zusammen bringen zu können.



Seniorenforum Wickede ist neues LSV-Mitglied

Die Landesseniorenvertretung freut sich, das schon längere Zeit bestehende „Seniorenforum der Gemeinde Wickede (Ruhr)“ als neues Mitglied zu begrüßen. Die Gemeinde Wickede im Regierungsbezirk Arnsberg gehört zum Kreis Soest.

Was bieten eigentlich die Verkehrswachten für die Älteren?

Ziel: Die eigenständige Mobilität so lange wie möglich erhalten

Schon mal an einem Fahrsicherheitstraining teilgenommen? Oder sich in einem Kurs über Pedelecs und deren Nutzung kundig gemacht? Dann könnten es Angebote einer örtlichen Verkehrswacht gewesen sein.

65 gibt es davon in NRW. Sie werden von der Landesverkehrswacht Nordrhein-Westfalen (LVW NRW) bei ihrer Arbeit mit Informationen, Hilfestellungen und Materialien unterstützt.

„Wir haben das Ziel, die Sicherheit für alle Verkehrsteilnehmenden zu erhöhen“, sagt Jörg Weinrich, der seit August 2020 Geschäftsführender Direktor der LVW NRW ist. Dabei spielen die Senioren eine große Rolle. „Für diese Altersgruppe gibt es spezielle Angebote, welche die eigenständige Mobilität so lange wie möglich erhalten sollen“, so Weinrich.

Breite Palette von Angeboten

Die Angebote richten sich an alle verkehrsteilnehmenden Senioren - vom Autofahrer bis zum Fußgänger mit Rollator. Durchgeführt werden sie von ausgebildeten Moderatoren. Die Palette ist breit gefächert. In kleinen Gruppen findet zum Beispiel das Programm „sicher mobil“ statt, dass sich an alle im Verkehr aktiven Teilnehmer ab 65 Jahren wendet – egal, ob sie mit dem Auto, dem Fahrrad oder Pedelec, zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sind.

Das Programm „Mobil bleiben, aber sicher“ ist ideal für größere

Veranstaltungen wie Stadtfeste oder Seniorentage. In der Regel stehen Aktionsgeräte wie PKW-Simulatoren bereit, und die Besucher können Seh- und Reaktionstests machen. Die Aktionen und Veranstaltungen variieren je nach Ort und Termin. Der Schwerpunkt kann Rollatortraining genauso wie Mobilität mit Fahrrad oder Pedelec sein. Ob in Präsenz- oder Onlineveranstaltungen: Angebote rund ums elektrisch unterstützte Rad sind sehr beliebt und gut belegt.

Fit und sicher am Steuer

Die Landesverkehrswacht hat zudem das Programm „Fit und sicher am Steuer – Mobil bleiben im Alter“ entwickelt. „Im theoretischen Teil wird auf Veränderungen der Verkehrsregeln hingewiesen, schließlich haben viele Senioren ihren Führerschein schon seit Jahrzehnten“, erläutert Weinrich. Das Thema eigene Verkehrssicherheit werde ebenfalls behandelt. „Zudem werden die Senioren darüber informiert, was es mit einer Rückmeldung auf sich hat“, so Weinrich. Bei diesen gibt es nützliche Hinweise, wie die eigene Fahrsicherheit verbessert werden kann. Der Führerschein, so die Befürchtung einiger, kann in diesem Zusammenhang niemandem abgenommen werden.

Verkehrswachten mit angeschlossenen Verkehrsübungsplätzen bieten Fahrsicherheitstrainings für Senioren an. Im eigenen PKW kann dabei jeder überprüfen, wie sicher er sich in bestimmten Situa-



Ob mit Rollator, zu Fuß oder mit Rad oder Auto: Die Verkehrswachten machen zahlreiche Angebote für alle Altersgruppen und haben besonders auch die Senioren im Blick. Foto: uschidreiucker/pixelio.de

tionen fühlt. „Es werden Empfehlungen ausgesprochen, was jeder individuell verbessern kann“, sagt Jörg Weinrich. Wo welches Sicherheitstraining stattfindet, steht auf der Internetseite www.sicherheitstraining24.de.

Wichtiges gibt es online

Nicht alles wird in allen Städten bzw. Kreisen angeboten. Ein Blick auf die Homepages bzw. die Auftritte der Verkehrswachten in den Sozialen Medien informiert über Termine vor Ort.

Wer ein Programm, einen Kurs oder eine Veranstaltung durchführen will, hat in der Regel in der lokalen Verkehrswacht oder den Moderatoren vor Ort einen guten Ansprechpartner. Mehr Informationen zur Landesverkehrswacht finden sich auf der Homepage lvwnrw.de. Dort finden Sie auch Verlinkungen zu den lokalen Verkehrswachten.



In welchen „Gesundheits“- Gremien ist die LSV NRW vertreten?

Beim Thema Gesundheit hat die LSV ein Wörtchen mitzusprechen

Die LSV NRW ist Mitglied im Arbeitsausschuss des **PatientInnen-Netzwerks** und vertritt dort die Interessen Älterer aus ehrenamtlicher Perspektive. Bei dem Ausschuss handelt es sich um einen Zusammenschluss haupt- und ehrenamtlicher Repräsentanten von Patienten- und Selbsthilfegruppen, der Wohlfahrtspflege sowie unabhängiger Beratungseinrichtungen und Mitglieder des Koordinationsausschusses NRW (nach § 140 f. SGB V, dieser koordiniert alle Aktivitäten von Patientenorganisationen im Land NRW).

Der Arbeitsausschuss dient dem Informationsaustausch und soll Positionen von Patientinnen und Patienten im Gesundheitswesen durch gezielte Aufklärung und Information stärken. Die vielfältigen Informationen können unter www.nrwpatienten.de abgerufen werden. Dort findet sich auch ein kurzer, informativer Film zur Beteiligung von Patientinnen und Patienten in NRW.

AG Seelische Gesundheit

Die LSV NRW ist zudem Mitglied in der **AG „Seelische Gesundheit im Alter“** im Rahmen der Landesinitiative Gesundheitsförderung und Prävention, Landeszentrum Gesundheit in Bochum. **Brigitte Köster** übernahm die Mitwirkung an dieser AG, die in 2021 ihren Abschluss findet. Ziel des rund dreijährigen Themenschwerpunkts „Förderung der seelischen Gesundheit“ ist die

gemeinsame Ziel- und Programmformulierung eines Handlungsrahmens und dessen Verwirklichung.

Diese Handlungsempfehlungen, an deren Entwicklung auch die LSV NRW beteiligt war, sind nun veröffentlicht und stehen damit zur Umsetzung auf der kommunalen Ebene zur Verfügung. Die Mitglieder der Blitzrunden haben sie bereits erhalten. Lesen Sie dazu bitte auch auf S. 7.

LSV drängt auf Mitwirkung

1991 wurde die **Landesgesundheitskonferenz** (LGK) gegründet und später im Gesetz für den öffentlichen Gesundheitsdienst NW (§ 26 ÖGDG) verankert.

Mitglieder der LGK sind die Sozialversicherungsträger, die verfasste Ärzte- und Zahnärzteschaft und Apotheker, die Krankenhausgesellschaft, die Arbeitgeber und Gewerkschaften, die Wohlfahrtsverbände, die kommunalen Spitzenverbände, die Landschaftsverbände, die Einrichtungen der Gesundheitsvorsorge und des Patientenschutzes und gesundheitliche Selbsthilfe. Seit vielen Jahren versucht die Landeseniorenvertretung als Stimme der Älteren, in der Landesgesundheitskonferenz mitzuwirken. Leider bislang, unabhängig von den jeweiligen Regierungsfarben, ohne Erfolg. Hier besteht im Sinne der Partizipation ein Nachholbedarf!

Eine Frage an...



Claudia Middendorf ist die Beauftragte der Landesregierung für Menschen mit Behinderung sowie für Patientinnen und Patienten in Nordrhein-Westfalen. Foto: PD

Mit Vielen in Dialog treten

Frage: „Was können Sie als die Patienten/innenbeauftragte zur Gesundheitskompetenz der Menschen beitragen?“

Claudia Middendorf: Ich trete mit vielen Menschen in den Dialog, beteilige mich an Aufklärungskampagnen und stehe Bürgerinnen und Bürgern mit Rat und Tat zur Seite. Indem ich mit vielen Verbänden und Krankenkassen im direkten Austausch stehe, werde ich häufig und unmittelbar über Kampagnen und Maßnahmen der gesundheitlichen Prävention informiert. Diese Erkenntnisse gebe ich den Menschen gerne weiter. Außerdem unterstütze ich die Arbeit der Patientenfürsprecherinnen und -fürsprecher, die Patientinnen und Patienten in Krankenhäusern bei Problemstellungen zur Seite stehen und diese über ihre Rechte aufklären.

Warum kommt Post der LSV bei Ihnen nicht an?

Immer wieder hört die Geschäftsstelle der Landesseniorenvertretung (Dunantstr. 30, 48151 Münster), dass Briefpost an unsere Mitglieder nicht bei der jeweiligen Seniorenvertretung ankommt.

Das ist in jeder Hinsicht bedauerlich und nicht gut für die Arbeit! Daher möchten wir wieder einmal darüber informieren, wie es unsererseits ‚läuft‘: Wir versenden die Briefpost an **eine** Adresse pro Kommune. Welche Adresse dies ist – sei es die der/des Vorsitzenden oder die der Verwaltung der Kommune – hängt davon ab, welche Postanschrift uns verbindlich genannt wurde. Sollten sich Änderungen ergeben – und das passiert häufiger als man denkt – hilft uns eine Information sehr!

Was können Sie beitragen?

Was muss vor Ort geschehen? Fragen Sie bei der/dem Vorsitzenden oder bei der Verwaltung nach, wer die Post erhält, insbesondere, wenn eine Seniorenvertretung in neuer personeller Besetzung startet. Wichtig ist für die Seniorenvertretung und die Verwaltung der Kommune, dass alle in der Seniorenvertretung über die Posteingänge informiert sind und die Post auch weitergegeben wird. Das kann nur vor Ort zu geregelt werden.

Deshalb unsere Bitte: Tragen Sie dazu bei, dass es mit dem Erhalt unserer Briefpost in Ihrer Seniorenvertretung klappt, indem Sie uns über Änderungen zeitnah und unmittelbar per E-Mail informieren. Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich gerne an unsere Geschäftsstelle: (0251) 21 20 50 oder per E-Mail: info@lsv-nrw.de



Altentheater Köln hörbar

Romantik in digitalen Zeiten

Zum Internationalen Tag der älteren Menschen am 1. Oktober ist eine neue Podcastfolge des Altentheaters Köln über romantische Kommunikation erschienen: : „Liebesbriefe gibts nicht mehr!?“

Liebesbriefe, selbst geschriebene Gedichte oder die Vorfremde beim Warten auf die Post... Gibt es das heute eigentlich noch? Oder ist das alles durch Whats-App, Tiktok, Tinder und Facetime weggeswiped?

Wie sehen eine 80-Jährige, zwei Mittdreißiger und eine Abiturientin die Sache? Sie diskutieren miteinander, stellen Fragen und versuchen, die „andere Zeit“ zu verstehen. Wie war das früher mit dem Kennenlernen? Wie waren die Rollen verteilt? Und sind heute wirklich alle durch das Smartphone völlig unromantisch? Der Podcast ist verfügbar bei allen gängigen Podcast-Anbietern und auf der Homepage des Altentheaters unter: <http://fwt-koeln.de/de/altentheater/neu-der-altentheater-podcast.html>

Der Buchtipp

Was in zwei Koffer passt: Ein Leben im Kloster

Veronika P., eine junge Frau von 21 Jahren, sucht nach einem tieferen Sinn für ihr Leben. Sie tritt in ein Kloster der Benediktinerinnen ein, erlebt dort die ständig wiederkehrenden Fragen für sich: „Bleibe ich?“ „Gehe ich?“ „Ist das wirklich meine Welt?“

Es bleibt ihre Welt für fast zwölf Jahre. Anrührend echt schreibt sie vom Klosterleben, vom gewünschten Gehorsam dort, aber auch von neuen Freiheiten. Als Leser/in bekomme ich hautnah mit, wie sehr es menschtelt, auch hinter Klostermauern, wie viele Gelegenheiten es gibt für ein herzliches Lachen.

Verraten werden darf vorab, dass das klösterliche Leben für Veronika endet mit der Bekanntschaft eines männlichen Seelenverwandten....

Ein leichtes Lesevergnügen, evtl. allerdings nur noch gebraucht zu beziehen, da bereits 2008 erschienen.

Veronika Peters, Goldmann-TB
ISBN 978-3-442-15511-8

Ingrid Dormann

Mittendrin - In unserem Alter

Begegnungen und Informationen im Radio

Seit vielen Jahren bietet WDR 4 in seinem Hörfunkprogramm jeden Samstag zwischen 8.05 und 8.55 Uhr „Begegnungen und Informationen“ (nicht nur) für ältere Menschen. Die vielfältigen Beiträge aus allen Lebensbereichen finden sich auch als Podcast zum Herunterladen auf der WDR 4-Homepage.



Emsdetten: AG Digital erfolgreich mit Schulungs-Angeboten

„Seelische Gesundheit“

Bewerbung beim DigitalPakt Alter: Als „Erfahrungsort“ ausgewählt

Empfehlungen für Akteure

In Emsdetten hatten sich die Gründer der AG Digital Corona-bedingt im Herbst 2020 zusammengefunden, um älteren Menschen den Videokonferenzdienst „ZOOM“ näher zu bringen. Knapp 50 Frauen und Männer konnten geschult werden. Auch heute trifft man sich wöchentlich beim „digitalen Stammtisch“ oder auch in Präsenz.

Mit dieser Aktion bewarb sich die AG beim „DigitalPakt Alter“, einer von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) und dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) ins Leben gerufenen Initiative. Aus über 200 Bewerbern bundesweit wurden 100 Erfahrungsorte ausgewählt und dazu zählen im Münsterland nur Emsdetten und Münster.

„Darauf sind wir sehr stolz, zeigt doch die Annahme unserer Bewer-

bung, dass ehrenamtliche Arbeit honoriert wird. Denn das Projekt ist mit einer Förderung von 3000 Euro für den Ausbau zu einem digitalen Lernort verbunden“ erklären die Mitglieder. Hier können Seniorinnen und Senioren unter Anleitung digitale Endgeräte testen, um das Passende zu finden. „Wir werden gemeinsam PC-Anwendungen ausprobieren, E-Mails schreiben und per Video telefonieren. Wir hoffen, viele Ältere zu erreichen, um ihnen die Fähigkeiten zu vermitteln am digitalen Leben teilzuhaben,“ so die Mitglieder.

Die Agenda Älterwerden ist eine Initiative der Stadt Emsdetten und des Seniorenbeirates. Seit 2017 ist und war es das Ziel, in Emsdetten sowohl gerne und gut als auch gemeinsam älter zu werden. Seitdem haben sich zahlreiche Arbeitsgruppen gebildet, u.a. die AG Digital.

Über 60 Seiten, prall gefüllt mit Wissenswertem und praktischen Umsetzungsvorschlägen, beinhalten die „Handlungsempfehlungen zum Aufbau und zur Förderung von Hilfsstrukturen in den Kreisen und Kommunen des Landes NRW für die Lebensphase Alter“. Herausgegeben hat sie die NRW-Landesinitiative „Gesundheitsförderung & Prävention“.

Erarbeitet wurden die Empfehlungen durch zahlreiche Beteiligte - von Hochschulen und Krankenkassen, von Kommunen und Wohlfahrtsverbänden, von Ärzten und auch von der Landesseniorenvertretung.

Checklisten für die Kommunen

Für die Themenschwerpunkte „Isolation, Einsamkeit, Teilhabe im Alter“ sowie „seelische Gesundheit pflegender Angehöriger“ wurden für die kommunale Arbeit auch Checklisten erarbeitet, die den Kapitel-Abschluss bilden. Für den dritten Schwerpunkt „digitale (Gesundheits-)Kompetenz im Alter“ bleibt eine Orientierung zur Umsetzung noch offen. Dieses Thema hat durch die Pandemie nicht nur für Ältere, sondern auch gesamtgesellschaftlich und für alle an Bedeutung gewonnen und erfährt gerade einen kulturellen Wandel.

Informative Homepage

Alle Informationen zur Landesinitiative Gesundheitsförderung und Prävention finden sich unter www.lgp.nrw. Auch die Handlungsempfehlungen sind dort als Dokument zu finden.



Die Mitglieder und Mitarbeiterinnen der Stadt Emsdetten freuen sich über die Anschaffung der IT-Geräte für die Schulung älterer Menschen. (v.l.) Virginia Dellbrügge, Gerd Endemann, Klaus Hagemeister, Franziska Kossel, Günther Sievers, Lisa Teupe, Martina Schattke und der Vorsitzende Josef Teupe Foto: Bernd Oberheim

„Stark bleiben. Suchtfrei alt werden“ - Kampagne zur Suchtprävention in der Lebensphase 60+

Weil Sucht keine Altersgrenze kennt: Frühzeitiges Erkennen von Risiken und mehr Vernetzung nötig

Mit dem Demografischen Wandel kommt es zunehmend zu gesellschaftlichen Veränderungen: Es ergeben sich neue Bedarfe und besondere Herausforderungen.

Herausragendes Ziel der Lebensphase 60+ ist gesundes Altern. Neben den Chancen und Freiheiten, die das Alter mit sich bringt, gibt es auch diverse Risikofaktoren: Statusverlust beim Ausscheiden aus dem Berufsleben, Vereinsamung, Verlust des Partners/der Partnerin usw. Solche und andere Umbrüche können zum vermehrten Konsum von Alkohol und zum Missbrauch von Beruhigungs- und Schlafmitteln führen.

Die Vermeidung von Abhängigkeitserkrankungen, eine frühzeitige Erkennung und deren Behandlung rücken somit in den Fokus. Dass Alkohol und Medikamente oft unbewusst und stärker als in jungen Jahren massive gesundheitliche Risiken im Alter bewirken, dazu besteht nach wie vor ein großes Informationsdefizit.

Sensibilisierung für Risiken

Deshalb richtet sich die Kampagne „Stark bleiben“ an ältere Menschen (60+) sowie deren Angehörige und Multiplikator/innen aus der Seniorenarbeit in NRW. Das Primärziel liegt in der



Sensibilisierung über Risiken und Gefahren des Alkoholkonsums und der Medikamenteneinnahme im Alter – ohne Verbotscharakter. Außerdem steht die regionale Vernetzung mit kommunalen Kooperationspartner/innen im Vordergrund.

Aktionsstand und Fortbildung

Zur Kampagne gehört ein Aktionsstand, der kostenlos für Senioren- und Gesundheitsmessen zur Verfügung steht. In der Fortbildung „MoKuSen“ (Motivierende Kurzintervention mit Seniorinnen und Senioren) erlernen und trainieren die Teilnehmenden praxisorientiert Haltung und Fertigkeiten für motivierende Gespräche, um die Kommunikation über Konsumverhalten zu verbessern.

Darüber hinaus bietet die Kampagne zahlreiche kostenfreie Broschüren, Flyer sowie einen umfassenden Handlungsleitfaden zum Thema „Suchtprävention im Alter“ mit Materialheft. Auf der Internetseite stehen weitere Angebote wie ein



Gesprächstool, Kurzvideos, Hörbeiträge, Alkohol- und Medikamentenquiz, Selbsttests, etc. zur Verfügung.

Suchtprävention sollte vor dem Alter nicht halt machen. Es ist daher umso wichtiger, lokale Beratungs- und Unterstützungsangebote für ältere Menschen zu erweitern und vernetzen. Übergeordnetes Ziel sollte es sein, eine langfristige Verbindung zwischen Suchtprävention und Altenhilfe aufzubauen, um mehr Vernetzung und Miteinander zu bewirken.

Ein Beispiel dafür sind die thematischen „Blitzrunden“ der LSV, in denen sich Informationsbedarf zum Thema „Sucht(-prävention) im Alter“ abzeichnete. Die Kampagne freut sich, bedarfsorientierte Angebote auf kommunaler Ebene anzubieten und umzusetzen.

*Julia Beus – Projektkoordination
Landesfachstelle Prävention der
Suchtkooperation NRW
ginko Stiftung für Prävention
www.starkbleiben.nrw.de*



Kuren für pflegende Angehörige: Ehepaar aus Gelsenkirchen als Beispiel für die Möglichkeiten

In der Auszeit vom Alltag neue Kräfte gewinnen, um weiterhin liebevoll für einen Anderen da zu sein

Kuren (stationäre Vorsorgemaßnahmen und Rehabilitation) ermöglichen pflegenden Angehörigen eine Auszeit vom Alltag. Denn nur, wer sich auch um die eigene Gesundheit kümmert, kann längerfristig liebevoll für einen Anderen da sein.

Das Ehepaar Winkelhagen ist seit mehr als 50 Jahren verheiratet. 2017 diagnostizierte der Hausarzt eine beginnende Demenz bei der Ehefrau. Seither muss Herr Winkelhagen in der Wohnung in Gelsenkirchen rund um die Uhr für seine Frau da sein: „Sie kann zwar noch vieles selbst, aber ich muss sie im Auge behalten und unterstützen.“

Pflege zehrt an den Kräften

Der 80-Jährige übernimmt diese Aufgabe mit Hingabe. Jedoch zehrt die Pflege auch an seinen Kräften. Die Gedächtnistrainerin seiner Frau war es, die ihm riet, er solle in einer Kur für pflegende Angehörige für seine Gesundheit vorsorgen und sich hierzu von der AWO Kurberaterin Sandra Schmellekamp kos-

tenlos beraten lassen. „Die hat den Antrag für mich fertig gemacht, in der Kurklinik und bei der Krankenkasse angerufen. Das war klasse!“, meint Herr Winkelhagen.

Kuren nach dem Lockdown

Das Landhaus Fernblick in Winterberg ist spezialisiert auf stationäre Vorsorgemaßnahmen für pflegende Angehörige in Begleitung demenziell veränderter Pflegebedürftiger. Vorsorge- und Rehakliniken hatten selbst im Lockdown mit Tests und Hygiene-Maßnahmen geöffnet. Inzwischen sind Kuren wieder unter weitgehend normalen Bedingungen möglich.

In den folgenden drei Wochen bekam Herr Winkelhagen täglich therapeutische Anwendungen, etwa in Form von Massagen und leichten Bewegungseinheiten. Im Angehörigengesprächskreis und im psychologischen Einzelgespräch konnte er einmal in Ruhe über die Pflegesituation sprechen. Er habe von der Klinikärztin viel über die Demenz gelernt. Das helfe ihm

nun, das Verhalten seiner Frau als Krankheit zu akzeptieren. „Mir hat das richtig gut getan.“

Frau Winkelhagen nahm in der Zwischenzeit in der Tagesbetreuung am Gedächtnistraining, der Sitzgymnastik und vielen anderen Aktivitäten teil. Winkelmann: „Ich habe gesehen, dass es ihr da gut ging. Sie hat Bilder gemalt, das habe ich noch nie vorher gesehen bei ihr.“ Nach der Betreuung haben beide zusammen Kaffee getrunken und sich ausgeruht. Am Wochenende war Zeit für gemeinsame Aktivitäten.

Kurberatung für Pflegende

Drei Viertel der mehr als 800.000 Pflegebedürftigen in NRW werden von Angehörigen zu Hause versorgt. Um sie zu entlasten, finanziert das NRW-Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales das Projekt „Zeit und Erholung für mich – Kurberatung für pflegende Angehörige“. Seit 2020 unterstützen 100 Kurberaterinnen der Freien Wohlfahrtspflege Pflegende kostenlos bei der Inanspruchnahme einer stationären Vorsorgemaßnahme oder Rehabilitation. Getragen und umgesetzt wird das Projekt vom Diözesan Caritasverband für das Erzbistum Paderborn e.V. und der AWO Kur und Erholungs GmbH, Tochtergesellschaft des AWO Bezirks Westliches Westfalen e.V. Weitere Informationen unter www.kuren-fuer-pflegende-angehoerige.de oder unter Tel. 05251 209 230.

Johanna Barbosa



Kuren für pflegende Angehörige - hier ein Ehepaar mit einer begleitenden Pflegerin - geben neue Kraft für die anstrengende Betreuung. Foto: iStock

Willich: Neuer Seniorenbeirat

Kontinuität und Erneuerung

Zur Werbung um Kandidierende für die Wahl zum 7. Seniorenbeirat im Sommer hatte die Stadt Willich einen Videofilm produzieren lassen, an dem auch die LSV beteiligt war.

Einer der beiden verbliebenen Mitglieder ist der neue Vorsitzende Udo Lepke. So bleibt die Kontinuität gewahrt und es ist zugleich eine Erneuerung auch mit vielen jüngeren Älteren gelungen.

Um den Einstieg für die neun stimmberechtigten und 15 beratenden Mitglieder zu erleichtern, wurde Ende August ein Einstiegseminar seitens der LSV NRW in Wil-



Mitglieder des neuen Seniorenbeirats in Willich beim Seminar. Foto: PD

lich durchgeführt. 20 Interessierte waren dabei. Mit viel Raum für Fragen und Diskussionen wurden Grundlagen zu Seniorenvertretungen gemeinsam mit Barbara Eifert, der wissenschaftlichen Beraterin der LSV NRW, erarbeitet. Die Resonanz war sehr positiv.

Vereinbarungen des Workshops wurden schriftlich festgehalten

und stehen nun zur Umsetzung an. Gelungen ist bereits die Bildung von Arbeitskreisen zur effizienten Gestaltung der umfangreichen Arbeit. Manfred Stranz vom Vorstand der LSV und Ansprechpartner für die Seniorenvertretungen im Regierungsbezirk Düsseldorf ‚bleibt am Ball‘ und begleitet den Seniorenbeirat Willich mit Freude weiter.

Seniorenbeirat Dorsten: Erste Weichenstellungen für die Arbeit der kommenden Jahre erfolgt

Heidrun Römer zur neuen Vorsitzenden gewählt

Nach den Neuwahl hatte der Dorstener Seniorenbeirat Heidrun Römer einstimmig zur Vorsitzenden gewählt.

Ihre Stellvertreter sind Margret Boskovski (Wulfen) und Winfried Dammann (Hervest). Als sachkundiger Einwohner wird W. Damman den Beirat im Sozialausschuss vertreten, sachkundiger Einwohner im Umwelt- und Planungsausschuss wird I. Reich (Altstadt).

In der ersten Arbeitssitzung wurden die Arbeits-Schwerpunkte diskutiert und entsprechende Arbeitskreise eingesetzt. Neben den „traditionellen“ Arbeitskreisen Taschengeldbörse, Seniorenbegleitung und Öff-



Die Dorstener Beiratsmitglieder sind motiviert in die Arbeit gestartet.

fentlichkeitsarbeit, ist der neue Kreis „ehrenamtliche Technikbotschafter-innen“ dazu gekommen. Dies sind Freiwillige, die vor allem Älteren als Ansprechpartner auf Augenhöhe zur Seite stehen. Sie wollen neben der Lösung aktueller Probleme auch regelmäßige Sprechstunden und Einführungskurse für WLAN, Smartphones,

Tablets und Computer anbieten. Zur ‚Woche der Demokratie‘ hatte der Beirat zum Thema „Menschenwürde im Alter“ Franz Müntefering, Vorsitzender der BAGSO, zu einem Vortrag eingeladen. Zum gleichen Thema boten kürzlich Mitglieder des Beirates Informationen, Gespräche und Begegnung an.

Heidrun Römer



Schermbek: Seniorenbeirat stieg nach der Neu-Ernennung wieder in die Planungsarbeit ein

Zweite Seniorenmesse fest in den Blick genommen

Im September fand die konstituierende Sitzung des neuen Seniorenbeirates der Gemeinde Schermbeck statt. Seine Mitglieder waren Ende Juni vom Gemeinderat ernannt worden, wobei sieben neue Mitglieder hinzu kamen.

Der Gemeinderat hat sich verpflichtet, Mitglieder des Seniorenbeirates als „sachkundige Einwohner“ in die Ausschüsse für Kultur, Schule, Sport und Soziales sowie für Planung, Umwelt und Mobilität wie auch für Bau, Liegenschaft, Wirtschaftsförderung und Tourismusförderung zu berufen. Der Seniorenbeirat besteht derzeit aus zehn stimmberechtigten Mitgliedern und drei Stellvertretern sowie beratenden Mitgliedern aus den Ratsfraktionen.

Der Beirat ist zwischen April und Oktober regelmäßig an seinem In-



Die Mitglieder des Schermbecker Seniorenbeirates. Foto: Helmut Scheffler

formationsstand in der Mittelstraße präsent, um Mitbürgern die Gelegenheit zu geben, sich direkt mit ihren Anregungen und Wünschen an den Seniorenbeirat zu wenden. Zudem findet einmal im Monat ein öffentlicher Stammtisch statt, Die 2018 gegründete „Taschengeldbörse“ will nach längerer Corona-Pause in Kürze wieder ihre Vermittlungstätigkeit zwischen Senioren

und Schülern aufnehmen. Für die nächste Zeit ist, in Zusammenarbeit mit der VHS Wesel, eine öffentliche Veranstaltung zum Thema „Altersarmut“ und die zweite Seniorenmesse geplant - sie feierte im September 2018 unter dem Motto „Lebensqualität im Alter – Gesundheit, Hobby, Pflege“ Premiere.

*Ulrike Balster,
Friedhelm Stoltenberg*

Siegen: Thema Datenschutz

Digitale Welt

Julian Sturm, Leiter der Verbraucherzentrale Siegen, referierte jetzt beim Siegener Seniorenbeirat zum Thema „Datenschutz in der digitalen Welt“.

Er legte er dar, in welcher vielfältiger Form Datenschutz im alltäglichen Leben erforderlich ist und illustrierte die beschleunigte Zunahme unterschiedlicher gespeicherter Daten. „Das Internet vergisst nichts. Im Internet ist nichts kostenlos. Ihre Daten haben einen Wert“, so der Referent. Er erläuterte, wie sich Verbraucher besser in der di-



Julian Sturm (r.), Leiter der Verbraucherzentrale Siegen, informierte den Seniorenbeirat über Datenschutz. Foto: Seniorenbeirat Siegen

gitalen Welt zurechtfinden und gegen Missbrauch schützen können. In einem weiteren Vortrag stellt Golnaz Talimi, Sozialwissenschaftlerin, das vom DRK- Kreisverband entwickelte Konzept „Ich besuche dich gerne!“ vor. Es richtet sich an einsame Menschen und

umfasst etwa Gespräche, Spaziergänge, Spiele oder gemeinsames Kochen und Essen durch ehrenamtliche Helferinnen und Helfer. Armin Maxeiner sagte als Beiratsvorsitzender dafür Unterstützung des Gremiums als Multiplikator zu.

Ernst Göckus

Seniorenbeirat Siegen: Viele Pläne für die kommende Zeit

Mitfreude mit geehrtem Mitglied

Auf der Sitzung des Siegener Seniorenbeirates beglückwünschte der 1. Vorsitzende Armin Maxeiner das langjährige Beiratsmitglied Alfonso Lopez-Garcia zur Verleihung des NRW-Verdienstordens.

Der Geehrte habe besonders bei Integration und der Verständigung verschiedener Kulturen ideenreiche Vorhaben und Projekte frühzeitig angestoßen, zielstrebig umgesetzt und geleitet. Der Seniorenbeirat sei stolz, so Maxeiner, ein derart engagiertes Mitglied in seinen Reihen zu haben.

Danach gab es vielfältige Programmorschläge für die am 26. Oktober stattfindende Seniorenfeier „Goldener Herbst“. Auch wurden in Absprache mit dem Seniorenbeauftragten Volker Reichmann Schwerpunkte für öffentlich-



Alfonso Lopez- Garcia nach der Ordensverleihung. Foto: PD

keitswirksame Veranstaltungen, etwa zu folgenden Themen: Radverkehrskonzept, Patientenverfügung, Sterbehilfe, Sicherheit im und ums Haus sowie Rechtsvorschriften im Straßenverkehr festgelegt. Die bewährten Notfallausweise werden in neuer Auflage erhältlich sein.

Ernst Göckus

Schon gehört?

Videos: Hier der Hinweis auf zwei interessante Links:

Die Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein (KVNO) dokumentiert unter [/www.kvno.de/aktuelles/aktuelles-detail/nachricht/mitschnitt-der-aeltere-mensch-patientenkommunikation-im-digitalen-zeitalter](http://www.kvno.de/aktuelles/aktuelles-detail/nachricht/mitschnitt-der-aeltere-mensch-patientenkommunikation-im-digitalen-zeitalter) eine Veranstaltung aus dem September (auch auf youtube zu finden).

Zur Wahl des Seniorenbeirats in Rheda-Wiedenbrück haben die Mitglieder einen Zeichentrickfilm erstellt. Unter we.tl/t-yRhVIZGYeS ist er zu sehen.

Gütersloh: Eine jahrelange Auseinandersetzung ist jetzt zu Ende gegangen: Der Rat beschloss auf Antrag von Bürgermeister Norbert Morke mehrheitlich, dem Seniorenbeirat neben dem Ausschuss für Soziales, Familie und Senioren in weiteren fünf Ausschüssen ein Rederecht zu gewähren.

Niederkassel: Tagesseminar

„Es gibt genug zu tun für uns“

Im Mai kam der neue Seniorenbeirat Niederkassel noch online zusammen und wählte Hans-Werner Klinkhammels zum Vorsitzenden, Jochen van Üüm zum Stellvertreter.

Die weiteren Mitglieder sind: Günter Gail, Harald Klippel, Karin Werner-Scharf, Norbert Lukas, Wilfried Weber, Siegfried Voge, Wolfgang Sauer-Masius, Rosa Mundorf und Carin Röer. Der Rat der Stadt bestätigte noch vor der Sommerpause diese Wahl. Bei einem Seminar traf man sich



Die Seminar-Teilnehmer.

Foto: Markus Thüren, Stadt Niederkassel

nun in Präsenz, um sich kennenzulernen, aber auch, um die Arbeit der nächsten Jahre zu planen. Das Seminar leitete Manfred Stranz von der Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen. Der Beirat will sich künftig vor allem

mit folgenden Themen befassen: Mobilität und Beratung, Öffentlichkeitsarbeit, Seniorenwegweiser, Seniorenhilfeplan, Vorträge und vieles mehr. „Es gibt genug zu tun“, so Klinkhammels.

Hans-Werner Klinkhammels



Bochum-Dahlhausen: Sommerfest erfreute nach Corona-Pause Bewohner im Seniorenzentrum

Nach langer Corona-Pause fand das Sommerfest mit Heimbewohnern und Angehörigen am Rosalie-Adler-Seniorenzentrums wieder statt. Einrichtungsleiter Thomas Pankok dankte allen für die Unterstützung in der Pandemie, besonders dem Mitarbeiter-Team, den Angehörigen und Kooperationspartnern. Für beste Stimmung bei Musik, Gesang und Tanz sorgten der Alleinunterhalter Bernd, der neue Bewohnerchor und die Cranger „Gaudibuam“. Sängerin Luisa bot mit Tim Berger mitreißende Stimmungsmusik. Auch humorvolle Ansprachen, Leckeres vom Grill und Reibeplätzchen trugen zur fröhlichen Stimmung bei.

Foto Gert Hille

Geldern: Erste Präsenz-Sitzung des Seniorenbeirats fand nach rund einem Jahr wieder statt

Viel Anerkennung zum Abschied von Norbert Winter

Nach rund einem Jahr Corona-Pause gab es nun für den Seniorenbeirat Geldern die erste Präsenz-Sitzung, die mit einem Frühstück in einem Landcafé gefeiert wurde.

Seniorenbeirats-Vorsitzender Dieter Schade informierte u.a. über die neue zentrale Notdienstpraxis im Gelderner Clemens-Hospital. Ebenso hatten Schade und sein Team wegen der Verkehrssituation am Edeka-Center am Kapuzinerplatz mit einem der Eigentümer über mögliche Verbesserungen gesprochen. Als neues Mitglied wurde Gottfried Kassel im Gremium begrüßt.

Über aktuelle Themen aus dem Bereich Mobilität berichtete Heinz-Theo Angenvoort von der Stadtverwaltung. Er kündigte an, dass die Corona-bedingt bislang verschobene Rundfahrt mit dem



Dieter Schade und die Beigeordnete Agnes Paassen-Hoenzelaers (5.v.r.) verabschiedeten Norbert Winter. Foto: Stadt Geldern

neuen Stadtbuss „De Geldersche“ demnächst nachgeholt werde.

Dieter Schade verabschiedete zum Ende der Sitzung Norbert Winter, der sich 23 Jahre lang für die Belange des Seniorenbeirats eingesetzt hatte. Winter sei immer einer gewesen, der sich auch am Wochenende engagierte, sagte Schade. Er würdigte auch Winters Verdienste um den Senioren-

wegweiser und seine Verteilung im ganzen Stadtgebiet.

Von Norbert Winter stammte auch die Idee, die sogenannte „Nette Toilette“ in Geldern einzuführen. Entscheidend mitverantwortlich war Winter auch für die Kennzeichnung der 600 Ruhebänke im Gelderner Stadtgebiet. Schilder an den Bänken lassen im Notfall direkt den Standort erkennen.

LSV-Vorstands-Seminar

Kompetenz für die Gesundheit

Brigitte Köster, Schatzmeisterin in der LSV und dort auch für das Thema Gesundheit zuständig, schlug ein Vorstandsseminar zur ‚Gesundheitskompetenz‘ vor. H. Hölling vom Patientennetzwerk informierte im digitalen Seminar über Herkunft und Entwicklung des Begriffs. Dabei wurden auch mögliche Inhalte und Umsetzungen diskutiert. Übereinstimmend beschloss der Vorstand, dies als Thema für ein Mitgliederseminar zu wählen.

Impressum

Nun Reden Wir ist eine unabhängige, überparteiliche und konfessionell nicht gebundene Zeitung.
Herausgeber: Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen e. V.
Dunantstr. 30, 48151 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 3200

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.: Jürgen Jentsch
Redaktionsteam: Jürgen Jentsch (Gesamtkoordination), Hildegard Jaekel, 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 im April 2022
Redaktionsschluss: 18. Februar 2022

Seniorenbeirat Gronau bohrte lange ein „dickes Brett“

Neue Boulebahn vervollständigt das Angebot für Jung und Alt

Mehr als vier Jahre lang musste der Seniorenbeirat Gronau das „dicke Brett“ beim Bauamt der Stadt bohren, bis mit finanzieller Hilfe der Bürgerstiftung der Stadt die Boulebahn auf dem früheren LaGa-Gelände hergestellt werden konnte.

Diese Bahn vervollständigt nun das Ensemble des Mehrgenerationenplatzes.

Der Seniorenbeirat freut sich, dass die neuen Anlagen und Möglichkeiten für Freizeitaktivitäten bereits nach kurzer Zeit von vielen Bürgern und Besuchern in Gronau angenommen und genutzt werden - so der Piratenspielplatz zum Toben für die Kleinsten und Kleinen, der

Pavillon als gemütlicher Ort zum Unterhalten oder auch für Kinder- und Senioreng Geburtstage, sieben Bewegungsgeräte für jedermann zum Testen und Steigern der körperlichen Beweglichkeit. Und schließlich die neue Boulebahn als Kommunikationszentrum mit Spaßfaktor.

Samstags ab 15 Uhr lädt der Seniorenbeirat zum Boulen ein für jedermann. Aber auch zu anderen Zeiten kann die Boulebahn genutzt werden. Wer selbst keine Kugeln hat, kann sie sich an der Kasse des Rock'n'Popmuseum kostenfrei ausleihen.

Mathias Frings



Das Foto aus der Vogelperspektive zeigt den Piratenspielplatz (in der Bildmitte), Bewegungsgeräte (unten rechts), den Pavillon mit dem achteckigen Dach rechts ganz unten) sowie die neue Boulebahn als dunkles Rechteck mittig unten.
Foto: Privat



Der neu gewählte Beirat „Leben im Alter“ tagte im ehemaligen Rathaussaal Wattenscheid. Foto: Stadt Bochum

Bochum: Beirat „Leben im Alter“ ließ sich über Mitgestaltung in der Kommune informieren

Statt Spielplatz lieber „Bewegungsplätze“ für alle

Der Beirat „Leben im Alter“ der Stadt Bochum, bisher „Seniorenbeirat“, tagte im großen Saal der Bezirksverwaltung Wattenscheid.

Vorsitzender Hermann Päuser begrüßte dabei Manfred Stranz von der Landesseniorenvertretung NRW. Ausführlich berichtete der Referent über die Aufgaben und Mitgestaltung der Beiräte in den Kommunen.

In der anschließenden Sitzung erfolgte die Entsendung von Beiratsmitgliedern in die Fachausschüsse und -gremien, die dort Senioren-Themen ansprechen und mitarbeiten. Carsten Wendt vom Umwelt- und Grünflächenamt be-

richtete den Teilnehmenden über Park- und Grünflächen, Freiräume und grüne Oasen. Kritisch wurde die Bepflanzung in den Kreisverkehren betrachtet und um Verbesserung gebeten. Hermann Päuser regte ein Treffen mit Beirat und Umwelt- und Grünflächenamt vor Ort an. Außerdem schlug der Beirat vor, neue Spielplätze als generationsübergreifende Bewegungsplätze zu gestalten, die gut erreichbar und quartiersbezogen sein sollten. Auch die Bedürfnisse von älteren Begleitpersonen seien wichtig.

Das Projekt „Vom Hausacker zum Urban Green“ wurde beispielhaft für künftige Projekte emp-

fohlen. Der Beirat bat auch um Prüfung, ob und wie ein Konzept zum Thema „Aufbau Bochumer Demenzdorf“ umsetzbar ist, um demenzspezifische Pflege- und Betreuungskonzepte zu verstärken. Die Demenzkranken leben in Hausgemeinschaften in einer nach außen abgeschlossenen Siedlung.

Zum Thema Friedhofsmobils auf dem Hauptfriedhof wurden ein barrierefreier Zugang sowie der Einsatz auch auf anderen Friedhöfen angeregt. Zum Angebot von Fahrradrikschas sollen Fragen zur Häufigkeit des Einsatzes und der Auslastung geklärt werden.

Gert Hille

Siegen: Neuer städtischer Seniorenbeauftragter Volker Reichmann ist im Amt

Seniorenbeirat freut sich auf die Zusammenarbeit

Volker Reichmann (56) ist der neue Seniorenbeauftragte der Stadt Siegen als Nachfolger von Lars Peter Dörr. Volker Reichmann ist in Siegen geboren und Diplom-Sozialpädagoge. Vielfältige Erfahrungen im Bereich der Behindertenhilfe sowie in der Leitung

zweier stationärer Einrichtungen haben seinen Berufsweg bisher geprägt. Reichmann ist sicher, seine Wissens-, Erfahrungs- und Handlungskompetenzen nutzbringend in seinen neuen Aufgabenbereich einbringen zu können. Zu seinen ersten Schritten dort gehört die

Weiterentwicklung von Informationsmaterialien für die dritte Generation, so die Neuauflage der Broschüre „Älterwerden in Siegen“. In enger Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat will er Bewährtes weiterentwickeln und neue Ideen umzusetzen.

Ernst Göckus

LSV leitete das Treffen der Landesarbeitsgemeinschaft der politischen Seniorenorganisationen

Werner Mushold: Mann der ersten LAGSO-Stunde

In Gelsenkirchen konnten sich die Mitglieder der Landesarbeitsgemeinschaft der politischen Seniorenorganisationen (LAGSO) im Oktober nach fast zwei Jahren wieder in Präsenz treffen.

Mitglieder sind die Landesseniorenvertretung NRW e. V., der Seniorenverband BRH, der DBB NRW, der DGB Bezirk NRW, die GEW Landesverband NRW, die KAB Landesarbeitsgemeinschaft NRW, die LAG Altenpolitik Bündnis 90/Die Grünen, die LIBERALEN SENIOREN NRW, die Senioren-Union NRW, die SPD AG 60 plus NRW, und ver.di NRW.

Im Rahmen des Austauschs über senienpolitische Fragen unter Federführung der LSV wurde als neuer Vertreter des DBB Guido Arens willkommen geheißen werden. Einen Abschied gab es auch: Werner



Werner Mushold (im blauen Pullover) wurde mit großem Dank von den Mitgliedern der LAGSO verabschiedet. Foto: privat

Mushold (86) war in der LAGSO von Anfang an dabei. Das erste Protokoll aus dem Jahr 2001 zog er bei seiner Verabschiedung schmunzelnd aus der Tasche. Er lobte den Austausch in der LAGSO, denn der habe immer sachlich über Partei-

und Organisationsgrenzen hinweg stattgefunden. Jürgen Jentsch, der Vorsitzende der LSV NRW (r. im Bild), dankte Werner Mushold, der auch lange Jahre Vorsitzender des Seniorenbeirats Soest war, herzlich für seine verlässliche Arbeit.

LSV-Tagesseminar für Einsteiger in die Arbeit einer Seniorenvertretung bot viele Informationen



Zu einem Einsteiger-Seminar der LSV NRW trafen sich in Münster Seniorenvertreterinnen und Seniorenvertreter erstmalig wieder „live und in Farbe“. Der Seminartag, natürlich unter Einhaltung der Corona-Schutzregeln, war angefüllt mit Informationen und einem für alle Gewinn bringenden Austausch über die so unterschiedlichen örtlichen Gegebenheiten für die Seniorenvertretungen. Über das rundherum positives Feedback zum Seminar freuten sich der stellvertretende Vorsitzende Karl-Josef Büscher und Barbara Eifert, die das Seminar zusammen gestalteten. Foto: PD