

Liebe Leserinnen und Leser,

wissen Sie, welche Kandidatin, welcher Kandidat und welche Partei Ihre Stimmen bei der Bundestagswahl am 16. September bekommen wird? Viele Organisationen veröffentlichen zurzeit für die ältere Generation erstellte Wahlprüfsteine. Sie richten sich an politische Parteien und sind ein Angebot an alle Seniorinnen, Senioren und in der Seniorenarbeit Engagierte, diese in Gesprächen und Diskussionen z.B. mit Kandidatinnen und Kandidaten zu nutzen.

Im Zentrum der Wahlprüfsteine stehen Fragen, die die speziellen Interessenlagen unserer Generation betreffen und der Verbesserung unserer Lebensbedingungen dienen: wie barrierefreier Wohnraum, Digitalisierung, freiwilliges Engagement und Alterssicherung. Präventive Maßnahmen zum Erhalt der Gesundheit, medizinische und pflegerische Versorgung spielen bei den Wahlprüfsteinen eine zentrale Rolle. In vielen Punkten können wir unsere Position in der Gesellschaft unseres Landes verbessern.

Wir Seniorinnen und Senioren stellen mit ca. 25% der



Wahlberechtigten eine bedeutende Wählerschaft dar. Gern schickt der Bezirks-Seniorenbeirat Ihnen die uns vorliegenden Wahlprüfsteine auf Anforderung zu. Nur wer sich für unsere Belange einsetzt, hat im September unser Kreuz auf dem Wahlzettel verdient.

Ihr Werner Hansen, Vorsitzender

Diese Reform muss gebremst werden!

Sollten die Pläne aus der Pflegereform 2021 tatsächlich umgesetzt werden und das sogenannte Tagespflegebudget halbiert werden, würden alle Kosten der ambulanten Tagespflegebetreuung an den Betroffenen

hängenbleiben. Viele zu pflegende Personen haben nur eine kleine Rente.

Sollte die finanzielle Unterstützung der Pflegekassen wegfallen, hätten die betroffenen Seniorinnen und Senioren das Problem, wie ihre Betreuung zukünftig finanziert werden kann. Sollten die Angehörigen die Pflege übernehmen, müssen diese ihren, auch beruflichen Alltag den Verhältnissen anpassen. Das kann bedeuten, dass Angehörige eventuell ihre Arbeit aufgeben oder einen Teilzeitjob annehmen müssten. Einfluss auf deren finanziellen Ver-



hältnisse, hat die familiäre Betreuung auf jeden Fall. Bisher honoriert die Pflegekasse die Betreuung in vertrauter Umgebung und beteiligt sich an den Kosten für die ambulante Tagespflege. Diese Unterstützung ist eine wichtige Entlastung, damit die Angehörigen weiterhin arbeiten und sicher sein können, dass der/die zu Pflegende gut betreut wird. Der Grundsatz „Ambulant vorstationär“ ist zudem die Alternative zum Einzug der Betroffenen in ein Pflegeheim, wo sie mit einem monatlich geringen Taschengeld auskommen müssen.

Der Bezirks-Seniorenbeirat beharrt auf seiner Einstellung: Alle Menschen haben einen Anspruch, in Würde zu altern. Es gilt ihre Selbstständigkeit, Selbstbestimmung und Teilhabe in allen Bereichen des Lebens zu erhalten und zu fördern.

Der BSB Hamburg-Nord setzt sich nachdrücklich dafür ein, dass die Halbierung des Tagespflegebudgets nicht umgesetzt wird.

Ein (Buch)Tipp für Hamburg-Liebhaber

Immer öfter können wir wieder ohne behördliche Einschränkungen Spaziergänge unternehmen und das schöne Hamburg genießen. Es lohnt sich, da ein besonderes Buch dabei zu haben

„Zu Fuß durch die Hansestadt HAMBURG“.

Dieser originelle Städteführer von Tanja Breukelchen führt sehr kundig und facettenreich durch unsere Stadt. Auf zwölf Spaziergängen bringt uns die Autorin die Gesichter der Freien und Hansestadt näher.

Jeder Streifzug widmet sich einem Thema. So ist der Gang durch die Innenstadt „ein Bad in Geschichte(n)“,

im Grindelviertel entdeckt der Spaziergänger „das jüdische Hamburg“. „Auf den Spuren der Landhauskultur“ befindet sich der Wanderer in Eppendorf, „Wiesen, Wald und Wasser“ bietet der Gang durch den Stadtpark entlang der Alster. In Blankenese wandelt die Autorin „auf den Spuren starker Frauen“. Auf 158 Seiten werden Leserinnen und Leser eingeladen, auf empfohlenen Routen durch Langenhorn, Bergedorf, Wilhelmsburg, Ohlstedt, durch die Hafencity, den Hafen und die Speicherstadt zu spazieren. Eindrücke vom „Leben am Fluss“ vermittelt der Spaziergang am Elbufer.



ISBN 978-3-7700-2183-3
September 2020

Tanja Breukelchen ist 1976 im Ruhrgebiet geboren, wuchs dort auf, studierte in Bochum Geschichte. 2001 kam sie über ein Volontariat an der Journalistenschule Axel Springer nach Hamburg. Heute lebt und arbeitet sie als freie Autorin in der Hansestadt.

www.breukelchen.de

Aktive Seniorinnen und Senioren gesucht

Am 20. 04. 2021 hat der Hamburger Senat die Rechtsverordnung über die pandemie-bedingte Verlängerung der Amtszeit der Mitglieder der Seniorenvertretungen beschlossen.

Dadurch wird das Melde- und Wahlverfahren für die neue Amtszeit um weitere drei Monate verschoben. Bis zum 19. August sollen nun rund 20 Senioren-Einrichtungen dem Bezirksamt erneut ihre Delegierten benennen.

Teilnehmen können auch Interessierte, die 20 Unterstützer im Seniorenalter schriftlich nachweisen können. Noch können sich also über 60jährige, an der Seniorenarbeit Interessierte für die Senioren-delegiertenversammlung (SDV) bewerben. Aus der SDV heraus werden die Mitglieder des Bezirks-Seniorenbeirats gewählt. In der SDV sind breite Bevölkerungsschichten vertreten. Die Kompetenz jeder und jedes Einzelnen ist gefragt. Die Behörden sehen vor, die Wahlen noch im Jahr 2021 durchzuführen.

Zum zeitlichen Ablauf der Wahlen des Landes-Seniorenbeirats (LSB) und der Bezirks-Seniorenbeiräte (BSB):

Die Bezirksämter schreiben Anfang Juli alle ihnen bekannte, delegationsberechtigte Organisationen und Einrichtungen an und informieren die Öffentlichkeit über das Verfahren. Meldeschluss für die SDV ist am 1. August. Am 1. Oktober 2021 beginnt die neue Amtszeit. Bis zum 14. Oktober 2021 konstituieren sich die sieben SDV. Bis zum 11. November 2021 die Bezirks-Seniorenbeiräte. Bis zum 23. Dezember 2021 konstituiert sich der Landes-Seniorenbeirat.

Übrigens: Das politische Engagement von Seniorinnen und Senioren basiert auf dem Seniorenmitwirkungsgesetz aus dem Jahr 2012. Das Gesetz legitimiert das Handeln des Landes-Seniorenbeirats und der sieben Bezirks-Seniorenbeiräte Hamburgs.

Die Senioren-Delegierten-Versammlung (SDV) wählt aus ihrer Mitte die Mitglieder des Bezirks-Seniorenbeirats (BSB).

Werde Delegierte(r)!

Institutionen und Organisationen entsenden Vertreter in die SDV. Lassen Sie sich als Delegierte(r) benennen. Eine Unterstützerliste mit 20 Unterschriften (von Personen 60+ mit Hauptwohnsitz im Bezirk*) erlaubt es, in die SDV zu kommen.

Übrigens....

...im Bezirk Hamburg-Nord haben Menschen mit Behinderung jetzt mehr Mitsprache in Politik und Verwaltung. Ein Inklusionsbeirat soll Empfehlungen zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Behinderung erarbeiten. Dabei wird es zu einer engen Zusammenarbeit mit unserem BSB kommen.

Peter Drews ist Mitglied in beiden Gremien.

Unser Hamburg...

- 7 Bezirke - 04 Stadtteile – 181 Ortsteile
- !.899.160 Hamburgerinnen und Hamburger
- 683.242 mit Migrationshintergrund
- 237.200 erhalten Sozialleistungen
- 339.949 sind armutsgefährdet (17,9 %)
- 42.000 Millionärinnen und Millionäre

- 18 Milliarden und Milliardäre
- 1145 Euro beträgt die Armutsgefährdungsschwelle
- 4365 Euro beträgt der durchschnittliche Bruttomonatsverdienst

(Quelle: Sozialverband Deutschland e.V.)

GPS-Ortung für Menschen mit Weglauftendenz

Die Aufregung ist groß, wenn Menschen mit Demenz und geistiger Behinderung allein und orientierungslos unterwegs sind. Angehörige und die Nachbarschaft oder Pflegekräfte geraten in Aufruhr, machen sich besorgt auf die Suche und müssen oft die Polizei zu Hilfe rufen.

Dieses *Symptom der sogenannten* „Weglauf – oder auch „Hinlauftendenz“, welches eine demenzkranke oder anderweitig behinderte Person veranlasst, sich unbemerkt von ihrem Wohnort zu entfernen und dann ziellos durch die Gegend zu laufen, bedeutet nicht nur für die Angehörigen und Betreuer Stress. Es kann auch für die Kranken selbst etwa im Straßenverkehr oder in unwegsamem Gelände gefährlich werden.

Um die Bewegungsfreiheit für Demenzkranke mit „Weglauftendenz“ erhalten zu können, sind unterschiedliche Arten von Weglaufschutzsystemen entwickelt worden. Da gibt es solche, die Weglaufen verhindern können, wie zum Beispiel Türkontaktsysteme oder sogenannte „GPS-Tracker“, welche helfen, eine „ausgebüxte“ Person umgehend wieder einzufangen.

Der mit der Person oder dem Gegenstand verbundene GPS-Tracker gibt immer die aktuelle Position seines Objekts an einen GPS-Empfänger weiter. Das kann z.B. das Smartphone eines pflegenden Angehörigen sein, der dann sofort handeln kann. In der Regel ist die Ortung über das Smartphone sogar kostenlos

Für Demenzkranke und geistig Behinderte mit „Weglauftendenz“ sollte man möglichst spezielle Ortungsgeräte nutzen. Es gibt mobile Notrufknöpfe mit integrierter GPS-Ortung, die direkt am Körper getragen werden können, wie z.B. als Halskette, als Armband, als Schlüsselanhänger usw. die an der Kleidung befestigt werden können. Außerdem gibt es spezielle GPS-Notruf-Uhren, die auch Alarm auslösen können, wenn der Träger einen bestimmten Bereich verlässt. Eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich.

Ein GPS-Gerät kann als notwendiges Hilfsmittel gelten. Am besten beraten Sie sich vor der Beschaffung von möglichen Geräten mit Ihrem Arzt und bitten ihn, die Notwendigkeit zu bestätigen. Im Anschluss wenden Sie

sich an Ihre Krankenkasse und bitten um die Kostenübernahme für das Hilfsmittel.

Politik für ältere Menschen bedeutet nicht nur Politik für Seniorinnen und Senioren, sondern auch mit ihnen. Die Seniorenräte und Wohlfahrtsverbände sind wichtige Partner der Politik

Die Arbeitsgemeinschaft Öffentlichkeitsarbeit des Bezirks-Seniorenbeirats Hamburg-Nord



Die AG Öffentlichkeitsarbeit: Dr. Ursula Cremerius, „Chef“ Peter Drews, Magrit Fellert, Reinhard Bugarski (von links)

Der Bezirks-Seniorenbeirat (BSB) möchte in der Bevölkerung bekannter werden. Der BSB kümmert sich um die Interessen der älteren Generation. Je mehr Bürgerinnen und Bürger in unserem Bezirk wissen, wer wir sind und was wir tun, desto erfolgreicher können wir mit den Menschen in einen wirkungsvollen wechselseitigen Dialog treten.

Dazu hat der BSB eine engagierte Arbeitsgruppe aufgebaut. Die „AG Öffentlichkeitsarbeit“ hat sich schon mit gutem Erfolg durch zahlreiche Aktivitäten hervorgetan. Außerdem pflegt die AG einen guten Kontakt zur regionalen Presse.

Für öffentliche Auftritte auf Straßenfesten, Messen, diversen Veranstaltungen, die in letzter Zeit leider Pandemiebedingt ausnahmslos abgesagt wurden, haben die AG-Mitglieder ein aktuelles und attraktives Equipment, bestehend aus einem Informationsstand und einem Roll-Up entworfen und angeschafft. Es wurde ein informativer Flyer und ein Wegweiser für Seniorinnen und Senioren gedruckt.

Für ihre Arbeit trifft sich die AG während der Pandemie mittels Zoom-Konferenzen.

Unser BSB ist...

...die Interessenvertretung der älteren Generation gegenüber der Bezirkspolitik und der Verwaltung.

Neues Handy-wie funktioniert es? Und was ist eigentlich Zoom?

Silber & Smart – lautet ein Projekt der Bücherhallen Hamburg. Dort bekommen Sie Antworten auf diese Fragen. Ehrenamtliche Medienboten unterstützen Menschen 60+ kostenlos im Umgang mit Tablet, Smartphone und Internet über die Video-Plattform „ZOOM“. Für Neulinge gibt es die Gruppe „Fit in Zoom“ - immer montags um 11 Uhr. Wer sich schon fit fühlt, kann mittwochs in einem digitalen Treffen ab 10 Uhr sein Können vertiefen. In diesen Zusammenkünften gibt es häufig spezielle Themen, im Mai zum Beispiel „Internet-Recherche“.

Absolute Anfänger*innen können sich auf Wunsch auch telefonisch einzeln beraten lassen, wie man Tablets, Smartphone oder Zoom benutzt.

Anmeldungen zu den digitalen Angeboten unter medienboten@buecherhallen.de oder Telefon 040 / 43 26 37 83.

Hans Loose

Der Senioren-Newsletter-Tipp: Seniorinnen und Senioren erleben mit Schülerinnen und Schülern gemeinsam – kostenlos - Kultur

KULTURISTENHOCH2 ...ist ein Hamburger Generationenprojekt in Kooperation mit Hamburger Schulen und KulturLeben Hamburg e.V.. Oberstufenschülerinnen und -schüler begleiten ältere Menschen ehrenamtlich zu kulturellen Veranstaltungen. Die Gäste sollen älter als 63 Jahre sein und nur ein geringes

Einkommen (ca. 1100 Euro netto) haben. Das soziale Umfeld wird im Alter oft kleiner. Der Wunsch nach

Gemeinsamkeit und Teilhabe am kulturellen und sozialen Leben wird aus Scheu, Geldmangel oder der Angst allein unterwegs zu sein, unterdrückt. Jugendlichen wiederum fehlt oftmals der Kontakt zu der Generation ihrer Großeltern. Theater-, Museums- oder Konzertbesuche hingegen sind vielen von ihnen fremd.

Projekt-Anmeldung für Seniorinnen und Senioren:
Telefon: 040- 46 08 45 35 oder post@kulturisten-hoch2.de oder persönlich in der Geschäftsstelle in der Alexanderstr. 32, 20099 Hamburg - St. Georg. Weiterführende Informationen finden Sie auch online unter: www.kulturisten-hoch2.de

Baum des Jahres 2021: Die Europäische Stechpalme (Ilex aquifolium)



Der Stamm und die Seitenäste wachsen fast waagrecht; kegelförmige Krone, bei alternden Bäumen oval. Die Rinde ist bis zu 10 Jahre lang grün, später grau und glatt, dann zunehmend mit sich ablösenden Rindenschichten strukturiert. Die Blätter sind ca. 6-8 cm lang, die Blattoberfläche ist lederartig, dunkelgrün und stark glänzend; die Unterseite ist heller. Im unteren Kronenbereich sind die Blattränder unverwechselbar mit bis zu sechzehn Blattstacheln besetzt. Die Stechpalme behält Sommer wie Winter ihre Blätter.

Bei der Stechpalme befinden sich männliche und weibliche Blüten auf getrennten Bäumen; Blütenknospen stehen dicht gedrängt in den Blattachsen; die Stechpalme blüht im Mai, gelegentlich bis in den Juni hinein; die Blüten sind etwa bis 8 mm groß, weiß, meist zart rötlich oder cremefarben, haben in der Regel vier Blütenblätter; die Bestäubung findet durch Käfer, Fliegen, Schwebfliegen, Wespen und Bienen statt. Nach der Bestäubung bilden sich kugelige 7-10 mm breite, gestielte Steinfrüchte, sind ab Juli grün, und werden später leuchtend rot; Vögel, vor allem Drosseln, aber auch Tauben fressen sie, allerdings eher als Nahrung;

Die Steinfrüchte sind auch in geringen Mengen für den Menschen giftig und können zu mittelschweren Vergiftungen führen. Viele Stechpalmen sind in Hamburg im Hagenbecks Tierpark zu sehen!

Jedes Ding hat drei Seiten: Eine die du siehst, eine die ich sehe und eine die wir beide nicht sehen.

Chinesische Weisheit

Bezirks-Seniorenbeirat (BSB) Hamburg-Nord
Kümmellstr. 5, 20249 Hamburg
Raum S6 (Bürozeiten nach Vereinbarung)
Telefon (040) 428 04 - 20 65
E-Mail: bsb-nord@lsb-hamburg.de
Regelmäßige Sprechzeiten auch montags von
10 bis 13 Uhr in Langenhorn
Stadtteilbüro Käkenflur 16 h, 22419 Hamburg