Ü60 & jünger Info

BSB-N
Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord

Ausgabe 22 - 05/2025

## Leitlinien für ein altersfreundliches Hamburg

Die nachfolgenden Leitlinien sind bei allen Planungen, Maßnahmen und Angeboten, die die Belange älterer Menschen in Hamburg berühren, zu berücksichtigen:

**1. Differenziertes Altersbild**
Altern ist ein natürlicher Teil des Lebens aller Menschen, dynamisch und sehr individuell. Einseitige, verallgemeinernde Vorstellungen von älteren Menschen werden der Vielfalt der Lebenswelten und -realitäten nicht gerecht. Ein differenzierter Ansatz ist notwendig, in welchem der einzelne Mensch mit seinen persönlichen Erfahrungen, individuellen Bedürfnissen, Fähigkeiten und Potenzialen im Mittelpunkt steht und wertgeschätzt wird.

**2. Vielfalt ist Realität**
Ältere Menschen bilden - wie alle Generationen - keine homogene Gruppe. Beruf, Bildung, sozialen, ökonomischen und familiären Lebenslagen, Herkunftsorte, religiöse, weltanschauliche und kulturelle Prägungen, sexuelle und romantische Orientierungen, geschlechtliche Identitäten, gesundheitliche Lage, Pflegebedürftigkeit oder Behinderung spiegeln die mannigfaltigen Kombinationen wider. Von den vielfältigen Perspektiven und Lebensgeschichten profitiert die plurale, weltoffene Gesellschaft. Die Anerkennung und Wertschätzung von Diversität stellt die Basis des Zusammenlebens in der Stadt dar.

**3. Diskriminierungsfrei altern**
Diskriminierungsfrei und in Würde alt werden zu können, ist ein Menschenrecht. Keine Form von Diskriminierung darf geduldet werden. Ihr wird in allen Handlungsfeldern aktiv entgegengewirkt.

**4. Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit**
Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit sind Grundbedürfnisse des Menschen – unabhängig vom Alter und von der individuellen Lebenslage - und ein hohes Gut. In Struktur und Angebot müssen sich ältere Menschen darin gestärkt und unterstützt sehen, ihren Tagesablauf selbstbestimmt und nach eigenen Wünschen gestalten zu können. Das bietet eine altersfreundliche Stadt.

**5. Partizipation und Mitgestaltung**
Altersfreundliche Strukturen und Angebote sind nicht nur für ältere Menschen da, sondern inkludieren auch Menschen mit Behinderung und Demenz. Senior:Innen sollen als Expert:Innen in eigener Sache nicht nur als Vorschlagende beteiligt, sondern auch aktiv in die Umsetzung von Vorhaben und in der Gestaltung von Angeboten eingebunden werden (Teilgabe). So wird sichergestellt, dass ihre Bedürfnisse und Perspektiven angemessen einbezogen werden.

*Bild:© Hans-Joachim Schumann, KI-generiert*

**6. Etablierung demografiefester Quartiere**
“Demografiefeste Quartiere“ beugen unvorhersehbaren Entwicklungen, wie insbesondere Migrationsbewegungen und Bevölkerungszuwächsen mit Veränderungen in der Altersstruktur vor. Sozialräumlich ausgerichtete Hilfesysteme, ausgebaute ÖPNV mit einer Grundinfrastruktur und einer Nahversorgung sorgen für hohe Lebensqualität, in dessen partizipativ gestalteten Quartieren bürgerliches Engagement und Begegnungen gefördert werden.

**7. Wohnen bleiben im Quartier auch im Falle von Pflegebedürftigkeit**
In demografiefesten Quartieren können auch hochaltrige Menschen mit / ohne Pflegebedarf / Behinderungen bis an ihr Lebensende in einem ihnen vertrauten

Quartier wohnen bleiben. Ausreichend verfügbarer, bezahlbarer, barrierefreier Wohnraum, ergänzend von kleinräumigen Wohn-Pflege-Formen (mit pflegerischer Versorgungssicherheit) schaffen fördernde Strukturen für Selbstständigkeit und Selbstbestimmung.

Dieses sind Auszüge aus einer Mitteilung des Senats an die Bürgerschaft unter dem Titel: Aktionsplan **„Age friendly City- für ein altersfreundliches Hamburg“** aus dem Juli des vergangenen Jahres. Der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg Nord wünscht und erwartet, dass in seiner jetzt beginnenden neuen Amtszeit der Senat und die Bürgerschaft ihrerseits die neu begonnene Legislaturperiode nutzt, um schnellstmöglich viele der beschriebenen Maßnahmen zu verwirklichen.

**Holger Röhrs**
**(Vorsitzender Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg Nord)**

## Gedanken zur „Digitalen Welt“

Mit Nachrichten und digitalen Eingängen auf unseren Computern / Smartphones, dessen Ursprung „Weiterleitungen“ oder „downloads“ sind, muss vorsichtig umgegangen werden. Die Gefahr, sich einen „digitalen Virus“ zu fangen, ist erheblich. Immer sollte die Quelle der Ausgangsdatei hinterfragt werden. Zusätzlich muss die Frage beantwortet werden, ob die bereits bekannten Geräte, die bei der Weiterleitung benutzt werden (ohne Wissen des Nutzers) vielleicht selbst (und ohne Wissen des Eigentümers) bereits verseucht sind. Es ist eine komplexe Kette, bei der ein Ende der Gefahrensteigerung nicht zu erkennen ist.

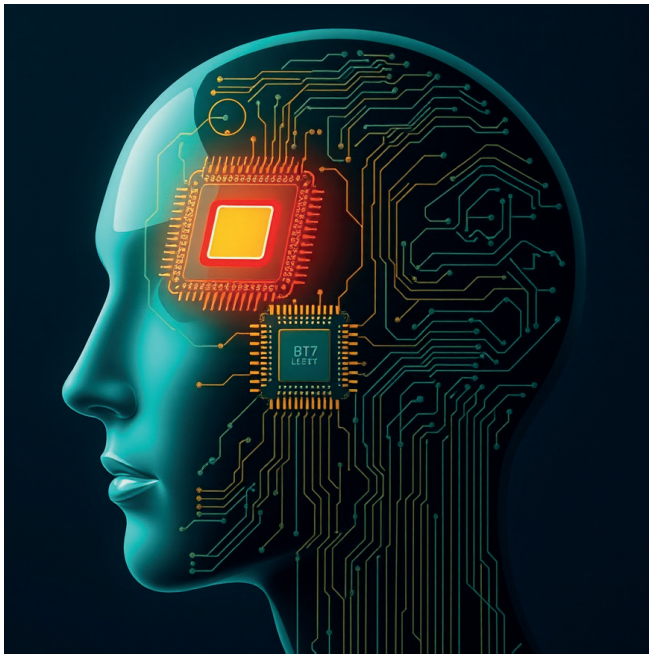

*Bild:© Hans-Joachim Schumann, KI-generiert*

Mit diesen Problemen im Datenverkehr sind private Personen, aber auch Firmen konfrontiert. Spätestens seit dem Beginn des Ukraine-Krieges erlangte das Wort „Abhängigkeit“ eine neue Dimension. Wo immer wir hinschauen, Abhängigkeiten allerorten. Ankündigungen der Betreiber verschiedener „Apps“ scheinen die Nutzerdaten in einem Testlauf mit KI verknüpfen zu wollen. Wer ein solche Beteiligung ablehnt hat aktiv zu werden und in der jeweilige App zu widersprechen. Schauen und prüfen Sie mit welchen „Apps“ und mit welchem Verhalten Sie unterwegs sind. Mögliche Auswertungen der großen Datenströme – die KI hilft sicherlich – könnten Marketingfragen und politische Meinungsbildungen erkennen und - die Gefahr besteht – vielleicht sogar „justieren“. Wäre auf diese Weise sogar das bekannte bürokratische, administrative und politisches Leben in der heutigen Form in Gefahr?

**„Digitale Welt“** wird weiter verfolgt
**Hans-Joachim Schumann**

## Buchtipp

**Kent Haruf**
**„Unsere Seelen bei Nacht“**
2017 erschienen im Diogenes Verlag

*Bild:© Angelika Winkler*

Addie und Louis, beide über 70 und seit langer Zeit allein, sind Nachbarn. Das Wort Einsamkeit ist ihnen nicht unbekannt. Eines Tages kommt die Frau auf die Idee, ihren Nachbarn zu fragen, ob er nicht ab und an bei ihr übernachten wolle, nur so, weil die Einsamkeit des Nachts besonders trostlos ist. Zunächst zögerlich lässt sich der Nachbar darauf ein und es entwickeln sich Rituale, von denen nicht alle begeistert sind, zum Beispiel die erwachsenen Kinder und die direkte Nachbarschaft. Aber die Beiden lassen sich nicht beirren, denn dafür ist das neu gewonnene Leben zu schön. „Es ist mir egal was die Leute denken. Viel zu lang habe ich darauf geachtet, mein ganzes Leben lang. Aber damit ist jetzt Schluss“, sagt Addie dazu. Ganz so einfach

ist es am Ende doch nicht. Die Leser erfahren im Verlauf der „Story“ ganz nebenbei die Lebensgeschichten der Protagonisten und schauen zu, wie sie gemeinsam Hund und Enkel betreuen.

Ein Buch voller Zärtlichkeit und Hoffnung.

**Angelika Winkler**

## Personalkarussell

2025 ist ein regelrechtes Wahljahr für die Hamburger Bürger. Nicht nur der Bundestag, auch die Hamburger Bürgerschaft wurden neu gewählt, Dazu gesellten sich die Bezirksseniorenbeiräte in Hamburg in allen sieben Bezirken und damit auch dem in Hamburg Nord (BSB-Hamburg Nord).

Am 01. April 2025 trafen sich dafür fast 70 Delegierte, abgesandt von Institutionen, Verbänden, Parteien oder gar mit Unterschriftenlisten.

Von diesen Delegierten bezeugten 24 Personen ihr Interesse an der Arbeit im BSB und stellten sich der Wahl der Delegierten. Diese 24 Personen stellten sich in einer etwa 3-minütigen Vorstellung persönlich den Delegierten vor, die damit Gelegenheit hatten über die Qualifikationen der zur Wahl stehenden Person zu erfahren.

Die anschließende geheime Wahl ergab das vorliegende Ergebnis, welches unter dem Vorbehalt der 40 :60 – Verteilung der Geschlechter und der Einwahl von Personen mit Migrationshintergrund zustande kam.

Die nun Gewählten gehen eine 4-jährige, ehrenamtliche Mitgliedschaft im BSB-Nord an, die neben den monatlichen Sitzungen auch Plätze in zahlreichen Regional- und Fachausschüssen des Bezirks einnehmen werden und dort über Rederecht verfügen.

Allen Teilnehmern gebührt Dank und Anerkennung für die Bereitschaft der Verfügbarkeit für eine Arbeit, die – generell gesprochen - die Wertschätzung der Senioren:Innen zum Ausdruck bringt.

Darum wird an dieser Stelle den Wünschen nach dem Erhalt der Gesundheit für jeden Einzelnen und für viel Kraft in der gesamten Amtszeit Ausdruck gegeben.

**Hans-Joachim Schumann**

*Bild:© Hans-Joachim Schumann*

**Namen** v.l.n.r.:
Wolfgang Petersen (Vorsitz SDV), Lothar Haensch, Wolfgang Rose, Gabriele Meusel, Rolf-Dieter Scheel, Rita Bahrdt, Dr. Petra Sellenschlo, Holger Röhrs, Doris Meyer, Hans-Joachim Schumann, Angelika Winkler, Reinhild Kunert, Danuta Podedworny

## Seniorendelegiertenversammlung

Über das Hamburgische Seniorenmitwirkungsgesetz wird die Einrichtung von Seniorenvertretungen sichergestellt. Ziel ist es, den Belangen der älteren Bürger bei Verwaltung und Politik Berücksichtigung und Gehör zu verschaffen. Das soll über die Seniorendelegiertenversammlungen und über die Seniorenbeiräte erreicht werden. In jedem der sieben Hamburger Bezirke sind diese Institutionen etabliert. Delegierte und Mitglieder werden alle 4 Jahre neu gewählt.

In Hamburg Nord fand die Seniorendelegiertenversammlung am 01.04.25 statt, wofür sich 60 Delegierte, 7 Mitarbeitende des Bezirksamtes Hamburg Nord und 5 Gäste trafen. Die Delegierten wurden nach vorheriger Meldung aus Senioreneinrichtungen, Parteien, Sozialverbänden, sozialen Einrichtungen, Vereinen, aber auch aufgrund von Meldelisten benannt und vom Bezirksamt zur Teilnahme eingeladen.

Um die Positionen des(r) Vorsitzenden und dessen Stellvertreter:In zu besetzen kam es zu Wahlvorschlägen und zur Wahl.

Dabei wurde **Herr Wolfgang Petersen** zum **Vorsitzenden**, Frau Doris Heinemann-Brooks zur stv. Vorsitzenden und Herr Michael Stephan zum stv. Vorsitzenden gewählt.

Im weiteren Verlauf leitete der alte und der neue Vorsitzende Herr Wolfgang Petersen erfahren durch die Versammlung, um letztlich die Wahl der Mitglieder im Bezirksseniorenbeirat Hamburg Nord zu ermöglichen.

Für die nächsten vier Jahre wird der Vorstand mit den Delegierten den Seniorenbeirat begleiten. Zusätzlich ruft der SDV mehrmals im Jahr zu Veranstaltungen mit für Ü60 interessanten Themen auf, die von allen Mitbürgern und Mitbürgerinnen besucht werden können.

**Hans-Joachim Schumann**

## Vita der Vorstandsmitglieder BSB HH Nord

**Holger Röhrs**

freut sich über das ihm ausgesprochene Vertrauen bei der Wahl zum Vorsitzenden des neuen BSB HH Nord. Immer nah am Menschen arbeitete er über Dekaden als Berater für Personalwirtschaft bei einer berufsstän-

dischen Genossenschaft. Seine ehrenamtlichen Tätigkeiten als Vorstandsmitglied der SPD Fuhlsbüttel, der AWO HH-Nord und dem Kulturverein „Backstube Fuhlsbüttel“ untermauern seine Einstellung zur Gesellschaft. Nun laufen die Fäden für eine erfolgreiche Legislatur des BSB HH Nord bei ihm zusammen.

**Gabriele Meusel**
Die „junge Seniorin“ arbeitete über Dekaden als Geographin mit dem Schwerpunkt für die Umwelt und Natur in Hamburg. Zusätzlich inspiriert sie das Leben innerhalb von Netzwerken und untermauert damit den Kontakt zu den Menschen, dessen Interessen sie in einer traditionellen Wohngenossenschaft vertritt. Akzente möchte das neue Mitglied im BSB-Vorstand von HH Nord in der Quartiersentwicklung für Menschen 60+ setzen.

**Angelika Winkler**
engagiert sich seit Ihrer Verrentung 2019 in der Seniorenarbeit. Sie wurde nach der Wiederwahl in den BSB HH Nord zur stv. Vorsitzenden und Schriftführerin gewählt. Als Teil der LSBTIQ-Community ist sie Mitglied im Pflegenetzwerk LSBTIQ und kümmert sich um die Bedürfnisse älterer Lesben und Schwulen. Bei der Seniorenarbeit liegt ihr Augenmerk bei der Mobilität und Altersarmut. Gern möchte sie das analoge Leben mit Bargeld in der digitalen Welt erhalten.

**Danuta Podedworny**
ist gebürtige Polin, studierte Chemie und arbeitete über 30 Jahre im Gesundheitsbereich. In Hamburg nimmt sie viele ehrenamtliche Tätigkeiten wahr. Neben Nachbarschaftsprojekten (LENA-Projekt) engagiert sie sich als Digitalmentorin (Intiative digital dabei), um in Kursen die digitale Kompetenz von älteren Erwachsenen zu stärken. Als Vorstandsmitglied des BSB HH Nord möchte sie besonders dazu beitragen, das Thema „Digitalisierung und Alter“ zu fördern.

**Hans-Joachim Schumann**
ist Vors. des Hausbeirates in „seiner“ Seniorenunterkunft und lernte das Leben im öffentlichen Dienst, als Arbeitnehmer und als Arbeitgeber kennen. Als Bürgermeister, im Kreistag und im Vereinsvorsitz wirkte er ehrenamtlich für die Gesellschaft. Wertschätzung und Respekt für die Generation muss ge- und erlebt werden, ist seine Vorstellung. Dafür glaubt der 79-jährige in seiner Tätigkeit für Öffentlichkeits- und Pressearbeit im Vorstand des BSB HH Nord auf der richtigen Position zu sein.

## Seniorenaktivtag

*Bild:© Hans-Joachim Schumann, KI-generiert*

Am **28.06.25** findet von **14:00 – 17:00h** der 3. Seniorenaktivtag in Hamburg Nord statt. Unter Beteiligung vieler Institutionen werden kostenlose Info-Stände, Mit-Mach-Aktionen und Kurzvorträge zu Themen rund um das aktive Älterwerden geboten.
Auch vom BSB Hamburg Nord wird es einen Stand und Ansprechpartner geben.
Die Veranstaltung findet auf dem **Straßburger Platz** und in den Räumen der Frohbotschaftskirche statt.

**Hans-Joachim Schumann**

**Bezirks-Seniorenbeirat (BSB) Hamburg-Nord**
**Kümmellstr. 5 20249 Hamburg**
**Raum S 6** (Bürozeiten nach Vereinbarung)
**Telefon (040) 428 04 - 20 65**
**E-Mail: bsb-nord@lsb-hamburg.de**

**Herausgeber:**
Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord

**Verantwortlich:** Hans- Joachim Schumann

**Redaktion:**
Hans-Joachim Schumann
Holger Röhrs
Gastautorin:
Angelika Winkler

**Layout & Gestaltung:** M. E. Hörhan
www.mehoerhan.com