Landes-Seniorenbeirat Hamburg



LSB-NEWSLETTER AUGUST 2026

Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer 2026 zeigt, wie wichtig eine starke Interessenvertretung für ältere Menschen ist. Ob Hitzeschutz, Digitalisierung der Verwaltung oder die Zukunft der Pflege – viele Entscheidungen wirken sich unmittelbar auf den Alltag von Seniorinnen und Senioren aus. In dieser Ausgabe informieren wir über aktuelle Entwicklungen, beziehen Stellung zu wichtigen Themen und geben praktische Tipps sowie Hinweise auf Veranstaltungen und Angebote in Hamburg.
Viel Freude beim Lesen!

Neues aus der Fachgruppe Klima

Hitzeschutz muss im Alltag älterer Menschen endlich ankommen



Wir benötigen mehr Trinkwasserangebote in den Stadtteilen und eine konsequentere Umsetzung des Hitzeaktionsplans

Sechs Hitzetage allein im Juni 2026 und Temperaturen bis zu 39,4 Grad haben viele ältere Menschen in Hamburg an ihre Belastungsgrenze gebracht. Extreme Sommerhitze ist längst kein Ausnahmeereignis mehr, sondern eine dauerhafte Herausforderung des Klimawandels. Für viele Seniorinnen und Senioren bedeutet sie eine erhebliche gesundheitliche Belastung mit Kreislaufproblemen, Dehydrierung bis hin zu lebensbedrohlichen Notfällen. Besonders betroffen sind alleinlebende Menschen, chronisch Erkrankte und Personen mit eingeschränkter Mobilität.

Das Robert-Koch-Institut (RKI) veröffentlichte Anfang Juli das Ergebnis seiner Untersuchung zu den Folgen der Hitzetage im Juni. Das vom RKI entwickelte Hitzemodell schätzt, dass diese Hitzeperiode bisher zu etwa 5.100 hitzebedingten Sterbefällen in Deutschland führte. Das sind weit mehr Opfer, als der Straßenverkehr in Deutschland im ganzen Jahr fordert (2.700 im Jahr 2025).

Lesen Sie hier weiter

So schützen Sie sich bei hohen Temperaturen

- **Trinken Sie regelmäßig**, auch ohne Durst – am besten Wasser oder ungesüßte Tees. Ideal: 1,5–2 Liter täglich, bei großer Hitze mehr.
- **Vermeiden Sie körperliche Belastung**, insbesondere zwischen 11 und 16 Uhr. Verschieben Sie Erledigungen und sportliche oder anstrengende Tätigkeiten auf den frühen Morgen oder Abend.
- **Halten Sie sich in kühlen Räumen auf** und nutzen Sie öffentliche klimatisierte Orte, wenn es zuhause zu warm wird. Befeuchten Sie Ihre Haut und/oder Kleidung.
- **Lüften Sie sinnvoll**: Sie die Fenster nur in den kühlen Morgen- und Abendstunden und verdunkeln Sie die Räume tagsüber.
- **Tragen Sie luftige, helle Kleidung** und bedecken Sie Ihren Kopf im Freien mit einem Sonnenhut oder Tuch.
- **Benutzen Sie Sonnenschutzmittel:** Am besten wasserfest mit hohem Lichtschutzfaktor, rechtzeitig und cremen Sie nach.
- **Essen Sie leicht:** Frisches Obst, Gemüse, kleinere Mahlzeiten.

(Empfehlungen der Sozialbehörde)

Hilfreiche Links
Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienst (DWD)
Kühle Orte in Hamburg
Kostenloses Trinkwasser in Hamburg
Wie Haus und Wohnung auch im Sommer angenehm kühl bleiben
Verhaltensempfehlungen bei Hitze
Der Hitzeknigge

Neues aus der Fachgruppe Digitalisierung

Wir fordern einen gleichberechtigten Zugang zu Behördendienstleistungen



Die Digitalisierung der öffentlichen Verwaltung bietet viele Vorteile. „Behördengänge" lassen sich einfacher von zu Hause erledigen, Anträge schneller bearbeiten und Wartezeiten verkürzen. Der Landes-Seniorenbeirat Hamburg (LSB) begrüßt diese Entwicklung ausdrücklich.

Mit Sorge betrachtet die Seniorenvertretung jedoch Pläne des Hamburger Senats, künftig digitale Anträge teilweise günstiger anzubieten, während persönliche Antragstellungen vor Ort teurer werden sollen. Dies hatte Bürgermeister Peter Tschentscher am 24. Juni bei der Vorstellung des Haushaltsentwurfs für das Jahr 2027/28 angekündigt.

Erfahren Sie hier mehr

93
Die Zahl des Monats

Wie wollen die Menschen leben, wenn sie pflegebedürftig werden?

Das Bild ist eindeutig: 93 Prozent wollen zuhause gepflegt werden, das ergab eine aktuelle Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse. Und sie möchten nicht anonym verwahrt, sondern individuell begleitet werden.

Laut der aktuellen Pflegestatistik gibt es in Hamburg und Umgebung (metropolregion.hamburg.de) fast 100.000 pflegebedürftige Menschen. Davon erhalten 26.000 vollstationäre Pflege, 14.000 ambulante Pflege und 46.000 Pflegegeld für häusliche Pflege durch Angehörige andere Personen.

Pflege in Not

Alarmierende Entwicklung in der Pflege

Ein Gastbeitrag von Wolfgang Rose, BSB HH-Nord

Die Zahl der Menschen mit Pflegebedarf steigt in Hamburg. 43.000 Pflegebedürftige (45%) werden stationär, 28.000 ambulant (30%) und 24.000 (25%) durch Angehörige gepflegt. Die Zahl wird bis 2030 um geschätzt mindestens 15.000 Pflegebedürftige steigen. Gleichzeitig fehlen Einrichtungen und Pflegekräfte. Umfragen und Studien zeigen, dass die große Mehrheit der älteren Menschen nicht in einem Heim gepflegt werden möchte. Auch die überwiegend negative mediale Berichterstattung über Pflegeheime trägt dazu bei. Sie wünschen sich ein selbstbestimmtes Wohnen zuhause und im vertrauten Wohnumfeld.

Diese sozialen und finanziellen Entwicklungen in der Pflege haben auch die Politik alarmiert. Die Ampel-Regierung hatte beschlossen, von 2025 bis 2029 jährlich 30 Mio. Euro für Modellvorhaben vor Ort und im Quartier aus Mitteln der Pflegeversicherung zur Verfügung zu stellen, wenn das jeweilige Land Mittel in der gleichen Höhe einbringt. Hamburg erhält davon 2,6%, also jährlich 780.000 Euro, die aus dem Haushalt verdoppelt werden müssen. Diese Mittel der Stadt und der Pflegekassen stehen für Pflege- und Unterstützungsangebote im familären, nachbarschaftlichen und Quartiersbereich zur Verfügung.

Lesen sie hier weiter, wie Hamburg mit dem Modellprojekt „Wohnen bleiben im Quartier" einen Lösungsansatz sucht und was die Krise der stationären Pflege mit der Steuerpolitik zu tun hat

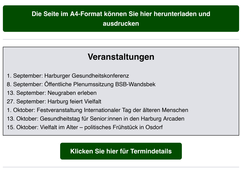


Wussten Sie schon, dass…

der NDR Medienkompetenz-Workshops für Seniorengruppen anbietet?

Unter dem Motto "Fakes entlarven, Qualitätsjournalismus erkennen – wie geht das?" bieten die Referentinnen und Referenten des NDR Übungen, Tipps und weiterführende Informationen an, um das Vertrauen in professionelle Medien wiederherzustellen. Da der NDR diesen Service nur für Gruppen anbietet, organisieren Sie sich in Ihrem Bekanntenkreis und melden Sie sich gemeinsam an.

Hier können Sie sich beim NDR anmelden



Wichtige Rufnummern in Hamburg

Der LSB hat eine Liste wichtiger Notruf- und Informationsnummern im Raum Hamburg zusammengestellt.

Die Seite im A4-Format können Sie hier herunterladen und ausdrucken

Veranstaltungen

1. September: Harburger Gesundheitskonferenz
8. September: Öffentliche Plenumssitzung BSB-Wandsbek
13. September: Neugraben erleben
27. September: Harburg feiert Vielfalt
1. Oktober: Festveranstaltung Internationaler Tag der älteren Menschen
13. Oktober: Gesundheitstag für Senior innen in den Harburg Arcaden
15. Oktober: Vielfalt im Alter – politisches Frühstück in Osdorf

Klicken Sie hier für Termindetails



Wir gehen auf die Straße, wenn es sein muss.
Der "Seniorenblock" auf der 1.Mai-Kundgebung des DGB

Fotocredits: Carlo Preano, Tschoppert, Sellmer, tggraphy, FHH, shvets-production

© 2026 Landes-Seniorenbeirat Hamburg
Brandstwiete 1
20457 Hamburg
Tel.: 040/428 37-1934
E-Mail: newsletter@lsb-hamburg.de

Alle Angaben in diesem Newsletter sind ohne Gewähr.

Datenschutz

Verantwortlich für den Inhalt
Der LSB-Vorstand
E-Mail: lsb@lsb-hamburg.de

Ihr Ansprechpartner
Axel Sellmer, Beisitzer im LSB-Vorstand
E-Mail: newsletter@lsb-hamburg.de

Impressum