Im Browser lesen

Landes-Seniorenbeirat Hamburg



NEWSLETTER NOVEMBER 2026

Liebe Leserinnen und Leser,

wie können Ihnen Menschen mit Behinderungen, ohne dass dadurch Mehrkosten entstehen, die weiterhin persönliche Dienstleistungen zuteil kommen? Und welche Folgen könnte die geplante Pflegereform haben? Mit diesen Fragen beschäftigen wir uns in dieser Ausgabe unseres Newsletters. Außerdem stellen wir Ihnen die Ergebnisse einer Befragung zur Digitalisierung vor und berichten über die Arbeit des Landes-Seniorenbeirats Hamburg. Wir wünschen Ihnen viel Freude und *stetes kostenloses* oder günstiges Internet!

Herzlich bedanken möchten wir uns für die Rückmeldungen, die uns zu unserem letzten Newsletter erreicht haben. Wir freuen uns, dass Sie unsere Arbeit mit Interesse begleiten. Wenn Sie Anregungen, Wünsche oder Kritik haben, schreiben Sie uns gerne an info@lsbh.de.

Viel Freude beim Lesen!
Ihr Landes-Seniorenbeirat Hamburg

Neues aus der Fachgruppe Digitalisierung

Zunehmende Digitalisierung: ja – aber!



Digitale Angebote sind aus dem Lebensalltag nicht mehr wegzudenken und auch sinnvoll. Besonders ältere Menschen, die in ihrem Arbeitsleben noch kaum oder gar nicht mit digitalen Anwendungen in Berührung gekommen sind, müssen jetzt mit Smartphone, Tablet und Co. zurechtkommen.

Dabei gibt es viele digitale Angebote, die gerade älteren oder in der Mobilität eingeschränkten Menschen das Leben erleichtern können. Beispielsweise Online-Einkaufsmöglichkeiten, die auch Lieferungen nach Hause anbieten.

Der LSB stellt anerkannte digitale Angebote vor, die Seniorinnen und Senioren helfen, sich sicher im Internet zu bewegen. Anderseits fordern wir auch eine Reihe aber Dienstleistungen, die „analoge Lebens", also den gleichberechtigten Zugang zu allen Dienstleistungen ohne Zwang zur Nutzung digitaler Angebote.

Nicht bedacht werden dabei die Menschen, die sich aus finanziellen Gründen kein Smartphone oder Tablet leisten können. Insbesondere Rentnerinnen und Rentner, die nur eine kleine Rente erhalten, können sich die Kosten für Geräte und Internetzugang nicht leisten. Gerade sie sind auf Beratungsangebote angewiesen, die sie bei Fragen zu Anträgen, Verträgen und Behördenangelegenheiten unterstützen.

Auch Menschen mit Behinderungen, die auf Assistenz angewiesen sind, können sich Gebühren zu bezahlen als die Bundesgesetzbestimmung vorsieht. So soll z.B. Mobile Kommunikation mit Gebärdensprache nicht kostenlos sondern kostig, die digitalen Angebote müssen barrierefrei sein. Auch Menschen mit Behinderungen sind Teil der Gesellschaft und haben ein Recht auf Teilhabe. Dieses Recht darf nicht durch Kosten eingeschränkt werden.

Das ist nicht hinnehmbar und wird vom LSB stetig abgelehnt!

Der Landes-Seniorenbeirat fordert daher:

- gleiche Gebühren für digitale und persönliche Anfragebehörden,
- Beibehaltung der Möglichkeit, Behördengänge persönlich zu erledigen,
- Schulungsangebote für Seniorinnen und Senioren auch durch analoge Angebote,
- den weiteren Ausbau digitaler Services, ohne bestehende analoge Angebote zu ersetzen,
- kein kostenlose Informations- und Schulungsangebote zur Nutzung der digitalen Dienste, gerade auch für Senioren.

Digitaler Bürgerservice: Bleiben Senioren auf der Strecke? Schauen Sie sich hier unser Bericht des Hamburg Journals an.

Hinweise zu Anbietern von zum Teil kostenlosen Digitalschulungen für Senioren in Hamburg

digital Hilfen

- Weiter entwickelte Digitalschulungen für Senioren
- Individuelle Lernen Zeiten an Arbeiten z.B. Schulungen
- Initiiert ehrenamtliche „Digitalmentoren" vor, die diese Schulungen dann in unterschiedlichen Einrichtungen in der Stadtteilen durchführen

„Sicher & Smart" – Büchereihallen Hamburg

- die Büchereihallen bieten kostenlose Kurse, Tablet-Treffs und Smartphone-Hilfen (auch Einzelberatungen) an. Anmeldung unter: Tel. 040/428 85 2222
- Informationen dazu: Tel. 040/428 85 2222 oder Büchereihallen Hamburg

Hamburger Volkshochschule (VHS) – Computerkurse für Ältere

- war teilw in bestimmte Bereiche der digitalen Welt einzelnen relativ, sie bei den Kursgebühren gibt es Ermäßigungsmöglichkeiten, zum Teil gibt es für Rentner/Alt.o einen Rabatt von 10% auf die Kursgebühr.

Bewegung kennt kein Alter

Bewegung und Sport sind für Senioren mehr als einfache Schlüssel zu Gesundheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität. Regelmäßige, altersgerechte Aktivität stärkt Körper und Geist, bringt Freundschaften und Freude und fördert soziale Kontakte. Entscheidend ist, eine Bewegungsform zu finden, die Freude bereitet und dauerhaft ausgeübt werden kann.

Motivations Tipps

- kurze Einheiten
- feste Zeiten
- in der Gruppe
- kein Leistungsdruck
- Erfolge feiern
- Bewegung gemeinsam mit anderen



Die Bewegungsinitiative für Alltere

Seit 2013 gibt es das Gemeinschaftsprojekt „Mach mit – Bleib fit" von Hamburger Sportbund (HSB) und dem Hamburger Abendblatt mit 6 x

Projektschwerpunkte

Bewegungsangebote in wohnnahen Seniorenvorhaltungen

- Präventive Bewegungsförderung für selbstständig lebende Senior:innen
- Reduzung bestehender Risiene in Stadtteil

Bewegungsangebote in Pflegeeinrichtungen

- Präventive Gesundheitsförderung für pflegebedürftiger Senior:innen
- Förderung von Lebensqualität und sozialer Teilhabe

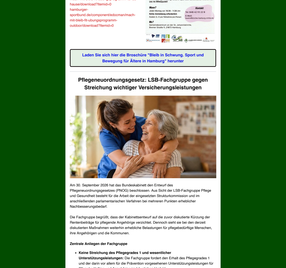
Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz und deren Bezugspersonen

- Präventive Bewegungsförderung für Menschen mit Demenz und Bezugspersonen
- Stärkung von Teilhabe und Lebensqualität im vertrauten Umfeld

Mit sportlich qualifizierten Übungsleiter:innen vermittelt der HSB Sportvereine mit Seniorenvorhaltungen in den Stadtteilen. So bringt die größte Mitgliederorganisation Hamburgs das Thema Seniorensport mit niedrigschwelligen Bewegungsangeboten direkt vor Ort in Bewegung.

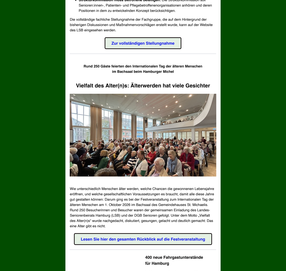
Hilfreiche Links

bewegungsbericht.de/
hamburger-sportbund-aktivieren/sport-der-aelteren/mach-mit-bleib-fit
hamburger-sportbund.de/aktivieren/sport-der-aelteren/mach-mit-bleib-fit/suche-gruppen-mach-mit-bleib-fit
hamburger-sportbund.de/
sportkurs/1-kleinere/gesundheitsschwerpunkte/mach-mit-bleib-fit-uebungsprogramme-fur-zu-hause/kleinere?Item=0
hamburger-sportbund.de/
sportkurs/1-kleinere/gesundheitsschwerpunkte/mach-mit-bleib-fit-uebungsprogramme-outdoor/download?Item=0



Laden Sie sich hier die Broschüre "Bleib in Schwung. Sport und Bewegung für Ältere in Hamburg" herunter

Pflegeneuordnungsgesetz: LSB-Fachgruppe gegen Streichung wichtiger Versicherungsleistungen



Am 30. September 2026 hat das Bundeskabinett den Entwurf des Pflegeneuordnungsgesetzes (PNOG) beschlossen. Auch der LSB-Fachgruppe Pflege sind dabei einige Punkte aufgefallen, die sich negativ auf pflegebedürftige und pflegende Angehörige auswirken könnten. Dazu gehören:

Zentrale Anliegen der Fachgruppe

- **Keine Streichung des Pflegegrades 1 und wesentlicher Unterstützungsleistungen:** Die Fachgruppe fordert den Erhalt des Pflegegrades 1 und der dort vor allem für die Pflegehilfen vorgesehenen Unterstützungsleistungen für Pflegebedürftige und Angehörige in Form von Pflegegeld.
- **Pflegeleistungen frühzeitig anpassen:** Dass jetzt mit der Strukturreformierung zu lange gewartet wurde, ist Ansicht der Fachgruppe Pflege. Eine frühzeitige Anpassung sei notwendig.
- **Finanzierung fair gestalten:** Versicherungsfremde Leistungen sind grundsätzlich aus Steuermitteln zu finanzieren und nicht über Versicherungsbeiträge der Arbeitnehmenden zu finanzieren.
- **Strukturkonvensum muss Betroffene beteiligen:** Die Fachgruppe fordert auch Senioren:innen-, Patienten- und Pflegebetroffenenorganisationen direkt und direkt Positionen in dem zu entwickelnden Konzept beizubringen.

Die vollständige Vorherige Stellungnahme der Fachgruppe, die auf dem Hintergrund der bisherigen Diskussionen und Wahrnehmungsberichten erstellt wurde, kann auf der Website des LSB eingesehen werden.

Zur vollständigen Stellungnahme

Rund 250 Gäste feierten den Internationalen Tag der älteren Menschen im Rechtsamt beim Hamburger Michel

Vielfalt des Alter(n)s: Älterwerden hat viele Gesichter



Wie unterschiedlich Menschen älter werden, welche Chancen die gewonnenen Lebensjahre eröffnen, und welche gesellschaftlichen Voraussetzungen es braucht, damit Teilhabe im Alter gelingt, das waren die Themen des Internationalen Tages der älteren Menschen am 1. Oktober 2026 im Rechtsamt des Hamburger Michels. Rund 250 Besucherinnen und Besucher waren der gemeinsamen Einladung des Landes-Seniorenbeirats Hamburg (LSB) und der SOAK Seniorenstiftung gefolgt, um sich über das Motto des Alterns" sozial nachgedacht, gestritten, gelacht und deutlich gemacht. Das alle eine Alter jetzt und da...

Lesen Sie hier den gesamten Rückblick auf die Festveranstaltung

400
Die Zahl des Monats

400 neue Fahrgastunterstände für Hamburg

In Hamburg sollen insgesamt 400 neue Bushaltestellenunterstände installiert werden. Sie sollen Schutz vor Regen und Wind bieten. Die Hansestadt will damit Bewohnern wichtig für ältere Fahrgäste. Alle neuen Unterstände erhalten elektronische Stromgleichrichtern mit Rückenlehnen und Armlehnen.

Die neuen Unterstände sind Teil der Werbevereinbarung, die der Senat mit der Ende 2021 Ströer sollen. Mindestens 100 Unterstände sollen bis Ende bekommen zudem ein Gründach.

Hamburg – (fast) ohne Kosten



KUNST

Kunsthus Kunst Forum gGmbH
Dienstags zaufer Samstags ermäßigter Eintrittspreis: 8 €
Barrierefrei zugänglich, technische Hörhilfen
kunsthus-kunstforum.de

Deichtorhallen
Dienstag bis Sonntag in Monat 16-21 Uhr
Eintritt frei
Barrierefrei für Menschen mit Gehbehinderung und sehbehinderte barrierefrei für Rollstuhlfahrer, sehbehinderte Menschen
deichtorhallen.de

KULTURVERMITTELUNG
Kulturfenster informieren über barrierefreie Angebote, Museen, Ausstellungen, Theater, Konzerte, Stadtteilkultur, Clubs, Sport, Lesungen.
kulturfenster-hamburg.de

KULTURSTIFTUNGSCHU
Kostenlose Kulturangebote für Senior Hamburgbürger:in Senior:innen mit geringem Einkommen. Begleitung durch Schüler:innen.
Tel. 0160 484 33 52
kulturstiftung-hamburg.de

MUSEEN
Museum für Zeitenströmungen
Di-So 10-18 Uhr, Eintritt frei, 3,5 € Führung für Einzelbesucher:in Ehemalig barrierefrei, Zutritt nicht zugelassenen
zeitenstroemungen.de

Medizinhistorisches Museum
Eintritt für Rentner:innen 4 €, Barrierefrei, Führungen
medizinhistorisches-museum-hamburg.de/geschichte-und-ethik-der-medizin/medizinhistorisches-museum/index.html

BESONDERE FÜR GEDENKSTÄTTEN
Lern- und Gedenkort Evangelische Stiftung Alsterdorf
Geschichte der Ausgrenzung von Menschen mit Behinderung
Dienstags bis sonntags/in
gedenkstaetten-in-hamburg.de/gedenkstaetten/dagmar-und-gedenkort-der-evangelischen-stiftung-alsterdorf

Gedenkstätte Ernst Thälmann
Nicht barrierefrei (3 Treppenstufen)
hamburg.de/gedenkstaette-ernst-thaelmann/

Informationszentrum Zwangsarbeit
Eintritt 3 €, Ramps für Rollstuhlfahrer:innen
hamburg.de/gedenkstaetten/zwangsarbeit/

Gedenkstätte Konzentrationslager und Strafgefängnis Fuhlsbüttel 1933–1945
Eintritt frei, Barrierefrei
gedenkstaetten-in-hamburg.de/gedenkstaetten/gedenkstaette-konzentrationslager-und-strafgefaengnis-fuhlsbuettel-1933-1945/

REPARATIONSWERKSTÄTTEN
Repair Cafés
Repair-Cafés in Hamburgstadtteilen/-marsch/-cafes-hamburg.de/#/#

Möbelwerke Hamburg
Möbel, Kleidung, Haushaltswaren und mehr; Montag bis Freitag 10-18 Uhr, Samstags 10-16 Uhr
moebelwerke-hamburg.de

Zusammengestellt vom BSB Hamburg-Nord

Wussten Sie schon, dass ...
Sie alle Newsletter auch auf unserer Website nachlesen können?

Überzeugen Sie auch Familie, Bekannte und Freunde, sich anzumelden. Wir würden uns freuen.

Nutzen Sie einfach diesen Link und Sie gelangen zur Anmeldung und zu den zahl Versionen der Newsletter.

Veranstaltungen

11. November: Seniorenvertretersammlung Hamburg „Vorsorge für den Ernstfall im Alter"

12. November: Seniorenvertretersammlungsversammlung Bergedorf mit Referentin Frau Heike Claus, Geschäftsführerin von Barmherzig Leben e.V.

17. November: Öffentliche Plenumssitzung BSB Wandsbek

17. November: Seniorenvertretersammlungsversammlung Alsterdorf „Wohnen und selbstbestimmt bis zum Ende..."

18. November: Sitzung BSB-Nord: Selbstbestimmung am Lebensende – wie kann das gelingen?

30. November: Seniorenvertretersammlung Hamburg-Nord, Thema: SEI AKKUF ORDNUNG! Rund Schulwesen & Co.

6. Dezember: Seniorenvertretersammlungsversammlung Wandsbek und Bezirke Seniorenbeirat Wandsbek

Klicken Sie hier für Termindetails



Hamburger Senior:innen beim DGB-Aktionstag gegen Sozialabbau

Am 26. September hatte der DGB kurzerkrankt zu Aktionen gegen einen drohenden Sozialabbau aufgerufen. Unter dem Motto „Wir sind hier und wir sind empörend und stellt" ist auch der Landes-Seniorenbeirat stellt.

Darum hatten sich Hamburger Gewerkschaften, Bergedorf mit Referentin Frau Heike Claus, Geschäftsführerin von Barmherzig Leben e.V.

Unter dem Deckmantel von sogenannten „Reformen" werden derzeit auf Bundesebene Kürzungen beschlossen, die vor allem sozial schwache Menschen treffen. Pflege und Rente drohen, die vor allem auch die ältere Generation hart treffen werden. Gleichzeitig werden Steuergeschenke an Konzerne und Serviere gemacht und Arbeitnehmern, Schülern und Auszubildenden demonstriert.

Herausgeber: Landes-Seniorenbeirat Hamburg
Geschäftsführer: Dr. Jan Wedemeier
Sitz: LSB Hamburg
E-Mail: info@lsbh.hamburg.de

Redaktion:
Dr. Jan Wedemeier
Tel. 040/42854-4153
E-Mail: info@lsbh.hamburg.de

© 2026 Landes-Seniorenbeirat Hamburg
Alle Rechte vorbehalten
Newsletter-Archiv
Impressum
Datenschutzerklärung
Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie sich dafür angemeldet haben.
Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserer Arbeit.
Falls Sie keine weiteren Newsletter mehr erhalten möchten, können Sie sich hier abmelden.

Abmeldelink