

Nun Reden Wir



Ohne Partizipation keine solidarische Gesellschaft

Ohne Partizipation kann eine solidarische Gesellschaft nicht gelingen. Weil sich die Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen (LSV NRW) nach dieser These - und Forderung! - einsetzt für die Teilhabe älterer Menschen an allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens, deshalb haben wir der aktuellen Ausgabe unserer Zeitung diesen Schwerpunkt gegeben.

Die Strukturen in den kommunalen Seniorenvertretungen sowie im Dachverband Landesseniorenvertretung sind bewährte „Anker“ für praktizierte und bewährte Teilhabe vor Ort: Eine Vielzahl von Bürgermeistern hat

die gelebte Teilhabe der älteren Bürgerinnen und Bürger ihrer Kommunen bereits als unverzichtbar und Frucht bringend für alle Generationen gelobt - Sie finden Beispiele dafür in jeder Ausgabe dieser Zeitung sowie auf der Homepage (www.lsv-nrw.de).

Mit Stolz darf sich die Landesseniorenvertretung NRW wohl als Motor der Partizipation bezeichnen: Das Projekt Altengerechte Stadt und sein Nachfolger „PiA“ (Partizipation im Alter), das in Gladbeck, Bergheim, Troisdorf und Tönisvorst startete, stehen für die bewusste Beteiligung Älterer an der Planung ihrer eigenen Lebens-

welt. Anerkannt, finanziell gefördert und wissenschaftlich begleitet, sind Initiativen dieser Art Beispiele für neue Wege und neue Altersbilder.

„Auch die älteren Generationen sind alles andere als eine uniforme, graue Masse“, so sagte die neue Ministerin Barbara Steffens bei einer PiA-Tagung.

Recht hat sie! Viele Kommunen profitieren bereits von aktiven Seniorenvertretungen - sie zeigen, dass Partizipation Älterer erwünscht ist.

Arbeiten wir auch im neuen Jahr mit Elan gemeinsam daran weiter, das wünscht sich

Ihre Gaby Schnell

Aus dem Inhalt

Schwerpunktthema	2 – 3
Aus dem Vorstand	4 – 6
Schwerpunkt	8
LPfA	9
Kultur und Alter	11
Aus den kommunalen Seniorenvertretungen	10 – 15
Die positive Stimme	16
Impressum	16
Titelfoto: Pixelio/Altmann	



**Vorstand und Redaktion der „NRW“ wünschen allen Leserinnen und Lesern ein gesegtes Weihnachtsfest und ein gutes, gelingendes Jahr 2011!
Wir danken für Ihre Mitarbeit und Ihr reges Interesse im vergangenen Jahr!**

Partizipation ist mehr als Teilhabe: Sich informieren, mitreden, mitgestalten und selbst organisieren

Mit anderen für andere engagiert sein

Menschen, die zur Generation Erfahrung gehören und endlich Zeit haben, etwas für sich und mit anderen etwas für andere tun zu wollen, werden zunehmend aktiv, so der Deutsche Alterssurvey (der DEAS ist eine bundesweit repräsentative Quer- und Längsschnittbefragung von Personen, die sich in der zweiten Lebenshälfte befinden, d.h. 40 Jahre und älter sind, siehe unter www.dza.de).

Mancher entscheidet sich für die Mitwirkung in einer Seniorenvertretung. Dieses Mittun in einer kommunalen Seniorenvertretung (SV), auch Seniorenbeirat oder Seniorenrat genannt, stellt eine gute Möglichkeit dar, sich freiwillig mit anderen für andere einzusetzen, d.h. Partizipation zu praktizieren.

In den 16 Bundesländern Deutschlands gibt es derzeit ca. 1200 solcher Seniorenvertretungen, in Nordrhein-Westfalen allein 147, Tendenz steigend! Damit verfügen rund 35 Prozent der 396 Städte und Gemeinden (= Kommunen) unseres Landes über Seniorenvertretungen. Bedenkt man, dass es sich bei Seniorenvertretungen um freiwillige Einrichtungen der Kommunen handelt und dort Menschen ehrenamtlich tätig sind, ist dies eine erhebliche Anzahl, wenn auch noch nicht ausreichend!

Seniorenvertretungen bieten Strukturen für bürgerschaftliches Engagement und stellen dabei eine erprobte Möglichkeit und Form für ältere Menschen dar, am öffentlichen Leben in ihrem Wohnort und in ihrer Wohnumgebung teilzuhaben. Diese Teilhabe wird auch mit dem lateinischen Begriff



In Rheda-Wiedenbrück steht diese Figurengruppe - offenbar eine bunt gemischte, nicht mehr ganz junge Runde, die den Betrachtern unternehmungslustig und aktiv entgegenblickt. Die Forderung nach Teilhabe, Partizipation, scheint für sie ganz selbstverständlich zu sein.

Foto: Pixelio/Thomas Max Müller

Partizipation bezeichnet. In der so genannten „Gemeinwesen orientierten Seniorenarbeit“ in den Kommunen ist damit ein Konzept verknüpft, das weit über den Begriff „Teilhabe“ hinausgeht. Das Konzept der Partizipation fragt z.B. auch nach Rahmenbedingungen, die das Engagement unterstützen (d.h. Ermöglichungsstrukturen) und nach den jeweiligen Motiven und Bedingungen für das Eingreifen alter Menschen in städtisches Geschehen und generell in gesellschaftspolitische Prozesse. Es umfasst die gesamte Palette des bürgerschaftlichen Engagements, eben alles das, was Menschen freiwillig ins Gemeinwesen einbringen.

So engagieren sich SV z.B. bei Protesten gegen Bahnhofsschließungen, für gesundheitsfördernde Projekte, für

Pflegebegleiter oder generationsübergreifende Aktivitäten. Partizipation meint also immer sowohl die gesellschaftspolitische Mitwirkung als auch das bürgerschaftlich helfende Engagement.

Partizipation kann mit vier aufsteigenden Ebenen beschrieben werden: 1. sich informieren, 2. mitreden, 3. mitgestalten und 4. selbst organisieren. Die Arbeit von Seniorenvertretungen kann alle vier Ebenen umfassen.

Seniorenvertretungen haben mit ihren vielfältigen Aktivitäten nicht nur Attraktivität für den einzelnen Menschen, sie stellen auch eine Chance für Kommunen dar: Nämlich die Potenziale des Alters zu nutzen. Und es werden immer mehr ...

Barbara Eifert, FFG

Dr. Dietmar Köster, FoGera



Zwischen Arbeit und Ruhestand: 31 Jahre Erfolgsgeschichte von ZWAR

Soziales Netzwerk ist eine Plattform für Teilhabe

Soziale Netzwerke älterer Menschen wie die ZWAR-Verbünde („Zwischen Arbeit und Ruhestand“) in NRW leisten einen wichtigen Beitrag zur Gestaltung des Übergangs von der Familien- und Erwerbsphase in den so genannten Ruhestand und zur gemeinsamen Gestaltung des Alterns.

Sie sind Plattform für gesellschaftliche Teilhabe und bürgerschaftliches Engagement Älterer. Menschen ab 50 finden darin neue Kontakte zu Anderen in der gleichen Lebenssituation, neue Sinn stiftende Tätigkeiten und Aufgaben, gegenseitige Hilfe und Unterstützung, möglicherweise sogar eine neue soziale Heimat.

Zur Zeit gibt es in Nordrhein-Westfalen in gut 50 Kommunen ca. 150 stadtteilbezogene ZWAR-Netzwerke mit über 1600 Interessen- und Projektgruppen. ZWAR-Netzwerke sind selbst bestimmt und selbst organisiert, ein besonderes Merkmal ist ihre Langlebigkeit: Die ältesten Netzwerke sind 31 Jahre alt!

Das ZWAR-Konzept

ZWAR Netzwerke werden von der ZWAR-Zentralstelle NRW in Kooperation mit Partnern aus dem sozialen Bereich und der Kommune gegründet – im Rahmen Träger übergreifender Beratung und Entwicklung der sozialen Arbeit mit Älteren in der Stadt. Alle BürgerInnen zwischen 50 und 65 im Stadtteil werden zu einer Informations- und Gründungsveranstaltung eingeladen, auf der das ZWAR-Konzept vorgestellt wird. In moderierten Kleingruppen geht es um erstes Kennenlernen, den Austausch über die ak-

tuelle Lebenssituation, um Wünsche und Interessen sowie um das, was die Menschen gerne mit anderen gemeinsam tun würden. Die TeilnehmerInnen erleben, dass auch andere im Stadtteil ähnliche Erfahrungen, Probleme und Interessen haben.

Basisgruppentreffen

Die 14-täglichen so genannten „Basisgruppentreffen“ des neuen Netzwerks fördern das Kennenlernen,

ZWARlerInnen aus Datteln präsentieren sich und ihr Gruppenleben.

Foto: W. Nötzold



es werden Aktivitäten geplant, die in kleineren Gruppen durchgeführt werden. Mit der Zeit bilden sich feste Interessen- und Projektgruppen.

Die Netzwerkbegleitung, ein pädagogischer Mitarbeiter des lokalen Kooperationspartners, moderiert diese Treffen, unterstützt das Kennenlernen, fördert den Gruppenprozess, spiegelt Konflikte und hilft, Wege zu deren Lösung zu gehen. Die Teilnehmenden werden zu Eigeninitiative und Eigenverantwortung durch das Einbringen ihrer Vorschläge und Wünsche ermutigt. Ziel ist aber auch die Entwicklung stabiler Beziehungen und Strukturen.

Nach zwei Jahren hat das Netzwerk gelernt, sich selbst zu moderieren, und es sind tragfähige Beziehungen

und Strukturen gewachsen. Gefestigt werden die Beziehungen durch das Prinzip der Selbstorganisation: Ein ZWAR-Netzwerk hat keine Satzung, keine formale Struktur und Leitung. Wie sich die TeilnehmerInnen organisieren, wird untereinander geklärt. Das bietet große Freiräume und ist mit vielfältigen Lernprozessen verbunden – ZWAR-Netzwerke sind Lernfelder für soziales Lernen in der Gruppe. Und die meisten Netzwerke wirken aktiv mit im Stadtteil und in der Kommune – am

Runden Tisch Seniorenarbeit, im kulturellen Leben usw.

Das Altersbild verändern

Für die Gesellschaft bietet ZWAR Konzepte, bewährte Strategien und Strukturen für neue Erfahrungen, für Engagement und Mitgestalten Älterer. Die auf den Prinzipien von „gelebter Nachbarschaftlichkeit im Alter“, „gegenseitiger Unterstützung“ und der „Entdeckung und Entfaltung bisher ungenutzter Ressourcen“ aufbauende Praxis trägt dazu bei, das Altersbild zu verändern – auch das Bild, das die Älteren von sich selbst haben!

Informationen unter www.zwar.org

Wolfgang Nötzold

Vorstand der LSV NRW traf die neue Ministerin Barbara Steffens „Leben im Alter soll Spaß machen“

Zu einem Antrittsbesuch empfing Ministerin Barbara Steffens jetzt den Vorstand der Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen (LSV NRW).

Das Thema Alter und Pflege soll als ineinander übergehender Bereich methodisch aufgearbeitet werden, wobei die Selbstbestimmung im Alter eine wichtige Rolle spiele. Obwohl viel von der nachberuflichen Phase geredet werde, lägen dafür kaum Planungen vor, geschweige denn Antworten.

Das Bild der Gesellschaft von den Älteren habe sich erheblich gewandelt, so die Ministerin. Statt wie früher von Wertschätzung und Lebenserfahrung zu reden, gehe es heute in der öffentlichen Wahrnehmung häufig nur um die „Kostenlast“. Diese Verschiebung der Werte müsse aufgearbeitet werden. Wer etwa Arbeitnehmer mit 55 Jahren entlasse, der müsse sich fragen lassen, warum er seine Arbeitsstrukturen nicht der Realität angepasst habe. Steffens: „Hier muss dringend ein Umdenken stattfinden!“. Auch wegen der längeren Lebenserwartung gelte es, durch generationsübergreifende Initiativen und Projekte das „Loch“ nach dem Berufsleben zu überbrücken und mit

neuen Aufgaben zu füllen.

Da sich leider viele Kommunen darauf noch nicht eingestellt hätten, sei es umso wichtiger, dass sich Seniorenvertretungen vor Ort einbrächten. Dabei bedeute für jede Kommune die Partizipation ihrer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger einen Mehrerwerb, den es auszuschöpfen gelte. Betroffen seien besonders auch ältere Migranten, denn sie verlören mit der Arbeit auch ein wichtiges Bindeglied in die Gesellschaft. Hier brauche es „Angebote zwischen den Welten“.

Auch das Leben im Alter solle Spaß machen. Dabei dürften die Alten auch einmal unbequem sein. Hier könnten die Seniorenvertretungen immer mit der Hilfe aus ihrem Ministerium rechnen, so Steffens. Neue Menschenbilder müssten Erfahrungen und Veränderungen widerspiegeln.

In der lebhaften Diskussion wurde deutlich, dass man die Ausführungen der Ministerin teilt - auch ihr neues Leitbild zur Bewusstseinsveränderung. Beide Seiten versprachen, die schon enge Zusammenarbeit weiter auszubauen.

Jürgen Jentsch



LSV-Vorsitzende Gaby Schnell (Mitte, links) und ihr Vorstandsteam traf die neue NRW-Ministerin Barbara Steffens (5.v. r.) zu einem Gespräch. Foto: PD



Weder weite Wege noch ungewohnte Orte scheuen aktive Seniorenvertreter und -vertreterinnen, wenn es um Werbung für die ehrenamtliche Arbeit in den bisher 147 Vertretungen geht. Auch für 2011 lautet das Motto: Mitmachen, 'runter vom Sofa und mit vereinten Kräften für die Sache mit zupacken! Dann sollte im kommenden Jahr die 150. Seniorenvertretung in Nordrhein-Westfalen zu begrüßen sein! Wir sind gespannt, wo sie gegründet wird. Foto: Privat

Internet-Seminar in Münster

Ein Baustein

Eindrucksvoll präsentierte Medienexperte Frank-Uwe Bauch auf einem LSV-Seminar in Münster Beispiele für Internetarbeit.

Aller 18 Teilnehmenden konnten sich mit ihren Erfahrungen einbringen. Der Referent zeigte weniger gute, vor allem aber gelungene Internetauftritte, die wichtige Bausteine der Seniorenarbeit sein können. Neben den gesetzlichen Vorschriften muss vor allem die Barrierefreiheit eingehalten werden. Leider spielen auch hier die Kosten eine erhebliche Rolle. Von daher könnte eine eigene, von der Seniorenvertretung gestaltete Seite auf der kommunalen Homepage eine Alternative sein.



LSV-Büro: Umzug an den Friesen- ring ist geschafft



Die Landesseniorenvertretung NRW e. V. ist umgezogen: Das Büro befindet sich jetzt am Friesenring 32 in 48147 Münster. Nicht geändert haben sich die Daten zur Kontaktaufnahme:

Tel: (02 51) 21 20 50

Fax: (02 51) 2 00 66 13

E-Mail: info@lsv-nrw.de

Internet: www.lsv-nrw.de

Die Mitarbeiterinnen, Karin Rohkamm und Ulrike Greiwe, stehen Ihnen wie bisher bewährt bei allen Fragen und Wünschen zur Seite.

Internet-Seminare

Die Verbraucherinitiative e.V. lädt zu Seniorenverbraucherkonferenzen 60+ „Sicher im Internet“ ein: Am 17. 1. im Kreishaus Recklinghausen, am 19. 1. im Ratssaal in Eschweiler, am 27. 1. in Minden, Treffpunkt Johanniskirchhof, am 28. 1. in Moers, Bildungszentrum, am 4. 2. in Holzwickede, Aloys-Gemeke-Haus. (www.verbraucher.org)

Umstrittene Zukunftswerkstatt im Ministerium

Neue Studie zur Demografie

Zum Thema Demografischer Wandel in den NRW-Kommunen hatte das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter (MGEPA) eingeladen. Von der LSV nahmen u.a. die Vorsitzende Gaby Schnell sowie Luzia Höyng, Seniorenvertretung Rhede) sowie Dieter Pohl, Seniorenvertretung Minden, und die wissenschaftliche Beraterin, Barbara Eifert, teil.

Hintergrund war die Frage der neuen Landesregierung, wie sich die Kreise, Städte und Gemeinden auf die Herausforderungen des demografischen Wandels einstellen.

Hierzu hat das Ministerium die Universität Siegen mit dem Projekt „Kommunales Demografiemanagement“ beauftragt, dessen zentraler Bestandteil eine Befragung von kommunalen Beschäftigten sowie Mandatsträgern in allen Kommunen NRW sein wird.

In einer ersten Zukunftswerkstatt sollten Schwerpunkte und Anlage der Befragung beraten werden. Aus dem Teilnehmerkreis wurde wiederholt der Hinweis gegeben, dass ähnliche Studi-

en aktuell vorliegen. Außerdem wurde energisch die Benennung des Mehrwerts der Studie eingefordert.

Die Städte- und Gemeindevertreter erwarten einheitlich eine Rahmenvorgabe des Landes, auf die aufgebaut werden könne. Die LSV NRW wies darauf hin, dass das „Rad nicht neu erfunden werden muss“,



da die Zusammenarbeit mit dem Land bislang auf sehr soliden Beinen stand.

Staatssekretärin Marlis Bredehorst (Foto) kam gegen Ende der Veranstaltung und stellte sich zunächst vor. Mit ihrer Frage nach dem Ziel von „Zukunftswerkstatt und Studie“ traf sie nach Ansicht der Teilnehmenden zweifelsfrei ins Schwarze: Niemand konnte darauf präzise antworten.

Aus dem Teilnehmerkreis wurden in der Diskussion unterschiedliche Erwartungen geäußert, die sich am ehesten in dem Begriff des „Erreichens einer solidarischer Gemeinschaft“ zusammenfassen lassen.

Nach Auswertung der Vorschläge wird ggfs. eine Fortsetzung der Zukunftswerkstatt erfolgen. Die neue Studie soll im Dezember 2011 abgeschlossen sein.

Neue Staatssekretärin Marlies Bredehorst im Porträt

Ein von Recht, Musik und Sport bewegtes Leben

Marlis Bredehorst ist neue Staatssekretärin im Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter.

Die Hamburgerin studierte Rechtswissenschaften bis zum Prädikatsexamen und schloss ein Diplom-Soziologie-Studium an. Sie organisierte u. a. bundesweite Frauenmusikwochen und gab eine Frauenmusikzeitung he-

raus, doch auch der Sport bewegt sie.

Nach diversen Lehraufträgen begann sie ihre Laufbahn im Amt für Arbeitsrecht., wurde stellv. Leiterin der Rechtsabteilung und übernahm die Geschäftsführung der Landesunfallkasse. Mit dem Wechsel nach NRW wurde sie Direktorin des Rheinischen Gemeindeunfallverbandes und 2003

Beigeordnete und Dezernentin in Köln für Soziales, Integration und Umwelt. Bredehorst ist Mitglied von Bündnis 90/Die Grünen. Im Juli 2010 erfolgte ihre Berufung zur Staatssekretärin. Die Landesseniorenvertretung freut sich auf die Zusammenarbeit und wünscht ihr für ihre Arbeit viel Glück. .

Jürgen Jentsch



Die Teilnehmer des Seminars waren sehr angetan vom Angebot. Foto: Theisohn

Wochenseminar der LSV NRW bot spannende Themen Viel Raum für den Praxisbezug

Für das Wochenseminar der LSV in Königswinter hatte Vorstandsmitglied Dr. Martin Theisohn die Planung übernommen. Gemeinsam mit Hilde Jaekel begleitete er die 20 Teilnehmer. Wichtiges Ziel: Alle sollten sich möglichst aktiv ins Gespräch, in Praxisphasen und in Arbeitsgruppen einbringen.

Die Vorsitzende der Landesseniorenvertretung NRW, Gaby Schnell, begrüßte die Frauen und Männer aus Seniorenvertretungen, aber auch aus anderen Bereichen.

Zum Einstieg präsentierte Martin Theisohn anhand einer PowerPoint-Präsentation Wissenwertes rund um die Arbeit der LSV, wozu ausgiebig diskutiert wurde. Beim folgenden Angebot - Kommunikation, Umsetzen von Themen in der SV -, zu dem Ilona Stehr referierte, wurde in Praxisphasen der Fahrplan für die Entwicklung eines Themas in der SV erarbeitet. Rolf Kauls und Holger Kosbach (Gladbeck) stellten ihre Arbeit zum PiA-Projekt (Partizipation im Alter) vor.

Über Sport und Bewegung referierte Hartmut Knappmann aus Gladbeck. Bei den Angeboten dort geht es nicht

um sportlichen Wettstreit, sondern um Spaß, Gesellschaft und Austausch. Viele Übungen begleiteten das Referat.

Bei einem Ausflug lernten die Teilnehmer die Sozialbetriebe Köln (SBK) kennen. Dabei gab es auch eine kleine Demonstration des Videospiels Wii, das auch für Hochbetagte und Körperbehinderte Bewegungsspiele ohne Kraftaufwand möglich macht.

Zum LSV-Schwerpunktthema Kriminalprävention und Opferschutz informierten Lutz Hohaus und Bernd Niesmann vom Landeskriminalamt. Wie man „Angstsituationen meistern“ kann, dazu gab Andreas Nakic, Köln, Tipps. Es ging dabei um respektvolle Interaktion zwischen Alt und Jung, wobei Rollenspiele vieles deutlich machten. Dieses Angebot bewerteten die Teilnehmenden besonders gut.

Mit Psychologie und Hilfen für Opfer beschäftigte sich schließlich Johannes Stanitzek, Remscheid: Ein schwieriges Thema, bei dem es eben keine einfachen Rezepte gibt.

Das Fazit der Seminar-Teilnehmer: „Es hat uns viel gebracht!“

Martin Theisohn

AK Gemeindeordnung Verbindlichkeit soll wachsen

Nach dem Beschluss der Mitgliederversammlung tagte jetzt erstmals der „Arbeitskreis Gemeindeordnung“ (AK GO) der LSV NRW, um über unterschiedliche Bewertungen und Einrichtungen örtlicher Seniorenvertretungen Klärungen herbeizuführen und mehr Einheitlichkeit in der Argumentation zu schaffen.

Dabei wurde zum einen die ideale und finanzielle Unterstützung von Parlament und Landesregierung für die Dachorganisation der örtlichen Seniorenvertretungen, die LSV NRW, als wichtige Grundlage der Arbeit genannt, denn mit dieser Förderung wird auch eine verbindliche Anerkennung der Organisation und ihrer Mitglieder sichtbar. Allerdings: Die Existenz und inhaltliche Arbeit örtlicher Seniorenvertretungen hängt noch immer allein vom jeweiligen Bürgermeister und/oder dem Gemeinderat ab. Es wünschten sich alle Teilnehmenden mehr Durchsetzungskraft und Verbindlichkeit für Seniorenvertretungen.

Zwei Ziele

Der AK einigte sich auf zwei Ziele:
1. An der Einbindung von Seniorenvertretungen in die Gemeindeordnung NRW (GO NRW) soll stetig gearbeitet werden. Allerdings gibt es dafür derzeit keine mehrheitliche parlamentarische Unterstützung.

2. Die Seniorenvertretungen sollen durch Qualitätsverbesserungen mehr Mitglieder gewinnen, und zwar durch gemeinsame Strategie von Vorstand und Mitgliedern.

Anfang Januar trifft sich der AK GO erneut, um seine Arbeit fortzusetzen.



Der 2010 neu gewählte Wülfrather Seniorenrat.

Foto: PD

Wülfrather Seniorenrat im Einsatz für eine lebenswerte Stadt

Schritt für Schritt zu Erfolgen

Der Seniorenrat der Stadt Wülfrath besteht zwar schon seit 1992, doch die erste Urwahl fand erst in 2006 statt. Nach der vierjährigen Amtszeit wurde jetzt ein neues Team gewählt.

41,99 Prozent der Bürger und Bürgerinnen ab 60 machten von ihrem Wahlrecht Gebrauch und bestimmten die elf stimmberechtigten Mitglieder. Dem Gremium gehören fünf weitere, nicht stimmberechtigte Mitglieder an.

Die Seniorenratsmitglieder sind in fast allen Wülfrather Ausschüssen als sachkundige Bürger mit Rede- und Antragsrecht vertreten. Bisher konnten die Mitglieder u.a. erreichen, dass alle Supermärkte eine Sitzmöglichkeit

für Kunden eingerichtet haben. Außerdem bekam die holprige Altstadt-pflasterung einen glatten Gehstreifen, der sowohl Gehbehinderten als auch Menschen mit Kinderwagen zugute kommt. Die Mitglieder bemühen sich engagiert um Verbesserungen wie sichere Fußgängerüberwege und akustische Ampelanlagen, um die Stadt noch lebens- und lebenswerter zu machen.

Im Übrigen hält der Seniorenrat regelmäßige Bürger-Sprechstunden ab, gibt jedes halbe Jahr eine Zeitung heraus und hat auch einen Internet-auftritt.

Gertrud Brüggemann, Vorsitzende

Seniorenbeirat Meschede

Notfallkarte und Broschüre

Ein ganzes Themenbündel hatte der Seniorenbeirat der Stadt Meschede bei einem Pressegespräch mit Bürgermeister Uli Hess anzubieten - das Medienecho in der lokalen Presse war entsprechend groß.

So wurde die neue Notfallkarte vorgestellt: Wenige, aber wichtige Angaben darauf helfen im Notfall den Rettern, den Patienten richtig zu behandeln. Manfred Breider als Vorsitzender des Seniorenbeirates scheute sich nicht, auch schwierige Themen anzusprechen wie die Frage der Notfallpraxen, Beratung zur häuslichen Pflege - hier wird eine Tagung geplant - oder das Thema Wohnen im Alter.

Erfreulich: Die mittlerweile vierte Ausgabe der Orientierungsbroschüre „Leben im Alter in Meschede“ liegt vor und bietet der wachsenden Zahl älterer Menschen viele nützliche Informationen: Kontaktadressen und Freizeitangebote. Außerdem nennt sie Ansprechpartner und fasst die rund 40 Arbeitskreise zusammen, die sich in der Stadt mit Fragen der Senioren beschäftigen. *HH*

Kreis Minden-Lübbecke: Intensive Vernetzung sorgt für Austausch und Erfolge

Die Seniorenvertretungen (SV) im Kreis Minden-Lübbecke wirken dank ausgezeichneter Vernetzung in einer Arbeitsgemeinschaft sehr erfolgreich.

Derzeit arbeiten die SV von Minden, Bad Oeynhausen, Porta Westfalica, Petershagen, Lübbecke, Espelkamp, Preußisch Oldendorf sowie Hüllhorst auf Kreisebene zusammen; ihr Spre-

cher ist gleichzeitig Kommunalen Seniorenbeauftragter beim Kreis.

Die Seniorenvertretungen tagen halbjährlich gemeinsam, wobei der beim Kreis-Sozialamt tätige Koordinator für Senioren- und Behindertenfragen dabei ist. So findet ein regelmäßiger Informationsfluss statt, auch gegenseitige Besuche und Teilnahmen

an Veranstaltungen sind üblich. Große Erfolge gab es bisher bei der Einrichtung einer Geriatrischen Abteilung sowie der Erhöhung der Anzahl von Palliativbetten beim neuen Klinikum in Minden. Größere Veranstaltungen wie z.B. Senioren-Messen plant und führt man gemeinsam durch.

Dieter Pohl

Generationenprojekt des Landessportbundes NRW e.V.

Lebenserfahrung hier willkommen

Spaß an Bewegung haben alle Generationen - vom Miteinander profitiert nicht nur die Gesundheit! Foto: LSB



„Jung & Alt gemeinsam sportlich aktiv“ heißt das Generationenprojekt des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.

Eine der zentralen gesellschaftlichen Herausforderungen in der alternden Gesellschaft ist der Erhalt von Gesundheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter. Regelmäßige Bewegung und sportliche Aktivität z.B. im Sportverein leisten dazu einen entscheidenden Beitrag.

Sportvereine bieten älteren Menschen mit ihrer Vielfalt an Bewegungsangeboten sowie der Möglichkeit des ehrenamtlichen Engagements zahlreiche Vorteile: Gesundheitsförderung, Erleben von Gemeinschaft und Geselligkeit sowie Einbringen von Kompetenzen und Lebenserfahrung in das Vereinsleben. Das Miteinander der Generationen ist im Sportverein dabei selbstverständlich.

Um diesen Anspruch zu erhalten bzw. weiter auszubauen, hat jetzt der Landessportbund NRW das Projekt „Jung & Alt gemeinsam sportlich aktiv“ als Teil des Projekts „Bewegungsnetzwerk 50 plus“ vom Deutschen Olympischen Sportbund gestartet: Dabei werden in Zusammenarbeit mit

19 Partnernvereinen mit Beginn 2011 Generationen übergreifende Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote gemeinsam mit kommunalen Partnern entwickelt und durchgeführt.

Dies könnten z.B. gemeinsame Spiele oder Unternehmungen wie Wanderungen, Radtouren etc. sein, auch Lernerlebnisse bei Schach oder Boule sowie Organisation und Umsetzung von Festen und Aktionstagen. Auch ist an Unterstützung beim Erlernen von Sportarten wie Schwimmen oder Radfahren gedacht.

Die Älteren sind eingeladen, mit Kindern und Jugendlichen aktiv zu sein. Vom Miteinander profitieren beide Seiten. Auch lassen sich dadurch neue Tätigkeitsfelder für Senioren wie für die Jugend erschließen wie etwa Betreuungs- oder Lernangebote.

Kommunale Netzwerkpartner wie Familienzentren, Mehrgenerationenhäuser, Kindertagesstätten, lokale Bündnisse für Familie, Seniorenbegegnungsstätten - oder -heime, Seniorenbüros oder Wohlfahrtsverbände sollen für eine Mitwirkung gewonnen werden. Vor allem die lokalen Seniorenvertretungen sollen eingebunden werden. (www.richtigfitab50.de)

Gütersloh ganz sportlich

Körper und Geist müssen gefordert sein

Beim „Fachtag & Sport“ aktiv im Kreishaus Gütersloh mit über 200 Teilnehmern begeisterten Veranstalter und Referenten für mehr Bewegung.

Professor Dr. Ursula Lehr überzeugte davon, dass nur derjenige, der sich in Bewegung hält und Körper und Geist fordert, das Älterwerden genießen kann. Die engagierte Gerontologin erinnerte, dass Senioren vieles selbst tun können für eine „präventive Umweltgestaltung“, zum Beispiel Treppen mit Handläufen, Sitzbänken mit Lehnen und ausreichend lange Ampelphasen.

Ein überzeugendes Beispiel für Fitness im Seniorenalter präsentierten die „Drums Alive“ vom Gütersloher Turnverein unter der Leitung von Hertha Veldkamp.

Dass der Sport auch von Netzwerken lebt, unterstrichen Rudolf Bolte, Sven-Georg Adenauer, Maria Unger, Jürgen Jentsch und Günter Koslowski in der von Hans Feuß moderierten Talkrunde.

In den anschließenden Workshops, etwa zur „Sturzprävention“ oder auch zum „Gehirntraining“ gab es weitere Anregungen für eine aktive Alltagsgestaltung.

Für die Veranstalter, den Seniorenbeirat in Kooperation mit dem Stadtsportverband und dem Kreissportbund, war das große Interesse an dem Fachtag eine Bestätigung, die Reihe „Siba – Sport im besten Alter“, fortzusetzen.

Jürgen Jentsch



Pflegende Angehörige: Teilnahme am gesellschaftlichen Leben

Entlastung vom Pflegealltag nötig

Fast die Hälfte der Menschen, die in NRW als pflegebedürftig anerkannt sind, wird zu Hause und ausschließlich von Angehörigen gepflegt. Diese leisten Großartiges - meist im Stillen. Viele Menschen glauben, diese Aufgabe allein bewältigen zu müssen und kommen schnell an ihre Grenzen.

Wer einen Angehörigen zu Hause pflegt, dem fällt es schwer, Zeit für sich selbst zu finden. Und gerade Zeit ist dringend notwendig, um weiterhin am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können und sich für gesellschaftliche Belange zu engagieren. Dabei gibt es durchaus Möglichkeiten, um sich Freiräume im Pflegealltag zu verschaffen. In vielen Städten gibt es ehrenamtliche und professionelle Entlastungsangebote für pflegende Angehörige, die durch Leistungen der Pflegekasse bezahlt werden können.

Information steht am Anfang

Über gut verständliche Informationsmaterialien erfahren Pflegende Angehörige von Entlastungsmöglichkeiten und deren Finanzierung. Beraterinnen und Berater der Pflegestützpunkte bzw. Pflegeberatungsstellen wissen um konkrete Angebote vor Ort.

Schon Einkaufs- oder Putzhilfen tragen zur Erleichterung im Pflegealltag bei. Kostenlose Pflegekurse bieten eine gute Basis, sich besondere Fertigkeiten anzueignen. Gesprächs- oder Selbsthilfegruppen geben die Möglichkeit, sich auszutauschen. Pflegende Angehörige können sich „vertreten“ lassen, wenn sie an der Pflege verhindert sind – aus welchem Grund

auch immer. Mit der Verhinderungspflege kann eine Pflegevertretung finanziert werden, hierfür stehen 1510 von den Pflegekassen zur Verfügung für max. 28 Tage im Jahr. Die Verhinderungspflege kann auch stundenweise eingesetzt werden.

Kurzzeit- und Tagespflege

Bei einer Kurzzeitpflege zieht der Pflegebedürftige vorübergehend in eine stationäre Einrichtung, wodurch sich für pflegende Angehörige Möglichkeiten eröffnen, vom Pflegealltag auszuspannen. Die Kurzzeitpflege kann ebenfalls bis zu 28 Tage im Jahr genutzt werden und wird mit bis zu 1510 jährlich bezuschusst. In Tagespflegeeinrichtungen sind Pflegebedürftige ganztägig als Gäste willkommen. Die Tagespflege wird von der Pflegekasse bezuschusst.

Für Menschen mit erhöhtem Betreuungsaufwand steht zusätzlich Geld zur Verfügung, um beispielsweise stundenweise ehrenamtliche Besuchsdienste zu finanzieren, oder es fließt mit in die Finanzierung einer Tages- bzw. Kurzzeitpflege ein.

Regelmäßige Auszeiten sind für pflegende Angehörige unerlässlich! Atempausen im Pflegealltag stärken die Gesundheit und können den Blickwinkel der pflegenden Angehörigen wieder erweitern. Pflegende Angehörige brauchen Menschen, die auf sie zugehen, und Seniorenvertreterinnen und -vertreter brauchen die Pflegenden Angehörigen, um von ihnen Anregungen für ihr politisches Engagement zu bekommen.

Silke Niewohner



In eigener Sache

Ein „Wegweiser Pflege“ werden

Gerade Seniorenvertreterinnen und -vertreter sollten in ihrem Engagement als Bindeglied zwischen Politik, Verwaltung und älteren Menschen die Pflegebedürftigen und ihre Angehörige nicht vergessen.

Ein Überblick über Unterstützungs- und Entlastungsangebote vor Ort ist hilfreich, um pflegende Angehörige zu informieren und sie dann an die geeigneten Stellen weiter zu vermitteln.

Der Wegweiser Pflege und die zugehörigen Seminare der Landesstelle bieten hierfür eine gute Grundlage. Mittlerweile sind schon 180 Ehrenamtliche als „Wegweiser Pflege“ tätig. Wir von der Landesstelle wünschen uns, dass es noch viel mehr werden.

Auch im neuen Jahr werden deshalb wieder Seminare zu diesem Themenkomplex stattfinden. Falls Sie Interesse haben, melden Sie sich bei uns unter der kostenlosen Servicenummer: 08 00/2 20 44 00.

Silke Niewohner

Das Organisations-
team des Info-
Marktes zog eine
positive Bilanz
- das Interesse war
sehr groß. Foto: PD



Info-Markt rund um die Demenz

Auch in Werl wurde am Welt-Alzheimerstag (21. September) unter dem Motto „Gemeinschaft leben“ auf die Situation von Menschen mit Demenz aufmerksam gemacht.

Unterstützt durch die Alzheimer Gesellschaft im Kreis Soest, Bürgermeister Michael Grossmann und die Koordinatorin der Region Werl, Angelika Bechheim-Kanthak, hatte das Seniorenforum Werl einen Informationsmarkt organisiert.

Dabei ging es um verständlichen Umgang mit der Erkrankung, Klangmassage, Rehasport, Kinästhetik, Ernährung, Licht- und Aromatherapie, Gedächtnistraining sowie Sport- und Bewegung, Blutdruckmessung, Blutzuckerkontrolle, Aufklärung über Diabetes, aber auch um Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Mit dabei waren u. a. Begegnungsstätten, Caritas So-

zialstation und Wohnberatung, Pflegedienste, Krankenhaussozialdienst, Seniorenzentren sowie der Sozialdienst katholischer Frauen. Eine benachbarte Buchhandlung hatte ein Schaufenster zum Thema gestaltet.

Die von einem Arbeitskreis erarbeiteten Aussagen wie „Gedächtnisverlust grenzt aus“, „Manches kommt mir nicht in den Sinn“, oder „Das Herz wird nicht dement“, wurden auf Plakatstellern wirkungsvoll platziert.

Abgerundet wurde der Aktionstag durch die Ausstellung des Grafikers Carolus Horn „Wie aus Wolken Spiegeleier werden“ sowie durch ein Interview mit einer betroffenen 80-jährigen Angehörigen. Die örtliche Presse berichtete ausführlich über die Aktivitäten des Seniorenforums und den beteiligten Akteuren.

Gladbeck: Lob der Ministerin

PiA-Projekt mit Erfolg beendet

Viele Kommunen suchen nach Anregungen zur Förderung der Potenziale Älterer, denn das Engagement von Senioren wirkt sich nachweislich positiv auf das Gemeinwesen aus.

Seit zwei Jahren stellte sich auch Gladbeck neben den Troisdorf, Tönisvorst und Bergheim im Projekt PiA („Partizipation im Alter“) dieser Herausforderung. Gemeinsam mit dem Institut FoGera wurden Senioren durch die AWo, die Caritas und das DRK sowie den Seniorenbeirat befragt.

Bei der Abschlussagung von PiA stellte NRW-Ministerin Barbara Stefens die Wichtigkeit von Teilhabeprozessen in den Mittelpunkt ihrer Rede. Auch Gladbecks Bürgermeister Ulrich Roland bedankte sich den Projektbeteiligten. Rolf Kauls, Vorsitzender des Seniorenbeirates in Gladbeck, freute sich über die wachsende Zahl von ehrenamtlichen Senioren, die sich unter dem Motto „Seniorenbeirat, aber hallo!“ engagieren. Im Verlauf der Tagung wurden die Ergebnisse der Teilhabe-Projekte vorgestellt - u. a. ein Stadtfest und ein Seniorenbus zum Friedhofsbesuch. Die Senioren wollen sich weiter gerne einmischen, so war zu hören.

Rolf Kauls

Schwerte: Seniorenwegweiser bereits in der 5. Auflage

In der fünften Auflage ist jetzt der „Seniorenwegweiser der Stadt Schwerte“ mit vielen Tipps rund um das Älterwerden erschienen. Informationen über Heime, Kurzzeitpflege, Essen auf Rädern, Selbsthilfegruppen, Kranken-

kassen, Gedächtnistraining, ambulante Dienste sowie viele wichtige Adressen finden sich. Das Heft hat 64 Seiten und ist ausschließlich durch Werbung finanziert.

<http://www.schwerte.de>





„In unserem Alter“ - Hörfunk

„In unserem Alter - Begegnungen und Informationen“, so heißt die Sendung, die samstags von 8.05 bis 8.55 Uhr auf WDR 4 übertragen wird.

Unter der Redaktion von Dr. Ulla Foemer und Martina Kippels gibt es nachstehende Sendungen in den kommenden Wochen:

18. Dezember: Toilettengeschichten - Das Geschäft mit der Notdurft

8. Januar: Lebensrückblicke - Erinnerungen als Chance für die Zukunft

15. Januar: Im Einsatz für unseren Planeten - Senioren engagieren sich für den Umweltschutz

22. Januar: Leben mit dem Ersatz: Gelenkprothesen

29. Januar: Selbstverantwortung trotz Hilfebedürftigkeit - Über eine der schwersten Lektionen des Alters.

Arnsberg gewinnt

Die Stiftung „Lebendige Stadt“ hat Arnsberg zur „seniorenfreundlichsten Stadt“ gekürt. Das Konzept, Ältere zu aktivieren und Hilfsnetzwerke zu errichten, überzeugte die Jury.

BAGSO erstellte Checkliste: Nutzerfreundliche Medien gesucht

Kleine Änderung, große Wirkung

Viele Seniorinnen und Senioren sind begeisterte Leser. Doch immer wieder erschweren eine zu kleine Schrift und zu schwache Kontraste das Lesen.

„Die Tageszeitung, ein Buch, eine Zeitschrift – das alles hält einen auf dem Laufenden. Nicht mehr lesen zu können, verärgert und reduziert den Lebensraum. Dabei haben schon kleine Veränderungen oft große Wirkung“, so Prof. Dr. Ursula Lehr, die Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO).

Um auf dieses Problem aufmerksam zu machen und Tipps für Änderungen zu geben, hat die BAGSO die Checkliste „Nutzerfreundliche Printmedien“ erarbeitet. Dabei bezog sie ältere Leserinnen und Leser als Experten und die Fachkompetenz des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes mit ein. Mit Hilfe der Checkliste können Zeitschriften, Broschüren und andere Printmedien auf ihre Schriftgröße, auf Abstände, Kontraste, Le-

seführung und Verständlichkeit hin untersucht werden.

Zwei Gesundheitsmagazine – der Senioren Ratgeber und der Diabetes Ratgeber des Wort & Bild Verlages – haben sich als erste Zeitschriften prüfen lassen und mit Erfolg bestanden. Dafür zeichnete die BAGSO sie mit der Verbraucherempfehlung „Nutzerfreundliche Printmedien“ aus.

„Wir freuen uns besonders, dass eine Organisation, die weiß, was Älteren gefällt und worauf sie achten, unser Heft ausgezeichnet hat“, so Dr. med. Hartmut Becker, der Herausgeber. Verlag und die Redaktionen erhöhten auf Anregung die Schriftgröße und den Zeilenabstand.

Die Checkliste finden Sie im Internet unter www.bagso.de/verbraucherempfehlung.html. Man bekommt sie auf Anfrage auch per E-Mail über Nicola Röhrich von der BAGSO Service GmbH, Tel.: 02 28 / 55 52 55 54 E-Mail: roehricht@bagso-service.de

Tipps der Verbraucherzentrale: Nicht in Fallen tappen, die speziell Senioren oft gestellt werden

Unangemeldete Anrufer, Vertreter an der Haustür oder aufdringliche Verkäufer auf Kaffeefahrten halten Menschen im betagten Alter für leichte Beute und bevorzugte Opfer zahlreicher Abzockfallen.

„Untergeschobene Verträge am Telefon oder vermeintliche Gewinnmitteilungen im Briefkasten sind nur einige von vielen Maschen“, warnt die Verbraucherzentrale NRW: „Gesundes Misstrauen, höchste Wachsamkeit bei der Weitergabe persönlicher Daten und selbstbewusstes Nein-Sagen hel-

fen, sich vor bösen Überraschungen zu schützen.“

Unerlaubte Telefonwerbung: Potenzielle Kunden werden am Telefon von Unbekannten meist kalt erwischt und wollen ihnen im Auftrag von Telefongesellschaften, Versicherungen, Zeitungsverlagen oder Lottospielfirmen Produkte und Dienstleistungen andrehen. Dabei werden nicht nur scheinbar Super-Konditionen geboten, sondern auch häufig gezielt nach persönlichen Daten und Kontoverbindung gefragt. Solche überfallartigen



Werbeanrufe sind verboten, außer, man hat im Vorfeld ausdrücklich einem Werbetelefonat zugestimmt. Wer sich belästigt und überfordert fühlt, sollte einfach den Hörer auflegen. Flattert ein Vertrag ins Haus, der angeblich am Telefon abgeschlossen wurde, sollten Betroffene ihn bei der Verbraucherzentrale NRW prüfen lassen. Verbraucher-Tel.: 0900-1-89 79 69 (1,86 Euro pro Minute).

Seniorenbeirat Porta Westfalica in großer Sorge: Haushaltssicherung bedroht seine Mittel

Kreative Gemeinschaft bangt um finanzielle Basis

Aufregung und Unverständnis in Porta Westfalica: Da sich die Stadt in der Haushaltssicherung (HSK) befindet, sollen dem Seniorenbeirat ab 2011 keine Mittel für die laufenden Betriebsausgaben des Seniorenbüros zur Verfügung stehen: Der Haushaltsansatz steht ab 2011 auf „0“.

Zur Unterstützung der Forderung nach weiteren finanziellen Zuwendungen hat die Vorsitzende des Seniorenbeirates, Lilo Heine, den Bürgermeister in einem Brief sehr engagiert auf die unabsehbaren Folgen dieser Entscheidung hingewiesen. Zwar hat Bürgermeister Stephan Böhme versichert, dass er die Forderung des Seniorenbeirates unterstütze, die Entscheidung treffe jedoch der Rat der Stadt.

Dabei ist der Seniorenbeirat Porta Westfalica eine sehr aktive Gemeinschaft. Die Mitglieder haben es sich zur Aufgabe gemacht, ihre Lebenserfahrung in die Stadt-Gesellschaft einzubringen. Dazu haben sie bereits etliche viel beachtete Aktionen ins Leben

gerufen oder sind daran beteiligt. Sie geben die Zeitschrift „Älter werden – jung bleiben“ heraus, sind Veranstalter des „Bunten Melodienreigens“ und arbeiten mit am „Runden Tisch KZ-Gedenk- und Dokumentationsstätte Porta Westfalica e.V.“.

Des Weiteren bieten die Senioren jeweils einen Info-Stand auf dem Stadtfest an, nehmen an Ausschusssitzungen teil und beteiligen sich an Seniorenmessen, beim Info-Tag des Jugendamtes oder kochen mit Jugendlichen. Außerdem werben und betreuen sie Ehrenamtliche in zahlreichen Projekten oder initiieren Zeitzeugengespräche an den Schulen, Schulbuchtauschaktionen, Tornister-Sammel- und Spendenaktion und vieles mehr.

Für solche Aktivitäten benötigt der Seniorenbeirat jedoch weiterhin die Unterstützung der Stadt Porta Westfalica - eben auch die finanzielle Unterstützung. Trotz leerer Kassen dürfe die Menschlichkeit, das Sorgen um



Sorgen in Porta Westfalica: Die Stadt will die finanzielle Unterstützung für den Seniorenbeirat kappen.

Foto: pixelio/M. Schlüter

Benachteiligte und nicht zuletzt die Möglichkeit für Fortbildungen den engagierten Senioren nicht genommen werden, so argumentieren die Mitglieder.

Angela Kelka

Seniorenbeirat Rhede lud Politiker zu einem Gedankenaustausch über Kommunalpolitik ein

Den Sachverstand der älteren Generation einholen

Zu einem Gedankenaustausch hatte der Seniorenbeirat Rhede Politiker aller Fraktionen eingeladen. Dabei standen aktuelle Senioren relevante Fragen auf der Tagesordnung.

Die Vorsitzende Luzia Höyng fragte die Vertreter der fünf im Rat vertretenen Fraktionen, wie die Arbeit des Seniorenbeirates wahrgenommen werde. Alle Politiker bedankten sich für die geleistete Arbeit und würden

den Sachverstand des Gremiums auch gerne einmal zu Fraktionssitzungen einholen, so sagten sie.

Luzia Höyng war der Meinung, dass Rhede dem von der Landesregierung angekündigten Kriterienkatalog für Senioren freundliche Gemeinden in NRW gelassen entgegen sehe, da hier bereits viel für die Älteren getan werde, wofür es den etwa 40 Vereinen der Seniorenarbeit, aber auch Rat und

Verwaltung zu danken gelte. Andere Themen waren dann u.a. die Einrichtung einer weiteren öffentlichen Toilette sowie eine Behinderten gerechte Zuwegung zum „Alten Bahnhof“.

Auch ging es um die künftige medizinische Versorgung in Rhede, um ein angemessenes Wohnraum-Angebot für die Älteren sowie um die Ehrenamtskarte und einen möglichen Mehrgenerationenpark.



Seniorenbeirat in Gladbeck ist Partner der Europäischen Aktion „SEELERNETZ“

Lebenslanges Lernen kann auch im Viertel beginnen

„Seitdem wir hier die Versammlungen durchführen, ist das Sicherheitsgefühl der Senioren besser geworden“ betonte eine Teilnehmerin in einer Anwohnerversammlung.

Die Zusammenhänge zwischen Lernen und Sicherheit waren nur ein Thema, das im Rahmen des europäischen Projekts „SeniorInnen in Europa lernen in Netzwerken“ (SEELERNETZ) in Gladbeck Beachtung fand.

Das Thema „lebenslanges Lernen“ ist in aller Munde. Denn in einer digitalen Welt, in der sich alles in rasantem Tempo wandelt, ist Lernen bis zum Ende des Lebens - nicht nur des Berufslebens - notwendig. Studien belegen es: Wer lernt, lebt länger, gesünder und ist insgesamt zufriedener.

Doch besonders ältere Menschen mit niedrigen Einkommen und niedrigen Bildungsabschlüssen nehmen selten an Weiterbildung teil. Wie man das ändern kann, untersuchte das Forschungsinstitut Geragogik (FoGera) aus Witten mit Partnern aus Österreich, Griechenland, Bulgarien und Rumänien im Projekt SEELERNETZ, das die Europäische Union im Rah-



„Lernen in Netzwerken“ ist ein Ansatz, Europas Senioren zu Weiterbildung zu ermutigen. Foto: pixelio/M. Nickel

men des Programms Lebenslanges Lernen finanziell unterstützte.

Zwischen Herbst 2008 und Herbst 2010 fanden im Gladbecker Stadtteil Rentfort-Nord Untersuchungen, sechs Quartiersversammlungen und vieles mehr statt. Mit dabei waren die AWO, der Seniorenbeirat, Kirchen und die Seniorenberatung der Stadt.

„Lernen im Quartier ist der richtige Zugang für die Zielgruppe“ so der Vorsitzende des Seniorenbeirates, Rolf Kauls. Ein Beispiel ist das Sicherheitsgefühl der Senioren: In verschiedenen

Versammlungen betonten sie, dass sie sich wegen schlechter Beleuchtung und Stolperkanten oft nicht mehr vor die Tür trauen. In Diskussionen mit Experten der Stadt entwickelten sie Verbesserungsvorschläge, die ihre Lebensqualität erhöhen könnten, wie etwa die Wiederbelebung des Marktes oder ein Dialog zwischen Jung und Alt im Stadtteil.

Weitere Themenschwerpunkte für die kommende Zeit: Sport oder ein Arbeitskreis, der aktiv Stolperkanten entfernt. Hans Nimphius vom Seniorenbeirat Gladbeck zu seiner Idee: „Beschäftigung für Jüngere und mehr Sicherheit für Ältere schaffen, das ist genau der richtige Weg, wie die Generationen gemeinsam etwas erreichen können“, betonte er.

Gerhard Ludwig, Leiter des AWO-Seniorenzentrums: „Durch das Projekt hat sich bei den Senioren etwas verändert - sie mischen sich ein, sie gehören dazu und erfahren Wertschätzung.“

Weitere Infos - auch zu einem Buch und zu einer Broschüre zum Projekt - unter www.seelernetz.de.

Dr. Dietmar Köster

Seniorenbeirat Hamm unterstützt Sicherheitsinitiative der Polizei durch Vortragsveranstaltungen

Motto: Gebt den Ganoven keine Chance!

„Gebt den Ganoven keine Chance“: Unter diesem Motto unterstützt der Seniorenbeirat Hamm eine Aufklärungskampagne von Polizei und Stadt.

Mehr als 20 ältere, ehrenamtlich tätige Frauen und Männer warnen dabei in Vorträgen vor Gaunertricks und Verkehrsgefahren. Vorsitzender Karl-Ernst

Weiland lädt alle Seniorengruppen in Hamm zu diesem kostenlosen Angebot ein, das aufzeigt, wie sich Senioren davor schützen können, Opfer von Straftaten oder Unfällen zu werden.

Erklärt werden die Tricks von Dieben und Betrügern an Haustüren, Geldautomaten oder Telefonen, Einbruchs-

schutz für Wohnungen und Fahrzeuge sowie nicht zuletzt richtiges Verhalten im Verkehr, aber z. B. auch auf Friedhöfen oder in Schwimmbädern.

Auskunft gibt Klaus Pichler von der Polizei (Tel. 0 23 81/9 16 35 51) oder Andreas Pieper von der Stadt Hamm (Tel. 0 23 81/17 67 61).

Seniorenbeirat Duisburg: Zum dritten Mal wurde ein abwechslungsreicher Sicherheitstag durchgeführt

Vorträge und praktische Hilfen für den Alltag

Zum dritten Mal fand jetzt anlässlich des Weltseniorentages am 3. Oktober ein „Sicherheitstag“ für Senioren in Duisburg statt. Darüber berichtet nachstehend die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates.

Ausrichter war der „Runde Tisch „Sicherheit für Senioren und Familie“, der aus Mitgliedern des Seniorenbeirates, der Alzheimer Gesellschaft, der Polizei, der Verbraucherzentrale sowie der Duisburger Verkehrsgesellschaft besteht.

Das bunte Programm beinhaltete u.a. Vorträge über „eine etwas andere Kaffeeahrt“, über „Vertragsabschlüsse am Telefon“ oder „Sicher und mobil - Seniorenangebote und Sicherheitsmaßnahmen der Verkehrsbetriebe“ und „Konfliktprävention im Pflegebereich“. Mit dabei war auch das Senientheater „Feuer und Flamme“,



Der Vorsitzende des Seniorenbeirates, Wilhelm Hamacher, begrüßte die Gäste beim 3. Duisburger Sicherheitstag".

Foto: Seniorenbeirat Duisburg

das die miesen Tricks der Ganoven bei Verkaufsveranstaltungen wie einer Kaffeeahrt spielerisch unterhaltend darstellte.

Auf besonderes Interesse stieß die anschaulich praktische Demonstration zu preiswerten Umbauten: „Wie schütze ich mein Eigentum im Roll-

tor und wie setze ich ihn zu meinem Schutz ein“.

Rund 140 Besucherinnen und Besucher nutzen den Tag und seine vielfältigen Informationsmöglichkeiten. Es wird bereits erwogen, nach diesem Konzept auch im kommenden Jahr einen Sicherheitstag zu gestalten.

Seniorenbeirat Dörentrup: Gemeinsam mit der Polizei bei einem Präventions-Projekt aktiv

„Vorsicht, falscher Enkel!“

Bei einem Seminar berichtete Lutz Hohaus vom LKA in Düsseldorf, dass immer mehr Senioren zur Zielscheibe von Kriminellen werden. Dazu gehört auch der so genannte Enkeltrick.

Der Seniorenbeirat Dörentrup zog daraus Konsequenzen und wurde vorbeugend tätig. Je 5000 Flyer „Der Enkeltrick“ vom Landeskriminalamt und Einlegeflyer „Vorsicht, falscher Enkel“ von den Sparkassen konnten mit KHK Birger Hampe (Kommissariat Vorbeugung/Opferschutz Kreis Lippe), Vertretern der Lippischen Sparkassen



Polizei, Senioren und Politik Hand in Hand: Flyeraktion im Kreis Lippe. Foto: PD

und Günter Kuhleemann von der Dr. Ritter Stiftung gedruckt und verteilt werden.

Vorgestellt wurde die Kampagne von Landrat Friedel Heuwinkel bei einer Pressekonferenz in Detmold, über die alle Zeitungen in Lippe berichteten.

Die Verteilung der Flyer übernahm der Seniorenbeirat Dörentrup. Alle lippischen Seniorenbeiräte unterstützten diese Aktion und informierten ihre Senioren. Auch beim Herbstfest in Dörentrup war der Seniorenbeirat zu diesem Thema präsent.



Gütersloh: Seniorenbeirat organisierte eine Mobilitätsschulung mit der Westfalen Bahn

Keine Angst mehr im Zug

Rund 20 Seniorinnen und Senioren aus Gütersloh nutzten die Mobilitätsschulung der Westfalen Bahn, die sie von Bielefeld über Herford und Melle nach Osnabrück und zurück führte.

Eingeladen von der Westfalen Bahn und organisiert durch den Arbeitskreis-Sprecher des Seniorenbeirates, Jürgen Jentsch, lernten die Teilnehmer in drei Stunden u.a., die Fahrkartenautomaten zu bedienen.

Der Teamleiter der Westfalen Bahn, Martin Sölter, und sein Kollege Sascha Baum stellten während der Fahrt Sicherheitsmaßnahmen sehr anschaulich dar und beantworteten viele Fragen. So konnten sie nicht nur die Angst vor den Automatikfahrzeugtüren nehmen, sondern betonten nachdrücklich, dass man in ihren Bahnen natürlich die Fahrkarte (egal wohin) erst im Zug zu kaufen brauche. Die Senioren regten Haltegriffe auch an den Fahrkartenautomaten an, um sich beim Lösen der Fahrscheine festhalten zu können. Das Thema Barrierefreiheit



Schon beim Einstieg gab es viel zu fragen und zu erklären: Die Mobilitätsschulung in Gütersloh kam bei den Teilnehmenden bestens an. Foto: Jentsch

wird von der Westfalen Bahn übrigens sehr groß geschrieben. Einen breiten Raum nahm die Darstellung der eigenen Sicherheitsvorkehrungen ein. Gerade im Gedränge beim Aus- oder Einsteigen hätten es organisierte Profidiebe - Späher, Klauer und Weitergeber - sehr leicht, so Sölter. Viele Passagiere machten es allerdings diesen Banden auch recht einfach. Statt die Geldbörse sicher zu verstauen und nur Kleingeld griffbereit mit sich zu führen, werden schon diese einfachsten Regeln vergessen.

In Notfällen gibt es an den Türen

und in der Toilette Notrufknöpfe, die direkt mit dem Zugführer verbunden sind. Zivilcourage bedeute vor allem, Hilfe zu holen und die Mitreisenden aufmerksam zu machen, wenn etwas passiere, so ermunterte Sölter. Dazu haben die privaten Bahnen, auch um den starken Vandalismus in den Zügen zu begegnen, Videokameras installiert.

Jentsch bedankte sich im Namen der Gruppe bei Sölter und Baum für die exzellente Führung und regte an, eine solche Mobilitätsschulung auch im nächsten Jahr zu veranstalten.

Jürgen Jentsch

Seniorenvertretung Münster: Veranstaltung „Sicher ohne Sorgen“ mit der Polizei fand viel Anklang

Cleveres Präsent: „SOS-Kelle“ für den Notfall

Mehr als 100 Senioren besuchten auf Einladung der Seniorenvertretung Münster die Veranstaltung „Sicher ohne Sorgen“.

Unter der Moderation des Vorsitzenden Heinz Diekel versicherte der Europaabgeordnete Dr. Markus Pieper, dass es im Europaparlament keine Initiativen gebe, Senioren die Fahrerlaub-

nis zu entziehen. Leitender Polizeidirektor Udo Weiss machte sich Sorgen über die „Raser“ in der Stadt. Auch müsse mehr für die Radfahrer



getan werden. Polizeihauptkommissar i.R. Rainer Bernickel informierte über die „Förderung der Mobilität von Senioren auf Reisen und unterwegs“.

Bernickel schenkte allen Besuchern eine „SOS-Seniorenkelle“ (Foto), die im Notfall an der Außenseite des Autos angebracht werden kann und für Aufmerksamkeit sorgt. Heinz Diekel

Die positive Stimme: Plettenbergs Bürgermeister Klaus Müller

Seit 2007 beschäftigt sich die Stadt Plettenberg intensiv mit den Herausforderungen des Demographischen Wandels. Gemeinsam mit vielen Beteiligten aus Verwaltung, Politik und anderen Akteuren habe ich den Prozess strategisch angegangen, eine Demographiebeauftragte bestellt, einen vielfältig besetzter Arbeitskreis ins Leben gerufen, der Rat hat ein Leitbild mit Handlungsfeldern und ersten Maßnahmen verabschiedet.

Eines unserer wichtigsten Handlungsfelder war von Beginn an die Seniorenfreundlichkeit. Wir wollten wissen, was die älteren Menschen in Plettenberg beschäftigt, welche Ideen



Bürgermeister Klaus Müller

und Wünsche sie haben. Im Jahr 2008 fanden dazu zwei sehr gut besuchte Seniorenkonferenzen statt und sehr

schnell zeichnete sich der Wunsch der Basis ab, auch in Plettenberg eine Seniorenvertretung zu haben. Nach intensiver Vorarbeit wurde am 20. Juli 2010 die erste Plettenberger Seniorenvertretung unter dem Vorsitz von Wolfgang Baberg offiziell gegründet.

Ich freue mich, dass die älteren Menschen in Plettenberg über die Mitglieder der Seniorenvertretung jetzt in den Ausschüssen zu Wort kommen und ihre Anliegen und Ideen platzieren können. Dieses Engagement werde ich soweit wie möglich unterstützen!

*Klaus Müller
Bürgermeister von Plettenberg*

Darum engagiere ich mich: Dr. Friedhelm Reisewitz, Vorsitzender des Seniorenbeirates in Haan

Ich, Dr. Friedhelm Reisewitz (65), bin Vorsitzender des im September 2009 per Urwahl gewählten Seniorenbeirates der Stadt Haan. Nach meiner Pensionierung wollte ich nicht nur die Entscheidungen von Politik und Verwaltung kritisieren, sondern mich aktiv für „unsere“ Stadt einbringen.

Nach wenigen Anlaufschwierigkeiten haben wir es schon im ersten Jahr geschafft, ein echtes Team zu bilden und engagiert das Haaner Gesche-

hen mitzugestalten. Ich finde es gut, dass Haan nun eine Vertretung mit dem Erfahrungswissen älterer Mitbürger hat, die Politik, Verwaltung, Verbände und Öffentlichkeit auf die Bedürfnisse der Senioren aufmerksam macht und versucht, sie generationsübergreifend durchzusetzen.

Die Stadt und alle Mitbürger profitieren von der Seniorenarbeit, weil wir engagierte, unabhängige und ehrenamtliche Mitgestalter kommunalpoliti-



scher Prozesse sind, die helfen, konstruktiv die Lebensqualität in Haan zu verbessern - über alle Generationen hinweg und auch für unterschiedliche kulturelle Hintergründe.

Wir hoffen, so noch viel für die Zukunft unserer Seniorinnen und Senioren und damit insgesamt für unsere Stadt zu erreichen.

Impressum

Nun Reden Wir ist eine unabhängige, überparteiliche und konfessionell nicht gebundene Zeitung.

Herausgeber: Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen e. V.
Friesenring 32, 48147 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 3000

Gefördert mit Mitteln des Ministeriums für Gesundheit, Pflege und Emanzipation des Landes Nordrhein-Westfalen (MGEPA)
in Düsseldorf

V.i.S.d.P.: Gaby Schnell

Redaktionsteam: Dr. Helmut Freund, Rolf Kauls, Hildegard Jaekel, Heike Hänscheid, Jürgen Jentsch (Gesamtkoordination)

Wissenschaftliche Beratung: Barbara Eifert
Die Redaktion behält sich Änderungen und Kürzungen vor.
Erscheinungsweise: viermal im Jahr

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autoren wieder, nicht immer die der Redaktion.

Die nächste Ausgabe erscheint im März 2011
Redaktionsschluss: 5. Februar 2011