



im blick

4. Quartal 2022

Informationen vom Landesseniorenrat Baden-Württemberg



GENERATIONENAUFGABE NACHHALTIGKEIT – eine zentrale Verpflichtung der Seniorenarbeit

- | **Klima 2050**
- | **Für ein gemeinsames Morgen -
Positionspapier Nachhaltigkeit des Landesseniorenrat**
- | **Fachtag 2022 – Impulse zur Nachhaltigkeit**
- | **Regionaltagungen 2022 – Lassen Sie uns zusammen handeln**
- | **Der Schwäbische Turnerbund stellt sich vor**

Registrierung
– telefonisch
oder vor Ort.

Ihre Gesundheit auf einen **Klick.**

Von überall und jederzeit auf wichtige
Dokumente zugreifen. **Jetzt downloaden!**

Als App im App Store und auf Google Play.
Oder online unter **meine.aok.de**



GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

Einen AugenBLICK, bitte!



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„Früher war alles besser!“ – diesen Seufzer von älteren Menschen hört man immer wieder, ohne dass sie wirklich sagen, was da angeblich besser war. Vieles möchten wir heute nicht missen und doch, es gibt einiges, was wirklich besser war. Denn unsere Großeltern haben vieles richtig gemacht.

Das Leben der älteren Generation war weitgehend durch regionale Produkte und umweltfreundliche Wiederverwertung geprägt. Sie haben weniger Lebensmittel weggeworfen und aus den Resten vom Vortag etwas Leckeres gekocht. Sie haben für kurze Wege kein Auto genutzt und waren weniger materiell orientiert. Wobei man auch zugeben muss, dass die Welt von damals und heute nicht ganz zu vergleichen ist. Technische Neuerungen machen das Leben durchaus angenehmer, das wird auch der größte Klimakritiker zugeben müssen.

Der Landesseniorenrat beschäftigt sich schon seit mehreren Jahren mit dem Thema Nachhaltigkeit und hat dies zum Schwerpunktthema bei zahlreichen Veranstaltungen gemacht. Mit Nachhaltigkeit meinen wir, dass sich kommende Generationen ebenso frei und ungehindert entfalten können wie die Menschen, die in der Gegenwart leben.

Einen tiefen Blick ins „Früher“ gestattet uns die Historikerin Annette Kehnel. In ihrem Buch „Wir konnten auch anders“ sammelt sie Beispiele aus der Vormoderne, die uns zeigen, was früher tat-

sächlich besser war. Sie fragt in ihrem Buch: „Warum gehen uns trotz hektischer Suche nach Lösungen für die Herausforderungen des 21. Jahrhunderts allmählich die Ideen aus?“

Nachhaltigkeit war eine Überlebensstrategie. Zum Beispiel bei den Bodenseefischern, die den See als Gemeingut nutzten. Sie hatten sich im 14. Jahrhundert zu Fischerzünften in den Städten Lindau und Konstanz zusammengetan. Obwohl es möglich – und sicherlich kurzfristig lukrativ gewesen wäre, die Fischbestände des Sees auszubeuten – wurde immer wieder neu über Fangmethoden, Schonzeiten und Fangbeschränkungen verhandelt.

Seite für Seite zeigt Kehnel Erfolgsprojekte aus der Geschichte: Gemeinsame Nutzung von Weideland, Klöster als Paradebeispiele für nachhaltiges Wirtschaften. Riesige bunte Secondhand-Kleidermärkte in den großen Städten. Reparaturberufe, die den Großteil der Beschäftigungen ausmachten – Kesselflicker, Scherenschleifer, Flickschuster, Flickschneider. Sie fordert: „Es wird Zeit, dass wir die historische Erfahrung im Umgang mit Krisen und Herausforderungen als Ressource für die Gestaltung der Zukunft nutzen.“

Es ist ein Thema, das uns unser Leben lang begleiten wird und wo wir als Ältere, als Großvater und Großmutter in Baden-Württemberg aufgefordert sind, unsere Enkelkinder an die Hand zu nehmen und ihnen zu zeigen, wofür es sich zu leben lohnt. Helfen wir mit, dass unsere Städte und Dörfer lebenswert werden (oder bleiben). Jeder kleine Schritt und jede noch so winzige Veränderung hilft dabei, denn wie immer ist es die Summe aller Dinge, die Großes bewirken kann.

Karl-Heinz Pastoors
Stellvertretender Vorsitzender Landesseniorenrat

Impressum



„im blick“ ist eine Publikation des Landesseniorenrates Baden-Württemberg (LSR). Der LSR ist die Interessenvertretung der älteren Generation. Er versteht sich als Forum für Erfahrungsaustausch und Meinungsbildung auf sozialem, wirtschaftlichem und politischem Gebiet. In ihm wirken die in der Altenarbeit tätigen Verbände und die Seniorenräte zusammen. Der LSR ist parteipolitisch unabhängig.

Vorsitzender: Prof. Dr. Eckart Hammer
Geschäftsführerin: Anja Schwarz
Erscheinungsweise: vierteljährlich

Herausgeber:

Landesseniorenrat Baden-Württemberg e.V.
 Kriegerstraße 3, 70191 Stuttgart
 Tel. 0711 613824, Fax 0711 617965
 E-Mail: landesseniorenrat@lsr-bw.de
<https://lsr-bw.de>

Gesamtherstellung:

W. Kohlhammer GmbH, 70565 Stuttgart,
 Tel. 0711 7863-0

Redaktion:

Anja Schwarz, Landesseniorenrat (V.i.S.d.P.)

Anzeigen/Media-Service:

Michael Hörsch (Anzeigenleitung),
 Dennis Woehlk (Anzeigenverkaufsberatung)
 Tel. 0711 7863-7223, dennis.woehlk@kohlhammer.de
 Mediadaten 2022 gültig ab Januar 2022

Bildrechte:

Titel: © RonLach/pexels.com
 Inhalt: © pixabay.com

Sie möchten einen Beitrag veröffentlichen?
 E-Mail: landesseniorenrat@lsr-bw.de

Sie möchten mehr Informationen?
<https://lsr-bw.de>

Gefördert durch den Kommunalverband für Jugend und Soziales Baden-Württemberg – Dezernat Soziales sowie durch das Land Baden-Württemberg.

Foto: Copyright 2022 by W. Kohlhammer Verlag
 Artikel, die namentlich gekennzeichnet sind, stellen nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion dar. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung. Leserzuschriften sind willkommen.

4. Quartal 2022

im blick

Veranstaltungen 2022

Mitgliederversammlung 2022

Donnerstag, 24.11.2022, Ludwigsburg

Wir weisen darauf hin, dass Bildaufnahmen ohne Abstand und Mund-Nasen-Schutz vor der Corona-Pandemie aufgenommen wurden.

Die nächste Ausgabe erscheint am 14.02.2023 zum Schwerpunktthema „Musik erleben – ein Leben lang“.
Redaktionsschluss: 16.01.2023

Inhaltsverzeichnis

Impressum

Veranstaltungen 2022	2
----------------------	---

Generationenaufgabe Nachhaltigkeit

Klima 2050 – So verändert der Klimawandel die Natur und das Leben der Menschen in Baden-Württemberg	4
Für ein gemeinsames Morgen – Positionspapier Nachhaltigkeit des Landesseniorenrates Baden-Württemberg	6
Gemeinsam für eine lebenswerte Zukunft	8
Gemeinsam in die Zukunft schauen	9
Impulse zur Nachhaltigkeit	10
Lassen Sie uns zusammen handeln – Jeder kann etwas beitragen	
Zusammenfassung Regionaltagungen 2022	12

Gesundheit

Wichtige Grippeimpfung: Auch Apotheken bieten Termine an!	14
Kooperation zeigt Korrelation von Gesundheitsdaten und Umweltstressoren auf	15

KVJS

Wohnraumanpassung: Gute Vorbereitung ist die halbe Miete	16
Ambulant betreute WGs sind gefragt!	17
KVJS in Aktionsbündnis Kurzzeitpflege aktiv	17

Klimaschutz

Drei Bücher zum Thema Klimawandel, Nachhaltigkeit und Generationengerechtigkeit	18
---	----

Mitgliedsverbände stellen sich vor

Der Schwäbische Turnerbund e. V. stellt sich vor	19
--	----

Blick ins Land

Blick ins Land	20
Natur tut gut! Naturerleben für Menschen mit und ohne Demenz	24

Wir berichten

Bei Lotto Baden-Württemberg steht der Klimaschutz im Fokus	25
Nicht „altes Eisen“, sondern „Edelstahl“ der Gesellschaft	26
Fachtagung „Seniorenfreundliches Handwerk“ am 28.9.2022	26
Dank für 25 Jahre im Dienst des Landesseniorenrates	26
Landesweiter Aktionstag „Freie Gehwege“	27
Wir für Sie – jetzt auch bei Facebook und Instagram:	27
„Herr Hämmerle über Nachhaltigkeit“	28

Klima 2050 – So verändert der Klimawandel die Natur und das Leben der Menschen in Baden-Württemberg

Wie sich das Leben in Baden-Württemberg im Jahr 2050 anfühlen könnte, das haben Axel Weiß, Stefanie Peyk und Rafaela Rübsamen, Journalist*innen des SWR, für verschiedene Bereiche in Schlaglichtern durchgespielt, die Wirklichkeit werden könnten, aber nicht müssen.



Foto: UlrikeLeone/pixabay.com

Durch den Klimawandel wandern bis 2050 rund 2.100 Pflanzenarten nach Europa ein, andere sterben aus. Während in Brandenburg die Artenzahl um ein Drittel abnimmt, nimmt sie in Süddeutschland um knapp ein Drittel zu. Auch in der Tierwelt hat der Klimawandel Gewinner und Verlierer produziert. Lebensräume wurden vernichtet oder haben sich verschoben. Kälteliebende Arten hat es nach Norden gezogen. Tiere, die die Wärme lieben, haben sich bei uns weiter ausgebreitet.

Der Kuckuck stirbt aus – Halsbandsittiche bevölkern die Städte

2050 gilt der Kuckuck in der Oberrheinebene als ausgestorben. Nachdem die Zahl der Auerhühner trotz zahlreicher Rettungsbemühungen und Förderprogramme bereits 2016 auf nur noch 400 geschrumpft war, gab der Klimawandel den großen Vögeln den Rest. Ohne diesen Schutz des Schnees in den Höhenlagen des Schwarzwaldes wurden sie leichte Beute für Füchse oder Habichte. Auch Igel gibt es kaum noch. Die Insektenfresser sind verhungert, weil durch gestiegene Temperaturen ihre Winterstarre zu früh abgebrochen wird.

Die grünen Halsbandsittiche, Nachfahren entflohener Käfigtiere, sind 2050 in allen größeren Städten Baden-Württembergs zu finden. Mittler-

weile werden die Papageienvögel immer wieder bejagt und vertrieben, weil sie nicht nur sehr lärmend leben, sondern vor allem, weil sie gern in die Wärmedämmung der Häuser Löcher hacken, um darin zu nisten.

Durchschnittlich beträgt die Vegetationszeit der Pflanzen 239 Tage. Nach 2070 wird sie voraussichtlich 52 bis 69 Tage länger sein. Das ist einerseits schön, da die Pflanzen mehr Zeit zum Wachsen haben. Es gibt aber vor allem ein Problem: Es treten immer häufiger Frostschäden auf, weil noch Spätfröste möglich sind, die dann die Pflanzen im bereits aufgeblühten Zustand erwischen. Die Blüten sterben ab, die Ernten fallen aus.

Hitzetage im Sommer nehmen zu – Quellen trocknen aus und Städte passen sich an

Sommertage mit Temperaturen über 30 Grad sind 2050 völlig normal geworden. Regelmäßig steigt die Temperatur über 40 Grad.

Kleine Flüsse und Quellen trocknen im Sommer zeitweise aus. Erstmals hatte sich das bereits im trockenen Jahr 2018 gezeigt: die Dreisam trocknete im Bereich des Kaiserstuhls zeitweilig aus. Regional versiegen vor allem in Karstgebieten wie der Alb inzwischen selbst Quellen, die früher auch in trockenen Jahren noch Wasser gegeben hatten. Aus zahlreichen Quellen fließt gar kein Wasser mehr.

Hinzu kommen die städtebaulich bedingten Erwärmungen von Fassaden und Straßenbelägen. Problematisch sind die hohen Temperaturen vor allem für arme und ältere Bevölkerungsschichten in kleinen, schlecht belüfteten und überhitzten Stadtwohnungen. Das Sterberisiko ist stark gestiegen.

Bereits ab den 2010er Jahren hatten einige Städte in Baden-Württemberg beschlossen, sich dem Klimawandel anzupassen. In besonders hitzebelasteten Stadtteilen von Freiburg wurden bspw. über Plätzen große Sonnensegel installiert. Eine intelligente Gebäudeplanung mit begrünten Fassaden und mehr offenem Wasser helfen kühlen.

Wetterextreme und Verwüstungen nehmen zu

Alle fünf Jahre gibt es ähnliche Ereignisse wie die Sturzflut in Braunsbach oder die Flut im Ahrtal. Niederschlagsmengen von über 100 Millimetern pro Quadratmeter ereignen sich 2050 jährlich mehrfach. Bis 2100 wird es noch schlimmer: Die Prognosen rechnen mit einer Zunahme der Starkregen um 50 Prozent.

Viele, gerade auch neuere Häuser, sind dem veränderten Klima nicht gewachsen. Der Einbau von stromfressenden Klimaanlage ist mittlerweile vielerorts zwingend, weil die Menschen schwer unter der sommerlichen Hitze leiden. Außerdem kommt es häufig zu Schäden, weil Regenrinnen und -leitungen unterdimensioniert sind und Starkregen nicht aufnehmen können. Solaranlagen werden immer wieder von den häufiger gewordenen schweren Hagelschauern zertrümmert.

Neue Allergien und Krankheiten breiten sich aus

Durch die erhöhte Konzentration von CO₂ in der Luft sind die Pollen von Ambrosia, aber auch von Birken, aggressiver geworden. Allergiker müssen sich jetzt durch dauerhaftes Tragen von Masken im Freien schützen. Mit Moskitonetz schlafen ist 2050 üblich geworden, denn die Zahl der Mückenarten ist als Folge des Klimawandels gestiegen. Und diese können Tropenkrankheiten wie das gefährliche

Dengue-Fieber oder das Chikungunya-Virus übertragen. Mückenspray vor dem Rausgehen, Fenster mit Insektengittern und lange Kleidung auch in heißen Nächten sind mittlerweile in Baden-Württemberg in den tieferen Lagen selbstverständlich geworden.

Menschen auf der Flucht zu uns

In anderen Gegenden der Welt leiden die Menschen noch deutlich stärker unter dem Klimawandel als wir. Oft bleibt ihnen nur zu fliehen – auch zu uns. Andauernde Dürre hat den Südosten von Afrika von Somalia bis Kenia und auch Teile Westafrikas und des Nahen Ostens nahezu unbewohnbar gemacht. Wer noch konnte, machte sich auf die Reise nach Norden, nach Europa. Angesichts der großen Menschenmassen war eine Abschottung Europas, wie sie noch in den 2020er Jahren praktiziert wurde, nicht mehr möglich. Ganz Europa befindet sich seither in einem Umbruch, dessen Auswirkungen auf die Gesellschaft erheblich und nicht absehbar sind. Das erleben wir auch in Baden-Württemberg hautnah.

Axel Weiß, Stefanie Peyk, Rafaela Rübsamen
SWR

Quelle: www.swr.de/swraktuell/baden-wuerttemberg/klimawandel-szenario-alltag-2050-bw-100.html
Stand: 7.5.2022; 5:34 Uhr



Foto: Enrique/pixabay.com

Für ein gemeinsames Morgen

Positionspapier Nachhaltigkeit des Landesseniorenrates Baden-Württemberg

Der Klimawandel ist eine Aufgabe der Gerechtigkeit zwischen den Generationen. Die Herausforderung, vor der wir stehen, ist groß, aber nicht so groß, dass durch unser Tun und Unterlassen nichts auszurichten wäre. Als ältere Menschen fühlen wir uns in besonderer Weise mitverantwortlich dafür, wie es mit unserer Erde weitergeht.



Abbildung: GerdAltmann/pixabay.com

Der Landesseniorenrat Baden-Württemberg vertritt die Auffassung, dass menschliches Tun und Unterlassen für die Klimaveränderungen verantwortlich ist und der globale Klimawandel eine Gefahr für die Menschheit und ihre Mitwelt darstellt. Die Aufgabe, vor der wir stehen, ist groß, aber nicht so groß, dass durch unser Tun und Unterlassen nichts auszurichten wäre. Im Gegenteil: Die Politik ist ebenso in der Pflicht wie Organisationen, Institutionen und die Wirtschaft. Und schließlich ist jeder Einzelne angefragt, seinen persönlichen Lebensstil klimaverträglich zu gestalten.¹ Als ältere Menschen fühlen wir uns deshalb mitverantwortlich dafür, wie es mit unserer Erde weitergeht.

Konsum, Lebensstil und Ernährung

Saisonal | Regional | Reparieren | Müll vermeiden

Der Konsum von Produkten und Dienstleistungen sowie deren Nutzung und Entsorgung beeinflussen den Zustand der Umwelt. Zu einer nachhaltigen Ernährung gehören deshalb saisonale Lebensmittel und regionales Einkaufen. Als Lan-

desseniorenrat setzen wir uns dafür ein, dass nachhaltige Produkte durch einheitliche, klare und übersichtliche Siegel- und Kennzeichnungspflicht leicht erkennbar und möglichst überall erhältlich sind. Waren und Güter sollten über eine verlängerte Garantiezeit verfügen. Zudem setzen wir uns für eine Reparaturpflicht für Geräte ein.

Mobilitätskultur und Nachhaltigkeit

Aktiv sein | Teilnehmen | Teilhaben

Allen Bürger*innen muss eine gleichberechtigte Mobilitätsteilnahme gesichert möglich sein, wobei die ökologischen Aspekte nicht vernachlässigt werden dürfen. Zukunftsfähige Mobilitätspolitik heißt, dass diese mit der Stadtentwicklungs- und Wohnungsbaupolitik einhergeht. Als Landesseniorenrat setzen wir uns deshalb für eine barrierefreie, inklusive, sozial gerechte und klimapositive Mobilität als Grundrecht für alle ein. Menschen, die auf dem Land leben, müssen ähnlich mobil sein können wie die in der Stadt. Dies bedeutet für uns einen gut ausgebauten, barrierearmen, bezahlbaren ÖPNV für alle.

Innovation und Technologie

Wandel durch Innovation | Strategien entwickeln | Werte schaffen

Innovation ist unverzichtbar, um die Klima- und Naturkrise zu bewältigen und nachhaltiges Wirtschaften zu ermöglichen. Dieser notwendige Wandel erfordert Ideen und Ansätze im technischen, ökonomischen, ökologischen, sozialen und kulturellen Bereich.

Nicht zuletzt die Digitalisierung bietet viele Möglichkeiten für die Seniorenarbeit: Digitale Veranstaltungen, bei der nicht alle Teilnehmenden extra anreisen müssen, sparen Energie, Geld und Zeit. Dafür muss ein barrierefreier und bezahlbarer Zugang zu den modernen Kommunikationsformen bundesweit möglich sein. Gerade für Senior*innen gilt allerdings auch: Digitale Treffen können nicht den persönlichen Kontakt ersetzen.²

Gesellschaftlicher und sozialer Zusammenhalt

Vor Ort | Miteinander | Vernetzt | Verbunden

Zu einem guten Leben in allen Lebensphasen gehören bezahlbarer Wohnraum, eine attraktive und gesunde Wohnumgebung mit wohnortnaher Versorgung und Infrastruktur, zugängliche Sozial-, Gesundheits- und Pflege-Leistungen sowie ausreichend Angebote in den Bereichen Kultur und Bildung. Klima- und Umweltschutz wie auch soziale Herausforderungen stehen in ständiger Wechselwirkung.² Wir setzen uns für eine sozialverträgliche Energiewende ein, die alle Menschen einbezieht, Energiearmut verhindert und besonders belastete Haushalte unterstützt.

Bürger*innen, Politik und Wirtschaft sind deshalb gleichermaßen und partizipativ bei der Umsetzung der siebzehn Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen einzubinden.

Denn Nachhaltigkeit ist mehr als Umweltschutz, sie besetzt das ganze gesellschaftliche und politische Spektrum.

Alle müssen aktiv werden!

Vormachen | Verstehen | Handeln

Städte und Gemeinden sind die Orte, von denen es wesentlich abhängt, ob der Wandel in Richtung Nachhaltigkeit gelingen wird. Daseinsvorsorge, Bauen, Wohnen, Arbeiten, Mobilität, Alltagskon-

sum, Produktion, Bildung, Freizeitgestaltung, Sport, Kultur und vieles andere mehr – all das ist lokal und regional verankert.³ Wir brauchen deshalb eine „Politik mit dem Einkaufskorb“ – viele kleine Leute, die viele kleine Schritte tun, können das Gesicht der Welt verändern. Effiziente Maßnahmen können nur umgesetzt werden, wenn alle Generationen solidarisch miteinander umgehen. Das Erfahrungs- und Lebenswissen der älteren Menschen ist dabei eine unschätzbare Ressource. Im gemeinsamen generationenübergreifenden Dialog können wir alle voneinander lernen und innovative Lösungen vorantreiben.

1 https://www.dioezese-linz.at/dl/ktssJKJ000LjQx4KJK/Dt_BiKo_Klimawandel_lang.pdf

2 https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2021/BAGSO-Positionspapier_Generationenaufgabe_Klimaschutz.pdf

3 <https://www.wpn2030.de/wp-content/uploads/2021/01/wpn2030-Impuls-StS-Ausschuss-Nachhaltige-Stadtentwicklung.pdf>

Stark gekürzt. Das ausführliche Positionspapier finden sie unter www.lsr-bw.de

Anzeige



„Bei der Altersvorsorge vertraue ich den Profis“

Gesetzliche Rente, private und betriebliche Altersvorsorge: Die Fachleute der Deutschen Rentenversicherung helfen kompetent, kostenlos und neutral bei allen Fragen zur Alterssicherung. So können Sie eine Vorsorgestrategie wählen, die zu Ihnen und Ihrem Leben passt.

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin in einem der Servicezentren für Altersvorsorge des gesetzlichen Rentenversicherungsträgers:

→ www.prosa-bw.de



Gemeinsam für eine lebenswerte Zukunft

Italien ruft den Dürrenotstand für fünf Regionen in Norditalien aus, Verona und Pisa limitieren ihr Trinkwasser, extreme Trockenheit in Spanien und Portugal – dort ist es so trocken wie seit 1.000 Jahren nicht, mit Temperaturen über 40 Grad mehrere Wochen. Gletscherabbruch in den Dolomiten, schwere Flut in Australien, Wasserknappheit und Waldbrände in Brandenburg und Sachsen.



Foto: Landesseniorenrat Baden-Württemberg

Der Klimawandel ist da. Es geht dabei um nichts weniger als die Gefährdung wesentlicher Lebensgrundlagen der jetzt lebenden und der kommenden Generationen – sowie zahlloser Tiere und Pflanzen. Der Klimawandel ist deshalb auch eine Aufgabe der Gerechtigkeit zwischen den Generationen.

Gemeinsam mit Jugendlichen der achten Klasse der Kraichgau Realschule in Sinsheim und den Seniorenräten aus Baden-Württemberg hat der Landesseniorenrat sich mit den Chancen und Herausforderungen der Nachhaltigkeit auseinandergesetzt.

Der generationenübergreifende Fachtag des Landesseniorenrats fand am 05.05.2022 in und mit Unterstützung der Klimaarena Sinsheim statt. Unter dem Motto „Generationenaufgabe Nachhaltigkeit – ein Ziel der Seniorenarbeit“ schlossen sich danach die diesjährigen Regionaltagungen



Regionaltagung in Kornwestheim.
Foto: Landesseniorenrat Baden-Württemberg

in Offenburg, Mannheim, Tübingen und Kornwestheim an. Sie beschäftigten sich mit den Chancen und Herausforderungen, die durch den Klimawandel gesamtgesellschaftlich entstehen. Neben einem Impulsvortrag zum Thema „Nachhaltigkeit – eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe auch für Seniorenräte“ von Sonja Bluhm schlossen sich Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkten an:

- Klimaheld*innen des Alltags – ein Generationenbündnis (mit Frau Dr. Kühl, Universität Ulm)
- Wie Seniorenräte dazu beitragen können, grüne Oasen in Zeiten des Klimawandels zu schaffen (mit Vertreter*innen des BUND Baden-Württemberg)
- Welchen Beitrag zu einer nachhaltigen Gesellschaft können Seniorenräte leisten (mit Sonja Bluhm, Umweltzentrum Tübingen e. V.)

Allen ist klar...

Klima- und Umweltschutz sind eine Bedingung dafür, langfristig soziale Gerechtigkeit und gesellschaftliche Teilhabe zu sichern. Wir sehen es als unsere moralische Verantwortung, unsere Erde für nachfolgende Generationen zu erhalten. Wir fühlen uns mitverantwortlich, den sozialen Zusammenhalt weiter zu stärken und den Generationen-dialog zu stützen.

Anja Schwarz
Landesseniorenrat



Regionaltagung in Mannheim
Foto: Landesseniorenrat Baden-Württemberg

Gemeinsam in die Zukunft schauen



Foto: Landesseniorenrat Baden-Württemberg

Am 05.05.2022 besuchte die Klasse 8b der Kraichgau-Realschule die KLIMA ARENA in Sinsheim. Dort fand der Fachtag des Landesseniorenrates zum Thema Klimawandel und Klimaschutz statt.

Wir trafen uns mit unseren Lehrern Herrn Lars Harzmann und Frau Barbara Grom nicht wie sonst immer im Klassenzimmer, sondern vor der KLIMA ARENA zum Corona-Test. Danach ging es in den großen Vorraum und wir bekamen richtig tolle Namensschilder. Als auch die Älteren da waren, gingen wir gemeinsam in den großen Besprechungsraum.

Dort fand die Begrüßung der Senior*innen durch zwei mutige und echt aufgeregte Schüler der Kraichgau Realschule (KRS) statt. Während unserer Begrüßung tauchten auch die berühmten 5 P's der UN-Nachhaltigkeitsziele 2030 auf, welche wir den Senioren in Gebärdensprache vorstellten: planet, people, prosperity, partnership, peace.

Nach der Begrüßung wurden wir in verschiedene Gruppen eingeteilt. Auf den Namensschildern befanden sich verschiedene Zahlen, die bestimmten, in welche Gruppe man geht. In den Kleingruppen bearbeiteten wir in der spannenden und cool gemachten Ausstellung viele Stationen wie zum Beispiel:

- Der Klima-Supermarkt: dort lernte man, wie man nachhaltig einkaufen kann.
- Die Energie-Galerie: dabei lernte man, welche Energieträger klimafreundlich sind und welche nicht.
- Die interaktive Weltkarte, in der man die verschiedenen Krankheiten, Bedrohungen und Konsequenzen des Klimawandels kennenlernte.

- Leben in der Zukunft: wie wir es schaffen zusammenzuhalten und was sich verändert.

Nach den Stationen gingen wir zum gemeinsamen Mittagessen, wo man sich mit den anderen austauschen konnte. Besonders spannend war, dass früher viel mehr Kartoffeln gegessen und diese im Garten angepflanzt wurden.

Danach ging es weiter in den Besprechungsraum, in dem neue Gruppen gebildet wurden und man nochmal andere Menschen kennen lernen konnte. Alle waren total freundlich und haben sich Mühe gegeben. In den neuen Gruppen musste man mit einem speziellen Computerprogramm eine Mindmap zu verschiedenen Fragen erstellen. Zusammen mit den Älteren fassten wir viele Stichworte und Gedanken zu den Unterbegriffen des gewählten Themas zusammen. Es war echt schwer, drei politische Statements zu formulieren, die auch zu schaffen sind – wir gehen ja erst im Jahr 2080 in Rente!

Als auch diese Aufgabe abgeschlossen war, ging es für alle zurück in den Besprechungsraum. Dort stellten wir den anderen Gruppen unsere Mindmap vor und erklärten die politischen Statements. Danach verabschiedete uns der Vorsitzende des Landesseniorenrats Prof. Dr. Hammer und war stolz auf uns. An dem Tag hat es sich wirklich gelohnt in die Schule zu gehen, weil wir etwas fürs Leben gelernt und gemeinsam in die Zukunft geschaut haben.

Leonie Jörg
Schülerin Klasse 8b
der Kraichgau Realschule Sinsheim

Impulse zur Nachhaltigkeit

Junge Menschen sind die treibenden Kräfte für die Veränderungen von morgen. Deshalb trafen sich Senior*innen aus Baden-Württemberg mit Schüler*innen der achten Klasse der Kraichgau Realschule Sinsheim gemeinsam zum Fachtag in der KLIMA ARENA in Sinsheim.

Gemeinsam bearbeiteten sie in generationsübergreifenden Teams Fragestellungen zum Thema Nachhaltigkeit. In den Themenschwerpunkten

- Gesellschaftlicher und sozialer Zusammenhalt
- Konsum, Lebensstil und Ernährung
- Innovation und Technologie
- Mobilitätskultur und Nachhaltigkeit

wurden **Impulse** für ein gemeinsames Miteinander ausgearbeitet.



Gesellschaftlicher und sozialer Zusammenhalt

Der gesellschaftliche Zusammenhalt ist ein Schlüsselfaktor für eine gemeinwohlorientierte Entwicklung, die alle Menschen, unabhängig ihres gesellschaftlichen und sozialen Status, im Blick hat.

- Bedingungen schaffen, die jungen Menschen einen guten Start ins eigenständige Leben ermöglichen (z. B. Startgeld).
- Anpassung der Lebensbedingungen in Stadt und Land.

- Schaffen von sozial- und bedarfsgerechten Wohnräumen und wohnortnahe Arbeiten.
- Pflichtjahr für gesellschaftliche Dienste
- Bürgerbeteiligungsformate bei allen Zukunftsthemen
- Diskurse über die Generationengerechtigkeit führen und Ergebnisse umsetzen.

Konsum, Lebensstil und Ernährung

Der Konsum von Produkten und Dienstleistungen sowie deren Nutzung und Entsorgung beeinflussen in erheblichem Maße nicht nur die wirtschaftliche und soziale Situation der Menschen, sondern auch den Zustand der Umwelt.

- Generationenübergreifende Bildungsangebote über ausgewogene Ernährung und deren Umsetzung.
- Entwicklung eines sensiblen Umgangs mit Lebensmitteln, um Verschwendung zu vermeiden.
- Digitalisierung und digitale Kompetenzen fördern, um Ressourcen zu schonen.
- Verlängerung der Garantiezeiten und Reparaturpflicht für Geräte.
- Waren und Güter nach Möglichkeit recyceln.
- Einheitliche, klare und übersichtliche Siegel- und Kennzeichnungspflicht



Innovation und Technologie

Innovation ist unverzichtbar, um die Klima- und Naturkrise zu bewältigen und nachhaltiges Wirtschaften zu ermöglichen.

- Bezahlbare, barrierefreie Technologien entwickeln, um die Teilhabe aller zu gewährleisten.
- Mehr in Wissenschaft und Bildung investieren, um zukunftsfähige und vor allem machbare Lösungen zu finden. Denn jeder muss die Möglichkeit haben, Umweltschutz zu betreiben.



Mobilitätskultur und Nachhaltigkeit

Ein zukunftsorientiertes Mobilitätskonzept mit einem abgestimmten Mix der verschiedenen Verkehrsmittel funktioniert nur, wenn es ökologisch, nachhaltig, integriert und sozial gerecht ist.

- Es besteht ein Grundrecht auf Mobilität und es ist eine Staatspflicht, diese zu sichern.
- Allen Menschen muss Mobilität ermöglicht werden, damit sie teilhaben können – egal, wie viel sie verdienen oder wie alt sie sind.
- Menschen, die auf dem Land leben, müssen ähnlich mobil sein können, wie die in der Stadt.
- Öffentliche Verkehrsmittel müssen gut ausgebaut, getaktet, verlässlich und sozial gerecht sein, damit sie einen Mehrwert gegenüber dem Individualverkehr darstellen.
- Alle Mobilitätsangebote sollten sinnvoll vernetzt und digital planbar sein.

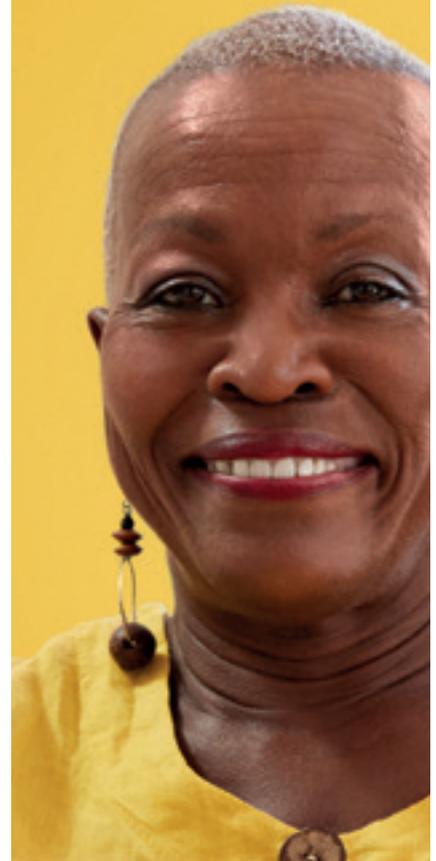


Alle Fotos: Landesseniorenrat Baden-Württemberg

Anja Schwarz
Landesseniorenrat Baden-Württemberg



„Ein sicheres und selbstbestimmtes Leben darf nicht von perfekter Gesundheit oder äußeren Merkmalen abhängen. Es ist ein Recht, das sich niemand erst verdienen muss, auf das man aber jederzeit zählen kann. Wie auf das Rote Kreuz.“



**Hausnotruf.
Bunter, sicherer,
unbeschwerter.**

**Infos kostenfrei:
Telefon 08000 365 000
www.hausnotruf-bw.de**

Anzeige

Lassen Sie uns zusammen handeln – Jeder kann etwas beitragen

Zusammenfassung Regionaltagungen 2022

Wussten Sie, dass die Herstellung eines T-Shirts 1,5 kg Baumwollsaat und 15.000 Liter Wasser verbraucht? Wussten Sie, dass pro Stunde in Deutschland 320.000 Einweg-Becher für Heißgetränke nach dem Gebrauch weggeschmissen werden? Das sind pro Jahr fast drei Milliarden Einwegbecher.



Foto: KampusProduction/pexels.com

Nachhaltig leben heißt nicht zwangsläufig, zu verzichten. Es geht vielmehr darum, sich bewusster mit dem eigenen Konsum- und Verbrauchsverhalten auseinander zu setzen und dieses zu verändern.

Wir haben Ihnen im Folgenden kleine Tipps zusammenggetragen. Sie finden in der Broschüre „Mit Soda – ohne Plastik“ weitere Anregungen.

- Zum Brötchen- oder Brotkauf einen eigenen Beutel mitnehmen. Dann brauchen Sie keine Papiertüte vom Bäcker.
- Minimieren Sie Ihren Fleischkonsum, indem Sie sich wie früher, wieder richtig auf den Sonntagsbraten freuen. So ist auch der Kauf von Fleisch beim Bauern nebenan oder Bio Fleisch möglich.
- Was tun mit dem abgelaufenen Erste-Hilfe-Kasten aus dem Auto? Bringen Sie diesen zum Roten Kreuz. Der abgelaufene Inhalt wird bei Erste-Hilfe-Kursen gern eingesetzt.

Nicht nur jeder einzelne, auch Seniorenräte sind Teil der Zivilgesellschaft und tragen dazu bei, neue und zukunftsfähige Ideen zu entwickeln. Seniorenräte engagieren sich mit anderen und genera-

tionsübergreifend in ihren Kommunen und Landkreisen für eine gerechtere Gesellschaft. Jung und Alt stehen gemeinsam dafür ein, Veränderungen zu wagen und dem Umwelt- und Klimaschutz in den kommenden Jahren höchste Priorität einzuräumen.

Wir schmieden Bündnisse und unterstützen nachhaltige Initiativen vor Ort

- Repair Café | Nähcafé
- Energiegenossenschaften
- Dorfladen mit anderen Initiativen und Verbänden
- Einkaufshilfe/Lieferungen vom örtlichen Lebensmittelmarkt etc. mit einem Lastenfahrzeug.
- Gelbes Band für Obstbäume, die von der Allgemeinheit abgeerntet werden dürfen.

Wir beteiligen uns aktiv an der Gestaltung unseres Dorfes bzw. unserer Stadt

- Sitz- und Ruhemöglichkeiten im dörflichen/städtischen Umfeld
- Schwätzbänke
- Grüne Oasen in Gemeinden und Städten schaffen

- Stadtgärten
- Hochbeete im Dorf/der Stadt anlegen
- Bänke-Kataster
- Beschreibung von Spazierwegen für mobilitäts-
eingeschränkte Personen
- Anregen von Bürgerbeteiligungsprozessen
- Schwerpunkt Sorgende Gemeinschaft/Quar-
tier/Kümmerer vor Ort



Foto: WohnblogAT/pixabay.com

Wir engagieren uns für neue Mobilitätskonzepte

- Fahrdienst (Seniorenmobil, Bürgerbus, Bürger-
auto etc.)
- Car-Sharing-Initiativen
- Mitfahrbänke
- Rikscha-Fahrten für Senior*innen
- Fahrsicherheitstrainings mit dem Fahrrad und
Pedelec
- Training an Fahrkartenautomaten und Apps zur
Bestellung des Fahrscheins

Wir setzen uns für ein lebendiges Quartier ein



Foto: WolfgangEckert/pixabay.com

- Ausflüge | Seniorentreffen | Kinotreff | Spiele-
nachmittage
- Bewegungsangebote/-treffs | Wohlfühl-Wande-
rung | Boule | Fahrradwanderung
- Besuche in Pflegeheimen
- Überleitung vom Krankenhaus in die Häuslichkeit

- Beratungsangebote
- Sprechstunden für Ratsuchende
- Hilfe und Unterstützung bei der Digitalisierung
- Wohnberatung
- Patientenverfügung | Betreuungsvollmacht |
Vorsorgevollmacht

**Wir entwickeln kreative,
generationenübergreifende Ideen**

- Patenschaften für Verkehrsinseln mit Kinder-
gärten oder Schulen (regelmäßiges Gießen der
Bäume und Pflanzen)
- Kochen im Kindergarten und in der Schule, um
das Thema Ernährung und Kochen mit frischen
Zutaten Kindern und Jugendlichen zu vermitteln
- Klimafrühstück mit Jugendlichen
- Balkonsolaranlagen zum Ausleihen
- Wochenmarkt ins Leben rufen

Seniorenräte sind Orte des Aufbruchs, die schon
jetzt zeigen, wie Klimaschutz und Nachhaltigkeit im
Alltag Schritt für Schritt umgesetzt werden können.

Anja Schwarz
Landesseniorenrat Baden-Württemberg

Anzeige

**„Wie soll ich arbeiten,
wenn ich Vollzeit
pflegen muss?“**

**Nächstenpflege braucht Kraft
und Unterstützung.**

Wir fordern bessere Bedingungen:

- ▶ mehr Hilfe im Haushalt, bei der Pflege und
bei der Betreuung,
- ▶ mehr Zeit zum Pflegen ohne finanzielle Sorgen,
- ▶ mehr Rente für pflegende Angehörige.

Helfen Sie mit: ▶ www.vdk-bw.de

SOZIALVERBAND
VdK
BADEN-WÜRTTEMBERG
#naechstenpflege

Wichtige Grippeimpfung: Auch Apotheken bieten Termine an!



Foto: ABDA

Mit den sinkenden Temperaturen steigt auch die Zahl der Grippeerkrankungen. Typisch für eine „echte“ Grippe (Influenza) sind plötzlich auftretendes, sehr hohes Fieber, Schüttelfrost sowie Kopf- und Muskelschmerzen. Auch Halsschmerzen und ein lang anhaltender trockener Husten können hinzukommen. Die Grippe wird durch Influenzaviren ausgelöst und schwächt den Körper über Wochen hinweg. Hinzu kommt, dass auch die Corona-Welle wieder an Fahrt gewinnt und die Infizierten-Zahlen ansteigen. Schon jetzt warnen Kliniken davor, dass zu viele Erkrankte aus beiden Wellen das Gesundheitssystem überlasten würden. Eine rechtzeitige Impfung schützt jeden Einzelnen sowie seine Mitmenschen vor schwerer Erkrankung.

Auch Apotheken bieten Impfungen an

Seit diesem Herbst dürfen neben den Ärzt:innen auch Apotheker:innen die wichtige Schutzimpfung verabreichen. In Baden-Württemberg haben bereits über 1000 Apotheken die für die Grippeimpfung nötigen Schulungen durchlaufen. Seit Ende Oktober unterbreiten viele Apotheken den Bürgerinnen und Bürgern zusätzliche Impfangebote. Fragen Sie einfach in der Apotheke Ihres Vertrauens nach, ob dort Impfmöglichkeiten für Sie bestehen.

Durch eine Grippe sind vor allem ältere Menschen besonders gefährdet. „Neben Senioren raten wir auch Menschen mit geschwächten Abwehrkräften, chronisch Kranken und Menschen mit vielen Kon-

takten zur jährlichen Impfung“, sagt Tatjana Zambo, Präsidentin des Landesapothekerverbandes Baden-Württemberg (LAV). Da sich Grippeviren verändern und jeden Winter neue Typen auftreten, muss man sich jedes Jahr neu impfen lassen. Wichtig ist, dass man sich rechtzeitig impfen lässt: Der beste Zeitpunkt ist im Herbst, bevor die Influenzasaison richtig losgeht.

Grippe ernst nehmen

Die echte Grippe kann eine wirkliche Bedrohung sein und kann im schlimmsten Fall sogar tödlich verlaufen. Daher weisen zahlreiche Apotheken mit der Kampagne „Impfopoint“ auf die Bedeutung der Gripeschutzimpfung hin, die den besten Schutz vor einer Ansteckung bietet. Sehen Sie sich die wichtigen Infos rund um die Grippeimpfung online an unter www.impfopoint.de. Viele Apotheken bieten nicht nur die Gripeschutzimpfung an, sondern auch die wichtigen Corona-Schutzimpfungen – von der Grundimmunisierung bis zur Booster-Impfung. Geboostert wird vor allem mit den neuen, variantenangepassten Impfstoffen. Diese Auffrischung wird besonders für ältere oder vorerkrankte Menschen empfohlen, um schwere Krankheitsverläufe zu vermeiden.

Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg (LAV) setzt sich für die unabhängige Beratung von Patienten, Gesundheitsprävention und die sichere Abgabe von Arzneimitteln ein. In Baden-Württemberg gibt es rund 2.400 öffentliche Apotheken.

Kooperation zeigt Korrelation von Gesundheitsdaten und Umweltstressoren auf

Der Klimawandel und der demografische Wandel bedingen neue Herausforderungen – auch für Gesundheitsversorgung und -prävention der Bevölkerung. Einem WHO-Bericht* zufolge sind bei jedem fünften Todesfall Umweltstressoren, also Faktoren wie zum Beispiel Umgebungstemperatur, Niederschlag oder Luftverschmutzung, die eine Belastung für den menschlichen Körper darstellen können, ursächlich beteiligt.

Vor allem bei vulnerablen Bevölkerungsgruppen sind die Gesundheitsrisiken aufgrund von Umweltstressoren besonders hoch. Die Coronapandemie zeigte zudem, dass Krisenszenarien unvorhergesehen auf den Plan treten, und zugleich eröffnen Vernetzung und Digitalisierung neue Chancen, um präventive und individualisierte Infrastrukturen aufzubauen. Vor diesem Hintergrund entstand 2021 eine einzigartige Kooperation zwischen dem Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt e. V. (DLR) und der AOK Baden-Württemberg.

Das DLR verfügt über einschlägige Erfahrungen für die Modellierung und Vorhersage von Umweltstressoren und kann basierend auf Erdbeobachtungsdaten die Konzentrationen von Luftschadstoffen und meteorologischen Variablen mit hoher zeitlicher und räumlicher Auflösung vorhersagen. Die AOK Baden-Württemberg verfügt über Erkrankungsdaten von etwa 40 Prozent der Bevölkerung Baden-Württembergs, die als quasi-repräsentativ für die Bevölkerung Deutschlands angesehen werden können und gestaltet das Gesundheitssystem aktiv mit. Das Ziel der Zusammenarbeit ist es, die Zusammenhänge zwischen den vorherrschenden Umweltstressoren und Erkrankungen (Häufigkeit und Verlaufsschwere) gemeinsam im Detail zu erforschen. So eine Untersuchung ist bislang in Deutschland mit

einer vergleichbaren Datenbasis noch nicht durchgeführt worden. Angewandt wurde ein neuartiger Ansatz, der modernste, auf Erdbeobachtung basierende numerische Modellierung mit Krankenversicherungsdaten kombiniert.

Die AOK Baden-Württemberg erwartet von den Studienergebnissen der Kooperation deutliche Fortschritte bei der Aufklärung der Dosis-Wirkungs-Beziehung, also dem funktionalen Zusammenhang zwischen der Dosis der Umweltstressoren und der daraus resultierenden Wirkung auf die Gesundheit der Menschen. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf den vulnerablen Gruppen, zum Beispiel auf Älteren und auf Menschen mit Vorerkrankungen. Perspektivisch könnten eventuell individualisierte Risikovorhersagen kommuniziert werden, was die Kosten für das Gesundheitssystem nachhaltig senken würde. Aufbauend auf dem WHO-Report liegen die Schwerpunkte der gemeinsamen Forschungsarbeit auf Atemwegs-, Kreislauf-, Haut- und Stoffwechselerkrankungen. Den Start machte 2021 die Untersuchung der Influenza, da diese Ähnlichkeiten mit SARS-CoV-2 aufweist. Erste Ergebnisse dazu wurden Ende Oktober veröffentlicht.

*<https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>



Der Klimawandel und zunehmende extreme Wetterlagen wirken sich direkt auf unsere Gesundheit aus.

Foto: pixabay.com

Wohnraumanpassung: Gute Vorbereitung ist die halbe Miete

Wenn der Wohnraum wegen eines Unfalls, des Alters oder einer Behinderung barrierefrei gestaltet werden muss, ist gute Vorbereitung das A & O – weiß Expertin Barbara Steiner-Karatas vom Kommunalverband für Jugend und Soziales Baden-Württemberg (KVJS).

Frau Steiner-Karatas, die Bandbreite an Maßnahmen ist groß, wenn man sein Zuhause so anpassen muss, dass Menschen mit Unterstützungsbedarf weiterhin darin wohnen und leben können.

Das stimmt. Schon ein simpler Haltegriff kann für den Einzelnen eine große Unterstützung sein. Die Kosten für einen entsprechenden Griff werden von der Pflege- beziehungsweise Krankenkasse übernommen – vorausgesetzt, er ist von den Kassen in das sogenannte Hilfsmittelverzeichnis aufgenommen und im Vorfeld bewilligt worden. Auch andere Hilfsmittel können auf diese Weise über die Kassen finanziert werden. Anders sieht es natürlich bei umfangreicheren Maßnahmen aus wie einem Badumbau. Dafür braucht es dann einen anderen Weg.

Was steht grundsätzlich am Anfang?

Generell ist es empfehlenswert, im Vorfeld eine Wohnberatung aufzusuchen und sich in den Wohnberatungsstellen vor Ort zu informieren. Diese Beratungsstellen gibt es in ganz Baden-Württemberg und sie können meist kostenfrei genutzt werden.

Welche Vorteile bietet eine Wohnberatung?

Wohnberater informieren individuell die betroffenen oder interessierten Personen. Es wird immer darauf geachtet, was der Einzelne für einen Bedarf, aber auch für Wünsche hat. Die örtlichen Wohnberatungsstellen machen meist Hausbesuche. So können die Wohnberaterinnen und Wohnberater direkt in der häuslichen Umgebung schauen, welche Anpassungen für den Einzelnen in Frage kommen. Sie beraten und informieren dabei vollkommen neutral und unabhängig.

Die Realisierung der Maßnahmen übernimmt der Einzelne dann selbst?

Korrekt, das muss jeder selbst organisieren. Genau wie eine mögliche Finanzierung. Auch hier sollte im Vorfeld eine ausführliche und kompeten-

te Beratung stehen. Die örtlichen Wohnberater unterstützen gerne mit hilfreichen Tipps und Ratschlägen.

Welche Möglichkeiten der Finanzierung gibt es?

Das ist sehr verschieden, da jeweils der Einzelfall entscheidet. Geht es etwa um praktische Hilfsmittel, die im Alltag physische Beeinträchtigungen kompensieren, dann ist die jeweilige Krankenkasse zuständig. Prothesen, Rampen, Lifte oder Hör-, Sprech- und Sehhilfen sind hierfür einige Beispiele. Es gibt aber auch Hilfsmittel, die die Pflege einer Person gezielt erleichtern, darunter Lagerungs- oder Badehilfen. Dafür muss man sich dann an die Pflegekasse wenden.

Lesen Sie mehr im neuen KVJS-Spezial ...

Pflege- oder Krankenkasse? Renten- oder Unfallversicherung – bei welchem Träger kann man wann Zuschüsse beantragen? Das ist Thema im neuen KVJS-Spezial zur barrierefreien Musterwohnung des KVJS, der „Werkstatt Wohnen“. Die Publikation erscheint in Kürze. Lesen Sie darin das Interview zu den Möglichkeiten der Finanzierung von Wohnraumanpassung in voller Länge.

Das Interview führte **Ulrike von Siegroth**

Zur Person:



Foto: Privat

Barbara Steiner-Karatas leitet die zertifizierte Fortbildung zum Wohnberater. Das Angebot des KVJS in Kooperation mit der BAG Wohnungsanpassung bereitet angehende Wohnberater umfassend auf ihre Tätigkeit vor. Die Finanzierung von Umbau- oder Anpassungsmaßnahmen ist eines der zentralen Themen.

Ambulant betreute WGs sind gefragt!



Foto: Drazen Zigic/freepik.com

Ambulant betreute Wohngemeinschaften liegen im Trend – das zeigt die jährliche Erhebung der Fachstelle ambulant unterstützte Wohnformen (FaWo). Seit der ersten Bestandsaufnahme im Jahr 2015 sind kontinuierlich immer mehr Angebote hinzugekommen: Zum diesjährigen Stichtag am 30. Juni waren es in Baden-Württemberg insgesamt 611 ambulant betreute Wohngemeinschaften, davon 303 für Menschen mit Behinderungen und 308 für pflegebedürftige Personen (sogenannte Pflege-Wohngemeinschaften). Dies entspricht einer Zunahme zum Vorjahr um 11 Prozent. „Somit gibt es aktuell nahezu jeweils gleich viele Wohngemeinschaften für beide Zielgruppen. In den Jahren zuvor waren die Unterschiede größer“, stellt Thomas Kallenowski von der FaWo fest. Der überwiegende

Teil der ambulant betreuten Pflege-Wohngemeinschaften richtet sich dabei nicht an eine spezielle Zielgruppe, sondern steht allen Menschen mit Unterstützungs- und Versorgungsbedarf im Quartier zur Verfügung. „Insgesamt stellen wir landesweit ein stetig wachsendes Interesse an dieser Wohn- und Versorgungsform fest. Das zeigt sich vor allem auch an einem gestiegenen Beratungs- und Informationsbedarf“, so Kallenowski. Als unabhängige Fach- und Anlaufstelle bietet die FaWo ein Informations-, Beratungs- und Serviceangebot rund um das Thema ambulant betreute Wohngemeinschaften und innovative Wohnformen. Sie wird finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration und ist beim KVJS als Kompetenzzentrum angesiedelt.



Allen Interessierten stehen die Bestandserhebungen unter www.fawo-bw.de zur Verfügung. Kontakt:
E-Mail: fawo@kvjs.de Tel.: 0751 35 58 83 90

KVJS in Aktionsbündnis Kurzzeitpflege aktiv

Die Partner eines vom Sozialministerium initiierten Aktionsbündnisses wollen die Kurzzeitpflege weiter voranbringen. Auch der KVJS beteiligt sich in diesem Zusammenschluss und unterzeichnete die „Gemeinsame Erklärung 2.0“. Deren Inhalte zielen auf den Ausbau und die Weiterentwicklung der Kurzzeitpflege ab: Neben konzeptionellen Verbesserungen soll auch die Versorgung nach dem Krankenhausaufenthalt in den Blick genommen werden – etwa mithilfe der Übergangspflege als neue Leistungsart. Weiteres wichtiges Element zur Stärkung der Kurzzeitpflege ist die kooperative Sozialplanung vor Ort. Um die künfti-

ge kommunale Versorgungs- und Infrastruktur zu steuern, sollen valide und landesweit akzeptierte Basisdaten erhoben werden.

Das Land fördert den Ausbau solitärer Kurzzeitpflegeeinrichtungen darüber hinaus weiterhin im Innovationsprogramm Pflege. Der KVJS ist mit der Bearbeitung des Förderprogramms beauftragt.

Bewerbungsschluss ist der 20. Januar 2023.

Mehr Informationen finden Sie hier:
www.kvjs.de/KVJS-N958

Drei Bücher zum Thema Klimawandel, Nachhaltigkeit und Generationengerechtigkeit

Frank Schätzing:

**Was, wenn wir einfach die Welt retten?
Handeln in der Klimakrise**

Ich habe noch nie so ein kurzweiliges, unterhaltsames Sachbuch gelesen. Dem bekannten Thrillerautor (Der Schwarm) ist eine faszinierende Mischung aus Thriller und Sachbuch gelungen. Schon der erste Satz fesselt: „Eigentlich wollte ich ein ganz anderes Buch schreiben, einen Thriller. Dann dachte ich: Wir sind in einem Thriller ... als Akteure ...“ Wortgewaltig erklärt der Autor die Sachlage und zeigt Wege auf, wie jeder von uns seinen Beitrag zum Schutz der Erde, in Verantwortung für die nächste Generation, leisten kann.

Kiepenheuer&Witsch, Köln,
ISBN 978-3-462-00201-0, 332 Seiten, 20 EUR,
auch als E-book erhältlich.

Annette Kehnel:

**Wir konnten auch anders – eine kurze
Geschichte der Nachhaltigkeit**

Auf 402 Seiten (der Rest sind akkurate Erklärungen und Quellenangaben) erklärt die deutsche Mittelalterhistorikerin Annette Kehnel wie unsere Vorfahren es geschafft haben, in früheren Zeiten nachhaltig zu leben, zu teilen, zu spenden und zu stiften. Ein hochinteressantes, sehr informatives Buch, das Sie garantiert erst wieder weglegen, wenn Sie es ausgelesen haben. Es wurde zu Recht mit dem NDR Sachbuchpreis ausgezeichnet.

Blessing Verlag, ISBN 978-3-89667-679-5,
486 Seiten

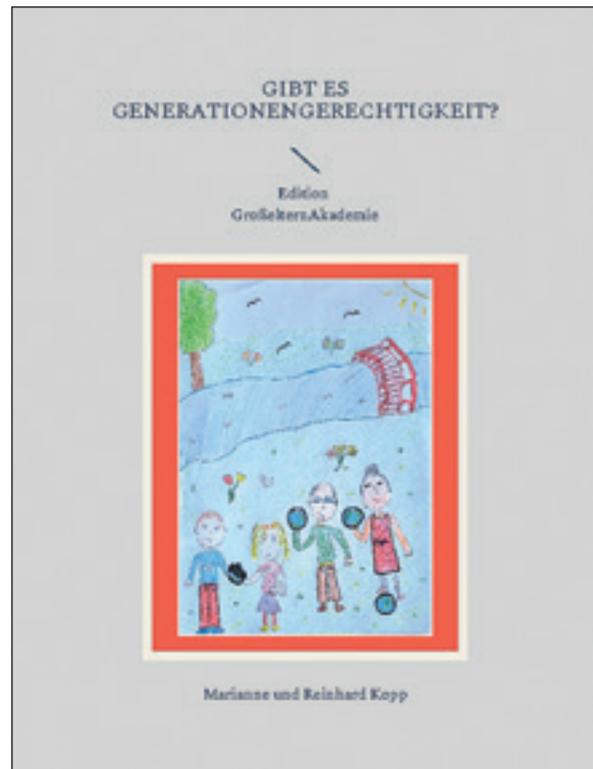


Foto: Marianne und Reinhard Kopp

**Marianne und Reinhard Kopp:
Gibt es Generationengerechtigkeit?**

Seitdem wir an den Treffen der Nachhaltigkeits-AG des LSR teilnehmen, beschäftigte uns die Frage nach der Generationengerechtigkeit. Wir haben Fakten zum Klimawandel und zur Abfallwirtschaft zusammengetragen, erklären, warum Reparieren wieder Trend werden müsste und setzen uns mit den Begriffen Generation und Gerechtigkeit auseinander. Herausgekommen ist ein Buch, worin wir unsere Ideen zum Generationen- miteinander darlegen.

BoD, ISBN 978-3-7562-4643-4, 200 Seiten,
9,99 EUR, auch als E-book erhältlich.

Marianne Kopp, Redaktion "im blick"



Foto: jcomp/freepik.com

Der Schwäbische Turnerbund e. V. stellt sich vor



Foto: STB/Sebastian Stiphout

Der Schwäbische Turnerbund (STB) ist mit knapp 700 000 gemeldeten Mitgliedern der mitgliederstärkste Sportfachverband in Baden-Württemberg. Vom Kinderturnen über den Wettkampf- und Spitzensport bis hin zu den vielfältigen Angeboten im Freizeit-, Fitness- und Gesundheitssport ist der STB als Fachverband in Württemberg zuständig für alle Sport- und Bewegungsangebote, die sich aus den vielseitigen Formen von Turnen und Gymnastik entwickelt haben und in seinen rund 1800 gemeinnützigen Turn- und Sportvereinen angeboten werden. Als Partner seiner Vereine setzt sich der STB dafür ein, dass diese die optimalen Rahmenbedingungen und Hilfestellungen für ihre ehrenamtliche Arbeit erhalten und dass ihre Interessen auf allen politischen Ebenen vertreten werden.

Der STB wurde am 1. Mai 1848 gegründet. Als ältester, durchgängig existierender Sportverband in Deutschland gestaltet der STB so seit mehr als eineinhalb Jahrhunderten aus sozialer Verantwortung heraus das gesellschaftliche Leben mit.

Der STB ist heute Dachverband für die Marken TURNEN (Gerätturnen, Rhythmische Sportgymnastik, Trampolin und Rhönradturnen), KINDERTURNEN, GYMWELT (Gesundheit/Fitness/Gymnastik, Tanz & Vorführungen, Natursport) sowie eine Reihe von Sportarten (Mehrkämpfe, Orientierungslauf, Turnspiele, etc.).

Wenn es um die Zukunftsfähigkeit von Turn- und Sportvereinen geht, werden Kooperationen und Netzwerke immer wichtiger. Im Bereich Fitness- und Gesundheitssport engagiert sich der STB verstärkt auf Landesebene in gesundheitsorien-

tierten Kooperationen und Netzwerken. Ein wichtiges Netzwerk für den Bereich „Ältere und Senioren“ stellt hierbei der Landesseniorenrat dar.

Der demographische Wandel und die gesellschaftlichen wie gesundheitspolitischen Entwicklungen werden zukünftig auch die Vereinswelt beeinflussen. Die Zielgruppe „Ältere“ ist so verschieden wie die Menschen selbst: Vom dynamischen und aktiven Mitfünfziger über die Generation Babyboomer, die in den nächsten Jahren in den Ruhestand eintritt und den größten Bevölkerungsteil ausmacht, bis hin zu den Hochaltrigen – sie alle werden in den kommenden Jahren mit dem Wunsch nach einem aktiven und gesunden Leben auch in den Vereinen ankommen.

Wir freuen uns über die Möglichkeit, Teil der „Arbeitsgruppe Gesundheit“ des Landesseniorenrats zu sein und unser Know-how im Bereich der Älteren für gesundes Älter werden mit einbringen zu können.

STB 
SCHWÄBISCHER
TURNERBUND

Weitere Informationen zum STB und seiner fachlichen Arbeit können unter folgendem QR-Code gefunden werden:



Foto: STB/Sebastian Stiphout



Bad Säckingen

Begegnungen, Informationen und reichlich Tipps für den Alltag gab es beim ersten Seniorenaktionstag am 17.09.22 in Bad Säckingen



Foto: Carmen Schlachter

Ganz offensichtlich hat der Stadtseniorenrat Bad Säckingen mit seinem Seniorenaktionstag am 17.09.22 nicht nur den Nerv der Bad Säckinger Einrichtungen, Organisationen und Vereine getroffen, sondern auch den der älteren Menschen in der Stadt.

Viele Besucher waren erstaunt über die vielfältigen Informationen. Z. B. Wohin kann ich mich wenden, wenn ich in eine schwierige Lebenssituation komme und Information und Beratung benötige? Wie bekomme ich Hilfe im Alltag oder wohin kann ich mich wenden, wenn sich eine Pflegebedürftigkeit abzeichnet? Auch Themen wie Digitalisierung und Freizeitgestaltung standen im Fokus.

Denn mit dem „Älterwerden“ sollte man sich frühzeitig auseinandersetzen. Gegenseitige Unterstützung, Netzwerke, bürgerschaftliches Engagement und professionelle Hilfe tragen dazu bei, solange wie möglich selbstständig leben zu können.

Für das leibliche Wohl sorgte das Bildungszentrum CHRISTIANI (mit Schwerpunkt soziale und berufliche Integration). Ein kleines aber feines Rahmenprogramm rundete den Tag ab.

Carmen Schlachter, SSR Bad Säckingen

Bruchsal

Seniorenrat Bruchsal zu Besuch im Feuerwehrgerätehaus



Foto: Volker Falkenstein

Am Dienstag, den 06.09.2022, durfte der Seniorenrat Bruchsal das neue Feuerwehrgerätehaus Am Alten Güterbahnhof unter Führung von zwei hauptamtlichen Feuerwehrleuten besichtigen. Herr Peter Schmid, Leiter der Werkstatt, empfing uns und sogar Bürgermeister Glaser, der zufällig zur gleichen Zeit mit einem Krisenstab im Gebäude weilte, begrüßte uns.

Dass das Bruchsaler Feuerwehrhaus der „Mercedes“ unter den Feuerwehrhäusern ist, wie es die BNN beschrieb, fand der Seniorenrat vollauf bestätigt. Zu verdanken haben wir dieses Gebäude nicht zuletzt der Fa. SEW, die eigentlich aufgrund ihrer mittlerweile erreichten Größe in Bruchsal verpflichtet war, eine Werkfeuerwehr vorzuhalten. Sie hat das Feuerwehrhaus für die Stadt Bruchsal in nur ca. 300 m Entfernung zu ihrem Betriebsgelände gebaut und unterhält es auch die nächsten 30 Jahre. Es ist in unsicheren Zeiten, in denen wir leben, gut und beruhigend zu erfahren, dass wir eine Institution wie unsere Freiwillige Feuerwehr haben, auf die wir uns verlassen können und die bestmöglich auf die Unwägbarkeiten des Lebens vorbereitet ist. Nicht

nur die Feuerwehrkameraden können stolz auf ihr Gebäude sein, wie die Vorsitzende Helga Jannakos zum Abschluss betonte, wir alle können stolz und zufrieden sein, solch eine Einrichtung zu besitzen.

Wolfgang Ohder, SSR Bruchsal

Main-Tauber-Kreis

40 Jahre Kreissenorenrat Main-Tauber



Foto: Matthias Ernst

Der Vorsitzende des Kreissenorenrates Main-Tauber, Robert Wenzel, konnte in dem barocken Josephsaal des Klosters Bronnbach neben den vielen Aktiven auch Bürgermeister, Kreisräte und Dekane begrüßen. Mit Ehrhard Stephan, der über 30 Jahre Vorsitzender war und den Kreissenorenrat vor 41 Jahren gegründet hat, konnte er einen treuen Wegbegleiter begrüßen. Eigentlich sollte der Festakt bereits vergangenes Jahr stattfinden, aber wegen Corona wurde der Termin in den Herbst 2022 verschoben.

Neben den Ansprachen des Vorsitzenden, von Sozialdezernentin Elisabeth Krug in Vertretung von Landrat Schauder, und dem stellvertretenden Vorsitzenden des Landessenorenrates Karl-Heinz Pastors, erwartete die Gäste eine Führung durch das ehemalige Zisterzienserkloster und spätere Residenz der Fürsten zu Löwenstein-Wertheim, die das Klosterleben der Zisterzienser sehr plastisch beschrieb. Daran schloss sich ein Saxofonkonzert in der Klosterkirche an. Den Abschluss bildete ein kleiner Empfang in der Orangerie des Klosters, wo man lange miteinander plauderte.

Der Main-Tauber-Kreis steht an zweiter Stelle in Baden-Württemberg mit dem höchsten Anteil an Senioren. Man lobte die Arbeit des Kreissenorenrates, wies aber auch darauf hin, dass noch viele Aufgaben auf ihn zukommen werden.

Walther Ruf, KSR Main-Tauber-Kreis

Oberkirch

Seniorenfreundliches Oberkirch – Zertifikate an 19 teilnehmende Betriebe vergeben

Zur Übergabe der Zertifikate „Seniorenfreundlicher Service“ konnte Oberbürgermeister Matthias Braun dieser Tage im Rahmen einer kleinen Feierstunde die Vertreter*innen der teilnehmenden Betriebe in der Mediathek Oberkirch willkommen heißen. Mit diesem Projekt, das auf eine gemeinsame Initiative der Seniorenräte in Baden-Württemberg und des Landessenorenrats zurückgeht, soll der Einzelhandel für die Belange der immer größer werdenden Zielgruppe der älteren Menschen sensibilisiert werden.

Oberbürgermeister Braun zeigte sich erfreut, dass der Seniorenbeirat der Stadt Oberkirch dieses Projekt aufgenommen habe und es gemeinsam mit den Betrieben so erfolgreich durchgeführt werden konnte. Es sei sein ausdrücklicher Wunsch, an diesem Thema dranzubleiben und Oberkirch als seniorenfreundliche Stadt weiterzuentwickeln.

Karl-Heinz Busam, der mit seinem Blumenhaus ebenfalls teilgenommen hatte, wusste zu berichten, dass im Rahmen der Zertifizierung „einiges gefragt“ sei. Er selber werde sein Geschäft auf der Grundlage des Fragenkatalogs künftig immer wieder neu reflektieren und sehen, wo weitere Verbesserungen möglich seien. Tatsächlich seien es oft nur Kleinigkeiten, die für die ältere Kundschaft Erleichterungen bringen.

Oberbürgermeister Braun griff dies auf und unterstrich, dass auch in Zukunft Anregungen der Bürgerschaft gesammelt würden, um die Seniorenfreundlichkeit, welche ihm am Herzen liege, weiter zu verbessern.



Oberbürgermeister Braun konnte im Rahmen einer Feierstunde die Zertifikate "Seniorenfreundlicher Service" an 19 Oberkircher Betriebe aushändigen.

Foto: Nicole Trayer

Nicole Trayer, Stadt Oberkirch

Ortenaukreis

„Freie Gehwege“ auch im Ortenaukreis

Am 01.10.2022 beteiligte sich der Kreisseniorerrat Ortenaukreis an der Aktion „Freie Gehwege“. Rund 60 Teilnehmende aus dem Aenne Burda Stift und den Teams des Kreisseniorerrates Ortenau und der Ortsgruppe des ADFC Offenburg liefen einige Runden zwischen Neptunbrunnen und Sporthaus Grimm in Offenburg. Sichtlich erfreuten die Teilnehmer*innen auch die vielen älteren Einkäufer*innen, die mit Rollatoren unterwegs waren und die Aktion ausdrücklich begrüßten.

Große Unterstützung erfuhren die Organisatoren des Kreisseniorerrates vom Stadtmarketing Offenburg, das diese Aktion nicht nur positiv begleitete, sondern auch durch Plakatieren unterstützte.



Foto: Gerd Baumer

Gerd Baumer, KSR Ortenaukreis

Ulm

Seniorenrat Ulm holt Ausstellung zum digitalisierten Gesundheitswesen nach Ulm und initiiert die Ulmer Aktionswochen „Digital dabei“



Bürgermeisterin Mann bei der Ausstellungseröffnung.
Foto: Günter Fröscher

Im Rahmen des Landesprojektes „gesundaltern@bw“ wurde in Ulm die Ausstellung des Volkshochschulverbandes zum digitalisierten Gesundheitswesen im November 2021 gezeigt. Zu diesem Anlass wurden die Ulmer Aktionswochen „Digital dabei“ initiiert. Federführend war das ZAWiW, Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung der Universität Ulm, das am Landesprojekt beteiligt war. Weitere Kooperationspartner waren die Stadt, die vhs Ulm, der Paritätische, das Agaplesion Bethesda Ulm und der Generationentreff Ulm/Neu-Ulm. Es wurden u. a. Gesundheits- und Technikbotschafter ausgebildet, Vorträge und Kurse angeboten.

Nach der Aktionswoche wurde die Ausstellung in den Stadtteilen gezeigt, um möglichst viele Menschen zu erreichen. Außerdem fanden weitere Vorträge statt, an denen sich auch der SR beteiligt hat. Das Landesprojekt ist im Sommer 2022 ausgelaufen. Ältere Menschen brauchen weiterhin Unterstützung und Beratung. Deshalb setzt sich der SR für die weitere Ausbildung von Gesundheitsbotschaftern ein.

Maria Eichenhofer-Fröscher, SR Ulm

Waldshut

KSR Waldshut informiert

Am 18. Juli traf sich der Vorstand des Kreisseniorerrates mit Landrat Kistler, um über besonders Senioren betreffende Themen zu diskutieren. Im Einzelnen ging es um das Zentralklinikum und die ärztliche Versorgung im Landkreis, dann um den Öffentlichen Personennahverkehr, um die Problematik der Abwanderung von qualifiziertem Personal in die benachbarte Schweiz sowie um das in Tiengen geplante Hospiz.

In Bezug auf das Problem der Abwanderung verwies Kistler auf die Werbung auf der Plattform „Patient Hochrhein“ im Internet sowie auf die Unterstützung von Ärzten bei Umzug, Ummeldung oder Bauplatzsuche. Alfred Laffter vom Kreisseniorerrat wies zudem auf die Freiburg International Academy hin, die medizinisches Personal vermittelt.

Mit einem Jahr Verzögerung, bedingt durch eine Fläche, die zunächst der Elektrifizierung der Bahn vorbehalten war, nun aber nicht gebraucht wird, kommt das Hospiz in Tiengen. Die Finanzierung ist über den Förderverein gesichert, wobei viele Firmen und auch Privatleute sich engagieren, ebenso wie natürlich auch der Landkreis. Statt der ursprünglich angedachten acht wird es nun elf Plätze geben, der Spatenstich soll im Frühjahr erfolgen.

Zum öffentlichen Nahverkehr erklärte Kistler, ein Flächenlandkreis werde nie Angebote machen können, wie sie in Zentren bestehen. Die Menschen seien daher auf Alternativangebote angewiesen wie einen Bürgerbus, Nachbarschaftshilfen, und nicht zuletzt gewerbliche Anbieter.

Alfred R. Laffter, KSR Waldshut

Wertheim

Seniorenbeirat hat während seines zehnjährigen Bestehens Spuren in der Stadt Wertheim hinterlassen

Als am 01.03.2012 der Wertheimer Seniorenbeirat offiziell aus der Taufe gehoben und die Satzung vom Gemeinderat genehmigt wurde, konnte keiner ahnen, wie wertvoll die Arbeit für die ältere Bevölkerung in der Stadt sein würde. Vorsitzender Jürgen Kuchler begrüßte zur Feierstunde im Arkadensaal im Rathaus Oberbürgermeister Markus Herrera-Torres, den Vorsitzenden des Kreis-seniorenrates Main-Tauber Robert Wenzel und als Festredner Thaddäus Kunzmann, den ehemaligen Demografiebeauftragten der Landesregierung Baden-Württemberg.

Immerhin ist ein Drittel der Bevölkerung der Stadt Wertheim die Klientel des Seniorenbeirates.

Die bisherigen Angebote sollen ausgebaut und ergänzt werden. Ältere Menschen wollen gerne Verantwortung übernehmen. Das macht Mut für die Zukunft, und daran wollen der Seniorenbeirat und der Kreissenorenrat gerne mitwirken. Der Festredner Thaddäus Kunzmann sagte: „Sie als Experten sind für die Stadt wichtige Gesprächspartner.“ Der Seniorenbeirat der Stadt hat einen sehr guten Ruf, helfe man doch an vielen Stellen, das Leben zu vereinfachen, sagte der Oberbürgermeister Markus Herrera-Torrez



Foto: Matthias Ernst

Walter Ruf, Seniorenbeirat Wertheim

Wildberg

Notfall-Karte für die Geldbörse – eine Notfall-Karte für Jung und Alt

Foto: SSR Wildberg

Ein Mitglied vom SSR Wildberg, hat eine kompakte Notfall-Karte erstellt, die im gefalteten Zustand die gleiche Größe wie die Krankenversicherungskarte (5,5 x 8,5 cm) hat. Alle wichtigen Informationen wie Name und Anschrift, Kontaktpersonen, Hausarzt, (Vor-) Erkrankungen, Allergien, Medikamente und operative Eingriffe können eingetragen werden. Auch die herausnehmbare Zahnprothese ist aufgeführt, die vor einer künstlichen Beatmung entfernt werden sollte, um Beschädigungen zu vermeiden.

Die unbedruckte Rückseite der Notfall-Karte kann für weitere wichtige Informationen genutzt werden. Wie leicht zu erkennen ist, ist diese Notfall-Karte nicht nur für Senior*innen hilfreich, sondern für Jung und Alt gleichermaßen.

Die Notfall-Karte kann von der Homepage des Stadtseniorenrats Wildberg unter www.ssr-wildberg.de/service/downloads/notfallkarte heruntergeladen, mit dem PC ausgefüllt, gespeichert und ausgedruckt werden. Spätere Änderungen sind somit einfach durchzuführen.

Die Notfall-Karte sollte in der Geldbörse direkt oberhalb oder unterhalb der Krankenversicherungskarte positioniert werden, da der Rettungsdienst immer nach der Krankenversicherungskarte fragt und somit auch Ihre Notfall-Karte wahrnimmt.

Erhard Wacker und Horst Aichele
SSR Wildberg

Natur tut gut! Naturerleben für Menschen mit und ohne Demenz

Dieser Aussage stimmen die meisten sofort zu: Natur tut gut. Doch wie genau wirkt Natur auf den menschlichen Organismus? Wie können wir unser Naturerleben vertiefen und es auch Menschen mit Demenz ermöglichen? Diesen Fragen ging Dorit Behrens, Dozentin, Autorin und Projektleiterin von LebensWege im Rahmen der Vortragsreihe „Mit Demenz leben“ der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e. V. nach. Was sie zu sagen hatte, gilt nicht nur für Menschen mit Demenz, sondern für alle, die einen Ausgleich zu ihrem anstrengenden Alltag suchen.

Wissenschaftlich besteht längst kein Zweifel mehr: Die Natur wirkt seelisch wie körperlich positiv auf uns. Das Immunsystem wird gestärkt, das Empfinden von Schmerz, Unruhe, Angst und Stress wird gemildert und Stimmung, Konzentration und Merkfähigkeit gestärkt. In den letzten Jahren hat sich für die intensive Beschäftigung mit der Wirkung, die Natur auf den Menschen hat, ein neuer Begriff etabliert: Green Care. „Der Begriff Green Care fasst alle Interventionen zusammen, die die positive und unterstützende Wirkung der Natur, von Tieren und Pflanzen nutzt, um Menschen zu helfen und sie zu fördern.“ (Hochschule für Agrar- und Umweltpolitik, Wien) Erfahrungen bei Menschen mit Demenz zeigen: Green Care verbessert die Lebensqualität und kann neben anderen nichtmedikamentösen Behandlungsansätzen wie beispielsweise Ergo- und Physiotherapie, kognitivem Training und Biografiearbeit ergänzend eingesetzt werden, um zum Erhalt von Fähigkeiten beizutragen und das Wohlbefinden zu steigern.

Bäume machen glücklich

Menschen mit Demenz fällt es zunehmend schwer, Reize aus der Umgebung einzuordnen und zu verarbeiten. So entsteht ein besonderer Stress, der sich im Alltag durch Ängstlichkeit, Agitiertheit oder einen ausgeprägten Bewegungsdrang bemerkbar machen kann. Naturerlebnisse, etwa ein Waldspaziergang, wirken dem entgegen. So wissen wir, dass Terpene (Duftstoffe, die Bäume und andere Pflanzen nutzen, um andere Exemplare ihrer Art z. B. vor Fressfeinden zu warnen) aktiv die Konzentration der Stresshormone Adrenalin, Noradrenalin und Cortisol im Blut senken. Eine hohe Baumdichte scheint sich zudem positiv bei Angstzuständen und Depressionen auszuwirken.

Licht tut gut

Tageslicht stärkt die innere Uhr. Unser Körper folgt im Tagesverlauf einer Art ‚innerer Uhr‘, die vor allem von der Intensität des Lichts bestimmt wird, dem wir ausgesetzt sind. Intensives Licht ist aktivierend, so dass wir uns tagsüber wacher fühlen und gleichzeitig

die nächtliche Schlafqualität verbessert wird. Nutzen wir diesen Effekt, kann Licht eine stabilisierende Wirkung auf den Schlaf-Wach-Rhythmus haben und bei Menschen mit Demenz gezielt eingesetzt werden, um Unruhe am späten Nachmittag und den frühen Abendstunden zu reduzieren.

Natur bewegt

In der Natur unterwegs zu sein, kann gerade Menschen mit Demenz ein Gefühl von Freiheit geben, sie selbstbewusst machen und sinnstiftend sein. Körperliche Aktivität wirkt vielfältig gesundheitsfördernd auf Körper und Geist. Bewegung trainiert Kraft, Ausdauer, Koordination, Balance und die Fähigkeit, mehreres gleichzeitig zu tun, z. B. gehen und reden. Sie wirkt Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen entgegen, lindert Schmerzen, reduziert das Sturzrisiko, fördert die kognitive Leistungsfähigkeit, lindert Stress, stärkt positives Wohlbefinden, fördert soziale Teilhabe und hat damit einen zentralen Einfluss auf den Erhalt von Autonomie und Alltagskompetenzen.

Natur aktiviert und verbindet

Im Alltag sind wir vielen unterschiedlichen Reizen wie Bildern, Farben, Geräuschen und Gerüchen ausgesetzt. Dies kann schnell überfordern, ganz besonders Menschen mit Demenz. Die Natur dagegen gibt auf sanfte Weise Sinnesreize, ohne zu überfordern: Riechen, Sehen, Hören, Schmecken, Fühlen. Auch stark emotional gefärbte Erinnerungen können jetzt zu Tage treten, zu denen es vielleicht für eine lange Zeit keinen Zugang gab: Der Duft von Blüten erinnert an den Garten der Kindheit, der Kontakt mit der Erde ans kindliche Barfußlaufen. Naturerlebnisse können Brücken bauen, sorgen für Gesprächsstoff, schaffen positive gemeinsame Erlebnisse und heben die Stimmung. Deshalb sollte für alle gelten: Ab in die Natur!

Saskia Gladis
Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

Bei Lotto Baden-Württemberg steht der Klimaschutz im Fokus

Dachbegrünung, E-Ladestationen, Bienenstöcke, Biogas und zwei große Photovoltaikanlagen: Lotto Baden-Württemberg setzt sich aktiv für den Umwelt- und Klimaschutz ein.

Nachhaltiges Handeln steht bei dem staatlichen Lotterieveranstalter ganz oben auf der Agenda. Auch in der „Zentrale des Glücks“ in Stuttgart. So konnte der CO₂-Bedarf in den vergangenen fünf Jahren um mehr als 20 Prozent gesenkt werden. Dazu tragen mehr als 300 Hochleistungs-Solarmodule auf dem Dach bei. In Kombination mit dem eigenen Blockheizkraftwerk kann in sonnenreichen Monaten so fast 100 Prozent des Stromverbrauchs der Zentrale gedeckt werden.



Zwei große Photovoltaik-Anlagen sind auf dem Dach der Lotto-Zentrale in Stuttgart installiert. Foto: Claus M. Morgenstern

Geschäftsführer Georg Wacker: „Unsere Anstrengungen zur Energiereduzierung und Effizienzsteigerung zahlen sich aus. Diesen Weg werden wir auch in Zukunft weiterverfolgen. So sind weitere Photovoltaikanlagen bereits in Planung.“ Als eines der ersten Unternehmen im Großkundenbereich bezog Lotto Baden-Württemberg zudem 100 Prozent Biogas von den Stadtwerken Tübingen, wodurch jedes Jahr gut 450 Tonnen CO₂ gespart werden. Zum Vergleich: Der durchschnittliche CO₂-Fußabdruck liegt in Deutschland pro Person bei ca. elf bis zwölf Tonnen. Bereits 2020 trat Lotto Baden-Württemberg dem Klimabündnis des Landes bei. Dass der Lotterieanbieter als eines der ersten Unternehmen dafür ausgewählt wurde, lag auch an seiner Vorreiterrolle in Sachen Nachhaltigkeit.

Hochbeete und Bienenvölker

Alle gebäudetechnischen Anlagen werden beispielsweise durch ein Energie-Monitoring in Echtzeit gesteuert, um den Verbrauch optimal abzustimmen. „Damit lässt sich die Energieversorgung in den jeweiligen Büros punktgenau regulieren. Wenn Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Homeoffice sind, bleiben unbesetzte Büros natürlich ungeheizt“, sagt Wacker.

Auch im Betriebsrestaurant setzt Lotto Baden-Württemberg auf Nachhaltigkeit. Der Bio-Anteil der Lebensmittel wurde im Rahmen des Modellprojekts „Gutes Essen in Landeseinrichtungen“, das durch das Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz gefördert wurde, immer weiter erhöht und liegt aktuell bei rund 60 Prozent. Gemüse wird in Hochbeeten auf dem Dach der Zentrale selbst angebaut. Durch drei Bienenvölker im pestizidfreien Garten wird die Artenvielfalt gefördert.



Die Bienenvölker im Garten der Lotto-Zentrale in Stuttgart produzieren eigenen glüXhonig. Foto: STLG/Moritz Wertz

Nicht nur beim Umwelt- und Klimaschutz übernimmt Lotto Baden-Württemberg Verantwortung für die Gesellschaft: Das Unternehmen stellte dem Land aus Lotterieverträgen 2021 mehr als 420 Millionen Euro für das Gemeinwohl zur Verfügung. Dieses Geld kommt u. a. der Sportförderung, dem Kultur- und Denkmalschutz, der Kunst und Kultur sowie sozialen Projekten zugute.

Nicht „altes Eisen“, sondern „Edelstahl“ der Gesellschaft

Am 20. September 2022 lud der Landesseniorenrat Baden-Württemberg zur Veranstaltung „Alt werden mit Zukunft in Baden-Württemberg“, aus Anlass des 15-jährigen Bestehens der Seniorennetzwerke und Pflegebegleiterinitiativen nach Fellbach in die Schwabenlandhalle ein.



Foto: Landesseniorenrat

Die Grußworte zur Veranstaltung sprachen Dr. Angela Postel vom Referat Pflege im Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg und Karl-Heinz Pastoors, stellvertretender Vorsitzender des Landesseniorenrats. Jens-Peter Kruse, stellvertretender Vorsitzender der BAGSO, stellte als Hauptredner der Veranstaltung, die Chancen und Herausforderungen der Sorgenden Gemeinschaften vor. Grundlage Sorgender Gemeinschaft sind eine starke Zivilgesellschaft sowie die Neuverteilung der Sorgeaufgaben zwischen den Geschlechtern.

Marianne Kopp, Redaktion „im blick“

Fachtagung „Seniorenfreundliches Handwerk“ am 28.9.2022

Nicht wer freundlich zu Senioren ist, gilt gleich als zertifizierter „seniorenfreundlicher Handwerker“. Dazu gehört eine Menge mehr, das zeigte sich auf dieser Fachtagung.

Herr Koebler, Ehrenvorsitzender des Kreisseniorerats Böblingen, Herr Fuchs, stellvertretender Vorsitzender des Kreisseniorerats Konstanz und Herr Praxl, Vorsitzender des Kreisseniorerats Esslingen stellten den Teilnehmenden drei Konzepte zur Schulung und Zertifizierung von Handwerksbetrieben in Zusammenarbeit mit der Kreishandwerkerschaft vor.

- Seniorenfreundliche Handwerker (KSR Böblingen)
- 60+ seniorenfreundliche Handwerkerleistungen (KSR Konstanz)
- ServicePlus (KSR Esslingen, Göppingen, Reutlingen, Rems-Murr-Kreis)

Alle Kreisseniorerräte stehen Interessenten zum Austausch gern zur Verfügung.

Marianne Kopp, Redaktion „im blick“

Dank für 25 Jahre im Dienst des Landesseniorenrates



Foto: Privat

Am 1. Oktober konnte Frau Bässler, Verwaltungsmitarbeiterin des Landesseniorenrats, auf eine 25-jährige Tätigkeit beim Landesseniorenrat zurückblicken. Mit ihrer liebenswürdigen, offenen, hilfsbereiten und kompetenten Art ist Frau Bässler bei den Seniorenräten im Land, den Institutionen und darüber hinaus beliebt und sehr geschätzt. Wir sind sehr froh, Sie an unserer Seite zu haben und danken Ihnen für Ihre jahrelange zuverlässige Arbeit.

Anja Schwarz, Landesseniorenrat

Landesweiter Aktionstag „Freie Gehwege“

In Deutschland werden Gehwege sträflich vernachlässigt. Fußgänger*innen werden durch parkende Autos, abgestellte und fahrende Elektroroller, Fahrradfahrer*innen, Mülltonnen, Straßenschilder, Büsche und Äste, Stolperfallen wie lose Bodenplatten und wackelnde Gullydeckel behindert oder blockiert. Diese und andere Barrieren bedrohen die Sicherheit und die Bewegungsfreiheit von Nutzer*innen der Gehwege.

Aus diesem Grund rief der Landesseniorenrat mit seinen Mitgliedern und Kooperationspartnern im Rahmen des Internationalen Tags der älteren Generation zum landesweiten Aktionstag „Freie Gehwege“ am 01. Oktober 2022 auf.

Aus dem gesamten Bundesland beteiligten sich 40 Seniorenräte und Verbände an der Aktion, machten auf die Behinderungen aufmerksam und warben für ein respektvolles Miteinander im Stra-

ßenverkehr. Das Engagement und die Kreativität aller Beteiligten war bemerkenswert: Von Informationsständen über Ortsbegehungen und Kooperationen mit dem Ordnungsamt bis hin zu Vorträgen zum Thema – der Aktionstag war allerorts ein großer Erfolg. Die Rückmeldungen der Bürger*innen bestätigten zudem, dass die Aktion von großer Notwendigkeit ist und das Thema auch weiterhin mit hoher Bedeutsamkeit behandelt werden muss, um langfristig ein respektvolles und sicheres Miteinander im Straßenverkehr zu erreichen.

Der Landesseniorenrat wird die wichtigsten Erkenntnisse zusammentragen und sich auch weiterhin für „Freie Gehwege“ einsetzen. Die einzelnen Aktionen der Beteiligten finden Sie auf der Homepage des Landesseniorenrats sowie auf den Social Media Kanälen Facebook und Instagram des Landesseniorenrats.



Aktion
„Freie Gehwege“
in Oftersheim
Foto:
Patrick Alberti

Der Landesseniorenrat auf Facebook und Instagram:

Seit Anfang August ist der Landesseniorenrat auch auf Facebook und Instagram für Sie da! Bei Fragen oder Anmerkungen freut sich Frau Beutel über Ihre Nachricht.



Wir freuen uns auf Ihren Besuch:



Facebook: www.facebook.com/landesseniorenrat



Instagram: www.instagram.com/landesseniorenrat

Ihre Ansprechpartnerin für Social Media
Sophie Beutel
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit & Veranstaltungen
Tel.: 0151 - 18 45 41 38
E-Mail: sophie.beutel@lssr-bw.de

„Herr Hämmerle über Nachhaltigkeit“

Grüßgott! Also, meine Name isch Hämmerle und dieser Name isch scho mol ziemlich nachhaltig. Den habe ich scho lang und den benutz ich so lange, bis ich ihn irgendwann halt nicht mehr brauch.

Mit meiner Meinung isch es anders. Meine Meinung kann sich ständig ändern. Das heißt, eine Meinung isch nicht unbedingt ebbes besonders nachhaltiges. Und das hängt damit zusammen, dass viele Dinge, die früher alle mal richtig waren, es heute nicht mehr unbedingt sind.

Beispiel: Eternitplatten. Die galten als langlebig und günstig, so dass man ganz Siedlungen damit versiegelt hat. Nachhaltig...? Pfeifendecke! Weil dann kam raus, dass die Platten mit Asbest verseucht sind und deswegen alle wieder runter müssen und dann wieder doch nicht nachhaltig sind.

Genauso isch es mit der Sprache. Früher hätte man keinen Ärger kriegt, wenn man zu jemand Fräulein gesagt hat, vorausgesetzt, dass es sich au um eine Frau handelt. War des hingegen ein Mann, konnte es unter Umständen schwierig werden. Heute isch es eher umkehrt. War also nicht nachhaltig der Begriff... Selbscht Nachhaltigkeit als Wort isch neu.

So isch die „Nachhaltigkeit“ von der UN im Jahr 2015 für das Jahr 2030 verabschiedet worden. Mer soll nachhaltig denken und auch handeln. Also nicht schpäter an früher denken, sondern schon früher an schpäter. So richtig voran gekommen isch mehr seither noch nicht.

Dabei bedeutet Nachhaltigkeit ganz einfach, dass mer des, was man nicht einfach ersetzen kann, auch nicht übermäßig verbrauchen soll. Ressourcen sparen. Und danach richte ich mich.

Sicher wird es bald keine Autos geben, jedenfalls nicht so wie wir sie kennen. Wegen der Ressourcen und wegen der Kosten und au wegen der EU. Dabei sind auch die neuen Autos alles andere als nachhaltig. Schon vom Akku her. Der muss ja irgendwann entsorgt werden, wenn er nix meh isch.

Das nachhaltigste Auto war für mich deswegen nicht etwa der Elektro-Smart, sondern der Lloyd aus dem Jahre 1960, der sogenannte Leukoplast-Bomber. Der hatte noch eine Holzkarosserie. Nach einem Unfall konnte man das Fahrzeug zu einem Schreiner bringen, der es wieder zusammengeleimt hat.

Das Auto ist auch nicht gerostet, sondern gemütlich verrottet. Da wo früher ein Lloyd in der Wiese geparkt war, wachsen heute schon wieder Blumen.

Es gibt ein paar Dinge die stehen außer Zweifel, dass die nicht sinnvoll sind: dass man sein Bügelei-

sen nicht anlässt, nur auf den Verdacht hin, dass mer bald wieder ein frisches, weißes Hemd anziehen will. Oder dass man, wenn es draußen Minusgrade hat, die Haustür nicht offenstehen lässt, nur damit ein eventueller Besuch schneller drin isch. Auch, dass man nicht bei laufendem Wasser Zähne putzen sollte, steht außer Frage. Es sei denn, man legt einen Waschlappen drunter, den man bei der Gelegenheit gleich mit befeuchtet. Und sich dann das Duschen spart, wie unser Ministerpräsident vorgeschlagen hat.

Er hat Recht: Ein Waschlappen isch ideal zum Säubern von Kopf, Fuss, Arm und Händ. Abgesehen davon kann man ihn auch noch als Schnakenbombe benutzen. Mehrfach verwenden isch auch nachhaltig!

Grundsätzlich gibt es eine Faustregel: Alles, was mer selber macht, isch meistens auch nachhaltig. Wer selber Tomaten zieht, braucht keinen Lastwagen aus Spanien kommen lassen. Wer Plastik ganz vermeidet, braucht sich nicht um neue gelbe Säcke zu kümmern.

Zum Beispiel habe ich eine Flotte Lotte, die schafft mit einer Kombination aus Solarenergie und Bio-Mechanik. Also: wenn ich auf dem Balkon in der Sonne hock und nix zum do hab, dann kann ich selber durchdrehen.

Oder ich mach einen Spaziergang. Des isch gut für die Seele. Und au nachhaltig. Denn erscht lauf ich - danach halt ich. Und zwar im Café Felder.

Bernd Kohlhepp, Comedian, Schauspieler, Kabarettist und Moderator



Foto: Bernd Kohlhepp

Bernd Kohlhepp wuchs in Tübingen auf und ist längst zur Kultfigur im Südwesten geworden. Auch bekannt als Herr Hämmerle, der im SWR aber auch mit der SWR Bigband große Erfolge feiert. Er tourt durch das Land und entwickelt immer neue Ideen, um seinen vielfältigen Talenten und seinem unermesslichen Schaffensgeist nachzugehen.

Erleben Sie Bernd Kohlhepp hautnah: Alle Termine finden Sie auf seiner Homepage unter www.berndkohlhepp.de.

WohnenPLUS- Residenzen – Die moderne Wohnform für Senioren



Bad Wildbad
Ludwig-Uhland-Residenz
07081 178-0

Freudenstadt
Residenz Freudenstadt
07441 869-0

Heidenheim
Residenz Stadtwaage
07321 91061-10

Hochdorf
Amalien-Residenz
07153 61786100

Ingersheim
Residenz Ingersheim
07142 91534-0

Nehren
Residenz Nehren
07473 948630

Stuttgart-West
Königin-Olga-Residenz
0711 351451-10

Stuttgart-Nord
Herzog-Christoph-Residenz
0711 120425-0

Weikersheim
Residenz Weikersheim
07934 99439-0

Tübingen
Friess-Wilhelm-Residenz
07071 604-128



Jetzt schon 10 Mal in Baden-Württemberg





IMPFFEN? APOTHEKE!

Grippeimpfung gibt es jetzt auch in Deiner Apotheke vor Ort!
Schnell, unkompliziert und ganz in der Nähe. Schütze Dich und andere.



EINFACH DA FÜR DICH

Meine Apotheken in Baden-Württemberg