

LANDESVERBAND

Pflegebegutachtung

Antworten auf wichtige Fragen Seite 14

Barrierefreiheit

Teilhabe wird enorm erschwert Seite 14

Reisen mit dem VdK

Ostfriesland mal ganz anders Seite 15

Großteil zufrieden mit Krankenhäusern

Betreuung, Verpflegung, Sauberkeit – die Zufriedenheit anderer Patienten ist ein wichtiger Entscheidungsfaktor für oder gegen eine bestimmte Klinik. Die AOK Niedersachsen hat in einer fortlaufenden Befragung fast 40 000 Versicherte nach einem Krankenhausaufenthalt um Auskunft gebeten. Demnach sind 84 Prozent der Patienten mit den niedersächsischen Krankenhäusern zufrieden.

Für die Kliniken seien die Ergebnisse direkte Impulse für ihr Qualitätsmanagement, so der AOK-Vorstandsvorsitzende Dr. Jürgen Peter. Und so haben die Befragten entschieden:

- 90 Prozent zeigten sich mit Betreuung und Umgang durch die Pflegekräfte zufrieden.
- 88 Prozent gaben an, dass das Personal immer für sie ansprechbar war.
- 82 Prozent würden die Klinik, in der sie behandelt wurden, an Familie oder Freunde weiterempfehlen.
- 81 Prozent würden sich bei Bedarf noch einmal in der Einrichtung behandeln lassen.
- 82 Prozent waren mit ihrem Zimmer zufrieden, mit der Verpflegung dagegen nur 76 Prozent.
- 76 Prozent empfanden die Krankenhaus-Ausstattung als modern und zeitgemäß.

Die durchschnittliche Gesamtzufriedenheit mit Niedersachsens Kliniken liegt bei 84 Prozent. Der wissenschaftlich entwickelte Fragebogen umfasst rund 40 Punkte, die Versicherten werden zwei bis zehn Wochen nach ihrem Krankenhausaufenthalt von der AOK Niedersachsen per Brief oder E-Mail angeschrieben. **cdi/aok**



Viele würden ihre behandelnde Klinik weiterempfehlen.

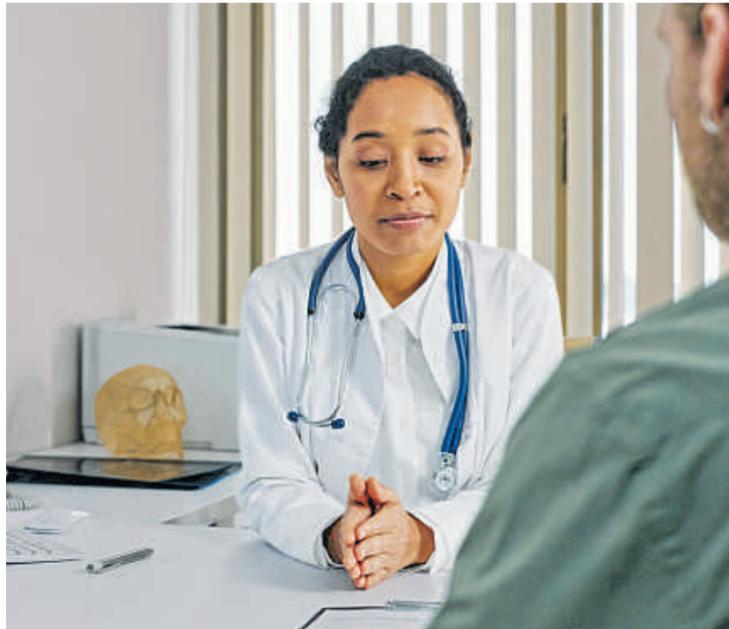
Gehen Sie nicht erst krank zum Arzt

Früherkennung kann Gesundheitsrisiken verringern – Kostenloses Check-Up nur wenig genutzt

Zugegeben: Ein Arztbesuch gehört nicht gerade zu den angenehmen Terminen. Und trotzdem sollte der eigene Gesundheitszustand regelmäßig überprüft werden. Denn Vorsorge ist bekanntlich besser als Nachsorge. Doch die Niedersachsen und Bremer sind bei diesem Thema nachlässiger geworden, wie das Institut für Gesundheitsforschung der Barmer festgestellt hat.

Nur etwa jede und jeder Fünfte in Niedersachsen ab 35 Jahren war in den vergangenen Jahren beim Gesundheits-Check-Up. Im Jahr 2023 haben circa 17 Prozent der Niedersachsen dieses Angebot genutzt. Vor der Corona-Pandemie waren die Zahlen jedoch deutlich höher. Und auch in Bremen ist ein ähnlicher Trend zu beobachten: 2023 lag die Quote der Bremerinnen und Bremer, die den Gesundheits-Check-Up nutzten, bei 17,7 Prozent. Im Jahr 2011 haben dagegen sogar 28 Prozent diese Leistung in Anspruch genommen.

„Gehen Sie nicht erst krank zur Ärztin oder zum Arzt, sondern nutzen Sie die Angebote zur Früherkennung“, rät Heike Sander, Landesgeschäftsführerin der Barmer Niedersachsen/Bremer. Denn viele Krankheiten würden sich zunächst unbemerkt und ohne Beschwerden ins Leben schleichen. Dazu gehören etwa Diabetes



Auch die Bonussysteme der Krankenkassen ändern nichts daran: Junge Männer gehen extrem selten zum Arzt. Foto: cottonbro studio auf pexels.com

Typ 2 oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. „Erste Anzeichen vieler Erkrankungen können bei regelmäßigen Früherkennungsuntersuchungen rechtzeitig erkannt werden“, betont Sander. So könne schon früh gegengesteuert werden.

Gesundheits-Check

Der Gesundheits-Check ab 35 Jahren beinhaltet ein ärztliches Gespräch, die sogenannte Anam-

nese. Darin geht es um eventuell vorhandene Beschwerden, chronische Erkrankungen oder Krebsfälle in der Familie sowie um den individuellen Impfschutz. Außerdem bespricht der Arzt Ernährungsgewohnheiten, Sport und Bewegung sowie Alkohol- und Nikotinkonsum. Im Anschluss erfolgen verschiedene Untersuchungen wie Herz und Lunge abhören, Puls und Blutdruck messen sowie Beweglichkeit, Haut und psychische Verfas-

sung beurteilen. Zusätzlich werden Blut und Urin untersucht.

„Gesetzlich Versicherte ab 35 Jahren können diese Vorsorge alle drei Jahre in Anspruch nehmen. Personen zwischen 18 bis 34 Jahren steht der Check-Up einmalig zu“, erklärt Heike Sander von der Barmer. Gerade in der Altersgruppe unter 35 hat diese Vorsorgeleistung zuletzt nur knapp jeder und jede Zehnte in Niedersachsen und Bremen wahrgenommen. Männer waren dabei mit nur rund sieben Prozent besonders selten beim Arzt. „Hier ist noch deutlich Luft nach oben. Wir können nur jeden ermutigen, diese Vorsorgemöglichkeiten stärker zu nutzen“, sagt Sander.

Check-Up und mehr

Der Gesundheits-Check-Up ist für alle Versicherten ab 18 Jahren eine Kassenleistung, sie müssen keine Zuzahlung leisten. Darüber hinaus gibt es weitere Vorsorgeuntersuchungen, etwa für Versicherte ab 50 Jahren zur Darmkrebs-Früherkennung sowie spezielle Untersuchungen für Frauen und Männer. Bei einigen Versicherungen können die Mitglieder im Rahmen eines Bonusprogramms mit diesen Untersuchungen sogar Punkte oder Prämien sammeln. Informieren Sie sich dazu bei Ihrer Krankenkasse. **red**

Wohnort entscheidend

Studie beleuchtet Chancen junger Menschen

Die Chancen junger Menschen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sind einer Studie zufolge stark vom Wohnort abhängig. Eine gute Schulbildung, Freizeitangebote, Gesundheitsversorgung und eine gut ausgebaute Infrastruktur sind deutschlandweit sehr unterschiedlich, wie aus dem „Teilhabeatlas Kinder und Jugendliche“ hervorgeht, den das Berlin-Institut gemeinsam mit der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung und der Wüstenrot Stiftung herausgegeben hat.

Besonders beim Thema Armut gibt es enorme Unterschiede: Während in Bayern nur 6,5 Prozent der Kinder als arm gelten, treffen insbesondere in Großstädten im Ruhrgebiet, Schleswig-Holstein und nördlichen Niedersachsen hohe Kinderarmut und Jugendarbeitslosigkeit aufeinander. Etwa in Bremerhaven gab es nur sehr wenige Ausbildungsplätze, außerdem lebte mehr als jedes vierte Kind in einer Familie, die Sozialleistungen bezog. Spitzenreiter bei der Kinderarmut ist nach wie vor Bremen mit mehr als 28 Prozent. Diese miteinander verschränkten Problemlagen behindern die gesellschaftliche Teilhabe von Kindern und Jugendlichen sehr. Auch in Wilhelmshaven, Emden und Salzgitter lebt fast jedes vierte Kind in Armut und die Betreuungsquote der Vorschulkinder liegt hier bei nur 79 Prozent.

Grundsätzlich profitieren Kinder und Jugendliche in städtischen Regionen von einem gut ausgebauten Netz an öffentlichen Verkehrs-

mitteln und schnellerem Internet. Auf dem Land sei Mobilität dagegen eine Herausforderung für junge Menschen, ergibt die Studie. Auch die Verfügbarkeit von schnellem Internet sei dort teilweise ausbaufähig. Aber es gibt auch Ausnahmen wie das Umland von Osnabrück: Nirgendwo brechen weniger Jugendliche die Schule ab. Trotz der ländlicheren Prägung sind Schulen und Freizeitangebote hier gut zu erreichen.

Die Wahrnehmungen und Wünsche junger Menschen sind aber – unabhängig vom Wohnort – recht ähnlich: So wünschen sich Kinder und Jugendliche vor allem Möglichkeiten der Freizeitgestaltung, Selbstbestimmung und Beteiligung. Gerade in der Schule haben sie den Eindruck, dass ihre Vorschläge nicht gehört werden. Junge Menschen sollten auch bei der Gestaltung öffentlicher Räume einbezogen werden und es sei wichtig, ihnen das Gefühl zu geben, mitreden zu können, so die Studienautoren.

Für relevant halten die Forscher die Teilhabemöglichkeiten junger Menschen auch vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung in Deutschland. Je besser gerüstet junge Menschen seien, desto besser könnten sie mit den Herausforderungen einer alternden Gesellschaft umgehen. **dpa/cdi** Der Teilhabeatlas ist online abrufbar unter

➔ <https://wuestenrot-stiftung.de/teilhabeatlas-kinder-und-jugendliche>

Frauenthemen auf der Agenda

VdK will Sorgearbeit sichtbarer machen

Der Equal Pay Day, die Frauenpolitik der neuen Bundesregierung und die nächste Landesfrauenkonferenz waren Themen, die der Frauenausschuss bei seiner letzten Sitzung vor dem Landesverbandstag diskutierte. Landesfrauenvertreterin Gunda Menkens traf sich dazu mit Birgit Becker und Jutta Da Corte.

Die Abteilungsleiterinnen Andrea Nacke (Sozialpolitik), Sylvia Katenkamp (Marketing) und Christina Diekmann (Presse) unterstützten thematisch für die nächsten frauenpolitischen Aktionen. Dabei wurde die Forderung „Sorgearbeit sichtbarer machen“ zum Tag der Familie vereinbart. Außerdem sollte in der Sozialpolitischen Resolution des

Landesverbandstags der Bereich Frauen und Gleichstellung stärkere Beachtung finden.

Termine vormerken!

„Da die Lohnlücke zwischen Frauen und Männern zwar etwas kleiner geworden ist, aber immer noch bei 16 Prozent liegt, bereiten wir schon jetzt den nächsten Equal Pay Day vor“, erklärte Menkens. Die Verbandsstufen dürften sich für diese Aktion den 27. Februar 2026 bereits in den Kalender eintragen. Auch werde im kommenden Jahr wieder eine Landesfrauenkonferenz stattfinden, zu der Referenten angefragt und Themen zusammengetragen werden, so Menkens. **cdi**



Die Mitglieder des Frauenausschusses mit den VdK-Abteilungsleiterinnen.

Tipps rund um die Pflegebegutachtung

Antworten auf die wichtigsten Fragen von Betroffenen und Angehörigen

Wer aufgrund körperlicher, geistiger oder seelischer Einschränkungen dauerhaft auf Unterstützung im Alltag angewiesen ist, sollte einen Pflegegrad beantragen. Andrea Nacke, Leiterin der Abteilung Sozialpolitik, erklärt anhand einiger Fragen, worauf dabei zu achten ist.

Wie bekomme ich einen Pflegegrad?

Manchmal kündigt sich die Pflegebedürftigkeit langsam an, manchmal geht es aber auch sehr schnell. Wer dauerhaft Hilfe benötigt, sollte in jedem Fall bei seiner Pflegeversicherung per Brief, E-Mail oder telefonisch einen Antrag auf einen Pflegegrad stellen. Das sollte man möglichst schnell machen, denn die Leistungen werden ab dem Tag der Antragstellung – also auch rückwirkend – gezahlt. Die Pflegekasse ist übrigens der Krankenkasse angegliedert und deshalb über dieselbe Adresse erreichbar. Nach der Antragstellung erfolgt dann die Begutachtung.

Worauf sollte ich bei der Begutachtung achten?

Gesetzlich Versicherte bekommen Besuch von einem Gutachter des Medizinischen Dienstes, privat Versicherte werden von Mediproof-Gutachtern kontaktiert. Es sollte außerdem der oder die Pflegenden oder eine Vertrauensperson anwesend sein. Wichtig ist, dass im



Die VdK-Pflegeratgeber sind für Mitglieder kostenfrei erhältlich.

Gespräch die alltägliche Pflegesituation möglichst realistisch geschildert oder gezeigt wird. Bitte nichts verharmlosen, aber auch nicht übertreiben. Wichtige Dokumente wie der Medikationsplan, ein Pflegetagebuch und aktuelle Arztberichte sollten bereitgelegt werden. Außerdem hilft es, sich bereits einige Tage vor der Begutachtung Notizen über besondere Situationen zu machen. Auch Fragen sollten im Vorfeld notiert werden – denn in der Aufregung kann bei dem Termin selbst sonst schnell etwas vergessen werden.

Wo findet die Begutachtung statt? Für eine Erstbegutachtung kommt ein Gutachter direkt zu den Pfl-

gebedürftigen nach Hause. Beantragt man beispielsweise eine Höherstufung, weil sich der Pflegeaufwand erhöht hat, kann diese auch telefonisch erfolgen. Grundsätzlich gilt: Der Wunsch des Pflegebedürftigen nach der Art der Begutachtung ist ausschlaggebend. Tipp: Wie die Gutachter den Pflegebedarf ermitteln, ist in der VdK-Broschüre „Ab wann ist man pflegebedürftig?“ nachzulesen.

Was tue ich, wenn der Antrag abgelehnt wurde oder der Pflegegrad zu niedrig ist?

Ist man mit dem Ergebnis der Begutachtung nicht einverstanden, kann innerhalb eines Monats gegen den Bescheid Widerspruch

eingelegt werden. Wird der Widerspruch abgewiesen, kann Klage vor dem Sozialgericht erhoben werden. Bei diesen Schritten unterstützt der VdK seine Mitglieder gerne.

Wo bekomme ich weitere Informationen rund um die Pflegebedürftigkeit?

Pflegepersonen haben Anspruch auf eine kostenfreie Pflegeberatung, etwa beim Pflegestützpunkt oder bei Beratungsstellen der Kommunen. Der VdK hat außerdem die kostenlosen Pflegebroschüren „Pflege zu Hause“ und „Ab wann ist man pflegebedürftig?“ erstellt. Darin enthalten sind wichtige Tipps wie etwa das neue Entlastungsbudget, das ab 1. Juli 2025 gilt.

Aktuelle Änderung

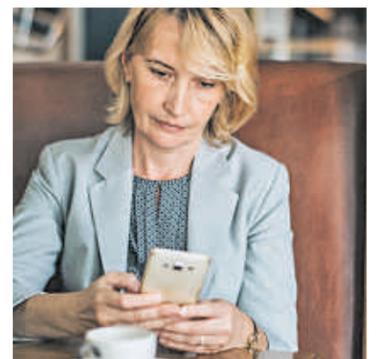
Bislang gab es ab Pflegegrad zwei für die Kurzzeitpflege 1774 Euro pro Jahr und für die Verhinderungspflege 1612 Euro. Viele Betroffene benötigen aber eine Kombination aus diesen Leistungen, was bislang schwierig war. Nun sollen sie mit dem Entlastungsbudget von insgesamt 3539 Euro zusammengelegt werden.

Mitglieder können die Broschüren kostenfrei in ihrer Geschäftsstelle vor Ort bekommen oder per E-Mail an registratur.oldenburg@vdk.de bestellen.

Mit „Onno“ den Arztbericht verstehen

Wer kennt das nicht: Nach dem Besuch beim Arzt kommt endlich der ersehnte Befundbericht – und man versteht kein einziges Wort. Auch Marc Dantas Tiedemann konnte nach einem Kreuzbandriss seinen Arztbericht zwar lesen, aber nicht verstehen. Und damit war die Idee für „simply Onno“ geboren.

Der gebürtige Ammerländer ist Interface Designer und hat nach zahlreichen Gesprächen mit Ärzten und Patienten diesen Web-Service entwickelt. „Onno“ übersetzt medizinische Dokumente in verständliche Sprache und erklärt auch zahlreiche medizinische Begriffe für Laien nachvollziehbar.



Den Arztbericht fotografieren und verstehen. Foto: pixabay.de/rawpixel

Und so funktioniert „Onno“: Der Arztbericht wird fotografiert, alle persönlichen Informationen sollten dabei geschwärzt oder abgeschnitten werden. Dann wird das Bild auf www.simply-onno.de hochgeladen und innerhalb weniger Sekunden wird der Arztbericht in leicht verständlicher Sprache zusammengefasst. Bis zu drei Seiten können so übersetzt werden. Der Service ist kostenlos.

Was läuft dabei im Hintergrund ab? Um die Dokumente zügig übersetzen zu können, arbeitet Onno mit künstlicher Intelligenz, die von einem Team aus Fachärzten stetig überprüft und weiterentwickelt wird. „Die Datensicherheit steht bei uns an erster Stelle“, erklärt Erfinder Tiedemann. So würden keine Accounts erstellt, die sensible Patientendaten speichern.

Aufgrund der täglichen Arbeitsbelastung haben Mediziner häufig nicht mehr die Zeit, Befunde verständlich und in Ruhe zu erklären. Dabei kann „Onno“ nun helfen. Aber natürlich gibt es am Ende immer die Empfehlung, die Ergebnisse von „Onno“ mit dem behandelnden Arzt zu besprechen, auch um weitere Behandlungsschritte festzulegen. Die Resonanz der Nutzer auf diesen Service ist durchweg positiv: „Das konnte mein Hausarzt nicht in dieser einfachen Wortwahl vermitteln!“

SCHON GEWUSST?

Digitale Erfahrungsorte für Ältere

Ob Arzttermin vereinbaren, Banküberweisung tätigen oder Informationen für einen Theaterbesuch – in vielen Bereichen sind digitale Kompetenzen heute Voraussetzung, um am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Für ältere Menschen, die dabei Unterstützung brauchen, gibt es die sogenannten „Erfahrungsorte des DigitalPakt Alter“.

Insgesamt 300 solcher Unterstützungsangebote gibt es mittlerweile deutschlandweit, die nützliche Tipps für den Alltag bereithalten. So werden etwa Smartphone-Sprechstunden für Einsteiger, Einführungen ins Onlinebanking oder PC-Grundkurse angeboten. Die Teilnehmenden können dabei in kleinen Gruppen den persönlichen Nutzen dieser digitalen Anwendungen erlernen.

Gefördert werden diese Erfahrungsorte vom Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO). Das Ministerium begrüßt die Idee der digitalen Erfahrungsorte: „Ältere finden hier Ansprechpersonen, die sich Zeit nehmen und bei einer Tasse Kaffee Fragen zu Smartphone und Co. klären. Ziel ist es, dass ältere Menschen digitale Geräte und Anwendungen kompetent und selbstbewusst nutzen können.“

Mehr Informationen unter

➔ www.digitalpakt-alter.de

Teilhabe wird immer noch enorm erschwert

VdK verlangt umfassende Barrierefreiheit – in allen Bereichen

Sie können nicht einfach in den nächsten Zug steigen, digitale Medien nutzen, spontan ein Konzert besuchen oder den Arzt frei wählen. Für Menschen mit Behinderung steht immer die Frage im Raum: Ist der Ort oder das Angebot barrierefrei? Ist jemand da, der mir beim Einstieg in den Zug behilflich ist oder wird die Veranstaltung von einem Gebärdendolmetscher begleitet?

In Niedersachsen betrifft das mehr als 720 000 Menschen mit einer Schwerbehinderung, in Bremen leben 54 000 behinderte Personen. „Dass auch 16 Jahre nach Inkrafttreten der UN-Behindertenrechtskonvention immer noch ein großer Teil der Bevölkerung vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen oder ihre Teilhabe enorm erschwert wird, ist ein unhaltbarer Zustand und beschämend für unser Land“, empörte sich VdK-Landesvorsitzender Friedrich Stubbe zum Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung im Mai.

Der VdK Niedersachsen-Bremen verlangt, dass ausnahmslos alle Lebensbereiche barrierefrei zugänglich und nutzbar gemacht werden. „Menschen mit Behinderungen dürfen nicht länger ausgegrenzt und zu Bittstellern degradiert werden. Es muss selbstverständlich sein, dass sie gleichberechtigt an der Gesellschaft teilhaben können. Doch von diesem Ziel sind wir in Niedersachsen und Bremen sowie im gesamten Bundesgebiet noch weit entfernt“, meint Stubbe. Noch im-



Immer noch stehen Menschen mit Behinderung vor teils unüberwindbaren Hürden, statt gleichberechtigt am Leben teilhaben zu können. Foto: VdK

mer würden enge Türen, nicht vorhandene Aufzüge oder komplizierte Formulare die Menschen ausbremsen. „Deshalb fordern wir die Landesregierungen von Niedersachsen und Bremen zu weiteren Investitionen und Maßnahmen auf, um Barrierefreiheit umfassend zu verwirklichen“, so Stubbe.

Feste Fristen

Die Aktionspläne zur Inklusion dürften – ebenso wie der jetzige Koalitionsvertrag auf Bundesebene – nicht länger vage bleiben in ihren Bemühungen. „Stattdessen brauchen wir eindeutige Maßnahmen

und feste Fristen für deren Umsetzung sowie entsprechende Sanktionen bei Nichteinhaltung – nicht nur für öffentliche Anbieter, sondern auch für die Privatwirtschaft, die einen großen Teil der Angebote ausmacht“, fordert der VdK-Landesvorsitzende. Barrierefreiheit dürfe nicht mehr nur ein „nice-to-have“, also ein Luxusgut sein, sie müsse endlich in allen Bereichen verpflichtend umgesetzt werden.

Denn diese Maßnahmen helfen bei Weitem nicht nur Menschen mit Behinderung. In einer stetig älter werdenden Gesellschaft sind immer mehr Personen auf umfassende Barrierefreiheit angewiesen. **cdi**

IMPRESSUM

Landesteil
Niedersachsen-Bremen
Sozialverband VdK
Niedersachsen-Bremen
Verantwortlich:
Christina Diekmann
Anschrift:
VdK Niedersachsen-Bremen
Landesredaktion VdK-ZEITUNG
Nikolausstraße 11
26135 Oldenburg
Telefon (04 41) 2 10 29-0
Fax (04 41) 2 10 29-10
E-Mail diekmann@vdk.de
Internet
niedersachsen-bremen.vdk.de

AKTUELLE REISE-ANGEBOTE

Lernen Sie Ostfrieslands schönste Seiten kennen

Blumenreise mit Küstenrundfahrt im Spätsommer – inklusive einem Inselbesuch auf Langeoog

Eine Kurzreise an die ostfriesische Nordseeküste bietet die Service GmbH des VdK Landesverbands Niedersachsen-Bremen vom 18. bis 22. August 2025 an. Lassen Sie sich von einer erfahrenen Reiseleitung die schönsten Ecken Ostfrieslands zeigen.

Tag 1 – Eigene Anreise: Beginnen Sie Ihre Ostfrieslandsreise mit einem Begrüßungstrunk und einem leckeren Abendessen.

Tag 2 – Blumenhalle Wiesmoor und Rhododendronpark: Der zweite Tag steht ganz im Zeichen der Blume: Am Vormittag besuchen Sie die Blumenhalle Wiesmoor mit dem schönen Landschaftspark. Anschließend bietet

sich die Gelegenheit zur Mittagspause in Wiesmoor. Danach fahren Sie weiter nach Westerstede; hier besichtigen Sie den größten Rhododendronpark Deutschlands in Westerstede. Durch die Parkanlage führt ein 2,5 Kilometer langer Rundweg mit vielen Bänken zum Ausruhen und Verweilen.

Tag 3 – Besuch der Insel Langeoog: Heute geht es von Bengersiel mit einer erfahrenen Reiseleitung auf die Insel Langeoog, wo Sie mit der historischen Inselbahn in den Ort fahren. Danach haben Sie Zeit zur freien Verfügung, um die Insel kennenzulernen.

Tag 4 – Küstenfahrt: Sie starten zu einer Küstenrundfahrt und be-

Beschaulich: das Fischerdörfchen Greetsiel.



Fischerdörfchen Greetsiel, wo Zeit zum Bummeln und Verweilen bleibt, bevor es zurück zum Hotel geht.

Tag 5 – Heimreise: Nach einem ausgiebigen Frühstück treten Sie Ihre Heimreise an.

Im Reisepreis enthalten sind alle aufgeführten Leistungen inklusive Halbpension sowie Kurtaxe, außerdem eine erfahrene Reiseleitung sowie die Bustransfers bei den Ausflügen.

Der Reisepreis beträgt pro Person im Doppelzimmer 549 Euro. Einzelzimmerzuschlag: 100 Euro.

Reiseveranstalter ist Perlen Ostfrieslands.

Infos und Anmeldung: siehe Kasten rechts unten.

suchen die Seehafenstadt Emden. Dort kommt wohl niemand am bekanntesten Einwohner der Stadt vorbei. Deshalb folgt ein kurzer

Spaziergang zum Otto Huus. Danach geht es nach Suurhusen, zum schiefsten Kirchturm der Welt. Am Nachmittag erreichen Sie das urige

Erleben Sie eine „Reise um die Welt“

Fünftägige Reise im September von Ostfriesland bis in die Niederlande – Besuch im Klimahaus

Vom 1. bis 5. September 2025 bietet die VdK Service GmbH des Sozialverbands VdK Niedersachsen-Bremen eine mehrtägige Urlaubsfahrt an. Von Ostfriesland aus machen Sie Ausflüge nach Norderney und Groningen, und erhalten darüber hinaus spannende Einblicke in die verschiedenen Klimazonen unserer Erde.

Tag 1 – Anreise: Zu Beginn – oder am Abreisetag – Ihrer Reise besuchen Sie die Papenburger Meyer Werft, ein Traditionsunternehmen im Schiffbau seit 1795. Am Abend genießen Sie Ihren Begrüßungstrunk und ein gemütliches Abendessen im Hotel.

Tag 2 – Bremerhaven: Heute geht es mit dem Reisebus in die Hansestadt Bremerhaven. Im Klimahaus direkt an der Weser erwartet Sie eine Tagesreise durch die Klimazonen unserer Erde: von der

Schweiz durch den Regenwald und die Antarktis über Samoa bis nach Alaska. Hier erfahren Sie mehr über die Zusammenhänge zwischen Wetter und Klima und spüren auch die Hitze der Wüste und die Feuchtigkeit des Regenwalds.

Tag 3 – Norderney: Nach einem ausgiebigen Frühstück fahren Sie mit der Fähre von Norddeich zur Nordseeinsel Norderney. Bei einer Rundfahrt mit der nostalgischen blauen Bömmelbahn erkunden Sie die Insel, vorbei am Yachthafen durch traumhafte Dünenlandschaften und bis zur Oase, einem der schönsten Sandstrände auf Norderney. Anschließend bleibt Ihnen noch Zeit zur freien Verfügung.

Tag 4 – Groningen: Ein Tag in den Niederlanden steht für heute auf dem Programm. Dabei geht es mit dem Bus bis nach Groningen. Bei einer Grachtenfahrt können Sie vom Wasser aus die historische

Altstadt mit zahlreichen Brücken, imposanten Kirchtürmen und mittelalterlichen Häusern bestaunen und gleichzeitig über den Audio-kommentar interessante Fakten zur Stadt erfahren. Auch in Groningen ist nach der Schifffahrt Zeit für eigene Unternehmungen.

Tag 5 – Heimreise: Nach dem Frühstück treten Sie Ihre Heimreise an.

Inklusive Leistungen

Im Reisepreis enthalten sind vier Übernachtungen mit Halbpension im Drei-Sterne-Hotel „Zum großen Krug“ in Wirdum, mit Begrüßungstrunk, Ausflügen nach Bremerhaven, Norderney und Groningen, dem Besuch der Meyer Werft und des Klimahauses, Fähre nach Norderney, Fahrt mit der Bömmelbahn, Grachtenfahrt in Groningen, einer erfahrenen Reiseleitung und Kurtaxe.



Imposantes Gebilde: Das Klimahaus Bremerhaven ist von außen wie innen einen Blick wert.

Foto: Jan Rathke, Klimahaus Bremerhaven

Der Reisepreis beträgt pro Person im Doppelzimmer 739 Euro. Für ein Einzelzimmer wird ein Zuschlag von 140 Euro berechnet.

Reiseveranstalter ist Perlen Ostfrieslands.

Infos und Anmeldung: siehe Kasten rechts unten.

Auf den Spuren von Goethe und Schiller

Fahrt in den Thüringer Wald vom 14. bis 19. Oktober 2025 – mit Wartburg, Krämerbrücke und Residenzschloss

Wandeln Sie auf den Spuren der großen deutschen Dichter, besuchen Sie die Wartburg und machen Sie eine Panorama-Fahrt durch den Thüringer Wald. Vom 14. bis 19. Oktober bietet die VdK Service GmbH eine fünftägige Reise nach Thüringen an.

Über Oldenburg, Bremen und Hannover fahren Sie in die Goe-

thestadt Ilmenau. Bei einem geführten Stadtrundgang erfahren Sie unter anderem, an welcher Wand Goethe sein „Wanderns Nachtlied“ schrieb. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Der nächste Tag beginnt mit einem Stadtrundgang in Erfurt. Architektonische Meisterwerke der deutschen Gotik sind der Mariendom und die Severi-Kirche. Mit

120 Metern ist die Krämerbrücke die längste und mit 32 Häusern die einzig komplett bebaute und bewohnte Brücke nördlich der Alpen. Anschließend besuchen Sie die Klassikerstadt Weimar. Lernen Sie das Goethe-Haus, das Schiller-Haus, das Residenzschloss und die Herderkirche kennen.

An Tag 4 wartet eine Panorama-Rundfahrt durch den Thüringer Wald auf Sie. Dabei kommen Sie nach Oberhof. Außerdem besuchen Sie die Kurstadt Saalfeld und Rudolstadt am Ufer der Saale.

Am folgenden Tag lernen Sie Eisenach kennen. Weiter geht es zur geschichtsträchtigen Wartburg mit Führung (Hinweis: 500 Meter Fußweg zur Burg oder kostenpflichtiges Busshuttle).

Tags darauf treten Sie nach dem Frühstück die Heimreise an.

Inklusive Leistungen

Fahrt im Reisebus (Zustiege in Oldenburg, Bremen und Hannover möglich), fünf Übernachtungen mit Halbpension im Vier-Sterne-Hotel Tanne, geführte Stadtrundgänge in Ilmenau, Erfurt, Weimar und Eisenach, Eintritt und

Führung auf der Wartburg, Tagesfahrt mit Reiseleitung in den Thüringer Wald mit Besuch von Oberhof.

Der Reisepreis beträgt pro Person im Doppelzimmer 738 Euro, im Einzelzimmer 848 Euro.

Reiseveranstalter ist Imken Touristik.

Infos und Anmeldung für alle Reiseangebote

VdK Service GmbH, Petra Dirks

(04 41) 2 10 29-50 (montags bis freitags 9 bis 12 Uhr)

(04 41) 2 10 29-84

dirks@vdk.de

VdK Service GmbH, Nikolausstraße 11, 26135 Oldenburg



Die Krämerbrücke in Erfurt – komplett bebaut wie die Ponte Vecchio in Florenz.

Uwe Wagner weiter an der Spitze



Auf dem Kreisverbandstag wurde der 14-köpfige Vorstand des VdK-Kreisverbands Leer fast vollständig im Amt bestätigt. Vorsitzender Uwe Wagner (links) und sein Stellvertreter Erich Hillmer führen mit ihrem Team den Kreisverband wie gewohnt weiter. Neu im Amt sind Frauenvertreterin Marlies Fischer und ihre Stellvertreterin Annalene Bakker. Miriam Wagner warb als Vertreterin der jüngeren Mitglieder darum, dass dieses Amt in den Ortsvorständen besetzt werde. Nur so könne langfristig die Nachfolge im Ehrenamt gesichert werden. Ein besonderer Dank ging an die ausgeschiedenen Vorstandsmitglieder Birgit Schäfer und Thomas Buddenberg.

Verden hat gewählt

Neues Team um Peter Wiggers

Als Vorsitzender des Ortsverbands Verden bleibt Peter Wiggers weiter im Amt. Mehrere Positionen im Vorstand wurden bei der Mitgliederversammlung neu besetzt.

Frank Mattern ist Schriftführer und Ellen Wiggers Kassiererin. Als Beisitzer sind weiterhin Franz und Josephine Hoops dabei. Die Kasse

prüfen ab sofort Heike Callies und Olga Schwarz. Für 25 Jahre ehrenamtliches Engagement im Vorstand wurde Karin Brandt ausgezeichnet, sie war zuletzt als Beisitzerin im Ortsverband tätig. Silvana König hält dem VdK seit 30 Jahren als Mitglied die Treue; auch sie erhielt zum Dank Blumen und eine Urkunde.



Vorsitzender Peter Wiggers (Mitte) dankte den Jubilaren und seinem Vorstandsteam.

ALLES GUTE

Der zuständige Ortsverband, der Kreisverband sowie der Landesverband gratulieren ganz herzlich zur Goldenen und Diamantenen Hochzeit und wünschen noch viele gemeinsame Jahre bei bester Gesundheit.

Goldene Hochzeit

Ulrike und Robert Behrens, 29. August, Ortsverband Ganderkese

Diamantene Hochzeit

Christa und Volker Köneke, 27. August, Ortsverband Ganderkese

Gelungene Arbeitstagung

Mitglieder des Kreisverbands Osnabrück trafen sich zum Austausch

Mehr als 30 Ehrenamtliche aus der Region Osnabrück trafen sich zur jährlichen Kreisarbeitstagung. Kreisvorsitzende Gisela Lauinger berichtete über sehr starke Aktivitäten der einzelnen Ortsverbände.

Dabei erwähnte sie vor allem den Altkreis Wittlage. Dessen Ehrenamtliche hatten sich am Equal Pay Day im März den Besucherinnen und Besuchern des Wochenmarktes in Bad Essen vorgestellt.

Außerdem hielt Grit Beindiek vom Hospizverein Bramsche einen Vortrag über die ehrenamtliche Arbeit des Vereins. Danach bildeten



Angeregter Gedankenaustausch unter den Ehrenamtlichen.

sich zur Freude von Gisela Lauinger kleine Diskussionsgruppen zu dem Thema. Auch tauschten sich die VdKler anschließend intensiv über

ihre eigenen Aufgaben im Verband aus. Ein gelungener Nachmittag zur Vernetzung der Ortsverbände untereinander, fanden am Ende alle.

WIR SIND DAS VdK-EHRENAMT

„Ohne Ehrenamt würde etwas fehlen“

In unserer Rubrik „Wir sind das Ehrenamt“ stellen wir jeden Monat Menschen vor, die sich freiwillig für unseren Verband engagieren. Unsere Ehrenamtlichen sind für die erfolgreiche Arbeit des VdK unglaublich wichtig: Sie betreuen die Mitglieder und sind deren erste Ansprechpartner vor Ort. Irene Künemund aus dem Kreisverband Duderstadt ist eine von ihnen. Hier berichtet sie von ihren Erfahrungen.

„Seit mittlerweile 15 Jahren bin ich ehrenamtlich für den VdK tätig. Angefangen habe ich als Kassiererin in unserem Ortsverband Wollbrandshausen-Germershausen. Auch im Kreisvorstand bin ich schon einige Jahre aktiv, 2021 wurde ich dann zur stellvertretenden Kreisvorsitzenden gewählt. Dieses Ehrenamt beim Sozialverband VdK tut mir einfach gut. Es macht Freude, hält fit und bietet zudem die Chance, gemeinsam mit anderen etwas Sinnvolles auf die Beine zu stellen, weil der VdK sich so vielfältig engagiert: in sozialpolitischen Themen, aber auch in der Gemeinschaft. Man kann sich hier auf ganz unterschiedliche Weise einbringen, zum Beispiel beim Organisieren

geselliger Treffen oder auch bei Infoveranstaltungen.

Anfang des Jahres hatte unser Ortsverband zu einem Vortrag über die Pflegeversicherung eingeladen, der sehr gut angenommen wurde. Im Mai haben wir unsere Mitglieder dann bei einem Spargelessen kulinarisch verwöhnt. Für die Organisation des Sommerfestes im Kreisverband haben wir sogar verbandsstufenübergreifend tatkräftige Unterstützung aus den anderen Ortsverbänden erhalten. Diese Zusammenarbeit schätze ich wirklich sehr.

Natürlich werden wir Ehrenamtler auch mal nach rechtlichen Themen gefragt, einfach weil wir die ersten Ansprechpartner sind. Da wir dazu aber keine Auskunft geben können, verweisen wir dann an unseren Juristen, der den Mitgliedern mit fundiertem Wissen beratend zur Seite steht.

Solange es meine Gesundheit zulässt, möchte ich auch weiterhin die zentralen Werte des VdK – Solidarität, Menschlichkeit und Engagement – ehrenamtlich vertreten. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass noch viele Menschen bereit sind, ein Ehrenamt beim VdK zu übernehmen.“



Irene Künemund

MACHEN SIE MIT!

Können auch Sie sich vorstellen, sich im VdK zu engagieren? Dann sprechen Sie uns gerne an! Wir freuen uns über jeden, der uns ehrenamtlich unterstützen möchte.

Ansprechpartner für Interessierte ist Gordon Regener, Leiter der Organisationsabteilung

☎ (04 41) 2 10 29-54

@ regener@vdk.de

Aus dem Dornröschenschlaf erweckt

Neuanfang in Bookholzberg – Mitglieder aus Hude helfen mit

Nach sechs Jahren ohne Führungsriege hat der Ortsverband Bookholzberg nun wieder einen Vorstand! Auf der Mitgliederversammlung wählten die Mitglieder Jens Hitschke zum Vorsitzenden. Sein Stellvertreter ist Torsten Schröder, das Amt der Schriftführerin und Frauenvertreterin übernimmt seine Frau Tanja Schröder.

Die Besonderheit hierbei: Das Trio um Jens Hitschke war zuvor bereits im Ortsverband Hude ehrenamtlich für den VdK tätig. „Dort haben wir uns sehr wohl gefühlt, aber wir wollten die benachbarte Verbandsstufe aus dem Dornröschenschlaf wecken und sie wieder zu einer festen Größe in der Gemeinde Ganderkese machen.

Neues Team (von links): Jens Hitschke, Tanja Schröder, Gabriele Wachtendorf und Torsten Schröder. Auf dem Foto fehlt Iris Oetken.



Dazu wollten wir einen neuen Vorstand aufbauen“, erklärt Hitschke.

Mit Iris Oetken als Kassiererin und Gabriele Wachtendorf als Kas-

senprüferin haben die Drei weitere Mitstreiter gefunden. Die rund 100 Mitglieder von Bookholzberg dürfen sich also wieder auf neue Aktivitäten in ihrem Ortsverband freuen. Kreisvorsitzender Manfred Huck und Kreisgeschäftsführer Dirk Künzel gratulierten dem neuen Vorstand zur Wahl.

Frank Ernst, Vorsitzender des nahe gelegenen Ortsverbands Hude, hatte Jens Hitschke und das Ehepaar Schröder zuvor mit großem Dank für ihre bisherige Tätigkeit verabschiedet. Künftig wollen die beiden Ortsverbände eng zusammenarbeiten, ihren Mitgliedern aber trotzdem mit eigenständigen Ansprechpartnern zur Seite stehen.

Der VdK bietet Hilfe bei Fragen zu Gesundheit, Alter, Rente und Arbeitslosigkeit

Dank für besondere Treue

Mitglieder in Steinfeld geehrt

Zur jährlichen Mitgliederversammlung des Ortsverbands Steinfeld hatte Vorsitzender Klemens Bergmann eingeladen. Dabei wurden unter anderem langjährige Mitglieder geehrt.

Nach einem Rückblick auf das vergangene Jahr und einem Ausblick auf künftige Veranstaltungen berichtete Barbara Moormann vom Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen (BVN)

über ihre Arbeit. Anschließend wurden mehrere Mitglieder für besondere Treue zum VdK ausgezeichnet. Franz-Josef Kreinest, Ludger Kreinest und Burkhard Seeger sind bereits seit 25 Jahren dabei. Christof Bünger, Andreas und Maria Kolbeck gehören dem Verband zehn Jahre an. Der Vorsitzende Klemens Bergmann überreichte ihnen zum Dank für die lange Verbandszugehörigkeit geehrte Ehrenurkunden.



Vorsitzender Klemens Bergmann (Dritter von rechts) und Kreisgeschäftsführer Christoph Dopheide freuen sich über die lange Verbandszugehörigkeit ihrer Mitglieder.

25 Jahre dabei



Gleich zwei Ehepaare aus dem Ortsverband Odisheim durfte der Vorsitzende Dieter Bach für ihre langjährige Mitgliedschaft ehren: Harald und Luise Käckenmester (vorn) sowie Karin und Helmut Pfeif (rechts) halten dem VdK jeweils seit 25 Jahren die Treue. Die Kreisvorsitzende Barbara Pagel (Zweite von links) dankte ihnen zudem für ihr ehrenamtliches Engagement. Denn Harald Käckenmester war insgesamt acht Jahre im Ortsverband aktiv. Und Helmut Pfeif ist seit elf Jahren stellvertretender Vorsitzender im Ortsverband und nun auch Schriftführer im Kreisverband.

Mehr „Digitale Nachsorge“

DRV will neue Reha-Projekte testen

Nach schweren Krankheiten finanziert die Rentenversicherung (DRV) eine medizinische Kur. Aber wie schafft man es, auch danach auf die Gesundheit zu achten?

Um verbesserte Fitness oder gesündere Ernährung aus der Kur mit in den Alltag zu nehmen, werden immer häufiger digitale Angebote wie Videos oder Apps genutzt. Diese „digitale Nachsorge“ stieg von 260 Fällen im Jahr 2019 auf rund 18 600 im Jahr 2023, wie die DRV mitteilt. Diese finanziert nach schweren Krankheiten eine

Reha, damit Versicherte wieder fit für den Job werden und nicht vorzeitig in Rente gehen müssen. Damit die Wirkung möglichst lange anhält, folgen im Anschluss viel häufiger als früher Kurse für den Alltag – im Jahr 2023 nach jeder vierten Reha. Die DRV spricht von rund 260 000 Nachsorgeleistungen. Die Reha selbst findet in der Regel in einer Klinik statt, doch könnte Digitalisierung auch da helfen. Wo Potenziale und Grenzen sind, soll in Modellprojekten getestet werden, erklärt DRV-Direktorin Brigitte Gross. **dpa**

Buchholz ist gut aufgestellt

Reinhardt Reitenbach wurde wiedergewählt und hat schon Pläne

111 neue Mitglieder konnte der Ortsverband Buchholz im letzten Jahr für sich gewinnen. Das meldete der Vorsitzende Reinhardt Reitenbach bei seinem Rückblick während der Mitgliederversammlung. Außerdem konnte er sich über seine Wiederwahl freuen.

Reitenbach kündigte an, dass es neben den beliebten Stammtischen in diesem Jahr auch wieder einige Ausfahrten geben wird. Unter anderem ist eine Schiffstour auf der Elbe geplant.

Wiederwahl

Bei der Vorstandswahl wurden Reinhardt Reitenbach als Vorsitzender und Ulrike Boje als seine Stellvertreterin in ihren Ämtern bestätigt. Monika Grabowski (Kassiererin), Mike Oswald (Schriftführer) sowie Ragna Düvell, Ute Karsten, Charlotte Schwarz und Birgit Schwitalla als Beisitzerinnen kom-



Die Geehrten: Christoph Bachmann (25 Jahre Mitglied) und Ragna Düvell (10 Jahre Mitglied).

pletieren den Vorstand. Kassensprüfer sind Tanja Kasimir, Doris Oswald und Martina Krause. „Mit diesem gut aufgestellten Team wol-

len wir nun die nächsten Jahre die Geschicke des Ortsverbandes Buchholz zum Wohle der Mitglieder leiten“, verspricht Reitenbach.

Team kann weitermachen

Papenburg hat seinen Vorstand neu gewählt – Zahlreiche Ehrungen

Auf seiner Mitgliederversammlung konnte Ortsvorsitzender Alfred Meyer gleich mehrere langjährige Mitglieder auszeichnen: Zusammen sind sie 125 Jahre im VdK. Außerdem wurde der Vorstand neu gewählt.

Besonders geehrt wurde Alerich Lakeberg, der dem Verband bereits seit 40 Jahren angehört. Weiter dankte der Vorsitzende Angela Aalderks für 25 Jahre sowie Hubertus Sonntag, Helga Hilbig, Klaus Hilbig, Agnes Maria Sonntag, Adelheid Wester und Doris Robin für 10 Jahre Mitgliedschaft.

Im Amt bestätigt

Bei der Neuwahl des Vorstands entschieden sich die Mitglieder für eine Fortführung des bewährten Teams. Zum Vorsitzenden wurde erneut Alfred Meyer gewählt, ihn unterstützt zukünftig Kerstin Meyer als Stellvertreterin. Die weiteren Vorstandsmitglieder sind: Helga Hilbig (Schriftführerin),



Vorsitzender Alfred Meyer (links) mit den langjährigen Mitgliedern des Ortsverbands Papenburg.

Doris Robin (stellvertretende Schriftführerin), Adelheid Wester (Kassiererin), Renate Wirostek (stellvertretende Kassiererin), Annalene Bakker (Frauenvertreterin), Günter Meyer, Ursula Schult, Klaus

Keuken, Anneliese Meyer, Angelika Teske und Hans Bernhard Schöpfer (Beisitzer). Als Kassensprüfer fungieren Hans Georg Schulte und Johanna Pachutanizadeh.

Glückwunsch: 2 x 100



Gleich zwei Jubilare durfte Wüstings Ortsvorsitzende Gunda Menkens zu deren Ehrentag besuchen: Ruth Golomb (linkes Foto) ist seit 30 Jahren Mitglied im VdK, Klara Freese (rechts, Mitte) bereits seit 42 Jahren. Das Besondere: Beide Damen feierten am 30. April ihren 100. Geburtstag. Der VdK gratuliert ganz herzlich.