

LANDESVERBAND

Tagung

Akten, Urteile und Kommunikation Seite 14

VdK-Forderungen

Zu Alterssicherung und Armut Seite 14

Steuertipp

Mit GdB Steuervorteil für 2025 sichern Seite 15

VdK fordert Kindergrundsicherung

Mit knapp zehn Milliarden Euro will das niedersächsische Kultusministerium im kommenden Jahr Kitas und Schulen weiter stärken und damit gerechte Bildungschancen und Zukunftsperspektiven schaffen. Ein positives Signal zum Weltkindertag (20. September), findet der Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen.

„Was wir in Puncto Vereinbarkeit von Familie und Beruf allerdings ebenfalls dringend brauchen, ist eine verlässliche Ganztagsbetreuung in den Kindertagesstätten und Schulen, damit die Eltern einer existenz- und alterssichernden Beschäftigung nachgehen können“, fordert VdK-Landesvorsitzender Friedrich Stubbe. Denn die Armut der Erwachsenen überträgt sich auf deren Kinder: In Niedersachsen ist jedes vierte Kind von Armut betroffen. Die Folgen für die betroffenen Kinder sind schlimm: Sie können sich nicht gesund und ausgewogen ernähren, sie leben oft in beengten Wohnverhältnissen, sie erleben häufig Benachteiligen im Bildungssystem und es besteht bei ihnen eine größere Wahrscheinlichkeit, auch als Erwachsene in Armut zu leben.

„Wir müssen Kinderarmut endlich entschlossen entgegentreten. Dafür braucht es eine Kindergrundsicherung“, verlangt der VdK-Chef. Das Konzept der Kindergrundsicherung soll sicherstellen, dass alle Kinder ein Mindestmaß an materiellen Ressourcen haben, um ihre Entwicklung und Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen. Diese muss abhängig vom Einkommen der Eltern gezahlt werden. Ferner müssen Leistungen für Familien gebündelt werden und niedrigschwellig bei einer Stelle beantragt werden können, so die Forderung des VdK.



Die Folgen von Kinderarmut sind schlimm. Foto: www.pixabay.com

Ehrenamtliches Engagement hält unsere Gesellschaft zusammen. Denn ohne Ehrenamt würden viele Strukturen in unserem Land gar nicht funktionieren. Da ist der Sanitätsdienst auf dem Schützenfest, die Trainerin beim Jugendfußball oder die Küchenfee beim monatlichen Kaffeenachmittag im Dorfgemeinschaftshaus.

Sie alle machen dies gerne und freiwillig. Weil sie nicht nur geben, sondern auch etwas zurückbekommen: hier ein Lächeln, dort vielleicht ein kleines „Dankeschön“, vor allem aber das gute Gefühl, sich für andere einzusetzen. Und weil vieles eben nur auf freiwilliger Basis funktioniert – weil Land und Kommunen nicht für alle Erfordernisse Geld und Kapazitäten haben oder die Bürokratie zu groß ist –, ist es so wichtig, dass dieses Engagement auch gesehen und gewürdigt wird.

Gemeinsam stark

Im VdK packen Tag für Tag ebenfalls unzählige Menschen mit an, um die Gesellschaft ein bisschen gerechter zu machen. Die VdK-Aktion „Alles geht zusammen“ will diesen Einsatz sichtbar machen. Wir haben einige unserer



Frank Lauxtermann, Ortsverband-Mitte



Anke Achtert, Ortsverband Oldenburg-Nord

rund 2000 Ehrenamtlichen gefragt, was sie beim VdK machen und was ihr Ehrenamt für sie bedeutet.

Anke Achtert beispielsweise ist Beisitzerin im Ortsverband Oldenburg-Nord. Gemeinsame Treffen, Feierlichkeiten, Klönschnack – das sind nur einige der schönen Seiten im VdK-Ehrenamt, findet sie. Als Teil unserer Aktion „Alles geht zusammen“ zeigt Anke Achtert: Der VdK ist eine starke Gemeinschaft, in der man füreinander da ist und ein offenes Ohr hat.

Jens Hitschke aus dem Ortsverband Bookholzberg bringt Kinder-



Miriam Wagner, Ortsverband Rhaderfehn-Ostrhaderfehn



Detlev Bonnekoh, Ortsverband Hannover-Ost

gartenkindern das Thema Behinderung mit dem Bilderbuch „Käptn Kork fliegt davon“ nahe. (Wir hatten darüber berichtet.) „Mit dem Bilderbuch zeigen wir schon den Kleinsten auf spielerische Weise, was Inklusion bedeutet und wie sie gelingen kann“, erklärt er.

Birgit Ohlhoff vom Ortsverband Oldenburg-Süd findet: „Ehrenamt bedeutet, dass man sich für die Gemeinschaft engagiert und davon kann es nie genug geben. Ehrenamt gibt einem selbst so viel – das möchte ich auch Jüngeren mit auf den Weg geben.“



Gundula Menkens, Ortsverband Wüsting



Michaela Kral, Ortsverband Oldenburg-Süd

Jörg Bade ist Vorsitzender im Ortsverband Berne-Lemwerder. Er freut sich immer über neue Ehrenamtliche im VdK. Diese brauchen keine besonderen Qualifikationen mitbringen, sondern sollten einfach Freude daran haben, anderen Menschen zu helfen.

Rosi Kluth-Münch vom Ortsverband Bremerhaven fasst zusammen: „Der VdK bietet nicht nur sozialrechtliche Beratung – wir sind so viel mehr!“

Andreas Rohloff findet den Austausch zwischen den Generationen in seinem Ortsverband Wilhelmshaven besonders lehrreich. Sein Tipp für Interessierte ist: „Kommt vorbei, schau es euch an und probiert es aus. Denn Ehrenamt ist unglaublich schön, manchmal auch anstrengend, aber unterm Strich bin ich sehr zufrieden!“

cdi

Mehr zur Aktion

Alle Videos unserer Ehrenamtlichen, die im Rahmen der Aktion „Alles geht zusammen“ interviewt wurden, sind auf unserer Webseite zu finden unter

➔ <https://nb.vdk.de/ehrenamt/portraits>

Vereinfachungen für Nachbarschaftshelfer

Land beschließt Entlastung für pflegende Angehörige – VdK begrüßt Gesetzesänderung

Endlich eine positive Nachricht für die pflegenden Angehörigen in Niedersachsen: Zum 15. Oktober hat das Land die Anforderungen an sogenannte Nachbarschaftshelfer abgesenkt und damit eine wichtige Forderung des VdK Niedersachsen-Bremen umgesetzt.

Wer pflegebedürftig ist, hat monatlich Anspruch auf den Entlastungsbetrag in Höhe von 131 Euro. Damit können ehrenamtliche Nachbarschaftshelfer bezahlt werden, die die Pflegebedürftigen und deren Angehörige entlasten sollen, indem sie bei der Hausarbeit helfen und putzen, einkaufen oder auch vorlesen. Bislang war diese Anerkennung als Nachbarschaftshelfer mit viel Bürokratie verbunden, was der VdK jahrelang kritisiert hat.

Nun gibt es gleich mehrere Verbesserungen: „Die Helfer brauchen ab sofort kein Führungszeugnis

mehr vorweisen und auch der Erste-Hilfe-Kurs fällt weg“, weiß Andrea Nacke, Leiterin Sozialpolitik beim VdK.

Weniger Bürokratie

„Es war für uns ohnehin schleierhaft, warum diese Anforderungen bislang für Tätigkeiten wie Einkaufen galten“. Auch gelte ab sofort die Anerkennungsfiktion, wodurch die Helfer sofort mit ihrer Unterstützung beginnen können, wenn sie die Anforderungen erfüllen. „Ein langwieriges Genehmigungsverfahren beim Niedersächsischen Landesamt zur Anerkennung fällt nun weg. Das erleichtert den Prozess enorm“, weiß Nacke. Pflegebedürftige müssen ihre Nachbarschaftshelfer nur noch bei der Pflegekasse anmelden. An einem Pflegekurs für die ehrenamtlichen Helfer hält das Land aber

weiterhin fest. Aus Sicht des VdK ist ein solcher Kurs bei den niedrigschwelligen Tätigkeiten nicht unbedingt notwendig.

„Viele unserer Mitglieder sind pflegebedürftig und wollen die



Schon Einkaufen ist eine große Hilfe und Entlastung. Foto: Fred Froese, iStock

dringend notwendige Unterstützung durch Nachbarschaftshelfer gerne in Anspruch nehmen. Bislang haben sie die Voraussetzungen immer wieder als zu bürokratisch und aufwändig kritisiert“, berichtet Landesvorsitzender Friedrich Stubbe. „Zu Recht, finden wir beim VdK. Auf unserem Landesverbandstag haben wir unsere Forderung nach deutlichen Vereinfachungen in diesem Bereich noch einmal bekräftigt – und freuen uns sehr, dass das Land Niedersachsen dem nun nachgekommen ist!“

Mehr Infos

Nachzulesen ist die „Verordnung zur Anerkennung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag“ beim Niedersächsischen Landesamt für Soziales unter

➔ <https://soziales.niedersachsen.de>

Akten, Urteile und viel Kommunikation

Die VdK-Juristen aus Niedersachsen und Bremen trafen sich zu ihrer jährlichen Tagung

Bei der Rechtsschutztagung der VdK-Juristinnen und -Juristen ging es um aktuelle Rechtsprechungen in der gesetzlichen Krankenversicherung. Außerdem wurden die Vorteile und Nachteile der elektronischen Patientenakte, kurz ePA, diskutiert. Auch im Bereich Kommunikation wurden die 30 VdK-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter von einer Trainerin geschult.

In ihrem Vortrag stellten zwei Mitarbeiterinnen der AOK Niedersachsen die ePA vor. Ärzte hätten dabei die Pflicht, Befunde, Berichte und Arztbriefe einzustellen. Patienten können über eine App (Login mit elektronischer Gesundheitskarte oder Ausweis und PIN) ihre Daten aber selbstständig verwalten: weitere Dokumente ergänzen, deren Sichtbarkeit einschränken oder auch Daten löschen. Eine Medikationsliste wird übrigens automatisch eingestellt. Auch können beispielsweise Eltern die ePA für ihr Kind verwalten oder als Vertretungsperson für die Großmutter eingesetzt werden.

Anschließend gab es einen regen Austausch zwischen den VdK-



Versicherte entscheiden, welche Gesundheitsdaten die behandelnden Ärzte einsehen können, erklärten die AOK-Referentinnen. Foto: VdK

Juristen und Michael Phiel, Vorsitzender Richter am Landessozialgericht Niedersachsen-Bremen, zu verschiedenen Fällen aus dem Krankenversicherungsrecht. Wie

werden an Diabetes erkrankte Kinder in der außerklinischen Intensivpflege versorgt? Wann ist ein offenes MRT möglich? Und wie lauten die aktuellen Rechtspre-

chungen zu Hilfsmitteln wie Handbike und Therapiedreirad? Phiel gab den Juristen wertvolle Tipps zu laufenden Verfahren und ermutigte sie, in bestimmten Fällen auch mit Fotos in der Akte zu arbeiten. „Bilder sagen mehr als Worte – so wird für die zuständigen Richter deutlich, worunter die Betroffenen Tag für Tag leiden.“

Emotionen abfangen

Am zweiten Tag stand ein Kommunikationstraining auf dem Programm. Dabei ging es um den richtigen Umgang mit herausfordernden Gesprächssituationen. Anhand des Eisbergmodells wurde deutlich, wie emotional eine Rechtsberatung für Mitglieder sein kann, wenn es um schwere Erkrankungen und existenzbedrohende Situationen wie eine Erwerbsminderungsrente geht. Außerdem gab Kommunikationstrainerin Rubina Ordemann Tipps, um eine möglichst angenehme Beratungsatmosphäre zu schaffen und gleichzeitig alle wesentlichen Punkte zu besprechen. **cdi**

Die ePA – ein holpriger Start

Seit dem 1. Oktober 2025 ist es für Gesundheitseinrichtungen verpflichtend, Daten in die elektronische Patientenakte (ePA) einzustellen. Die ePA gilt als digitaler Speicher für Befunde, Laborwerte oder Medikamente. Doch kurz vor dem Start konnte etwa ein Fünftel der Praxen noch nicht mit der ePA arbeiten.

Wenn denn alles klappt, sehen die Arztpraxen im Informationsaustausch mit den Kliniken den größten Mehrwert der neuen Akte. Denn so könnten beispielsweise Hausärzte eine nahtlose Weiterbehandlung gewährleisten, wenn nach einem Krankenhausaufenthalt der Entlassbrief noch nicht vorliegt, Medikamente und Anwendungen aber ohne Unterbrechung fortlaufen müssen. Bis alles reibungslos funktioniert, drängen die AOK und das Aktionsbündnis Patientensicherheit auf mehr Transparenz: Denn solange die ePA noch nicht alle Behandlungsdetails enthalte, müssten Patienten ihre eigene Krankenakte einsehen können. Viele kennen aber den gesetzlichen Anspruch auf Einsicht in ihre Akte gar nicht.

SOZIALPOLITISCHE FORDERUNGEN

Alterssicherung und Armut

Auf dem Landesverbandstag haben mehr als 100 Delegierte die sozialpolitische Ausrichtung des VdK Niedersachsen-Bremen für die nächsten Jahre diskutiert. Daraus entstanden konkrete Forderungen, die den Zusammenhalt im Land durch eine gerechtere Sozialpolitik stärken sollen. Jeden Monat stellen wir Ihnen Themenbereiche daraus vor – dieses Mal: „Alterssicherung“ und „Armut“.

Das Rentenniveau sinkt stetig. Und zwar so weit, dass die gesetzliche Rentenversicherung ihre eigentliche Funktion nicht mehr erfüllt, nach einem Leben voller Arbeit den Lebensstandard zu sichern. Auch staatlich geförderte Privatvorsorge kann dies nicht ausgleichen, denn den meisten Menschen fehlt schlicht das Geld dafür, wie die steigende Zahl an Grundsicherungsempfängern im Alter zeigt.

So geht es nicht weiter. Deshalb muss die gesetzliche Rente als wichtigste Säule der Alterssicherung gestärkt werden, fordert der VdK. Um vor Altersarmut zu schützen, müssen das Rentenniveau auf mindestens 53 Prozent erhöht und alle Erwerbstätigen in ein solidarisches und gerechtes Rentensystem einbezogen werden. Eine weitere Anhebung des Renteneintrittsalters lehnt der VdK ab.

Grundrente

Außerdem soll die Grundrente unabhängig vom Einkommen ausbezahlt und nicht durch Abschläge gekürzt werden. Auch müssen Sorge- und Erziehungszeiten entsprechend honoriert werden: mit drei Rentenpunkten pro Kind, unabhängig vom Geburtsjahr. Ebenso darf die langjährige Pflege

von Angehörigen nicht zur Armutsfalle im Alter werden.

Als armutsgefährdet gelten 16,6 Prozent der Niedersachsen und 20,4 Prozent der Bremer. Die Folgen sind weniger Teilhabemöglichkeiten, ein höheres Gesundheitsrisiko und eine niedrigere Lebenserwartung.

Als wirksame Instrumente gegen Armut fordern die Delegierten des Landesverbandstags deshalb die Anhebung des Mindestlohns auf mindestens 15 Euro, eine Stärkung der Arbeitslosenversicherung sowie eine Kindergrundsicherung, die Leistungen bündelt und niedrigschwellig beantragt werden kann. Zudem dürfen Regelsätze bei der Grundsicherung nicht unter dem Existenzminimum liegen.

Energie und Wohnen

Energie und Wohnraum müssen für alle Menschen bezahlbar sein und die Mietpreisbremse muss verlängert werden. Zusätzliche Ausgaben für den Klimaschutz sollten sozial gerecht auf die Gesellschaft verteilt werden. Denn die negativen Folgen des Klimawandels treffen arme Menschen, Senioren und Kinder besonders hart. Hier sieht der VdK dringenden Handlungsbedarf.

Ausblick

In der nächsten VdK-Zeitung lesen Sie die VdK-Forderungen aus dem Bereich Menschen mit Behinderung.

Unsere ausführlichen Forderungen zu allen Themen unter

➔ www.nb.vdk.de/unsere-angebote/interessenvertretung

Im Gespräch mit Hanna Naber

Zu Besuch bei der Landtagspräsidentin



Trafen sich zum Austausch: Die Mitglieder des Landesbehindertenbeirats Niedersachsen mit Landtagspräsidentin Hanna Naber. Foto: Landesbehindertenbeirat

Im Rahmen des Aktionsplans Inklusion 2024 bis 2027 besuchte der Landesbehindertenbeirat im Frühsommer den Niedersächsischen Landtag und kam auch mit mehreren Politikern ins Gespräch. Für den VdK Niedersachsen-Bremen war Andrea Nacke, Leiterin der Abteilung Sozialpolitik, mit dabei.

Die Mitglieder des Beirats besuchten zunächst den Niedersächsischen Landtag und erhielten während der Führung einen Einblick in das Regierungsgebäude. Anschließend trafen sie sich zum Gespräch mit Landtagspräsidentin Hanna Naber. Am späteren Empfang im Gästehaus der Landesregierung nahmen der damalige Ministerpräsident Stephan Weil und Sozialminister Andreas Philippi teil. Hier hatten die Besucher um die Behindertenbeauftragte

Annetraud Grote Gelegenheit, an mehreren Thementischen die Inhalte aus dem Landesbehindertenbeirat anzusprechen. So ging es etwa um die mangelnde soziale Teilhabe von Menschen mit Behinderungen und die Problematik beim Niedersächsischen Behindertengleichstellungsgesetz (NBGG). Außerdem standen die schwierige Lage der ambulanten Pflege von Menschen mit Behinderungen sowie fehlende Dolmetscher für Gebärdensprache auf dem Programm. „Beim Austausch des Landesbehindertenbeirates mit der niedersächsischen Politik konnten wir einige zentrale Themen ansprechen, wo Teilhabe und Versorgung von Menschen mit Behinderungen dringend verbessert werden müssen – immer mit der Bitte, dies auch an den neuen Ministerpräsidenten Olaf Lies weiterzuge-

ben“, so Andrea Nacke. Dieses Format soll in Zukunft jährlich stattfinden und der Beirat wird den politischen Umgang mit den angesprochenen Themen weiter kritisch begleiten.

IMPRESSUM

Landesteil
Niedersachsen-Bremen
Sozialverband VdK
Niedersachsen-Bremen
Verantwortlich:
Christina Diekmann
Anschrift:
VdK Niedersachsen-Bremen
Landesredaktion VdK-ZEITUNG
Nikolausstraße 11
26135 Oldenburg
Telefon (0441) 21029-0
Fax (0441) 21029-10
E-Mail diekmann@vdk.de
Internet
niedersachsen-bremen.vdk.de

STEUERTIPP

HINWEIS

Mit GdB Steuervorteil für 2025 sichern

Schon ein leichter Behinderungsgrad genügt, um von Steuervorteilen zu profitieren. Adipositas, Asthma, Diabetes, Bluthochdruck, Migräne – viele leiden heutzutage unter Volkskrankheiten. Wer unter körperlichen Einschränkungen leidet, sollte seine Behinderung offiziell feststellen lassen und am besten schnell handeln.

Denn wird der Grad der Behinderung (GdB) noch bis Jahresende beantragt und bestätigt, ist die steuerliche Behindertenpauschale für das gesamte Jahr gesichert. Dies führt zu Entlastungen bei der Einkommensteuer für das Jahr 2025. Darauf weist die Lohnsteuerhilfe Bayern (Lohi) hin.

Einen Anspruch auf verschiedene steuerliche Vorteile haben Menschen mit einer Behinderung ab einem GdB von 20. Die Höhe des Behindertenpauschbetrags richtet sich nach dem Grad der Behinderung und beträgt zwischen 384 Euro und 2840 Euro pro Jahr. „Dieser Pauschbetrag wird anhand der Bescheinigung über den GdB unbürokratisch vom zu versteuernden Einkommen abgezogen, ohne dass einzelne Kostenbelege



Steuerlich lohnt sich der Antrag auf einen Grad der Behinderung fast immer.

Foto: VdK

bei der Steuererklärung vorgelegt werden müssen“, erklärt die Lohi. Die Jahrespauschale wird rückwirkend für das Kalenderjahr gewährt, in dem der GdB ausgestellt wurde. Selbst wenn die Feststellung also erst im Dezember erfolgt, gibt es die volle Pauschale für das gesamte Steuerjahr 2025. Somit wird die persönliche Steuerlast gemindert.

Ältere Menschen oder Menschen mit chronischen Leiden, die möglicherweise einen Anspruch auf einen GdB haben und noch keine Feststellung beantragt haben, sollten eine baldige Überprüfung und Antragstellung in Betracht ziehen. Aufgrund der mehrwöchigen Dauer des Genehmigungsverfahrens

sollte der Antrag schnellstmöglich eingereicht werden, damit der Bescheid noch vor Jahreswechsel ergeht. „Kommt der Bescheid erst im neuen Jahr, gibt es den Pauschbetrag nur, wenn die Behinderung rückwirkend festgestellt wird. Darauf sollte man achten“, rät Tobias Gerauer, Vorstand der Lohi.

Antrag kostenfrei

Die Feststellung des GdB ist kostenfrei und erfolgt durch das zuständige Versorgungsamt oder die Stadt. Wichtig ist hierbei, dass dem Antrag aktuelle ärztliche Befunde und Gutachten, die nicht älter als zwei Jahre sind, beigelegt werden. Jede auch noch so kleine

gesundheitliche Beeinträchtigung sollte aufgeführt werden, da sie in die Gesamtbewertung einfließt.

Neben der steuerlichen Entlastung kann ein bescheinigter GdB auch Zugang zu weiteren sozialen Leistungen und Vergünstigungen ermöglichen. Dies umfasst etwa Vorteile im öffentlichen Nahverkehr, ermäßigte Eintritte oder Ansprüche auf bestimmte Sozialleistungen, wie das persönliche Budget. Viele dieser Leistungen und Vergünstigungen gelten ebenfalls ab dem Zeitpunkt, zu dem der GdB-Nachweis vorliegt.

Mehr Informationen und Unterstützungsangebote unter

www.lohi.de/steuertipps

Türöffner für barrierefreie WCs

An Bahnhöfen und Autobahnen, in Innenstädten, Museen oder Freizeitanlagen gibt es behindertengerechte Toiletten. Um diese auch tatsächlich für Menschen mit Behinderungen freizuhalten, gibt es dafür den sogenannten Euroschlüssel, den alle Berechtigten einmalig erwerben können.

Erhalten können den Euroschlüssel etwa Blinde, schwer Gehbehinderte oder Rollstuhlfahrer. Auch Stoma-Träger sowie Menschen mit einer chronischen Darmerkrankung (Morbus Crohn, Colitis ulcerosa) können den Türöffner mit ärztlicher Bescheinigung erwerben.

Herausgegeben wird der Euroschlüssel vom Club Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt und Umgebung (CBF), deutschland- und europaweit. Eine Bestellung des Schlüssels ist per Post oder E-Mail möglich; dafür bitte eine Kopie des Schwerbehindertenausweises (Vorder- und Rückseite) oder eine ärztliche Bescheinigung beilegen. Die Kosten betragen 28,90 Euro. Kontakt: CBF Darmstadt e. V., Pallaswiesenstraße 123 a, 64293 Darmstadt, E-Mail info@cbf-darmstadt.de oder Telefon (0 61 51) 8 12 20.



Für 28,90 Euro erhalten Berechtigte den Euroschlüssel. Foto: pexels.com

Unser Tipp

Der Antrag kann auch noch im neuen Jahr gestellt werden. Darauf weisen unsere VdK-Juristen hin. Wichtig ist dann aber, dass im Antrag auch die rückwirkende Feststellung, zum Beispiel ab 1. Dezember 2025, beantragt wird. Die Bescheinigung vom Landesamt für das Finanzamt kann bei der Steuererklärung nachgereicht werden.

AKTUELLES REISE-ANGEBOT

Feiern Sie Silvester bei den Ostfriesen!

Fünftägige Reise zum Jahreswechsel – mit Küstenrundfahrt, Seehundstation und Meyer-Werft-Besichtigung

Vom 29. Dezember 2025 bis zum 2. Januar 2026 bietet die VdK Service GmbH des Sozialverbands VdK Niedersachsen-Bremen eine Silvesterreise an. Erleben Sie Ostfriesland zur Winterzeit und genießen Sie den Jahreswechsel an der Küste.

Tag 1 – Eigene Anreise: Nach der Ankunft im Hotel am Pferdemarkt in Aurich erhalten Sie einen Begrüßungstrunk.

Tag 2 – Jever und Wilhelmshaven: Für heute steht eine Tagesfahrt mit Zwischenstopp in Jever auf dem Programm. Danach geht es weiter nach Wilhelmshaven, Deutschlands größtem Marinestützpunkt. Bei einer Stadtrundfahrt lernen Sie die schönsten Seiten von Wilhelmshaven kennen. Anschließend haben Sie Gelegenheit zur Mittagspause und Zeit für weitere Besichtigungen, etwa im Wattenmeer Besucherzentrum, im Marinemuseum oder für einen

Spaziergang am Südstrand und zur Kaiser-Wilhelm-Brücke.

Tag 3 – Papenburg und Leer: Nach einem ausgiebigen Frühstück besichtigen Sie am Silvestertag die Papenburger Meyer Werft. Weiter geht es nach Leer mit Stadtbummel und Mittagspause. Nachmittags kehren Sie ins Hotel zurück für die Silvesterfeier mit Buffet und ausgewählten Freigetränken.

Tag 4 – Große Küstenrundfahrt: Am Neujahrsmorgen führt Sie die Küstenrundfahrt mit Reiseleitung zunächst in die Seehafenstadt Emden. Anschließend geht es weiter nach Greetsiel. Im romantischen Fischer- und Künstlerdorf mit einer großen Kutterflotte und historischen Windmühlen besteht die Möglichkeit zum Bummel mit Mittagspause. Am Nachmittag fahren Sie weiter nach Norddeich und besuchen die Seehundaufzuchtstation, wo die kleinen Meeressäuger mit ihren

Knopfaugen Sie schon erwarten. Entlang der Küste geht es danach zurück ins Hotel.

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

Im Reisepreis enthalten sind vier Übernachtungen mit Frühstück im Hotel am Pferdemarkt in Aurich, mit Begrüßungstrunk, Silvesterfeier mit Buffet und ausgewählten Freigetränken, Tagesfahrt nach Jever und Wilhelmshaven, Stadtrundfahrt in Wilhelmshaven, Besichtigung der Meyer Werft, Besuch der Stadt Leer und der Seehundaufzuchtstation in Norddeich, Küstenrundfahrt, erfahrene Reiseleitung.

Der **Reisepreis** beträgt pro Person im Doppelzimmer mit Frühstück 589 Euro. Mit Halbpension kostet die Reise 659 Euro. Für ein Einzelzimmer wird ein Zuschlag von 150 Euro berechnet.

Reiseveranstalter ist Perlen Ostfrieslands.

Das Jahr ruhig ausklingen lassen und Silvester mal ganz anders begehen.



Foto: pixabay

Infos und Anmeldung

VdK Service GmbH
(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

TIPP

Pflege-Hilfsmittel aus dem Sanitätshaus

Ab Pflegegrad 1 haben Pflegebedürftige Anspruch auf Pflegehilfsmittel. Zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel wie Einmalhandschuhe oder Bettunterlagen können Versicherte in der Apotheke, im Sanitätshaus oder auch online bekommen – 42 Euro monatlich zahlt die Pflegekasse dafür. Andere Hilfsmittel wie ein Rollstuhl oder Kniebandagen müssen geliehen oder gekauft werden.

Dabei hat ein VdK-Mitglied aus Niedersachsen vor Kurzem eine unschöne Erfahrung gemacht. Der Erwerb im Sanitätshaus ist nicht immer ganz einfach, berichtet es: „Beim Betreten des Sanitätshauses wurde mir gesagt, dass der Inhaber keinen Vertrag mit meiner Pflegekasse habe. Die vom Arzt verordneten Hilfsmittel konnten also nicht bestellt und entsprechend abgerechnet werden. So musste ich mehrere Sanitätshäuser anfahren, bis ich das Rezept einlösen konnte und meinen Rollstuhl bekam.“

Andrea Nacke, Leiterin der Abteilung Sozialpolitik beim VdK,

Corinna G.* leidet seit mehreren Jahren an einer Darmerkrankung. Ein schwerer, beidseitiger Kniebeschaden schränkt sie zusätzlich in ihrer Bewegungsfreiheit und bei der Arbeit stark ein. Sie beantragt deshalb im Dezember 2020 die Schwerbehinderung. Ihr VdK-Jurist rät außerdem zu einer Altersrente für Schwerbehinderte – und setzt beides im Jahr 2023 durch.

Bei ihrem ersten Antrag auf Schwerbehinderung bewilligt das Versorgungsamt Corinna G. lediglich einen Grad der Behinderung (GdB) von 20. Damit wendet sie sich an ihre VdK-Geschäftsstelle Oldenburg-Land. Im Widerspruchsverfahren macht Jurist Dirk Künzel die verschiedenen Beschwerden deutlich, unter anderem

kann das Mitglied nur noch sehr kurze Strecken gehen und hat große Probleme beim Treppensteigen. Daraufhin wird ein GdB von 30 gewährt. Erst während der Klage sieht das Sozialgericht ein, dass die erhebliche Schmerzbelastung in beiden Knien das Gehen ohne Hilfsmittel unmöglich macht und die Frau damit extrem eingeschränkt ist. Außerdem empfiehlt ein internistisches Gutachten wegen der schweren Darmerkrankung eine Schwerbehinderung von 50 Prozent – im Sommer 2023 erkennt das Niedersächsische Landessozialamt diese dann endlich an.

Zweites Verfahren

Weil Corinna G. wegen der körperlichen Einschränkungen nicht mehr in der Lage ist zu arbeiten,

SO Hilft der VdK

Früherer Renteneintritt dank GdB-Klage

stellt ihr VdK-Jurist schon während des Verfahrens zur Schwerbehinderung außerdem einen Rentenanspruch – und das gleich doppelt. Denn das Mitglied konnte nach 35 Beitragsjahren eine Altersrente für langjährig Versicherte bekommen und damit ab Juli 2022 mit 63 Jahren und Abschlägen in Rente gehen.

Jurist Dirk Künzel denkt bei der Antragstellung aber noch weiter, denn: Eine Rente für Schwerbehinderte könnte die Frau bereits zum gleichen Zeitpunkt, dafür aber mit deutlich weniger Abschlägen, antreten. „Da die Klage wegen Schwerbehinderung noch lief, haben wir kurzerhand beide Formen der Rente beantragt. Die Schwerbehindertenrente musste dabei nachrangig beantragt werden, weil der GdB noch nicht entschieden

war“, erklärt Dirk Künzel. „Wir sind also zweigleisig gefahren und das hat sich am Ende ausgezahlt!“

Zunächst wurde die Rente mit Abschlägen ab Juli 2022 bewilligt. Nachdem das Landessozialamt 2023 die Schwerbehinderung anerkannt hat, konnte die Rente rückwirkend in eine Altersrente für Schwerbehinderte umgewandelt werden. „Ich bin Herrn Künzel und dem VdK sehr dankbar, dass er mich so engagiert vertreten hat. Durch die rückwirkende Anerkennung muss ich nun deutlich weniger Rentenabschläge in Kauf nehmen und habe für das Jahr sogar noch knapp 720 Euro nachgezahlt bekommen“, freut sich Corinna G. **cdi**

* Name von der Redaktion geändert

Blick auf die Anfänge der Frauenbewegung

Es war eine Kreisfrauenkonferenz der etwas anderen Art

Statt wie in den Vorjahren Referate zu verschiedenen Themen zu hören, nahmen die Frauenvertreterinnen des Kreisverbands Bremen an der Stadtführung „Aus dem Schatten geholt: Oldenburger Frauen“ teil. Dabei erfuhren sie Wissenswertes über besondere Oldenburger Frauen wie Cäcilie von Oldenburg, Lucia Herbart, Emma Ritter und Dr. Charlotte Dettling.

Die Damen waren trotz gesellschaftlicher Widerstände in der Zeit ihren eigenen Weg gegangen und hatten im Schatten der Männer Außerordentliches geleistet. Die Pädagogin und Frauenrechtlerin Helene Lange (1848 bis 1930) setzte sich beispielsweise für gleiche Bildungs- und Berufschancen für Frauen ein. Auch Willa Thorade (1871 bis 1962)



Bremens Frauenvertreterinnen waren auf den Spuren der Oldenburger Frauenbewegung unterwegs.

war sozialpolitisch tätig: Durch ihre Anstrengung entstanden in Oldenburg Berufsschulen für Mädchen, Frauenfachschulen, Säuglingsheime und Mütterberatungsstellen.

„Dieser Einblick in die Geschichte hat uns gezeigt, wie lange und unter welch schwierigen Bedingungen sich Frauen schon weit vor unserer Zeit für unsere heutige Gleichberechtigung stark gemacht haben“, erklärte Kreisfrauenvertreterin Rosi Kluth-Münch. „Für uns VdK-Frauen ist es deshalb eine Selbstverständlichkeit, diesen Weg weiterzugehen und uns, etwa im Rahmen des Equal Pay Day jedes Jahr, für faire Löhne und die damit verbundene finanzielle Absicherung der Frauen sowie eine gleichberechtigte Sorgaufteilung einzusetzen.“

Kreisarbeitstagung in Cuxhaven



Spannende Vorträge hörten die Teilnehmer der Kreisarbeitstagung: Gordon Regener, Organisationsleiter im Landesverband, sprach über Satzungsänderungen, Gemeinnützigkeit und die Wertschätzung im Haupt- und Ehrenamt. Auf Einladung der Kreisvorsitzenden Barbara Pagel berichtete Ben Bethge vom Paritätischen in Cuxhaven über den Umgang mit Demenz. Dabei ging es um die Vermeidung von Risiken, das Kommunizieren und die Vergesslichkeit sowie die etwaigen Beeinträchtigung des Lang- und Kurzzeitgedächtnisses.

Foto: Helmut Pfeif

Über Generationen hinweg

Treffen von Jung und Alt in Cuxhaven-Ritzebüttel

Ein bewegender Moment: Beim Grillfest des Ortsverbands Cuxhaven-Ritzebüttel traf das jüngste mit dem ältesten Mitglied des Ortsverbandes zusammen. Fernando Misa ist gerade mal vier Jahre alt, Renate Bünge 96 Jahre.

Es war ein wunderbares Symbol für Zusammenhalt und Gemeinschaft über Generationen hinweg. Die Vorsitzende Cornelia Walther freute sich besonders, dass Fernandos Vater, der 44-jährige Patrick Misa, ab sofort dem Vorstand als Beisitzer angehört. Dieser möchte sich mit seinem ehrenamtlichen Engagement auch für die erhaltene Hilfe durch den VdK bedanken.



Alt und Jung vereint: Renate Bünge und Fernando Misa.

ALLES GUTE

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

Goldene Hochzeit

Heide und Manfred Hinrichs,
19. September, Ortsverband Wilen

Diamantene Hochzeit

Liesa und Heinrich Meyer,
22. September, Ortsverband Bösel

Eiserne Hochzeit

Hildegard und Gerd Zimmer,
10. September, Ortsverband Wilen

Museumsbesuche sind gut für die Seele

In Großbritannien, Kanada und Frankreich verschreiben Ärzte kostenlose Besuche im Museum als Aktivität zur Gesundheitsförderung – gegen Stress, Depressionen und andere psychische Erkrankungen. Was 2014 als Pilotprojekt in Großbritannien startete, zeigt dort heute messbare Wirkung.

37 Prozent weniger Hausarztbesuche und 27 weniger Krankenhausweisungen sind nötig. Deshalb wurden Museumsbesuche seitdem fest im englischen Gesundheitssystem verankert. Auch in Deutschland wird dazu geforscht: Die Technische Uni Dresden bestätigt, dass Demenz, Depression und Einsamkeit durch die Museumsbesuche gelindert werden können – und diese Anwendung oft günstiger und wirkungsvoller sei als herkömmliche Medikamente. Ein offizielles Ticket gibt es dafür aber noch nicht. Denn, so heißt es aus der französischen For-



Foto: www.pexels.com

schung: Der medizinische Nutzen sei noch nicht abschließend wissenschaftlich belegt.

Es bleibt also abzuwarten, wie es in Deutschland mit der kulturellen Gesundheitsförderung weitergeht. Nichtsdestotrotz: Vielleicht besuchen Sie ja auch mal wieder ein Museum und machen ganz einfach den Selbsttest.

Studie erforscht Einsamkeit

Menschen in der Lebensmitte sind einsamer als Rentner

Über Gefühle sprechen wir Deutschen eher wenig – schon gar nicht über Einsamkeit. Doch diese wird viel zu häufig unterschätzt, auch mit Blick auf ihre Folgen. Das Deutsche Zentrum für Altersfragen (DZA) hat in einer Befragung herausgefunden, wie einsam sich ein Mensch fühlt, hängt vom Alter, seinem Einkommen und davon ab, ob er berufstätig ist.

Die Umfrage ergab, dass sich jede elfte befragte Person ab 43 „sehr einsam“ fühlte. Dabei fühlen sich die ab 76-Jährigen durchschnittlich weniger einsam als die 43- bis 55-Jährigen. Bei Menschen in der Lebensmitte spielen Einkommen und Erwerbsstatus eine entscheidende Rolle: Armutsgefährdete Personen fühlen sich einsamer als Personen mit mittleren und höheren Einkommen. Ebenso fühlen sich Nicht-Erwerbstätige zwischen 43 und 65 Jahren einsamer als berufstätige Menschen.

Ab 66 Jahren, dem üblichen Ruhestandsalter, gibt es keine signifikanten Unterschiede mehr im Einsamkeitsempfinden. Wer nicht erwerbstätig ist, verliert oft aber nicht nur Einkommen, sondern auch soziale Kontakte, Alltagsstruktur und das Gefühl, gebraucht zu werden. Hinzu kommt: Arbeitslosigkeit ist häufig stigmatisiert.

Die Bundesministerin für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Karin Prien, erklärt dazu: „Einsamkeit betrifft längst nicht nur ältere Menschen – auch in der Lebensmitte ist sie weit verbreitet, oft unsichtbar und unterschätzt. Gerade in dieser Lebensphase ist das Gefühl zwar nicht für alle, aber doch für einige besonders ausgeprägt. Zwischen



Gerade unter Menschen mittleren Alters wird Einsamkeit kaum thematisiert. Foto: www.pixabay.de

beruflichem Druck und familiären Verpflichtungen fehlt vielen das Erleben von echter Verbundenheit. Die Folgen von Einsamkeit sind gravierend – für die psychische Gesundheit, das soziale Miteinander und den gesellschaftlichen Zusammenhalt.“

VdK gegen Einsamkeit

Die Bundesregierung hat dazu im Koalitionsvertrag eine Strategie vereinbart. „Der VdK ist da schon etwas weiter“, weiß Landeschef Friedrich Stubbe. „Bei uns erfahren die Menschen seit 75 Jahren ein gemeinschaftliches Miteinander – direkt vor Ort. Wer es bislang noch nicht ausprobiert hat, sollte

einfach mal die nächste Veranstaltung seines Ortsverbands besuchen. Dort werden Sie herzlich aufgenommen in unsere große VdK-Familie. Oder sprechen Sie auch gerne unsere Ehrenamtlichen an, wenn Sie sich einbringen möchten. Denn nichts hilft besser gegen Einsamkeit als soziale Begegnungen und das Gefühl, gebraucht zu werden!“ **DAZ/cdi**

Kontakt

Ihren VdK vor Ort finden Sie unter

www.nb.vdk.de/vdk-vor-ort

Diskriminierung durch Behinderung

Mal ehrlich: Kennen Sie den Begriff „Ableismus“? Viele Menschen wissen damit nichts anzufangen, verhalten sich aber unbewusst genau so. Denn Menschen mit Behinderungen werden in ihrem Alltag oftmals diskriminiert, indem sie auf ihre Behinderungen und Fähigkeiten reduziert werden.

Ableismus führt dazu, dass sie nicht als vollwertig handelnde und denkende Menschen, sondern als hilfsbedürftig und mangelhaft wahrgenommen werden. Das Niedersächsische Staatsministerium hat mit rund 200 Gästen über das Thema „Ableismus“ diskutiert.

„Ableistisches Denken ist tief in unserer Gesellschaft verankert. Wer Inklusion will, muss sich deshalb aktiv mit Ableismus auseinandersetzen. Das bedeutet, dass sich jeder und jede Einzelne von uns regelmäßig in seinem alltäglichen Handeln hinterfragen muss“, stellte Dr. Gesa Schirrmacher, die stellvertretende Staatssekretärin, klar.

In der Diskussion wurde deutlich, dass Ableismus allgegenwärtig ist und ein Bewusstsein dafür oftmals noch fehlt. Das zeigt sich zum Beispiel in abwertender Sprache und entsprechenden Verhaltensweisen: Wenn Menschen mit Behinderungen als Opfer dargestellt werden, wenn ihnen ungefragt Hilfe aufgezwungen wird, wenn sie nicht direkt angesprochen werden, sondern ihre Begleitpersonen. Die Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen, Annetraud Grote, erklärte dazu: „Ableismus grenzt aus – wir brauchen eine Gesellschaft, die Vielfalt nicht bewertet, sondern wertschätzt. Eine inklusive Gesellschaft beginnt daher dort, wo Ableismus endet.“ **ms/cdi**

Neuer Vorstand für Oldenburg-Nord

Heinz-Gerd Hinrichs heißt der neue Vorsitzende des VdK-Ortsverbands Oldenburg-Nord. Auf der Mitgliederversammlung sprachen die Anwesenden dem bislang kommissarischen Vorsitzenden ihr Vertrauen aus.

Zu seinem Vorstandsteam in den kommenden vier Jahren gehören die stellvertretende Vorsitzende Anke Achtert, Kassiererin Ingrid Hinrichs, Schriftführerin Karin Janssen, Michele Renemann als Vertreterin der Frauen sowie die Beisitzer Aloys Große Siemer und Michael Neuhof.



Vorsitzender Heinz-Gerd Hinrichs (links hinten) mit seinem Team.

Tipps zu Brandschutz im Alter

Zu dem besonders wichtigen Thema „Vorbeugender Brandschutz“ informierte die Freiwillige Feuerwehr Mitglieder und Gäste des VdK-Ortsverbands Celle-Altstadt bei ihrem monatlichen Treffen. Brandmeister Thomas Drösemeyer begann seinen Vortrag mit Zahlen, die die Zuhörer aufhorchen ließen.

Über 60 Prozent der Brandtoten in Deutschland sind Seniorinnen und Senioren. Und damit sei diese Gruppe besonders gefährdet. Die Gründe dafür lieferte Drösemeyer gleich mit: Abnehmende Mobilität, Sinneswahrnehmung und Reaktionsfähigkeit.

Was kann man tun?

Um die Gefahr für ältere Menschen zu verringern, heißt die Zauberformel „Vorbeugender Brandschutz“. Dabei ging Thomas Drösemeyer auf mittlerweile selbstverständliche Rauchmelder, aber auch auf Herdwächter ein. Ebenfalls wurde das Freihalten von Fluchtwegen beziehungsweise die Installation von Nachtlichtern thematisiert. Weiterhin wurde den Anwesenden erklärt, wie sie sich im Falle eines Falles – also bei einem Feuer – am besten verhalten sollten.

Auf Safari im Serengeti-Park

Gemeinsame Fahrt der Mitglieder aus Hude und Bookholzberg



Einige VdK-Mitglieder aus Hude und Bookholzberg trauten sich ins Speedboat.

Rund 200 Wildtiere leben im Serengeti-Park in Hodenhagen. Auf die Spuren der „Big Five“, der großen Fünf, begaben sich mehrere Mitglieder der Ortverbände Hude und Bookholzberg.

Mit einem Doppeldeckerbus ging es durchs Freigelände. Dort konnten

die Teilnehmenden Löwe, Nashorn und Büffel entdecken. Nicht zu sehen waren Elefant und Leopard. Im Freizeitpark trennten sich die Wege dann je nach Interesse: Einige Mitglieder besuchten das begehbare Gehege der Dschungel-Safari, andere trauten sich ins „Speedboat“ oder genossen die Fahrt im Propellerboot

durch den engen Flussverlauf und auf einem der großen Seen. Ein Gefühl wie auf den Everglades in Florida, nur ohne lange Anreise. Dank der freundlichen Mithilfe des Personals am Riesenrad gelang auch hier der Einstieg in die Gondel, die einen schönen Ausblick über die Parkanlage bot.