

LANDESVERBAND

Schulung

Viele Fragen beantwortet Seite 14

Landesvorstand

Schatzmeister – mehr als nur Zahlen Seite 14

Ehrenamt

Der Ehrentag am 23. Mai Seite 15

UMFRAGE

Was fehlt zur besseren Teilhabe im Alltag?

Welche Barrieren machen Menschen mit Beeinträchtigungen noch immer das Leben schwer und was kann das Land Niedersachsen gezielt tun, um die Teilhabe für sie zu verbessern? Das möchte die Niedersächsische Landesregierung herausfinden.

Und weil niemand den Alltag, die Chancen und die Hindernisse gesellschaftlicher Teilhabe besser kennt als die Betroffenen selbst, ruft die Landesregierung genau diese Menschen nun zur Teilnahme an einer Online-Umfrage auf. Ziel ist es, ein klares Bild der aktuellen Herausforderungen und Chancen in zentralen Lebensbereichen wie Arbeit, Wohnen und Gesundheit von Menschen mit Beeinträchtigungen in Niedersachsen zu erhalten.

„Ihre persönlichen Erfahrungen sind der Schlüssel, um Niedersachsen inklusiver zu gestalten“, sagt Sozialminister Dr. Andreas Philippi. „Je mehr Stimmen wir hören, desto präziser können wir dort ansetzen, wo der Handlungsbedarf am größten ist“, ist er sich sicher.

An der Umfrage teilnehmen kann, wer drei Voraussetzungen erfüllt, also Menschen, die

- mit einer dauerhaften Erkrankung oder Behinderung leben,
 - in Niedersachsen wohnen und
 - mindestens 16 Jahre alt sind.
- Die Teilnahme ist freiwillig und anonym. Sie dauert etwa 20 bis 30 Minuten. Besonders Menschen aus Wohnheimen sind aufgerufen, ihre Erfahrungen mitzuteilen. Die Umfrage läuft bis zum 31. Mai. Infos dazu und der Link zur Umfrage unter

➔ www.ms.niedersachsen.de/umfrage



Immer wieder gibt es unüberwindbare Barrieren.

13,5 Millionen erstritten

VdK-Juristen helfen Mitgliedern, denen Nachzahlungen und andere Leistungen zustehen

Fast 17 000 sozialrechtliche Verfahren führte der VdK Niedersachsen-Bremen im vergangenen Jahr für seine Mitglieder – und das mit Erfolg. Über 13,5 Millionen Euro konnten dabei an Nachzahlungen durchgesetzt werden. Doch häufig ist das ein schwieriger Weg für die Betroffenen.

Recht haben und Recht bekommen sind zwei verschiedene Dinge – dieses Sprichwort kennen viele VdK-Mitglieder nur zu gut. Denn wer eine Erwerbsminderungsrente, ein Hilfsmittel oder eine Schwerbehinderung beantragt, erhält oft am Anfang eine Ablehnung. „Das wollen wir als VdK nicht hinnehmen“, erklärt Landesvorsitzender Friedrich Stubbe. Denn nicht selten gehe es um die Existenz der Menschen, vor allem wenn sie zu krank zum Arbeiten sind und somit das Einkommen wegbricht.

Der VdK hilft

Deshalb ist es besonders wichtig, dass Kostenträger die entsprechenden Anträge schnell bearbeiten und auch die Sozialgerichte ihre Verfahren zügig durchführen. In der Realität sieht das leider häufig anders aus. Denn: Bescheide sind schwer verständlich formuliert, sodass Laien sie kaum nachvollziehen können. Hier hilft der VdK weiter. So hat er etwa für ein Mitglied mit schwerer Herzerkrankung und Depressionen im Widerspruchsverfahren eine Erwerbsminderungsrente durchgesetzt und rückwirkend für eineinhalb Jahre mehr als 30 000 Euro erstritten.

Die enormen Nachzahlungen im Bereich der Rentenversicherung haben sich in den vergangenen Jahren auf einem gleichbleibend hohen Niveau eingependelt. Allerdings kommen diese Summen auch



Anträge werden oft abgelehnt, auch wenn ein Anspruch besteht. Der VdK berät und unterstützt Mitglieder – auch vor Gericht. Foto: pixabay.com

zustande, weil sich die Verfahren häufig über mehrere Jahre hinziehen, wenn erneut Gutachten eingeholt werden müssen oder Ämter und Gerichte überlastet sind. „In dieser Zeit fehlt den Menschen schlichtweg das Geld zum Leben!“, kritisiert VdK-Landeschef Friedrich Stubbe. „Denn unsere Mitglieder stellen nicht aus lauter Langeweile einen Antrag auf Erwerbsminderungsrente, sondern weil sie tatsächlich krank sind.“

Der Landesvorsitzende appelliert daher an die Behörden, Pflege- und Krankenkassen, die individuellen Bedürfnisse der Menschen mehr in den Blick zu nehmen, anstatt die Anträge erst einmal abzulehnen und darauf zu spekulieren, dass die Betroffenen die Ablehnung hinnehmen. Dass hierbei jedes dritte VdK-Verfahren erfolgreich sei, zeige im Umkehrschluss aber auch, dass die zuständigen Behörden zuvor ein Drittel der Anträge falsch entschieden hätten. „Wir werden unsere Mit-

glieder weiter tatkräftig unterstützen, damit sie ihre gesetzlichen Ansprüche erhalten. Denn Sozialversicherungsleistungen und Sozialleistungen sind kein Gnadenakt des Staates.“ Gleichzeitig brauche es aber auch schnellere Bearbeitungszeiten an den Gerichten, mahnt Stubbe. Wichtig seien ausreichend personelle Kapazitäten, auch auf Seiten der medizinischen Gutachter.

Erfolge ohne Geldwert

Darüber hinaus erreichen die VdK-Juristen noch sehr viel mehr, was häufig aber nicht in Euro gemessen werden kann. Hilfsmittel wie ein Rollstuhl oder eine Rampe zur Haustür erleichtern den Betroffenen den Alltag. Hierfür wird allerdings in der Regel kein Geldbetrag erfasst.

Auch der Schwerbehindertenstatus und dazugehörige Merkzeichen, die häufig an besonders hohe Voraussetzungen geknüpft sind,

haben keinen konkreten Gegenwert. Für ein Mitglied mit Bewegungsstörung sowie Problemen mit Hüfte, Knie und einer Fußfehlstellung hat der VdK im vergangenen Jahr zum Beispiel das Merkzeichen aG (außergewöhnliche Gehbehinderung) durchgesetzt. Dieses ermöglicht ihm nun die Nutzung von Behindertenparkplätzen sowie eine Vergünstigung im Öffentlichen Nahverkehr.

Mehr Beratungsbedarf

Der Blick auf die VdK-Statistik zeigt außerdem, dass nicht nur die Verfahrenszahlen, sondern auch die Beratungen in 2025 zugenommen haben. In Beratungsgesprächen werden erst einmal die rechtlichen Möglichkeiten des Mitglieds geklärt, also ob ein Widerspruch oder eine Klage erfolgversprechend sind. Andere Ratsuchende fragen etwa nach zuständigen Kostenträgern oder brauchen Hilfe bei einem Antrag. Durch etliche Reformen sind die Sozialgesetze oft schwer verständlich und entsprechend groß ist der Bedarf. Die VdK-Juristen erklären daher immer individuell, wie sich die Gesetzesänderungen konkret auf die jeweilige Lebenssituation auswirken.

„Unsere Erfolge zeigen, dass die sozialrechtliche Interessenvertretung unverzichtbar ist und unsere Mitglieder in ihren Rechtsangelegenheiten einen starken Partner an ihrer Seite brauchen“, so Friedrich Stubbe. Der VdK wird deshalb auch weiterhin in der Sozialpolitik Druck machen, damit die Rechte auch wirklich im Alltag der Menschen ankommen. Denn hinter jedem Verfahren steht eine Person, die das Recht hat auf ein würdevolles Leben und soziale Gerechtigkeit. cdi

„Viele schämen sich, Hilfe zu beantragen“

VdK fordert Politik zum Gegensteuern auf – Pflegearmut vermeiden!

Wer zu Hause gepflegt wird und wenig Geld hat, dem steht die sogenannte „Hilfe zur Pflege“ zu. Doch tatsächlich bekommen nur rund zwölf Prozent der Anspruchsberechtigten in Niedersachsen diese finanzielle Unterstützung. Bundesweit sind es etwa 300 000 armutsbetroffene Pflegebedürftige, die diese Leistung nicht erhalten, wie eine Studie des Paritätischen zeigt.

Zu den aktuellen Ergebnissen der Untersuchung „Armut in der häuslichen Pflege“ erklärt Friedrich Stubbe, Landesvorsitzender des Sozialverbands VdK Niedersachsen-Bremen: „Die Leistungen der Pflegeversicherung reichen vorne und hinten nicht, das macht der Paritätische ganz deutlich.“ 44 285 Pflegebedürftige in Niedersachsen und Bremen haben Anspruch auf die sogenannte „Hilfe zur Pflege“. „Doch sie schämen sich, diese Hilfe zu beantragen oder wissen häufig gar nicht, dass sie ihnen zusteht“, erklärt der VdK-Landeschef. In Niedersachsen machten gerade einmal zwölf Prozent der zu Hause versorgten Pflegebedürftigen ihren An-

spruch auf diese Leistung geltend. In Bremen seien es 15 Prozent.

„Es ist erschreckend, wie viele Menschen wegen ihrer Pflegebedürftigkeit in Armut geraten“, so Stubbe. Das dürfe so nicht weitergehen. „Wir fordern Landes- und Bundespolitik dazu auf, hier wirksam gegenzusteuern, und geben ihnen dazu drei wichtige Punkte an die Hand.“

Nötig sei eine einheitliche Pflegeversicherung, in die alle Bürger einzahlen und die auch alle pflegebedingten Kosten übernimmt. Die politischen Verantwortlichen müssten ihren Blick endlich auch auf die häusliche Pflege richten und diese finanziell stärken. „Denn hier werden rund 85 Prozent der pflegebedürftigen Menschen versorgt“, weiß Stubbe.

Außerdem müssten die Pflegestützpunkte dringend personell und finanziell ausgebaut werden. „Nur durch mehr Beratung der Betroffenen können wir erreichen, dass sie die ihnen zustehenden Leistungen auch bekommen. Wir dürfen nicht länger zulassen, dass diese Menschen aus Unkenntnis oder Scham in Armut leben“, betont



Nicht alle, die Anspruch haben, wissen das auch. Foto: rawpixel_auf_Pixabay

der Landesvorsitzende Friedrich Stubbe.

Hintergrund

In Niedersachsen nehmen nur 1,1 Prozent der zu Hause versorgten Pflegebedürftigen Hilfe zur Pflege in Anspruch, Pflegeheimbewohner immerhin zu 39 Prozent. In Bremen ist der Unterschied noch

gravierender: In der häuslichen Pflege beziehen drei Prozent die Unterstützungsleistung, wohingegen 63 Prozent der Menschen im Heim sie erhalten. Die Studie ist online zu finden unter

➔ www.der-paritaetische.de/themen/gesundheits-teilhabe-und-pflege/altenhilfe-und-pflege/

Nachwuchsgewinnung



Miriam Wagner (hinten rechts), Vertreterin der jüngeren Mitglieder im Landesverband, berichtete bei der Arbeitstagung des Kreisverbandes Oldenburg-Stadt über ihre Aufgaben und Ziele. Junge Mitglieder sollen gehalten und neue hinzugewonnen werden. Außerdem stellte Nele Holz die Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen (BeKoS) vor; diese besteht aus über 200 aktiven Selbsthilfegruppen.

Schulung zur Öffentlichkeitsarbeit

Kreisarbeitstagung in Cloppenburg beantwortet viele Fragen

Wie läuft der Kontakt zur örtlichen Presse? Wie erstelle ich ein gutes Foto? Und wofür braucht der Ortsverband eine eigene Webseite? Während der Arbeitstagung des Kreisverbandes Cloppenburg tauschten sich rund 60 Ehrenamtliche über ihre Öffentlichkeitsarbeit aus.

Welche Veranstaltungen sind bei den Mitgliedern gefragt und über welche Themen berichten die örtlichen Medien noch? Dass es hier teils große Unterschiede in der Wahrnehmung relevanter Inhalte gibt, zeigte die rege Beteiligung der Teilnehmer während des Vortrags von Christina Diekmann. Die Leiterin der VdK-Presseabteilung betonte dabei, dass es für die Ortsverbände wichtig sei, für ihre Mitglieder vor Ort eine aktive, lebenswerte Gemeinschaft zu gestalten, eine breite Medienresonanz sei eher zweitrangig. Kreisvorsit-



Rege Teilnahme bei der Kreisarbeitstagung im Raum Cloppenburg.

zender Friedrich Stubbe berichtete anschließend über die Ergebnisse der bundesweiten VdK-Mitgliederumfrage. Hier hob er das weiterhin große Interesse der Befragten an einer Ehrenamtstätigkeit hervor.

Auch die Beschlüsse vom Landesverbandstag im vorigen Jahr waren Thema, dabei wurde die nun mögliche Nachwahl von Vorstandsmitgliedern besonders positiv aufgenommen.

WAS MACHT DER VdK-LANDESVORSTAND?

Schatzmeister – mehr als nur Zahlen

Im vergangenen Jahr wurde unser Landesverbandsvorstand neu ins Amt gewählt. Doch welche Personen stecken hinter den einzelnen Ämtern und was sind ihre Aufgaben? Landesschatzmeisterin Birgit Ohlhoff und ihr Stellvertreter Thomas Flügge im Interview.

Schatzmeisterin klingt nach etwas ganz Besonderem. Birgit, was genau machst du denn im Vorstand? Birgit Ohlhoff: Ich bewache den Schatz des VdK (lacht). Nein, tatsächlich bin ich – zusammen mit unserem Landesvorsitzenden und der Geschäftsführung – dafür verantwortlich, dass alle Geld- und Kassengeschäfte im Landesverband ordentlich abgewickelt werden. Das heißt, ich habe Überblick über die Konten und werde an allen finanziellen Themen des Verbands beteiligt. Außerdem gehört die Finanzplanung zu meinen Aufgaben und auch der Haushaltsplan fällt mit in meinen Zuständigkeitsbereich. Wichtige Entscheidungen treffen wir aber immer als Team mit dem gesamten Landesvorstand. Thomas Flügge: Als Stellvertreter habe ich ebenfalls in alle Bereiche Einblick, um einzuspringen, wenn Birgit mal verhindert ist. Man muss aber dazu sagen, dass wir beide diese Tätigkeit ja nur ehren-

amtlich übernehmen. Für die ausführenden Arbeiten und das laufende Geschäft sind die hauptamtlichen Kolleginnen in der Finanzbuchhaltung zuständig. Birgit: Das stimmt! Einmal im Jahr ist es außerdem unsere Aufgabe, den Delegierten auf der Landesverbandskonferenz – oder alle vier Jahre beim Landesverbandstag – den Jahresabschluss vorzustellen, also die Bilanz des VdK mit Gewinnen und Verlusten. **Das sind schon sehr konkrete Aufgaben. Musstet ihr dafür bestimmte Vorkenntnisse mitbringen?** Birgit Ohlhoff: Man sollte schon eine gewisse Affinität für Zahlen haben! Da ich in meinem bisherigen Beruf ohnehin schon Wirtschaftspläne erstellt und Budgets verwaltet habe, hat sich dieses Vorstandsamt für mich einfach angeboten. **Was verbindet ihr mit Oldenburg, dem Hauptsitz des Landesverbandes?** Thomas Flügge: Weite Wege (lacht), weil ich jedes Mal aus dem Wendland anreise. Und die EWE-Baskets! Birgit Ohlhoff: Oldenburg ist Heimat für mich. Hier bin ich aufgewachsen, hier habe ich gearbeitet und engagiere mich jetzt ehrenamtlich beim VdK.

Der VdK deckt sozialpolitisch viele Themenbereiche des täglichen Lebens ab, von der Gesundheitsversorgung über Teilhabe bis hin zu Wohnungsnot und Armut. Was liegt euch besonders am Herzen? Thomas Flügge: Mir sind sehr viele sozialpolitische Themen wichtig und ich möchte hier etwas bewegen, deshalb bin ich auch im Sozialpolitischen Ausschuss auf Landesebene und in der Sozialpolitischen Kommission des Bundesverbands aktiv. Birgit Ohlhoff: Ich finde es nach wie vor unverstänlich, dass unsere noch berufstätigen Ehrenamtlichen, die sich für den größten Sozialverband Deutschlands engagieren, keinen Sonderurlaub für ihre wichtige Gremienarbeit bekommen. Hier muss das Land dringend nachbessern. **Was ist dir beim VdK außerdem wichtig?** Birgit Ohlhoff: Ich war viele Jahre Führungskraft, daher sind mir ein gutes Arbeitsklima und die Ausstattung des Arbeitsplatzes für unsere hauptamtlichen Mitarbeiter wichtig. Denn nur in einem guten Arbeitsumfeld sind die Angestellten mit Herzblut für die gute Sache dabei und der VdK kann sich als attraktiver Arbeitgeber in Niedersachsen und Bremen etablieren.

Was machst du in deiner Freizeit? Birgit Ohlhoff: Lesen, Radfahren, Zeit mit meiner Familie und besonders mit meiner Enkeltochter verbringen. Thomas Flügge: Tatsächlich habe ich wenig Zeit für Hobbies. Was ich gerne mag, sind kleine Auszeiten vom Alltag – da reicht schon ein Spaziergang oder ein Kinobesuch. **Fußball-WM – ja oder nein?** Thomas Flügge: Nein, aus meiner Sicht steht hier nicht mehr der Sport im Vordergrund, sondern die kommerziellen Absichten. Birgit Ohlhoff: Ja, ich werde möglichst jedes Spiel schauen.

Interview: Christina Diekmann

VdKler im Bademantel

Demenz-Aktion am Deich in Bremerhaven



Kreisvorsitzender Bernd Hering (links) und seine Frau Ute Pohl ließen sich zusammen mit Fishtown-Pinguins-Kapitän Jan Urbas ablichten.

Im Bademantel etwas Gutes tun – das wollten rund 200 Menschen mit der „Bademantelchallenge“. Die Aktion wurde von den Vereinen Bremerhavener Topf und Demenz Selbsthilfe Bremerhaven organisiert. Sie sollte auf das Krankheitsbild Demenz und vor allem auf den großen Einsatz der pflegenden Angehörigen aufmerksam machen.

Bei der Veranstaltung am Bremerhavener Deich mit dabei waren auch der Vorsitzende des VdK-Kreisverbands Bremen, Bernd Hering, seine Frau Ute Pohl, Roswitha Kluth-Münch, Ortsvorsitzender Rolf Münch und Petra Fiedler (alle Ortsverband Bremerhaven). Prominente Unterstützung für die Aktion gab es von den Spielern der Basketballmannschaft Eisbären Bremerhaven und der

Eishockeymannschaft Fishtown Pinguins. Dabei gelang Bernd Hering und Ute Pohl ein Schnappschuss mit Pinguins-Kapitän Jan Urbas.

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 presse-nb@vdk.de
Internet
niedersachsen-bremen.vdk.de



Birgit Ohlhoff ist Schatzmeisterin im Landesvorstand. Fotos: Peter Himmsel



Thomas Flügge unterstützt als stellvertretender Schatzmeister.

Zeit zum Klönen und Kontakte knüpfen

VdK-Mitglieder erleben Gemeinschaft und das Engagement unseres Ehrenamts jeden Tag hautnah

Mit dem Ehrentag wollen das Bundespräsidialamt und die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt am 23. Mai auf die große Bedeutung des Ehrenamts aufmerksam machen. Doch „Engagement ist nicht nur Einsatz, es ist auch Begegnung, Lachen und Gemeinschaftsgefühl. Wer gemeinsam anpackt, erlebt oft, wie leicht sich Sinn und Freude miteinander verbinden lassen“, sagt Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier.

Gemeinschaft hautnah erleben können die mehr als 117 000 Mitglieder des VdK Niedersachsen-Bremen jeden Tag. Denn das engagierte Ehrenamt ist das Fundament des Verbands. Rund 2000 Ehrenamtliche übernehmen die Vor-Ort-Betreuung der Mitglieder in den 246 Ortsverbänden des Landesverbands. Sie bieten Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung. Die grundlegenden Werte des VdK sind Engagement und aktives Miteinander – das zeigt sich besonders in den Orts- und Kreisverbänden.

Buntes Programm

Neben einem offenen Ohr und Unterstützung bieten die Ehrenamtlichen in den einzelnen Ortsverbänden regelmäßig einen bunten Reigen an Veranstaltungen: gemütliche Kaffee- oder Teetafeln, allgemeine Stammtische zum Klönen oder gezielt zum Beispiel für pflegende Angehörige. Informativ Vorträge zu Rente, Ernährung im Alter oder elektronischer Patientenakte sowie regelmäßige Spiele-

nachmittage gehören in vielen Ortsverbänden zu den festen Terminen im Programm, genauso wie Grillfeste, Grünkohl- oder Spargelessen und natürlich Weihnachtsfeiern. Sie bieten Geselligkeit, Gelegenheit zum Klönen und Kontakte knüpfen.

Aber auch Tagesausflüge und Urlaubsfahrten organisieren viele Ortsverbände und ermöglichen den Mitgliedern oft Einblicke in Unternehmen und Institutionen, die für sie ansonsten verwehrt blieben. Beispiele sind Werksführungen bei Lebensmittelunternehmen wie Dr. Oetker oder eine geführte Tour beziehungsweise ein „Tierischer Rundgang“ mit Blick hinter die Kulissen im Zoo am Meer in Bremerhaven.

Immer wieder ein besonderes Programmhilighlight sind Schifffahrten. So erwartet die Mitglieder in diesem Jahr zum Beispiel eine Kahnfahrt durch die Kanäle in Bremen und Umgebung, eine Schiffahrt über Weser und Hunte nach Oldenburg oder eine Fahrt mit dem Raddampfer auf dem Nord-Ostsee-Kanal.

Gemeinschaft bieten auch Radtouren und regelmäßige Treffen von Radfahrgruppen. Teamgeist beweisen die VdK-Mitglieder bei der Teilnahme am Stadtradeln, einer Aktion für den Klimaschutz, bei dem jeder mit dem Rad gefahrene Kilometer zählt.

Starker Zusammenhalt

Doch auch wenn keine Veranstaltungen stattfinden können, halten die VdK-Mitglieder zusammen. Das bewies zuletzt die Co-



Ihren Rollator-Führerschein bestanden die Mitglieder vom Stammtisch pflegender Angehöriger im Ortsverband Bülkau.



Beliebt: Der Kohl-gang in Bremen-Mitte.

rona-Pandemie. An kreativen Ideen des Miteinanders mangelte es trotz Kontaktverbots nicht: Es wurden Briefe geschrieben, Telefonketten in Ortsverbänden gebildet, um mit den Mitgliedern in Kontakt zu bleiben oder Hilfe beim Einkaufen anzubieten. Und viele Vorstände wagten sich in die Welt von Online-Meetings vor, um die monatlichen Treffen umsetzen zu können.

Einige Ehrenamtliche nahmen auch Hörgeschichten auf, um den Mitgliedern kleine Lichtblicke zu bieten und die Zeit der Isolation humorvoll zu überbrücken. Mit Aktionen wie diesen zeigten die Ehrenamtlichen noch einmal deutlich: Der VdK ist eine solidarische und starke Gemeinschaft. Die direkte Botschaft an die Mitglieder ist klar: „Ihr seid nicht allein, wir unterstützen euch!“ **muc**



Zieht Mitglieder an: Grillfeste wie hier in Nordhorn.



Einige machen beim Stadtradeln mit, auch der Ortsverband Rotenburg.

EHRENAMT

Erster Ehrentag am 23. Mai

Der „Ehrentag“ findet auf Initiative von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier erstmals ab diesem Jahr am 23. Mai statt. Unter dem Motto „Der Ehrentag. Für dich. Für uns. Für alle.“ soll er als „Mitmachtag“ für alle gestaltet werden. Deutschlandweit sind Vereine, Organisationen, Initiativen, Unternehmen und auch Privatpersonen aufgerufen, unterschiedliche Aktivitäten zum Ausprobieren und Mitmachen zu organisieren und damit die Gemeinschaft und die Demokratie direkt vor Ort zu feiern.

Die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt (DSEE) setzt den landesweiten Mitmachtag in Zusammenarbeit mit dem Bundespräsidialamt zum Geburtstag des Grundgesetzes (23. Mai) um. „Die Demokratie lebt von Menschen, die mitmachen und der Einsatz für das Gemeinwohl stärkt uns alle“, sagt Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier.

Der Ehrentag soll zeigen: Engagement hat viele Gesichter. Mit ihm sollen sowohl bestehende Projekte gewürdigt als auch neue angestoßen werden.

Der Ehrentag soll vor allem auch Menschen motivieren, die sich bisher noch nicht ehrenamtlich engagieren, sich den zahlreichen Aktivitäten anzuschließen, selbst etwas Konkretes auf die Beine zu stellen und miteinander in den Dialog zu kommen.

Die Schirmherrschaft des ersten Ehrentages hat Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier übernommen. Der Aktionstag wird jährlich am 23. Mai gefeiert. Geplante Aktionen in der Nähe finden Sie unter www.ehrentag/aktion-finden im Internet. **muc**

Mehr Infos

Welche VdK-Angebote es bei Ihnen vor Ort gibt, erfahren Sie auf der Homepage Ihres VdK-Kreisverbandes. Reinschauen lohnt sich – und ein Besuch von VdK-Veranstaltungen noch viel mehr!

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

NEUER RATGEBER

Schmerzen mindern die Lebensqualität

Chronische Schmerzen sind für viele ältere pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen alltäglich. Doch sie sollten nicht einfach hingenommen werden. Was also kann man dagegen tun? Mit dieser Frage hat sich das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) beschäftigt und den kostenlosen Kurzratgeber „Schmerzen bei älteren pflegebedürftigen Menschen“ erstellt.

Schmerzen können sehr belastend sein. Sie beeinträchtigen die Gesundheit und den Alltag, oftmals über lange Zeit hinweg. Einer individuellen Schmerzversorgung



komme daher bei Pflegebedürftigkeit erhebliche Bedeutung zu, erläutert das ZQP.

Im Alter kommen oftmals mehrere Risikofaktoren zusammen, die Schmerzen begünstigen oder verstärken. Auch die Schmerztoleranz sinkt. Mehrfacherkrankungen wie Arthrose, Osteoporose, Neuropathien oder chronische Wunden erhöhen das Risiko für Schmerzen. Psychische Faktoren wie Angst, Anspannung, Depression oder negative Erfahrungen mit Schmerz können den Leidensdruck verstärken, ebenso soziale Faktoren wie fehlende Unterstützung aus dem Umfeld oder gar

soziale Isolation. Damit wird der Zugang zu Versorgungsangeboten erschwert. Auch mangelndes Wissen über Gesundheit, Schmerzen und entsprechende Angebote im Gesundheitssystem können den Leidensdruck erhöhen. Umso wichtiger ist es, dass pflegende Personen Anzeichen von Schmerzen erkennen, damit eine individuell abgestimmte Planung stattfinden könne, sagen die Autoren des Ratgebers. Medikamente und nichtmedikamentöse Maßnahmen wie Bewegung, Anwendungen, Entspannung und Psychotherapie können ältere pflegebedürftige Menschen unterstützen.

Auf dem Online-Portal und im Kurzratgeber finden Interessierte Wissen und Tipps zum Umgang mit Schmerzen für pflegende Angehörige und für die professionelle Pflege. Der Ratgeber fasst kompakt zusammen, was Schmerzen auslösen kann und welche Möglichkeiten zur Linderung existieren. Zusätzlich enthält der Ratgeber Hinweise zu Anlaufstellen und Unterstützungsangeboten. Der Kurzratgeber kann kostenlos im Internet heruntergeladen oder bestellt werden. **Merle Ullrich**

www.zqp.de/thema/schmerzen/

Viele neue Gesichter

Ihlow hat einen neuen Vorstand gewählt



Das neue Ihlower Vorstandsteam um den neuen Vorsitzenden Andreas Kühnel (vorne).

Der amtierende Vorsitzende des Ortsverbands Ihlow, Reinhold Adden, hatte bereits im Vorfeld angekündigt, dass er nach elf Jahren „in die zweite Reihe“ treten möchte, um seine Erfahrung an einen Nachfolger weiterzugeben. Deshalb gab es bei der Wahl des Vorstands auf der jüngsten Mitgliederversammlung einen Wechsel an der Spitze.

Andreas Kühnel wurde zum neuen Vorsitzenden gewählt. Sein

Stellvertreter ist Reinhold Adden. Das Amt der Kassiererin übernimmt erneut Ute Kuhlmann-Weber, neue Kassenprüferinnen sind Sylvia Ludwig und Inka Jansen. Vertreterin der Frauen ist Insa Schoon, die das Amt bereits seit 2024 kommissarisch innehatte. Sie wird künftig auch für die Homepage verantwortlich sein. Schriftführerin ist Hildegard Kühnel. Als Beisitzer fungieren nun Rita Tjaden, Magret Schoon und Georg Ludwigs.

Flanieren unter Süntelbuchen

Landesgartenschau lockt mit Gartenkunst und Veranstaltungen

Die Landesgartenschau 2026 hat so einiges zu bieten: ein Blütenmeer, Gartenkunst, Bildung und Kultur. Die Besucher sind eingeladen, in diesem Jahr vom 29. April bis 18. Oktober in Bad Nenndorf in Niedersachsen das denkmalgeschützte Gelände zu erkunden, das sich rund um die einzigartige Süntelbuchenallee erstreckt. Die Bäume mit dem besonderen Zickzack-Wuchs sind laut der Stadt Bad Nenndorf „welteinzigartig“.

Doch auch darüber hinaus können die Gäste der Landesgartenschau auf dem rund 34 Hektar großen Gelände mit historischer Kurparkanlage vor den Toren Hannovers viel entdecken. Denn dort sind neue Themengärten, kreative Wissensstationen, Ruheorte und florale Inszenierungen entstanden. Die Gestaltung habe Rücksicht auf Bestehendes genommen, setze aber auch bewusst neue Impulse – in Richtung Nachhaltigkeit, Klimasensibilität und Lebensfreude. Naturnähe war den Veranstaltern dabei wichtig.

Barrierefrei

Wer mit Rollstuhl, Rollator oder Kinderwagen unterwegs ist, findet entsprechende Möglichkeiten vor.



Die Vorfreude steigt.

Foto: Marie-Christin Pratsch

Die Steigung des Galenbergs kann auf barrierearmen Wegen umgangen werden. Und zahlreiche Sitzgelegenheiten und Mobilitätshilfen sorgen für Entlastung.

Abgerundet wird das Programm mit über 1500 Veranstaltungen wie Lesungen, Ausstellungen, Führungen, Musiktermine. Auch Mitmachangebote, Bewegungsformate und Quiznächte sind dabei. Zusätzliche Akzente werden besondere Thementage setzen. Und auch die Gastronomie bietet vom Imbiss unter Bäumen bis zum Café mit Parkblick verschiedenste Alternativen.

Eintrittspreise

Erwachsene 24 Euro, junge Menschen (14 bis 24 Jahre) 20 Euro, Kinder (4 bis 13 Jahre) 1 Euro, ermäßigt 20 Euro.

Eine Ermäßigung gilt für Menschen mit Behinderung ab einem GdB von 50. Für Begleitpersonen von Menschen, die zusätzlich das Merkzeichen B, aG, H, BI oder GI im Ausweis eingetragen haben, ist der Eintritt frei.

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

Gertrud und Reinhold Adden, 9. April, Ortsverband Ihlow

Heike und Hermann Schwarting, 14. Mai, Ortsverband Ganderkesee

Diamantene Hochzeit

Margot und Hinrich Hoffmeyer, 29. Januar, Ortsverband Holtrop

Maria und Johannes Jansen, 26. April, Ortsverband Papenburg



Jubelpaar Hoffmeyer



Jubelpaar Jansen

Hambühren-Ovelgönne dankt Inge Ripke

Die ehemalige Vorsitzende ist seit 50 Jahren im Verband

Ein besonderes Ereignis – nämlich 50 Jahre Mitgliedschaft im Sozialverband VdK – feierte Inge Ripke im Ortsverband Hambühren-Ovelgönne. 1976, im Alter von 41 Jahren, trat sie dem Verband bei. Sie erzählt, wie sie zum VdK kam.

Ihr Mann sei durch seine Kriegsverletzung bereits Mitglied im VdK gewesen. Zeitweise habe er auch den Orts- und Kreisverbandsvorsitz übernommen, erklärt Inge Ripke. Als seine Frau habe sie ihn bei der ehrenamtlichen Arbeit unterstützt. „So bin ich dann mit reingerutscht“, berichtet sie.

Als VdK-Mitglied hatte sie zunächst kleinere ehrenamtliche Aufgaben übernommen. Angefangen hat sie als Beisitzerin, wurde dann Schriftführerin und schließlich erst stellvertretende Vorsitzende und dann Vorsitzende des Ortsverbands. Die Arbeit mit Menschen habe ihr immer sehr viel Spaß gemacht. „Es war Arbeit, aber man bekommt auch viel Freude zurück“, sagt sie.

Als Vorsitzende organisierte sie zweimal im Jahr eine Mehrtagesfahrt für die Mitglieder. Dabei sei es ihr immer wichtig gewesen, dass jeder, der mitfahren wollte, auch mitfahren konnte – selbst, wenn er oder sie eigentlich nicht genug Geld für die Reise hatte. Gemeinsam hätten sie immer eine Lösung gefunden, wie eine Ratenzahlung, erzählt Inge Ripke. Denn „die Freude, die man gibt, kehrt ins eigene Herz zurück“, betont die Rentnerin.

Besonders stolz sei sie darauf, dass sie das Bundesverdienstkreuz erhalten hat. Der VdK habe daran einen großen Anteil gehabt, ist sie überzeugt. Denn es war ein



Angela Pengel (links) überbrachte Inge Ripke die Ehrenurkunde, ein Präsent und die VdK-Chronik.

Foto: Bernd Meyer-Pengel

VdK-Mitglied, das den ausschlaggebenden Bericht über ihr Engagement geschrieben hat. Vom VdK erhielt sie im Jahr 2008 zudem die goldene Ehrennadel für ihre Verdienste. Auch darauf sei sie sehr stolz, sagt sie.

In den vergangenen 50 Jahren habe sich viel im Verband verändert. Vor allem sei es früher einfacher gewesen, Ehrenamtliche für die verschiedenen Ämter zu gewinnen. In ihrer eigenen Ehrenamtszeit habe sie viele engagierte Mitarbeiterinnen gehabt, die unterwegs waren und die Mitglieder animiert haben, ein Amt zu übernehmen. Das sei heute viel schwieriger.

Für ihren ehrenamtlichen Einsatz und ihre jahrzehntelange Treue zum Verband wurde Inge Ripke nun in ihrem Ortsverband Hambühren-Ovelgönne ausgezeichnet. Die

Vorsitzende Angela Pengel gratulierte zum goldenen VdK-Jubiläum und überbrachte neben der Ehrenurkunde und einem Präsent auch die VdK-Chronik, über die sich die Jubilarin besonders freute, berichtet Angela Pengel.

Besondere Ehrungen

„50 Jahre Mitgliedschaft – das ist ein halbes Jahrhundert, in dem Frau Ripke Teil einer starken Gemeinschaft ist. Mit ihrer Treue unterstützt sie nicht nur den VdK, sondern setzt ein Zeichen für Solidarität und soziale Gerechtigkeit in unserer Gesellschaft. Menschen wie unsere Jubilarin machen den VdK zu dem, was er ist: Eine verlässliche Stimme für die Schwächeren unserer Gesellschaft“, lobt die Vorsitzende.

Patientenberatung bald auch in Bremen

Die Stiftung Unabhängige Patientenberatung (UPD) will Menschen dabei unterstützen, sich im Gesundheitssystem zurecht zu finden und selbstbestimmte Entscheidungen zu ihrer Gesundheit zu treffen. Egal, ob gesetzlich, privat oder gar nicht krankenversichert, die UPD berät kostenfrei.

Zum Beratungsangebot der UPD gehören die Themen Kranken- und Pflegeversicherung, Patientenrechte, Behandlungsfehler, medizinische und zahnmedizinische Versorgung, Anlaufstellen im Gesundheitswesen, Psychotherapie und psychosoziale Unterstützung sowie Arzneimittel. Darüber hinaus erläutern die Berater auch zu Befunden, Diagnosen oder Zweitmeinungen können sie zwar nicht stellen, aber Ansprechpartner nennen und erklären, welche Schritte in unklaren Situationen sinnvoll sind. Darüber hinaus helfen die Berater, Zusammenhänge besser zu verstehen.

Perspektivisch sollen in allen Bundesländern feste Beratungsstellen entstehen. In Hannover werden bereits regelmäßig Sprechstunden in öffentlichen Räumen angeboten. Termine werden vorab im Internet angekündigt. Ein fester Standort für die Stiftung UPD in Hannover ist noch in Planung. Auch in Bremen soll noch in diesem Jahr eine Beratungsstelle eröffnet werden. Aktuell befindet sich die Stiftung in Gesprächen mit den Akteuren vor Ort, teilt ein Sprecher mit. Voraussichtlich in der zweiten Jahreshälfte könnten in Bremen die Vor-Ort-Beratungen starten. Mehr unter

➔ <http://patientenberatung.de>

Dank für 25 Jahre Treue



Mit einem stolzen Ergebnis von rund zehn Prozent Mitgliederzuwachs konnte der Vorstand des Ortsverbands Friesoythe auf das vergangene Jahr zurückblicken. Während der Mitgliederversammlung ehrte der Vorsitzende Richard Hardenberg (Dritter von links) außerdem Robert Overberg und August Brinkmann (vorne) für jeweils 25-jährige Mitgliedstreue zum VdK.

Sven Hoffmann neuer Vorsitzender

Ortsverband Stuhr verjüngt sein Vorstandsteam

Der VdK-Ortsverband Stuhr hat während der Mitgliederversammlung einen neuen Vorstand gewählt. Neuer Vorsitzender ist Sven Hoffmann. Zu seinem Stellvertreter wurde Bernhard Rieger gewählt.

Im Amt des Kassierers bestätigt wurde Thorsten Linnemann. Die neuen Kassenprüferinnen sind Monika Bolzen und Petra Demel-Vieth. Neue Schriftführerin und Vertreterin der Frauen ist Tanja Schoon. Zu Beisitzern wählten die Mitglieder Katharina Saffe und Bastian Saffe. Er wird auch als IT-Beauftragter fungieren.

Mit zwei Vorstandsmitgliedern im Alter um die 30 Jahre habe sich der Vorstand stark verjüngt, berichtet der neue Vorsitzende Sven Hoffmann stolz. So liegt der Altersdurchschnitt von rund 56 Jah-



Der VdK-Ortsverband Stuhr hat einen neuen Vorstand gewählt.

ren im Vorstand nun weit unter 325 Mitglieder. Er ist dem dem vieler anderer Ortsverbände. VdK-Kreisverband Delmenhorst Der Ortsverband Stuhr hat zurzeit angegliedert.

Seltene Ehrung

Ortsverband zeichnet Alfons Lampe aus



Eine besondere Ehrung stand im Ortsverband Holdorf-Neuenkirchen an: Frauenvertreterin Daniela Loest (links) und Vorsitzender Heinrich Wübker (rechts) zeichneten Alfons Lampe (Zweiter von links) für 60 Jahre Mitgliedschaft im VdK aus.

Eine solche Ehrung kommt beim VdK selten vor: Für 60 Jahre Mitgliedschaft im VdK ist Alfons Lampe vor kurzem im Ortsverband Holdorf-Neuenkirchen ausgezeichnet worden. Er war 1966 als Zwölfjähriger in den Verband eingetreten.

Seine Familie habe damals direkt neben einer ehemaligen Muna, einer Munitionsanstalt aus dem Zweiten Weltkrieg, gewohnt, berichtet er. Diese sei im Krieg bombardiert worden. Die Überreste wurden damals offenbar nicht vollständig geräumt. So fand Alfons Lampe als Kind beim Spielen eine Zünderbombe. Beim Aufheben des seltsamen Gegenstands explodierte er in seiner Hand. Die Explosion riss ihm den linken Unterarm ab. „Deshalb gelte ich als Kriegsversehrter“, erklärt der heute 72-Jährige. Um dieses Unglück zu bewältigen, sei seine Familie damals in den VdK eingetreten. Und seitdem ist er dabei geblieben.

Alfons Lampe übernahm im Laufe der Jahre verschiedene Ehrenämter. Zuerst war er als Kassenprüfer und später zehn Jahre lang als Vorsitzender des Ortsverbands Holdorf aktiv. Viel habe sich in den 60 Jahren seiner Mitgliedschaft verändert, meint er. Dabei sei ihm besonders eine Veränderung bei den Ausflugsfahrten des VdK aufgefallen. Die Fahrten seien früher sehr beliebt gewesen, die

Busse immer voll, erinnert er sich. Das habe über die Jahre nachgelassen. Am VdK schätzt er jedoch vor allem den sozialen Aspekt: „Wenn man nicht weiterkommt, hat man einen Ansprechpartner und es wird einem schnell geholfen.“

Die Ehrung für seine langjährige Treue zum Verband fand beim diesjährigen Kohlessen statt, an dem er mit seiner Ehefrau Martina teilnahm. Bei dieser Veranstaltung wurde auch Horst Witte (25 Jahre) ausgezeichnet. Die Urkunde nahm stellvertretend dessen Frau Karin entgegen. Auch die Mitgliederversammlung nutzte der Vorstand, um langjährige Mitglieder zu ehren: 40 Jahre ist Ridi Nittke dabei, seit 25 Jahren gehören Georg und Elisabeth gr. Sestro dem Sozialverband VdK an.

KORREKTUR

Im Bericht über den Equal Pay Day hatte sich in unserer letzten Ausgabe ein Fehler teufel eingeschlichen. Wir bitten, den Fehler zu entschuldigen.

Birgit Schäfer ist Frauenvertreterin im Ortsverband Esterwegen – nicht auf Kreisebene.

Das Amt der Frauenvertreterin im Kreisverband Leer hat Maria-Elisabeth Fischer inne.

Karwitz wählt Vertreter der Jüngeren

Dirk Möller ist neu im Ortsvorstand – Ehrungen für VdK-Treue

Bei der Mitgliederversammlung des VdK-Ortsverbands Karwitz standen Wahlen des gesamten Vorstandes an. Dabei wurde Wolfgang Meyer als Vorsitzender im Amt bestätigt. Wilfried Schmedt als Stellvertreter, Annegret Beinroth als Kassiererin, Regina Freudenthal als Vertreterin der Frauen und Gabriele Dübler als Beisitzerin wurden ebenfalls wiedergewählt.

Neu im Amt als Schriftführerin ist Bärbel Schmedt, ihre Stellvertreterin Gabriele Meyer. Die frühere Schriftführerin Christine Praetz gehört dem Vorstand nun als Beisitzerin an. Neue Kassenprüferinnen sind Kerstin Harms, Maritta Möller und Iris Wolff. Erstmals im Vorstand besetzt wurde die Position des Vertreters der Jüngeren. Diesen Posten hat nun Dirk Möller inne.

Neben den Wahlen stand auch die Ehrung langjähriger Mitglieder auf der Tagesordnung. Burkhard Gorff wurde (in Abwesenheit) für seine 40-jährige Treue zum VdK geehrt. Weitere Jubilare waren Evelin Schmidtchen (25 Jahre), Petra Wendig, Ulrike Schlüter,



Kreisverbandsvorsitzender Thomas Flügge (links) dankte allen Ehrenamtlichen und begrüßte Dirk Möller (Dritter von rechts) im Vorstand.

Sabine Weine, Manfred und Ellen Nälitz und Martina Krüger (alle 10 Jahre).

Kreisvorsitzender Thomas Flügge berichtete von den Aktivitäten

des Kreis- und Landesverbandes. Unter anderem teilte er mit, dass VdK-Präsidentin Verena Bentele am 9. Juli zu einer Podiumsdiskussion nach Lüchow kommt.

„Wir sind sauer!“

Zitronen beim Ortsverband Altkreis Wittlage zum Equal Pay Day

Eine kreative Aktion hatte sich der Ortsverband Altkreis Wittlage zum Equal Pay Day ausgedacht: Unter dem Motto „Wir sind sauer!“ verteilte das Team um die Vorsitzende Anneliese Prange Zitronen.

Damit drückte der Ortsverband seine Unzufriedenheit mit der bestehenden Ungleichheit der Bezahlung von Frauen und Männern aus. Denn der VdK forderte zum Equal Pay Day „Gleiches Recht für alle“. Frauen verdienen immer noch 16 Prozent weniger als Männer – mit fatalen Folgen für das aktuelle Einkommen und die spätere Rente. Seinen Aktionsstand hatte der Ortsverband zum Wochenmarkt in Bad Essen auf dem Kirchplatz aufgebaut.



Bei Anneliese Prange (von links), Carola Kohnen und Hermann Stiegemeyer gab es zum Equal Pay Day Saures.