

## LANDESVERBAND

## Kreis Ammerland

Neue Geschäftsstelle  
in Edewecht Seite 14

## Begegnungsfeste

VdK feiert mit Pari  
Geburtstag Seite 14

## Reisen mit dem VdK

Adventszauber  
in Ostfriesland Seite 15

Doku zu Problemen  
mit EM-Rente

Wovon leben, wenn man wegen einer schweren Krankheit nicht mehr arbeiten kann? Etwa 340 000 Menschen beantragen jedes Jahr eine Erwerbsminderungsrente in Deutschland. Doch 40 Prozent der Anträge werden abgelehnt.

Im ARD-Radio-Feature wird erzählt, wie Betroffene mit Bürokratie, komplizierten Verfahren und langen Wartezeiten kämpfen. Auch VdK-Jurist Jens-Uwe Moll aus der Kreisgeschäftsstelle Hannover und der Sozialpolitik-Experte Michael Popp vom VdK-Bundesverband berichten über die Schwierigkeiten, mit denen sich viele VdK-Mitglieder auseinandersetzen müssen – und finden klare Worte, um auf die Not der Menschen hinzuweisen. Zu hören ist die Dokumentation unter

➔ [www.nb.vdk.de/presse/vdk-in-den-medien](http://www.nb.vdk.de/presse/vdk-in-den-medien)

## Mehr Patientensicherheit dank Medikationsplan

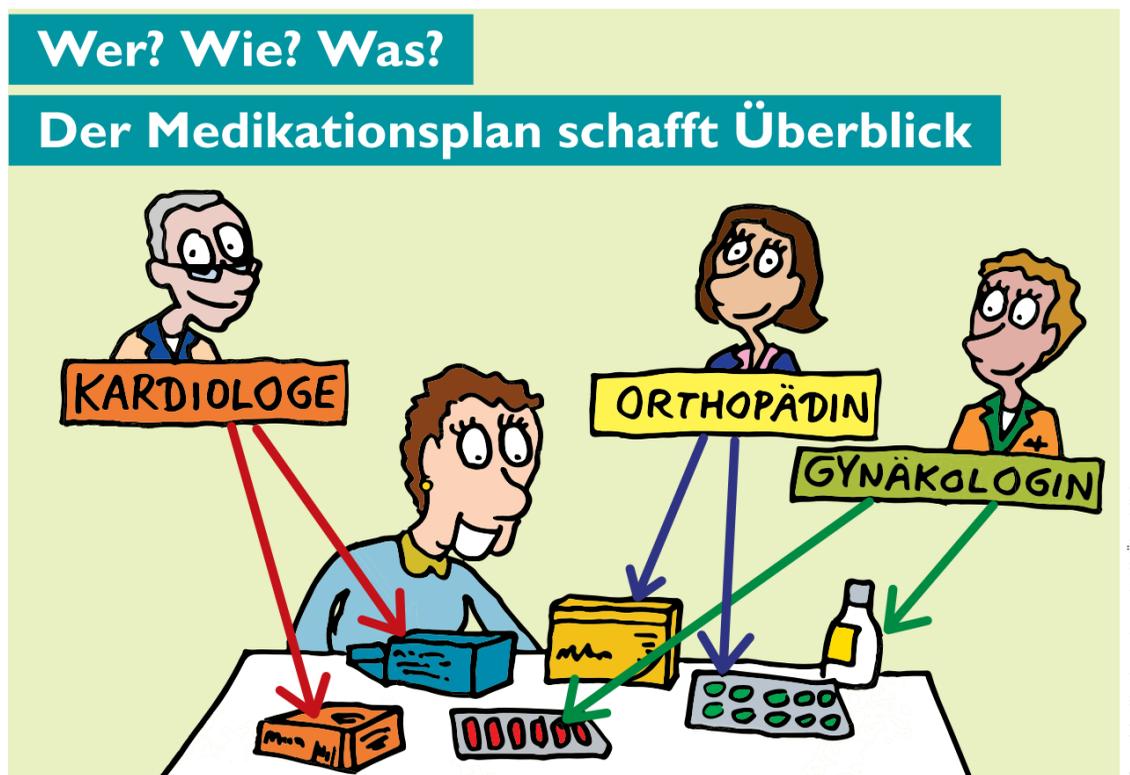
Hilfreiche Auflistung zur Anwendung der Arzneimittel – BAGSO-Initiative klärt auf

Morgens vor dem Frühstück eine Tablette für die Schilddrüse, morgens und abends je eine Tablette gegen den Bluthochdruck. Und vor den Mahlzeiten jeweils eine Diabetesspritze. So oder ähnlich sieht der Alltag vieler Menschen aus. Um da den Überblick zu behalten, kann ein Medikationsplan hilfreich sein.

Gerade im Alter oder bei einer längeren Krankheit müssen oft mehrere Medikamente gleichzeitig eingenommen werden. Dabei alle Zeiten für die jeweilige Einnahme im Blick zu haben, ist gar nicht so einfach. Die Initiative „Medikationsplan schafft Überblick“ der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) will zu diesem Thema aufklären und für mehr Sicherheit bei der Arzneimittelvergabe sorgen.

Dr. Regina Görner, Vorsitzende der BAGSO, rät, auf Vollständigkeit im Medikationsplan zu achten: „Patientinnen und Patienten sollten verstehen, warum sie ein Medikament anwenden. Daher ist es wichtig, dass auch der Grund im Medikationsplan mit aufgeführt wird.“ Damit seien Betroffene besser über ihre Diagnose informiert und könnten über ihre Behandlung mitentscheiden. Das sei eine zentrale Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie.

Im Medikationsplan sind in einer übersichtlichen Tabelle alle Medikamente und deren Wirkstoffe aufgelistet. Eingetragen wird auch, wann und in welcher Stärke und Form (Tabletten, Pflaster oder Lösung) das Arzneimittel einzu-



Was, wie viel und wann? Ohne Medikationsplan gehen wichtige Infos verloren.

nehmen ist. Außerdem wird festgehalten, aus welchem Grund es verschrieben wurde, zum Beispiel wegen Herzschwäche oder gegen Schmerzen. Übrigens sollten auch freiverkäufliche Mittel dort notiert werden.

Im Normalfall wird der Plan vom Hausarzt oder einem Facharzt ausgestellt. Wer drei oder mehr Arzneimittel über mindestens vier Wochen einnimmt, hat darauf Anspruch und sollte seinen Arzt dazu ansprechen. Wer weniger Medikamente einnimmt,

kann sich einen Medikationsplan selbst erstellen. (Mehr Informationen dazu im Kasten.)

Wichtig ist, den Medikationsplan bei jedem Arztbesuch mitzunehmen. Auch für die Apotheke ist er eine wichtige Informationsquelle, um unerwünschte Wechselwirkungen zu vermeiden, die zum Teil sehr gefährlich werden können. In Notfallsituationen ist diese Auflistung ebenfalls hilfreich, denn sie gibt den Sanitätern einen schnellen Überblick über eingenommene Medikamente. **cdi**

## PLAN ONLINE

Wer keinen Anspruch auf einen vom Arzt erstellten Medikationsplan hat, kann sich diesen selbst zusammenstellen.

Ein solcher Plan ist auch online abrufbar – zusammen mit weiteren Informationen zu diesem Thema, unter

➔ [www.medikationsplan-schafft-ueberblick.de](http://www.medikationsplan-schafft-ueberblick.de)

## Stadt würdigt ehrenamtlich Aktive

VdK-Landesvize Jutta Da Corte hält Festrede

Ehrenamtliches Engagement wird in der Stadt Georgsmarienhütte großgeschrieben. Zum diesjährigen Stadtgeburtstag würdigte die Bürgermeisterin zwei inklusive Wohngruppen und das integrative Sprachangebot „Dialog in Deutsch“. Die Festrede durfte Jutta Da Corte vom VdK-Landesverband halten.

Mehrere Ehrenamtsprojekte mit unterschiedlichen Ansätzen, aber einem gemeinsamen Ziel: Menschen eine verbesserte Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen. Sowohl bei der Hilfe zum Abbau von

Sprachbarrieren als auch bei der Förderung von selbstbestimmtem Wohnen für Menschen mit Beeinträchtigungen steht dieses Ziel ganz besonders im Vordergrund.

## Nicht selbstverständlich

Rund 150 Gäste nahmen an der Feierstunde anlässlich des 54. Stadtgeburtstages teil, bei der Bürgermeisterin Dagmar Bahlo betonte, dass ehrenamtliches Engagement oft nicht im Scheinwerferlicht der Öffentlichkeit stehe: „Wir haben es bereits als eine Selbstverständlichkeit verinnerlicht, dass es Menschen

gibt, die für andere da sind und sich selbstlos für andere einsetzen.“ Besonders wichtig sei der Einsatz für Menschen, die aufgrund ihrer Beeinträchtigungen weit weniger Teil dieser Gesellschaft sind.

Das bestätigte auch die stellvertretende VdK-Landesvorsitzende Jutta Da Corte, die als Festrednerin die Sicht des Sozialverbandes VdK – insbesondere auf die Inklusionsbemühungen – schilderte: „Wir sind leider noch immer weit davon entfernt, dass es für Menschen mit einer Beeinträchtigung die volle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gibt.“ Hier fordere der VdK immer wieder Verbesserungen ein, aber es müsse auch einen Wandel innerhalb der Gesellschaft geben: „Die meisten Barrieren stecken in den Köpfen. Diese gilt es zuvorderst abzubauen.“ Deshalb seien Personen, die durch ihr Engagement dazu beitragen, diese Barrieren verschwinden zu lassen, von entscheidender Bedeutung.

## Wertschätzung wichtig

Nach dem Festakt durften sich die Geehrten und Jutta Da Corte in das goldene Buch der Stadt eintragen. „Es war toll zu sehen, wie viel Anerkennung und Wertschätzung den Ehrenamtlichen in dieser Stadt entgegengebracht wird“, resümierte Da Corte.



Ins goldene Buch der Stadt Georgsmarienhütte durfte sich auch Jutta Da Corte eintragen. Foto: Stadt Georgsmarienhütte/Niklas Otten

## Pfleger nicht im Stich lassen!

VdK fordert bessere Versorgung und Entlastung

Sich um seine Angehörigen zu kümmern, ist für die meisten Menschen eine Selbstverständlichkeit: Knapp 80 Prozent der 543 000 Pflegebedürftigen in Niedersachsen und der 42 000 in Bremen werden zuhause gepflegt. Weil diese Aufgabe aber auch extrem belastend ist, fordert der VdK Niedersachsen-Bremen von der Landesregierung und den Kommunen eine Stärkung der regionalen Versorgungsstrukturen.

Konkret verlangt der VdK mehr Kurzzeitpflegeplätze sowie einen Anspruch auf einen Tagespflegeplatz für Pflegebedürftige – wie es ihn auch für einen Kindergartenplatz gibt. „Pfleger Angehörige stoßen aufgrund der permanenten körperlichen und seelischen Belastungen an ihre eigenen Grenzen. Sie müssen regelmäßig durchatmen und neue Kraft tanken können. Dafür braucht es ausreichend viele Einrichtungen, damit der gesetzliche Anspruch auf Entlastung auch wirklich in die Realität umgesetzt werden kann“, appelliert VdK-Landesvorsitzender Friedrich Stubbe.

Weiter brauche es flächendeckend Pflegestützpunkte, um die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen besser beraten zu können. „Denn trotz hoher Belastung bleiben viele Entlastungsangebote wie der Entlastungsbe-

trag oder die zustehende Verhinderungspflege ungenutzt – einfach, weil die Betroffenen sie nicht kennen! Das darf nicht sein, hier muss viel mehr Aufklärung stattfinden“, moniert der VdK-Chef.

Weil pflegende Angehörige in der Regel ihre Berufstätigkeit reduzieren, unterbrechen oder sogar vollständig aufgeben, sind sie zudem überdurchschnittlich von (Alters-) Armut bedroht. Deshalb verlangt der VdK eine finanzielle und sozialversicherungsrechtliche Absicherung der pflegenden Angehörigen – eine Lohnersatzleistung analog zum Elterngeld. „Die Angehörigenpflege ist ein Vollzeitjob – ohne Feierabend, Wochenende und gerechten Lohn. Die Politik muss endlich in den größten Pflegedienst der Nation investieren.“

Aus den Beratungen weiß man beim VdK: Die Pflegenden fühlen sich von der Politik im Stich gelassen. Und da allein in den nächsten elf Jahren laut statistischem Bundesamt die Zahlen der Pflegebedürftigen in Niedersachsen um 14 und in Bremen um sieben Prozent ansteigen werden, ist es nun höchste Zeit, die Versorgungsstrukturen zu stärken. **cdi**

Weitere VdK-Forderungen zum Thema Pflege unter  
➔ [www.nb.vdk.de/ueber-uns/wofuer-wir-stehen/pflege](http://www.nb.vdk.de/ueber-uns/wofuer-wir-stehen/pflege)

# „Edewecht wird durch Euch attraktiver“

Eröffnung der neuen Kreisgeschäftsstelle im Ammerland mit zahlreichen Ehrengästen

Dichtgedrängt standen die Besucher in den neuen Räumen der Kreisgeschäftsstelle des VdK im Landkreis Ammerland. Zur offiziellen Eröffnung kamen rund 80 Gäste aus dem Verband und der Politik. Neben den Bürgermeistern der einzelnen Ortschaften war auch der Bundestagsabgeordnete Stephan Albani anwesend.

„Wir freuen uns, dass wir hier in Edewecht passende Räumlichkeiten für unsere Rechtsberatung gefunden haben“, erklärte Kreisvorsitzender Bernd Kossendey in seiner Begrüßung. Denn die persönliche und ortsnahe Betreuung der Mitglieder sei enorm wichtig. Im Ammerland gehören fast 5900 Menschen dem VdK an. Gerade für mobilitätseingeschränkte Personen sei es notwendig, die Beratung schnell zu erreichen.

Die barrierearme Ausstattung der Büroräume mit einem Fahrstuhl war eines der Auswahlkriterien für den neuen Standort. Landesvorsitzender Friedrich Stubbe spielte in seiner Ansprache auch auf die Vorgeschichte als Fitnessstudio an: „In diesen Räumen steckt viel Kraft, die wir ebenfalls für unsere sozialrechtliche Vertre-



Die politischen Ehrengäste bei der Eröffnung in Edewecht mit Landesgeschäftsführer Holger Grond (Dritter von links), dem Landesvorsitzenden Friedrich Stubbe (Vierter von links) und den VdK-Juristen.

tung der Mitglieder nutzen können!“ Daneben verwies er auf die steigenden Mitgliederzahlen. „Natürlich freut uns die Nachfrage, aber sie zeigt auch, wie traurig es ist, dass es notwendig ist, Hilfe in

Anspruch zu nehmen“, so Stubbe. Oft würden Ansprüche auf eine Erwerbsminderungsrente oder einen Grad der Behinderung bestehen, doch es müsse erst mit juristischem Nachdruck geholfen wer-

den, diese berechtigten Ansprüche auch durchzusetzen.

Stephan Albani, Bundestagsabgeordneter aus dem Ammerland, unterstrich bei seinem Besuch die Notwendigkeit des VdK: „Ihr helft

den Menschen niederschwellig, aus einer effektiven Gemeinschaft heraus das zu bekommen, was ihnen zusteht – das ist unglaublich wichtig für die Menschen!“

Edewechts stellvertretender Bürgermeister Roland Jacobs betonte besonders den Einsatz des Ehrenamtes und die daraus entstehende gemeinsame Kraft der vielen VdK-Ortsverbände. „Dass die Kreisgeschäftsstelle jetzt hier ist, freut uns besonders. Edewecht wird dadurch aus meiner Sicht ein Stück attraktiver“, erklärte er.

In der Geschäftsstelle sind die Kreisgeschäftsführer Uwe Körper und Henning Hilgefort mit den Assistentinnen Karin Heel und Katharina Moldenhauer für die sozialrechtliche Beratung der Mitglieder zuständig.

## Kontakt

VdK-Kreisgeschäftsstelle  
Ammerland  
Hauptstraße 59  
26188 Edewecht

(0 44 05) 4 83 40 01

gs-ammerland@vdk.de

www.nb.vdk.de/kv-ammerland

# Geballte Kraft bei Begegnungsfesten

VdK-Verbandsstufen beteiligen sich mit Infoständen an 75. Geburtstag des Paritätischen Niedersachsen

Der Paritätische Wohlfahrtsverband Niedersachsen feiert in diesem Jahr sein 75-jähriges Bestehen. Bei großen Begegnungsfesten in mehreren niedersächsischen Städten konnten auch die zahlreichen Mitgliedsorganisationen des Paritätischen seinen Geburtstag zelebrieren. Der VdK war in Jever, Meppen, Schaumburg und Oldenburg mit dabei.



Präsentierten den VdK in Meppen: Hans-Günther Bädorf, Bernhard Linnemann und Christian Ahlers.

Gut besucht waren die VdK-Stände bei den einzelnen Jubiläumsveranstaltungen im August und September. Auf dem Oldenburger Schlossplatz erwies sich das VdK-Glücksrad wieder einmal als echter Publikumsmagnet. Aber auch die liebevoll gepackten Tüten mit Überraschungsgeschenken kamen bei den Besuchern sehr gut an – und brachten gleichzeitig den gewünschten Wiedererkennungswert beim anschließenden Stadtbummel. Rund 20 weitere Paritätische wie der Weiße Ring, der Kinderschutzbund oder Pro Familia waren ebenfalls vertreten.

## Austausch

Jan Mühlens, Kreisgeschäftsführer des Paritätischen für Oldenburg-Ammerland, eröffnete das Begegnungsfest. Außerdem waren Oldenburgs Sozialdezernentin Dagmar Sachse und Ammerlands stellvertretender Landrat Björn Meyer mit dabei. „Es war toll zu erleben, dass die geballte Kraft der sozialen Organisationen hier vor Ort für die Besucher sichtbar wurde und wir uns auch untereinander kennen-



Jung und Alt lockte der VdK-Stand in Oldenburg. Am Glücksrad und bei Popcorn kamen die Haupt- und Ehrenamtlichen mit den Besuchern ins Gespräch.

lernen und austauschen konnten“, resümierten die Haupt- und Ehrenamtlichen am VdK-Stand.

In Jever beteiligten sich die Ortsverbände Schortens-Heidmühle und Jever ebenfalls am Fest des Paritätischen. Am gemeinsamen Infostand herrschte reges Treiben, sodass die Ehrenamtlichen zahlreiche Gespräche führen konnten. Besonders das Thema Pflege und die dazugehörigen VdK-Broschüren wurden von den Besuchern mit Interesse aufgenommen.

Ende September nahm auch der Kreisverband Meppen an dem Be-

gegnungsfest in der Meppener Fußgängerzone teil. Hier stellten sich Kreisvorsitzender Bernhard Linnemann, sein Stellvertreter Hans-Günther Bädorf und der Kreisgeschäftsführer Christian Ahlers den Fragen der Besucher. Neben der Kreisgeschäftsführerin des Paritätischen, Barbara Germer-Grote, würdigten auch Meppens Bürgermeister Helmut Knurbein, Landrat Marc-Andre Burgdorf und die Landtagsabgeordnete Lara Evers den Einsatz der vielen Ehrenamtlichen in den Vereinen und Selbsthilfeorganisationen. cdi



Angeregte Gespräche auch am Infostand in Jever.

## 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

# Alle medizinischen Dokumente an einem Ort

Elektronische Patientenakte wird ab Januar 2025 eingeführt – VdK sieht Vorteile für Praxen und Patienten

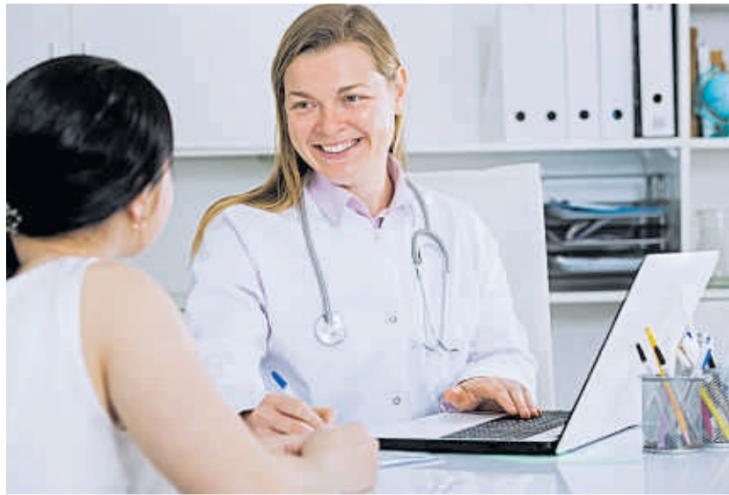
Die Digitalisierung im Gesundheitswesen nimmt Fahrt auf: Das E-Rezept ist – nach Anfangsschwierigkeiten – seit einem knappen Jahr im Umlauf. Videosprechstunden sind gerade bei langen Anfahrtswegen oder für mobilitätseingeschränkte Patienten eine sinnvolle Alternative. Und zum Jahreswechsel wird nun auch die elektronische Patientenakte (kurz: ePA) eingeführt.

Viele Versicherte haben schon Post von ihrer Krankenkasse erhalten: Ab Januar 2025 bekommen alle gesetzlich Krankenversicherten in Deutschland automatisch eine kostenlose elektronische Patientenakte. Diese soll wie ein persönlicher, lebenslanger, digitaler Aktenordner alle medizinischen Dokumente des Patienten

enthalten. Die Nutzung ist freiwillig, wer mit der Einrichtung nicht einverstanden ist, kann bei seiner Krankenkasse Widerspruch dagegen einlegen.

## Vorteile

Bisher liegen Befunde und andere medizinische Daten bei den jeweiligen behandelnden Ärzten meist im Schrank. Ein Austausch der Informationen unter den Praxen ist häufig schwierig. In der elektronische Patientenakte werden ab dem kommenden Jahr alle Gesundheitsdaten an einem zentralen Ort gespeichert, sodass alle involvierten Ärzte entsprechend darauf zugreifen können. So ist etwa der Medikationsplan hinterlegt, Informationen über die Blutgruppe, Laborbefunde, Therapie-



Dank ePA gehen beim Arztbesuch keine Informationen verloren – ganz ohne Datenaustausch.

Foto: Bearfotos/FreePik.com

und Behandlungsberichte, Allergien, Unverträglichkeiten oder auch Notfall-Medikamente. Durch die Bündelung der Daten können

zum Beispiel unnötige Doppeluntersuchungen und unerwünschte Wechselwirkungen vermieden werden. Zusätzlich können in der ePA auch Informationen zu Vorsorgevollmachten, Patientenverfügungen oder Organ- und Gewebespenden hinterlegt werden.

Der VdK befürwortet die Einführung der elektronischen Patientenakte. „Wenn medizinische Befunde und Informationen aus vorherigen Untersuchungen über die Praxisgrenzen hinaus gespeichert werden, kann sich die Versorgung der Patienten deutlich verbessern. Zudem fallen Mehrfachbehandlungen weg und sparen so wertvolle Zeit bei der Genesung der Versicherten“, erklärt Andrea Nacke, Leiterin der Abteilung Sozialpolitik beim VdK Niedersachsen-Bremen. **cdi**

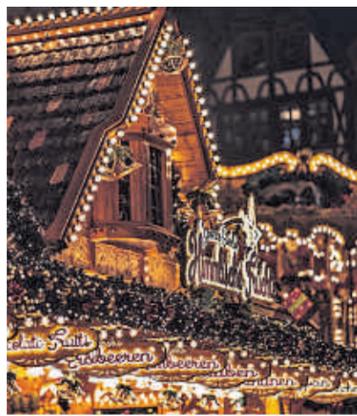
## REISE-ANGEBOTE 2024/25

# Adventszauber in Ostfriesland

Vier-Tage-Vorweihnachtsurlaub an der Küste vom 13. bis 16. Dezember – mit historischem Weihnachtsmarkt in Leer

Erleben Sie Ostfriesland zur Vorweihnachtszeit: Vom 13. bis 16. Dezember 2024 bietet die Service GmbH des VdK Landesverbands Niedersachsen-Bremen eine Kurzreise an die Küste an. Lassen Sie sich verzaubern und stimmen Sie auf Weihnachten.

**Tag 1 – Eigene Anreise:** Die Ostfrieslandreise beginnt mit einem Besuch der Meyer Werft in Papenburg – eine der größten Werften weltweit. Ihre Ursprünge gehen bis ins Jahr 1795 zurück. Anschließend beziehen Sie Ihr Zimmer im Drei-Sterne-Hotel



Weihnachtliche Stimmung bei Mandel- und Glühweinduft.

Herbers mit Begrüßungstrunk und Abendessen.

**Tag 2 – Rundfahrt nach Greet- siel und Aurich:** Sie fahren mit einer versierten Reiseleitung zunächst ins Fischerdörfchen Greet- siel, wo Sie Zeit zur freien Verfügung und für einen Bummel durch den Ort haben. Danach besuchen Sie den Auricher Weihnachts- zauber, wie der Weihnachtsmarkt liebevoll genannt wird. Beim Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln kommt garantiert weihnachtliche Vorfreude auf.

**Tag 3 – Moormuseum und histo- rischer Weihnachtsmarkt:** Heute

wird es traditionell: Am Vormittag geht es mit Reiseleitung zunächst ins Moormuseum, was auch „Mu- seum der Armut“ genannt wird. Es zeigt über 200 Jahre hinweg die schwierige Entwicklung der ur- wüchsigen ostfriesischen Moor- kolonie. Hier lernen Sie auch die ostfriesische Teezeremonie kennen, bevor Sie weiterfahren nach Leer. Dort erwartet Sie ein Besuch des historischen Weihnachtsmar- kes am Museumshafen. Freuen Sie sich auf eine stimmungsvolle und weihnachtliche Atmosphäre mit Kunsthandwerk und dem Blick auf urige Altstadtgiebel. Zum Ab-

schluss gibt es ein gemeinsames Abendessen im Hotel.

**Tag 4 – Heimreise:** Nach dem Frühstück endet der ostfriesische Adventszauber und Sie treten Ihre Heimreise an.

Im Reisepreis enthalten sind alle aufgeführten Leistungen inklusive Halbpension sowie Kurtaxe, außerdem die Bustransfers bei der Küstenrundfahrt sowie zu den Weihnachtsmärkten Aurich und Leer.

Der **Reisepreis** beträgt pro Person im Doppelzimmer 399 Euro; Einzelzimmerzuschlag 90 Euro.

**Reiseveranstalter** ist Perlen Ostfrieslands.

# Mischung aus Kultur, Natur und Entspannung

Fünftägige Silvesterreise mit Küstenrundfahrt und Ausflügen, unter anderem zur Meyer Werft

**Silvester mal anders:** Die VdK Service GmbH des Landesverbands Niedersachsen-Bremen bietet vom 29. Dezember 2024 bis zum 2. Januar 2025 eine ganz besondere Reise an. Erleben Sie einen traumhaft schönen Silvesterurlaub in Ostfriesland. Tauchen Sie ein in die maritime Atmosphäre und entdecken Sie die Schönheit der Küstenregion zum Jahreswechsel.

In nur fünf Tagen können unvergessliche Erinnerungen gesammelt werden. Unter anderem steht eine Tagesfahrt nach Jever und Wilhelmshaven auf dem Programm. In Wilhelmshaven, Deutschlands größtem Marinestützpunkt, ist eine Stadtrundfahrt geplant. Anschließend bleibt Zeit für eigene Erkundungen. Hierfür bieten sich etwa die Kaiser-Wilhelm-Brücke,

das Wattenmeer Besucherzentrum oder das Aquarium an. Schlendern Sie entlang der Hafenterrasse und genießen Sie die frische Meeresbrise. Ein weiterer Höhepunkt der Reise ist die Fahrt nach Papenburg mit Stadtbummel, entlang der Kanäle mit den vielen weißen Brücken. Außerdem wartet ein Besuch der Meyer Werft auf Sie.

## Jahreswechsel

Am Silvesterabend feiern Sie den Jahreswechsel mit einem Ball und genießen ein festliches Gala- buffet. Stoßen Sie mit anderen Reisenden auf das neue Jahr. Am Neujahrstag starten Sie zur großen Küstenrundfahrt. Zunächst besuchen Sie die Seehafenstadt Emden, danach geht es ins urige Fischerdörfchen Greet- siel. Am Nachmittag erwartet Sie ein Besuch der Seehundaufzuchtstation in Norddeich. Weiter entlang der Küste fahren Sie über Nessmersiel und Bengersiel schließlich zurück zum Hotel.

Diese fünftägige Reise bietet Ihnen eine gelungene Mischung aus Kultur, Natur und Entspannung. Erleben Sie einen unvergesslichen Silvesterurlaub in Ostfriesland und starten Sie das neue Jahr mit wundervollen Erinnerungen. Buchen Sie jetzt und freuen Sie sich auf eine tolle Reise in den Norden Deutschlands!

## Inklusive Leistungen

Halbpension im Drei-Sterne- Hotel Preyt in Holtland, mit Be-

grüßungstrunk, Tagesfahrt nach Jever und Wilhelmshaven, Stadtrundfahrt in Wilhelmshaven, Besichtigung der Meyer Werft, Besuch der Stadt Papenburg mit Stadtbummel, Silvesterfeier mit Buffet, Küstenrundfahrt, Besuch der Seehundaufzuchtstation in Norddeich und erfahrene Reise- leitung.

Der **Reisepreis** beträgt pro Person im Doppelzimmer 799 Euro, der Einzelzimmer-Zuschlag 200 Euro. **Reiseveranstalter** ist Perlen Ostfrieslands.



Das Fischerdörfchen Greet- siel ist immer eine Reise wert.

Foto: P. Dirks

## 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

## Werbung für den VdK



Mit diesem schön geschmückten Schaukasten macht der Ortsverband Stade vor Ort auf sich aufmerksam. „Unser Schaukasten ist perfekt gelegen, in einem rege frequentierten Durchgang vom Bahnhof Richtung Stadt, und ist bei Dunkelheit beleuchtet. Hier stellen wir uns vor, bieten unsere Hilfe an und suchen Nachwuchs, der uns bei unserer wichtigen Arbeit ehrenamtlich unterstützen möchte“, erklärt der Vorstand.

## WIR SIND DAS VdK-EHRENAMT

### „Hier kann ich sinnvolle Ziele verfolgen“

In unserer Rubrik „Wir sind das Ehrenamt“ stellen wir Menschen vor, die sich freiwillig für unseren Verband engagieren. Unsere Ehrenamtlichen sind für die erfolgreiche Arbeit des VdK Niedersachsen-Bremen unglaublich wichtig. Nur mit ihrer Unterstützung können die mehr als 110 000 Mitglieder direkt vor Ort betreut werden, sie finden dort erste Ansprechpartner und ein solidarisches Miteinander.

Bernd Hormmeyer ist seit zehn Jahren VdK-Mitglied und seit knapp einem Jahr im Ehrenamt aktiv als Ortsvorsitzender in Bad Zwischenahn. Wir haben ihm zu seinem ehrenamtlichen Engagement einige Fragen gestellt.

**Wie sind Sie zum VdK gekommen?**  
Als ich damals Hilfe bei der Anerkennung einer Schwerbehinderung brauchte, habe ich mich an die Beratungsstelle des VdK in Oldenburg gewandt und der zuständige Jurist hat mich erfolgreich vor dem Sozialgericht vertreten.  
**Warum haben Sie ein Ehrenamt beim VdK übernommen?**

Ich wollte nach meinem Berufsleben eine sinnvolle Aufgabe übernehmen. Der VdK macht sich für soziale Gerechtigkeit stark, gibt denen eine Stimme, die sonst kaum gehört werden, und lässt in den Ortsverbänden eine große Gemeinschaft entstehen. Weil ich gut finde, was der VdK macht, habe ich den freien Posten des Ortsvorsitzenden übernommen – und weil ich nach der Hilfe, die ich erhalten habe, auch etwas zurückgeben wollte.

**Was gefällt Ihnen daran besonders?**  
Ich plane mit meinem Ehrenamtsteam sehr viele Veranstaltungen für unsere Mitglieder und vertrete den VdK und seine Interessen in der Öffentlichkeit, zum Beispiel auf unserer Gesundheitsmesse hier vor Ort. Dabei haben wir eine tolle Gemeinschaft, ich kann meine beruflichen Erfahrungen mit einbringen und damit die sinnvollen Ziele des VdK unter-

stützen. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass wir noch digitaler werden.



#### MACHEN SIE MIT!

Können auch Sie sich vorstellen, sich im VdK zu engagieren? Teilen Sie unsere Werte und Ziele? Dann sprechen Sie uns gerne an! Wir freuen uns über jeden, der uns ehrenamtlich unterstützen möchte. Vorteile des Ehrenamtes beim VdK: Wir haben einen starken Zusammenhalt in den Kreis- und Ortsverbänden, zudem können eigene Ideen in die Arbeit vor Ort mit eingebracht werden. Weiterbildung und Schulungen werden ebenfalls kostenlos angeboten. Voraussetzungen sind Freude an sozialen Kontakten und Begeisterung für die Verbandsarbeit.

Ansprechpartner für Interessierte ist Gordon Regener, Leiter der Organisationsabteilung

☎ (04 41) 2 10 29-54

@ regener@vdk.de

## Fragen an MdL Siebels



Rund 80 Mitglieder des Ortsverbands Südbrookmerland kamen zum jährlichen Grillfest mit sozialpolitischem Austausch zusammen. Ortsvorsitzender Martin Uden hatte den Landtagsabgeordneten Wiard Siebels (Dritter von rechts) zum Gespräch eingeladen. So konnten die VdK-Mitglieder verschiedene Themen ansprechen und viele Fragen stellen, unter anderem ging es um die Inflationsausgleichsprämie für Rentnerinnen und Rentner.

Seit 31 Jahren ist Hildegard Besendahl ehrenamtlich für den Sozialverband VdK im Einsatz. Anlässlich der 75-Jahr-Feier des Landesverbands in Gartow erhielt sie für ihr unermüdliches Engagement in der Vorstandsarbeit nun die silberne Ehrennadel des VdK Deutschland überreicht.

1990 trat Hildegard Besendahl dem Verband bei und übernahm von ihrem verstorbenen Mann zunächst kommissarisch dessen Vorstandsaufgaben. Insgesamt 18 Jahre Ehrenamt wurden schließlich daraus. Seit 2011 hat sie zusätzlich den Vorsitz des Ortsverbands Stöcken-Rosche übernommen. Und auch im Kreisvorstand ist sie aktiv.

#### Sehr geschätzt

„Der Umgang mit den Menschen bereitet mir Tag für Tag viel Freude. Und das Gefühl, etwas Gutes für die



Hildegard Besendahl (Mitte) bei ihrer Ehrung mit dem Kreisvorsitzenden Thomas Flügge und der Kreisgeschäftsführerin Silke Neitzel.

Gemeinschaft zu tun, hat mich all die Jahre in meinem Ehrenamt bestärkt“, erklärt Besendahl, die auch

über die Grenzen des VdK hinaus bei den Menschen bekannt ist und geschätzt wird.

#### ALLES GUTE

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

#### Goldene Hochzeit

**Helga und Friedrich Meijer,** 4. Oktober, Ortsverband Emlichheim

**Gisela und Gerrit-Jan Hans,** 4. Oktober, Ortsverband Emlichheim

## Stabwechsel im Kreisverband Cuxhaven

Hans-Werner Höfer verabschiedet – Barbara Pagel übernimmt Vorsitz

Mit einem Grillfest bedankte sich der Vorstand des Kreisverbands Cuxhaven bei Hans-Werner Höfer und seiner Ehefrau für seine langjährige ehrenamtliche Tätigkeit beim VdK sowie ihre unermüdliche Unterstützung. Ein besonderer Dank ging an ein weiteres Vorstandsmitglied.

Im September trat Höfer aus gesundheitlichen Gründen von seinem Amt als Kreisvorsitzender zurück. Von 2017 bis 2023 war er



Hans-Werner Höfer und Ehefrau Ilona, Ralf-Udo Schmelcke mit Freundin Christine, Kreisvorsitzende Barbara Pagel und Stellvertreter Thomas Siedler (von links).  
Foto: Helmut Pfeif

zudem Kreisvize gewesen. Zu seiner Nachfolgerin wählte der Kreisvorstand Barbara Pagel, Thomas Siedler wurde stellvertretender Kreisvorsitzender.

Ein großes Dankeschön galt auch Ralf-Udo Schmelcke für seinen besonderen ehrenamtlichen Einsatz. Er ist seit sechs Jahren als Beisitzer im Kreisvorstand tätig und leitet seit 2010 zudem den Ortsverband Cuxhaven-Sahlenburg. Als Anerkennung erhielt er einen Präsentkorb.

## Angehörigen-Pflege auf Distanz

Ob Liebe, Beruf oder Fernweh – es gibt zahlreiche Gründe, warum Menschen in andere Regionen oder (Bundes-)Länder ziehen. Wenn dann Familienangehörige Hilfe bei der Pflege benötigen, kann die Entfernung zum Problem werden. Doch bis zu einem gewissen Punkt kann Pflege auf Distanz trotzdem gelingen.

Nicht alle Angehörigen können sich direkt vor Ort um ihre pflegebedürftigen Familienmitglieder kümmern, manchmal liegen sogar mehrere hundert Kilometer zwischen ihnen – gerade in einem Flächenland wie Niedersachsen. Sich um die alten oder gar hilfsbedürftigen Eltern zu kümmern, kann für Geschwister schwierig werden, wenn sie an verschiedenen Orten wohnen. Wer in unmittelbarer Nähe lebt, fühlt sich mit der Arbeit oft allein gelassen. Und wer weit weg wohnt, den belastet die Sorge, nicht genug tun zu können oder auch das Falsche zu tun. Ganz wichtig ist hierbei: Möglichst offen miteinander zu sprechen und die Aufgaben je nach Möglichkeiten aufzuteilen.

Aus der Entfernung lässt sich beispielsweise vieles organisieren: die Korrespondenz mit der Kranken- und Pflegekasse, die Terminkoordination mit dem Pflegedienst oder die Organisation von Essen auf Rädern. Außerdem können digitale Hilfen wie Online-Pflegekurse oder Pflege-Apps (z. B. „in.kontakt“) genutzt werden. Natürlich ist auch ein gutes Netzwerk vor Ort wichtig. So sollte zum Beispiel der Kontakt zu wohlwollenden Nachbarn gepflegt werden. Denn nur von ihnen erfährt man oft, wie es den Angehörigen tatsächlich geht.

### Notfallmappe

Vieles können Ältere auch selbst schon vorbereiten: Sie sollten frühzeitig ansprechen, wie sie sich die Pflege vorstellen. Eine Vorsorgevollmacht sollte ausgestellt sein, damit für den Notfall das Wichtigste geregelt ist. Außerdem sollte eine sogenannte Notfallmappe mit Vorsorge- und Arztdokumenten angelegt werden und leicht zu finden sein.

Wirklich schwierig wird die Fürsorge aus der Ferne aber, wenn etwa eine Demenz eintritt oder die pflegebedürftige Person rund um die Uhr eine Betreuung braucht. Dann sind nahe lebende Angehörige gefragt oder ein Umzug in ein Pflegeheim muss angedacht werden.

Übrigens lebt gut ein Viertel der pflegenden Angehörigen nicht in unmittelbarer Nähe, sondern mindestens 25 Kilometer entfernt von der pflegebedürftigen Person.

Auch in diesem Jahr war der Kreisverband Bremen wieder auf der InVita mit einem Infostand vertreten. Die Bremer Messe richtet sich an alle, die ihr Leben auch im Alter aktiv gestalten möchten.

An zwei Tagen besuchten rund 11 000 Menschen die Ausstellung. „Für uns war es eine Selbstverständlichkeit, dass wir den Sozialverband VdK hier wieder präsentieren. Unser motiviertes Messteam ist mit zahlreichen Besuchern ins Gespräch gekommen, darunter war auch Bremens Sozialsenatorin

Waren mit dem VdK-Auftritt zufrieden: Kreisvorsitzender Rolf Münch (links) und sein Vize Friedhelm Altvater.



Dr. Claudia Schilling“, freuten sich Kreisvorsitzender Rolf Münch und sein Stellvertreter Friedhelm Altvater. Sie dankten ihrem ehrenamtlichen Messteam um Monika Vocke, Petra Laughlin, Rosi Kluth-Münch, Dr. Dieter Buhmann, Henner Konrad, Rainer Ziegler und Michael Hintze.

Gerade das Thema Pflege wurde am VdK-Stand besonders häufig nachgefragt. Dazu konnten die Ehrenamtlichen mit den VdK-Ratgebern wertvolle Tipps geben. Außerdem wurden mehrere neue Mitglieder für den VdK gewonnen.

– Anzeige –

**75**  **DER PARITÄTISCHE**  
JAHRE **Niedersachsen**  
1949 bis 2024

**WIR GRATULIEREN  
UNSEREM  
SPITZENVERBAND!**

**WIR SIND  
GLEICH.**

**Und das seit 75 Jahren.**

GLEICH berechtigt. GLEICH bedeutend. GLEICH behandelt.  
Dafür steht der Paritätische Niedersachsen.  
**Damit wir sozial bleiben.**

### VdK-RATGEBER

Um für den Ernstfall vorbereitet zu sein, bietet der VdK seine Broschüre „Vorsorge für den Ernstfall“ an. Sie kann gegen eine Schutzgebühr von zwei Euro plus Porto beim Landesverband bestellt werden, unter

☎ (04 41) 2 10 29-0

@ registratur.oldenburg@vdk.de

[www.paritaetischer.de/75jahre](http://www.paritaetischer.de/75jahre)