

**März 2021**

## In der heutigen Ausgabe informieren wir Sie über folgende Themen:

- Sonderhilfe aus dem Sonderprogramm Heimat
- Die Initiative „Stark bleiben“
- Wie kommen ältere Menschen zur Corona-Impfung
- Leben mit Demenz Digital
- Rätselecke
- Impressum / Bankverbindung

## Sonderhilfe aus dem Sonderprogramm Heimat

Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Die Landesregierung Nordrhein-Westfalen hat ein Sonderprogramm „Heimat, Tradition und Brauchtum“ zur Unterstützung von Vereinen und Verbänden während der Corona-Lage aufgelegt. Es wurde vom nordrhein-westfälischen

Landtag am 30. April 2020 auf Antrag der Fraktionen von CDU und FDP mit breiter Mehrheit beschlossen. Da die Herausforderungen weiterhin bestehen, wurde die Laufzeit des Sonderprogramms bis Mitte 2021 verlängert.

Auch das Seniorenbüro kam durch die Pandemie in Schwierigkeiten. Einnahmen brachen weg, das klassische Vereinsleben ruht größtenteils. Gleichzeitig bleibt das Seniorenbüro auf den Kosten sitzen, denn die Büroräume müssen unterhalten, Mieten entrichtet und andere Fixkosten getragen werden.

Genau da setzt das Sonderprogramm der Landesregierung an. Vereine oder Organisationen, denen aufgrund der Pandemie die Mittel zur Finanzierung laufender Kosten fehlen, können einen einmaligen Zuschuss beantragen. Die Unterstützung richtet sich nach dem tatsächlichen Bedarf.

Auch der Vorstand des Seniorenbüros hat am 19.01.2021 einen entsprechenden Antrag auf Sonderhilfe aus dem Sonderprogramm Heimat gestellt. Diesem Antrag wurde am 02.02.2021 zur Sicherung der wirtschaftlichen Existenz bzw. zur Überbrückung aktueller Liquiditätsengpässe durch die Bezirksregierung Köln stattgegeben.

Damit sind wir u.a. auch in der Lage unseren Mietverpflichtungen für die Zeit des Ruhens unserer Tätigkeiten nachzukommen. **Wir danken der Bezirksregierung Köln für die unkomplizierte Bearbeitung unseres Antrages.**

## Die Initiative „Stark bleiben“



**Wir alle möchten gut und möglichst gesund älter werden. Nicht immer haben wir es selber in der Hand, aber wir können selber einen Beitrag dazu leisten. Mit dem altersbedingten Ausscheiden aus dem Berufsleben beginnt eine neue Lebensphase, die vieles im sozialen Umfeld, in Familie und Freizeit verändert.**

An der einen oder anderen Stelle kann man das Leben ganz neu entdecken – jetzt ist z.B. mehr Zeit zum Reisen oder um Kontakte und Hobbys zu pflegen. Altern ist so bunt und so unterschiedlich wie das Leben insgesamt.

Mit zunehmendem Alter gibt es auch neue Herausforderungen. Der Körper kann manchmal nicht mehr so, wie man es gerne hätte, die Gesundheit wird zur wichtigen Aufgabe. Auf die Zeit nach dem Arbeitsleben - ohne geregelten Rhythmus - muss sich jede Person erst einmal einstellen.

Jetzt ist es wichtig, sich stark zu machen für den neuen Lebensabschnitt – mit "Leib und Seele". Dazu gehört neben der Entwicklung einer neuen Tagesstruktur auch das richtige Verhältnis im Umgang mit Alkohol und Medikamenten. Es bedarf dafür keines großen Trainings – Achtsamkeit für sich selbst und kleine Schritte genügen oft schon.

"STARK BLEIBEN" ist ein Angebot zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention älterer Menschen und ein Modul der Landeskampagne "Sucht hat immer eine Geschichte".

Informationen und Anregungen zu Ihrer Unterstützung, wie das "Stark bleiben" gelingen kann, finden Sie auf diesen Seiten: <https://www.starkbleiben.nrw.de>

---

## Wie kommen ältere Menschen zur Corona-Impfung

**Die meisten Menschen über 80 Jahre leben in Deutschland noch zu Hause. Sie müssen sich selbst um eine Impfung kümmern. Der Flickenteppich aus unterschiedlichen Möglichkeiten zur Anmeldung und der Weg ins Impfzentrum stellen viele Senioren und ihre Angehörigen vor Probleme. In mehreren Bundesländern steht der Start in den Impfzentren zudem erst noch bevor.**

### Wie bekomme ich einen Impftermin?

Seit dem 25. Januar 2021 können Impftermine für Seniorinnen und Senioren im Alter ab 80 Jahren vereinbart werden. Am besten online über [www.termin.corona-impfung.nrw/home](http://www.termin.corona-impfung.nrw/home) (für das Rheinland) oder [www.impfterminservice.de/impftermine](http://www.impfterminservice.de/impftermine) (für Westfalen). Oder telefonisch über die Telefonnummern 0800 116 117-01 (für das Rheinland) und 0800 116 117-02 (für Westfalen). Es werden direkt zwei Termine vergeben: für die Erst- und die Zweitimpfung drei Wochen später.

Falls Sie mehrere Termine zeitlich aufeinander abstimmen möchten, zum Beispiel für sich und Ihre Partnerin oder Ihren Partner, so geht das im Moment nur telefonisch über die Hotline.

Die Vergabe von Impfterminen hängt von dem zur Verfügung stehenden Impfstoff ab. Der Impfstoff ist begrenzt, daher kann es sein, dass zu bestimmten Zeiten keine Impftermine vereinbart werden können.

Auch die Fahrt ins Impfzentrum ist für viele Ältere mit eingeschränkter Mobilität eine Herausforderung. Wie der Weg ins Impfzentrum gelingt, überlassen die meisten Länder den Senioren selbst. Die Erreichbarkeit der Zentren ist in der Tat ein Problem. Gerade in ländlichen Regionen gibt es

mitunter lange Anfahrtswege. Einige Impfzentren sind schlecht an den öffentlichen Personennahverkehr angebunden. Auch vor Ort sind längere Wegstrecken zu bewältigen, nicht alle Zentren sind barrierefrei.

Eine Ad-hoc-Befragung der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie unter 118 Hochbetagten legt das Dilemma offen: Zwar möchten sich über 70 Prozent der Hochbetagten gerne impfen lassen, die Mehrzahl von ihnen auch möglichst schnell. Aber nur etwa jeder Vierte von ihnen gibt an, dass er den Weg oder den Transport zum Impfzentrum selbst organisieren kann. Und jeder Zweite sagt, alleine ginge die Organisation des Transports nicht. Außerdem braucht es ja zwei Spritzen und damit zwei Impfzentrum-Besuche im Abstand von drei Wochen, damit die Impfung ihre volle Wirksamkeit entfaltet.

**Wir haben bei der Gemeinde Windeck angeregt, mit den ortsansässigen Taxi- und Verkehrsunternehmen eine Transportlösung für die Hochbetagten Mitbürger\*innen zu erarbeiten und anzubieten, zumal die Anfragen beim Seniorenbüro ein Indiz dafür sind, dass dieses Transportproblem gelöst werden muss.**

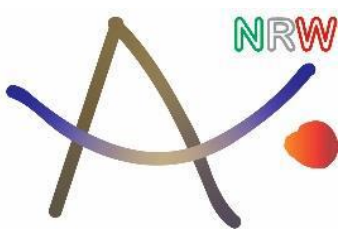
Bei Senioren, die zwar zu Hause leben, aber so pflegebedürftig sind, dass sie die Wohnung nicht mehr verlassen können, ist eine Impfung besonders problematisch. Von offiziellen Stellen heißt es bislang, solche Menschen könnten derzeit nicht geimpft werden. Das liege vor allem am aktuellen Impfstoff von Biontech, der schwierig zu handhaben ist. Da der Impfstoff schnell verbraucht werden müsse und erschütterungsempfindlich sei, sei es unmöglich, mobile Impfteams auf Hausbesuche zu schicken. Stattdessen müssten diese Menschen auf die Zulassung von Impfstoffen warten, die weniger anspruchsvoll in der Lagerung und Handhabung seien.

Dem widerspricht die Deutsche Gesellschaft für Geriatrie. Sie fordert, auch pflegebedürftige Seniorinnen und Senioren außerhalb der Heime so schnell wie möglich zu immunisieren, und regt an, dass mobile Impfteams Hausbesuche machen, wenn alle Pflegeheime versorgt sind.

Denn auch die Hochbetagten zu Hause zählen zu den Menschen, die eine Corona Schutzimpfung besonders dringend brauchen.

---

## Leben mit Demenz Digital



### Selbsthilfe Demenz

NRW

**Schulungs- und Informationsangebot für Angehörige und Interessierte zum Thema Demenz!**

In 9 Einheiten à 90 Minuten wird die Möglichkeit gegeben, sich in Videokonferenzen über die Erkrankung Demenz, Verhaltensformen, den Umgang mit Menschen mit Demenz sowie rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten und Entlastungsangebote für Angehörige zu informieren und auszutauschen.

#### Wann?:

Es findet jeweils Montag bis Freitag vormittags von 10:00 - 11:30 Uhr und nachmittags von 16:00 - 17:30 Uhr eine Einheit statt.

Bitte melden Sie sich spätestens jeweils freitags bis 14:30 Uhr für gewünschte Einheiten der Folgewoche verbindlich an.

Ein Zertifikat über die Kursteilnahme erhalten Sie, wenn Sie innerhalb von 4 Wochen die Einheiten 1 - 6 durchgeführt haben. Damit sind Sie für Einsätze in der Nachbarschaftshilfe qualifiziert.

Eine Monatsübersicht mit allen Veranstaltungsterminen können Sie hier einsehen:

<https://alzheimer-nrw.de/aktivitaeten-projekte/leben-mit-demenz//>

**Wie?:**

Notwendig für Ihre Teilnahme an den Videokonferenzen ist ein PC oder Laptop mit Internetzugang. Für Ton und Bild sind natürlich Kamera, Mikrofon und Lautsprecher erforderlich, in Laptops und mobilen Endgeräten ist dies in der Regel eingebaut.

Eine Anmeldung per E-Mail ist erforderlich unter:

[lebenmitdemenz@alzheimer-nrw.de](mailto:lebenmitdemenz@alzheimer-nrw.de)

Im Anschluss an Ihre E-Mail erhalten Sie von uns eine Bestätigungsmail mit entsprechenden Zugangsdaten zum Online Schulungskurs.

Für Rückfragen und technische Unterstützung stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung unter Telefon: 0211/240869 -17

*Anmerkung: Die Teilnehmerzahl ist je Einheit begrenzt. Anmeldungen werden nach der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Bitte haben Sie dafür Verständnis.*



Ein Angebot des Landesverbandes der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. in Kooperation mit den Pflegestützpunkten NRW im Hause der AOK Rheinland / Hamburg – Die Gesundheits-



kasse und weiteren Regionaldirektionen der AOK Rheinland / Hamburg – Die Gesundheitskasse

**Rätsecke – Sudoku –Mittel**

4	3		8			5		
7		2		5			4	6
		8			4	1	9	
					7			8
		3	1		8			
1				3	2	4		
		9					2	
	6		7			9		
	7	5			3			

**Impressum**

**Herausgeber:**

Seniorenbüro AKTIV in Windeck e.V.  
 Am Kirchweiher 21  
 51570 Windeck-Dattenfeld  
 Telefon: 02292 - 922308  
 E-Mail: [h.mueller@seniorenbuero-windeck.org](mailto:h.mueller@seniorenbuero-windeck.org)  
 V.i.S.d.P. Horst Müller, Vorsitzender

**Bankverbindung**

Westerwald Bank eG  
 IBAN: DE 43 5739 1800 0036 2220 00  
 BIC: GENO DE 51 WW1