



Kreisseniorentag 2023 in Höchenschwand

Der Kreisseniorinnenrat Waldshut e.V. lädt Seniorinnen und Senioren und die interessierte Öffentlichkeit herzlich zum Kreisseniorentag ein am

**Samstag, 4. November,
14 bis 17 Uhr,
im „Haus des Gastes“.**

Die Themen in Senioren Aktuell Nr. 27

Kreisseniorentag 2023 in Höchenschwand:
Programm und Busfahrpläne

Corona und die neue Erkältungssaison

Medizin- und Fahrprüfungen für Personen
über 70?

Anträge auf Pflegeleistungen: Neue Fristen

Vortragsangebote der Polizei zur Prävention

Mit-einander Hochrhein: Friedas Gartencafé

Kursangebot für pflegende Angehörige

Zuschüsse für altersgerechten Umbau

Der diesjährige Kreisseniorentag steht unter dem Motto:

„Wie verhalte ich mich in Notfallsituationen?“

Die Besucherinnen und Besucher erhalten Informationen zu folgenden Themen:

Aktuelle Betrugsmaschen am Telefon und im Internet!

Es informiert Hauptkommissar Jörg Kaiser von der Polizeidirektion Waldshut-Tiengen, Referat Prävention.

Es brennt! Wie verhalte ich mich und wie kann ich vorsorgen?

Kreisbrandmeister Dominik Rotzinger informiert.

Schlaganfall, Herzinfarkt, Kreislaufkollaps, Unfall! Wo rufe ich an und wie läuft die Unterstützung ab?

Markus Linke, Notfallsanitäter und Abteilungsleiter Rettungsdienst Waldshut, informiert.

Rettungsfahrzeuge des Deutschen Roten Kreuzes und der Bergwacht können besichtigt werden.

Wo und von wem bekomme ich Rat? Wer hilft mir weiter?

Informieren werden:

- Frau Simone Schlageter vom Pflegestützpunkt des Landkreises
- Frau Siglinde Rotzinger als Behindertenbeauftragte des Landkreises
- Frau Nicole Schäfer für Selbsthilfegruppen
- Frau Margarete Lenz vom Kriseninterventionsteam des DRK-Kreisverbandes Waldshut

Landrat Dr. Martin Kistler und Hausherr Bürgermeister Sebastian Stiegeler eröffnen die Veranstaltung mit Grußworten. Die Katholische Frauengemeinschaft und die Landfrauen Höchenschwander Berg bewirten ab 13.30 Uhr die Gäste mit Kaffee und Kuchen. Bereits ab 11 Uhr besteht die Möglichkeit zum Mittagessen im Restaurant Hacho-Stube im Haus des Gastes.

(Fortsetzung Seite 2)

SBG-Busse fahren kostenfrei um 12.45 bzw. 12.30 Uhr ab Busbahnhof Waldshut und Stühlingen/Bonndorf nach Höchenschwand entsprechend den nachstehenden Fahrplänen. Die Rückfahrt der Busse erfolgt ca. 17 Uhr ab Höchenschwand.

Wenn Sie als Gruppe den Busfahrdienst nutzen wollen, bitten wir um Ihre Anmeldung, damit wir den Bedarf richtig einschätzen können. Als größere Gruppe (ab zehn Personen) reservieren wir Ihnen gerne einen Tisch, melden Sie sich dazu bitte ebenfalls **bis spätestens 31. Oktober** bei:

Anita Tröndle: Tel. **07755/8759** oder per Mail: **anita.troendle@t-online.de**

PKW-Parkplätze stehen beim Haus des Gastes kostenlos zur Verfügung.
Der Eintritt zum Kreisseniorentag ist frei.

Die SBG stellt uns zwei Busse kostenlos zur Verfügung, sodass Teilnehmer aus Richtung Stühlingen/Bonndorf, Waldshut und von Haltestellen unterwegs kostenlos nach Höchenschwand kommen können; herzlichen Dank dafür der SBG!

Fahrpläne zum Kreisseniorentag:

Bus 1: ab Waldshut	Bus 2: ab Stühlingen/Bonndorf
12:45h Waldshut Busbahnhof	12:30h Stühlingen Evang. Kirche
12:48h Waldshut Chilbiplatz	12:34h Weizen STO
12:50h Waldshut Altersheim	12:50h Bonndorf Schulzentrum
12:53h Eschbach B500	13:04h Rothaus
12:57h Waldkirch Rathaus	13:16h Häusern B500
13:01h Bannholz	13:20h Höchenschwand Haus des Gastes
13:04h Remetschwil Halle	
13:11h Tiefenhäusern B500	
13:13h Oberweschnegg B500	
13:15h Frohnschwand B500	
13:20h Höchenschwand Haus des Gastes	

Rückfahrt der Busse nach Ende der Veranstaltung zwischen 16 und 17 Uhr, Genaueres wird Ihnen bei der Veranstaltung mitgeteilt.

Sparkassen Pflegevorsorge

**Wichtiger denn je,
lassen Sie sich von
uns beraten.**



Finanzmanagement, Bausparen und Versicherungen - wir bieten alles aus einer Hand. Telefonisch unter **07751 882-0** und im Internet unter www.sparkasse-hochrhein.de. **Wenn's um Geld geht - Sparkasse.**

 **Sparkasse
Hochrhein**

Corona und die neue Erkältungssaison

Ein neuer Impfstoff, steigende Infektionszahlen: Das Thema Corona meldet sich zurück. Auch wenn noch nicht klar ist, wie sich die Lage im Herbst und Winter entwickeln wird, sehen Fachleute momentan keinen Grund zur Sorge. Denn eine Grundimmunität aus Impfungen und überstandenen Infektionen ist in der Bevölkerung weit verbreitet. Dennoch kommen mit der Erkältungssituation erneut Fragen nach einer Booster-Impfung, Corona-Tests und dem Tragen von Masken auf. Staatliche Vorgaben gibt es erstmals seit Ausbruch der Pandemie nicht.

In Arztpraxen ist der neue, an aktuelle Varianten angepasste Corona-Impfstoff erhältlich. Die Ständige Impfkommission (STIKO) rät allen über 60 Jahren und Menschen mit erhöhtem Infektionsrisiko oder Vorerkrankung zu einer Auffrischungsimpfung (Booster), ebenso Bewohnerinnen und Bewohnern von Pflegeheimen und Beschäftigten im Gesundheitswesen. Die letzte Impfung oder die Erkrankung sollte vor dem Booster zwölf Monate zurückliegen. Erhältlich ist die Impfung in Arztpraxen, aber auch in Apotheken. Sie ist kostenlos für die Personengruppen, die in den Empfehlungen der STIKO genannt sind. Für Personen, für die die STIKO-Empfehlung nicht gilt, übernehmen die Krankenkassen die Kosten nur dann, wenn eine Impfung von Ärzten als medizinisch notwendig erachtet wird.

Aktuell gibt es keine Pflicht, sich zu testen. Auch kostenlose Schnelltests gibt es seit März nicht mehr. Um aber Ansteckungen zu vermeiden und ältere Menschen und Patienten mit Vorerkrankungen zu schützen, sind Corona-Tests weiterhin eine gute Möglichkeit. Wer noch Tests aus dem vergangenen Winter besitzt, kann sie auch für die neuen Virusvarianten nutzen. Wichtig ist aber ein Blick auf das Haltbarkeitsdatum. Abgelaufene Tests liefern ungenaue bzw. ungültige Ergebnisse und sollten über den Hausmüll entsorgt werden. Die Tests sollten bei Temperaturen zwischen fünf und 30 Grad gelagert werden, eine Aufbewahrung im Kühlschrank ist nicht empfohlen.

Eine Pflicht zum Tragen von Masken besteht aktuell nicht, doch kann bei steigenden Infektionszahlen per Hausrecht eine Maskenpflicht für Kliniken und Pflegeeinrichtungen beschlossen werden. Auch bei Masken gibt es ein Ablaufdatum, das auf der Verpackung vermerkt ist. Nach Ablauf der Haltbarkeit sollten Masken nicht mehr verwendet werden, da eine Schutzwirkung nicht mehr garantiert ist. Gelagert werden die Masken am besten trocken und luftdicht verpackt an einem sauberen Ort.



Bei Krankheitsanzeichen sollten Betroffene nach Möglichkeit für drei bis fünf Tage bzw. bis zu einer deutlichen Besserung zu Hause bleiben und persönliche Kontakte möglichst einschränken oder vermeiden, insbesondere zu älteren Menschen und Personen mit Vorerkrankungen, die ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf von Atemwegsinfektionen haben.

(Text: Bernhard Seifer - Quelle: Verbraucherzentrale NRW 26.09.23 – Bild: VZ NRW)

Keine Pflichttests für ältere Autofahrer Baden-Württemberg setzt auf das Prinzip Eigenverantwortung

Die EU-Kommission macht sich dafür stark, Seniorinnen und Senioren ab 70 Jahren regelmäßig auf ihre Fahrtauglichkeit zu prüfen und deren Führerscheine immer nur um fünf Jahre zu verlängern. In Deutschland aber muss sich wohl niemand auf verpflichtende Medizin- oder Fahrprüfungen einstellen. Bundesverkehrsminister Wissing (FDP) hat seine Zweifel an der Notwendigkeit solcher Tests schon publik gemacht, und auch Baden-Württemberg setzt auf Eigenverantwortung und freiwillige Selbstkontrolle.

Mit zunehmendem Alter können Sehen, Hören, Motorik und kognitive Fähigkeiten schlechter werden, was sich negativ beim Autofahren auswirken kann. Um die eigenen Fähigkeiten im Straßenverkehr besser einschätzen zu können, empfiehlt das Landesverkehrsministerium die Teilnahme an Verkehrsfitness-Checks.

In Baden-Württemberg stirbt im Schnitt jeden Tag eine Person bei einem Verkehrsunfall. Dabei war 2022 mehr

(Fortsetzung Seite 4)

als ein Drittel der Verkehrstoten mindestens 65 Jahre und älter. Zwar ist die Gruppe der über 65-Jährigen, gemessen an ihrem Bevölkerungsanteil keine unfallauffällige Gruppe. Allerdings sind ältere Autofahrerinnen und Autofahrer ab 75 bei Unfällen häufig die Hauptverursachenden. Mit zunehmendem Alter steigt die Verursacherquote kontinuierlich. Die Europäische Union hat sich zum Ziel gesetzt, bis 2050 die Zahl der Verkehrstoten nahe null zu bringen. In einem Richtlinienvorschlag von 2023 wird deshalb vorgeschlagen, dass sich Menschen ab 70 zur Verbesserung der Verkehrssicherheit alle fünf Jahre bei der Erneuerung des Führerscheins mit der Frage der Fahrtauglichkeit befassen. Die Billigung des Vorschlags durch das Europäische Parlament und den Rat steht noch aus, ebenso wie die Umsetzung in nationales Recht.



Baden-Württemberg reagierte auf die Pläne der Europäischen Union mit der am 13. Juli 2023 gestarteten landesweiten Kampagne „Team Vision Zero“. Sie soll den Bekanntheitsgrad von „Rückmeldefahrten“ in Fahrschulen und Fahrsicherheitstrainings erhöhen und das Interesse wecken, die eigene Fahrtauglichkeit zu erhalten oder zu verbessern. Bei Rückmeldefahrten begleiten Fahrlehrerinnen und Fahrlehrer Seniorinnen und Senioren in deren Fahrzeug und beraten sie dabei, wie sie sicherer ans Ziel

kommen. An Aktionsständen und auf der Website der Kampagne werden kostenlos kleine Selbsttests angeboten, zum Beispiel Seh- und Hörtests, die einen ersten Überblick über die eigenen Fähigkeiten bieten. Ältere Verkehrsteilnehmer können testen, wie fit sie am Lenkrad sind, ohne Angst zu haben, den Führerschein abgeben zu müssen.

Zu den Selbsttests: www.team-vision-zero.de

(Text: Bernhard Seifer – Quellen: Stuttgarter Zeitung vom 14.07.23, Ministerium für Verkehr B-W incl. Bild)

Antrag auf Pflegeleistungen - welche Fristen gelten? Verbesserungen für Pflegebedürftige ab 1. Oktober 2023

Kaum jemand bezeichnet sich selbst gerne als pflegebedürftig. Deshalb stellen viele Menschen erst spät einen Antrag auf Pflegeleistungen bei ihrer Krankenkasse. Doch Pflegeleistungen gibt es nicht rückwirkend, sondern erst ab dem Monat der Antragstellung. Deshalb ist es ratsam, den Antrag so früh wie möglich zu stellen, wenn man regelmäßig Hilfe im Alltag braucht.

Ein Pflegeantrag kann formlos per Telefon, E-Mail oder Fax bei der Pflegekasse gestellt werden. Möglich ist häufig auch eine Antragstellung über das Online-Portal der Pflegekasse. Bevollmächtigte Personen, zum Beispiel Angehörige, können den Antrag ebenfalls stellen. Sie müssen die Vollmacht dann nachweisen. Wichtig ist: Die Person, die Mittel von der Pflegekasse erhalten will, muss mindestens zwei Jahre innerhalb der vergangenen zehn Jahre in die soziale Pflegeversicherung eingezahlt haben.

Sobald die Pflegekasse einen Antrag zu Pflegeleistungen erhält, muss sie innerhalb von zwei Wochen einen Termin für eine individuelle und umfangreiche Pflegeberatung anbieten. Und die Kasse muss innerhalb von 25 Arbeitstagen entscheiden, ob und welcher Pflegegrad vorliegt. Innerhalb dieser Zeit muss auch die Pflegebegutachtung durch den Medizinischen Dienst erfolgt sein. Braucht die Pflegekasse länger, stehen Antragstellerinnen und Antragstellern 70 Euro pro Woche als Pauschale zu – allerdings nicht, wenn die Antragsteller sich in stationärer Pflege befinden und bereits in Pflegegrad 2 oder höher eingestuft sind. In manchen Situationen ist die Pflegekasse verpflichtet, das Verfahren zu beschleunigen: Bei einem Krankenhaus-, Reha- oder Hospiz-Aufenthalt muss die Begutachtung unter bestimmten Umständen bereits spätestens am fünften Arbeitstag nach Eingang des Antrags bei der Pflegekasse erfolgen.

Neu ab 1. Oktober: Sobald der Pflegekasse ein Antrag auf Pflegeleistungen vorliegt, tickt die Uhr. Bisher war nicht

(Fortsetzung Seite 5)

geregelt, was mit der Entscheidungsfrist von 25 Arbeitstagen passiert, wenn die antragstellende Person einen Termin zur Begutachtung des Medizinischen Dienstes absagt. Mit dem Pflegeunterstützungs- und Entlassungsgesetz ist ab 01.10.2023 klar geregelt, dass z.B. ein Krankenhausaufenthalt oder eine Krankheit die Frist lediglich unterbricht. Die Frist wird für die Dauer des Verzögerungsgrundes ausgesetzt und läuft anschließend weiter. Der Medizinische Dienst muss dann innerhalb der verbliebenen Zeit einen neuen Termin mitteilen und anschließend den Bescheid zusenden. Hält die Pflegekasse die Fristen nicht ein, stehen der antragstellenden Person 70 Euro pro Woche zu.

Muss ein Termin zur Begutachtung abgesagt werden, ist dies dem Medizinischen Dienst schriftlich mitzuteilen. Für die Terminabsage stehen im Internet Kontaktformulare bereit. Wenn ein Termin wieder möglich ist, muss dies ebenfalls dem Medizinischen Dienst schriftlich mitgeteilt werden. Ratsam ist, sich bestätigen zu lassen, die die Frist unterbrochen war und wann sie wieder begonnen hat. Dann kann jeder später nachrechnen, ob die Frist am Ende überschritten wurde oder nicht.

(Text: Bernhard Seifer – Quelle: Verbraucherzentrale NRW vom 28.09.23)

Vortragsangebot der Polizei für Seniorengruppen

Das Referat Prävention des Polizeipräsidiums Freiburg bietet Seniorengruppen folgende Informationsveranstaltungen an:

Sicher daheim

Wie verhalte ich mich vor, während und nach einem Einbruch? Wann und wie brechen Täter ein und welche Umstände verleiten sie zu Einbrüchen in bestimmte Häuser, während andere verschont bleiben? Welche Wirkung kann ich durch den Einsatz technischer Mittel erzielen? Welche technischen Lösungen eignen sich für welchen Anwendungszweck? Wie gehe ich vor, um mein Haus oder meine Wohnung vor einem Einbruch zu sichern?

Gefahren am Telefon (Falsche Polizeibeamte, Enkeltrick & Co.)

Wie ist die derzeitige Situation bei Anrufstraftaten in Ihrem Bereich? Woran erkenne ich den „Enkeltrick“ oder einen „Falschen Polizeibeamten/eine falsche Polizeibeamtin“? Welche weiteren Maschen gibt es derzeit bei den Anrufstraftaten? Wie verhalte ich mich vor, bei und nach einem solchen Anruf?

Wenn Sie Interesse an diesen Vorträgen haben, wenden Sie sich zwecks Terminvereinbarung an das **Polizeipräsidium Freiburg – Referat Prävention, Ostpreußenstraße 22, 79761 Waldshut-Tiengen, Polizeihauptkommissar Jörg Kaiser, Tel. 07741 8316-205 oder per Mail: joerg.kaiser@polizei.bwl.de**

(Text: Jörg Kaiser/Bernhard Seifer)

Einladung zu Friedas Gartencafé



Die lokale Allianz für Menschen mit Demenz am Hoahrhein lädt am **29. Oktober 2023** von 15.00 bis 17.00 Uhr zu Friedas Gartencafé im Garten bzw. den Räumen der **Stoll-VITA-Stiftung** in Waldshut, Brückenstraße 15, ein. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Mit-einander Hoahrhein schreibt: „Wir laden Sie ein in einen Raum der Großzügigkeit und der Begegnung, treffen Sie Menschen, die auf Vergesslichkeit und Beeinträchtigungen aus einem Blickwinkel der Zuversicht und Hoffnung schauen und Verantwortung übernehmen.“ An diesem Sonntag entfällt der offene Treff für pflegende Angehörige.

Weitere Informationen zu Mit-einander Hoahrhein: www.miteinander-hochrhein.de

(Text: Bernhard Seifer)

Kurs für pflegende Angehörige

Das Steinbeis-Institut für Kommunikation und Erziehungspartnerschaften bietet in Kooperation mit dem Pflegestützpunkt des Landkreises Waldshut und der AOK einen Kurs für pflegende Angehörige an. Es geht um das gemeinsame Gespräch auch in schwierigen Zeiten, um klare Aussagen und gegenseitiges Verstehen.

Die sechs Treffen finden jeweils donnerstags von 14.00 bis 16.00 Uhr im Landratsamt Waldshut, Kaiserstraße 110, an folgenden Terminen statt:

19. Oktober

26. Oktober

09. November

16. November

23. November

30. November

Für Teilnehmende entstehen keine Kosten.

Eine Anmeldung ist erforderlich: B. Harmel, Tel. 07751 700 959 bzw. info@augenhöhe.eu

Weitere Informationen zum Kurs/den Kursinhalten: www.augenhöhe.eu/kurse-fuer-pflegende.html

(Text: Bernhard Seifer)

**Lernen ist wie Rudern gegen den Strom.
Sobald man aufhört, treibt man zurück.**

Benjamin Britten, britischer Komponist und Dirigent, 1913 - 1976

Neustart: Zuschussprogramm „Altersgerecht Umbauen“

Mit dem KfW-Zuschussprogramm „Altersgerecht Umbauen“ werden Maßnahmen zum Abbau von Barrieren in bestehenden Wohngebäuden (z. Bsp. Badumbau, Maßnahmen an Sanitärräumen, Überwindung von Treppen und Stufen, Eingangsbereich und Wohnungszugang) durch Investitionszuschüsse gefördert. Zur Zielgruppe der Förderung zählen ältere Menschen und Menschen mit Mobilitätseinschränkungen.

Mit Start der neuen Förderrunde 2023 sind die Förderhöchstsätze reduziert worden, um noch mehr Bürgerinnen und Bürger fördern zu können. Bei Einzelmaßnahmen sind die Investitionskosten bis maximal 25.000 Euro pro Wohneinheit förderfähig, der maximale Zuschuss ist damit auf 2.500 Euro pro Wohneinheit begrenzt. Antragsberechtigt sind Privatpersonen als Eigentümer oder Ersterwerber von Ein- und Zweifamilienhäusern mit maximal zwei Wohneinheiten oder von Eigentumswohnungen in Wohnungseigentümergeinschaften. Darüber hinaus sind Privatpersonen als Mieter von Wohnungen und Einfamilienhäusern antragsberechtigt. Das Programm wird aus Bundesmitteln finanziert, für 2023 wurden 75 Millionen Euro bereitgestellt. Für den Haushalt 2024 sind 150 Millionen Euro vorgesehen. Anträge sind online über das Zuschussportal der KfW zu stellen: www.kfw.de/455-B

(Text: Bernhard Seifer)

Impressum: „Senioren Aktuell“ erscheint im Februar, Juni und Oktober
Redaktionsschluss jeweils: 15. Januar, 15. Mai, 15. September
Herausgeber: Kreissenorenrat Waldshut - V.i.S.d.P.: Vorstand des Kreissenorenrates
<http://www.ksr-wt.de>
Redaktion: Bernhard Seifer
Verteiler: Stadt- und Ortssenorenräte, Seniorengruppen, Alten- und Pflegeheime, Altenwohnheime, Sozialstationen, Rathäuser, Landratsamt
Druck: M + G - Werbung, Spitalgasse 7, 79713 Bad Säckingen - Auflage: 2 500
Bankverbindung: Sparkasse Hochrhein IBAN: DE04 6845 2290 0000 0002 99
Volksbank Hochrhein IBAN: DE29 6849 2200 0002 1539 55