



Senioren Aktuell



Nr. 31

Informationsblatt des Kreissenienerrates Waldshut e. V.

Februar 2025

Liebe Seniorinnen und Senioren, Ü60ger, „Alte“ oder wie auch immer wir genannt werden,

aber darauf kommt es gar nicht an, sondern alleine wie wir uns sehen und fühlen, dass das Glas nicht halb leer, sondern halb voll ist. Natürlich haben wir altersgemäß Abnutzungserscheinungen, was soll's, sollen die Jungen erst mal schaffen, was wir geschafft haben und erst mal soweit kommen. Und natürlich beschäftigt uns auch mal der Tod in unserem Alter mit seinen Begleiterscheinungen - vollkommen in Ordnung. Aber gemäß einem Schlagertext „Hurra, wir leben noch!“ und frei nach einem kirchlichen Lied „Jetzt ist die Zeit, jetzt ist die Stunde“ wünsche ich Ihnen allen ein gesundes Jahr 2025, in dem Sie viele Stunden haben, in denen Sie sich wohlfühlen und die Sie genießen können, so dass Ihr Fazit Ende 2025 lautet: Es war unterm Strich ein gutes Jahr.

Allen, die sich aktiv in der Seniorenarbeit engagieren und Angebote machen, das Alter aktiv und in sozialer Eingebundenheit zu erleben, und damit uns, dem Kreissenienerrat, den Rücken stärken, vielen Dank für die Verbundenheit im vergangenen Jahr. Für 2025 wünsche ich Ihnen die nötige Energie, so weiter zu machen und zugleich positive Rückmeldungen, die Sie in Ihrer Arbeit bestätigen, damit die Sinnhaftigkeit Ihres Handelns zu Ihrer Zufriedenheit beiträgt.

Karl-Heinz May
Vorsitzender Kreissenienerrat Waldshut e.V.

Die Themen in Senioren Aktuell Nr. 31

Einladung zur Mitgliederversammlung des Kreissenienerrates am 26. März 2025 in Höchenschwand

Mehr Geld für die häusliche Pflege

Die Polizei warnt vor Betrügereien

Neu: Die elektronische Patientenakte

Friedas Gartencafé im 1. Halbjahr

Wohnraumberatung durch Caritasverband und Landkreis

Deutscher Seniorentag in Mannheim

Hier geht's zur Homepage
des Kreissenienerrates



Der Kreissenienerrat lädt ein zur

**Mitgliederversammlung am Mittwoch, 26. März 2025, 14.30 Uhr,
im Haus des Gastes in Höchenschwand.**

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, sich in Foren über die Angebote im Rahmen der Seniorenarbeit vor Ort auszutauschen.

Sonderbusse der SBG fahren ab Bonndorf und Waldshut nach Höchenschwand; die Teilnehmer an der Mitgliederversammlung werden mit Kaffee und Kuchen bewirtet.

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**

Mehr Geld für die Pflege zu Hause

Pflegebedürftige Menschen erhalten seit 1. Januar 2025 mehr Geld, denn alle Pflegeleistungen wurden um 4,5 Prozent erhöht. Nachfolgend werden drei wichtige Leistungen für die häusliche Pflege mit den neuen Pflegesätzen vorgestellt.

Grundlage: Das Pflegegeld

Pflegegeld dient der selbstorganisierten Pflege zuhause. Pflegebedürftige können es ab Pflegegrad 2 beantragen und erhalten das Geld auf ihr Konto. Damit können sie Menschen wie zum Beispiel Angehörige oder Nachbarn bezahlen, die sie unterstützen, etwa in dem sie im Haushalt helfen oder Einkäufe mitbringen.

So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2: 347 Euro statt 332 Euro

Pflegegrad 3: 599 Euro statt 573 Euro

Pflegegrad 4: 800 Euro statt 765 Euro

Pflegegrad 5: 990 Euro statt 947 Euro

Für den Pflegedienst: Die Pflegesachleistung

Eine sogenannte Pflegesachleistung wird bezahlt, wenn der pflegebedürftige Mensch einen Pflegedienst oder Betreuungsdienst nutzt, der ihn pflegt oder betreut. Wichtig: Die Pflegekasse zahlt das Geld nicht an Pflegebedürftige selbst, sondern die Dienste rechnen direkt mit der Pflegekasse ab. Auch die Pflegesachleistung gibt es erst ab Pflegegrad 2. Bezahlt werden körperbezogene Pflege, pflegerische Betreuung wie Spaziergänge oder Vorlesen, und auch Hilfe bei der Haushaltsführung.

So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2: 796 Euro statt 761 Euro

Pflegegrad 3: 1.497 Euro statt 1.432 Euro

Pflegegrad 4: 1.859 Euro statt 1.778 Euro

Pflegegrad 5: 2.299 Euro statt 2.200 Euro

Unterstützung für Pflegenden: Die Tages- und Nachtpflege

Diese Leistung dient vor allem als Entlastung für pflegende Angehörige. Eine Tages- oder Nachtpflege kann zusätzlich zu Pflegegeld oder Pflegesachleistung beantragt werden. Damit können Pflegebedürftige tages- oder stundenweise in eine stationäre Einrichtung aufgenommen werden. Vor allem das Angebot der Tagespflege ist eine wertvolle Unterstützung für pflegende Angehörige. Denn meist können sie nur so unbesorgt arbeiten oder Erledigungen machen. Das kommt insbesondere für pflegebedürftige Menschen in Betracht, die während der Abwesenheit ihrer Pflegeperson(en) nicht allein bleiben können, ansonsten jedoch zu Hause versorgt werden. Auch hier rechnet die Einrichtung direkt mit der Pflegekasse ab.

So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2: 721 Euro statt 689 Euro

Pflegegrad 3: 1.357 Euro statt 1.298 Euro

Pflegegrad 4: 1.685 Euro statt 1.612 Euro

Pflegegrad 5: 2.085 Euro statt 1.995 Euro

Am besten verschiedene Leistungen kombinieren

Viele Leistungen in der Pflege lassen sich miteinander kombinieren. Das gilt vor allem für Pflegegeld und Pflegesachleistung, die als Kombinationsleistung genutzt werden können. Dann wird ein Teil des Pflegegeldes auf das Konto der pflegebedürftigen Person überwiesen und der andere Teil vom Pflegedienst abgerechnet. Zusätzlich können die Tagespflege und Entlastungsleistungen genutzt werden. Bei der Pflegekasse können je nach Bedarf weitere Leistungen beantragt werden, etwa für Wohnungsanpassungen oder Hilfsmittel. Wer in Pflegegrad 1 eingestuft ist, kann einen zweckgebundenen Zuschuss von monatlich 125 Euro als sogenannten Entlastungsbetrag beantragen für eine Unterstützung im Alltag, etwa für Nachbarschaftshilfe



(Text: Bernhard Seifer - Quelle und Bild: Pressestelle Verbraucherzentrale NRW)

Aktuelle Mitteilungen der Polizei



Senioren Aktuell hat in den vergangenen Ausgaben von kriminellen Handlungen (Enkeltricks, Betrügereien usw.) berichtet, deren Ziel insbesondere Seniorinnen und Senioren waren. Ab dieser Ausgabe werden wir regelmäßig aus Quellen des Polizeipräsidiums Freiburg dazu berichten, weil in verschiedenen Deliktsbereichen eine Zunahme der Fälle zu registrieren ist oder neue Vorgehensweisen der Täter zu erkennen sind.

BETRUG BEIM ONLINE-TRADING

FAKTEN: Die Aussicht auf leicht verdientes Geld lockt aktuell viele Menschen auf unseriöse Trading-Plattformen im Internet. Die Opfer investieren im Glauben, gut beraten worden zu sein und sehen ihr Geld nie wieder.

HINTERGRÜNDE: Die Internetseiten der Cyberkriminellen werben mit Markenzeichen bekannter Firmen, Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens oder positiven Erfahrungen Anderer und versprechen hohe Renditen. Interessierte werden nach der Registrierung direkt von einer angeblichen Brokerin oder einem angeblichen Broker kontaktiert und dazu gedrängt, eine erste kleine Investition zu tätigen.

Der Wunsch auf die Auszahlung der schnell erzielten Gewinne wird aus unterschiedlichen Gründen abgelehnt.

TIPPS DER POLIZEI:

- Seien Sie misstrauisch bei Versprechen auf hohe Renditen mit wenig Risiko.
- Informieren Sie sich genau über die Trading-Plattform, bevor Sie sich anmelden oder Geld überweisen.
- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen.
- Geben Sie keine sensiblen Daten, wie z. B. Zugangsdaten zum Online-Banking oder zum Depot, preis.
- Geben Sie keiner fremden Person einen Remote-Zugang (Fernzugriff) auf Ihren Rechner.
- Nutzen Sie den Service der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg.
- Geben Sie den Namen Ihres / Ihrer Internetbekanntschaft mit dem Zusatz "Scammer" beispielsweise bei Google ein. Die Suchmaschine kann in vielen Fällen einen Verdacht bestätigen.

LINKS AUF GEFÄLSCHTE PHISHING-SEITEN

FAKTEN: Beobachtet wird aktuell eine starke Häufung von betrügerischen Kontaktaufnahmen per Mail oder Kurznachrichten wie SMS oder WhatsApp. Dabei kommt es oft zu gravierenden Schäden.

HINTERGRÜNDE: Betrüger versuchen Sie (meist sehr eindringlich) über diese Links auf sog. Phishing-Seiten zu lenken. Dort sollen Sie vertrauliche Daten sowie Passwörter oder Login-Daten eingeben. Die Betrüger haben somit freien Zugriff auf Ihre Onlinezugänge!

TIPPS DER POLIZEI:

- Seriöse Unternehmen fordern Sie nicht zur Eingabe Ihrer Passwörter oder Login-Daten auf!

- Fahren Sie zur Überprüfung vorsichtig mit dem Cursor über den Absendernamen und prüfen Sie, ob die dahinterliegende E-Mail-Adresse korrekt ist bzw. mit dem Absender übereinstimmt!
- Verschieben Sie die Nachricht in den SPAM-Ordner, damit Sie auch zukünftig von diesem Absender keine Nachrichten in Ihrem Posteingang erhalten.

NACHBARSCHAFTSHILFE

FAKTEN: Nachbarn sind mehr als nur die Leute von nebenan. In vielen Fällen wie auch bei Einbrüchen und Einbruchversuchen kann die Nachbarschaft durch richtiges Verhalten Schlimmeres verhindern.

WELCHE MÖGLICHKEITEN HABE ICH ALS NACHBAR AKTIVEN EINBRUCHSCHUTZ ZU LEISTEN?

- Kümmern Sie sich bei Abwesenheit der Nachbarn um deren Haus (Briefkasten leeren, Schließen der Rollläden zur Nachtzeit, Mülleimer versorgen).
- Simulieren Sie die Anwesenheit des Nachbarn, indem Sie das Auto auf dessen Grundstück/Carport abstellen und in den Abend-/Nachtstunden das Licht im Haus einschalten.
- Im Falle einer Trauerfeier können Sie durch Ihre Anwesenheit im Nachbarhaus einen möglichen Einbruch verhindern, denn zu dieser Zeit besteht erhöhte Einbruchsgefahr.
- Denken Sie daran, dem Täter keine Aufstiegshilfen wie Leiter, Mülleimer etc. als Tatmittel zur Verfügung zu stellen, denn „Gelegenheit macht Diebe“.

ANGEBOT DER POLIZEI: Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Polizeipräsidiums Freiburg bietet eine kostenlose und neutrale sicherungstechnische Beratung vor Ort an.

TERMINVEREINBARUNG: Tel 0761/29608-25 oder freiburg.pp.praevention@polizei.bwl.de

(Text: Bernhard Seifer – Quelle: Polizeipräsidium Freiburg, Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle)

Wichtiges zur elektronischen Patientenakte Nutzung – Widerspruch – Zugriffsrechte

Seit dem 15. Januar 2025 kommt die elektronische Patientenakte (ePA) schrittweise für die gesetzlich Versicherten. Sie startet in einigen Pilotregionen und soll bundesweit zum Einsatz kommen, wenn das System in den Regionen stabil läuft. Wichtig: wer sie nicht nutzen will, muss aktiv werden.

Was ist die ePA?

Sie ist ein digitaler Gesundheitsordner für gesetzlich Krankenversicherte. Darin können Gesundheitsdaten wie Arztbriefe, medizinische Befunde, Laborwerte und Bildbefunde wie MRT- und Röntgenbilder gespeichert werden. E-Rezeptdaten werden zur Erstellung der persönlichen Medikationsübersicht automatisch in die ePA übertragen.

Wie wird sie eingerichtet?

Ab dem 15. Januar 2025 richten die Krankenkassen die ePA automatisch für ihre Versicherten ein. Versicherte werden vorab per Post informiert. Voraussetzung für die Nutzung ist die ePA-App der Krankenkasse, bei der man versichert ist. Jede gesetzliche Krankenkasse wird eine eigene ePA-App für die neue elektronische Patientenakte anbieten. Die Apps sollen ab Januar verfügbar sein und auf Smartphones und Tablets ab Android 9 oder iOS 16 funktionieren. Auch auf PCs und Laptops können sie installiert werden.

Wie wird die App mit Daten gefüllt?

Versicherte können die App selbst verwalten und Dokumente einfügen, verbergen und löschen. Außerdem lässt sich festlegen, welche Arztpraxen, Krankenhäuser oder Apotheken für welche Zeitspanne Zugriff auf bestimmte Dokumente erhalten sollen. Auch Vertretungen lassen sich erstellen und wieder entziehen. Ältere Dokumente können Versicherte selbst einscannen und hochladen. Zudem kann man zweimal innerhalb von 24 Monaten die Krankenkasse bitten, bis zu zehn ältere medizinische Dokumente zu digitalisieren. Arztpraxen sind nicht verpflichtet, alte Arztbriefe oder Befunde in die ePA einzutragen.

Wie lange können Einrichtungen auf die ePA zugreifen?

Ein Zugriff auf die elektronische Patientenakte ist Kliniken oder Arztpraxen nur erlaubt, wenn es für die Behandlung notwendig ist. Jede medizinische Einrichtung muss protokollieren, wer wann auf welche Daten zugegriffen hat. Zudem ist der Zugriff zeitlich begrenzt. Bei Ärzten und Kliniken auf 90 Tage, bei Apotheken auf drei Tage. Diese Zugriffsdauer kann auch individuell angepasst werden, etwa nur für den Tag des Behandlungstermins.

Welche Vorteile bietet die ePA?

Wenn wichtige Informationen rund um die Gesundheit an einem Ort verfügbar sind, erleichtert das den Austausch von medizinischen Dokumenten zwischen Arztpraxen, Apotheken, Kliniken und Patientinnen und Patienten. Doppeluntersuchungen entfallen, Arztwechsel werden einfacher. Vor allem in Notfällen ist es für Ärztinnen und Ärzte wichtig, Vorerkrankungen oder eingenommene Medikamente zu kennen.

Welche Nachteile hat die ePA?

Für die ePA ist ein hoher Sicherheitsstandard vorgesehen, doch Datenlecks und Cyberangriffe können nie gänzlich ausgeschlossen werden. Dann könnten sensible Gesundheitsdaten in falsche Hände geraten. Zudem können langsame Internetverbindungen, Systemausfälle oder technische Fehler den Zugang erschweren. Benachteiligt sind Menschen ohne geeignetes Endgerät.

Wie funktioniert der Widerspruch?

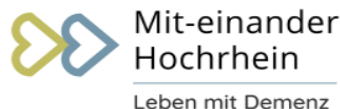
Wer gegen die Anlegung einer ePA ist, muss den Widerspruch an die Krankenkasse richten. Auch später, wenn die Patientenakte bereits angelegt ist, kann man der ePA widersprechen, wenn man sie nicht oder nicht mehr möchte. Eine erstellte ePA muss die Krankenkasse dann löschen, inklusive aller Daten. Wer sich gegen die ePA entscheidet oder nur einen teilweisen Zugriff erlaubt, muss keine Einbußen in der Qualität der Versorgung befürchten. Informationen über Behandlungen sind weiterhin in der Arztpraxis verfügbar.

Ist die ePA ohne digitale Geräte nutzbar?

Die Nutzung der ePA ist auf digitale Endgeräte (Smartphone, PC, Laptop, Tablet usw.) ausgelegt. Versicherte ohne digitale Endgeräte können die ePA aber passiv nutzen. Sie können selbst zwar keine Daten einsehen, hochladen oder verwalten. Wird die Gesundheitskarte eingelesen, können aber die behandelnden Ärzte im Zusammenhang mit der Behandlung Einsicht in die ePA nehmen und auch aktuelle medizinische Unterlagen einstellen. Wer ohne App einer Arztpraxis den Zugang zur ePA verwehren möchte oder Dokumente vor Zugriff schützen will, muss sich an die Ombudsstelle der eigenen Krankenkasse wenden. Alternativ kann, ebenfalls über die Ombudsstelle der Krankenkasse, eine Vertrauensperson als Vertreter benannt werden, die die ePA mit einem Endgerät verwalten kann.

(Text: Bernhard Seifer - Quelle: Pressestelle Verbraucherzentrale NRW)

Friedas Gartencafé im 1. Halbjahr 2024



Mit-einander Hochrhein, die lokale Allianz für Demenz, lädt im **1. Halbjahr 2025** Menschen mit und ohne Demenz an den nachfolgenden Terminen (jeweils 15 bis 17 Uhr) zu Friedas Gartencafé ein. Aus der nachstehenden Übersicht entnehmen Sie bitte die Veranstaltungsorte und die jeweiligen Termine.

Waldshut	Wutöschingen	Tiengen	Bad Säckingen Pflegezentrum	Jestetten
Stoll-VITA-Stiftung Brückenstr. 15	AWO Sonnengarten Hauptstr. 24	Haus am Vitibuck Bahnhofstr. 10	St. Franziskus Basler Str. 32	Altes Schulhaus Kirchstr. 27
23.02.25	16.02.25	11.05.25	09.03.25	06.04.25
30.03.25	16.03.25	01.06.25	06.04.25	04.05.25
27.04.25	18.05.25	13.07.25	04.05.25	01.06.25
25.05.25	20.07.25		01.06.25	06.07.25
29.06.25			06.07.25	

Vor den Veranstaltungen in der Stoll-VITA-Stiftung in Waldshut findet ab 14 Uhr jeweils ein offener Treff für pflegende Angehörige statt, Betroffene werden vom Team in Empfang genommen.

Mehr Informationen unter www.mit-einander-hochrhein.de

(Text: Bernhard Seifer/Beate Harmel/Fried Schüle)

Wohnraumberatung im Landkreis

Der Caritasverband Hochrhein führt – fachlich und finanziell gefördert durch den Landkreis Waldshut – umfassende Wohnraumberatungen für ein altersgerechtes und sicheres Zuhause durch, von kleinen Anpassungen bis zu größeren Umbauten.

Die kostenlose Beratung umfasst eine Analyse der gegenwärtigen Wohnsituation, Tipps und Unterstützung für die Umsetzung von Maßnahmen zum barrierefreien Wohnen, zu Hilfsmitteln wie Treppenliften und Notrufsystemen sowie Informationen zu Fördermitteln. Ziel der Beratung ist, unabhängig im vertrauten Zuhause zu bleiben, Stürze und Unfälle durch gezielte Anpassungen zu vermeiden und den Alltag ohne Einschränkungen genießen zu können.

Seniorinnen und Senioren können sich für weitere Informationen und eine Terminvereinbarung an die Wohnraumberatung wenden:

Telefon **07751 919 990** oder per Mail **wohnraumberatung@caritas-hochrhein.de**

(Text: Bernhard Seifer)

Deutscher Seniorentag in Mannheim

Programm und Eintrittskarten
erhältlich



Wie bereits in Senioren Aktuell Nr. 29 berichtet, findet vom 02. bis 04. April 2025 – veranstaltet durch die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) – der 14. Deutsche Seniorentag im Congress Center Rosengarten in Mannheim statt.

Für das hochkarätige Programm mit mehr als neunzig Veranstaltungen zu Themen des Älterwerdens liegt zwischenzeitlich das Programmheft vor. Interessierte können das gedruckte Programmheft online unter **www.deutscher-seniorentag.de** oder per Mail an **dst-bestellungen@bagso.de** bestellen. Über die angegebene Internetseite kann das Programm auch als PDF heruntergeladen werden.

Eintrittskarten können ebenfalls über die Internetseite **www.deutscher-seniorentag.de** oder mit der Bestellkarte am Ende des Programmhefts per Post bezogen werden.

(Text: Bernhard Seifer – Foto: csm_Copyright-mcon_Ben-van-Skyhawk-17_9ed4398a63.jpg)

Impressum:	„Senioren Aktuell“ erscheint im Februar, Juni und Oktober Redaktionsschluss jeweils: 15. Januar, 15. Mai, 15. September
Herausgeber:	Kreisseniorenrat Waldshut - V.i.S.d.P.: Vorstand des Kreisseniorenrates http://www.ksr-wt.de
Redaktion:	Bernhard Seifer
Verteiler:	Stadt- und Ortsseniorenräte, 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