



Jahresbericht 2023



4.Juli 2023 Elmshorner Senior*innen bei einem Foto-Stadtrundgang

Foto: B. Hamborg

Vorwort des Vorsitzenden

Sehr geehrte Damen und Herren,

im Jahresbericht 2022 hat sich der Seniorenrat nicht nur ein „Weiter so!“ vorgenommen, sondern auch das Ziel, das in all den Jahren des Bestehens erarbeitete Angebot noch weiter zu verbessern.

Ich denke, dass wir mit den „Zeitzeugen“ in Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei und dem Verein zur Förderung des Stadtarchivs und dem erstmalig stattgefundenen „Frühschoppen“ auf der Klostersande diesem Anspruch ein gutes Stück näher gekommen sind. Damit haben wir weitere Plattformen geschaffen, um ältere Menschen auf eine andere Art anzusprechen und zusammenzubringen.

Alle anderen Veranstaltungen, an die man vor den Coronajahren schon gewöhnt war, konnte der Seniorenrat umsetzen. Wir haben gemerkt, dass wir damit einer gewissen Tradition gerecht werden konnten. Alle Angebote wurden gerne angenommen. Zwei davon möchte ich besonders hervorheben. Da gab es einmal die Konzertfahrt zur Elbphilharmonie. Hier war die Nachfrage nach Karten besonders groß. Und so freuen wir uns, dass wir bereits jetzt schon für den März 2024 eine weitere Fahrt zu einem Konzert in der Elbphilharmonie in Aussicht stellen können. Aber auch die weihnachtliche zweitägige Busfahrt in den Harz war ein voller Erfolg. Mit einem anderen Ziel soll es ein mindestens gleichwertiges Angebot im Jahr 2024 geben.

Mit den Fragebogen-Aktionen auf dem Buttermarkt anlässlich des Mobilitätstags und an zwei Marktsamstagen sowie auf dem Alten Markt am Tag des Sports hat der Seniorenrat zu unterschiedlichen Themen die Meinung und Einschätzung der vorwiegend älteren Elmshorner*innen ausgelotet. In den Gesprächen wurden auch viele Fragen aufgeworfen und Anregungen gegeben. Dieser Mix an unterschiedlichsten Meinungen wird für die weitere Arbeit des Seniorenrats ein zusätzlicher Baustein sein. Nicht nur in die Gespräche mit den Parteien des Stadtverordnetenkollegiums werden die gesammelten Informationen hineinfließen, sondern auch in unsere weiteren Planungen und Ideen und gegebenenfalls auch in Anträge direkt an die Ausschüsse des Stadtverordnetenkollegiums der Stadt Elmshorn.

So war das erste Jahr der neuen Legislaturperiode des Seniorenrats einerseits mit der gewohnten nach außen sichtbaren Tätigkeit der Arbeitsgruppen und deren Angeboten, den Sitzungen und den fast täglichen Bürodiensten gefüllt, aber auch mit der stillen, noch unsichtbaren, umfangreichen Sisyphusarbeit am neuen Seniorenwegweiser, der nicht nur redaktionell vollkommen überarbeitet mit vielen eigenen Bildern im Februar des nächsten Jahres erscheinen wird.

Die meisten Ziele für das kommende Jahr sind gesteckt. Einen besonderen Fokus möchten wir weit vorausschauend – auch die heute noch unter 60-jährigen werden im Laufe der Jahre immer mehr zu unserer Klientel – auf die künftige Gesundheitsversorgung in unserer Stadt legen.

Den Mitgliedern des Seniorenrats danke ich für das tolle Engagement und die erfolgreiche Zusammenarbeit, der Stadt für ihre umfangreiche, sachkundige und tatkräftige Unterstützung. Bleiben Sie gesund!



Detlev Hantel

Wir sind der **Seniorenrat** der **Stadt Elmshorn**.



Geli **Meier**



Detlev **Hantel**



Gerda **Jensen**



Rene **Kahl**



Ellen **Junge**



Arnold **Ibs**



Heidi **Brandt**



Jutta **Altenhof**



Siegfried **Grigo**



Sabine **Koßmann**



Wilhelm **Draak**



Holger **Weiß**



Gretel **Hoefert**



Alena **Vergin**



Lorita **Grube**



Ingrid **Merkelbach**



Seniorenrat
Stadt Elmshorn

Mitglieder des Seniorenrats

Mitglieder im Vorstand:

Name

Detlev Hantel
Arnold Ibs
Ellen Junge
Geli Meier
Heidmarie Brandt
Gerda Jensen
Jutta Altenhof
Holger Weiß

Funktion

Vorsitzender
1.stellvertretender Vorsitzender
2.stellvertretende Vorsitzende
Pressesprecherin
Kassenführerin
Schriftführerin
Beisitzerin
Beisitzer

Kontakt und Information



Eingang Königstraße 36a

Das Büro des Seniorenrats, Königstraße 36 a (Stadtwache Polizei) ist grundsätzlich von Montag bis Donnerstag jeweils von 10:00 – 11:30 Uhr geöffnet und unter der Telefonnummer 04121-231 277 oder der E-Mail-Adresse seniorenrat@elmshorn.de zu erreichen.

Seit letztem Frühjahr wirkt das Gebäude auch wieder einladend, nachdem die Fassade neu verputzt wurde. Die Büroteams stehen dort für Fragen und Anregungen zur Verfügung. Besucher erhalten Informationen über die Aktivitäten des Seniorenrats und Angebote anderer Institutionen, Hinweise auf Treffpunkte und Informationen, die allgemein für Senior*innen und auch Familienangehörige von Interesse sein können.

Bei Bedarf vermittelt das Büroteam an Experten weiter.

Der Aushangkasten im Durchgang Torhaus wird regelmäßig auf dem Laufenden gehalten. Hier findet man die aktuellen Öffnungszeiten und Veranstaltungsangebote. Darüber informiert auch die örtliche Presse.

Die Website des Seniorenrats auf der Seite der Stadt Elmshorn (www.elmshorn.de/seniorenrat) ist eine gern und häufig genutzte Informationsquelle. Dort erhalten Sie grundsätzliche und auch aktuelle Auskünfte. Sie wird nach unseren Anregungen von der Öffentlichkeit der Stadt Elmshorn engagiert betreut.



Schaukasten im Torhaus

Politische Arbeit

- **Arbeit in Ausschüssen**

Der Seniorenrat ist in allen kommunalen Ausschüssen vertreten, um die Politik in seniorenrelevanten Themen zu beraten und die Interessen der Senior*innen zu vertreten. Diese Seniorenratsmitglieder nehmen als Delegierte mit Rede- und Antragsrecht an den Ausschusssitzungen teil.

	Ausschuss	Delegierte/r	Vertretung
StvK	Stadtverordnetenkollegium	D. Hantel	A. Ibs
HA	Hauptausschuss	D. Hantel	E. Junge
ASU	Ausschuss für Stadtentwicklung und Umwelt	A. Ibs	G. Jensen
AGS	Ausschuss für Gleichstellung und Soziales	H. Weiß	D. Hantel / S. Koßmann
AKJS	Ausschuss für Kinder, Jugend und Sport	G. Hoefert	E. Junge
AKW	Ausschuss für Kultur und Weiterbildung	E. Junge	G. Hoefert
SUA	Ausschuss für Stadtumbau	A. Ibs	G. Jensen
StwA	Stadtwerkeausschuss	W. Draak	R. Kahl
	Stiftungsrat/ Kuratorium	D. Hantel	

Darüber hinaus befindet sich der Seniorenrat auch in engem Kontakt mit der Stadtverwaltung, besonders mit dem Amt für Soziales.

- **Gespräche mit Parteien**

Um zu erreichen, dass die Bedürfnisse der Elmshorner Senior*innen bei politischen Entscheidungen berücksichtigt werden, macht der Seniorenrat Gesprächsangebote an alle im Kollegium vertretenen Parteien. Im März und Oktober konnten wir uns bereits mit Mitgliedern zweier Parteien konstruktiv austauschen, weitere Termine werden im kommenden Jahr folgen. Eine AG bereitete die Treffen mit den Parteien gründlich vor. Sowohl die Parteien als auch der Seniorenrat sind an einer Fortsetzung solcher Gespräche interessiert.

- **Engagement in Planungsgruppen**

Zur Neugestaltung der Innenstadt sind auch die Bürger*innen mit ihren Ideen und Vorschlägen aufgerufen. Der Seniorenrat beteiligt sich ebenfalls an diversen weiteren Gremien, u. a. beim Mobilitätskonzept, beim Runden Tisch Sport oder auch beim Runden Tisch Kultur. Eine Teilnahme beim Runden Tisch Wohnen wurde zugesagt.

Projekte:

- **Öffentlichkeitsarbeit**

Die AG Öffentlichkeitsarbeit ist immer dann gefragt, wenn es gilt, neue Angebote des Seniorenrats (oder andere hilfreiche Informationen) bekannt zu machen und über unsere Aktivitäten zu informieren. Dabei geht es um Plakate, Flyer, den Aushang im Torhaus, die Website und Presseartikel. Die Öffentlichkeitsarbeit der Stadt Elmshorn unterstützt uns dabei auf vielfältige Weise, und bei der örtlichen Presse finden wir immer ein offenes Ohr. Dafür bedanken wir uns ausdrücklich an dieser Stelle.

Zwei neue Präsentationsmöglichkeiten ergaben sich in diesem Jahr:



- **Elmshorn TV** Seit Anfang 2023 stellt der Seniorenrat seine Arbeit bei „Elmshorn TV“ vor. Bereits direkt nach den Neuwahlen kam im Dezember des Vorjahres ein Kamerateam zu uns in die Sitzung und in das Büro, um Aufnahmen zu machen und unsere Aktivitäten zu dokumentieren. Das Ergebnis ist hier sichtbar:

https://www.youtube.com/watch?v=euUGV1yu7_o

- **Schaufenster Flora-Apotheke**

Anfang August stellte uns die Flora-Apotheke ein großes Schaufenster zur Verfügung, um dort auf die Tätigkeiten des Seniorenrats hinzuweisen. Einen Monat lang konnten Besucher*innen sich in dem von der Apotheke ansprechend gestalteten Fenster über unsere Aktivitäten informieren.



- **Senioren-Frühstück**

Der Wunsch, in der Innenstadt eine Begegnungsstätte (nicht nur) für Senior*innen zu finden, stand weiterhin auf unserer Agenda. Mit Hilfe des Amtes für Soziales gelang es, 4 Cafés in der Innenstadt zu finden, die an bis zu 5 Tagen in der Woche für einen günstigen Preis ein Seniorenfrühstück anbieten. Dafür soll in der entsprechenden Zeit ein Tisch zum zwanglosen Treffen mit anderen Senioren reserviert werden.

Ob und wie dieses Angebot von den Älteren angenommen wurde und wie die Erfahrungen der Cafébetreiber sind, soll nach dem 1. Quartal 2024 überprüft werden.



Layout | S. Schon | c Irina Fischer-stock.adobe.com
baibaz-stock.adobe.com | exclusive-design-stock.adobe.com

- **Digital im Alter**



Wegen der fortschreitenden Digitalisierung in fast allen Lebensbereichen (Bankgeschäfte, Buchen von Terminen, Verwaltung, Fahrkartenkauf) sind viele Ältere besorgt, dass sie von der Entwicklung abgehängt werden.

Wir setzen uns dafür ein, dass der analoge Weg offenbleibt. Andererseits sehen auch immer mehr Senioren die Chance, durch digitale Technologien ihre Lebenssituation zu verbessern.

Besonders für Menschen mit eingeschränkter Mobilität eröffnen sich neue Möglichkeiten der Kommunikation, für das Einkaufen, das Buchen von Reisen und für Bildungs- und Informationsangebote.

Für beide Gruppen sind geeignete Lernangebote und Unterstützungsmöglichkeiten notwendig. Mit dem Veranstaltungszentrum des DRK in der Gärtnerstraße und dem AWO Stadtteiltreffpunkt Klostersande stehen wir in engem Kontakt. Auf Klostersande bieten Schüler einmal wöchentlich Beratung bei der Bedienung von Smartphone und Tablet an, das DRK hält jetzt in Verbindung mit einem Kaffee/Kuchenangebot Unterstützung durch zwei Experten bereit.

Da der Bedarf aufgrund zunehmender Digitalisierung eher zunehmen wird, ist der Seniorenrat sehr daran interessiert, dass „Digitallotsen“ auch in den anderen Stadtteilzentren bzw. Begegnungsstätten installiert werden.

- Digitaler Engel

Das Projekt „Digitaler Engel“ wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert. Sein Ziel ist es, konkrete Maßnahmen zur Förderung der digitalen Teilhabe älterer Menschen anzubieten. Mit einem mobilen Infostand auf dem Alten Markt und einem Vortrag im Rathaus war der „Digitale Engel“ auf Einladung des Seniorenrats und des Amtes für Soziales im Juli in Elmshorn zu Gast.



Der Digitale Engel auf dem Alten Markt

- **Bänke mit Rückenlehnen**



Seit mehr als 10 Jahren ist es ein Anliegen des Seniorenrats, die Anzahl der Bänke in der Innenstadt zu erhöhen und die vorhandenen Bänke mit Rückenlehnen zu versehen. Im Jahr 2023 wurden 2 einfache Sitzmöbel gegen solche mit Rückenlehnen ausgetauscht, 2024 sollen 2 weitere hinzukommen.

Die Bänke werden nicht nur von Älteren gut angenommen, sie erhöhen die Aufenthaltsqualität und die Verweildauer aller Besucher in der Innenstadt.

- **Begegnungsbank**

Die Begegnungsbank, die im Jahr 2022 bereits installiert wurde, hat auch im vergangenen Jahr die Menschen zusammengeführt, die Interesse an einem zwanglosen Gespräch hatten. Jeden 2. Freitag in den Monaten März bis Oktober sind dort Mitglieder verschiedener Elmshorner Institutionen, auch des Seniorenrats, vertreten, die ein „offenes Ohr“ für die Bürger*innen haben.



- **Seniorenkino**

Das bei den Senior*innen sehr beliebte nachmittägliche „Seniorenkino“ im Filmtheater „Cineplex“ war in der Coronazeit eingestellt worden und wurde schmerzlich vermisst. Seit Dezember wird nun wieder einmal im Monat ein speziell ausgewählter Film in der Reihe „Seniorenkino“ angeboten. Vorher gibt es die Möglichkeit, sich bei Kaffee und Kuchen zu treffen. Die hohen Besucherzahlen spiegeln das Interesse der Senior*innen wider.

- **Notfalldose**

Seit 2019 hält der Seniorenrat die Notfalldosen vor, die jeder im Büro des Seniorenrats unentgeltlich erhalten kann. Die Dosen sind äußerst begehrt, sodass im April dieses Jahres neue angeschafft werden mussten. Auch diesmal übernahm die Sparkasse Elmshorn dankenswerterweise wieder die gesamten Kosten.



- **Seniorenwegweiser und Fotowalk**

Anfang 2020 erschien der letzte Seniorenwegweiser, der 4. insgesamt seit der ersten Ausgabe im Jahr 2010. Besonders in den Corona-Jahren hatte sich vieles verändert, Angebote brachen weg, andere kamen neu hinzu. Öffnungszeiten und Kontaktadressen mussten aktualisiert werden. Seit Ende 2022 Jahr beschäftigte sich eine Arbeitsgruppe mit der Neuauflage dieser Broschüre, die älteren Menschen in Elmshorn und ihren Familien relevante Tipps und Adressen liefert, darüber hinaus viele Hinweise zur Bewältigung des Alltags enthält.

Nicht nur die Texte wurden überarbeitet und die Daten aktualisiert, auch für die Bilder gab es ein neues Konzept: Fast alle Fotos in dem Heft entstanden während eines Fotorundgangs mit



Elmshorner Senior*innen, die sich an markanten Punkten der Stadt fotografieren ließen oder selbst fotografierten. So ist dieser Wegweiser zu einem unverwechselbar Elmshorner Produkt geworden.

Die Broschüre wird ab Februar 2024 im Büro des Seniorenrats, im Rathaus und bei den Anzeigenkunden erhältlich sowie auf der Website der Stadt unter www.elmshorn.de/seniorenrat sowie unter total-lokal.de einsehbar sein.

Kontakte und Kooperationen

- **Infostände -und Interviews**

Um die Bedürfnisse der älteren Mitbürger direkt zu ermitteln, wurden an vier Terminen Infostände zur Befragung und Information der älteren Mitbürger*innen genutzt.

Erfreulich viele Passanten waren bereit, die von einer Arbeitsgruppe ausgearbeiteten Fragebögen zu den Themen Aufenthaltsqualität in der Innenstadt, Mobilität, Gesundheitsversorgung in Elmshorn und Bewegung und Sport zu beantworten. Auch wenn aufgrund der geringen Teilnehmerzahlen keine repräsentativen Aussagen getroffen werden können, sind die Ergebnisse trotzdem für unsere weitere Arbeit von Nutzen.



- **Zusammenarbeit mit Stadtteiltreffpunkten**

Um ein vielfältiges Angebot für die über 14 000 Senioren der Stadt zu erreichen, ist der Seniorenrat sehr daran interessiert, mit Partnern in der Seniorenarbeit zu kooperieren. Mit der AWO und dem DRK arbeiten wir an gemeinsamen Projekten (siehe Digital im Alter Seite 5), und Mitglieder des Seniorenrats sind auch an Vergabebeiräten der neu eingerichteten Nachbarschaftsfonds beteiligt. Die Praxis, mit dem Seniorenrat in regelmäßigen Abständen in den Stadtteiltreffpunkten zu tagen, werden wir fortsetzen, um so die Zusammenarbeit zu intensivieren.

- **Kooperation mit anderen Institutionen in Elmshorn**

Auch über die Stadtteiltreffpunkte hinaus haben wir im vergangenen Jahr versucht, unsere Netzwerke zu stärken und auszubauen, um den Senior*innen möglichst vielfältige Angebote bekannt zu machen.

Dabei konnten wir zusammen mit der Stadtbücherei und dem Verein zur Förderung des Stadtarchivs die Veranstaltungsreihe „Zeitzeugen“ realisieren (siehe Seite 9). Ebenfalls stellte uns die Stadtbücherei einen ansprechenden Rahmen für die Präsentation unserer Fotoausstellung bereit.

Zu unseren monatlichen Sitzungen wurden Vertreter*innen sozialer Einrichtungen, von Vereinen und Hilfsorganisationen eingeladen, um uns zu informieren, damit wir unsere Besucher*innen

kompetent beraten können. In diesem Jahr waren dabei: das Freiwilligenforum, die Alzheimer-Gesellschaft, der Pflegestützpunkt und der Betreuungsverein.

- **Kreissenorenbeirat, Landessenorenrat und Altenparlament**

Überörtliche Gremien sind der Kreissenorenbeirat, der Landessenorenrat und das Altenparlament.

An den Sitzungen des Kreissenorenrats nehmen Vertreter des Seniorenrats regelmäßig teil, ebenso an den Sitzungen des Landessenorenrats.

Der Landessenorenrat arbeitet weitgehend in Fachgruppen mit spezialisierten Themen, in zwei Arbeitsgruppen engagieren wir uns: Fachgruppe Ernährung und Bewegung, sowie Fachgruppe Pflege. Erkenntnisse hieraus fließen in die kommunale Arbeit ein.

Zusätzlich nahmen an der jährlichen Delegiertenversammlung 2023 zwei Seniorenratsmitglieder teil.



Das Altenparlament ist zuständig für Anträge, die Seniorenbeiräte und andere Gremien zur Verbesserung der Lage der Senior*innen einreichen können. Es setzt sich jährlich neu zusammen aus freiwilligen Mitgliedern der Seniorenbeiräte und entscheidet, welche Anträge im Landesparlament zur Abstimmung kommen sollen. In diesem Jahr war unser Vorsitzender im Altenparlament vertreten.

- **Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen**

Ein bundesweites Treffen von Seniorenbeiräten findet alle 3 Jahre statt (Deutscher Seniorentag, nächster Termin 2025). Auch unabhängig davon werden wir stets durch die Veröffentlichungen der BAGSO auf dem neusten Stand gehalten.



Veranstaltungen

- **Stammtisch**

Jeden 1. Mittwoch im Monat findet der Seniorenstammtisch im „Casablanca“ statt, eine Möglichkeit gerade für Neubürger*innen, sich über Aktivitäten zu informieren und in netter Runde informelle Anliegen zu diskutieren.

- **Bunte Nachmittage**

Im Frühjahr und Herbst hatten die Elmshorner Senior*innen Gelegenheit, an den Bunten Nachmittagen teilzunehmen. Pro Wochenende waren täglich 120 Personen bei Kaffee und Kuchen anwesend. Zur Unterhaltung sangen im Frühjahr die „Fischerjungs“ und im Herbst unterhielt Joachim Theege, dazu trugen die „Jungen Platten“ Gedichte und Döntjes vor.



- **Busfahrten**



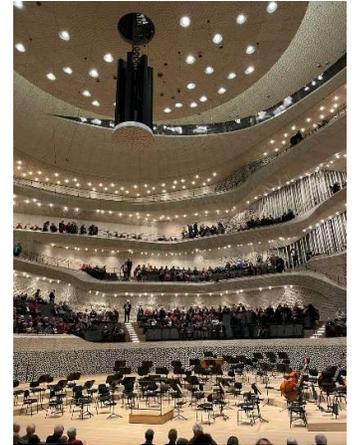
Elmshorner Senior*innen
in der Kaiserpfalz

Im Jahr 2023 konnten die beliebten Ausfahrten wieder aufgenommen werden. Gestartet wurde mit einer Fahrt nach Lexfähre, danach folgten weitere Ausflüge ins Freilichtmuseum Kiel Molfsee und in die Lüneburger Heide. Das Kohlbüfett war so schnell ausverkauft, dass ein Ersatztermin angeboten wurde. Den krönenden Abschluss bildete eine weihnachtliche 2 Tages-Fahrt nach Wernigerode und Goslar. Alle Fahrten wurden gut angenommen, und die Senior*innen können sich auf Fortsetzungen freuen.

- **Theater- und Konzertfahrten**

Auch die Theater- und Konzertfahrten waren wieder vielfältig und begannen mit einem Konzert in der Elbphilharmonie Hamburg. Außerdem wurden Aufführungen im 1. Stage Theater und im Winterhuder Fährhaus besucht.

Der angenehme und komplikationslose Bustransfer vom Elmshorner ZOB zur jeweiligen Veranstaltungsstätte wurde wie immer sehr geschätzt.



- **Radtouren**



In der Zeit von April bis September fanden insgesamt 9 Fahrradtouren statt, die wieder die Fahrrad-AG des Seniorenrats für alle Senior*innen vorbereitet hatte.

Die Touren finden immer großen Anklang, es beteiligten sich durchschnittlich 15 und 30 Teilnehmer*innen. Ziele waren u.a. Heidgraben, Barmstedt und das Himmelmoor.

Wie alljährlich nahm der Seniorenrat am Stadtradeln teil, und zwar mit großem Erfolg: Geradelt wurden

17.813 km, was dem Team die Auszeichnung „Gold“ einbrachte sowie eine weitere Auszeichnung, nämlich „das radelaktivste Team“ gewesen zu sein.

- **Eisstockschießen**

Ebenfalls mit viel Ehrgeiz gingen die Seniorenratsmitglieder beim Eisstockschießen (im Sommer in Klein Nordende und im Dezember auf dem Holstenplatz) an den Start.

Dabei kam eine Gruppe der Senioren-„Eisbären“ in die letzte Runde, aber auch ohne einen Pokal war es eine gute Gelegenheit, die Gemeinschaft zu stärken und Kontakte zu anderen Gruppen aufzunehmen.



- **Vorträge**



Bei der Auswahl der Vorträge wird versucht, die Interessen der Senior*innen zu berücksichtigen. In diesem Jahr konnten entsprechend unserer Meinungsumfragen insgesamt 4 Vorträge angeboten werden, die „Sicherheit“ und „Notfallsituationen“ zum Thema hatten. Die Vorträge waren gut besucht, es nahmen jeweils zwischen 20 und 30 Interessierte teil.

Bemerkenswert ist der Wunsch der Besucher*innen nach mehr Vorträgen. Dazu

wurden auch gleich Anregungen gegeben, die wir sehr gerne aufgreifen werden. Alle Vorträge sind kostenlos.

- **Zeitzeugen**

Seit 2022 organisiert der Seniorenrat in Zusammenarbeit mit dem Verein zur Förderung des Stadtarchivs und der Stadtbücherei Veranstaltungen unter der Überschrift: **Elmshorner Geschichte(n) – erlebt – erzählt**. Der Verein zur Förderung des Stadtarchivs führt seit längerem Interviews mit Elmshorner Bürger*innen durch, deren Erinnerungen in Kurzfilmen festgehalten werden (Elmshorn damals). Einige dieser Zeitzeugen haben wir eingeladen, „live“ über ihre Erlebnisse zu berichten. Durch interessierte Beiträge der Gäste kam es an diesen Abenden zu einem regen Austausch.

- **Mobilitätstag**

Der alljährliche Mobilitätstag fand in diesem Jahr am 15. Juni wieder auf dem Buttermarkt statt. Bei dieser Veranstaltung sollen Menschen mit Einschränkungen Hilfen angeboten werden, die dazu beitragen, den Alltag leichter zu bewältigen. Dabei geht es um Themen der unterschiedlichsten Art: Fragen rund um den Rollator, Fahrräder für die verschiedenen Bedürfnisse und die Sicherheit im Umgang damit, Hilfs- und Begleitangebote für Bahnbenutzer usw.

- **Tag des Sports**

Gemeinsam mit der Stadt Elmshorn beteiligte sich der Seniorenrat am 07. Mai 2023 am Tag des Sports. Eine wichtige Säule im eigenständigen Leben von Senioren und Seniorinnen ist neben der Ernährung insbesondere die Bewegung. Dabei wichtig ist, dass Übungen so konzipiert sind, dass sie den körperlichen Gegebenheiten angepasst und damit auch durchführbar sind. Die beiden angebotenen Übungen zum Mitmachen (Hockergymnastik und Yoga für Senior*innen) konnten auch von Personen mit Einschränkungen ausgeführt werden.

Die Erkenntnis daraus: Man kann auch mit Einschränkungen seinen Körper bei entsprechender Schulung trainieren.



- **Frühschoppen auf der MS Klostersande**

Mit allen Veranstaltungen verfolgt der Seniorenrat das Ziel, Kontakt zu den älteren Mitbürger*innen herzustellen und Möglichkeiten zu schaffen, sich untereinander zu treffen. Zum ersten Mal wurde am 1. Oktober 2023, dem Weltseniorentag, ein neues Format ausprobiert: Ein musikalischer Frühschoppen auf der MS Klostersande. Mit schwungvoller Musik unterhielt die Gruppe TubaTonk die ca. 60 Gäste. Fazit: Unbedingt wiederholen!

Ausblick

Auch im neuen Jahr werden wir uns nach Kräften für das Wohl der Elmshorner Senioren einsetzen, uns informieren, engagieren und versuchen, bei Entscheidungen und Themen, die Elmshorner Senioren betreffen, Einfluss zu nehmen. Dazu werden wir in Ausschüssen und im Kontakt mit politischen Parteien aktiv bleiben und durch die Kooperation mit Stadtteilzentren, anderen Institutionen und Seniorenbeiräten versuchen, möglichst viel für die Elmshorner Senioren zu erreichen.

Ein besonderes Augenmerk werden wir darauf legen, wie in Elmshorn eine angemessene Gesundheitsversorgung gesichert werden kann. Auch für genug Pflegeplätze, Kurzzeitpflegeplätze und ambulante Versorgungsmöglichkeiten werden wir uns einsetzen.

Der Bereich Wohnen hat bei uns nach wie vor eine hohe Bedeutung. Mit einem vielfältigen Wohnungsangebot für Ältere und geeigneten Unterstützungsmaßnahmen kann das längere Verbleiben in der eigenen Wohnung ermöglicht werden.

Der Bereich Digitalisierung erhält zunehmend Aufmerksamkeit – richtig so! Unser Ziel ist es, mehr und differenzierte Angebote für die Unterstützung beim Umgang mit Smartphone, Tablet und Computer zu finden.

Zum ersten Mal nach 4 Jahren wird es im nächsten Jahr wieder eine Seniorenmesse geben. Auch den Mobilitätstag werden wir wiederholen. Die bewährten Angebote wie Bunte Nachmittage, Vorträge, Radtouren, Bus-, Theater- und Konzertfahrten werden wir weiterführen, neue Programme wie Frühschoppen und „Zeitzeugen“ etablieren.

Mit der Öffentlichkeitsarbeit der Stadt sind wir im Austausch über die Einrichtung eines überschaubaren, leicht bedienbaren Seniorenportals.

Im Februar wird der neue Seniorenwegweiser erscheinen, der von einer Arbeitsgruppe mit großem Engagement und viel Zeitaufwand völlig überarbeitet und mit eigenen Fotos neu gestaltet wurde. Die großartige Unterstützung dafür durch die Öffentlichkeitsarbeit der Stadt, das Amt für Soziales und die Abteilung IT und GIS darf dabei nicht unerwähnt bleiben.

Impressum

Herausgeber: Seniorenrat der Stadt Elmshorn, Königstraße 36 a, T +49 (0)4121 231 277

www.elmshorn.de/seniorenrat

Text und Layout: Seniorenrat der Stadt Elmshorn | Jutta Altenhof, Gretel Hoefert, Gerda Jensen

Die Fotos stammen, soweit sie nicht anders gekennzeichnet sind, vom Seniorenrat Elmshorn

Vorwort: Detlev Hantel

Februar 2024