

*Wir geben dem
Alter eine Stimme!*



Tätigkeitsbericht 2023

Im Jahr 2023 haben die meisten Veranstaltungen und Besprechungen in Präsenz stattgefunden. Unser Ansatz, vernetzt zu arbeiten bewährt sich. Durch unser vernetztes Arbeiten und Handeln wird der Seniorenrat immer bekannter. Wir werden in viele relevante Themen miteinbezogen z.B. bei der Stadt, der Uni, der Sanierungstreuhand, der Forschung, Ideenwerkstätten (Projekt KLUGA vom Umweltinstitut bifa zu seniorengestützter Klimawandelanpassung) und es finden immer mehr Projekte mit Kooperationspartnern statt.

Unsere Expertise ist bei der Stadt gefragt. So ist die Einbeziehung des Seniorenrats eine der Handlungsempfehlungen im Seniorenbericht. Wir wurden durch ein Interview in den Altersarmutsbericht mit einbezogen und durch die monatlichen Sitzungen mit der Altenhilfeplanerin Frau Eichenhofer fließt die Sichtweise des Seniorenrats in die Planung mit ein.

Wir arbeiten in verschiedenen Arbeitskreisen und Projekten mit und bringen dort die Anliegen und Bedürfnisse der Älteren ein.

1. Der Seniorenrat ist in folgenden Arbeitskreisen vertreten:

- Inklusionsbeirat
- Beirat Pflegestützpunkt Ulm
- Bürgerbeirat Landesgartenschau
- Innenstadtdialog
- Frauenforum
- FaRBE Fachkräfte regional für bürgerschaftliches Engagement
- Kommunale Pflegekonferenz
- Mitorganisation Alzheimertag/Seniorentag
- Ulmer Netzwerk: Bildung und soziale Teilhabe im Alter
- Netzwerk Altersarmut, wenn die Rente nicht reicht
- Freiwilligenmesse
- Projekt DigitalmentorInnen

Mit dem Landesseniorenrat arbeiten wir eng zusammen. Es findet ein regelmäßiger Austausch, z.B. in Online-Foren statt.

Auch mit den Kreissenorenräten Alb-Donau-Kreis, Ostalb Kreis, Kreis Heidenheim und Schwäbisch Gmünd tauschen wir uns aus.

2. Eigene Projekte

2.1 Projekt Flitzerle:

Das Flitzerle ist unser ehrenamtlicher kostenloser Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren. Der Seniorenrat besitzt ein Fahrzeug, das über Spenden finanziert wurde. Den Fahrdienst können Seniorinnen und Senioren von Montag bis Freitag nutzen, die nicht gut zu Fuß sind, eine kleine Rente haben und im Besitz der LobbyCard der Stadt Ulm sind.

Es geht meist um Fahrten zum Arzt, zur Klinik, zum Einkaufen, zur Physiotherapie etc. Dies ist ein wichtiges Angebot. Die Betroffenen können durch dieses Angebot am gesellschaftlichen Leben noch ein wenig teilnehmen und eigenständig agieren. Das trägt u.a. mit dazu bei, dass sie nicht vereinsamen. Für manche Seniorin/Senior ist unser Fahrer der einzige Gesprächspartner.

Zurzeit sind 1 Fahrerin und 10 Fahrer im Einsatz. Die Disposition wird im Wechsel von 3 Fahrern übernommen. Im Jahr 2023 haben wir an 221 Tagen über 1100 Einzelfahrten durchgeführt. Im Schnitt waren es ca. 5 Fahrten täglich. Es waren wieder mehr Fahrten wie im Vorjahr. Neue Kunden sind dazugekommen. Mit einem neuen Flyer haben wir die Öffentlichkeitsarbeit verstärkt.

Das Flitzerle-Team hat sich regelmäßig zu Besprechungen getroffen. Regelmäßige Absprachen mit dem Disponenten-Team fanden statt.

In 2023 haben wir im Oktober das 10-jährige Jubiläum gefeiert. Das Seniorenzentrum Elisa hat uns für unsere Feier dankenswerterweise einen Raum zur Verfügung gestellt und auch für das leibliche Wohl gesorgt. Es war eine gelungene Feier. Der damalige Oberbürgermeister Gunter Czisch hat ein Grußwort gesprochen und sich für dieses große Engagement über diesen langen Zeitraum sehr herzlich bedankt. Schüler der Freien Waldorfschule Ulm, Römerstraße haben den Festakt musikalisch begleitet. Frau Gerstmeier, ehemalige Vorsitzende hat das Flitzerle vor 10 Jahren aus der Taufe gehoben. Sie wurde dafür und für anderen Projekte, die sie initiiert hat, geehrt. Der Vorstand des Seniorenrats hat sie zum Ehrenmitglied ernannt und ihr eine Urkunde überreicht.

2.2 Schulfrühstück an der Martin-Schaffner-Grundschule

Unser Ziel ist es, den Kindern ein ausgewogenes, abwechslungsreiches und gesundes Frühstück morgens anzubieten, alle Kinder dieser Schule können das Angebot in Anspruch nehmen. Nach überstandener Schließung wegen Corona läuft seit 2023 das Schulfrühstück in bewährter Weise ab. Wir sind 10 Damen und 3 Herren, die alle ehrenamtlich arbeiten. (Erwähnenswert ist, dass das Team nicht nur aus Seniorinnen und Senioren besteht, sondern auch junge Menschen dabei sind)

Die Teammitglieder beginnen mit ihren Vorbereitungen bereits um 6.30 Uhr. Wir bieten das Frühstück von Montag bis Freitag von 7.00 – 8.30 h an. Jeder Tag ist mit zwei Personen besetzt. Mit Zusammenarbeit der Stadt Ulm wurde unser Frühstücksangebot dem heutigen Stand der Lebensmittelgesellschaft angepasst, d.h. speziell für uns, dass kein Weißbrot mehr angeboten wird, sondern Schwarzbrot und Vollkorntoast im Wechsel. Außerdem gibt es wurstfreie Tage. Diesen Wechsel bieten wir mindestens 2x/Woche an.

Regelmäßig nehmen die Teammitglieder an Infektionsschutz- und Hygieneschulungen der Stadt Ulm teil.

Zum Frühstück wird angeboten: Rind-/Pute und Geflügelwurst, Käse, Frischkäse, Obst, Gemüse, Joghurt, Müsli, Marmelade, Honig, hartgekochte Eier, Nutella, Saft, Kaba und Wasser

Im Jahr 2023 kamen insgesamt 4041 Kinder zum Schulfrühstück. Die Kinderzahlen sind jeden Monat unterschiedlich, da man hier die Brückentage der Schule, Ausflüge, Schullandheim, Ferien und Krankheit der Kinder, berücksichtigen muss. Die Unkosten für Lebensmittel decken wir durch unseren Sponsor und Spenden ab. Sollte unser Budget nicht ausreichen, greift uns die Stadt Ulm finanziell unter die Arme. Wir Frühstücksdamen und Herren treffen uns regelmäßig zum Gedankenaustausch.

2024 feiert das Projekt Schulfrühstück sein 10 -jähriges Bestehen.

(Bericht von Frau Matt, die das Schulfrühstück organisiert)

2.3 Projekt Bewegung im Grünen

Wir bieten in drei Gruppen Bewegung im Grünen an. Eine Gruppe im Weststadthaus, das von der AG-West organisiert wird. Die zweite Gruppe trifft sich im Sommer in den Ehinger Anlagen und im Winter im Tanzstudio der vh. Die dritte Gruppe trifft sich in der Friedrichsau im Sommer und im Schaffnerhaus in den Wintermonaten. Im Freien werden Spaziergänger aufgefordert mitzumachen. Die Gymnastik wird gut angenommen. Insgesamt haben in den 3 Gruppen bis zu 44 Personen im Alter von 60-86 Jahren teilgenommen, 36 Frauen und 8 Männer.

3. Kooperationsprojekte

3.1 Umweltwoche

In Ulm fand vom 17.6. bis 21.6. die Umweltwoche statt, die von Jugend aktiv, dem Donaubüro und seinem Europe Direkt Zentrum, sowie der lokalen Agenda und dem Seniorenrat Ulm organisiert wurde. Insgesamt 35 Organisationen haben daran teilgenommen. Die Jugendlichen von Jugend aktiv haben die Umweltwoche ins Leben gerufen und bisher diese allein organisiert. Sie haben dann beschlossen die 3. Umweltwoche mit mehr Kooperationspartnern zu gestalten, damit das Thema Umwelt und Nachhaltigkeit eine noch breitere Öffentlichkeit erreicht.

Wir vom **Seniorenrat** wurden auch angefragt. Für uns war es selbstverständlich, dass wir uns beteiligen. Die Zukunft geht alle Generationen an. Wir Älteren fühlen uns mitverantwortlich, wie es mit unserem Klima und unserer Welt weitergeht. Nur wenn die Generationen miteinander sprechen, voneinander lernen und gemeinsam handeln, können wir bei der Jahrhundertaufgabe Klima- und Umweltschutz weiterkommen und die Welt für die nachfolgenden Generationen lebenswert erhalten. Deshalb war es für uns ein Anliegen, dass wir uns an der Umweltwoche aktiv beteiligen.

Wir als Seniorenrat haben im Organisationsteam aktiv mitgearbeitet und **500 selbstgenähte Beutel für Gemüse** auf dem Wochenmarkt verschenkt. Unser Ziel war, Menschen, die auf dem Wochenmarkt einkaufen in ihrem Einkaufsverhalten zu bestätigen und mit einem selbstgenähten Gemüsebeutel zu belohnen. Wir haben dabei keine Ressourcen verschwendet und die Gemüsebeutel aus alten Vorhängen und Stoffresten genäht. Die Größe der Beutel richtete sich nach der Größe des Stoffes, so dass alles verwertet werden konnte. Es gab kleine, große, breite, bunte und weiße. Es wurde nichts dafür gekauft. Somit waren die Gemüsebeutel nachhaltig. Die Aktion kam sehr gut an und die Beutel fanden regen Absatz.

Das Besondere war, die Gemüsebeutel haben Jung und Alt gemeinsam verteilt, mit dem Markt Besuchern diskutiert und für die Umweltwoche geworben. Die Resonanz war groß und die Menschen wollten mehr über die Arbeit des Seniorenrats erfahren.

Auch Herr Oberbürgermeister Czisch besuchte unseren Stand und hat für seine Frau einen Gemüsebeutel mitgenommen.

Zum Auftakt der Umweltwoche gab es einen **Markt der Möglichkeiten**. Wir haben uns mit einem **Infostand** dort beteiligt. Anhand einiger Beispiele haben wir gezeigt wie man gebrauchte Dinge weiterverwenden und ihnen ein neues Leben schenken kann: Z.B. als gebügeltes Geschenkpapier, neue Kerzen aus Kerzenresten, Toilettenrollen als Ordnungssystem oder als kleine Töpfe zur Anzucht von Blumen, Taschen aus Kaffeeverpackungen und Stoffen, Verpackungen als Müllbeutel usw.

Zusätzlich legten wir das Positionspapier des Landessenorenrats und das Magazin des Landessenorenrats „im blick“ zum Thema Nachhaltigkeit und Klima aus

Im Organisationsteam der Umweltwoche hat sich gezeigt, dass Jung und Alt gemeinsam sehr gut zusammenarbeiten können, dass es allen Spaß macht und gegenseitig bereichernd ist. Wir werden auf jeden Fall bei der nächsten Umweltwoche 2025 wieder dabei sein und streben weitere gemeinsame Projekte an.

3.2. Mobilität

AG Fußverkehr, Aktion freie Gehwege

Bei der Aktion „freier Gehweg“ 2022 entstand eine Kooperation mit der AG Fußverkehr „zu Fuß in Ulm“ und dem Blinden- und Sehbehindertenverband Württemberg. Gemeinsam führten wir ein Pressegespräch, um auf die Probleme von Fußgängern, vor allem von Älteren, blinden Menschen, Menschen mit Sehbehinderungen, Menschen mit Rollator, Rollstühlen hinzuweisen und die Öffentlichkeit dafür zu sensibilisieren. Fußgängerwege müssen sicher und frei sein. Sie dürfen nicht zugeparkt oder z.B. durch E-Scooter verstellt werden. Auch Müllsäcke und Mülltonnen dürfen nicht im Weg stehen. Fuß- und Radwege müssen getrennt sein.

Fußgänger als eigenständige Verkehrsteilnehmer und damit schwächstes Glied bei der Mobilität, haben noch keine Lobby, werden noch viel zu wenig beachtet.

Deshalb fordern wir einen Fußverkehrsbeauftragten.

In der Südwestpresse, Neu-Ulmer Zeitung und bei Radio Donau 3 FM wurde darüber berichtet.

Die **RPG Mitte/Ost** hat zum Thema freie Gehwege den Hauptabteilungsleiter Verkehrsplanung und Straßenbau Herrn Michael Jung in ihre Sitzung eingeladen. Dazu wurden auch wir vom Seniorenrat eingeladen, um aufzuzeigen, wo es Probleme beim Fußverkehr gibt und wo die Sicherheit für Fußgänger gefährdet ist. Die Planung muss sich auf die Belange älterer Menschen mehr einstellen.

Wir haben uns an dem Projekt **Spazierwege** Mitte/Ost und Neustadt beteiligt. Dieses Projekt entstammt einer Handlungsempfehlung aus dem Altersarmutsbericht. Menschen, die wenig Geld haben, sollen die Möglichkeit bekommen, durch schöne Spazierwege eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung zu erleben. Ziel ist Spazierwege zu beschreiben, die auch für Menschen mit Gehbehinderung geeignet sind. Die Kriterien sind u.a. ist eine Toilette und Haltestelle in der Nähe, gibt es Bänke, muss man mit Unebenheiten rechnen, gibt es Steigungen auf dem Weg etc.

3.3 Schwätzbänke

Das Schwätzbänke ist ein niederschwelliges Angebot gegen Einsamkeit. Im Rahmen des Projekts Belebung des Alten Friedhofs haben wir monatlich von Mai-Oktober donnerstags von 15-17:00 Uhr ein Schwätzbänke angeboten. Es wurde gut angenommen. Mehrere einsame Ältere Menschen haben das Schwätzle sehr gerne genutzt. Für manche waren wir an dem Tag der erste Gesprächspartner. Die Gespräche drehten sich vorwiegend um die eigene Biografie und um das Alleinsein.

Beim **Green-Parking Day** haben wir ein Schwätzbänke für Alt und Jung angeboten. Wir wollten die Idee des Schwätzbänke mitten in die Gesellschaft tragen. Statt einem Parkplatz eine Plattform für Begegnungen anbieten. Auf 2 Bänken mit Pavillon konnten sich die Leute hinsetzen, ausruhen, ins Gespräch kommen und sich einfach unterhalten und Leute kennenzulernen. Es wurde gut angenommen, vor allem, als sich der damalige Oberbürgermeister Czisch dazugesellte, war das Interesse groß. Viele haben sich auch für die Arbeit des Seniorenrats interessiert.

4. Vorstandswahlen

Am 27.6.23 fand eine Mitgliederversammlung mit Vorstandswahlen statt. Herr Laskowski stellte sich nicht mehr zur Wahl: Es wurden bestätigt: Frau Maria Eichenhofer-Fröscher als Vorsitzende, Frau Gabriele Matt als Stellvertretende Vorsitzende, Frau Gabriele Endres, Frau Sabine Freudenreich (Kassenführerin), Herr Otfried Hinger, Frau Gabriele Joanni, Frau Ruth Schumann, Herr Nedzad Mulavdic, Frau Dr. Ilse Winter. Frau Angelika Bräuer wurde neu in den Vorstand gewählt.

Frau Paula Jäger und Herr Wolfgang Frank wurden als Kassenprüfer bestätigt.

Die Kassenprüfung bescheinigte eine gute Kassenführung ohne Beanstandungen

5. Weihnachtsfeier und Seniorentag

Unsere Ehrenamtlichen wurden zu einem Weihnachtsessen und zum Landesseniorentag nach Mannheim mit Besuch der Bundesgartenschau eingeladen.

6. Ausblick:

- Mit dem Thema Digitalisierung allgemein und dem digitalen Gesundheitswesen beschäftigen wir uns weiter. Neben der Digitalisierung muss es auch analoge Angebote geben.
- Das Schwätzbänke, eine niederschwellige Maßnahme gegen Einsamkeit führen wir weiter.
- Bei der Umweltwoche mit Jugend aktiv, dem Donaubüro und dem Europe Direct Zentrum und der lokalen Agenda werden wir wieder im Organisationsteam mitarbeiten.
- Die Aktion Freie Gehwege für Fußgänger setzen wir fort.
- 2024 feiern wir das 10-jährige Jubiläum „Schulfrühstück“ in der Martin-Schaffner-Schule.
- Wir werden wieder im Rahmen des Internationalen Filmfestival der Generationen einen ausgewählten Film zeigen. (wie vor der Pandemie).
- Das Thema Hitze auf Grund des Klimawandels werden wir angehen. Z.B., dass es genügend beschattete Trinkbrunnen in der Stadt gibt.

- Die Mitarbeit bei der Kampagne Altersarmut, „wenn die Rente nicht reicht“ werden wir fortsetzen.
- Austausch und Kooperationen mit dem Beraterkreis Senioren Neu-Ulm und dem Seniorenrat Ulm sind geplant z.B. Die Durchführung eines Verkehrssicherheitstages 2024 zusammen mit dem Beraterkreis Neu-Ulm (Informationsnachmittag und Praxistraining auf dem Verkehrsübungsplatz)

Ulm, 14.5.23

Maria Eichenhofer-Fröscher