



# Senioren Kurier

Newsletter des Landesseniorenbeirats Mecklenburg-Vorpommern e. V.

12-2024

## Informationen aus Europa, Bund, Ländern, Unternehmen, Vereinen und Verbänden

Liebe Leser des Newsletters,

ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu, und wir möchten diese Gelegenheit nutzen, um Ihnen allen herzlich für Ihr Engagement und Ihre wertvolle Arbeit im Sinne der älteren Generationen in unserem Land zu danken. Ihr Einsatz für die Belange der Seniorinnen und Senioren in Mecklenburg-Vorpommern ist von besonderem Wert und trägt wesentlich zu einem solidarischen und lebenswerten Miteinander bei. Am 21.11.2024 hat dazu das Altenparlament wichtige Beschlüsse gefasst, die insbesondere zur Verbesserung der Lebenssituation der Seniorinnen und Senioren beitragen. Mit drei Leitanträgen und einer Resolution zur Verbesserung der Gesundheitsversorgung, der Entwicklung einer Landespflegestrategie und der Schaffung einer seniorenrechtlichen Infrastruktur, insbesondere im ländlichen Raum, sowie einer Beschleunigung der Mobilitätsoffensive wurde die Landesregierung gebeten, die Umsetzung zeitnah in Angriff zu nehmen. Wir werden gemeinsam mit Ihrer Unterstützung die Realisierung konstruktiv begleiten. Mit einem Erfahrungsaustausch im 1. Quartal 2025 möchten wir mit Ihnen die Schwerpunkte für unsere gemeinsame Arbeit besprechen. Dazu erhalten sie in Kürze eine gesonderte Einladung.

Die Weihnachtszeit lädt uns ein, innezuhalten, zurückzublicken und neue Kraft zu schöpfen. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen und Ihren Familien ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest, erholsame Feiertage und einen gesunden, glücklichen Start ins neue Jahr. Möge das Jahr 2025 von Zuversicht, Gesundheit und weiterhin von einer vertrauensvollen Zusammenarbeit geprägt sein. Gemeinsam können wir auch im kommenden Jahr viel für die ältere Generation bewirken und neue Perspektiven schaffen.

Herzliche Grüße  
Joachim Kießling  
Vorsitzender Landesseniorenbeirat  
Mecklenburg-Vorpommern

### BAGSO

#### **Wahlprüfsteine veröffentlicht: Für gutes Altern in Deutschland Forderungen der Seniorenorganisationen zur Bundestagswahl 2025**

Die Bundespolitik spielt eine entscheidende Rolle, wenn es um die Rahmenbedingungen für ein gutes Älterwerden in Deutschland geht. Mit ihren Wahlprüfsteinen zur Bundestagswahl 2025 richtet die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen den Blick auf zentrale Herausforderungen der Seniorenpolitik. Zu insgesamt acht Themenfeldern fragt sie nach den Positionen der Parteien, formuliert zugleich ihre Erwartungen an die Politik und zeigt Lösungswege auf. Die BAGSO-Vorsitzende Dr. Regina Görner: „Wie können wir Menschen besser helfen, die von Armut im Alter bedroht oder betroffen sind? Wie können wir pflegende Angehörige entlasten und geeignete Wohnformen im Alter schaffen? Wie binden wir Ältere in die Entwicklung künstlicher Intelligenz ein und wie schützen wir sie vor Diskriminierung und Ausgrenzung? Diese und viele weitere Fragen müssen von der Bundespolitik beantwortet werden. Denn Alter ist kein Randgruppenthema. Es betrifft heute schon über 20 Millionen Menschen in Deutschland. Und früher oder später alle. „Die BAGSO hat die Wahlprüfsteine und ihre Forderungen gemeinsam mit ihren 122 Mitgliedsorganisationen erarbeitet. Zentrale Themen sind die Stärkung der Rechte älterer Menschen, bezahlbares und altersgerechtes Wohnen, die Förderung digitaler Schulungsangebote sowie die Aufrechterhaltung analoger Zugänge. Die BAGSO fordert zudem grundlegende Reformen in der Pflege wie den Ausbau der Pflegeversicherung zu einer Vollversicherung und eine Lohnersatzleistung für pflegende Angehörige.

Zu den Wahlprüfsteinen

[https://www.bagso.de/fileadmin/user\\_upload/bagso/06\\_Veroeffentlichungen/2024/BAGSO-Wahlpruefsteine\\_zur\\_Bundestagswahl\\_2025.pdf](https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2024/BAGSO-Wahlpruefsteine_zur_Bundestagswahl_2025.pdf)

## Deutsche Bahn lenkt bei Sparpreisen ein

Die BAGSO mahnt weitere Schritte für analoge Zugänge an.

Die Deutsche Bahn hat Medienberichten zufolge angekündigt, mit dem Fahrplanwechsel am 15.12.2024 Sparpreistickets wieder ohne Angabe von E-Mail-Adresse oder Mobilfunknummer am Schalter anzubieten. Damit werden Menschen, die keinen Zugang zum Internet haben oder hohen Wert auf den Schutz ihrer Daten legen, nicht länger von den vergünstigten Tickets ausgeschlossen. Die BAGSO begrüßt die Entscheidung und fordert die Deutsche Bahn auf, auch die BahnCard wieder ohne E-Mail-Adresse und digitales Kundenkonto anzubieten. Bedauerlich ist, dass die Deutsche Bahn weiterhin nicht offen und transparent mit dem Thema Digitalisierung umgeht. So informiert sie auf ihrer Homepage über viele Neuerungen zum Fahrplanwechsel, nicht aber über ihr Einlenken bei den Sparpreisen.“

Zur BAGSO Pressemitteilung

<https://www.bagso.de/spezial/aktuelles/detailansicht/deutsche-bahn-lenkt-bei-sparpreisen-ein/>

## Älterwerden in Deutschland - Umfrage im Rahmen der internationalen Altenpolitik

Mit einer Umfrage möchte die BAGSO herausfinden, wie die Menschen auf das Älterwerden in Deutschland schauen und welche Zukunftsthemen ihnen wichtig sind. Die Ergebnisse werden auf dem 14. Deutschen Seniorentag im Rahmen eines World Cafés diskutiert und fließen ein in die Überarbeitung der Regionalen Umsetzungsstrategie des Zweiten Weltaltensplans. Die Umfrage richtet sich an Menschen jeden Alters und an Vertreterinnen und Vertreter zivilgesellschaftlicher Organisationen. Wer an der Umfrage teilnimmt, erhält die Chance auf eine exklusive Einladung zum 14. Deutschen Seniorentag. Der Fragebogen kann handschriftlich oder online ausgefüllt werden.

Einsendeschluss ist der 20. Januar 2025. Der gedruckte Fragebogen kann – bei Bedarf auch in größerer Stückzahl – per E-Mail an [international@bagso.de](mailto:international@bagso.de) oder telefonisch unter 0228 / 24 99 93 30 bestellt werden.

Mehr Informationen zur Umfrage

<https://www.bagso.de/themen/internationale-altenpolitik/rechte-aelterer/aelterwerden-in-deutschland/>

Zum Online-Fragebogen

<https://fogs-umfragen.de/index.php/942545?lang=de>

## Digitaler Adventskalender: Wissenswertes, Spiele und Gewinne

Pünktlich zum 1. Dezember startete der digitale Adventskalender des DigitalPakt Alter. Gemeinsam mit seinen Partnern hat das Projektteam 24 abwechslungsreiche Türchen vorbereitet: Von Projekteinblicken über spannende Wissenshäppchen bis hin zu Minispielen. Hinter einigen Türchen verstecken sich auch besondere Gewinne, wie Eintrittskarten für den Deutschen Seniorentag oder Sprachassistenten für zuhause. Der Kalender ist für alle Interessierten zugänglich – die Gewinne werden ausschließlich an Ehrenamtliche und Vereine verlost.

Zum Adventskalender

<https://tuerchen.app/DigitalPaktAlter>

## Bund

### Vom Bundeskabinett beschlossen: Engagementstrategie und Vierter Engagementbericht

Um das freiwillige Engagement und den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu fördern, hat das Bundeskabinett die Engagementstrategie des Bundes und den Vierten Engagementbericht zum Thema „Zugangschancen zum freiwilligen Engagement“ beschlossen. Der Bericht untersucht unter anderem, warum bestimmte Gruppen, wie Menschen mit niedrigem Einkommen oder mit Migrationshintergrund, es schwerer haben, sich freiwillig zu engagieren. Er empfiehlt neben besseren rechtlichen Rahmenbedingungen und dem Abbau von Bürokratie neue, inklusive Organisationen zu fördern. Die Engagementstrategie zielt z.B. darauf, das Engagement in Krisenzeiten zu stärken und die digitale Transformation des Engagements voranzutreiben. Die Strategie wird alle zwei Jahre überprüft und mit Beteiligung der Zivilgesellschaft weiterentwickelt.

Zur Pressemitteilung des BMFSFJ:

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/presse/pressemitteilungen/starkes-ehrenamt-braucht-starke-rahmenbedingungen-251538>

## BZgA

### Wichtige Gesundheitstage im Jahr 2025

Tag der Organspende, Hitzeaktionstag, Weltnichtrauchertag oder Welt-Kindertag: Gesundheitstage rücken unterschiedliche Themen aus dem Gesundheitsbereich in den Fokus und schärfen das Bewusstsein für Erkrankungen, Belastungen und vorbeugende Maßnahmen. Kommunen, Apotheken, Krankenkassen, Schulen, Unternehmen und andere Institutionen können die Gesundheitstage nutzen, um Aktionen zu organisieren und mit themenspezifischen Angeboten die Bevölkerung zu unterstützen.

[Liste der Gesundheitstage 2025](#)

<https://infodienst.bzga.de/gesundheitsfoerderung/nationale-internationale-gesundheitstage/>

## **Machen Sie sich selbst ein Geschenk:**

### **Weniger Alkohol an den Festtagen und im neuen Jahr ist gut für Körper und Psyche.**

Am Glühweinstand, auf der Weihnachts- und Silvesterfeier und beim Familienessen: Zum Jahresende gibt es viele Anlässe, Alkohol zu trinken. Dass Alkohol der Gesundheit schadet, ist bekannt – beschenken Sie sich selbst und verzichten Sie auf Alkohol! Ein alkoholfreier Lebensstil verringert das Risiko, an Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Krebs zu erkranken und schützt das Gehirn und zahlreiche weitere Organe vor langfristigen Schäden. Die BZgA gibt Tipps zum gesundheitsbewussten Umgang mit Alkohol an den Festtagen.

<https://www.bzga.de/presse/pressemitteilungen/2024-12-16-machen-sie-sich-selbst-ein-geschenk-weniger-alkohol-an-den-festtagen-und-im-neuen-jahr-ist-gut-fuer-koerper-und-psyche/>

## **DEUTSCHER SENIORENTAG**

Vom 2. bis 4. April 2025 findet der 14. Deutsche Seniorentag im Congress Center Rosengarten in Mannheim statt. Auf dem Programm stehen mehr als 90 Veranstaltungen und eine Messe zu allen Fragen des Älterwerdens. Wir stellen Flyer, Plakate und Postkarten zur Verfügung, die Sie – auch in größerer Stückzahl – auf der Internetseite des Deutschen Seniorentages oder telefonisch unter 0228 / 24 99 93 57 bestellen können.

Infomaterialien zum Deutschen Seniorentag bestellen:

<https://www.deutscher-seniorentag.de/service/infomaterialien/>

## **DIGITAL-KOMPASS**

### **Online-Veranstaltungen:**

**Fake News und Wahlen:** Durch KI gefälschte Informationen erkennen. Am 28. Januar 2025 lädt der Digital Kompass passend zur bevorstehenden Bundestagswahl ein, sich mit dem Thema Desinformation durch KI zu beschäftigen. Er widmet sich in dieser Online-Veranstaltung der Frage, wie man Falschmeldungen und Desinformation im Netz erkennen kann, um nicht auf diese hereinzufallen. Diese und weitere Termine.

### **Teilhabe: Welche Rechte habe ich? Wo kann ich mich beraten lassen?**

In dieser Fragerunde am 12.02.2025 gibt unsere Expertin vom Kompetenzzentrum Selbstbestimmt Leben für Menschen mit Sinnesbehinderung Einblicke in die Teilhaberechte von Menschen mit Behinderungen, im Besonderen solchen mit Sinnesbehinderungen. Dabei werden Themen wie das persönliche Budget, Assistenzleistungen sowie wichtige Anlaufstellen für Beratung und Informationen behandelt.

Anmeldung und weitere Informationen:

<https://www.digital-kompass.de/aktuelles>

## **Gesetzliche Krankenversicherung (GKV)**

### **Allgemeiner Zusatzbeitrag für die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV)**

Der durchschnittliche Zusatzbeitragssatz in der gesetzlichen Krankenversicherung für 2025 beträgt **2,5 Prozent**. Der Bundesrat hat in seiner Sitzung am 22.11.2024 der Sozialversicherungs-rechengrößen-Verordnung 2025 zugestimmt

Gesetzliche Krankenkassen müssen ihre Mitglieder rechtzeitig in einem gesonderten Schreiben von einer beabsichtigten Erhöhung des Zusatzbeitrages und dem damit einhergehenden Sonderkündigungsrecht gem. § 175 Absatz 4 SGB V informieren. Das muss spätestens einen Monat vor Ablauf des Monats, für den der Zusatzbeitragssatz erhöht wird, geschehen. Falls der erhöhte Zusatzbeitrag den durchschnittlichen Zusatzbeitragssatz (2025: 2,5 Prozent) übersteigt, müssen die Mitglieder zudem auf die Möglichkeit hingewiesen werden, dass sie in eine günstigere Krankenkasse wechseln können.

Liste der gesetzlichen Krankenkassen nach Ihrer Beitragshöhe:

<https://www.krankenkassen.de/gesetzliche-krankenkassen/krankenkasse-beitrag/zusatzbeitrag/>

weitere Informationen:

<https://www.der-paritaetische.de/alle-meldungen/erhoehung-des-durchschnittlichen-zusatzbeitragssatzes-in-der-gesetzlichen-krankenversicherung-ab-2025/>

## **REGIONALBÜROS Alter, Pflege Demenz**

### **Online-Adventskalender für Pflegende Angehörige „Altersbilder“: Preise zu gewinnen**

Auch das Programm „Altersbilder“ des Bundesministeriums (BMFSFJ) hat in diesem Jahr auf seiner Internetseite wieder einen digitalen Adventskalender eingerichtet. Seit dem 1. Dezember verbirgt sich jeden Tag hinter einem Türchen eine Rätselfrage zu den Themen, mit denen sich das Ministerium beschäftigt. Wer die Fragen richtig beantwortet, kann mit etwas Glück Preise gewinnen.

Zum Adventskalender:

<https://alter-pflege-demenz-nrw.de/adventskalender-fuer-pflegende-angehoerige-2024/>