

ALTER

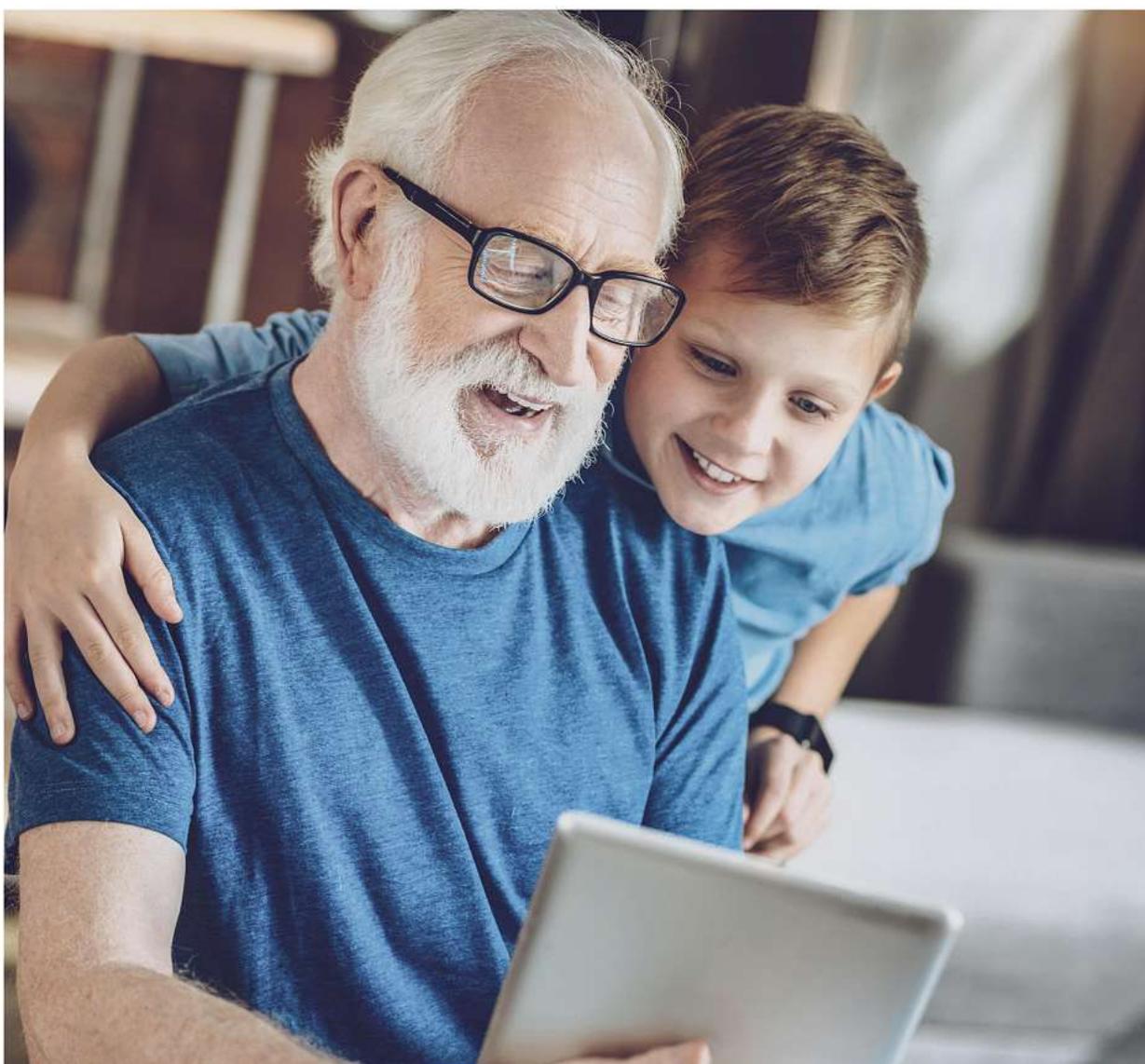
Die Seniorenräte im Kreis Calw informieren

aktiv

03
2025



www.kreisseniorratcalw.de



Nie zu alt für Internet

Die Bundesregierung informiert über Möglichkeiten, die digitale Welt zu nutzen.

Drei Messen im Herbst

In Calw, Neubulach und Ebhausen finden Infotage für Senioren statt.

Thementag ein Erfolg

Rund 150 Interessierte kamen zum Thementag des KSR in Althengstett.

Es war einmal ein Bänkle schön und fein,
doch es war immer ganz allein.
Brennnessel wuchsen durch seine Ritzen
und man konnte nicht mehr darauf sitzen.
Darum war das Bänkle schön und fein,
immer ganz allein.

Verfasser unbekannt



Foto: zinkevych – stock.adobe.com

Seniorenräte

Kreissenorenrat Calw e.V.

Vorsitzender:

Eberhard Fiedler, Wildberg
kreissenorenratcalw@gmail.com

Stellvertreter:

Thomas Baitinger, Nagold
Günther Wallburg,
Bad Liebenzell

KassiererIn: Anja Roth,
Wildberg

Schriftführer: Lothar Kallfaß,
Neubulach

Pressereferentin:

Christine Strienz, Calw

Orts- und Stadtseniorenräte

Stadtseniorenrat Altensteig 60plus

Jana Hartmann,
07453/9580709,
info@60plus-altensteig.de

Seniorenrat Althengstett
Ernst Hempel, 07051/12767,
ernst.hempel@gmx.de

Stadtseniorenrat

Bad Herrenalb

Bernhard Ziegelmeier
0160/2350109
stadtseniorenratherrenalb@gmx.de

Bürger- u. Kulturverein Bad Liebenzell e.V.

Günther Wallburg, 07052/3525
vorstand@ssrplus.de

Stadtseniorenrat Calw

Gerd Deckers, 07051/9366731
gerd.deckers@outlook.de

Ortsseniorenrat AG Senioren Ebhausen e.V.

Gerhard Anton, 07458/98285
gerhard.anton@outlook.de

Arbeitskreis Senioren

Haiterbach

Stephan Trunte, 0175/2893134
stephan@trunte.org

Stadtseniorenrat Nagold

Eberhard Schwarz, 07452/5789
e.schwarz1@arcor.de

Stadtseniorenrat Wildberg

Erhard Wacker, 07054/7258,
wacker@ssr-wildberg.de

Seniorenrat Oberes Enztal

Claudia Ollenhauer,
07085/ 9244018, sroe@gmx.org

Ähnliche Organisation Miteinander und Füreinander in Neuweiler e.V.

Anita Burkhardt, 07055/929777
info@mfn-neuweiler.de

Menschen helfen

Menschen e.V. Schömburg

Martin Wurster, Rosario Moser
07084/931 69 61

info@mhm-schoemberg.de

Inhalt

Gedicht: „Es war einmal ein Bänkle ...“	2
Grußwort von Eberhard Fiedler	3
Älter werden im Landkreis Calw	4
Brücke zwischen Krankenhaus und Zuhause	5
Vorteile beim Einkaufen	6
Mit der S-Vorteilswelt-App haben sie alles im Griff	7
Technologie trifft Menschlichkeit	8+9
Wenn das Vergessen beginnt, ändert sich alles	10+11
Finanzen im Griff: „Spartöpfe für jedes Projekt“	12
Gleich drei Messen in diesem Herbst	13
Mit Herz dabei	14
Das digitale Erbe	15

Besuchen Sie den
Kreissenorenrat auch
im Internet auf

www.kreissenorenratcalw.de

Dort sind auch frühere Ausgaben
von ALTER aktiv in digitaler Form
zu sehen.

Die nächste Ausgabe
ALTER aktiv
für das Nagold-, Enz-
und Albtal erscheint

am

Samstag, 6. Dezember

Beiträge senden Sie bitte per
E-Mail bis 15. November:

– lotharkallfass@aol.com
– bedaro@kabelbw.de
– mail@sg-pr.de
(Christine Strienz)
– kreissenorenratcalw@gmail.com

Sonstige Beiträge an:
ardnasknuf@googlemail.com

Impressum

Herausgeber:

Kreissenorenrat Calw e.V.

Redaktion und V.i.S.d.P.:

Sandra Langguth
Im Böckeler 38
73230 Kirchheim
E-Mail: ardnasknuf@googlemail.com

Druck:

Druckzentrum Südwest

Spendenkonto:

Kreissenorenrat Calw
Sparkasse Pforzheim Calw
IBAN: DE04 6665 0085 0005 0740 02

VE Volksbanken eG

IBAN: DE71 6039 0000 0572 8360 07

Titelseite:

Gestaltung: Sandra Langguth
Titelbild: XXXXXX

Kostenlose Exemplare von

ALTERaktiv liegen bei den
Geschäftsstellen der Sparkasse
Pforzheim Calw aus.

ALTERaktiv steht auch als elektronische Ausgabe

zwei Wochen nach Erscheinen
zur Verfügung. Einfach runterladen
und lesen.

Liebe Leserinnen und Leser,



Ob das am zu Ende gehenden Sommer liegt – also das „Sommerloch“ langsam austrocknet – oder an was auch immer, die Schlagzeilen, die uns Ältere ansprechen oder anders gesagt, aufregen sollen:

„Kunden verärgert über die Rabatt-Apps“, oder „Richtig gut alt werden? So kann es gehen“, oder „Weniger Personal und immer ältere Patienten“ - und das Tüpfle auf dem I dann noch vom DIW-Experten Prof. Fratzscher, der nicht nur einen Boomer-Soli, sondern einen Pflichtdienst für Rentner ins Spiel bringt. Ins gleiche Horn stößt auch die

Wirtschaftsweise Veronika Grimm, indem sie sagt: „Wir brauchen in der Renten-, Pflege- und Krankenversicherung mehr Ehrlichkeit darüber, welche Leistungen wir uns wirklich leisten können und welche nicht“.

Um es gleich zu Beginn zu sagen: Ich möchte an dieser Stelle nicht politisch werden. Das verbietet schon unsere Satzung. Aber kommentieren muss man schon dürfen.

Ja, die von den großen Einzelhändlern und Discountern ständig in den Medien angepriesenen Sonderpreise – besonders verbilligt mit der jeweiligen App – können einen

schon aufregen.

Natürlich machen wir Seniorinnen und Senioren das - wenn irgend möglich - auch mit, es geht ja ums Geld. Aber es gibt viele Menschen, und nicht nur die Älteren, die diese „Preis-Technik-Verführung“ nicht mitmachen wollen und auch können. Hier wird die (Käufer-)Gesellschaft gespalten. Wer nicht die App hat und anwendet, wird wohl in die Ecke gestellt wie der, der an der Kasse sagt: „Moment, ich habe es passend“, und der dann, trotz Kundenschlange hinter sich, Euro und Cent einzeln und damit „zeitraubend“ aus dem Geldbeutel entnimmt. Ja, die Entwicklung lässt sich nicht aufhalten – aber es muss jedem freigestellt sein, wie er seine Rechnung bezahlt und zwar in bar, per Karte oder über die angesprochenen Apps. Nur - die Art der Zahlung darf nicht nachteilig sein. Und genau das ist sie.

Die Probleme in der Pflege, sowohl beim Personalstand als auch bei den Kosten, sind hinlänglich bekannt. Es vergeht kein Tag, an dem man nicht in den Medien dazu

einen mehr oder weniger geeigneten Vorschlag zur Verbesserung erfährt. Hoffen wir auf kluge Entscheidungen. Oder geht es uns wie zu Zeiten von Alois Hingerl, Dienstmann Nr.172 am Münchner Hauptbahnhof (aus „Der Münchner im Himmel“ - Buch von Ludwig Thoma), der als Engel Aloisius ungeeignet war und darum wieder auf die Erde durfte mit dem Auftrag, der bayrischen Regierung göttliche Ratschläge zu überbringen. Dies aber bei einem Gasthausbesuch mit viel Bier vergessen hat. Deshalb wartet die Regierung bis heute auf die göttliche Eingebung. Nur die bayrische?

Zum Vorschlag sogenannter Experten – das „sogenannte“ bezieht sich aufs Thema – kann man nur den Kopf schütteln.

Alle sind aufgerufen darauf zu achten, dass jede Art und Form von Diskriminierung nicht zur Gewohnheit wird. Es ist eine Tatsache, dass heute jeder Vierte über 60 Jahre alt ist. Das erfordert kluge Entscheidungen. Dass man es nicht allen recht machen kann, ist hoffentlich jedem bekannt. Aber deshalb wenig bis nichts zu tun, ist und war noch nie eine Lösung. Der Berliner Journalist Norbert Walleit forderte in einem Leitartikel des Schwarzwälder Boten am 24. April 2024: „Altersdiskriminierung? Die Debatte ist nötig“.

Dem ist nichts hinzuzufügen.

Möchten auch Sie (Förder-) Mitglied bei uns werden?

Einfach auf der Homepage den Button „Mitgliedschaft“ anklicken, ausfüllen und

schon gehören Sie zu uns. Wir würden uns sehr freuen!

Neues Mitglied im Kreissenorenrat Calw e.V.:

Einzelmitglied:
Helga Goller, Calw

 **Kreissenorenrat
Calw e.V.**

Wohnberatung

Möchten Sie so lange wie möglich in Ihrer Wohnung bleiben und diese altersgerecht gestalten oder umbauen?

Die Wohnberater*innen des Kreissenorenrats Calw beraten Sie gerne – neutral und unverbindlich!

Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

Andreas Bauer	Nagold	07459/2882
Dieter Körner	Bad Liebenzell	07052/8169783
Annegrit Pahnke	Nagold	07452/2989

Alter ist keine Last, wenn die Wohnung zu Ihnen passt!

**Ihr Eberhard Fiedler
Vorsitzender
Kreissenorenrat Calw e.V.**



Ausgezeichnet für seniorenfreundlichen Service

NAGOLD. Es war ein guter Tag für den Stadtseniorenrat Nagold und die beteiligten Firmen:

Am 28. Juni erfolgte die Übergabe der Zertifikate für Seniorenfreundlichen

Service im Nagolder Rathaus an Christoph Walser von der Pinguin Apotheke und die Kanzlei Notar Timm Läßle. Mit dabei waren alle bisher seit Mitte 2024 zertifizierten Betriebe und Arzt-

praxen: Dr. Oliver Mayer, Dr. Ostertag und Katarina Näpfel, Der Weinladen von Sigrid Plaschke, die Firma Günther Optik und Akustik sowie Edeka Rentschler.

Älter werden im Landkreis Calw

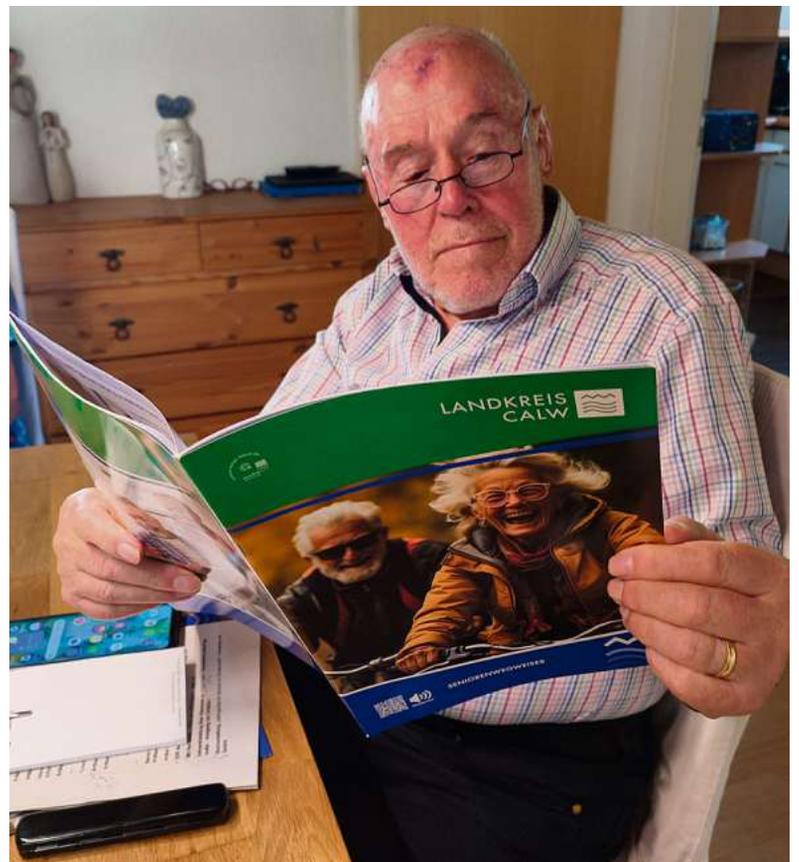
Das Landratsamt hat einen neuen Wegweiser herausgebracht.

KREIS CALW. Der Seniorengewegweiser des Landkreises Calw - erstellt von der Abteilung Soziale Hilfen - liegt an vielen Stellen aus. Darin enthalten sind sämtliche Informationen rund um die Themen des Älterwerdens im Landkreis. Holen Sie sich ein Exemplar, zum Beispiel in



Ihrem Rathaus, bei Ihrem örtlichen Seniorenrat oder auch bei Veranstaltungen des Kreissenioresrates. Er kostet nichts.

Auf unserer Homepage www.kreissenioresratcalw.de können Sie ebenfalls über den Link Einsicht nehmen, oder Sie gehen mit Ihrer Handy-Kamera über den QR-Code direkt darauf.





Das Team von „Beste Genesung“ in Nagold legt sich ins Zeug, damit Patientinnen und Patienten den Weg zurück in ihr Zuhause gut meistern können. Foto: pr

Brücke zwischen Krankenhaus und Zuhause

Beste Genesung zu Hause – Ein Kliniknachsorgeprojekt des Stadt seniorenrats Nagold.

■ Von Birgit Goedecke

NAGOLD. „Gute Besserung!“ sagt man oft und gerne, insbesondere zu Menschen, die im Krankenhaus sind oder von dort zurückkehren. Diese wohlwollenden Worte spiegeln das Ziel des Projekts „Beste Genesung zu Hause“ wider, das sich im Stadt seniorenrat Nagold für Nagold und die Umgebung etabliert hat. Hier stehen ehrenamtliche Helfende bereit, um den Genesungsprozess nach einem Krankenhausaufenthalt aktiv zu unterstützen.

In unserer heutigen Zeit, in der umfassende medizinische Betreuung und Nachsorge unerlässlich ist, bietet das Projekt „Beste Genesung zu Hause“ eine wichtige Unterstützung für Personen, die nach einem Klinikaufenthalt in ihren Alltag zurückkehren möchten. Ziel ist es, eine Brücke zwischen dem Krankenhaus und dem heimischen Umfeld zu schlagen und somit den „Drehtür-Effekt“ – eine ungeplante Wiederaufnahme ins Krankenhaus – zu reduzieren.

Nach einem Aufenthalt im Krankenhaus haben viele Menschen das Bedürfnis, schnellstmöglich in ihre eigenen vier Wände zurückzukehren. Dennoch ist oft zusätzliche Unterstützung erforderlich, um diesen Übergang erfolgreich zu meistern. Hier kommen die engagierten ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter ins Spiel, die den betroffenen Personen bis zu vier Wochen lang kostenfrei helfen.

Das Projekt beginnt bereits im Krankenhaus Nagold. Dank der wertvollen Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst und der geriatrischen Fachkraft des Krankenhauses erhalten die ehrenamtlichen Mitarbeitenden Informationen über Patienten, die möglicherweise Unterstützung benötigen. In persönlichen Gesprächen wird das Projekt vorgestellt, und bei Interesse wird eine passende ehrenamtliche Begleitung ausgewählt.

Die Unterstützung der ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleiter erfolgt auf unterschiedliche Weise. Sie besuchen die Genesenden in

ihrer häuslichen Umgebung und bieten praktische Hilfe an. Dabei stehen die individuelle Ansprache sowie das Eingehen auf die Bedürfnisse der Patienten im Vordergrund. Die Begleitenden nehmen sich Zeit für persönliche Gespräche, bringen aufmunternde Worte mit und können beispielsweise beim Einkaufen oder beim Erledigen von Botengängen behilflich sein. Spaziergänge gemeinsam zu unternehmen, fördert zudem die körperliche Mobilität und das allgemeine Wohlbefinden.

Wichtig ist, dass die Ehrenamtlichen keine hauswirtschaftlichen oder pflegerischen Tätigkeiten übernehmen. Ihr Fokus liegt auf emotionaler und sozialer Unterstützung. Dennoch sind sie wertvolle Ansprechpartner, wenn es darum geht, weitere Hilfsangebote zu organisieren, sei es die Koordination eines ambulanten Pflegedienstes oder die Organisation von Arztbesuchen.

Das Projekt wurde Anfang 2016 inspiriert durch einen Vortrag des Landesseniorenrats. Eberhard Schwarz, der

Vorsitzende des Stadt seniorenrats Nagold, erkannte sofort den Wert des Ansatzes aus Kirchheim/Teck und suchte Mitstreiter, die diese Idee in Nagold verwirklichen sollte. Auch Dank der permanenten Unterstützung und der guten Zusammenarbeit mit der Leitung des Krankenhauses in Nagold hat das Projekt über die Jahre an Bedeutung gewonnen.

Die Ehrenamtlichen werden durch spezielle Schulungen und Fortbildungen auf ihre Aufgabe vorbereitet, auch der Austausch untereinander darf nicht vernachlässigt werden. Wer Interesse hat, Teil dieses wertvollen Projekts zu werden und Menschen in schwierigen Zeiten zur Seite stehen möchte, ist herzlich willkommen. Die nächste geplante ganztägige Fortbildung am 30. Oktober gibt Gelegenheit, in das Projekt hineinzuschnuppern.

Fragen dazu beantwortet Birgit Goedecke unter 0177/4067509. Den Stadt seniorenrat Nagold erreichen Sie unter www.senioren-nagold.de oder 0160/99263790.

Vorteile beim Einkaufen –

mit der Sparkassen-Card PAYBACK °Punkte sammeln

Bonusprogramme sind heutzutage bei vielen Menschen sehr beliebt. Rund 90 Prozent der Deutschen sammeln Punkte, Meilen oder Rabatte. Ob beim Wocheneinkauf, an der Tankstelle oder beim Online-Shopping – das Prinzip ist einfach: Wer einkauft, wird belohnt. Die gesammelten Punkte können später gegen attraktive Prämien eingelöst oder sogar in Geld umgewandelt werden. Kein Wunder also, dass das Punktesammeln für viele längst zur Gewohnheit geworden ist.

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, PAYBACK °Punkte zu sammeln? Das geht künftig auch mit Ihrer Sparkassen-Card (Debitkarte). Ab sofort können Sie bei allen teilnehmenden Sparkassen-Vorteilspartnern bundesweit shoppen und

dabei PAYBACK °Punkte sammeln. Diese können Sie direkt in Ihrem Online-Banking, in der Sparkassen-App oder in der S-Vorteilswelt-App einsehen. Wenn Sie möchten, können Sie Ihre gesammelten °Punkte auch als Finanzprämie auf Ihr Girokonto auszahlen lassen.

Verknüpfen Sie dazu Ihre Sparkassen-Card einmalig mit Ihrem PAYBACK Konto und schon profitieren Sie vom größten Bonusprogramm Deutschlands.

Und das Beste: Zum Start der Kooperation mit PAYBACK wird bundesweit täglich ein °Punkte-Millionär ausgelost. Nach Ihrer Registrierung und Verknüpfung mit PAYBACK sind Sie automatisch im Lostopf. Viel Glück!



Vorteile, die sich lohnen:

Mit der Sparkassen-Card und der S-Vorteilswelt

Die Sparkassen-Card und die S-Vorteilswelt bieten Ihnen eine einfache Möglichkeit, bei Ihren alltäglichen Einkäufen und Aktivitäten zu profitieren.

Sammeln:

Bezahlen Sie bei teilnehmenden S-Vorteilspartnern mit Ihrer Sparkassen-Card und sammeln Sie gleichzeitig PAYBACK °Punkte.

Aktionen:

Die S-Vorteilspartner bieten Ihnen dauerhaft attraktive Extra °Punkte, ganz automatisch ohne zusätzliche Coupons.

Einlösen:

Die gesammelten PAYBACK °Punkte lassen sich in der S-Vorteilswelt auch für Finanzprämien einlösen. Diese können bequem auf Ihr Girokonto überwiesen werden, sodass Sie Ihre Punkte direkt in eine finanzielle Unterstützung umwandeln können.



So geht's:

- ✓ Melden Sie sich im **Online-Banking** an.
- ✓ In Ihrer Finanzübersicht finden Sie unter Zusatzfunktionen den Hinweis auf die S-Vorteilswelt mit PAYBACK. Klicken Sie auf „**Jetzt verknüpfen**“.
- ✓ Legen Sie Ihre Zugangsdaten fest und wählen Sie die **Sparkassen-Cards** aus, die Sie mit Ihrem S-Vorteilskonto verknüpfen möchten.
- ✓ Stimmen Sie den Teilnahmebedingungen zu und verknüpfen Sie Ihr **PAYBACK Konto** mit Ihren ausgewählten Sparkassen-Cards.

Ab sofort können Sie bei Sparkassen-Vorteilspartnern bundesweit shoppen und PAYBACK °Punkte sammeln.

Mit der S-Vorteilswelt-App haben Sie alles im Griff

In der S-Vorteilswelt-App erfahren Sie, wo Sie in Deutschland überall PAYBACK °Punkte sammeln können. Egal ob beim Shoppen, bei Freizeitaktivitäten oder in der Gastronomie. Weitere Infos gibt es unter: sparkasse-pfcw.de/payback



TIPP

Alle Partner deutschlandweit und online finden Sie unter s-vorteilswelt.de/pforzheim-calw und in der S-Vorteilswelt App.



Sicherheit und Datenschutz – Vertrauen ist uns wichtig

PAYBACK erhält im Rahmen der Kooperation nur Daten, die zur Ermittlung der PAYBACK °Punkte nötig sind. PAYBACK erhält keine Informationen über sonstige Kontobewegungen.

Darüber hinaus erhält PAYBACK keine Kenntnis darüber, was Sie mit Ihrer Sparkassen-Card bezahlt haben.

Das hohe Datenschutz-Niveau unseres Kooperationspartners PAYBACK wird regelmäßig durch den TÜV Saarland bestätigt.

Der Umgang mit den Daten, die durch die Teilnahme am PAYBACK Programm anfallen, erfolgt verantwortungsvoll und nach Vorgaben der aktuellen europäischen und deutschen Datenschutzgesetze.

Mehr Informationen finden Sie unter:

PAYBACK.de/datenschutz oder s-vorteilswelt.de/datenschutz

Online-Banking leicht gemacht – mit wenigen Klicks zu mehr Freiheit

Manchmal sind es die kleinen Dinge, die den Tag angenehmer machen. Zum Beispiel die Möglichkeit, Bankgeschäfte ganz entspannt von zu Hause aus zu erledigen – wann immer Sie möchten.

Stellen Sie sich vor, Sie sitzen gemütlich bei einer Tasse Kaffee in Ihrem Lieblingssessel. Mit nur wenigen Klicks erledigen Sie Ihre Bankgeschäfte ganz einfach von zu Hause aus: Ob Sie Ihren Kontostand überprüfen, Überweisungen tätigen oder nur Ihre Finanzen im Blick behalten möchten.



Viele Menschen denken, Online-Banking sei kompliziert oder nur etwas für die jüngere Generation. Doch das stimmt schon lange nicht mehr.

Gerade für Senioren ist Online-Banking praktisch und hilft ihnen dabei, selbständig und unabhängig zu bleiben. Und falls Sie einmal Unterstützung brauchen, sind wir natürlich persönlich für Sie da – telefonisch, digital oder in Ihrer Sparkassen-Geschäftsstelle.

Technologie trifft Menschlichkeit

Thementag des Kreissenorenrats Calw begeistert mit innovativem Blick in die Zukunft.

ALTHENGSTETT. Rund 130 Gäste sind der Einladung des Kreissenorenrats Calw zum diesjährigen Thementag in die Festhalle Althengstett gefolgt. Der thematische Schwerpunkt lag auf der spannenden Frage, wie Künstliche Intelligenz (KI) das Leben älterer Menschen künftig bereichern kann, und zwar ohne den Menschen zu ersetzen.

Der Vorsitzende des Kreissenorenrats, Eberhard Fiedler, begrüßte gemeinsam mit dem Seniorenrat Althengstett unter Vorsitz von Ernst Hempel die Gäste in einem festlichen Rahmen. Die Gemeinde Althengstett unterstützte die Veranstaltung großzügig, auch Bürgermeister Rüdiger Klahm würdigte in seinen Grußworten das Engagement und den gesellschaftlichen Mehrwert solcher Veranstaltungen.

Im Mittelpunkt des ersten Vortrags stand der soziale Roboter „Navel“, ein von der navel robotics GmbH entwickeltes Vorserienmodell, das aktuell in Einrichtungen der Evangelischen Heimstiftung getestet wird. Referentin Diana Moroz vom Institut für Innovation, Pflege und Alter, präsentierte anschaulich, wie die Roboter – intern liebevoll „Oskar“ und „Emma“ genannt – gezielt für Gespräche, Unterhaltung und Begleitung von Bewohnerinnen und Bewohner in stationären Pflegeeinrichtungen eingesetzt werden. „Oskar ist wie ein Freund“, lautete eine Aussage aus der Praxis, die deutlich machte, wie positiv der kleine Helfer wahrgenommen wird.

Die ersten Ergebnisse aus der Pilotphase zeigen: Die Roboter werden als freund-



Das zahlreiche Publikum lauschte den Vorträgen in Althengstett und konnte viele neue Informationen mit nach Hause nehmen.

Foto: KSR



Der Zylinderchor war zwar nicht voll besetzt, sorgte aber dennoch mit viel Herz für die musikalische Unterhaltung.

Foto: KSR

lich, vertrauenswürdig und unterhaltsam erlebt – auch wegen ihrer ausdrucksstarken Augen und sympathischen Stimmen. Besonders betont wurde, dass diese Technologie niemals Pflege-

kräfte ersetzen soll, sondern vielmehr eine wertvolle Ergänzung im sozialen Alltag darstellen könne. Die Evangelische Heimstiftung plant bereits, zwei weitere Roboter in ihren Einrichtungen ein-

zusetzen. Eberhard Fiedler mahnte dennoch zur Balance: „Bei aller Faszination für KI – die natürliche Intelligenz, unsere NI, muss stets Vorrang behalten.“

→

Der zweite Vortrag von Dr. med. Michael Sander von den Kreiskliniken Calw befasste sich mit dem Thema Sturzprävention – einem zentralen Aspekt der Altersmedizin. Mit großer Begeisterung und Fachwissen stellte Dr. Sander die Bedeutung der Geriatrie im entstehenden Gesundheitscampus Calw vor und zeigte mit praktischen Beispielen, wie Stürzen im Alter begegnet werden kann. Sein Rat: Wer sich unsicher fühlt oder bereits Stürze erlebt hat, sollte unbedingt über einen Hausnotruf nachdenken – ein kleines Gerät mit großer Wirkung im Ernstfall.

„Das Wissen von Dr. Sander würde für zwei weitere Vorträge reichen“, kommentierte Fiedler augenzwinkernd und versprach, das Thema weiter im Blick zu behalten.

Stimmungsvolles Rahmenprogramm

Abgerundet wurde der Thementag durch ein stimmungsvolles Rahmenprogramm. Der Zylinderchor sorgte für musikalische Unterhaltung – auch wenn nicht ganz voll besetzt, so doch mit viel Herz. In der Pause gab es Gelegenheit zum Austausch bei einem gelungenen kulinarischen Angebot, das vom Seniorenrat Althengstett organisiert wurde. Die beiden Hausmeister sowie die Referenten erhielten zum Dank ein Präsent vom Althengstetter GRÜNLING.

Die Rückmeldungen der Gäste zum Thementag in diesem Jahr waren durchweg positiv – es gab spannende Vorträge, praxisnahe Informationen, und das alles in angenehmer Atmosphäre. Der Thementag hat einmal mehr gezeigt: Der Kreissenorenrat Calw trifft mit seinem Programm den Nerv der Zeit – und schaut mit klarem Blick auf die Zukunft der älteren Generation.



Der KSR-Vorsitzende Eberhard Fiedler mit der Referentin Diana Moroz (oberes Bild) und dem Referenten Dr. med. Michael Sander, denen er für ihre interessanten Beiträge dankte.

Wenn das Vergessen beginnt, ändert sich alles

Die Diagnose Demenz ist ein Schock und macht Betroffene und ihre Familien hilflos.



Das Bild der Demenz ist in der Gesellschaft immer noch von Vorurteilen geprägt. Die Flyer sollen Abhilfe schaffen.

Foto: pixabay

■ Von Verena Parage

KREIS CALW. Was tun, wenn die Erinnerungen verblassen? Wenn jemand von einem auf den anderen Moment nicht mehr weiß, wo er ist oder hinwollte? Wenn die Namen zu einem Gesicht fehlen? Demenz verändert alles – für den Betroffenen und seine Angehörigen. Genau deshalb ist es so wichtig, dass sie gleich bei der Diagnose Informationen an die Hand bekommen und Tipps, wo sie Hilfe finden. Dort setzt ein neues Projekt des Kreissenorenrats Calw an.

„Es ist eine zukunftsverändernde Diagnose“, sagt Sabine Fels. Und trotzdem: „Es gibt noch viel Zukunft, auch gemeinsame Zukunft.“ Fels ist Fachbeirätin Demenz im Kreissenorenrat Calw. Außerdem ist sie für die Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg tätig. Vor ihrem Ruhestand verantwortete

sie dort die Öffentlichkeitsarbeit, in zwischen befasst sie sich mit der Sensibilisierung der Öffentlichkeit.

Zwei Flyer bündeln Infos

Für das neue Projekt arbeiten die Alzheimer-Gesellschaft und der Kreissenorenrat zusammen: Zwei neue Flyer sollen in allen Hausarztpraxen im Landkreis Calw zu finden sein. Denn oftmals sind es die Allgemeinmediziner, die ihren Patienten die Diagnose Demenz mitteilen.

Der eine Flyer ist eine Checkliste für Angehörige von Betroffenen. Darin finden sich Fragen wie: Wissen Sie Bescheid über mögliche Therapien und Behandlungen? Kennen Sie eine Demenzberatungsstelle in ihrer Nähe? Oder Betreuungsangebote vor Ort?

Wer die Fragen für sich beantwortet, der bekommt einen guten Überblick über alle möglichen Aspekte: über die medizinische Ver-

sorgung, aber auch rechtliche Fragen, Hilfsangebote oder finanzielle Unterstützung. Außerdem wird auf die Beratung der Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg verwiesen – denn das macht die Hauptaufgabe des Vereins aus. Die Beratungszahlen steigen laut Fels seit Jahren.

Der zweite Flyer informiert über die Alzheimer-Gesellschaft und deren Broschürenreihe zum Thema. Mitglieder des Kreissenorenrats (KSR) waren in den vergangenen Monaten damit beschäftigt, 89 Praxen in den Kommunen im Landkreis Calw zu besuchen, und dort die neuen Infomaterialien zu überreichen – alle Hausarztpraxen, aber auch niedergelassene Psychiater und Neurologen. Diese Abdeckung des ganzen Landkreises gibt es so zum ersten Mal in Baden-Württemberg, berichtet Sabine Fels. „Die Reaktion darauf ist ausgesprochen positiv.“ Immer wieder hätten die KSR-Mitglieder in

den Praxen zu hören bekommen: „Genau das brauchen wir!“

Aus ihrer Erfahrung weiß Sabine Fels, dass das Bild der Demenz in der Gesellschaft immer noch von Vorurteilen geprägt ist. Deshalb würden sich viele nicht trauen, die Erkrankung öffentlich zu machen. Doch genau dazu möchte die Simmozheimerin Betroffene ermutigen. Zumal deren Zahl stetig steigt – als Folge der immer höheren Lebenserwartung. In der Bundesrepublik lebten laut Deutscher Alzheimer-Gesellschaft Ende 2023 rund 1,8 Millionen Menschen mit Demenz. In Baden-Württemberg waren es zum selben Stichtag 220.000 Betroffene im Alter von 65 Jahren und älter. Das zeigt, wie weit verbreitet die Erkrankung ist.

Fels' Rat an Bekannte von Betroffenen lautet deshalb: „Das Allerwichtigste ist: offen zu bleiben und sich nicht zurückzuziehen.“

Tipps fürs Leben mit Demenz

Definition Demenz ist der Oberbegriff für demenzielle Erkrankungen, Alzheimer die weiteste Form der Demenz.

Was tun? Demenz betrifft (fast) alle: nicht nur Menschen, die an der Krankheit leiden, und ihre Angehörigen. Betroffen sind auch Bekannte. Wie umgehen etwa mit dem Nachbarn, der sich nach und nach verändert und plötzlich nicht mehr derselbe ist? „Darum geht es im Alltag.“ Ihr wichtigster Tipp: „Offen zu bleiben und sich nicht zurückzuziehen.“ Stattdessen sollten Verwandte und Bekannte aufmerksam bleiben und schauen, was nötig ist und daraufhin Angebote machen.

Gerade in der ersten Phase der Erkrankung sei noch vieles möglich. Wer immer im Gesangverein aktiv war beispielsweise, kann dort zunächst weiter mitsingen. Allerdings kann er nicht mehr alleine zur Probe fahren – ein Mitfahrangebot wäre in solch einem Fall das Richtige.

Was Menschen in der Umgebung von Demenz-Kranke dagegen nicht tun sollten, ist es, diese ständig zu korrigieren. Falsches in Gesprächen sollten sie übergehen, und stattdessen die Aufmerksamkeit auf etwas lenken, das alle Beteiligten sehen können – etwa den schönen, sonnigen Tag. Die Erkrankten sollten eingebunden werden in Ge-

sprache und Aktivitäten, von denen sie nicht überfordert sind.

Informationen „Durch den Nebel“ heißt ein Erklärungsfilm zum Thema, der auf dem Youtube-Kanal der Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg zu sehen ist. Näheres finden sich außerdem unter www.alzheimer-bw.de und www.kreisseniorenratcalw.de.

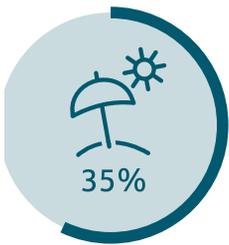


Die Diagnose Demenz verändert alles. Zwei Flyer informieren zu dem Thema.

Finanzen im Griff: „Spartöpfe für jedes Projekt“

Ziele, Wünsche, Träume – jeder von uns hat sie. Sei es der nächste Urlaub, ein neues Auto oder einfach ein finanzielles Polster für unerwartete Situationen.

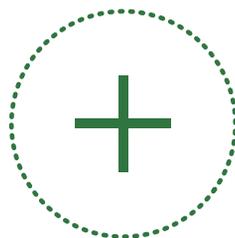
Doch wie behält man all diese Vorhaben im Blick, ohne die Übersicht zu verlieren? Die neuen Spartöpfe im Online-Banking und in der Sparkassen-App machen es möglich. Damit können Sie Ihr Geld flexibel und gezielt verwalten und für jedes Ziel genau das Richtige zur Seite legen.



Urlaub London
Sparziel: 700,00 EUR



Küche
Sparziel: 10.000,00 EUR



Spartopf hinzufügen

Ihr Sparguthaben ordnen Sie so gezielt verschiedenen Plänen zu. Mit den Spartöpfen können Sie also Ihr Geld ganz einfach auf Ihrem Tagesgeldkonto aufteilen.

So behalten Sie jederzeit den Überblick und wissen, wie viel für jedes Ihrer Projekte bereitliegt. Über die Funktion „Geld verschieben“ können Sie schnell und unkompliziert bestehendes Guthaben auf die verschiedenen Töpfe verteilen.

Dabei bleibt Ihr Geld technisch immer auf Ihrem Tagesgeldkonto – nur eben auf verschiedene Töpfe verteilt.

Wie können Sie Geld aus Ihren Spartöpfen auszahlen?

Wenn Sie das Geld aus einem Ihrer Spartöpfe benötigen, können Sie es problemlos auszahlen lassen. Mit der Option „Geld auszahlen“ überweisen Sie es direkt auf Ihr Girokonto. Zusätzlich lässt sich auch Geld von anderen Konten auf Ihre Spartöpfe überweisen, etwa durch Übertragungen oder Daueraufträge. Ein weiterer Vorteil: Auch Freunde und Verwandte können Geld direkt in Ihre Spartöpfe überweisen. Geben Sie einfach den gewünschten Verwendungszweck an, und schon wird das Geld in den entsprechenden Spartopf gebucht.

Wie funktioniert das?

Spartöpfe sind virtuelle Unterkonten innerhalb Ihres bestehenden Tagesgeldkontos. Sie können beliebig viele Spartöpfe anlegen und individuelle Namen vergeben (zum Beispiel „Urlaub 2025“ oder „Neue Küche“).

Mehr Informationen bekommen Sie unter:
sparkasse-pfcw.de/spartoepfe

„Nie zu alt für Internet“

Die Bundesregierung informiert über zahlreiche Möglichkeiten, die digitale Welt für sich zu nutzen.

KREIS CALW. Der Titel trifft den vermeintlichen Nagel auf den Kopf. In der heutigen Zeit läuft die Generation Ü65, sofern nicht firm im und mit dem Internet, Gefahr, „abgehängt“ zu werden.

Hier einige Beispiele:

- Fahrkarten nur noch online, keine Beratung und Hilfe vor Ort?
- Theater- und Konzertkarten möglichst online – Abendkassen überflüssig?
- Ohne App in den großen Einzelhandelshäusern und Discountern bezahlt man mehr!
- Alles redet von den digitalen Schwächen unserer Schulen und damit möglicherweise der Schüler. Deshalb sollen

sie im internationalen Vergleich schlechter sein? – Heftige Diskussionen ob und ab welchem Alter Kinder und Jugendliche reif für das Internet sind!

Und so gäbe es noch viele Beispiele.

Auf sage und schreibe 100 Seiten gibt das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend wertvolle Hinweise und Tipps. Es könnte hilfreich sein, sich diese Broschüre zu holen.

Sie ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung; sie wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.



Herausgeber:
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Referat Öffentlichkeitsarbeit
www.bmfjsf.de

Bezugsstelle:
Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09
18132 Rostock
Telefon: 030 182722721

Gebärdentelefon:
gebaerdentelefon@
sip.bundesregierung.de
E-Mail:
publikationen@
bundesregierung.de
www.bmfjsf.de

Gleich drei Messen in diesem Herbst

In Calw, Neubulach und Ebhausen dreht sich alles rund um das Thema älter werden.

CALW/NEUBULACH/EBHAUSEN. In diesem Jahr ist der Herbst geprägt von Veranstaltungen, die sich nicht nur an Seniorinnen und Senioren richten. Warum? Jeder möchte zwar nicht alt sein, aber alt werden. Natürlich in erträglicher Gesundheit.

Klar, dass sich mit dem Alter nicht nur das eine oder andere Wehwechen zu einem körperlichen oder geistigen Problem entwickeln kann.

Wir empfehlen den Besuch der Calwer Gesundheitsmesse am 27. und 28. September, des Neubulacher Seniorentages am 11. Oktober und der Ebhauser Seniorenmesse am 9. November.

Auf allen Veranstaltungen ist der Kreissenorenrat Calw mit einem Stand vertreten. Unsere Fachbeiräte informieren über unsere vielfältigen Angebote.

CALW

Die Messe findet am 27. und 28. September auf dem Freigelände zwischen dem TSV Sportzentrum und der Walter-LindnerSporthalle in der Bahnhofstraße in Calw statt. Alle Besucher und Besucherinnen erwartet ein buntes Programm aus zahlreichen Messeausstellern, (Fach-)Arztvorträgen und einem großen interaktiven Kinderprogramm. Highlights sind der Digital-Health-Truck von Bosch (nur Samstag), an dem digital angebundene Medizingeräte direkt im Truck selbst ausprobiert werden können. Auch das Da-Vinci-Operationssystem (nur Samstag), betreut von Chefarzt Dr. Ulrich Haag, wird vorgestellt. Zudem findet am Samstag eine Jobbörse statt, (Fach-)Arztvorträge über „Burnout-Prävention“, „Roboterchirurgie“, „Medizinische Versorgung im Landkreis Calw“, „Krebsvorsorge in der Urologie, was ist sinnvoll?“ oder „Lungenkrank und trotzdem Reisen“. Am Sonntag gibt es zudem eine DKMS-Typisie-

Tag der Senioren
11. Oktober 2025
13:00 bis 17:00 Uhr

Bürgerhaus Liebelsberg
Hindenburgstraße 23
75387 Neubulach (Liebelsberg)

Zeit für Begegnung, Austausch und Freude:
Herzliche Einladung zum Seniorentag –
wir freuen uns auf Ihr Kommen!

750 Jahre Neubulach

rungsaktion sowie einen Erste-Hilfe-Kurs für Kinder, den KiSS-Bewegungsparcours sowie eine Kinderrallye.

NEUBULACH

Die Stadt Neubulach lädt im Rahmen Ihres Jubiläums zum Tag der Senioren am Samstag 11. Oktober, von 13 bis 17 Uhr ins Bürgerhaus in Liebelsberg ein. Dabei sind der Kreisverband des Sozialverband VdK, der Pflegestützpunkt Landkreis Calw, die Hospizgruppe Calw, die Diakoniestation Teinachtal und der Kranken-

pflgeförderverein Neubulach, der Ortsverein des DRK, das Pflegestift in Neubulach, Pallicare Kreis Calw und der Kreissenorenrat Calw. Das Bürgerauto der Stadt Neubulach kann im Außenbereich besichtigt werden, in der Turnhalle Liebelsberg unterhält der Kreissenorenchor Calw und es gibt ein Mitmach-Angebot von Sabine Breuninger vom DRK. Der Focus'83 Fotoclub Neubulach begleitet mit einem mobilen Fotostudio das Jubiläumsjahr. Ab 14.45 Uhr gibt es zudem zwei Vorträge.

Seniorenmesse Ebhausen
Fitness in jedem Alter

Informationsstände und Beratung
Bewirtung mit Kaffee und Kuchen

Eintritt frei

13.30 Uhr: 30 Minuten angeleitete Alltagsübungen zum Erhalt der Beweglichkeit (AOK)

Sonntag, 9. November 2025
von 13 bis 17 Uhr in der Gemeindehalle Ebhausen

www.ebhausen.de

27. + 28.09.2025
TSV Sportzentrum

1. CALWER GESUNDHEITSMESSE

Aussteller aus Medizin, Sport und Tourismus

Samstag: Jobbörse

Sonntag: DKMS-Typisierung

Fach(Arzt)-Vorträge

Ausprobieren von innovativen Highlights wie Bosch Digital Health Truck und Da-Vinci-OP-Roboter

GESUNDHEIT DER ZUKUNFT
GESUNDHEIT FÜR DEN NORDSCHWARZWALD

EBHAUSEN

Bei der zehnten Seniorenmesse in Ebhausen am 9. November laden Gemeinde und Ortsseniorenrat von 13 bis 17 Uhr in die Gemeindehalle ein. Kreissenorenrat, der Pflegestützpunkt des Landkreis Calw, das DRK, die Diakoniestation und weitere Organisationen informieren über vielfältige Unterstützungs- und Beratungsangebote. Das Schwerpunktthema lautet dieses Mal: Fitness in jedem Alter, Erhalt der Beweglichkeit und Sturzprävention. Um 13.30 Uhr ist jeder eingeladen, unter Anleitung von geschulten AOK-Mitarbeiterinnen Alltagsübungen kennenzulernen und mitzumachen.



Das Team der Senioren-Tagesbetreuung freut sich über Verstärkung.

Foto: GWW

Mit Herz dabei

Für die Senioren-Tagesbetreuung der GWW werden noch helfende Hände gesucht.

KREIS CALW. Für den Bereich Wohnen und Senioren der Gemeinnützigen Wohn- und Werkstätten werden noch Menschen gesucht, die ein offenes Herz, Freude am Umgang mit Menschen und ein

bisschen freie Zeit haben. Denn diese könnten dann genau richtig sein für die liebevolle Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen. Hierfür

sucht die GWW engagierte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, die das Team mit Herzlichkeit und Freude unterstützen möchten.

- Mit eigenen Ideen oder einfach zum Reinschnuppern
- Allein oder gemeinsam mit Ihrem tierischen Begleiter

In der GWW haben sich 17 Organisationen – Landkreise, Große Kreisstädte und Vereine der Behindertenhilfe – zusammengeschlossen. Sie wollen in gemeinsamer sozialer Verantwortung Menschen mit Behinderungen in den Landkreisen Böblingen und Calw die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglichen. Dieses Angebot an Teilhabemöglichkeiten wird von der GWW ständig weiterentwickelt und den Bedürfnissen der behinderten Menschen angepasst. Damit möchten die Verantwortlichen ihrem Anspruch gerecht

werden, behinderten Menschen Wahlmöglichkeiten zwischen verschiedenen Angeboten zu geben. Dadurch wird versucht, eine gleichberechtigte und selbstbestimmte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

Die GWW hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen mit Behinderung zu fördern, zu fordern und zu begleiten. Hierzu unterhält die GWW in den Landkreisen Böblingen und Calw Ausbildungsplätze, über 1000 Arbeitsplätze und rund 450 Wohnplätze für Menschen mit Behinderung.

Die Aktivitäten – bunt und lebensnah:

Spielen & Lachen: Gesellschaftsspiele, Rätsel, Gedächtnistraining
Singen & Vorlesen: Vertraute Lieder, Geschichten, Erinnerungen
Bewegung & Natur: Spaziergänge, Sitzgymnastik, frische Luft
Kochen & Backen: Vom Apfelkuchen bis zum Mittagessen – gemeinsam schmeckt es besser
Tierisch gut: Haustiere sind herzlich willkommen – sie bringen Freude und Nähe

So können Sie sich einbringen:

- Regelmäßig oder gelegentlich – ganz wie es für Sie passt

Neugierig geworden?

Dann freut sich das Team der GWW auf Sie! Kommen Sie vorbei, lernen Sie die Verantwortlichen kennen – und erleben Sie, wie bereichernd Ehrenamt sein kann.

Kontakt:

Matthias Fuchs

Geschäftsfeldleitung
Wohnen und
Senioren (GWS)

Adresse:

Mörikestr. 12
75365 Calw

Mobil: 0172/5716379

E-Mail:
matthias.fuchs@
gww-netz.de

Das digitale Erbe

Die vergessene Hinterlassenschaft, und woran man für die Konten im Netz denken sollte.

■ Von Bernd Dangelmaier

KREIS CALW. Was ist denn das? Hat da jemand ein Zeichen gesetzt und der Nachwelt hinterlassen? Ja, genau so ist es!

Wenn vor 100 Jahren ein Mensch gestorben ist, bestand seine Hinterlassenschaft in der Regel aus materiellen Dingen. Sicherlich gab es zur Genüge auch geistig Schaffende, von denen wir kulturelle Werke geerbt haben, oder unsägliche Gesetze und Verordnungen.

Heute kursieren jedoch auch die Werke von ganz normalen Zeitgenossen in den Tiefen des Internet, und deren künstlerischer oder kultureller Wert tendiert gegen Null. Aber nicht nur Texte und Bilder werden somit unsterblich, sondern auch diverse Benutzerkonten (Accounts), die - durch Kennworte geschützt - ewig weiterleben. Schon allein der Zugang ins Internet erfordert so ein Konto. Möchte man nun noch im World Wide Web einkaufen, so ist bei jedem Anbieter eine weitere Kontoeröffnung notwendig.

Das bezieht sich nicht nur auf den heimischen Computer, sondern auch auf das Smartphone oder sogar den Smart-TV. Wenn ich dann noch die „intelligente Küche“ dazu nehme, dann habe ich dort den Herd und den Kühlschrank mit Internetanschluss.

Der eine kocht mir jeden Sonntag automatisch mein Lieblingsessen, der andere sorgt für eine automatische Nachbestellung und sagt mir, dass mein Fruchtojoghurt abgelaufen ist.

All diese Geräte sind nicht unbedingt auf mich angewie-



Foto: KSR

sen. Wer mein Kennwort hat, der wird von ihnen ebenso als „Herr und Meister“ anerkannt. Somit kann dieser auch auf meine Rechnung Waren einkaufen oder kostenpflichtige Programme und Apps herunterladen.

Wo früher persönliche Gespräche geführt wurden – direkt oder per Telefon –, die (in der Regel) nicht abgehört wurden, trifft man sich heute im „Chat“. Selbst wenn der Anbieter eine Sicherheit garantiert, sollte damit gerechnet werden, dass ein unbekannter Freund mitliest.

Um Bilder aus dem letzten Urlaub allen zugänglich zu machen, werden diese nicht

aufwändig verschickt, sondern in die „Cloud“ gestellt. Dieses „Wolkenkuckuckshaus“ befindet sich auf einem Server (Großrechner) des Dienstleisters, auf dem sich auch die Twitter- und Facebooktexte tummeln.

Nun wieder zurück zum traurigen Anlass. Wer ein geordnetes Erbe hinterlassen möchte, sollte für seine Hinterbliebenen eine Liste mit allen Internetkonten (Dienstleister, Benutzername und Kennwort) erstellen. Die sicher verwahrte Papierform ist dauerhafter als ein altersschwacher USB-Stick, zumal diese Liste nicht elektronisch, sondern hand-

schriftlich erstellt werden sollte.

Eine Vollmacht für die Person des Vertrauens erlaubt dieser, Ihren digitalen Nachlass zu verwalten. Soll alles gelöscht werden? Sollen bestimmte Bilder und Texte erhalten bleiben?

Nicht zu vergessen ist dabei der Zugriff auf den eigenen Computer, Smartphone, Tablet, USB-Sticks und DVDs. Es könnten auch noch Datenträger aus der „Diskettenzeit“ existieren.

Das Löschen dieser Daten ist ein anderes Thema, doch im Zweifel sollte man vor brachialer Gewalt nicht zurückschrecken.



Passt perfekt!

**Wir sind für Sie da.
Auch abends.**

**Unser Beratungsangebot –
so flexibel wie Ihr Leben.**

Mo – Fr von 8 – 20 Uhr

www.sparkasse-pfcw.de/passt-perfekt

