

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten die zweite Ausgabe des „60+ Newsletter“ in Ihrer Hand!

Mit dem „Newsletter“ möchten wir Sie über aktuelle Themen und unsere Veranstaltungen informieren.

**Rückschau:**



Am **19. Januar** informierte uns Ingrid Schulze-Wenck (Amt Itzstedt) über Vorsorge im Alter – Patienten-vollmacht – Vorsorgevollmacht. Im Vortrag zeigte die Referentin sehr deutlich auf, was bei der Erstellung von Vollmachten zu beachten ist. Rund 40 Personen nahmen an der Veranstaltung teil und stellten interessante Fragen und nutzten die

Zeit für den anschließenden Klönschnack bei Kaffee und Gebäck.

Am **9. Februar** besuchte uns die Polizei. Frau Anna Maywald, Polizeidirektion Bad Segeberg.



Thema:

Vorsicht Falle – Senioren seid wachsam! Vom Enkeltrick bis hin zum falschen Polizisten wurden wir informiert. Jetzt sind wir wachsamer! (siehe auch Artikel in dieser Ausgabe).

Am **16. März** ging es im Thema Gesundheit um Schwerhörigkeit. Der Referent Peter Drews zeigte auf,



wie das Ohr funktioniert und was Schwerhörigkeit bedeutet. Er stellt fest, dass viele Betroffene sich viel zu spät mit Hörgeräten versorgen lassen. Je länger man mit einer Versorgung

wartet, umso schwieriger wird der Gewöhnungsprozess und rät bei Erkennen einer Schwerhörigkeit (Fernseher zu laut – ständiges Nachfragen – hört hohe Töne nicht usw.) sofort zu handeln und den HNO-Arzt oder Hörakustiker aufzusuchen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch bei unseren nächsten Veranstaltungen. Sie möchten doch auch bestimmt im Beirat mitarbeiten!? Bitte melden Sie sich, wir brauchen dringend Verstärkung.

Ihr Peter Drews - Schriftführer



**Bitte notieren!**

**Veranstaltungen/Vorträge**

**13.04.2023:** 15.00 Uhr

**Spielenachmittag**

Kostenbeteiligung 3 €

**11.05.2023** 15.00 Uhr

**"mobil bleiben, aber sicher"**

Alte Hasen..... Neue Regeln....

Kreisverkehrswacht

Referent: Harald Poppe

Juni/Juli/August: **Sommerpause**

Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Bürgerhaus statt.

Anschließend Zeit zum Klönschnack.



**Gemeinsam schmeckt's besser!**

**Gemeinsames Mittagessen für Singles und Paare im Seniorenalter und andere nette Leute!**

Unter diesem Motto veranstalten wir für Seniorinnen und Senioren einen **gemeinsamen Mittagstisch**.

Kommen und essen Sie lecker in Gesellschaft.



**Juhls Gasthof** bietet ab Donnerstag, dem 27.04.23, dann jeden 2. Donnerstag, also am 11. und am 25. Mai, jeweils um 12.30 Uhr

den Mittagstisch an.

Der Eigenanteil beträgt 8 Euro pro Mahlzeit.

Anmeldungen bitte möglichst bis zum Freitag der

Vorwoche unter 04535 2759337 oder

[gasthofjuhls@gmail.com](mailto:gasthofjuhls@gmail.com). Bitte nehmen Sie zahlreich an diesem Mittagstisch teil. Wir kommen auch! P.D.



**Sprechstunden** des ISB: Jeden 2. Mittwoch im Monat von 15 – 17 Uhr: 12.04., 10.05., 14.06., 12.07.2023. Sie finden uns im hinteren Raum am Ende des Bürgerhauses-Feuerwehr (ehemaliges Trauzimmer).



**WLAN in Alten- und Pflegeheimen**

Der Seniorenbeirat ISB findet ein schnelles Internet in der heutigen digitalen Welt für alle Klassenzimmer absolut notwendig.

Wir wünschen uns aber auch, dass alle Senioren-

Wohnanlagen und Altenheime mit kostenfreien WLAN auszustatten sind.

WLAN im Altenheim ist leider immer noch eine Ausnahme. Nur ein Drittel der Heime verfügt über einen Internetanschluss. So die Aussage der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO).

Gerade in Zeiten der Pandemie könnte und muss WLAN im Altenheim eine große Rolle spielen.

Immer mehr Senioren haben ein Laptop oder ein Tablet. In den meisten Fällen Geschenke von den Kindern oder Enkeln. Auch wer im Seniorenheim wohnt, möchte Mails schreiben, über das Internet telefonieren und mit Bekannten chatten.

Die Nachfrage nach einem Platz im Altenheim ist immer öfter mit der Frage verbunden, ob es dort schnelles Internet gibt. Besonders in Zeiten der Pandemie ist nur über diesen Weg eine gute Kommunikation miteinander möglich.

### Vorsicht Falle – Enkeltricks - Senioren seid wachsam! Achtung Betrüger!

Immer wieder und immer wieder fallen Senioren auf den sogenannten „Enkeltrick“ herein. Damit Ihnen nicht so etwas passiert, möchte ich Sie auf das wichtigste hinweisen: Sie sollten immer, für jeden Fall, griffbereit die Telefonnummer (04535 4399950 – Nahe) ihres zuständigen Polizeireviers zur Hand haben. Im Notfall können Sie auch die 110 anrufen! **Die Polizei** ruft bei Ihnen **niemals** unter der Telefonnummer „110“ an, sondern nur mit ihrer Nummer der für sie zuständigen Wache. **Die Polizei** fordert Sie niemals auf, am Telefon persönliche Daten zu nennen. **Bankangestellte** werden genauso wie die Polizei keine persönlichen Daten am Telefon erfragen insbesondere keine Kontodaten. Auch machen sie keine Hausbesuche. **Ihr Enkel ruft an** und sie sollen erraten, wer es ist, und will Geld von Ihnen haben, weil er z.B. einen Unfall hatte usw. und Krankenkosten zahlen soll. **Sollten Sie solche oder ähnliche Anrufe erhalten legen Sie sofort auf! Solche Anrufe werden nur von Betrügern gemacht!** Bei einem solchen oder ähnlichen Anruf, rufen Sie bitte sofort - und nicht später - die zuständige „richtige Polizei 110“ an und teilen ihnen mit, welche Anrufe Sie erhalten haben. Sie erhalten dann die entsprechenden Hilfen.

**Es stehen Handwerker** vor der Tür und wollen in Ihre Wohnung, weil die Heizung, die Wasserleitung usw. angeblich kaputt ist.

**Lassen Sie keine fremden und unangemeldete Handwerker, von denen sie nichts wissen, in Ihre Wohnung.** Rufen Sie ihre Hausverwaltung an, wenn sie wegen der Handwerker unsicher sind, und fragen nach, ob das so seine Richtigkeit hat.

So, nun erst einmal der Angst genug, es gibt natürlich auch ehrliche Menschen, die einem gerne helfen wollen, wie z. B. Nachbarn, die Sie bereits kennen. Ansonsten vorsichtig und umsichtig und auch ein bisschen misstrauisch bleiben.

### Rettung aus dem Kühlschrank

„Die Notfalldose“

#### Notfalldose im Kühlschrank rettet Leben

Sie erleichtert die Arbeit von Sanitätern und Notarzt. Die sogenannte Notfalldose enthält die wichtigsten Gesundheitsinfos des Patienten oder der Patientin. Das hilft im Ernstfall, wertvoll Zeit zu sparen. Immer mehr Menschen in Deutschland leben allein. Gerade für sie ist eine Notfalldose im Kühlschrank eine Beruhigung. Im Notfall kann man dem Notarzt vielleicht nicht mehr sagen, welche Medikamente man einnimmt und unter welchen Erkrankungen und Allergien man leidet. Aber



eine kleine Plastikdose in der Kühlschranktür kann das übernehmen.

Alle für den Notfall wichtigen Informationen werden in einem Infoblatt erfasst. Dieses Infoblatt wird in die Notfalldose gelegt und diese in die Kühlschranktür gestellt.

Auf die Notfalldose machen Sie durch zwei Aufkleber aufmerksam. Der 1. Aufkleber wird von außen an die Kühlschranktür geklebt und der 2. Aufkleber an die Innenseite der Wohnungs- oder Haustür.

Sind die Retter bei Ihnen eingetroffen und sehen auf der Innenseite Ihrer Wohnungstür und dem Kühlschrank den Aufkleber "Notfalldose", so kann die Notfalldose umgehend aus Ihrer Kühlschranktür entnommen werden und es sind sofort wichtige und notfallrelevante Informationen verfügbar. Bitte auch daran denken die Inhalte stets zu aktualisieren.

Die Notfalldose erhalten Sie in Apotheken, im Internet, DRK oder teilweise kostenlos bei einigen Organisationen.



*Der Seniorenbeirat  
wünscht allen Lesern  
ein frohes Osterfest!*

Herausgeber: Itzstedter-Senioren-Beirat

Redaktion: Peter Drews

Mail: [senioren-itzstedt@gmx.de](mailto:senioren-itzstedt@gmx.de)

Tel.: 04535 2759375