



altersarmut Ulm nein

Nutzer und Unterstützer - Zusammen gibt's ein Stück

NEWSLETTER

Juli 2023

Vision

altersarmut Ulm nein ist die erste Vereinigung von Bürgern für Bürger in Ulm, die sich ganz den finanziell schwachen Seniorinnen und Senioren widmet und dabei Menschen verbindet.

Facebook

Seit kurzem sind wir auf Facebook unterwegs. Dort posten wir in Zukunft auch unsere Veranstaltungen und Aktivitäten, zusätzlich zu den Aushängen bei uns im Verein, auf unserer Webseite, auf nebenan.de und per E-Mail-Verteiler. Folgt uns auf Facebook.



*Wir sind dabei, kommt doch vorbei!
Stand 18, Erdgeschoss, vh Ulm*



*Facebook Seite von **altersarmut Ulm nein**.
Quelle: Facebook*

(Weiter auf Seite 2)

(Weiter von Seite 1)



Ein paar unserer Posts auf Facebook. Derzeit in Straßenbahnen und Bussen in Ulm und Neu-Ulm. Danke SWU für die wertvolle Unterstützung!
Quelle: Facebook

Dietmar Hunger und seine Hündin Lola, zusammen ziemlich stadtweit bekannt als „Dreamteam“.

Termine

(Veranstaltungen anderer Einrichtungen ohne Gewähr)

Kostenlose Veranstaltungen

- 1. Juli 2023, 10:00 - 16:00
Freiwilligenmesse
Vh Ulm, Kornhausplatz
Wir sind dabei, Stand 18, EG
- 15. Juli 2023, 15:00
Backen
altersarmut Ulm nein
Wir backen uns etwas zum Kaffee
- 29. Juli 2023, 15:00
Kochen
altersarmut Ulm nein
Zusammen kochen und essen

Wichtige Tage

- 30. Juli
Internationaler Tag der Freundschaft
- 19. August
Welttag der humanitären Hilfe
- 5. September
Internationaler Tag der Wohltätigkeit
- 10. September
Welt-Suizid-Präventionstag
- 11. September
Tag der Wohnungslosen
- 15. September
Internationaler Tag der Demokratie

An einem Samstag, 15:00 Musikalisches Programm altersarmut Ulm nein Christa Mayerhofer, Andy Bigos	18. September Tag des Respekts
23. September 2023, 15:00 Positive Lebensphilosophie altersarmut Ulm nein Vortrag von Wolfgang Schneller	21. September Weltfriedenstag
	29. September Tag der emotionalen Achtsamkeit

VdK

Der Sozialverband VdK wurde Mitglied von **altersarmut Ulm nein**. Unter dem Motto „Gemeinsam gegen Altersarmut“ suchen wir nach praktischen Lösungsansätzen, die wir direkt umsetzen können. Denn, es gibt viel mehr Altersarmut in unserer Nachbarschaft als man für Deutschland erwarten würde und auf der Straße sehen kann. Altersarmut hat sehr unterschiedliche Gründe und viele Gesichter. Die Tendenz ist leider stark steigend, weil die Babyboomers in Rente gehen, immer mehr Personen allein leben, weniger Personen Beiträge in die Rentenversicherung zahlen, und Deutschland viele Krisen bewältigen muss.

Am 29. April 2023 hatten wir die Gelegenheit, den Verein bei der Kreiskonferenz des VdK vorzustellen. Danach hat sich der VdK intern über das Thema beraten. Ein Beispiel für praktische Unterstützung: Ehegatten/Lebensgefährte/Kinder, sowie Empfänger von Grundsicherung nach SGB XII, Kapitel 4 (Nachweis ist erforderlich) zahlen nur die Hälfte des regulären Jahresbeitrags für eine Mitgliedschaft beim VdK, genießen aber das volle Angebot des Sozialverbandes. Für weitere Handlungsempfehlungen und deren Durchführung wurde ein Bindeglied ernannt, Harry Uschkurat. Er ist sowohl langjähriges Mitglied im VdK als auch von Altersarmut betroffen.



Von links: Renate Babic, Stellv. Vorstandsvorsitzende VdK Ulm, Christiane Blessing-Win, Vorstandsvorsitzende altersarmut Ulm nein, Hans Kloos, Vorstandsvorsitzender VdK Ulm.



In der Mitte Harry Uschkurat, Bindeglied für Altersarmut.

Fotos: VdK Mitglied

Nicht perfekt ist genau richtig

Laotse bat seine Schüler zu den Holzfällern zu gehen und sie zu fragen, warum sie den ganzen Wald abgeholzt hatten, aber diesen einen Baum nicht? Die Schüler gingen also zu den Holzfällern und fragten sie, warum sie diesen einen Baum nicht abgeholzt hätten? Die Holzfäller erwiderten, dass dieser Baum völlig nutzlos sei. Er hätte so viele Knorpel und Astgabeln, dass man aus seinem Holz keine vernünftigen Bretter machen könne. Und auch für Feuerholz sei er nicht geeignet, denn wenn man sein Holz verbrennen würde, entstände dabei ein unangenehmer Qualm, der so stark wäre, dass man davon beinahe blind würde. Das sei der Grund. Die Schüler gingen zu Laotse zurück und berichteten. Laotse lachte und sagte: "Seid wie dieser Baum."

Quelle: Laotse, legendärer chinesischer Philosoph und Weisheitslehrer, 6. Jahrhundert v. Chr.

Über das Loslassen

Zwei Mönche gingen eine Straße entlang und kamen an einen Fluss. Am Ufer stand eine schöne junge Frau, die nicht wagte, den Fluss allein zu überqueren. Einer der Mönche trat galant hinzu und bot ihr an, sie auf seinen Schultern zu tragen. Als sie die andere Seite erreichten, dankte sie dem Mönch, und jeder ging seines Weges. Nachdem sie hundert Schritte gegangen waren, fragte der zweite Mönch den ersten: „Wie konntest du das tun? Du bist ein Mönch, einer, der entsagt hat. Du solltest keine schönen Frauen auf deinen Schultern herumtragen.“ Worauf der erste Mönch sagte: „Oh, du trägst sie immer noch? Ich habe sie abgesetzt, als wir das Ufer erreicht haben.“

Quelle: Unbekannter Autor, aus dem Zen Buddhismus.

WICHTIG

Praktisch und nachhaltig

Es gibt immer ein paar kleine praktische Dinge zum Mitnehmen bei uns, weitere Angebote vermitteln wir an der Säule zwischen den Schaufenstern. Wir verschenken gebrauchte Artikel in gutem Zustand. Das ist praktische Hilfe und unterstützt das Konzept der Nachhaltigkeit. Die Sachen kommen aus unseren eigenen Beständen und von Sachspendern. Sprechen Sie uns an, wenn Sie etwas anbieten möchten oder wenn Sie etwas Bestimmtes brauchen. Hier ein paar aktuelle Beispiele:

- Bekleidung Frauen Gr. S, M, Bekleidung Männer Gr. M, L
- Bett- und Tischwäsche, Vorhänge.

Wussten Sie schon?

Der Entlastungsbetrag ab Pflegestufe 1 kann für die Hilfe durch Verwandte ab drittem Grad sowie Bekannte oder Nachbarn eingesetzt werden. Das hilft Personen, die möglichst lange in der häuslichen Umgebung bleiben und den Alltag so selbständig wie möglich bewältigen und gestalten möchten. Denkbare Hilfen sind: Einkaufen, Putzen, Begleitung, Freizeitgestaltung, etc. Die Stadt Ulm kann solche Partnerschaften beraten und registrieren, Helfer anerkennen und fortbilden. Mehr zum „Servicepunkt Einzelhelfer*innen“: Tel. 0731 161-5198, E-Mail servicepunkt@ulm.de, Internet: [Stadt Ulm, Senioren](#) und [Servicepunkt Einzelhelferinnen und Einzelhelfer](#). Flyer gibt es bei uns im Verein.

Den Fahrservice "Flitzerle" können Sie kostenlos nutzen, wenn Sie im Besitz einer [LobbyCard](#) sind, schlecht zu Fuß sind und keine öffentlichen Verkehrsmittel nutzen können. Dieses Angebot vom

Seniorenrat Ulm wird von der Stadt Ulm und dem Land Baden-Württemberg unterstützt, erreichbar unter der neuen Telefon Nummer 0731/55 21 58 69. Flyer gibt es bei uns im Verein.

Korrektur: Wir haben in unserem Jahresbericht 2022 die Einführung von Bürgergeld anstelle der Grundsicherung erwähnt. Jedoch bezieht sich das seit Januar 2023 neu eingeführte Bürgergeld nur auf die Grundsicherung nach SGB II d. h. für erwerbsfähige Personen, aber nicht auf die Grundsicherung im Alter, die von SGB XII geregelt ist und weiterhin „Grundsicherung im Alter“ heisst.

Zwei Drittel der geschätzten berechtigten Seniorinnen und Senioren stellen keinen Antrag auf „Grundsicherung im Alter“ oder „Wohngeld im Alter“ (Quelle: Altersarmutsbericht Ulm 2022). Es gibt ein paar Änderungen bei der „Grundsicherung im Alter“ seit 2023 z. B. höhere Regelsätze ca. +50 €, höhere Vermögensfreigrenze 10.000 €, KfZ bis 7.500€ anrechnungsfrei, Karenzzeit 1 Jahr bei Unterkunftskosten (nicht bei Heizung). Die Regelsätze von „Wohngeld im Alter“ wurden verdoppelt. Übrigens mag seit diesem Jahr im Einzelfall „Wohngeld im Alter“ günstiger sein als „Grundsicherung im Alter“. Lassen Sie sich von Ihrem Sachbearbeiter beraten, um eine gut informierte Entscheidung treffen zu können. Und noch etwas: Die beiden Unterstützungsformen schließen sich gegenseitig aus, man kann also nur die eine oder andere in Anspruch nehmen. Eine Befreiung von den Rundfunk- und Fernsehgebühren ist nur im Zusammenhang mit „Grundsicherung im Alter“ möglich.

Engagement

Engagement bei uns ist sowohl für Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder möglich, wir haben keinen Mitgliedszwang. Unterstützer können sich auch durch Arbeits- oder Sachbeiträge einbringen und natürlich auch durch Spenden. Nutzer können ebenso mitarbeiten und mitgestalten, wenn sie es wünschen.

Spenden

Wir danken ganz herzlich für:

- Sach- und Geldspenden
- Bußgeldzuwendung
- Kostenlose Auftritte
- Unterstützung der Sparkasse
- Zuwendung der Volksbank Stiftung

Möchten Sie uns unterstützen?

Einfach scannen!



Mit freundlicher Unterstützung von [WirWunder](#) der Sparkasse Ulm und [betterplace.org](#)

Jeden ersten Mittwoch im Monat fügt [betterplace.org](#) jeder Spende 10% hinzu.

KONTAKT

altersarmut **Ulm nein** e.V.

Ensingerstrasse 19
89073 Ulm
Tel. 0731 37 49 35 67
Mobil 0151 66 74 30 67
e-mail aulmn@web.de
Webseite <https://altersarmut-ulm-nein.de>
Social Media        
Bankverbindung Sparkasse Ulm
IBAN DE15 6305 0000 0021 3255 37

ÖFFNUNGSZEITEN

Do – Sa
14:00 – 18:00
Oder nach Vereinbarung

Wir suchen Verstärkung für unsere Öffnungszeiten. Infos anfordern oder einfach mal reinschnuppern. Für alle geeignet.