



altersarmut Ulm nein

Nutzer und Unterstützer - zusammen gibt's ein Stück

NEWSLETTER

April 2026

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.

Pflegegrad

Der Pflegegrad ist eine wichtige Sozialleistung in Deutschland für Seniorinnen und Senioren, wenn die Fähigkeit abnimmt, sich selbst zu versorgen. Der Pflegegrad ist eine Einstufung der erlebten Einschränkungen im Alltag, das Pflegegeld ist ein monatlicher Zuschuss ohne Auswirkungen auf die Rente.

Es gibt 5 Pflegegrade. Der Antrag kann formlos bei der Pflegekasse gestellt werden. Für die meisten wird die Einstufung vom Medizinischen Dienst vorgenommen. Mit einem Pflegegrad hat man Anspruch auf Zuschüsse und Sachleistungen der Pflegekasse. Ab Pflegegrad 2 erhält man das Pflegegeld bei Pflege zuhause. Es ist frei verwendbar, z. B. für eine Putzhilfe oder eine Betreuungskraft.

Ein Antrag sollte so früh wie möglich bzw. nötig gestellt werden. Die Einschränkungen müssen voraussichtlich länger als 6 Monate bestehen.

Je nach Pflegegrad erhält man u.a.:

- Pflegegeld (für Angehörigenpflege)
- Pflegesachleistungen (für ambulante Dienste)
- Entlastungsbetrag
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Pflegehilfsmittel
- Zuschüsse für Wohnraumanpassung.

Pflegegeld (monatlich) in Euro für Pflege zuhause					
Pflegegrad	1	2	3	4	5
Betrag	*	347	599	800	990

* Ab Pflegegrad 1 steht ein sogenannter Entlastungsbetrag von 131 Euro zur Verfügung.

Ebenso ab Pflegegrad 1 gibt es einen Zuschuss von bis zu 4.180 Euro für Umbaumaßnahmen, z. B. um das Badezimmer durch den Ersatz der Wanne durch eine Dusche altersgerecht zu gestalten oder eine Tür in die Badewanne einbauen zu lassen.

Für Umbaumaßnahmen muss man Kostenvoranschläge einholen und diese bei der Pflegekasse einreichen. Die Arbeiten können nach Genehmigung beginnen. Bleiben die Kosten unter dem oben genannten Schwellenwert, sind sie für die Betroffenen kostenlos.

(Weiter auf Seite 2)

(Weiter von Seite 1)

Viele Hilfsmittel wie ein Badewannenlift werden von der Kranken- oder Pflegekasse bezuschusst oder vollständig übernommen, meist auf ärztliches Rezept.

Für eine realistische Einstufung ist es wichtig, die Fragen bei der Begutachtung akkurat zu beantworten. Die Begutachtung wird in sechs Lebensbereichen gemessen:

- Mobilität
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Umgang mit krankheits-/therapiebedingten Anforderungen
- Alltagsgestaltung und soziale Kontakte.

Die einzelnen Fragen werden mit Punkten bewertet. Zudem werden die Themen unterschiedlich gewichtet, z. B. 40 % für Selbstversorgung. Die Begutachtung kann telefonisch oder auf Wunsch zuhause erfolgen.

Beratung zum Pflegegrad wie etwa für Erstantrag, Höherstufung oder Widerspruch gibt es in Ulm z. B. beim Pflegestützpunkt, der Caritas und der Diakonie.

Wichtig: Der Pflegegrad bestimmt nicht, ob man zuhause oder im Heim gepflegt wird. Dies ist frei wählbar.

<p>KURZ</p> <p>Termine</p> <p>(Veranstaltungen anderer Einrichtungen ohne Gewähr)</p> <p>Kostenlose Veranstaltungen</p> <p>01.04.2026, 15:00 Spaziergang Alter Friedhof, Eingang bei Pauluskirche</p> <p>04.04.2026, 15:00 Osternester basteln altersarmut Ulm nein</p> <p>18.04.2026, 15:00 Rund ums Smartphone altersarmut Ulm nein</p> <p>24.04.2026, 15:00 Tag der offenen Tür altersarmut Ulm nein</p> <p>02.05.2026, 15:00 Steuergeschichte - Steuergeschichten altersarmut Ulm nein</p> <p>16.05.2026, 15:00 Rund ums Smartphone altersarmut Ulm nein</p>	<p>Wichtige Tage</p> <p>1. April Tag der älteren Generation</p> <p>5. April Ostern</p> <p>7. April Weltgesundheitsstag</p> <p>21. April Tag der Kreativität und Innovation</p> <p>3. Mai Tag der Sonne</p> <p>5. Mai Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung</p> <p>10. Mai Muttertag</p> <p>12. Mai Internationaler Tag der Pflege</p> <p>15. Mai Internationaler Tag der Familie</p> <p>23. Mai Tag des Grundgesetzes</p>
---	--

30.05.2026, 15:00
Steuergeschichte - Steuergeschichten
altersarmut Ulm nein

13.06.2026, 11:00 – 22:00
Karlsplatzfest
Karlsplatz

13.06.2026, 15:00
Sozialer Dienst für Ältere
altersarmut Ulm nein

20.06.2026, 15:00
Rund ums Smartphone
altersarmut Ulm nein

29. Mai
Tag der Nachbarn

6. Juni
Tag der Organspende

15. Juni
Welttag gegen Diskriminierung und Misshandlung
älterer Menschen

21. Juni
Welthumanistentag

WICHTIG

Warnung vor Betrug: Phishing-Mails im Umlauf

Zurzeit werden vermehrt Phishing-Mails versendet, die vermeintlich von der Deutschen Rentenversicherung stammen. Darin werden die Empfänger aufgefordert, ihre persönlichen Daten anzugeben oder zu aktualisieren. Die Absender nutzen Logo und Design der DRV, was sie auf den ersten Blick täuschend echt wirken lässt. Einzig die Absenderadresse, wie z. B. "noreply@drv.de" oder "admin@lenterasafety.co.id", weist auf die Fälschung hin. Die Deutsche Rentenversicherung empfiehlt daher, jede E-Mail genau zu überprüfen. Auch Rechtschreibfehler oder ungewöhnliche Anredeformen können Hinweise auf einen Betrugsversuch sein. Sollte Ihnen eine E-Mail verdächtig vorkommen, verschieben Sie diese bitte sofort in den Spam-Ordner. Führen Sie keine in der E-Mail aufgeführten Aktionen oder Aufforderungen aus, um weder Ihre persönlichen Daten noch Ihre IT-Systeme zu gefährden. Weitere Informationen zum Schutz vor Trickbetrug erhalten Sie in der hier verknüpften [Broschüre](#) der DRV mit Video. Quelle: DRV

Italienisch

Dank einer engagierten Italienerin gibt es unseren Flyer und Jahresbericht nun auch auf italienisch. Claudia steht für Übersetzungen und so als Ansprechpartnerin in dieser Sprache zur Verfügung.

Pfandbons

Seit Anfang 2026 werden mit freundlicher Unterstützung des Managements von Erdapfel in Söflingen gespendete Pfandbons im Geschäft gesammelt. Im Januar konnten wir vom Gegenwert 10 Packungen Alblinsen und Pasta kaufen, im Februar 10 verschiedene hochwertiger Müslis. Die bis jetzt angebotenen Artikel wurden von unseren Nutzern sehr gerne angenommen.

Wussten Sie schon?

Wir bieten kostenlos für interessierte Senior*innen, die sich solche Ausgaben nicht leisten können:

- Seniorengerechte Smartphones
- SIM-Karte
- Mobile Daten
- Individuelle Schulung und Betreuung
- Infoveranstaltungen
- Digitale Sprechstunde
- Internet-Platz im Verein
- WLAN im Verein

Digitale Teilhabe hilft gegen Vereinsamung, in Notsituationen und kann den Alltag erleichtern.

Khalil Gibran

(libanesisch-US-amerikanischer Dichter, Philosoph und Maler, 1883 – 1931)

Eure Kinder sind nicht eure Kinder.

Sie sind die Söhne und Töchter der Sehnsucht des Lebens nach sich selbst.

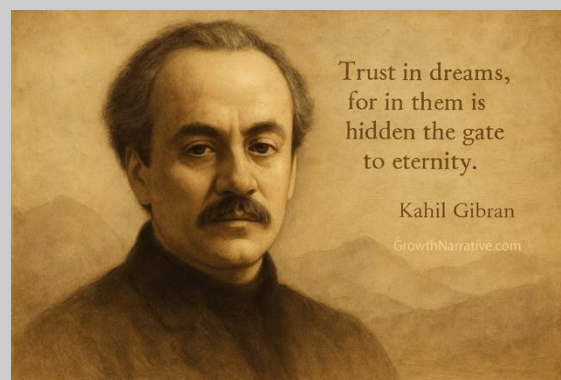
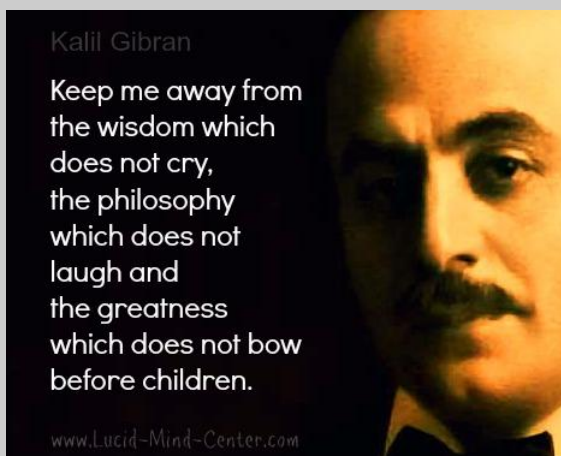
Sie kommen durch euch, aber nicht von euch, und obwohl sie mit euch sind, gehören sie euch doch nicht. Ihr dürft ihnen eure Liebe geben, aber nicht eure Gedanken, denn sie haben ihre eigenen Gedanken.

Ihr dürft ihren Körpern ein Haus geben, aber nicht ihren Seelen, denn ihre Seelen wohnen im Haus von morgen, das ihr nicht besuchen könnt, nicht einmal in euren Träumen.

Ihr dürft euch bemühen, wie sie zu sein, aber versucht nicht, sie euch ähnlich zu machen. Denn das Leben läuft nicht rückwärts, noch verweilt es im Gestern.

Ihr seid die Bogen, von denen eure Kinder als lebende Pfeile geschickt werden. Der Schütze sieht das Ziel auf dem Pfad der Unendlichkeit, und Er spannt euch mit seiner Macht, damit seine Pfeile schnell und weit fliegen.

Lasst euren Bogen von der Hand des Schützen auf Freude gerichtet sein. Denn so wie Er den Pfeil liebt, der fliegt, so liebt er auch den Bogen, der fest ist.



Engagement

Alle können einfach so dabei sein. Wir haben keinen Mitgliedszwang. Engagement ist sowohl für Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder möglich. Unterstützen können Sie auch durch Arbeits- oder Sachbeiträge und natürlich auch durch Spenden. Nutzer können ebenso mitarbeiten und mitgestalten, wenn sie es wünschen. Wir freuen uns darüber.

ZITAT

Die Blumen des Frühlings sind die Träume des Winters (Khalil Gibran).



Quelle: Pixabay

Danke

Ein herzliches Dankeschön für:

- Geldspenden klein und groß
- Sachspenden klein und groß
- Kostenlose Auftritte und Eintrittskarten
- Hilfe während der Öffnungszeiten
- Alle Formen von Unterstützung.

Die bei uns angebotenen gebrauchten aber einwandfreien Artikel dienen durch ihre Wiederverwendung nicht nur einem guten Zweck, sondern tragen auch zu Nachhaltigkeit und Umweltschutz bei.

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**

Ensingerstrasse 19

Tel. 0731 37 49 35 67

Mobil 0151 66 74 30 67

e-mail aulmn@web.de

Webseite <https://altersarmut-ulm-nein.de>

Soziale Medien 

Bankverbindung Sparkasse Ulm

IBAN DE15 6305 0000 0021 3255 37

ÖFFNUNGSZEITEN

Do – Sa

14:00 – 18:00

oder nach Vereinbarung

Außer an offiziellen Feiertagen
haben wir immer Do – Sa geöffnet.