



altersarmut Ulm nein

Nutzer und Unterstützer - zusammen gibt's ein Stück

NEWSLETTER

Juli 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.

Marktplatz 10

Wir ist umgezogen.

Seit nunmehr fünf Jahren widmen wir uns dem wichtigen Thema Altersarmut und bieten unseren kostenlosen Service den finanziell schwachen Seniorinnen und Senioren in Ulm, Neu-Ulm und Umgebung an.

Das Angebot wird gut angenommen und so wurden die Räumlichkeiten in der Ensingerstraße 19 zu klein.

Seit Mitte Juni 2026 sind wir größer und noch zentraler am Marktplatz 10 angesiedelt. Eine Minute zu Fuß vom Rathaus entfernt in Richtung Museum, im Erdgeschoß eines historischen Hauses mit reduzierter Miete als Unterstützung.

Die Pfeiler unseres Angebots bleiben der offene Treff und auf die Einzelperson abgestimmte moralische und praktische Unterstützung. Dazu gehören Informationen, Beratung, Vermittlung, Begleitung und Nothilfe für die Zielgruppe. Für Senior*innen mit wenig Geld und Interesse an den Vorteilen der Digitalisierung für ein selbstbestimmtes und selbständiges Leben bieten wir seniorengeeignete Smartphones mit mobilen Daten und individueller Schulung. Zweimal monatlich gibt es Veranstaltungen in den Bereichen Wissen, Unterhaltung und Hilfe.

(Weiter auf Seite 2)



(Weiter von Seite 1)

Um den großzügigen und vielfältig verwendbaren Hauptraum sowie die große Küche und die diversen Staumöglichkeiten auch außerhalb der Öffnungszeiten von **altersarmut Ulm nein** zu nutzen, suchen wir eine gemeinnützige Einrichtung zum Teilen der Räumlichkeiten und Kosten. Mit dabei wäre ein Büro zur exklusiven Nutzung durch den Untermieter mit Platz für zwei Schreibtische. Das Büro hat einen eigenen Zugang vom Treppenhaus und zum Gemeinschaftsraum.

Wir sind ab sofort am Marktplatz 10 und haben wie bisher Do - Sa 14:00 -18:00 geöffnet.



Fotos: *Christiane Blessing-Win*

KURZ

Termine

- 01.07.2026, 15:00
Spaziergang
Alter Friedhof, Eingang bei Pauluskirche
- 18.07.2026, 15:00
Rund ums Smartphone
altersarmut Ulm nein
- 01.08.2026, 15:00
Geburtstag und offizielle Eröffnung
altersarmut Ulm nein
- 15.08.2026, 15:00
Sozialfonds des Generationentreffs
altersarmut Ulm nein
- 29.08.2026, 15:00
Bingo
altersarmut Ulm nein
- 12.09.2026, 15:00
Rund ums Smartphone
altersarmut Ulm nein
- 19.09.2026, 19:00, 20:00, 21:00
Kulturnacht
altersarmut Ulm nein
- 26.09.2026, 15:00
Kochen
altersarmut Ulm nein

Wichtige Tage

- 18. Juli
Lichterserenade in Ulm, Neu-Ulm
- 20. Juli
Schwörmontag in Ulm
- 30. Juli
Internationaler Tag der Freundschaft
- 19. August
Welttag der humanitären Hilfe
- 5. September
Internationaler Tag der Wohltätigkeit
- 15. September
Internationaler Tag der Demokratie
- 18. September
Tag des Respekts
- 21. September
Weltfriedenstag
- 29. September
Tag der emotionalen Achtsamkeit

WICHTIG**Rentenanpassung**

Alle gesetzlichen Renten in Deutschland steigen zum 1. Juli 2026 um 4,24 %. Seit 2023 gilt für die gesamte Bundesrepublik ein einheitlicher Anpassungswert. Jedoch geht das Plus auf dem Konto nicht bei allen Rentnerinnen und Rentnern zur gleichen Zeit ein. Wenn die Rente im April 2004 oder später begonnen hat, wird sie nachschüssig am Monatsende gezahlt. Die erhöhte Rente wird in diesen Fällen erstmals Ende Juli auf dem Konto der Rentnerinnen und Rentner sein. Wer bis März 2004 in Rente gegangen ist, erhält die Zahlung im Voraus. Die Rente für Juli erhält man also bereits Ende Juni. Über die Erhöhung ihrer Rente und den Zeitpunkt der Auszahlung werden die Rentnerinnen und Rentner mit der „Rentenanpassungsmitteilung“ informiert. Der Versand erfolgt voraussichtlich in der Zeit von Mitte Juni bis Ende Juli 2026. In dem Schreiben wird auch mitgeteilt, wann der neue Betrag ausgezahlt wird. Für den Versand der Rentenanpassungsmitteilungen und die Auszahlung der Renten ist der Renten Service der Deutschen Post AG zuständig. (Quelle: DRV)

Sozialkaufhaus

Im Sozialkaufhaus der Neuen Arbeit gGmbH finden Einkaufsberechtigte mit Nachweis sehr günstige Bekleidung und Hausrat. Die Einrichtung befindet sich im 3. Stock der Büchseengasse 25, 89073 Ulm. Finanziell schwache Seniorinnen und Senioren müssen als Berechtigungsnachweis ihren Sozialhilfe-Bescheid, ihre Lobby-Card oder Tafelladen-Karte vorlegen. Der Secondhandladen der Neuen Arbeit an der gleichen Adresse ist offen für alle. Dort befindet sich die Annahme von Spenden und der Verkauf von Damen- und Herrenbekleidung, Accessoires, gut erhaltene Schuhe, Spiele, CDs, Geschirr, Hausrat und Dekoration. Öffnungszeiten für beides: Mo – Fr 09:30 – 18:00, Sa 10:00 – 18:00.

Deutschlandticket Sozial

Das D-Ticket Sozial Ulm ist ein von der Stadt Ulm subventioniertes Deutschlandticket für LobbyCard Besitzer. Mit dem D-Ticket Sozial können Menschen mit geringem Einkommen bundesweit Busse, Straßenbahnen, U-Bahnen, S-Bahnen und Regionalzüge für 34 Euro monatlich nutzen. Das D-Ticket Sozial gilt so lange wie die LobbyCard und kann entsprechend verlängert werden. Auf der Website www.ding-abo.de bestellt man das Ticket schnell und einfach. Dafür ist eine E-Mail-Adresse nötig, auf welche die Abonnenten Zugriff haben sowie ein Bankkonto für den monatlichen Bankeinzug. Wer keine gültige E-Mail-Adresse hat, kann sich zum Einrichten gerne an uns wenden, natürlich kostenlos, ebenso die E-Mail-Adresse. Eine E-Mail-Adresse kann auch für viele andere Kommunikationszwecke nützlich sein. Ohne E-Mail-Adresse kann eventuell die Kontaktstelle von RAB (Regionalverkehr Alb-Bodensee GmbH) in der Karlstrasse 31 weiterhelfen.

Aufklärungskampagne

Fotos: Christiane Blessing-Win



Foto: Markus Marquard

Das wichtige Thema Altersarmut ist ins Ulmer Stadtbild gerückt. Durch die Aufklärungskampagne des Netzwerks Altersarmut wird die Öffentlichkeit auf die Problematik aufmerksam gemacht. Denn es gibt leider weitaus mehr Altersarmut als man meinen könnte. Nur die allerwenigsten Betroffenen sammeln Flaschen. Nicht nur an der Litfaßsäule am Ehinger Tor ist die Kampagne zu sehen, auch in Straßenbahnen und Bussen, auf großen Plakaten in der Stadt sowie den Websites und Räumlichkeiten der Mitglieder des Netzwerks. Am 22.05.2026 gab es eine große Infoveranstaltung hierzu im m25, am 22.06.2026 einen Vortrag zum Thema Armut und Gesundheit von Prof. Dr. Harald Gündel im Generationentreff Ulm/Neu-Ulm.

Wussten Sie schon?

Die folgenden zwei unserer Angebote sind überall und jederzeit abrufbar. In „[Angebote für finanziell schwach gestellte Ältere](#)“ haben wir alle uns bekannten Angebote aller Einrichtungen zusammengestellt, die für unsere Nutzer in Ulm, Neu-Ulm und Umgebung von Interesse sein könnten. Sie sind nach Themen wie Unterstützung, Gesundheit, Begegnung sortiert. Diese Referenz aktualisieren wir laufend und freuen uns jederzeit über weitere Infos. Das Dokument finden Sie auf unserer Website und als Druck bei uns im Verein. Unsere [FAQ](#) (Frequently Asked Questions, auf Deutsch Häufig Gestellte Fragen) über Themen wie unseren Vereinsbetrieb und Grundsicherung und Wohngeld im Alter finden Sie auf unserer Website unter FAQ. Dort finden Sie auch einen Link zu den entsprechenden Antragsformularen.

Jane Goodall

(Britische Primatologin und Anthropologin, international anerkannt als weltweit führende Schimpansen-Expertin, 1934 – 2025)

Auszüge aus „Grund zur Hoffnung“

„Mein nächstes großes Abenteuer, mit 90 Jahren, wird das Sterben sein. Es gibt nur zwei Möglichkeiten: Entweder es gibt nichts – oder es gibt etwas. Wenn es nichts gibt, dann muss ich mir keine Sorgen mehr machen. Dann ist es einfach vorbei. Aber wenn es etwas gibt – dann kann ich mir kein größeres Abenteuer vorstellen, nichts Aufregenderes, als herauszufinden, was dieses Etwas ist. Ich persönlich glaube, dass es etwas gibt – wegen der Erfahrungen, die ich gemacht habe, und wegen der Erlebnisse anderer Menschen. Sehr kraftvolle Erfahrungen. Ich habe jedes Buch gelesen, das es über Nahtoderfahrungen gibt. Deshalb sehe ich den Tod als mein nächstes großes Abenteuer!“



„Ergriffen von der Schönheit um mich herum, muss ich in einen Zustand erhöhter Wahrnehmung geglitten sein. Es ist schwer – eigentlich unmöglich – den Moment der Wahrheit in Worte zu fassen, der mich damals überkam. Selbst Mystiker können ihre kurzen Augenblicke spiritueller Ekstase kaum beschreiben. Wenn ich später versuchte, mich daran zu erinnern, schien das Selbst völlig verschwunden: Ich, die Schimpansen, die Erde, die Bäume, die Luft – alles schien zu verschmelzen, eins zu werden mit der lebendigen Kraft des Lebens selbst. An jenem Nachmittag war es, als hätte eine unsichtbare Hand einen Vorhang zurückgezogen und ich hätte, nur für den Bruchteil eines Augenblicks, hindurchgesehen. In einem Blitz der „Außensicht“ erkannte ich Zeitlosigkeit und stille Ekstase – spürte eine Wahrheit, von der die konventionelle Wissenschaft nur ein winziger Teil ist. Ich wusste, dass diese Offenbarung mich mein ganzes Leben lang begleiten würde – unvollkommen erinnert, aber immer in mir, als Quelle der Kraft in Zeiten, in denen das Leben hart, grausam oder verzweifelt erschien. Mit der Zeit kam ich den Tieren und der Natur immer näher – und dadurch auch mir selbst, und der spirituellen Kraft, die ich überall um mich fühlte. Für diejenigen, die die Freude kennen, allein mit der Natur zu sein, braucht es keine weiteren Worte. Für diejenigen, die es nie erlebt haben, können meine Worte niemals das mächtige, beinahe mystische Wissen um Schönheit und Ewigkeit beschreiben, das einen plötzlich, völlig unerwartet, ergreift.“

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.

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.

ZITAT

„Was du tust, macht einen Unterschied, und du musst entscheiden, welche Art von Unterschied du machen möchtest.“ (Jane Goodall)

Spendenmarathon: Am 28. Juni zählt deine Spende extra!

Jeder Euro bringt uns zusätzliches Geld aus dem Fördertopf*

[Jetzt spenden](#)

*Alle Bedingungen findest du im Aktionsbanner auf unserer Projektseite auf betterplace.org

Unterstützt von Teilnehmer*innen der
POSTCODE LOTTERIE

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**

Marktplatz 10
89073 Ulm
Tel. 0731 37 49 35 67
Mobil 0151 66 74 30 67
E-Mail info@aulmn.de, 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

Wir sind umgezogen, jetzt am Marktplatz 10. Alle anderen Kontaktdaten sind unverändert. Wir freuen uns auf Sie.