

Sehr geehrte Damen und Herren

Der 38. CDU-Bundesparteitag in Stuttgart war ein starkes Zeichen für Geschlossenheit, Klarheit und Zukunftsorientierung unserer Partei. Die Senioren-Union Deutschland war mit zahlreichen Delegierten vertreten und hat sich aktiv in die Beratungen eingebracht. Kurz vor diesem wichtigen Parteitag kam auch die Senioren-Union Deutschland zu einer Vorstandssitzung zusammen. Beide Veranstaltungen haben wertvolle Impulse geliefert – inhaltlich wie organisatorisch. In der nächsten Ausgabe unseres Newsletters werden wir auf den Bundesparteitag ebenso wie auf unsere Vorstandssitzung ausführlicher eingehen.

Bei der ersten Vorstandssitzung der Senioren-Union Niedersachsen im Jahr 2026 haben wir zudem wichtige Weichen für die kommenden Jahre gestellt.

Das Erscheinungsbild unserer Drucksachen und Briefe wurde modernisiert. Darüber hinaus wird ein überarbeiteter Flyer mit dem Titel „**Wer wir sind – was wir wollen**“ erscheinen. Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der Vorbereitung der Kommunalwahl: Die Werbemittel wurden festgelegt und werden am **5. Mai 2026** im Rahmen der Kreisvorsitzenden Konferenz vorgestellt. Im Vorfeld werden wir eine Abfrage durchführen, damit jede Vereinigung bedarfsgerecht die gewünschte Anzahl an Werbemitteln erhalten kann.

Diese Newsletter-Ausgabe greift zentrale Themen unserer Arbeit auf: die Bedeutung der Kommunalpolitik für die Lebensqualität im Alter, den Internationalen Frauentag am 8. März und die besondere Rolle älterer Frauen für unsere Gesellschaft sowie praktische Hinweise zur Vorsorge und Sicherheit im Alltag, etwa zur Notfallversorgung. Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und danke Ihnen für Ihr Engagement in der Senioren-Union Niedersachsen.

Mit freundlichem Gruß

Ihr

Rainer Hajek

Landesvorsitzender der Senioren-Union der CDU in Niedersachsen

Kommunalpolitik entscheidet über Lebensqualität im Alter

Die Kommunalwahl am 13. September 2026 bietet eine wichtige Chance für Mitglieder der Senioren-Union Niedersachsen, aktiv politische Verantwortung zu übernehmen und für ein Mandat zu kandidieren.

Angesichts des demografischen Wandels gewinnt die Stimme der älteren Generation zunehmend an Gewicht: Bereits heute sind rund 23 Prozent der Bevölkerung in Niedersachsen 65 Jahre oder älter, der Anteil der Menschen über 60 liegt sogar noch höher – und wird in den kommenden Jahren weiter steigen. Damit stellt diese Generation eine der größten und zugleich wahlaktivsten Bevölkerungsgruppen dar. Ihre Interessen können Wahlergebnisse maßgeblich beeinflussen, insbesondere auf kommunaler Ebene.

Gerade in Städten und Gemeinden werden die Themen entschieden, die für Seniorinnen und Senioren von zentraler Bedeutung sind: barrierefreie Infrastruktur, ein leistungsfähiger öffentlicher Nahverkehr, wohnortnahe Gesundheits- und Pflegeangebote, altersgerechtes Wohnen, soziale Teilhabe sowie Sicherheit und Nahversorgung. Wer könnte diese Anliegen glaubwürdiger vertreten als Menschen, die selbst aus Erfahrung wissen, wo der Handlungsbedarf liegt?

Mitglieder der Senioren-Union bringen dafür beste Voraussetzungen mit. Sie verfügen über Lebens- und Berufserfahrung, Führungskompetenz, gesellschaftliches Engagement und gewachsene Netzwerke vor Ort. Sie stehen für Verlässlichkeit, Augenmaß und generationenübergreifende Verantwortung – Qualitäten, die in kommunalen Räten besonders gefragt sind. Eine Kandidatur ist daher nicht nur persönliches Engagement, sondern ein wichtiger Beitrag, um die Interessen älterer Menschen nachhaltig in der Kommunalpolitik zu verankern.

Zugleich stärken Kandidaturen die politische Sichtbarkeit und Gestaltungskraft der Senioren-Union. Wer Verantwortung übernimmt, setzt ein Zeichen für demokratische Teilhabe im Alter, für Solidarität zwischen den Generationen und für eine Politik, die die Lebensrealitäten der Bürgerinnen und Bürger ernst nimmt. Die Kommunalwahl 2026 ist deshalb eine große Chance – für engagierte Persönlichkeiten, für die Senioren-Union und für eine starke Stimme der älteren Generation in Niedersachsen.

Weltfrauentag am 8. März

Frauen haben im Laufe des vergangenen Jahrhunderts – insbesondere seit den 1970er-Jahren – entscheidende Meilensteine für die Gleichberechtigung von Frauen in unserem Land erkämpft.

Diese Generation hat mit großem persönlichem Einsatz gesellschaftliche und kulturelle Strukturen verändert und damit die Grundlage für viele Errungenschaften geschaffen, die heute selbstverständlich erscheinen.

Für die Senioren-Union Niedersachsen ist diese Lebensleistung Auftrag und Verpflichtung zugleich. Wir setzen uns dafür ein, dass die Erfahrungen, Anliegen und Bedürfnisse älterer Frauen in Politik und Gesellschaft stärker berücksichtigt werden – sei es bei der Anerkennung von Lebensarbeitsleistungen, der Altersvorsorge, der Pflege oder der gesellschaftlichen Teilhabe.

Anlässlich des Internationalen Frauentages am 8. März danken wir allen Frauen dieser Generation ausdrücklich für ihren Einsatz, ihren Mut und ihren Beitrag zu einem starken, solidarischen und gerechten Gemeinwesen.





THEMEN

Gut vorbereitet für den Notfall – Ein Beitrag der Senioren-Union Niedersachsen

Krisen und unvorhergesehene Ereignisse wie Stromausfälle, Lieferengpässe oder Quarantäne können jeden treffen – insbesondere ältere Menschen. Vorsorge schafft Sicherheit und hilft, auch in schwierigen Situationen selbstständig und gut versorgt zu bleiben. Die Senioren-Union Niedersachsen empfiehlt daher, dem Rat des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) zu folgen und einen Lebensmittelvorrat für mindestens zehn Tage pro Person anzulegen.

Ein besonderer Fokus sollte auf einer ausreichenden Getränkeversorgung liegen. Pro Person werden mindestens zwei Liter pro Tag empfohlen, etwa in Form von Wasser, Tee, Instant-Kaffee oder haltbaren Säften.

Zum Grundvorrat zählen haltbare Lebensmittel wie Reis, Nudeln, Haferflocken, Mehl, Knäckebrot oder Zwieback. Für eine ausgewogene Ernährung sollten außerdem eiweißreiche Produkte wie Linsen, Bohnen, Kichererbsen, Fisch- und Fleischkonserven, Eier sowie Nüsse und Kerne berücksichtigt werden. Auch Fette wie Speiseöl, haltbare Margarine liefern wichtige Energie.

Haltbares Obst und Gemüse – beispielsweise in Konserven, getrockneter Form oder als Apfelmus – ergänzt den Speiseplan sinnvoll. Gewürze, Brühe, Zucker, Honig, Senf oder Ketchup sorgen für Abwechslung und Geschmack.

Nicht vergessen werden sollten kleine Energiereserven wie Schokolade, Kekse oder Müsliriegel. Ebenso wichtig ist der persönliche Bedarf, etwa für Medikamente, Vitamine, Diätprodukte, Babynahrung oder Tierfutter.

Gerade bei einem Stromausfall sind Lebensmittel praktisch, die ohne Kochen verzehrt werden können – zum Beispiel Konserven, Brot mit Aufstrichen, Nüsse oder Trockenfrüchte. Bewährte und einfache Notfallgerichte sind Nudeln mit Tomatensauce, Reis mit Linsen, Brot mit Thunfisch oder Haferflocken mit Milchpulver.

Die Senioren-Union Niedersachsen setzt sich dafür ein, dass ältere Menschen gut informiert, vorbereitet und sicher leben können. Vorsorge ist ein wichtiger Beitrag zu Selbstständigkeit, Würde und Lebensqualität – heute und in Zukunft.



Ausblick auf die Termine 2026

- 07. April 2026 Landesvorstandssitzung
- 05. Mai Kreisvorsitzenden-Konferenz in Hannover**
- 02. Juni 2026 Landesvorstandssitzung
- 04. August 2026 Landesvorstandssitzung
- 03. November Landesvorstandssitzung

Impressum

Dienstanbieter dieser E-Mail ist die Senioren-Union der CDU in Niedersachsen.
Inhaltlich Verantwortlicher ist Rainer Hajek.

Senioren-Union Niedersachsen
Landesgeschäftsstelle
Landesgeschäftsführerin
Anja Grages
Loebensteinstr. 30
30175 Hannover
Telefon: 0511 / 279 91-96
Fax: 0511 / 279 91-9996