



Landkreis
Rotenburg
(Wümme)

Handlungskonzept Senioren des Landkreises Rotenburg (Wümme)



Inhalt

1	Einleitung	1
2	Rechtsgrundlagen	1
2.1	Altenhilfe gemäß § 71 SGB XII	1
2.2	Seniorenberatung	2
2.3	Pflegestützpunkt gemäß § 7c Abs. 2 SGB XI	2
3	Vorhandene Strukturen im Bereich „Senioren“ im Landkreis Rotenburg (Wümme)	3
3.1	Senioren- und Pflegestützpunkt „RoSe“	3
3.2	Sozialamt	3
3.3	Kreissenorenrat	4
3.4	Servicestelle Ehrenamt des Landkreises	5
3.5	Gesundheitsregion	5
3.6	Heimaufsicht	5
4	Weiterentwicklung des Bereichs „Senioren“ im Landkreis Rotenburg (Wümme)	6
5	Handlungsfelder und strategischer Schwerpunkt im Bereich „Senioren“	6
6	Zusammenfassung und Ausblick	8
7	Quellen	9

1 Einleitung

Eine feste Definition, ab welchem Alter jemand als Seniorin oder Senior zu bezeichnen ist, gibt es nicht. Die UN/ Vereinten Nationen rechnet Personen ab 60 Jahren zur Gruppe der „Senioren/ ältere Menschen“. Für den Landkreis Rotenburg (Wümme) bedeutet dies, dass nach derzeitigen Berechnungen die Zahl der über 60-Jährigen von 41.837 (25,71% der Gesamtbevölkerung) im Jahr 2011 auf voraussichtlich 55.542 (32,66%) in 2026 ansteigen wird. In der weiteren Entwicklung ist laut Vorausberechnung ein fortgesetzter Anstieg auf 61.689 (36,05%) im Jahr 2035 bzw. 62.987 (37,19%) über 60-Jährige in 2042 zu erwarten.¹

Erhebungen zur Gesundheit und Aktivität älterer Menschen zeigen, dass bis zum 80. Lebensjahr überwiegend positive Befunde (Einschätzung der eigenen Gesundheit als „sehr gut“ oder „gut“ sowie grundlegende Aktivitäten des täglichen Lebens selbständig auszuführen) verzeichnet werden.² Dank verbesserter Gesundheits- und Lebensbedingungen ist somit davon auszugehen, dass die überwiegende Mehrheit der unter 80-Jährigen in guter Gesundheit und weitestgehend selbstständig lebt.

Zugleich fordern und überfordern u.a. die zunehmenden Lebenshaltungskosten, rasante technische Entwicklungen und Einsamkeit im Alter nicht wenige. Insbesondere ist hier die Gruppe der über 80-Jährigen gemeint, bei denen körperliche und kognitive Einschränkungen wahrscheinlicher werden. Ihr Anteil an der Gesamtbevölkerung des Landkreises beträgt aktuell 6,7% und steigt laut Vorausberechnung auf 8% im Jahr 2035 bzw. 10,11% im Jahr 2042. Wenn in dieser Lebensphase keine tragfähigen Netzwerke in Form von sozialen Beziehungen vorliegen, ist die Gefahr von Unterversorgung, Vereinsamung oder Isolierung groß. Statistische Hinweise hierzu liefert die Quote der Einpersonenhaushalte, die im Jahr 2022 im Landkreis bei 34% lag. Diese ist bei leichten Schwankungen seit zehn Jahren nahezu unverändert. Analog dazu liegt der Anteil alleinstehender Personen über 65 Jahre – bezogen auf Niedersachsen – ebenfalls bei etwa einem Drittel dieser Altersgruppe. Demnach ist davon auszugehen, dass im Landkreis aktuell ca. 13.000 Seniorinnen und Senioren über 65 Jahren alleinstehend sind.

2 Rechtsgrundlagen

2.1 Altenhilfe gemäß § 71 SGB XII

§ 71 SGB XII SGB XII sieht vor, dass älteren Menschen – zusätzlich zu den sonstigen Leistungen des SGB XII und ggf. den Leistungen der Eingliederungshilfe gemäß SGB IX – **Altenhilfe** gewährt wird. Ziel dieser Leistung ist, Schwierigkeiten, die durch das Alter entstehen, zu verhüten, zu überwinden oder zu mildern, und alten Menschen die Möglichkeit zu erhalten, selbstbestimmt in der Gemeinschaft am Leben teilzunehmen. Zudem sollen die Leistungen der Altenhilfe auch dann gewährt werden, wenn sie der Vorbereitung auf das Alter dienen (präventive Hilfe).

¹ vgl. LSN (2025).

² vgl. BZgA (2023).

Zu den genannten Leistungen gehören beispielsweise:

- Betätigung und gesellschaftliches Engagement, wenn dies gewünscht ist (z. B. Hobbys, ehrenamtliche Tätigkeit, Unterstützung bei Vereinsaktivitäten),
- Leistungen der Beschaffung und Erhaltung einer geeigneten Wohnung,
- Beratung und Unterstützung im Vor- und Umfeld von Pflege (z. B. Informationen über Wohnformen, Dienste der Pflege oder Betreuung),
- Beratung und Unterstützung in Fragen der Inanspruchnahme altersgerechter Dienste (z. B. Hilfeleistungen zur Körperpflege, Essensservice, Haushaltsdienste),
- Leistungen zum Besuch von kulturellen oder sozialen Veranstaltungen oder Einrichtungen (z. B. Seniorentreffs, Ausflüge),
- Leistungen, die alten Menschen die Verbindung mit nahestehenden Personen ermöglichen.

Um dem Ziel der Prävention gerecht werden zu können, sind Angebote nötig, die Ratsuchende darüber aufklären, welche Möglichkeiten und Hilfestellungen älteren Menschen in ihrer individuellen Lebenssituation zur Verfügung stehen und ggf. an andere Stellen weitervermitteln.

2.2 Seniorenberatung

Die Seniorenberatung erfolgt im Rahmen der niedersächsischen Richtlinien über die Gewährung von Zuwendungen zur Förderung der Seniorenberatung in den Senioren- und Pflegestützpunkten in Niedersachsen (SPN).

Das Land gewährt nach Maßgabe dieser Richtlinie und der VV/VV-Gk zu § 44 LHO Zuwendungen für die Einrichtung und den Betrieb eines Senioren- und Pflegestützpunktes Niedersachsen oder eines Seniorenstützpunktes Niedersachsen in jedem Landkreis und jeder kreisfreien Stadt sowie in der Region Hannover, der Landeshauptstadt Hannover und der Stadt Göttingen. Zweck der Förderung ist es, Beratungs- und Hilfsangebote im vorpflegerischen Bereich vor Ort zu koordinieren und transparent zu gestalten sowie älteren Menschen und ihren Angehörigen einen leichten Zugang zu diesen Angeboten zu ermöglichen. Ziel ist es, die Lebensqualität der älteren Menschen zu verbessern, einen langen Verbleib in der eigenen Wohnung und die Inanspruchnahme bedarfsgerechter Unterstützungsleistungen zu ermöglichen. Durch die Vernetzung von Angeboten und die Bereitstellung von Informationen sollen die Potentiale älterer Menschen gestärkt und ihre Selbstständigkeit bewahrt und gefördert werden.

2.3 Pflegestützpunkt gemäß § 7c Abs. 2 SGB XI

Nach § 7c Abs. 2 SGB XI sind die Aufgaben von Pflegestützpunkten drei Feldern zuzuordnen:

1. Auskunft und Beratung: Unabhängige Auskunft und Beratung zu Rechten und Pflichten nach dem Sozialgesetzbuch, zur Auswahl und Inanspruchnahme von bundes- und landesrechtlichen Sozialleistungen und sonstigen Hilfsangeboten.
2. Koordinierung der Angebote: Koordinierung verschiedenster Hilfs-, Betreuungs- und Pflegeangebote, die wohnortnah zur Verfügung stehen.
3. Vernetzung: Herstellen einer Verbindung zwischen verschiedenen Leistungserbringern und Angeboten, sodass diese aufeinander abgestimmt sind.

Demnach sind Pflegestützpunkte als zentrale Knotenpunkte und Koordinationsstellen („Lotsen“) zu verstehen, nicht nur als reine Auskunftsstellen. Durch die Kombination von Beratung, Koordinierung und Vernetzung sollen Hilfsangebote vor Ort besser zugänglich und effizienter nutzbar sein.

3 Vorhandene Strukturen im Bereich „Senioren“ im Landkreis Rotenburg (Wümme)

3.1 Senioren- und Pflegestützpunkt „RoSe“

Der Senioren- und Pflegestützpunkt „RoSe“ (nachfolgend SPN) besteht mittlerweile seit 17 Jahren.

Zu seinen Aufgaben gehört die neutrale Beratung älterer und pflegebedürftiger Menschen sowie deren Angehöriger. Daneben werden umfangreiche koordinierende und organisatorische Aufgaben wahrgenommen und die Vernetzung pflegerischer und sozialer Versorgungs- und Betreuungsangebote innerhalb des Landkreises gefördert.

Seniorinnen und Senioren erhalten durch den SPN Unterstützung bei zahlreichen Fragen der Alltags- und Lebensgestaltung sowie bei der Vorsorge im Alter. So informieren die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowohl durch individuelle Beratungen als auch im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit zu Themen wie altersgerechtes Wohnen, Unterstützungsmöglichkeiten beispielsweise durch Nachbarschaftshilfen oder auch zu örtlichen Treffpunkten für ältere Menschen. Eine Übersicht lokaler „Orte der Begegnung“ befindet sich auf der Internetseite des Senioren- und Pflegestützpunktes; zahlreiche weitere Informationen enthält auch der neu aufgelegte Seniorenwegweiser für den Landkreis Rotenburg (Wümme).

Im Bereich „Wohnberatung“ können sich ältere Menschen sowohl zu den Themen „Barrierefreiheit“ umfassend informieren als auch ggf. aktiv einbringen. Die Wohnberatung erfolgt in Zusammenarbeit mit den ehrenamtlich tätigen „Wohn-Erleichterern“. Diese geben Tipps, wie die eigene Wohnung altersgerecht gestaltet werden kann, um Risiken wie Stürze zu verringern oder den Alltag besser zu bewältigen.

Bei bereits vorliegender Hilfebedürftigkeit können durch den SPN Kontakte zu in Betracht kommenden unterstützenden Dienstleistern hergestellt werden. Möglich sind auch individuelle Hilfestellungen bei der Beantragung in Betracht kommender finanzieller oder rechtlicher Hilfen.

Zusammenfassend besteht durch den SPN für ältere Menschen ein niedrighschwelliger Zugang zu einer Fachstelle, die quasi „unter einem Dach“ zahlreiche aktuelle Informationen und Angebote vorhält.

3.2 Sozialamt

Das Sozialamt des Landkreises erfüllt mehrheitlich, aber nicht ausschließlich, gesetzliche Pflichtaufgaben, die in einem breitem Spektrum Seniorinnen und Senioren betreffen können. Es spielt dabei eine zentrale Rolle bei der Unterstützung dieser Zielgruppe, um ihnen ein würdevolles und selbstbestimmtes Leben im Alter zu ermöglichen. Beispielhaft werden hier die relevantesten Hilfearten aufgeführt.

Die Rentenauskunft umfasst hierbei einen wesentlichen Teil der Arbeit des Sozialamtes. Ältere Menschen erhalten umfassende Informationen und Unterstützung in allen Fragen rund um ihre gesetzlichen Rentenansprüche. Die Beratung umfasst:

- Aufklärung über verschiedene Rentenarten und Anspruchsvoraussetzungen sowie
- Hilfe bei der Beantragung von Alters-, Erwerbsminderungs- oder Hinterbliebenenrenten.

Ziel ist es, Seniorinnen und Senioren bei der individuellen Absicherung und Optimierung ihrer finanziellen Grundlage im Alter zu unterstützen. Für diejenigen, deren Einkommen und Vermögen nicht ausreichen, um den Lebensunterhalt zu bestreiten, bietet das Sozialamt Unterstützung in Form der Grundsicherung im Alter nach dem SGB XII. Diese Leistung umfasst:

- Regelsatz zur Deckung des täglichen Bedarfs,
- Kosten für Unterkunft und Heizung,
- Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge sowie
- Mehrbedarfszuschläge, z.B. bei Schwerbehinderung.

Die Beschäftigten des Sozialamts beraten ältere Menschen individuell zu ihren Ansprüchen, unterstützen bei der Antragstellung und prüfen die Voraussetzungen für den Leistungsbezug.

Das Sozialamt bietet zudem im Rahmen der "Hilfe zur Pflege" nach dem SGB XII Unterstützung für pflegebedürftige Seniorinnen und Senioren, die die Kosten für notwendige Pflegeleistungen nicht selbst tragen können. Die Hilfe zur Pflege ist nachrangig zu anderen Leistungen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialamts beraten zu den verschiedenen Pflegeleistungen und helfen bei der Beantragung.

Seniorinnen und Senioren mit Behinderungen erhalten zudem verschiedene Leistungen im Rahmen von Eingliederungshilfeleistungen durch das Sozialamt (z.B. in Tagesförderstätten oder besonderen Wohnformen).

Daneben bewilligt das Sozialamt als freiwillige Leistung des Landkreises Rotenburg (Wümme) Zuwendungen für Seniorenveranstaltungen.

3.3 Kreissenorenrat

Der Kreissenorenrat ist eine selbstständige Vertretung der im Landkreis Rotenburg (Wümme) lebenden älteren Menschen und wird gemäß seiner Satzung alle drei Jahre neu gewählt. Er setzt sich zusammen aus Seniorinnen und Senioren, die das 60. Lebensjahr vollendet, ihren Wohnsitz im Landkreis Rotenburg (Wümme) haben und in den örtlichen Seniorenbeiräten tätig sind.

- Die Mitglieder des Kreissenorenrates haben kein kommunales Amt inne.
- Sie sind unabhängig sowie politisch, konfessionell und weltanschaulich neutral.
- Sie sind ehrenamtlich tätig.

Der Kreissenorenrat, und auch die örtlichen Seniorenbeiräte, versteht sich als Organ der Meinungsbildung und des Erfahrungsaustausches auf sozialem, kulturellem, wirtschaftlichem und politischem Gebiet. Er nimmt Hinweise auf Missstände und Anregungen für Verbesserungen auf und trägt sie dann den entsprechenden Stellen vor. Für die hauptamtlichen Stellen der Verwaltung im Bereich Seniorinnen und Senioren ist er zudem ein wichtiger Netzwerk- und Projektpartner. Dadurch nimmt er Einfluss auf die Verwirklichung von gesellschaftspolitischen und kulturellen Aufgaben.

Der Kreissenorenrat ist zudem beratendes Mitglied im Sozial-, Arbeits- und Gesundheitsausschuss des Landkreises Rotenburg (Wümme).

3.4 Servicestelle Ehrenamt des Landkreises

Die Zahl der ehrenamtlich engagierten Personen in Niedersachsen steigt. Sie arbeiten ehrenamtlich in Vereinen, Verbänden, sozialen Einrichtungen, Kirchen, Schulen und Kindergärten und noch vielen weiteren Organisationen. Freiwillige geben ihre Erfahrungen und ihr Wissen weiter, sie bringen ihre Ideen mit ein und gestalten ihr direktes Umfeld mit. Auch ältere Menschen sind in vielen gesellschaftlichen Bereichen aktiv. Dieses Engagement trägt nicht nur zu einem gesunden und aktiven Alter, sondern ebenso zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei.

Die Servicestelle Ehrenamt des Landkreises Rotenburg (Wümme) hat sich zum Ziel gesetzt, als „Netzwerker“ die verschiedenen Akteure zusammen zu bringen und so eine Kultur der gegenseitigen Unterstützung und Zusammenarbeit zu fördern. Sie versteht sich als Informations- und Beratungsstelle für freiwillig Engagierte, an einem Ehrenamt interessierte Menschen, gemeinnützige Organisationen, Kommunen und Verbände. Dabei liegt das Hauptaugenmerk auf der Förderung und Anerkennung des freiwilligen Engagements.

3.5 Gesundheitsregion

Die niedersächsischen Gesundheitsregionen wurden ins Leben gerufen, um niedersachsenweit einen kommunalen Strukturbildungsprozess zu befördern. Ziel der kommunalen Strukturbildung ist, Gesundheit wohnortnah und damit angepasst an die jeweiligen regionalen Bedarfe zu gestalten. Hierfür werden Gesundheitsakteurinnen und -akteure sowohl träger- als auch bereichsübergreifend miteinander vernetzt.

Die Mitglieder der regionalen Steuerungsgruppe der Gesundheitsregion Rotenburg (Wümme) treffen sich zweimal jährlich, um über einzureichende Projektanträge gemäß der Förderung Gesundheitsregionen und die Ausrichtung von Gesundheitskonferenzen zu beraten. Bezogen auf Seniorinnen und Senioren beschäftigt sich die Arbeitsgruppe „Gerontopsychiatrische Versorgung“ der Gesundheitsregion mit kommunalen Möglichkeiten der Fortentwicklung in diesem Bereich.

3.6 Heimaufsicht

Die Aufgaben der Heimaufsicht leiten sich ab aus einer ordnungsrechtlichen Tradition als klassische Aufsichtsbehörde mit dem Ziel, gewisse Standards in der Versorgung und Betreuung von pflegebedürftigen Personen in den jeweiligen Einrichtungen im Landkreis zu gewährleisten. Neben alle ein bis zwei Jahre stattfindenden regelmäßigen Prüfungen der Einrichtungen vor Ort, geht die Heimaufsicht insbesondere konkreten Beschwerden mittels

Anlassprüfungen nach. In der Zusammenarbeit mit den Betreibern von Pflegeeinrichtungen hat sich in den letzten Jahren ein grundsätzlich kooperativer Handlungsansatz seitens der Heimaufsicht im Landkreis bewährt.

Zu den Aufgaben der Heimaufsicht zählt auch die Beratung von Angehörigen der Heimbewohnerinnen und -bewohner. Oftmals sind dies die Kinder, die selbst bereits das Seniorenalter erreicht haben und sich im besten Sinne für ihre Eltern engagieren und einbringen. Die Heimaufsicht steht hier bei Fragen und Unsicherheit rund um die Versorgung und Betreuung in professionellen Pflegeeinrichtungen als kompetenter und, falls notwendig und gewünscht, auch vertraulicher Ansprechpartner zu Verfügung.

4 Weiterentwicklung des Bereichs „Senioren“ im Landkreis Rotenburg (Wümme)

Allein die zu erwartende Zunahme der über 60-Jährigen auf bis zu fast 63.000 im Jahr 2042 (+13% gegenüber 2026) zeigt die Notwendigkeit, sich mit den Bedarfen und auch den Ressourcen der Seniorinnen und Senioren zu befassen.³ Der Altenquotient⁴ im Landkreis wird dann schätzungsweise bei 60% liegen (38% in 2024). In Kenntnis der prognostizierten Fachkräfteentwicklung in der Pflege müssen gute Voraussetzungen geschaffen werden, damit Menschen im Alter so selbstständig, gesund und sozial eingebunden wie möglich sind. Neben den Bemühungen zur Aufrechterhaltung der pflegerischen Versorgung (siehe Handlungskonzept Pflege) sind daher insbesondere präventive Maßnahmen im vorpflegerischen Bereich unerlässlich.

5 Handlungsfelder und strategischer Schwerpunkt im Bereich „Senioren“

a) Strategische Handlungsfelder

Als aktuell bestehende strategische Handlungsfelder wurden für den Bereich Senioren identifiziert:

Soziale Teilhabe

Körperliche, psychische, finanzielle und persönliche Faktoren beeinflussen die Teilhabe am Leben und den Umfang sozialer Kontakte.

³ vgl. LSN (2025).

⁴ Der Altenquotient ist eine Kennzahl zur Darstellung der Versorgungsaufgaben der mittleren Generation (hier 20- bis unter 65-Jährige) im Verhältnis zu den ab 65-Jährigen, vgl. Wegweiser Kommune (2025).

Digitale Kompetenz

Digitale Technik bestimmt inzwischen alle Lebensbereiche. Der Umgang damit ist für ältere Menschen nicht selbstverständlich, aber zunehmend essentiell.

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Damit (ratsuchende) Menschen schnell Antworten auf Fragen des Älterwerdens finden, sind örtliche Anlaufstellen bekannt. Die Angebote müssen wiederkehrend in Erinnerung gebracht werden bzw. leicht aufzufinden sein. Dabei werden gedruckte wie digitale Medien gleichermaßen genutzt.

Übergang Beruf – Rente

Die Zahl der Renteneintritte wird in den nächsten Jahren höher denn je sein. Hier ist es wichtig zu sensibilisieren, welche Wege zu einem gesunden Altern führen können, und Angebote für ein sinnstiftendes Engagement zu geben.

Gesundheit und Prävention

Zentral für ein hohes Maß an Selbständigkeit, Lebensqualität und sozialer Teilhabe. So wird ein besseres Wohlbefinden, die Verlängerung gesunder Jahre und das Hinauszögern von Pflegebedürftigkeit ermöglicht.

Wohnen

Mit zunehmenden Alter, insbesondere bei Einschränkung der Mobilität, nimmt die Zeit in der eigenen Häuslichkeit zu. Die eigenen vier Wände erfahren eine noch höhere Bedeutung – Sicherheit und Wohlbefinden haben eine hohe Priorität.

Mobilität

Die Teilhabe am Leben erfordert die Erreichbarkeit von Orten außerhalb der Wohnung. Verkehrssicherheitstrainings für ältere Menschen stärken die individuelle Mobilität und sensibilisieren für deren Grenzen. Hilfsmittel wie Rollatoren werden vermehrt genutzt.

b) Priorisierung: Soziale Teilhabe als strategischer Schwerpunkt

Als strategischer Schwerpunkt wurde die soziale Teilhabe älterer Menschen festgelegt. Soziale Teilhabe ist ein zentrales Grundbedürfnis des Menschen. Der Austausch mit anderen, das Gefühl dazuzugehören und aktiv am gesellschaftlichen Leben beteiligt zu sein, tragen wesentlich zum Wohlbefinden und zum Erhalt der Selbständigkeit bei.

Schwach ausgeprägte persönliche Netzwerke, die individuellen Herausforderungen des Älterwerdens mit körperlichen – oft chronischen – Einschränkungen, aber auch mangelnde finanzielle Ressourcen, können dazu führen, dass (insbesondere außerhäusliche) Aktivitäten erschwert werden. Zusätzlich verstärken der Wegfall des beruflichen Umfeldes, Verwitwung, der Verlust von langjährigen Freundinnen und Freunden oder auch die räumliche oder emotionale Distanz zu Familienangehörigen das Risiko von Einsamkeit.

Ein besonderer Fokus bei der Bearbeitung dieses Schwerpunktes soll auf „digitale Teilhabemittel“ und eine „begleitende sensibilisierende Öffentlichkeitsarbeit“ gelegt werden. Da wegen Mobilitätseinschränkungen älterer Menschen und beruflicher/ familiärer Eingebundenheit jüngerer Menschen die Begegnungsräume gering sind, könnten digitale Werkzeuge eine Hilfe sein, um Nachfrage und Angebot zu vermitteln. Es bedarf einer Unterstützung der älteren Generation im Umgang mit der digitalen Technik. In immer mehr Lebensbereichen sind digitale Kompetenzen gefragt.

Das Engagement der älteren Generation im Ehrenamt wird dabei als ein wichtiger Beitrag für das soziale Zusammenleben im Landkreis angesehen, der bei der Umsetzung des strategischen Schwerpunktes von besonderer Bedeutung ist. Auch wegen erhoffter Synergieeffekte in Richtung der älteren Menschen soll sich der Schwerpunkt daher vorrangig auf die noch jüngeren Menschen der Altersgruppe ab 60 ausrichten.

Die weiteren Handlungsfelder werden nicht aus dem Blick verloren, sondern sukzessive nach neuer Priorisierung betrachtet. Sie fließen zudem in die zukünftigen Maßnahmen zu den beiden festgelegten Schwerpunktthemen mit ein.

6 Zusammenfassung und Ausblick

Mit dem vorliegenden Handlungskonzept soll die bisherige Arbeit des Landkreises und seiner damit betrauten Stellen im Bereich Senioren strategisch fortgeführt werden. Das jetzt priorisierte Schwerpunktthema „Soziale Teilhabe“ wird im Rahmen der finanziellen und personellen Ressourcen weiterentwickelt. Darüber wird im Ausschuss für Soziales, Arbeit und Gesundheit regelmäßig berichtet.

7 Quellen

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 2023: Daten und Fakten zur Gesundheit älterer Menschen, abgerufen unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/DATEN/presse/2023-10_gaaew_faktenblatt_gesundes_alter.pdf (Abruf am 16.02.2026).

Landesamt für Statistik Niedersachsen (LSN), 2025: 4. regionalisierte Bevölkerungsberechnung 2023 bis 2042 für Niedersachsen (Gebietsstand: 1.11.2021), Relativ moderate Zuwanderung (W2), abgerufen unter: <https://www1.nls.niedersachsen.de/statistik/html/default.asp> (Abruf am 16.02.2026).

Wegweiser Kommune (2025): Altenquotient (ab 65-Jährige je 100 Pers. der AG 20-64), abgerufen unter: <https://www.wegweiser-kommune.de/daten/demografische-entwicklung+altenquotient+rotenburg-wuemme-lk+2012-2023+balkendiagramm> (Abruf am 16.02.2026).