Titel_Layout_01_2015_. 21.12.14 19:51 Seite 3

1 2015

SENIOREN Zeitschrift

STADT FRANKFURT AM MAIN

Seniorentelefon 2 12-3 70 70
www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

Unsere **Seniorenreisen** führen Sie zu den bekanntesten und schönsten Ferienorten in Deutschland.

Außerdem nach Österreich, Südtirol und Franzensbad.

Während der 10 bis 14 tägigen Erholungsreisen bieten wir Bewegung, Gesundheit, Entspannung, Ausflüge, Freude und Abwechslung.

Bei fast allen Reisen betreut eine Begleitperson die Gruppe und kümmert sich auch um Ihr Wohlergehen.

Wir holen Sie mit Ihrem Gepäck direkt von zu Hause ab und bringen Sie nach der Reise wieder zurück.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an!

Gerne geben wir Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2015 zu.

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenreisen
Buchgasse 3 • 60311 Frankfurt am Main
Telefon 0 69 / 29 82 89 01 oder 0 69 / 29 82 89 02
www.caritas-seniorenreisen.de

caritas frankfurt

Grußwort: Peter Feldmann 4
Vorwort: Daniela Birkenfeld 4

Übergangsmanagement

Ich bin dann mal weg! 5–6
Vorbereitet in Rente 8–9
Übergangsmanagement für ältere Mitarbeiter 10–11
Yes, you can!..... 12–13

Das Sozialdezernat informiert

Pflegestützpunkt ist gut ausgelastet 14
Termin vormerken: Aktionswochen Älterwerden..... 14
Aus dem Seniorenbeirat 15
Tagesfahrten mit Bus und Schiff 16–17
Schnelle Hilfe und Bewegung 18–19
Heinrich-Schleich-Haus ist eröffnet 19–20
Sozialbericht spornt an: Nicht nachlassen! 20
Vielfalt hat Vorrang 21

Aktuelles und Berichte

Neue Kräfte für die Altenpflege 22
Sucht im Alter 22–23
Ideen für Frankfurt sind gefragt 24
25 Jahre Arbeit für Senioren 25
Die Frau hinter den Kulissen der VHS 26
Gute Pflege ist machbar 27
Im Porträt: Trude Simonsohn..... 28–29

Wohnen im Alter

Geförderte Wohnungen 30–31

Tag der Deutschen Einheit

Eine Stadt verändert ihr Gesicht 32
Seniorenwohnungen entstehen 33
Lesererfahrung: Wie hat sich das Leben verändert? 34

Engagement

„Liebe geben" 35

Verbraucher und Recht

Auf geht's! 36

Im Gespräch

Wilhelm Bender 37

Begegnung der Kulturen

Urlaub vom Pflegealltag 38
Halb Grieche, halb Deutscher 39
50 Jahre Türkisches Volkshaus 40
Gemeinsam an einem Strang 41

Gesundes Leben

Den eigenen Ausdruck finden 42
Trägt Kunst zum Wohlbefinden bei? 43–44
Erfolgreich selbst verteidigen 44–45
Artgerechte Ernährung 46–47
Mit Körnern jung und fit 48

Hintergründe

Schwierig: der Arzt im Heim 49

Kultur in Frankfurt

Fasziniert von Ruinen 50–51
Für Sie gelesen 57

Früher und heute

Vom reitenden Oberförster 52–53
„O wie wunderbar…" 54–55

Ratgeber

Mittagstisch für Senioren Essen auf Rädern 56
Wichtige Telefonnummern 58
Tipps und Termine 59–63

Leserecke

Mitmachen und gewinnen 64
Ehemalige gesucht 65
Rätsel 66
Impressum 66
Wolfgang Kaus zitiert 67

Titelfoto: Die Künstlerin Andrea Janssens aus Antwerpen lebt und arbeitet derzeit im Süden der Niederlande. Ihre Leidenschaft ist das Zeichnen und Malen mit Farben. An älteren Menschen – wie auf dem Titel zu sehen – interessieren sie die Falten und Fältchen auf Körper und Gesicht, die ganz andere Geschichten erzählen, als die makellose Haut der Jugend. Sie zeigt diese Übergänge durch deutliche Farbgebung – passend zum Schwerpunktthema „Übergang".
Wir danken für die freundliche Genehmigung zur Veröffentlichung des Gemäldes (www.andreajanssens.com). red

SENIOREN ZEITSCHRIFT IM ABO

Die SZ kommt dann bequem zu Ihnen nach Hause.

Das Abonnement umfasst vier Ausgaben im Jahr inkl. Versand. Sie bezahlen nach Erhalt Ihrer Rechnung per Banküberweisung. Das Abonnement verlängert sich automatisch um ein Jahr, wenn Sie nicht bis spätestens 15. November schriftlich kündigen. Wenn Sie mitten im Jahr einsteigen, zahlen Sie für das erste Jahr nur anteilig.

Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift:

☐ in Druckform (für 12 Euro Bearbeitungskosten im Jahr)

☐ als Hör-CD (für 12 Euro im Jahr)

☐ in Druckform und als Hör-CD (für 18 Euro im Jahr)

Vorname _____ Name _____

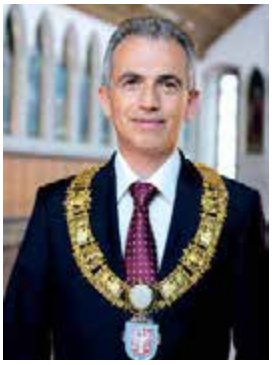
Straße / Hausnr. _____

PLZ / Ort _____ Telefon _____

Ort / Datum _____ Unterschrift _____

Auch als Hör-CD im Abo – für MP3-fähige Geräte.

Ausgefüllten Coupon per Fax an 0 69 / 212-3 0741 oder per Post an: Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt



Wir brauchen ein realistisches, ein positives Altersbild.

Liebe Leserinnen und Leser,

Seniorenpolitik wird in diesem Jahr in Frankfurt eine besondere Rolle spielen, weil der Deutsche Seniorentag vom 2. bis 4. Juli 2015 bei uns zu Gast sein wird. Die Bundesorganisation der Seniorenorganisationen (Bagso) wird unter dem Motto „Gemeinsam in die Zukunft“ Politik und Gesellschaft zu einem konstruktiven Dialog einladen. Der Deutsche Seniorentag bringt neue Ideen und innovative Ansätze für die Seniorenpolitik mit und ist deshalb eine Bereicherung. Gleichzeitig ist unsere Stadt der ideale Gastgeber, weil Frankfurt eine Stadt mit hoher Lebensqualität ist. Nicht nur junge Menschen und Familien ziehen nach Frankfurt, sondern auch Ältere entdecken die Stadt wieder für sich. Viele Seniorinnen und Senioren bleiben im Ruhestand in der Stadt. Gute Infrastruktur, kurze Wege, ein breites Kulturangebot, viel Grün und gute Fachärzte sind im Alter entscheidende Faktoren für eine hohe Lebensqualität und gesellschaftliche Teilhabe.

Persönlich nehme ich den Seniorentag zum Anlass und werde das Jahr 2015 zu meinem „Jahr der Senioren“ machen. Wir brauchen ein realistisches, ein positives Altersbild. Wir müssen weg von der Vorstellung von den Defiziten des Alters und hin zu einem Leitbild, das sich an den Fähigkeiten und Potenzialen der Älteren orientiert. Aus diesem Grund ist Altern in einer Großstadt ein zentrales Thema für mich als Oberbürgermeister. Der demografische Wandel ist keine Bedrohung, eine Gesellschaft des längeren Lebens ist vielmehr eine Chance, die es für uns in der Kommune zu nutzen gilt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein gutes, neues Jahr 2015 mit Gesundheit und Tatkraft. Ich lade Sie herzlich ein, mit mir zu diskutieren, was es bedeutet, in Frankfurt lebenswert und in Würde alt zu werden.

Ihr

Peter Feldmann
Oberbürgermeister der Stadt Frankfurt

Besonderes Augenmerk müssen wir in Frankfurt auf die Gruppe der älteren Migrantinnen und Migranten legen.

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

ich hoffe, Sie sind gut ins neue Jahr gestartet. „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“, hat Hermann Hesse formuliert. Frischen Mutes gehe ich an meine Aufgaben und habe mir einiges vorgenommen.

Bereits im Herbst habe ich in Schwanheim die zweite Staffel der „Foren Älterwerden in Frankfurt“ gestartet. Nach und nach werde ich mit der Veranstaltungsreihe zu Ihnen in die Stadtteile kommen, um gemeinsam mit Vertretern der städtischen Verwaltung, Trägern der freien Wohlfahrtspflege und Initiativen über die Angebote für Seniorinnen und Senioren in ihrem Wohnumfeld zu informieren. Selbstverständlich können Sie mir bei der Gelegenheit auch Ihre Anliegen schildern.

Nicht jeder traut sich, in einem großen Rahmen wie den „Foren Älterwerden“ das Wort zu ergreifen. Wieder anderen ist der Weg zum Veranstaltungsort zu beschwerlich. Auch Ihnen möchte ich die Gelegenheit geben, mit mir ins Gespräch zu kommen. Deshalb werde ich im neuen Jahr jeden Monat in einer anderen Seniorenwohnanlage eine Sprechstunde anbieten.

Besonderes Augenmerk müssen wir in Frankfurt auf die Gruppe der älteren Migrantinnen und Migranten legen. Ihr Anteil wächst; bei den „Foren Älterwerden“ sind sie aber nach wie vor unterrepräsentiert. Die Sozialrathäuser werden deshalb bei der Planung ihrer Veranstaltungen in diesem Jahr gezielt Migrantenorganisationen einbinden.

Was die Angebotspalette für ältere Menschen anbelangt, wird Frankfurt beim 11. Deutschen Seniorentag im Juli sicher glänzen können. Ich wünsche mir, dass wir auch damit punkten, auf wie vielen unterschiedlichen Wegen wir die Informationen darüber an die Bürgerinnen und Bürger herantragen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen alles Gute für das neue Jahr.

Ihre

Prof. Dr. Daniela Birkenfeld
Stadträtin – Dezernentin für Soziales, Senioren, Jugend und Recht

Ich bin dann mal weg!

Nach dem Renteneintritt beginnt eine neue Zukunft

Der Übergang in den Ruhestand ist ein bedeutsamer Einschnitt. Wie Menschen dann ihr Leben neu organisieren, das untersuchen auch wissenschaftliche Studien.

So tauschten sich im Oktober 2014 in Frankfurt Wissenschaftler über ihre Forschungen dazu aus.

Auf der Fachtagung „Transitionen in der Erwachsenenbildung – gesellschaftliche, institutionelle und individuelle Übergänge“ kamen Experten aus ganz Deutschland zusammen. Das Thema „Berufliche Übergänge und Alter“ nahm dabei einen ganzen Vormittag ein.

Engagement im Ruhestand ist in Frankfurt keine Seltenheit. Das Foto zeigt die Gesprächsrunde mit der Sozialdezernentin beim bunten Nachmittag im Rathaus für Senioren. Foto: Oeser

Den Übergang bewältigen

Für viele spielt bei diesem Übergang Weiterbildung eine große Rolle, ergab sich aus vielen Studien. Weiterbildung gehört zu den „Bewältigungsstrategien“, also den Wegen, die jeder Einzelne für sich entdeckt, um sich im neuen Lebensabschnitt zurechtzufinden. Die Beweggründe dafür unterscheiden sich allerdings, wie einzelne Untersuchungen zeigen. So freuen sich die einen darauf, endlich das machen zu können, wofür sie im Berufsleben keine Zeit hatten. Jetzt reicht die Zeit, um zum Beispiel eine neue Sprache zu lernen. Andere langweilen sich und suchen nach einer sinnvollen Tätigkeit. Sie engagieren sich beispielsweise ehrenamtlich und bilden sich in diesem Zusammenhang weiter. Wieder andere reagieren auf Umstände, die ihnen widerfahren. So besucht man vielleicht nach einem Bandscheibenvorfall einen Qi-Gong-Kurs.

Zufriedenheit durch Ehrenamt

Es gibt Studien, die sich damit befassen, wie zufrieden Rentner in ihrem neuen Lebensabschnitt sind. Dazu gehört eine Erhebung der Fachhochschule Münster. Die Münsteraner fanden heraus, dass diejenigen, die ein Ehrenamt übernommen haben, sich schneller in ihrem Leben nach der Rente zurechtgefunden haben. Auch die, die nach dem Renteneintritt zunächst in ein Loch fielen, konnten sich über ein Ehrenamt den Weg heraus bahnen. Dass ehrenamtliches Engagement eng mit Bildung zusammenhängt, ist ein wichtiges Ergebnis solcher Studien: Je höher der

weiter auf Seite 6

ANZEIGE

bei Gesellschaften

am Fernseher

in Gesprächen

“Manchmal verstehe ich nicht, was gesagt wurde”

Sobald das Hörvermögen des Menschen nachlässt, tauchen eine ganze Reihe von Problemen auf, die man in der Jugend nicht kannte: Beim Fernsehen erscheinen die Nebengeräusche lauter als die Sprache, oder bei Gesellschaften ermüdet man relativ schnell, weil der Gesprächspartner einfach “untergeht”.

Für leichteres Verstehen fragen Sie die Spezialisten in Frankfurt Bornheim.

Haus- und Heimbesuche ohne Extra-Kosten

Einfach - Gut - Hören

PROFI AKUSTIK

Berger Straße 221 - Frankfurt Bornheim
Tel. 48 44 61 31 - mit Bus & Bahn:
Bornheim Mitte/Saalburgstraße

von Seite 5

Bildungsabschluss, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich jemand ehrenamtlich engagiert.

Fähigkeiten neu bewerten

Große, internationale Studien untersuchen Fähigkeiten Erwachsener und Älterer – entsprechend der Pisa-Studien für Schüler. Das Programm PIAAC untersucht Alltagsfertigkeiten, wie Lesen, Rechnen und Computernutzung, von Erwachsenen. CiLL erhebt dieselben Informationen speziell für Ältere in Deutschland. Die CiLL-Studie zeige, dass es wichtig sei, die Kompetenzen Älterer zu messen. Denn so könne man die Ergebnisse in die Planung von Bildungsangeboten einfließen lassen, erklärte Professor Rudolf Tippelt von der Ludwig-Maximilians-Universität in München. Denn, so die These seines Kollegen Professor Bernhard Schmidt-Hertha von der Universität Tübingen, Ältere könnten insgesamt besser abschneiden. Bedingung sei, dass die Kompetenzen nicht mit technologischen Anforderungen zusammenhingen. Sprich: Ältere können Problemstellungen lösen, nur nicht per Computer. Bildungsangebote im Bereich Computer und Internet zu stärken, ist deshalb eine wichtige Schlussfolgerung aus solchen Forschungsprojekten. (Oder man muss Bildungsangebote entwickeln, mit denen sich auch Menschen ohne Computerkentnisse weiterbilden können, Anmerkung der Redaktion.)

Welche Rolle spielen Unternehmen?

Die Rolle der Unternehmen beginnt bereits bei der Verabschiedung in die Rente. So hat die Münsteraner Studie herausgefunden, dass eine würdevolle Verabschiedung über den Tag hinaus wirkt. „Schöne Feier. Es wurde mir vermittelt, dass ich die Arbeit gut gemacht habe und dass ich geschätzt wurde“, ist ein stellvertretendes Zitat aus der Studie nach einer gelungenen Verabschiedung. Leider blickt nur die Hälfte der Befragten so positiv auf ihre Verabschiedung zurück.

Ein Drittel der Befragten könnte sich vorstellen, dass die Unternehmen ihren Mitarbeitern dabei helfen, bereits in den letzten Berufsjahren mit einem Ehrenamt zu beginnen. Außerdem sprechen sich drei Viertel der Interviewten dafür aus, dass ein fixes Renteneintrittsalter abgeschafft wird. Sie wünschen sich stattdessen eine individuelle Gestaltung ihres Renteneintritts.

Claudia Šabić

Bis 2029 wird das Renteneintrittsalter schrittweise von 65 auf 67 Jahre angehoben. Für sozialversicherungspflichtig Beschäftigte ab Jahrgang 1964 gilt dann die Regelaltersgrenze von 67 Jahren.

Ein flexibler Übergang in die Rente ist dennoch möglich, wenn

> Menschen lange Jahre in die Rentenversicherung eingezahlt haben. Versicherte, die 45 Jahre Rentenbeiträge gezahlt haben, können abschlagsfrei vor Erreichen des gesetzlichen Renteneintrittsalters in den Ruhestand gehen;

> eine besondere Arbeitsbelastung und dadurch gesundheitliche Schäden vorliegen, wie beispielsweise bei Bergleuten.

Außerdem kann jeder mit Altersteilzeit, Teilrente oder Zeitwertkonten den Übergang in den Ruhestand gestalten.

Altersteilzeit gibt Arbeitnehmern die Möglichkeit, ihre Wochenarbeitszeit in den letzten Jahren ihrer Berufstätigkeit zu verringern. Das kann auf zwei Arten geschehen: durch eine beständig sinkende Wochenarbeitszeit oder das sogenannte Blockmodell. Hier arbeitet man zunächst ungekürzt weiter. In der sogenannten Freistellungsphase hört man dann ganz auf zu arbeiten.

Teilrente gibt Arbeitnehmern die Möglichkeit, Rente und Erwerbstätigkeit zu vereinen. Die monatliche Auszahlung der Teilrente kann entweder bei einem Drittel, der Hälfte oder bei zwei Dritteln der Vollrente liegen. Je weniger Teilrente jemand bezieht, desto mehr darf er hinzuverdienen.

Bei **Zeitwertkonten** bringen Mitarbeiter Arbeitsentgelt oder Arbeitszeit ein, um damit eine bezahlte Freistellung zu finanzieren. Hier werden Vergütungs- und Zeitanteile als Guthaben gerechnet, das später für einen vorgezogenen Ruhestand oder flexible Teilzeitarbeit genutzt werden kann.

sab

PIAAC ist ein Projekt der OECD, an dem sich über 25 Staaten beteiligen. Ziel ist es, Kompetenzen von Erwachsenen international zu vergleichen. Hierfür wurden in Deutschland rund 5.000 Personen im Alter zwischen 16 und 65 Jahren repräsentativ ausgewählt und ihre Kompetenzen von Herbst 2011 bis Frühjahr 2012 erfasst. Mehr erfährt man unter: http://www.bmbf.de/de/13815.php.

Das Projekt CiLL wurde seit Dezember 2009 gemeinsam vom Deutschen Institut für Erwachsenenbildung in Bonn und dem Institut für allgemeine Pädagogik und Bildungsforschung der Ludwig-Maximilians-Universität in München realisiert. Es begleitet den Untersuchungsprozess von PIAAC für die 66- bis 80-Jährigen. Informationen gibt es unter http://www.die-bonn.de/cill/.

sab

>> Neues „Hilfenetz“ des Caritasverbandes

Der Caritasverband Frankfurt hat in Fechenheim/Riederwald ein „Hilfenetz“ für alte, kranke und behinderte Menschen initiiert (Kontakt unter Telefon 0 69/40 80 73 24).

Das Angebot soll die Betroffenen bei der täglichen Lebensführung unterstützen und alten Menschen ermöglichen, so lange wie möglich in ihrem eigenen Zuhause selbstständig zu leben. Getragen wird das Hilfenetz vom Caritasverband und den örtlichen katholischen und evangelischen Kirchengemeinden. Helferinnen und Helfer aus dem Stadtteil können für alltagspraktische Hilfen, wie etwa Tätigkeiten im Haushalt, Einkaufen, Gartenarbeiten, kleinere Reparaturarbeiten sowie Begleitung und Betreuung, angefordert werden.

Die Hilfe kostet 13,50 Euro pro Stunde. Damit soll nicht nur alten Menschen im Alltag geholfen, sondern auch Personen mit geringem Einkommen die Möglichkeit eines Zuverdienstes geschaffen werden. So sind als Helferinnen Alleinerziehende und junge Migranten und Migrantinnen im Blick. Sie werden im Rahmen von geringfügiger Beschäftigung mit Haftpflicht- und Unfallversicherung angestellt. Das Hilfenetz in Fechenheim/Riederwald ist das zehnte Hilfenetz des Caritasverbandes in Frankfurt.

Wer in anderen Stadtteilen Unterstützung sucht oder als Helfender eingesetzt werden möchte, kann sich an Lisa Gerdom wenden, die die Geschäftsführung der Hilfenetze innehat (Telefon 0 69/29 82-193). *wdl*

ANZEIGE

Das kleinste
Hörgerät der Welt

Unsichtbar
aufgrund seiner
Platzierung im
Gehörgang!

hörakustik
Jens Pietschmann
Basaltstraße 1
60487 Frankfurt/M. Bockenheim
info@hoergeraetefrankfurt.de

Vereinbaren Sie einfach einen Termin!

0 69/97 07 44 04
www.HoergeraeteFrankfurt.de

Vorbereitet in die Rente

Perspektiven sind in jeder Lebensphase wichtig, denn nur so sind Menschen zufrieden. Das gilt für Junge gleichermaßen wie für Ältere. Für einen geschmeidigen Übergang vom Berufs- ins Rentnerleben haben sich manche Firmen deshalb etwas sehr Ausgeklügeltes für ihre Mitarbeiter einfallen lassen. Frankfurt ist heute und bleibt laut aktuellen Prognosen auch in Zukunft eine bundesweit vergleichsweise junge Stadt. Etwa jeder Vierte ist zwischen 50 und 65 Jahren alt. Das Gros der Bevölkerung befindet sich im erwerbsfähigen Alter zwischen 20 und 65 Jahren. Daran wird sich in den nächsten 50 Jahren wenig ändern, schätzt die Industrie- und Handelskammer in ihrer Broschüre zum demografischen Wandel 2011. „Auch 2060 wird die deutliche Mehrheit zwischen 20 und 65 Jahre alt sein." Dennoch werde sich die gesellschaftliche Alterung auswirken. „2060 werden voraussichtlich knapp 120.000 Menschen über 75 Jahre alt sein."

Die ältere Belegschaft in den Unternehmen nimmt ebenfalls zu. Unternehmen arbeiten daher schon heute an Konzepten, wie sie ihre erfahrenen Mitarbeiter einsetzen. Generell schätzen die Geschäftsführungen vieler Betriebe die Berufs- und Lebenserfahrung langjähriger Mitarbeiter. Es gibt sogar Firmen, die unterstützen sie nicht nur in ihrer aktiven Zeit, sondern helfen ihnen auch dabei, wie sie einen fließenden Übergang vom Berufsleben in die Rente hinbekommen und die Zeit danach gestalten können.

Gemeinsame Termine, wie etwa beim bunten Nachmittag im Rathaus für Senioren, wo man sich treffen und austauschen kann, sind in jedem Alter wichtig. Foto: Oeser

Kompetente Generation 50plus bei Samson

In der Samson AG, einem Frankfurter Unternehmen der Metall- und Elektroindustrie, hat die Geschäftsführung ein sogenanntes Interimsmanagement für ehemalige Mitarbeiter entwickelt. Der Personalleiter des internationalen Unternehmens für Mess- und Regeltechnik, Matthias Ganz, erklärt: „Wir schätzen unsere erfahrenen Mitarbeiter sehr und sehen in der Generation 50plus eine kompetente Schnittstelle zu jüngeren Mitarbeitern." Persönliche Erfahrungen und das über viele Jahre erworbene Fachwissen seien ein unschätzbarer Wert. Und nicht immer könne ein erfahrener Kollege so ohne Weiteres durch einen neuen Bewerber ersetzt werden. So entstand 2006 die Idee, pensionierte Fachkräfte zu mobilisieren. Besonders für Sonderprojekte werden Ehemalige wieder ins Unternehmen geholt. Meist sind das Projekte, um die sich im stressigen Tagesgeschäft niemand kümmern kann, wie etwa das firmeneigene Museum. Das hat ein ehemaliger Mitarbeiter aufgebaut.

Großer Bedarf an erfahrenen Mitarbeitern

Für aktive Ruheständler gibt es bei Samson weitere Beispiele. Ein ehemaliger Mitarbeiter aus der Abteilung Kundendienst betreut etwa auf eigenen Wunsch einen seiner Stammkunden in Japan weiter. „Er genießt dort großes Ansehen, was sehr wichtig für unsere Geschäftsbeziehungen ist", sagt Ganz und freut sich, dass die Firma weiter auf ihn zählen kann. Ein ehemals als Ingenieur beschäftigter Mitarbeiter kümmert sich heute um Besucher aus Osteuropa. Er zeigt ihnen das Frankfurter Werk und fährt auch mit ihnen nach Heidelberg. „Er versteht die Mentalität der russischen Gäste und hat einfach einen guten Draht zu ihnen", so Ganz. Sehr posi-

ANZEIGE

Senioren Alltagshilfe e.K. Frankfurt

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen

Eine mögliche Alternative für Senioren ihren Lebensabend im eigenen Zuhause zu verbringen.

Wir bieten Ihnen und Ihren Angehörigen eine auf Sie individuell angepasste Hilfe u. a. in folgenden Bereichen:

- Hauswirtschaft und Haushaltshilfe für Senioren
- Betreuung von Senioren – Begleitung
- Persönlicher Bereich

Inh. Petra Topsever

Rufen Sie uns einfach an.
Telefon: 0 69/97 94 88 59
Fax: 0 69/97 78 33 47
Mobil: 01 73/9 81 20 75
Info@seniorenhilfe-frankfurt.de
www.seniorenhilfe-frankfurt.de

tiv sei, dass solche Ideen fürs Rentenalter oftmals in den Abteilungen entstünden und von den Mitarbeitern selbst angeregt würden.

Motivation und Orientierung für die nachberufliche Lebensphase bei Henkel

Bei dem Konsumgüterhersteller Henkel („Persil“, Schwarzkopf, „Pattex“) in Düsseldorf bietet die Abteilung „Soziale Dienste“ seit 25 Jahren ein Seminar zur Vorbereitung auf die nachberufliche Lebensphase und für den Endspurt im Beruf. An einem Wochenende von Freitag bis Sonntag können Mitarbeiter ab 55 Jahren gemeinsam mit ihren Partnern daran teilnehmen. In einem Hotel im Bergischen Land bereiten sich die Teilnehmer mit fachkompetenten Trainern in einem vertraulichen Rahmen auf die neue Lebensphase vor. „Wir wollen den Mitarbeitern Motivation für den Endspurt im Beruf und Orientierung für die pflichtentlastete Zeit danach bieten“, sagt Regina Neumann-Busies, Leiterin der „Sozialen Dienste“. Die Gruppen setzen sich aus 16 bis 20 Teilnehmern zusammen. „Der größte Teil der Mitarbeiter besucht das Seminar mit dem Lebenspartner“, sagt Neumann-Busies, denn die Veränderung in der nachberuflichen Lebensphase ist für beide eine Herausforderung. Regina Neumann-Busies leitet das dreiteilig aufgebaute Seminar gemeinsam mit einem externen Trainer. Im ersten Teil geht es um eine Bestandsaufnahme: Wo stehe ich? Was sind meine Stärken, was meine Schwächen? Im zweiten Baustein steht das individuelle Potenzial im Mittelpunkt. Zum Beispiel mit der Fragestellung: Welche Strategien nutze ich? Im dritten Teil entwerfen die Teilnehmer Ziele für die Zeit nach dem Berufsleben. „Das Seminar bietet eine Kombination aus selbstreflektorischen Anteilen und Übungen, die sich den Themen spielerisch nähern“, sagt Neumann-Busies.

Das Seminar habe viele positive Effekte, erklärt sie: „Unsere Mitarbeiter erhalten Informationen und Gedankenanregungen für die neue Lebensphase, zum Beispiel zu den Themen: Ernährung, körperliche Fitness, Partnerschaft und Umgang mit Veränderungen, und entwickeln in der Gruppe gemeinsam neue Perspektiven. „Der Austausch mit Kollegen in ähnlicher Lebenssituation ist besonders hilfreich, um Krisen in der nachberuflichen Lebensphase zu verhindern. „Das ist ein erwünschter Effekt des Seminars.“ Viele Seminargruppen treffen sich auch weiterhin regelmäßig als feste Gruppenkonstellation in der Gemeinschaft der Henkel-Pensionäre, einer selbstverwalteten Vereinigung ehemaliger Henkel-Mitarbeiter mit 7.500 Mitgliedern.

Ein behutsamer, begleiteter Übergang in den Ruhestand gelingt aber leider nicht immer. Wer im letzten Drittel seines Berufslebens arbeitslos wird, hat nach Angaben der Agentur für Arbeit eine eher schlechte Perspektive, wieder Arbeit zu finden und bleibt oft länger oder sogar endgültig ohne Erwerbsarbeit. Für all jene hat das Bundesprogramm 50plus ein Beschäftigungspaket entwickelt. Die Umsetzung durch das Jobcenter in Frankfurt nennt sich „bestagers“ und berät Arbeitssuchende ab 50 auf dem Weg zurück in den Job. Aber auch die Arbeitgeber werden beraten und auf die besonderen Fähigkeiten und das Potenzial der Generation 50plus hingewiesen. Man weiß, dass ältere Mitarbeiter bei Problemen aus ihren praktischen (Lebens)Erfahrungen schöpfen. Sie bereicherten das Betriebsklima positiv durch ihre Gelassenheit und Souveränität und seien gegenüber ihrem Betrieb überdurchschnittlich loyal.

Nicole Galliwoda

Infos unter: http://www.jobmobil-frankfurt.de/index.php/jobs-best-agers.html
Teamleiterin für das Projekt „Jobs für Best!Agers“ im Jobcenter Frankfurt: Katja Gramsch, Telefon 069/597 68 190. *gal*

ANZEIGE

caritas frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zu Hause
Wir sind in Ihrer Nähe
Caritas-Zentralstationen
für ambulante Pflege
und Beratung
Telefon: 069 2982-107
in allen Stadtteilen
alle Kassen/Sozialämter

Wohnen und Pflege in unseren Altenzentren
Vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

Santa Teresa
Frankfurt-Hausen
Große Nelkenstraße 12–16
Telefon: 069 247860-0

St. Josef
Frankfurt-Niederrad
Goldsteinstraße 14
Telefon: 069 677366-0

Lebenshaus St. Leonhard
Frankfurt-Altstadt
Buchgasse 1
Telefon: 069 2982-8501

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

Übergangsmanagement für ältere Mitarbeiter

Ich kann hier gelassen älter werden

Weiterbildung ist immer wichtig. Das Foto zeigt Teilnehmer der U3L in Frankfurt. Foto: Oeser

Den Übergang vom Beruf in die Rente würden die meisten Beschäftigten gerne fließend gestalten. In einer bundesweiten Umfrage wünschen sich zwei Drittel der Befragten, früher in Rente zu gehen oder ihre Arbeitszeit in den letzten Berufsjahren zu reduzieren. Die Arbeitgeber hingegen rechnen damit, zwei Drittel ihrer Beschäftigten voll erwerbstätig bis zur Rente im Unternehmen halten zu können. Allerdings erachten es die meisten befragten Firmen für sinnvoll, den Übergang zwischen Beruf und Ruhestand zu gestalten. Ein Übergangsmanagement verbessert das Image, beflügelt den Wissenstransfer zwischen Älteren und Jüngeren und beugt dem Fachkräftemangel vor.

Maßnahmen in Frankfurt

Und wie steht es in Frankfurt? Die SZ fragte die Stadt Frankfurt mit knapp 10.000 Beschäftigten in der Kernverwaltung und Fraport AG mit rund 22.000 Mitarbeitern. Der Altersdurchschnitt liegt sowohl beim Flughafenbetreiber als auch in der Kommunalverwaltung mit 44 Jahren leicht über dem Durchschnitt der Erwerbstätigen in Deutschland. Der Anteil der 45- bis 65-jährigen Mitarbeiter der Stadt macht mit rund 5.500 mehr als 50 Prozent aus. Älter als 60 sind 940 Beschäftigte und damit knapp zehn Prozent. Bei Fraport liegt der Anteil der 45- bis 54-Jährigen bei etwa 37 Prozent, rund 13 Prozent der Belegschaft sind 55 Jahre und älter. Um die produktive Arbeitsfähigkeit und Motivation ihrer Mitarbeiter zu erhalten, setzen beide Arbeitgeber auf ein ganzes Paket von Maßnahmen.

Ohne Einbußen in Rente

Fraport realisiert flexible Arbeitszeit- und Arbeitsortmodelle. Für Beschäftigte in Büros gibt es Telearbeit und neben Gleitzeit auch andere flexible Arbeitszeitmodelle wie Langzeitkonten, sagt Jörg Machacek, Sprecher für Personal bei Fraport. Am Flughafen arbeiten die meisten im Schicht- und Wechselschichtdienst. Zur altersgerechten Arbeitsplatzgestaltung gehört, denjenigen, die ihr Leben lang körperlich hart arbeiteten, bei Bedarf Tätigkeiten anzubieten, die sie weniger beanspruchen. Viele ältere Beschäftigte nutzen zudem das Lebensarbeitszeitkonto: Sie arbeiteten in früheren Jahren mehr und können dafür ohne Einbußen früher in Rente gehen. Im Personal- und Organisationsamt der Stadt Frankfurt nennt der stellvertretende Amtsleiter Christian Ley den Lehrgang „Reife Leistung – Gelassen älter werden“ einen „wichtigen Bestandteil“ im Übergangsmanagement. Mitarbeiter können Standortbestimmungen vornehmen, ihre persönliche Arbeitssituation einschätzen. Es geht um altersgerechtes Arbeiten und Qualifizieren, die Zusammenarbeit zwischen Kollegen aus verschiedenen Generationen und Kulturen und den sanften Übergang vom Beruf in die Rente. Die vier Module können Interessierte jeden Alters während der Arbeitszeit besuchen.

Auf Rente freuen

Roswitha Burg hat der Blick in die Zukunft gereizt. Die 57-Jährige arbeitet im Kassen- und Steueramt der Stadt Frankfurt und hofft, in sechs Jahren in Rente gehen zu können. Zwei der vier Module hat sie bereits besucht und ist begeistert: „Ich freue mich jetzt auf mein Rentnerdasein. Ich konnte im Seminar durchdenken, was daran positiv ist.“ Roswitha Burg möchte sich mehr um die Kin-

ANZEIGE

Ein würdevoller Abschied muss nicht teuer sein!

Immer mehr Menschen möchten bereits zu Lebzeiten ihren Abschied festlegen

– Welche Bestattungsart wünsche ich mir?
– Wie soll die Trauerfeier gestaltet werden?

Ich berate Sie kostenfrei bei Ihnen zuhause zu allen Bestattungsformen und erstelle Ihnen gerne ein kostengünstiges Angebot.

Rudi Friedel · Bestattungs-Beratung
Kennedystraße 51 · 63303 Dreieich
Telefon: 06103/648 94
Mobil: 0163/185 44 91
Mail: info@bestattungs-beratung.com

www.bestattungs-beratung.com

der ihrer netten Nachbarn kümmern, vielleicht wird sie auch selbst Oma, und sie will ehrenamtlich für den Tierschutz arbeiten. Die häufig mit Sorgen gestellte Frage: „Was ist, wenn man gar nicht mehr auf die Arbeit geht?“, hat sie für sich sehr positiv beantworten können. „Ich werde mir einen Hund besorgen“, setzt sie hinzu und lacht. Doch in der Fortbildung ging es auch um die Gegenwart: „Ich habe einen anderen Bezug zum Arbeitsalltag gewonnen“, sagt Roswitha Burg. Die Fragen: ‚Wie lange bist du noch wichtig? ‘ ‚bleibst du auf deinem Arbeitsplatz oder setzen sie dich noch mal woanders hin?‘ beschäftigt viele Arbeitnehmer jenseits der 55. Roswitha Burg hat ihre Arbeit vor dem inneren Auge Revue passieren lassen und herausgefunden: „Nein, mich geben sie nicht auf. Ich leiste gute Arbeit und kann hier gelassen älter werden, das wurde mir im Lehrgang bewusst.“ Ein Modul hat sie sich noch aufgehoben: Drei Jahre vor der Rente will sie sich noch einmal intensiv zwei Tage lang mit der Frage des Übergangs befassen.

Fraport hat das Weiterbildungsprogramm für ältere Beschäftigte ausgebaut und bietet beispielsweise Mitarbeitern über 50 Jahren ein dreitägiges Seminar zum Thema „Aktiv mitgestalten – Älterwerden im Arbeitsleben“ an, das auf „ausgesprochen positive“ Resonanz stößt. Viele fühlten sich „neu motiviert, möchten gesundheitliche Themen verstärkt angehen und denken darüber nach, sich eigeninitiativ weiter zu qualifizieren“, sagt Fraport-Sprecher Machacek.

Auch die Frankfurter Stadtverwaltung setzt stark auf den Erhalt der Gesundheit und Arbeitsfähigkeit ihrer Mitarbeiter. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement soll neu ausgerichtet werden und stärker altersbezogene Angebote ins Blickfeld nehmen, sagt Christian Ley. Ein Modellprojekt für altersgerechtes Arbeiten startete gerade im Umweltdezernat vor allem für Gärtner und Forstleute. „Wir lassen das Modellprojekt extern begleiten und sammeln Erfahrungen, die wir auch auf andere Bereiche übertragen wollen.“

Kompetenz wahren

Und wie gelingt es Kompetenz zu wahren, wenn erfahrene ältere Mitarbeiter ausscheiden? „Hier ist das Fingerspitzengefühl von Führungskräften gefragt“, berichtet Fraport-Sprecher Machacek. Expertenwissen finde sich „nicht immer in umfangreichen Stellenbeschreibungen, sondern oft in den Köpfen der Mitarbeiter“. Ein kluges Modell dafür entwickelten die Berliner Verkehrsbetriebe: Ausscheidende Mitarbeiter werden interviewt, das Gespräch wird für Nachfolger dokumentiert, die sich so auf die frei werdende Stelle hin entwickeln können.

Den Transfer von Erfahrungswissen älterer Mitarbeiter an jüngere nennt Christian Ley „ein Potenzial, das unschätzbar ist. Wir sind dabei, Instrumente zu entwickeln, damit der Wissenstransfer von einer Generation zur nächsten besser erfolgen kann.“ Bisher bittet die Stadtverwaltung ebenso wie Fraport erfahrene Ruheständler nur in wenigen Einzelfällen als Berater zurück an den früheren Arbeitsort.

Flexible Arbeitszeit

Neben Betrieblichem Gesundheitsmanagement setzt die Stadt Frankfurt auf eine Flexibilisierung der Arbeitszeit für alle Altersgruppen. Seit zwei Jahren gibt es beispielsweise Langzeitarbeitskonten. Beschäftigte arbeiten ein, zwei Wochenstunden mehr und können dafür drei, vier Monate am Stück freinehmen. Das Modell wird von allen Altersgruppen genutzt. Die Möglichkeit, Arbeitszeit zu reduzieren, nutzten ältere städtische Mitarbeiter nicht mehr als jüngere. Ley spürt bei Beschäftigten 55plus eher die Tendenz, „auch die letzten Berufsjahre noch zu schaffen, wenngleich bei vielen der Wunsch besteht, auch früher in Rente gehen zu können“.

Susanne Schmidt-Lüer

ANZEIGE

Wohnen und Pflege am Frankfurter Stadtwald

Seniorenwohnanlage Oberrad mit angegliederter Pflegeeinrichtung

St. Katharinen- und Weißfrauenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts
Tel.: 069-156802-0

St. Katharinen- und Weißfrauen Altenhilfe GmbH
Frankfurt am Main
Tel.: 069-96 52 23-0

Yes, you can!

EU-Projekt fördert kulturelle Teilhabe

„Yes, you can!“ heißt das Projekt, das sich Barack Obamas ermutigende Ansprache auf die Fahnen geschrieben hat. Zielgruppe sind lokale Organisationen, die daran arbeiten, benachteiligten Gruppen kulturelle Teilhabe zu ermöglichen. Das kann ein Museum sein, das ein Programm für Menschen mit Demenz hat, oder eine Laientheatergruppe, die Menschen mit Behinderung einbinden möchte.

Das Foto zeigt die Projektpartner von Yes, you can! beim Besuch des Nationalmuseums in Krakau. Die Dritte von rechts ist die Gesamtprojektkoordinatorin Lidia Koziel-Siudut. Foto: Yes, you can!

Förderungen aufzeigen

Das Projekt will für diese Organisationen den Dschungel der Fördermöglichkeiten lichten. Die Bagso, Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, ist der deutsche Partner im Projekt. Gemeinsam mit sieben Organisationen aus Frankreich, Malta, den Niederlanden, Polen, der Slowakei und der Türkei erarbeitet sie bis Juli 2015 den Leitfaden.

Der soll zusammenfassen, wo und wie man am besten Geld für eigene Projekte beantragen kann. Denn es gibt eine Fülle von Angeboten, man muss nur das richtige für das eigene Projekt finden. „Wenn man beispielsweise mit Senioren arbeitet, ist es häufig so, dass es keinen bestimmten ‚Topf‘ bei Förderorganisationen

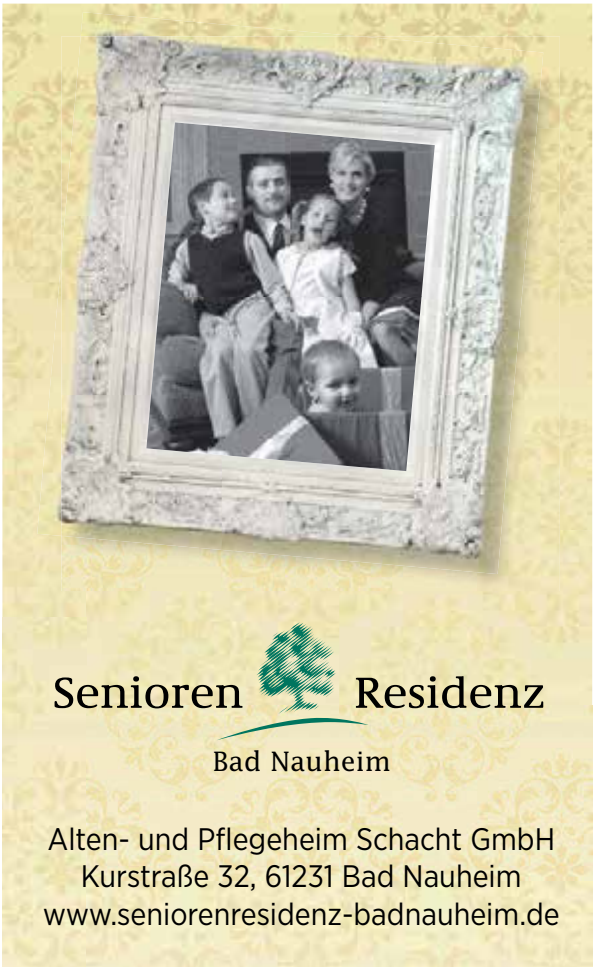
ANZEIGE

Geben Sie Ihren Eltern die Geborgenheit Ihrer Kindheit zurück!

Ein Leben lang sind Ihre Eltern schon für Sie da. Nun sind sie im besten Alter. Und vielleicht ist es jetzt an der Zeit, dass Sie das, was Ihre Eltern Ihnen geschenkt haben, zurückgeben können.

Die Senioren Residenz in Bad Nauheim gibt Ihren Eltern Geborgenheit, menschliche Wärme, Pflege. In ruhiger Lage mitten im Grünen. Und das zu einem bezahlbaren Preis!

Sie wollen für Ihre Eltern nur das Beste?
Wir laden Sie herzlich dazu ein, uns zu besuchen.
Gerne berät Sie Frau Susanne Mandler.
Sie freut sich auf Ihren Anruf: 06032 943-1822.



für diese Zielgruppe gibt. Aber mit einer entsprechenden Begründung, kann man andere ‚Töpfe' nutzen. Der Leitfaden zeigt diese Möglichkeiten auf", sagt Elke Tippelmann, die Projektkoordinatorin der Bagso. Um diese Suche zu vereinfachen, liefert der Leitfaden das passende Handwerkszeug wie etwa strategische Tipps für die Suche.

Außerdem wird es Hinweise zur Antragsstellung geben. „Einen EU-Antrag zu stellen, ist sehr aufwendig. Während größere Einrichtungen häufig eine eigene Abteilung haben, die sich darum kümmert, können kleine Organisationen sich das nicht leisten", erklärt Elke Tippelmann, „sie können dann auf den Leitfaden zurückgreifen. Übrigens zeigt der Leitfaden nicht nur EU-Förderungen auf. Eingegangen wird zum Beispiel auch auf das Thema Fördermittelgewinnung von Stiftungen."

Internationaler Austausch

In gegenseitigen Besuchen und auf gemeinsamen Workshops tauschen sich die Projektpartner aus. „Die Erfahrungen unterscheiden sich in den Partnerländern. In Polen, der Türkei und der Slowakei sind öffentliche Einrichtungen am Projekt beteiligt. Sie vernetzen und unterstützen kleinere Organisationen vor Ort. In Deutschland, Frankreich, Malta und den Niederlanden sind hingegen viele Nichtregierungsorganisationen aktiv. Sie entwickeln kulturelle Angebote für verschiedene Zielgruppen. Außerdem beraten sie bei der Akquise von Fördermitteln", berichtet Elke Tippelmann.

Die Projektpartner besuchen auch Modellprojekte, die die kulturelle Teilhabe benachteiligter Gruppen fördern. Bei diesen Treffen binden sie auch lokale Organisationen ein. So besuchten sie in Amsterdam ein Museum mit einem Programm für Menschen mit Demenz.

Ergebnisse verbreiten

Im Juli soll der Leitfaden fertig sein und Organisationen zugänglich sowie auf der Webseite der Bagso veröffentlicht werden. „Wir präsentieren unsere Ergebnisse auf dem Deutschen Seniorentag, der vom 2. bis 4. Juli in Frankfurt stattfinden wird", sagt Elke Tippelmann.

Claudia Šabić

Unter www.bagso.de und dem Stichwort „aktuelle Projekte" gibt es Informationen zu „Yes, you can!" Hier werden auch die Projektergebnisse veröffentlicht. Der 11. Deutsche Seniorentag findet vom 2. bis 4. Juli 2015 im Congress Center Messe Frankfurt statt. *sab*

ANZEIGE

Pflegestützpunkt ist gut ausgelastet

Im vergangenen November war Frankfurt Tagungsort des dritten Jahrestreffens der hessischen Pflegestützpunkte. Grund genug, nachzufragen, wie diese Anlaufstelle in Frankfurt angenommen wird. Vor gut vier Jahren wurde der Pflegestützpunkt im Rathaus für Senioren etabliert. Dort informiert und berät Sascha Hinkel rund um den Themenkreis Pflege. Die Beratung im Pflegestützpunkt ist kostenfrei und trägerneutral. Empfehlungen darf der Pflegestützpunkt daher nicht aussprechen.

Herr Hinkel, mit welchen Problemen kommen die Menschen zu Ihnen?

Sascha Hinkel: Im Durchschnitt führt der Pflegestützpunkt täglich etwa 30 Beratungen, telefonisch, per E-Mail, persönlich oder im Rahmen eines Hausbesuches durch. Zu uns kommen neben selbst Betroffenen häufig Ehegatten, Kinder oder Enkel, die einen pflegebedürftigen Angehörigen haben. Ein typischer Fall ist dieser: Der Ehemann einer älteren Dame hatte einen Schlaganfall und soll nach der Reha in etwa zwei Wochen nach Hause entlassen werden. Die Frau hat Angst, die Pflege daheim nicht bewältigen zu können.

Wie gehen Sie weiter vor?

S.H.: Wir nehmen eine Bestandsaufnahme vor, analysieren den Bedarf und informieren beispielsweise über die Leistungen der Pflegeversicherung wie Geld-, Sach- oder Kombinationsleistung.

Die Menschen kommen in großer Not zu Ihnen?

S.H.: Viele machen sich keine Vorstellung, was Pflege wirklich für sie bedeutet. Wenn sie nicht mehr so rüstig sind, aber gleichzeitig keinen ambulanten Pflegedienst nutzen wollen, empfehlen wir oft: „Sie müssen auch an sich selbst denken. Wenn Sie ausfallen, ist niemand mehr da, der pflegen kann."

Pflegestützpunkt
Frankfurt am Main

Sascha Hinkel
Foto: Perino

Welche Entlastungsmöglichkeiten gibt es denn?

Neben ambulanten Pflegediensten gibt es viele Unterstützungsmöglichkeiten wie etwa Einkaufshilfen, Begleit- und Besuchsdienste oder Wohnraumanpassung. Auch Kurzzeit- oder Verhinderungspflege bieten Entlastung. Daneben können wir umfangreiches Informationsmaterial in Druck- und Dateiform weitergeben. Frankfurt hat eine Fülle von Hilfsmöglichkeiten. Wir weisen selbstverständlich auch auf nichtstädtische Anlaufstellen hin wie beispielsweise die Stiftung für Blinde und Sehbehinderte.

Kann die Pflege doch nicht zu Hause bewältigt werden, wie findet man ein Heim?

S.H. Dann hilft die Zentrale Heimplatzvermittlung weiter. Diese befindet sich genauso wie der Pflegestützpunkt, die Leitstelle Älterwerden und die Betreuungsbehörde im Rathaus für Senioren.

Und wenn befürchtet wird, dass das Geld nicht reicht?

S.H: Der Pflegestützpunkt entscheidet nicht über Leistungen und erteilt auch keine sonstigen Genehmigungen. In den zuständigen Sozialrathäusern ermittelt der Sozial- und Wirtschaftsdienst den Anspruch auf mögliche Leistungen wie zum Beispiel ergänzende Hilfe zur Pflege.

Jutta Perino

Der Pflegestützpunkt wird in gemeinsamer Trägerschaft von Stadt sowie Pflege- und Krankenkassen betrieben. Ansprechpartner im Pflegestützpunkt ist derzeit Sascha Hinkel (Stadt Frankfurt am Main) Sprechzeiten des Pflegestützpunktes (Hansaallee 150, Räume 012 und 016) montags und mittwochs von 10 bis 12 Uhr sowie donnerstags von 16 bis 18 Uhr. Telefonisch ist der Pflegestützpunkt unter der kostenfreien Rufnummer 08 00/5 89 36 59 montags bis freitags erreichbar, E-Mailadresse: pflegestuetzpunkt@frankfurt.de.

Gemeinsames Sozialrathaus Ost

Von diesem Jahr an werden die bisherigen Sozialrathäuser Bornheim und Bergen-Enkheim zum neuen Sozialrathaus Ost zusammengeführt. Dabei bleiben die beiden bisherigen Standorte in der Eulengasse 64 (Bornheim) und Voltenseestraße 2 (Bergen-Enkheim) unverändert erhalten. Ebenso sind die Mitarbeitenden weiterhin unter ihren bisherigen Telefonnummern an den bekannten Orten erreichbar. Neu ist für rat- und hilfesuchende Menschen aus beiden Stadtteilen lediglich, dass ihnen nun an beiden Standorten Auskünfte erteilt, ihre Anliegen und Anträge entgegen genommen und ihnen Hilfestellung gegeben wird. Das Sozialrathaus Ost kann per E-Mail unter srh-ost@stadt-frankfurt.de sowie telefonisch unter 0 69 / 2 12 - 3 05 47 (Dienstort Bornheim) und unter 0 69 / 2 12-4 12 11 (Dienstort Bergen-Enkheim) erreicht werden.

red

„Gemeinsam in die Zukunft“

Aus dem Seniorenbeirat

Lebhaft, engagiert und ideenreich gestaltete sich die Sitzung des Seniorenbeirats im Dezember. Themen waren der Deutsche Seniorentag, die Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt, ein mögliches Seniorenticket und die Kündigungssperrfristen bei Mietwohnungen.

Vom 2. bis 4. Juli ist Frankfurt der Veranstaltungsort des Deutschen Seniorentages. „Wir möchten, dass sich der Seniorenbeirat hier mit seinen Ideen einbringt“, bekräftigte Petra Frank, Referentin von Seniorendezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld, und lud Vertreter des Gremiums zu den Treffen der dezernatsübergreifend besetzten Arbeitsgruppe ein, die sich mit der Planung des Frankfurter Standes auf der Seniorenmesse Senova befasst. Denn Veranstalter des Seniorentages ist die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren Organisationen (Bagso). Das Motto lautet „Gemeinsam in die Zukunft“ (siehe dazu SZ 4/2014, Seite 16, und diese SZ, Seite 25). Explizit bat die Vorsitzende des Seniorenbeirats, Dr. Renate Sterzel, die Kommunale Ausländervertretung sich in der AG einzubringen: „Denn die Seniorenpolitik in Frankfurt betrifft ebenso die älteren Migranten.“ Unmittelbar auf den Seniorentag folgen die „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt“. „Wir lehnen uns mit unserem Motto ‚Senioren gestalten unsere Stadt‘ an den Seniorentag an“, erläuterte Pia Flörsheimer, Leiterin der Leitstelle Älterwerden. Das vielfältige Programm startet am 4. Juli mit einer prominent besetzten Talkrunde und hat das Thema „Ehrenamt“ im Fokus. Der beliebte Bunte Nachmittag ist am 10. Juli. Passend zum Motto könnten sich in den Stadtteilen generationsübegreifende Projekte und seniorenfreundliche Initiativen vorstellen, erläuterte Flörsheimer. Kritik übte Klaus Schaeffer (Ortsbeirat 16) an der kurzen Vorbereitungszeit, da Ende Januar Anmeldeschluss sei.

Renate Sterzel berichtete, dass die Galeria Kaufhof vom Hessischen Einzelhandelsverband als vorbildliches seniorengerechtes Geschäft ausgezeichnet worden ist: „Der Verband hat hierfür präzise Richtlinien, die umfassend geprüft wurden.“ Beeindruckt zeigte sich die Vorsitzende von einem Besuch im Hufelandhaus, bei dem der Wandel der Pflege in den vergangenen 50 Jahren dargestellt wurde. Die Pflege heute sei individueller und vielfältiger und umfasse etwa die Bereiche aktivierende Pflege, betreutes Wohnen, ambulante Pflege aber auch Sucht im Alter und Seelsorge.

Im Dom-Römer-Ausschuss zum Altstadt-Wiederaufbau kann der Seniorenbeirat dank seines Einsatzes einen Erfolg verbuchen. Hans-Georg Gabler (2) konnte sich mit seiner Anregung durchsetzen, auf die angedachten drei Zentimeter hohen Bordsteinkanten zu verzichten, die sonst zur Stolperfalle würden. „Der Vorschlag berührte viele Interessengruppen. Wenn es um die eigenen Haxen geht, steigt die Aufmerksamkeit“, berichtete Gabler: „Aber der Seniorenbeirat ist noch zu wenig auf dem Bildschirm der städtischen Politik.“ Genau ein solcher Vorstoß diene dazu, dass die verschiedenen Ausschüsse den Seniorenbeirat als kompetentes, beratendes Gremium wahrnähmen, betonte Petra Frank. Sie regte an, möglichst alle Dezernentinnen und Dezernenten in eine Sitzung einzuladen.

Derweil hatte die Arbeitsgruppe „Wohnen im Alter“ kurzfristig einen Antrag zur Beibehaltung der fünfjährigen Kündigungssperrfrist eingebracht, wenn eine Miet- in eine Eigentumswohnung umgewandelt wird. Im Januar 2015 soll sich die Schutzfrist von derzeit fünf auf drei Jahre verkürzen, kritisierte Mit-Initiatorin Doris Achenbach (9). Das würde zu einer weiteren Vertreibung alteingesessener Mieter und zur weiteren Vernichtung von bezahlbarem Wohnraum führen, ergänzte Pieter Zandee (3). Marlis Gutmann (5) unterstützte die Forderung: „Wir müssen das Spekulantentum unterbinden.“ Bei zwei Enthaltungen nahm der Seniorenbeirat die Anregung einstimmig an. Zudem sprach sich der Seniorenbeirat mehrheitlich für den Vorschlag von Pieter Zandee aus, dass das Städel aufgefordert werden solle, die für das Wochenende und Feiertage seit einiger Zeit geltende Preiserhöhung zurückzunehmen.

Und die Arbeitsgruppe „Seniorenticket“ setzt sich für ein günstigeres Ticket für Senioren ein. „Das RMV Ticket 65plus ist noch nicht das, was wir möchten. Wir wollen günstigere Einzelfahrscheine für ältere Bürger“, erklärte Sprecher Rainer Luckhaus (16). *Sonja Thelen*

RÄTSELAUFLÖSUNG

Schwedenrätsel:

Schach:

1. Db4 – b5! (droht Dflmatt), Df6 x e5; 2. Sb7 - d6 matt. 1..., Sf7 x e5; 2. Le8 – g6 matt. 1. ..., La1x e5; 2. Sc6 – d4 matt. 1. ..., e4 – e3; 2. Db5 – d3 matt. Nietvelt-Parade: schwarze Selbstfesselung in der Erwartung, dass die Figur, bei der Durchführung der Mattdrohung direkt entfesselt wird. Hier dreifach, zweimal unter Ausnutzung der Halbfesselung, einmal Dualvermeidung durch Fesselung. Es scheitert 1.Dc5? an e4–e3!

Tagesfahrten mit Bus und Schiff vom 11. Mai bis 11. September 2015

Bis zu 72 Reisegruppen mit insgesamt 3.500 Frankfurter Bürgerinnen und Bürgern, die von Helfern des Deutschen Roten Kreuzes betreut werden, können auch in diesem Jahr wieder Tagesausflüge in netter Gesellschaft verbringen. Das Team der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren hat wieder zwei interessante Reiseziele ausfindig gemacht.

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme an den Ausflügen ist an keine Einkommensgrenze gebunden. Mitfahren können alle Frankfurterinnen und Frankfurter ab 65 Jahren. Bei gemeinsam teilnehmenden Ehepaaren kann ein Partner auch jünger (ab 60 Jahre) sein. Falls mehr Nachfrage besteht als Karten vorhanden sind, werden vorrangig Alleinstehende berücksichtigt und diejenigen, die im vergangenen Jahr nicht an den Tagesausflügen teilgenommen haben. Wer über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „B“ verfügt, kann auch für eine erwachsene Begleitperson eine Karte erwerben.

Wo gibt es Karten?

Der Kartenverkauf erfolgt über die Sozialbezirksvorsteher (SBV). Wer sich für eine Teilnehmerkarte vormerken lassen möchte, muss sich bei dem je nach Stadtbezirk zuständigen SBV (siehe Liste unten) **telefonisch bis spätestens 6. Februar 2015 anmelden**. Da es für jeden Stadtbezirk nur eine begrenzte Anzahl von Karten gibt, wird die Vormerkung nur unter Vorbehalt entgegengenommen.

Der Eigenanteil der Karte für beide Touren beträgt **30 Euro**. In diesem Preis sind sowohl der Land- als auch der Schiffsausflug mit jeweils Mittagessen und Kaffeegedeck enthalten.

Grundsicherungsempfänger und Frankfurt-Pass-Inhaber können erstmals in 2015 kostenlos an diesen Tagesfahrten teilnehmen. Sie kaufen die Karte bei ihrem SBV und lassen sich den Betrag anschließend im Jugend- und Sozialamt erstatten.

Busausflug nach Idstein / Taunus

In der Zeit vom 11. Mai bis 11. September startet der Reisebus werktags um 9.30 Uhr von der Abfahrtsstelle im jeweiligen Frankfurter Stadtteil nach Idstein/Taunus. Stadtführer erwarten die Gäste um 10.30 Uhr für

Von der Altstadt bis Zeilsheim: Diese Sozialbezirks-

Altstadt/Innenstadt (010, 040, 050, 060) Mariano Franchi, Tel. 23 34 16	**Eschersheim** (451, 452) Tobias Rübsamen, Tel. 95 86 00 29	**Heddernheim-Ost** (431) noch nicht benannt, Infos Tel. 2 12 - 4 99 44
Bahnhofsviertel (090) Cihad Taskin, Tel. 75 00 95 61	**Fechenheim-Nord** (510) Christel Ebisch, Tel. 42 69 71 66	**Heddernheim-West** (432) Hans-Dieter Amthor, Tel. 01 77 - 336 14 12
Bergen-Enkheim (680) Dieter Mönch, Tel. 06109 - 312 25	**Fechenheim-Süd** (520) Margot-Magdalene Grana, Tel. 41 35 79	**Höchst** (570, 580, 591, 592) Hans-Günter Neidel, Tel. 31 24 95
Bockenheim (163, 341, 342) Ilse Glowacki, Tel. 7 07 24 46	**Frankfurter Berg** (492) Heide-Marie Teske, Tel. 01 72 - 694 97 73	**Innenstadt** (070, 080) Heide-Rose Schulz, Tel. 43 52 35
Bockenheim (343) Stefan Pfaff, Tel. 76 68 28	**Gallus** (152, 153, 154) Hans-Jürgen Möller, Tel. 97 39 38 33	**Kalbach-Riedberg** (650, 651) Klaus-Jürgen Hawer, Tel. 50 22 92
Bockenheim (350) Horst Blass, Tel. 77 35 47	**Gallus** (161, 162, 164, 165) Wolfgang Kreickmann, Tel. 73 07 77	**Nied** (561, 562) Karin Willems, Tel. 39 27 79
Bockenheim (361, 362) Thomas Giertz, Tel. 70 66 56	**Ginnheim/Dornbusch** (441, 442) Werner Marin, Tel. 96 20 10 25	**Nieder-Erlenbach** (640) Barbara Libbach, Tel. 0 61 01 - 5 97 04 34
Bonames (491) Paul Barth, Tel. 47 86 18 84	**Goldstein** (532, 533) Helmut Frank, Tel. 6 66 51 09	**Nieder-Eschbach** (670) Dr. Jutta Mildner, Tel. 50 83 04 50
Bornheim (271, 272, 290) Elsbeth Muche, Tel. 44 88 75	**Griesheim** (541, 542, 551, 552) Peter Wagner, Tel. 38 48 90	**Niederrad** (371, 372) Marita Schock, Tel. 6 66 36 34
Bornheim (281, 282) Lieselotte Weber, Tel. 45 22 54	**Gutleutviertel** (151) Yvonne Geelhaar, Tel. 25 39 35	**Niederursel-Ost** (481, 483, 484) Ingrid Damian, Tel. 01 60 - 446 31 33
Dornbusch-Ost (462, 463) Helga Scholz, Tel. 51 48 86	**Hausen** (410) Herbert Töpfer, Tel. 76 29 90	**Niederursel-West** (482) Ilse Kerssebaum, Tel. 57 00 02 13
Eckenheim (461) Jörn Siemers, Tel. 42 89 47 22	**Harheim** (660) Joachim Hüllen, Tel. 0 61 01/4 17 07	**Nordend-Ost** (130) Ilka Werner, Tel. 45 37 75

Idstein Foto: privat

einen Rundgang in zwei Gruppen durch die historische Altstadt Idsteins. Dieser endet gegen 11.45 Uhr an der Stadthalle. Dort, im Altstadtkern, befindet sich das Restaurant „Zum Stern“, Löherplatz 15. Im Erdgeschoss des Restaurants sind Plätze für das Mittagessen (12 Uhr) sowie für Kaffee und Kuchen (15.30 Uhr) reserviert. Das Restaurant ist barrierefrei. Die Toiletten beziehungsweise das rollstuhlgerechte WC sind ebenerdig zu erreichen. Nach dem Mittagessen besteht die Gelegenheit, die Altstadt mit der Fußgängerzone und historischen Fachwerkhäusern sowie Läden auf eigene Faust zu erkunden. Hierzu liegen im Restaurant kleine Stadtpläne bereit. Leider ist die Evangelische Unionskirche mit 38 Decken- und Wandgemälden wegen Renovierungsarbeiten derzeit geschlossen. Die Rückreise nach Frankfurt am Main ist für etwa 16.30 Uhr vorgesehen.

Schiffsausflug nach Eberbach am Neckar

Fahrttermine:
vom 13. bis 16. Juli und
vom 20. bis 23. Juli.

Die Reisebusse starten etwa um 7.30 Uhr von den Abfahrtsstellen aus verschiedenen Frankfurter Stadtteilen in Richtung Schiffsanlegestelle in Hirschhorn. Nach Ankunft direkt am Uferparkplatz wartet das Personenfahrgastschiff „Franconia“ auf seine Gäste, um sie nach Eberbach am Neckar zu bringen. Während der Fahrt wird über die Strecke und die Sehenswürdigkeiten am vorüberziehenden Ufer informiert. Ein Stadtplan und weitere Städteinfos über Eberbach liegen im Schiff bereit. Wie gewohnt, gibt es das Mittagessen und musikalische Unterhaltung auf dem Schiff. Nach Anlegen der „Franconia“ gegen 13.30 Uhr in Eberbach begrüßen ein Vertreter der Stadt sowie drei Herolde die Gäste an Bord. Für den anschließenden Landgang stehen zwei Stunden zur freien Verfügung. Der Zugang zur Altstadt, ebenfalls mit schönen Fachwerkbauten, ist in wenigen Gehminuten durch eine Unterführung (geteerter Fußweg) gut zu erreichen. Rollstuhlfahrer haben eine kleine kurze Steigung zu überwinden. Die Straßen der Altstadt sind überwiegend mit neuerem Kopfsteinpflaster versehen und dadurch barrierearm gestaltet.

Um 15.45 Uhr ist Treffpunkt auf dem Schiff, wo während der Rückfahrt dann Kaffee und Kuchen serviert werden. Gegen 17.45 Uhr erfolgt ab Uferparkplatz Hirschhorn die Rückfahrt mit dem Bus nach Frankfurt am Main zur jeweiligen Ausgangshaltestelle.

vorsteher nehmen Kartenwünsche entgegen

Nordend-Ost (221, 222) Gudrun Korte, Tel. 44 05 06	**Preungesheim / Berkersheim** (470, 500) Wera Eiselt, Tel. 17 52 11 10	**Sindlingen** (601, 602) Gisela Lünzer, Tel. 37 14 53
Nordend-Ost (230) Matthias Weber, Tel. 01 73 - 486 25 64	**Riederwald** (262) Stephanie Koch, Tel. 41 79 85	**Sossenheim** (631, 632) Karin Reichwein, Tel. 34 38 79
Nordend-Ost (240) Heinz Jürgen Oslislok, Tel. 45 46 19	**Rödelheim-Ost** (401) Ingrid Kruske, Tel. 78 51 33	**Unterliederbach** (621, 622, 623) Heinz Alexander, Tel. 30 31 76
Nordend-West (120) Barbara Hübner, Tel. 59 40 34	**Rödelheim-West** (402) Barbara Reuff, Tel. 78 27 22	**Westend-Süd / Nord** (110, 191, 192) Hildegard Gabriel-Malaika, Tel. 72 82 02
Nordend-West (201, 202, 203) Ingo Pommerening, Tel. 49 81 64	**Sachsenhausen-Nord** (300) Karl-Günter Schneider, Tel. 65 91 74	**Westend-Süd** (100, 170) Christiane Gärtner, Tel. 74 56 52
Nordend-West (211, 212, 213) Gerhard Schelbert, Tel. 55 52 42	**Sachsenhausen-Nord** (321) Hans Günter Joras, Tel. 60 60 54 65	**Westend-Süd** (180) Christa Kasper, Tel. 56 53 54
Oberrad (380) Ursula Becker, Tel. 69 76 96 53	**Sachsenhausen-Nord** (322, 328, 329, 325) Dirk Trull, Tel. 67 72 66 79	**Zeilsheim** (604, 611, 612) Maria Berk, Tel. 36 29 40
Ostend / Osthafengebiet (140, 261) Gertrud Schuster, Tel. 49 35 26	**Sachsenhausen-Nord** (324) Roswitha Girst-Hemzal, Tel. 61 82 94	
Ostend (251, 252) Hannelore Mees, Tel. 49 20 73	**Sachsenhausen-Nord / Süd** (331, 332) Cornelia Zippel, Tel. 67 72 56 30	
Praunheim (422, 424, 425) Christa Jestädt, Tel. 76 41 77	**Sachsenhausen-Süd** (323, 326) Heike Stahnke, Tel. 61 99 50 50	
Praunheim-Nord (426) Klaus Knörzer, Tel. 58 71 71	**Schwanheim** (531) Susan Spencer, Tel. 35 43 95	
Praunheim-Westhausen (423) Lieselotte Bollbach, Tel. 76 28 20	**Seckbach** (390) Marianne Friedrich, Tel. 47 12 73	

Lindenplatz in Eberbach
Foto: Stadtverwaltung Eberbach

Schnelle Hilfe und Bewegung

Das Forum Älterwerden in Schwanheim / Goldstein lockte zahlreiche Besucher an.

In Schwanheim kennt man sich noch – zumindest die ältere Generation. Deshalb wird es als besonders schmerzlich empfunden, dass es bis jetzt noch kein Pflegeheim im Stadtteil gibt. Wer in eine Einrichtung für Ältere möchte, muss in andere Stadtteile ausweichen. Auch das war ein Ergebnis der Studie, die 2012 vom Lehrstuhl für interdisziplinäre Alternswissenschaft der Goethe-Universität durchgeführt wurde: Dafür wurden insgesamt rund 600 Menschen zwischen 70 und 90 Jahren in Bockenheim, Schwanheim und der Nordweststadt zu Hause besucht und befragt. Heraus kam dabei aber vor allen Dingen, dass Schwanheimer Senioren im Vergleich zu Älteren in anderen Stadtteilen weniger zu Fuß unterwegs sind und einen schlechteren Gesundheitsstatus haben.

Nicht zuletzt deshalb bot die Initiative „Schwanheim / Goldstein bewegt sich“ im Oktober 2014 vier Begehungstermine an, in denen systematisch kleine Abschnitte im Stadtteil begangen und bewertet werden sollten: Sind die Bordsteine zu hoch für Rollstuhlfahrer? Wie sind die Lichtverhältnisse? Stehen genug Bänke zur Verfügung? Jeder Büger, der wollte, konnte mitlaufen. Die Ergebnisse werden von der Universität ausgewertet, ein mögliches Ziel sind neue Bewegungsrundgänge, schöner, sicherer, barrierefreier. Diese Aktion ihrer Initiative stellte Uschi Frenzel-Erkert zum Auftakt der zweiten Staffel „Forum Älterwerden in Frankfurt“ vor, das im September in der Turnhalle des Turn- und Sportvereins (TuS) Schwanheim stattfand.

Das Forum stieß auf großes Interesse: Obwohl es eigentlich erst um 16 Uhr losgehen sollte, kamen schon um kurz nach 15 Uhr die ersten Seniorinnen und Senioren, um sich zu informieren. Das Sozialrathaus Sachsenhausen, das Rathaus für Senioren, das Amt für Wohnungswesen, das Bürgerinstitut, das St. Katharinen- und Weisfrauenstift, der Evangelische Regionalverband, der VdK, die Seniorenberatung des Polizeipräsidiums und viele Initiativen und Vereine hatten Stände aufgebaut, und schon nach kurzer Zeit waren ihre Vertreter mit den Besuchern ins Gespräch vertieft.

Der offizielle Teil begann um 17 Uhr. Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld forderte die mehr als 160 Besucher und Besucherinnen auf, ihr öffentlich oder im Einzelgespräch zu sagen, „wo der Schuh drückt“.

Jutta Theismann, die Leiterin des Sozialrathauses Sachsenhausen, das auch für die Stadtteile Schwanheim, Goldstein, Niederrad, und Oberrad zuständig ist, stellte ihre Angebote vor. Etwa Informationen über Hilfe zur Pflege, Eingliederungshilfen und Grundsicherung im Alter kann man sich im Sozialrathaus in der Paradiesgasse 8 in Sachsenhausen holen.

Wer schnelle Hilfe braucht, kann sich auch an seinen Sozialbezirksvorsteher wenden. In jedem der beiden südlichen Stadtteile Frankfurts gibt es einen. Susan Spencer kümmert sich um die Schwanheimer, Helmut Frank um die Goldsteiner. „Jedes Gespräch ist anders“, sagte Frank auf der Bühne. „Es gibt viele verschiedene Beratungslagen.“ Immer wieder, erzählte Susan Spencer, werde sie nach dem Hausnotruf gefragt, nach Essen auf Rädern, nach Wohngeld, Taxigutscheinen und ambulanter Pflege. Die Sozialbezirksvorsteher können nicht zuletzt deshalb oft für Hilfe sorgen, weil sie gut vernetzt sind. Ebenso wie Seniorenbeirat Dieter Serke, der auch auf die Bühne kam. Zusätzlich gibt es in Frankfurt auch noch eine zentrale Stelle, in der Senioren sich neben vielen Veranstaltungsangeboten auch Rat und Hilfe – etwa bei Fragen zur Sozialversicherung oder zum Betreuungsrecht, bei der seniorengerechten Anpassung der Wohnung bis zur Suche nach einem geeigneten Heimplatz – holen können: das Rathaus für Senioren, Hansaallee 150.

Um Vermittlung von barrierefreiem Wohnraum und öffentlich geförderte Wohnungen für Menschen ab 60, die nicht mehr im Erwerbsleben stehen, ging es in dem Beitrag von Ursula Peusch vom Amt für Wohnungswesen (siehe Artikel Seiten 30 bis 31). Im neuen Europaviertel entstünden zurzeit 100 neue Wohnungen, die öffentlich gefördert würden. „Das bedeutet, der Quadratmeter kostet etwa fünf Euro und nicht zehn, wie sonst in vielen Lagen der Stadt“, sagte Peusch.

Wer zu Hause bleiben möchte und praktische Hilfen für ein barrierefreies Leben braucht, kann sich bei der VdK-Fachstelle für Barrierefreiheit informieren: Melanie Ludwig berichtete in Schwanheim über Mög-

Auch die Sozialdezernentin (Mitte) macht mit. Fotos (2): Oeser

lichkeiten im Zugangs- und Sanitärbereich, wie etwa Klappsitze und Badewannenlifte und mögliche Finanzierung über Kranken- oder Pflegekasse. Auch die Anrechte des Mieters gegenüber dem Vermieter und umgekehrt seien manchmal Themen im Gespräch, sagte sie.

Seit der Studie 2012 bewegt sich in Schwanheim offensichtlich einiges. Auch im buchstäblichen Sinne. Das zeigte die Tanzeinlage der Seniorentanzgruppe des TuS Schwanheim. Aber auch Carmen Simon und ihr Team von der Bewegungsgruppe „Aktiv bis 100“, die sich jeden Donnerstag von 15 bis 16 Uhr im TuS Schwanheim trifft, forderte beim Forum Älterwerden alle im Saal auf, die Übungen, die sie vorturnten, nachzuahmen. Das ließ sich auch Stadträtin Birkenfeld nicht nehmen.

Stephanie von Selchow

Das nächste „Forum Älterwerden in Frankfurt“ findet statt am Dienstag, 5. Mai, 2015 im Sozial- und Rehazentrum West, Alexanderstraße 94. Die Veranstaltung beginnt um 17 Uhr, und die Infostände sind bereits ab 16 Uhr zugänglich. Eingeladen sind insbesondere Bewohner aus den Stadtteilen Rödelheim, Bockenheim und Westend. *red*

Für den Terminkalender

Die 14. Aktionswochen Älterwerden werden auf dem Deutschen Seniorentag am 4. Juli eröffnet. Sie finden bis zum 12. Juli unter dem Motto „Wir gestalten unsere Stadt” in Frankfurt statt.

Die Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld empfiehlt den Lesern der Senioren Zeitschrift, sich diesen Termin unbedingt schon jetzt in den Terminkalender einzutragen.

Das Heinrich-Schleich-Haus ist eröffnet

Daniela Birkenfeld (links) übergibt gemeinsam mit Frédéric Lauscher (2.v.l.) und Stefan Grüttner symbolisch den Schlüssel an die Hausleiterin Zekiye Bilgic. Foto: Oeser

Hilde Lommels Lebensqualität hat sich seit August spürbar verbessert. Seit dem Sommer lebt die 73-Jährige mit ihrem Mann Horst (78) im neu gebauten und vor allem barrierefreien Heinrich-Schleich-Haus in Fechenheim. Hier fühlt sich die Rollstuhlfahrerin wohl, und sie ist flexibler als früher. „In unserer alten Wohnung haben wir im vierten Stock gelebt. Immer wieder war der Aufzug kaputt. Bis wir draußen waren, mussten wir durch sechs feuerfeste Türen. Das war viel zu beschwerlich“, erzählt Hilde Lommel, die an Multipler Sklerose erkrankt ist. Als das Ehepaar hörte, dass das Heinrich-Schleich-Haus in der Bregenzer Straße neu und vor allem behindertengerecht gebaut werden sollte, entschied es sich, sich um eines der Zwei-Zimmer-Appartements zu bewerben: „Mir war es wichtig, in Fechenheim zu bleiben. In unserer alten Wohnung haben wir 50 Jahre gelebt. Hier sind wir verwurzelt. Hier leben unsere Kinder und hier ist die Praxis meiner Ärztin.“ Die neue Wohnung ist 54 Quadratmeter groß, großzügig geschnitten, hat ein barrierefreies Bad mit einem unterfahrbaren Waschbecken. „Endlich kann ich mich problemlos mit meinem Rollstuhl bewegen“, freut sich Hilde Lommel.

Zudem schätzt sie die sozialen Kontakte in ihrem neuen Zuhause. „Wir haben hier eine schöne Hausgemeinschaft und uns mehrmals getroffen, um einen Sekt zu trinken.“ Grund zum Feiern gab es für Hilde Lommel, ihre Nachbarn und das Mitarbeiterteam vor allem im Oktober 2014. Da konnte nach knapp dreijähriger Bauzeit das neue Heinrich-Schleich-Haus im Beisein von Frankfurts Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld, des hessischen Sozialministers Stefan Grüttner und von Frédéric Lauscher, Vorstandsvorsitzender des Frankfurter Verbands für Alten- und Behindertenhilfe, feierlich eröffnet werden. 2008 musste das alte Pflege-

weiter auf Seite 20

von Seite 19

heim geschlossen werden, nachdem dem früheren Betreiber, der Heinrich-Schleich-Stiftung, wegen nicht erfüllter Brandschutzauflagen die Betriebserlaubnis entzogen worden war. Die damaligen Bewohner kamen in einem Übergangsquartier in Offenbach unter. Unterdessen erklärte sich der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe bereit, die Trägerschaft zu übernehmen. 2011 wurde das alte Gebäude abgerissen. Und es begannen, bis nach einem langen Hin und Her alle Förderbescheide, Baugenehmigungen, Bewilligungsbescheide vorlagen, die Arbeiten für den 12,5 Millionen Euro teuren Neubau.

An diese schwierige Zeit, in der viele der Bewohner nicht mehr an eine Rückkehr nach Fechenheim glaubten, erinnerte Daniela Birkenfeld in ihrer Ansprache: „Vielen wurde angst und bange.“ Mit Stolz betonte sie daher: „Es ist ein Mammutprojekt, das wir heute zu Ende bringen.“ Nie sei sie bereit gewesen, das Vorhaben aufzugeben, trotz aller Probleme. Für ihr Durchhaltevermögen dankte ihr Frédéric Lauscher.

Birkenfeld hob zudem hervor, dass das Heinrich-Schleich-Haus nicht nur baulich auf einem modernen Stand ist, sondern auch konzeptionell. „Wir haben hier im Bereich der Altenpflege ein Modell der Zukunft entwickelt, in dem die Bewohner in einer Art Familie zusammenleben können“, erklärte die Dezernentin. Neben den betreuten Appartements gibt es Wohngemeinschaften für jeweils zehn Bewohner. Jeder Einzelne hat ein eigenes Zimmer. Aber es gibt Gemeinschaftsräume, um zusammen zu kochen, zu essen, zu klönen. Dieses Konzept ermögliche eine individuelle Lebensgestaltung: „Wenn man möchte, kann man sich einfach zurückziehen oder man kann an der Gemeinschaft partizipieren.“ *Sonja Thelen*

Sozialbericht spornt an: Nicht nachlassen!

Die Schere zwischen armen und reichen Frankfurter Familien geht weit auseinander

Der X. Frankfurter Sozialbericht widmet sich Familien in Frankfurt. 4.800 Familien mit minderjährigen Kindern beteiligten sich dafür an einer Umfrage. Unter ihnen hat die Hälfte mindestens ein Elternteil mit Migrationshintergrund. 19 Prozent sind alleinerziehend, 35 Prozent gelten als armutsgefährdet. Insgesamt lebten Ende 2012 unter den 370.000 Haushalten in Frankfurt rund 65.000 mit minderjährigen Kindern.

In ihrem Vorwort zum Sozialbericht schreibt Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld: „Frankfurt versteht sich als Familienstadt.“ Und sie würdigt den „wichtigen Beitrag“ zur Pflege älterer Angehöriger, den Familien leisten: „Sie helfen so, den Zusammenhalt zwischen den Generationen aufrechtzuerhalten.“

Und wie sieht es umgekehrt aus? Auf Betreuung durch die Großeltern können wohlhabende Frankfurter Familien ohne Migrationshintergrund doppelt so häufig zurückgreifen wie armutsgefährdete Familien und Familien mit Migrationshintergrund. Während rund ein Viertel der Kinder aus armutsgefährdeten Familien aufs Gymnasium gehen, tun dies in wohlhabenden Familien drei Viertel der Kinder.

Wohlhabende Familien und deutsche Familien lesen ihren Kindern unter sechs Jahren eher vor, spielen Spiele mit ihnen, gehen schwimmen, radeln und besuchen Freunde. Armutsgefährdete Eltern und Eltern aus anderen Ländern sehen dagegen eher fern mit kleinen Kindern, spielen mit ihnen Video- oder Computerspiele. Mädchen und Jungen, die älter als sechs Jahre sind, besuchen überdurchschnittlich häufig Sportvereine, Jugendgruppen oder Musikschulen, wenn sie aus wohlhabenden und aus deutschen Haushalten stammen.

50 Prozent der befragten Familien sind nicht angemessen mit Wohnraum versorgt. Dies ist besonders bei Eltern mit drei und mehr Kindern, Armutsgefährdeten und Eltern aus anderen Ländern der Fall. Allerdings sagten nur elf Prozent der Familien, sie seien unzufrieden mit ihrer Wohnsituation. Bei den Armutsgefährdeten unter ihnen kommt zu einer sozialen eine räumliche Randlage hinzu. Nach wie vor sind Fechenheim, Gallus, Höchst und Griesheim benachteiligte Stadtteile. Interessant: Von fünf umzugswilligen Familien wollen vier in Frankfurt bleiben.

Vier von fünf der befragten Väter arbeiten Vollzeit, aber nur jede fünfte Mutter. Jede dritte Mutter minderjähriger Kinder arbeitet in Teilzeit, aber nur jeder elfte Vater. In jeder neunten Paar-Familie arbeiten beide Elternteile Vollzeit. Zwei Drittel der befragten Frankfurter Familien, die erwerbstätig sind, sagen, Beruf und Familie ließen sich nur mit viel Energie und Geschick vereinbaren. Unter den alleinerziehenden und armutsgefährdeten Befragten sagen überdurchschnittlich viele, Beruf und Familie ließen sich kaum oder gar nicht miteinander vereinbaren. Befragte mit Migrationshintergrund, Armutsgefährdete und Alleinerziehende können am wenigsten auf private Unterstützung zurückgreifen.

Die Mehrheit beurteilt die Familienfreundlichkeit der Stadt, die sich Familienfreundlichkeit auf die Fahnen geschrieben hat, nur als befriedigend. Der Sozialbericht spricht von einem „Ansporn, nicht nachzulassen“. *Susanne Schmidt-Lüer*

Vielfalt hat Vorrang

Vor zehn Jahren ist das Victor-Gollancz-Haus in der Kurmainzer Straße 91 in Sossenheim eröffnet worden. Das Altenzentrum des Frankfurter Verbandes für Alten- und Behindertenhilfe richtete damals als erstes Heim in Frankfurt eine muslimische Wohngruppe ein und startete ein wegweisendes Experiment, das seither in der ganzen Stadt Schule macht.

Ein gutes Miteinander seit zehn Jahren darf schon einmal groß gefeiert werden. Foto: Oeser

Im Victor-Gollancz-Haus hat Vielfalt Vorrang und viele Vorteile. Die 123 Bewohner aller Pflegestufen feiern nämlich nicht nur Weihnachten und Ostern, sondern auch Ramadan und Bayram. Das türkische Zuckerfest gehört in dem Altenzentrum genauso zum guten Ton wie das chinesische Neujahrsfest. In der Alteneinrichtung des Frankfurter Verbandes wird Multikulti großgeschrieben. Auch in der täglichen Arbeit.

Die 60 Pflegekräfte, von denen 80 Prozent selbst einen Migrationshintergrund haben, nehmen bei den älteren Leuten Rücksicht auf unterschiedliche Rituale und Gepflogenheiten. Beispielsweise gehört bei den muslimischen Frauen Haare entfernen am ganzen Körper zur normalen Körperpflege. „Das war anfangs schon eine Umstellung, aber heute ist das ganz normal“, sagt die Fachbereichsleiterin für stationäre und teilstationäre Pflege, Ute Bychowski. Sie konnte auch die unterschiedlichen Glaubensrichtungen zunächst nicht voneinander unterscheiden. „Schiitisch oder sunnitisch? Wo ist da der Unterschied?“ Heute weiß sie es.

Der Generalkonsul der Türkei, Ufuk Ekici, unterstützt das Konzept der Hausgemeinschaft. „Zwischen uns hat sich eine gute Freundschaft entwickelt“, sagte er bei den Feierlichkeiten zum zehnjährigen Bestehen und lobte das Konzept. Türken bilden noch immer die größte Gruppe im Gollancz-Haus. Es leben aber mittlerweile auch viele Menschen anderer Länder und Kulturen hier. So wächst beispielsweise der Anteil der marokkanischen Gruppe bei den Bewohnern. Das sei nicht immer einfach, findet Frédéric Lauscher, der Vorstandsvorsitzende des Frankfurter Verbandes. Die Pflegekräfte hätten immerhin ein straffes Arbeitsprogramm, auch ohne Rücksicht auf kulturelle Unterschiede. „Es ist eine respektable Leistung, dass die Mitarbeiter bei dem Pensum auch noch dieses Konzept der kultursensiblen Altenarbeit umsetzen.“ In der Einrichtung würden Menschen in ihrer Individualität willkommen geheißen, egal ob Glaube oder Nicht-Glaube, welche Kultur, welches Geschlecht, welche sexuelle Orientierung oder welche körperlichen Einschränkungen sie auch haben. Auch Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld lobte das Gollancz-Haus als eine „Einrichtung mit Seele“. Es sei eine „nachahmenswerte Einrichtung mit einem wegweisenden Experiment für die ganze Stadt“. Manche Bewohner lebten hier seit den Anfängen vor zehn Jahren, rund ein Dutzend seien sogar 2004 vom alten Standort nahe der Höchster Kliniken mit umgezogen, erzählt sie. Das Haus und seine Bewohner hätten viel erlebt. Etwa den Brand 2009. „Ein traumatisches Erlebnis, bei dem 20 Leute herausgeholt werden mussten“, erzählt Birkenfeld.

Das Haus ist nach dem Sozialdemokraten Victor Gollancz (1893 – 1967) benannt, der sich als Brite polnisch-jüdischer Abstammung frühzeitig für die Menschenrechte und die Völkerverständigung eingesetzt hat. 1967 war das Altenhilfezentrum des Frankfurter Verbandes für Alten- und Behindertenhilfe in direkter Nachbarschaft der Höchster Kliniken eingerichtet worden und zog 2004 in die Kurmainzer Straße nach Sossenheim um. Der Standort ist bewusst gewählt, weil in der näheren Umgebung besonders viele Türken und Migranten leben. *Nicole Galliwoda*

Dialog mit der Zeit

Foto: Oeser

Auch Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld brachte Gewichte an ihren Unterschenkeln an, um zu erproben, wie schwer das Gehen im Alter fallen kann. Noch bis Ende Februar ist die Ausstellung „Dialog mit der Zeit” im Museum für Kommunikation zu sehen.
Ein ausführlicher Bericht ist bereits in SZ 4/2014, Seiten 62 und 63 darüber erschienen. *red*

Neue Kräfte für die Altenpflege in Frankfurt

32 Personen schließen Ausbildungsprojekt Aiqua erfolgreich ab

„Es ist eine Erfolgsgeschichte“, sagt Ute Bychowski vom Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe über Aiqua (Arbeitsintegrierte Qualifizierung in der Altenpflege). 32 Frauen und Männer konnten jetzt in Frankfurt die Zeugnisse entgegennehmen, die ihre erfolgreiche Ausbildung in der Altenpflege belegen. Die damit verbundenen besonderen Glückwünsche seien angebracht, sagte die Leiterin des Fachbereichs stationäre und teilstationäre Pflege des Frankfurter Verbands für Alten- und Behindertenhilfe. Die Ausgebildeten hätten mit hoher Motivation die Belastungen durchgehalten, die es für sie bedeutete, parallel zu den normalen familiären Verpflichtungen ihrer Arbeit nachzugehen und fachliche Inhalte zu lernen. Bereits 2013 hatten fast alle die Zwischenprüfung zur Altenpflegehelferin bestanden (SZ 4/11, Seite 17, SZ 3/13, Seite 34).

Conrad Skerutsch, Daniela Birkenfeld und Ute Bychowski gratulieren den 32 Projektteilnehmern zum erfolgreichen Abschluss. Foto: Oeser

Auch die stationären Einrichtungen, die sich in der Qualifizierung durch Aiqua engagierten, hätten die zusätzlichen Aufgaben gut gemeistert. Die erhöhte Fachlichkeit der Mitarbeitenden, die ohnehin oft schon etliche Jahre dort tätig seien, sei ein Gewinn für die Häuser, sagte Bychowski.

Die Ausbildung der Teilnehmenden, die bis dahin als Pflegehelfer gearbeitet hatten, wurden zu 20 Prozent für die Ausbildung von ihrer beruflichen Tätigkeit bei vollem Gehalt freigestellt. Bei der Vorstellung des Projekts hatte Verbandsvorstand Frédéric Lauscher darauf hingewiesen, dass beide Seiten von der neuen Methode der Ausbildung profitierten. Zum einen könnten nun auch Personen die Ausbildung machen, die aus finanziellen Gründen nicht auf ihre Berufstätigkeit verzichten konnten. Die Qualifikation ermögliche ihnen dann ein berufliches Fortkommen und ein höheres Einkommen. Zum anderen bedeuteten neue qualifizierte Kräfte für den Frankfurter Verband einen Schritt zu besserer Personalausstattung angesichts des Fachkräftemangels in der Altenpflege.

Lieselotte Wendl

Sucht im Alter – nicht nur ein Problem von Männern

Das Zentrum für interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) rückte im vergangenen Jahr ein wenig beachtetes Thema in den Blick. Einer bundesweiten Studie des Hamburger Instituts zufolge haben in stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen rund 14 Prozent der Seniorinnen und Senioren Suchtprobleme. Während betroffene Frauen deutlich häufiger zu Medikamenten greifen, steht bei Männern der Alkoholmissbrauch an erster Stelle. Auf einer dem Thema „Suchtkranke in der stationären Altenpflege“ gewidmeten Bürgerinnenversammlung wies Johannes Pantel vom Universitätsklinikum Frankfurt darauf hin, dass „in Altenheimen Sucht inzwischen die dritthäufigste Diagnose bei psychischen Störungen“ ist. Dennoch wird zum Leidwesen des Arbeitsbereichsleiters Altersmedizin die Abhängigkeit von Alkohol oder Tabletten weitgehend tabuisiert. Dieses Desinteresse bedauert auch Doris Mauczok, die im August-Stunz-Zentrum eine „steigende Zahl von Menschen mit Suchtproblemen“ verzeichnet. Die Leiterin der Einrichtung sieht aufgrund dieser Entwicklung die „stationäre Altenpflege vor neue Herausforderungen“ gestellt. Da Sucht in der Altenpflegeausbildung kein Schwerpunkt sei, fehle es in den Häusern an Fachwissen wie an Versorgungskonzepten. Außerdem würden „ärztliche Therapien oft an das Heimpersonal delegiert“, obgleich die Mitarbeitenden weder über die nötige Zeit noch die nötigen Kenntnisse verfügten. Für Mauczok ist es deshalb keine Frage: „Die Pflege muss sich mit Suchtproblematiken auseinandersetzen und braucht entsprechend ausgebildetes Personal.“

Um Letzteres kämpft ihr Kollege Olaf Höwer nun schon geraume Zeit. In einem für Frankfurt bislang einzigartigen Vorstoß richtete der Leiter des Bürgermeister-Gräf-Hauses bereits 2012 eine Gruppe für alkoholabhängige Männer ein. Mit der

FINAL_SZ_01_2015__ 21.12.14 20:28 Seite 23

Finanzierung zusätzlicher Fachkräfte schlägt er sich allerdings bis heute herum. Dabei seien die dringend vonnöten. Wie Höwer bei der Bürgerinnenversammlung in den Räumen des Caritasverbandes vor Augen führte, existieren „zwischen Alten- und Suchthilfe kaum Verbindungen“. Die Fachkräfte seien entweder mit dem einen oder dem anderen vertraut. So werde im Bürgermeister-Gräf-Haus die mittlerweile 58 Männer zählende Gruppe Eduard von Altenpflegekräften betreut, die sich „langsam in den Suchtbereich einarbeiten“. Höwers Urteil nach muss sich bei der Versorgung suchtkranker Senioren grundsätzlich etwas ändern. Die Kooperationen, die er etwa mit der Suchtselbsthilfegruppe der Guttempler oder dem Bamberger Hof aufgebaut habe, reichten für eine angemessene Betreuung nicht aus. Neben geschulten Altenpflegekräften führt für Höwer an der „ständigen Begleitung durch Suchthilfe-Fachpersonal“ kein Weg vorbei. Zumal man Suchtkranke „ab Pflegestufe II aus den Einrichtungen der Suchthilfe“ verweise. Abgesehen davon gebe es „keine Einrichtung, die nach uns kommt: Wen wir nicht aufnehmen, wird im Ostpark landen“, ist sich Höwer gewiss. Im Ostpark befindet sich eine Notunterkunft für Wohnungslose.

Sucht ist auch im Alter ein großes Problem.

Vor dem Hintergrund des akuten Handlungsbedarfs begrüßte Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld, dass bei der Bürgerinnenversammlung ein ansonsten nur in der Fachwelt diskutiertes Thema zur Sprache kam. Nachdem sich Experten seit 2005 mit Sucht in der stationären Altenpflege befassen, sei es nun an der Zeit, den Herausforderungen aktiv zu begegnen. Mehr als wünschenswert sind für die Stadträtin zum Beispiel suchtbezogene Fortbildungen für Altenpflegekräfte. Thomas Götz vom städtischen Gesundheitsamt fordert ein „Umdenken“, das die Erkundung eines „kompletten Neulands“ erlaube. Da bestehende Abhängigkeiten „nicht immer ganz leicht zu erkennen“ seien, schreibt der Leiter der Abteilung Psychiatrie hierbei dem Hausarzt eine Schlüsselrolle zu. Er sei es, der vorhandene Suchtprobleme diagnostizieren und die entsprechenden Weichen stellen müsse.

Doris Stickler

Mehr Infos gibt es beim Drogenreferat, neue Anschrift: Alte Mainzer Gasse 37, Erdgeschoss.
Telefon 0 69/21 23 01 24, E-Mail: drogenreferat@stadt-frankfurt.de. *sti*

Anzeige-Hausnotruf-SZ-01-2015.indd 1 09.12.14 16:30

Ideen für Frankfurt sind gefragt

Offene Bücherschränke wie zum Beispiel auf der Berger Straße wurden auf Wunsch der Frankfurter Bürger installiert. Foto: Oeser

Jeder Bürger in Frankfurt, der eine Idee zur Verbesserung der Lebensqualität in der Stadt hat, hat die Möglichkeit, diese einzubringen. Im Herbst des vergangenen Jahres hat Stadtkämmerer Uwe Becker (CDU) dieses neue Ideenportal vorgestellt. Auf dem Internetportal www.ffm.de bietet die Stadt Frankfurt jetzt eine weitere Möglichkeit für alle Bürger, sich an der Gestaltung der Stadt zu beteiligen. Konnten Nutzer sich bislang über „Mängel“ beschweren und ihre Meinung zu Projekten wie „Frankfurt macht Schule“ einstellen, gibt es nun die „Ideenplattform“, auf der die Bürger online ihre eigenen Vorschläge zur Stadtpolitik und -gestaltung veröffentlichen und die anderer Nutzer bewerten können. Dies ist eine Neuentwicklung der sogenannten Bürgerhaushalte, die 2013 und 2014 durchgeführt wurden. Dort hatten sich 6.300 Menschen beteiligt und rund 2.600 Ideen eingebracht.

Als besonders wichtig stellten sich dabei die Bereiche „Wohnen, Verkehr und Umwelt“ heraus, gefolgt von „Verwaltung und Finanzen“. Anregungen aus den beiden Bürgerhaushalten, die erfolgreich umgesetzt wurden, waren etwa offene Bücherschränke in mehreren Stadtteilen oder der Erhalt der Kleinmarkthalle. Anders als bei den Bürgerhaushalten können sich bei der Ideenplattform Menschen aller Altersstufen einbringen.

„In Frankfurt am Main sollen sich Bürgerinnen und Bürger jeden Alters wohlfühlen, und auch ein Älterwerden in der Stadt soll ohne Einschränkungen möglich sein. Die älteren Frankfurterinnen und Frankfurter verfügen über einen reichhaltigen Erfahrungsschatz, von dem nicht nur die Gesellschaft, sondern auch die Politik noch etwas lernen kann. Da die Zahl der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger stetig steigt, sind ihre Ideen besonders wichtig für die Gestaltung Frankfurts. Denn sie wissen am besten, was sie benötigen“, betont Stadtkämmerer Uwe Becker.

Die neue „Ideenplattform“ funktioniert so: Vorschläge können online auf der Website, per Post, Fax und Telefon eingereicht werden. Sind acht Wochen nach der Internetveröffentlichung 200 Unterstützer gefunden, wird der Vorschlag vom zuständigen Fachdezernat geprüft und mit einer Stellungnahme sowie einem Vorschlag zur Umsetzung versehen. Im Anschluss wird über die Umsetzung oder Ablehnung der Vorschläge entschieden. Der Magistrat wird dann der Stadtverordnetenversammlung im halbjährlichen Rhythmus über den Stand des Beteiligungsverfahrens berichten. Die „Ideenplattform“ wird mit rund 200.000 Euro pro Jahr im Haushalt veranschlagt. *per*

Die Ideen einbringen kann man im Internet unter www.ffm.de, per Post an: Magistrat der Stadt Frankfurt am Main, Stadtkämmerei Abteilung 20.4, Paulsplatz 9, 60311 Frankfurt, per Telefon unter 115, per Fax: 0 69/21 23 49 42, oder E-Mail: ideen@stadt-frankfurt.de.

ANZEIGE

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

ANGEHÖRIGEN-AKADEMIE

Wissen und Know-how für pflegende Angehörige rund um die Themen Pflege, Demenz-Betreuung, Medizin und Gesundheit

Erfahrene Experten geben wertvolle Tipps und beantworten unter anderem Fragen wie
- Welche Leistungen bezahlt die Pflegeversicherung?
- Wie erkenne ich Demenz und wie gehe ich damit um?
- Möglichkeiten der Stressbewältigung für pflegende Angehörige

Laienkurs: „Alte Menschen verstehen lernen“ Einführung in das Psychobiografische Pflegemodell nach Erwin Böhm
28. – 30.01.2015, 9:00 – 17:00 Uhr
24 Unterrichtseinheiten, Kursgebühr: 195,– €
AGAPLESION HAUS SAALBURG
Saalburgallee 9, 60385 Frankfurt-Bornheim
Anmeldung: T (069) 46 08 - 572, F (069) 46 08 - 578, akademie@markusdiakonie.de

Das neue Gesamtprogramm ist ab Anfang 2015 erhältlich.
Download unter www.markusdiakonie.de oder das gedruckte Heft anfordern bei:
AGAPLESION MARKUS DIAKONIE gGmbH
Angehörigen-Akademie
Usinger Str. 9, 60389 Frankfurt am Main

25 Jahre Arbeit für Senioren

Im Herbst 2014 feierte die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (Bagso) ihr 25-jähriges Bestehen im Dominikanerkloster in Frankfurt. Die Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Manuela Schwesig, spannte in ihrem Grußwort den Bogen von den zarten Anfängen bis zu der inzwischen doch recht mitgliederstarken Organisation, zu der sich die Bagso ausgewachsen hat. Mit elf Verbänden, äußerst geringen Mitteln und einer improvisierten Geschäftsstelle hatte die Arbeit begonnen. Inzwischen sei daraus ein starker Dachverband von 114 Seniorenorganisationen geworden, wie die Vorsitzende der Bagso, Prof. Dr. Ursula Lehr, stolz verkündete. Schwesig ergänzte: „Die Stimme der Bagso – beratend, mahnend und kritisch, aber immer konstruktiv – wird gehört." Und der Bagso sei es zu verdanken, dass die Potenziale und die Leistungen älterer Menschen ins Blickfeld von Politik und Öffentlichkeit gerückt werden konnten. Wenn einzelne Organisationen ihre Stimme bündelten, werde eine Botschaft eben lauter und besser gehört. Dabei hat die Bagso nicht nur die Interessen der heutigen älteren Menschen im Blick, sondern „auch die der Seniorinnen und Senioren von morgen und übermorgen", wie sich die Vorsitzende gerne ausdrückt. *Jutta Perino*

Gemeinsam in die Zukunft!
11. Deutscher Seniorentag · 2.– 4. Juli 2015 in Frankfurt a.M.

Termin vormerken

Was die Bagso und die Stadt Frankfurt im Hinblick auf ältere Menschen alles zu bieten haben und auf die Beine stellen, zeigen sie auf dem 11. Deutschen Seniorentag. Dieser findet vom 2. bis 4. Juli in Frankfurt unter dem Motto „Gemeinsam in die Zukunft" statt.

Mehr Informationen dazu gibt es im Internet unter www.deutscher-seniorentag.de.

Alle diejenigen, die sich lieber telefonisch informieren, können anrufen unter Telefon 02 28 / 24 99 93-0.

1. Während der 25-Jahr-Feier wurde die Ausstellung „2730 bewegte Jahre in 16 Bildern" eröffnet. Der Deutsche Olympische Sportbund und das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend präsentierten eine gemeinsame Fotoausstellung über die Chancen, die Bewegung bis ins höchste Alter bietet. Fotograf der Ausstellung ist Karsten Thormaehlen, vielen Frankfurtern sicher noch bekannt als Schöpfer der Porträts von über 100-jährigen Menschen.

2. Zwei, die sich für Senioren einsetzen: Petra Crone (MdB) und Ursula Lehr (rechts).

3. Festgäste waren unter anderen Doris Achenbach von der SPD AG 60 plus und Seniorenbeauftragte aus Frankfurt und Dietmar Eisenhammer vom Deutsch-Französischen Seniorennetzwerk Pamina aus Wiesbaden. Fotos (3): Perino

ANZEIGE

Totalprothesen für ein angenehmes Leben

Viele zahnlose Menschen sind mit ihren Prothesen unglücklich. Sie sitzen nicht richtig, schaukeln, die Wahl des Essens will wohlüberlegt sein und sie haben das Gefühl ihre Mitmenschen bemerken ihre Unsicherheit. Das Thema Implantologie (Einsetzen von künstlichen Zahnwurzeln in den Kiefer) kommt jedoch nicht für jeden in Frage. Die Tatsache einer Operation, die Angst vor Unverträglichkeit sowie der zeitliche Aufwand verleihen vielen Menschen einen großen Respekt davor. Trotzdem ist es möglich, eine fast optimale Kaufunktion verbunden mit einer hohen Ästhetik zu erreichen.

Die Vollprothese nach „Gutowski/Läkamp" ist die echte Alternative zur Implantologie. Nach einem speziellen Vefahren wird die Prothese exakt den Kieferverhältnissen angepasst. Mit Hilfe von detaillierten Abformungen des Kiefers wird die Voraussetzung für den maximalen Halt erreicht. Zusätzlich werden durch die korrekte Einstellung des Bisses unter Einbeziehung der Kiefergelenke die Bewegungen der Prothese auf ein Minimum reduziert.

Neben der Funktionalität spielt auch die Ästhetik eine entscheidende Rolle. Es werden grundsätzlich hochwertige Keramikzähne verwendet, die durch ihre Optik Natürlichkeit und Jugendlichkeit ausstrahlen. Als Gesamtergebnis erhalten die Patienten eine zahnmedizinische Versorgung, die einen hohen Zugewinn an Lebensqualität bietet.

Lassen Sie sich von den Vorteilen überzeugen und besuchen Sie uns in unserer Praxis. Wir beraten Sie gerne über Ihre Möglichkeiten.

Zahnarztpraxis Helga Dönges
Gutzkowstraße 44
60594 Frankfurt am Main
Tel: 0 69/62 32 49 · Fax: 0 69/61 21 61

Die Frau hinter den Kulissen

Julia Shirtliff ist die neue Leiterin des VHS-Programms „Aktiv im Alter"

Für Julia Shirtliff ist die VHS mehr als nur eine Bildungseinrichtung. Sie ist auch ein Ort der Begegnung. Das stellt die neue Leiterin des VHS-Programms „Aktiv im Alter" immer wieder fest, wenn sie mit Teilnehmern spricht: „Es gibt viele Geschichten, die mir zeigen, wie wichtig es ist, älteren Menschen einen Ort zu bieten, an dem sie nicht nur lernen, sondern sich auch austauschen und gemeinsam Ideen umsetzen können."

Da ist zum Beispiel die Seniorenclique, die sich seit 20 Jahren im VHS-Gymnastikkurs um die Ecke trifft, oder der Gitarrenkurs, der als Anfängergruppe gestartet, nun in Kirchengemeinden auftritt. Keine Frage: An solchen Angeboten will Julia Shirtliff festhalten. Sie will aber auch neue Akzente setzen.

Seit April 2014 ist sie „die neue Frau hinter den Kulissen" des VHS-Seniorenprogramms. Die 49-Jährige ist gebürtige Engländerin, hat Sprachwissenschaften studiert und lebt seit 20 Jahren in Deutschland. An der VHS war sie zunächst für die Planung und Konzeption der Englischkurse zuständig und gab selbst Englischunterricht. „Da saßen junge und alte Teilnehmer an einem Tisch. Es war nicht immer leicht, die unterschiedlichen Erwartungen unter einen Hut zu bringen."

Weniger um Leistungsdruck, sondern vielmehr um das Miteinander geht es in den VHS-Kursen für Senioren. Julia Shirtliff zögerte daher nicht, als ihre Vorgängerin Nathalie Dramis den Leitungsposten in der Frankfurter Bildungseinrichtung aus privaten Gründen abgab, diesen zu übernehmen. Seither lernt sie die Inhalte von „Aktiv im Alter" kennen. Sie plant und entwickelt das Programm mit 300 Kursen pro Jahr und ermittelt in vielen Gesprächen mit Teilnehmern und gut 50 Kursleitern, welches Angebot sich bewährt hat und was fehlt.

„Künftig wollen wir die Kurse noch vielfältiger gestalten, um mehr Menschen zu erreichen", erklärt sie. 3.000 Anmeldungen liegen der VHS pro Jahr für „Aktiv im Alter" vor, die meisten Kursbesucher sind zwischen 60 und 90 Jahre alt. „Die jungen Alten hatten wir bislang nicht so im Fokus", räumt die Leiterin ein. Besonders im Gesundheitssport soll sich das jetzt ändern. Neu im Programm sind Kurse in Yoga, Pilates, Feldenkrais und Qigong, die auch Menschen ab 50 Jahren ansprechen sollen.

Erste Hilfe will Julia Shirtliff beim Thema „Neue Medien" leisten. So sollen Vorträge über Sinn und Zweck von PC, Smartphone, Tablet oder Facebook Senioren helfen, leichter abzuwägen, ob sie diese Medien tatsächlich im Alltag brauchen und wie sie sie nutzen können. Zudem sollen Kurse zu diesen Themen erweitert werden, denn die Nachfrage ist groß, sagt die neue Leiterin.

Aber auch an erworbenes Wissen will Julia Shirtliff anknüpfen – vor allem im kreativen Bereich. Wer also früher gerne Theater gespielt, genäht oder musiziert hat und dies gerne wieder tun möchte, findet nun im Programm die Gelegenheit dazu. Auf die Idee brachte sie ein Kursteilnehmer: „Der Mann erzählte mir, dass er früher Akkordeon gespielt hat, das Instrument aber im Krieg vernichtet wurde. Erst jetzt, 70 Jahre später, fing er wieder an zu spielen." Neugierig gemacht hatte ihn der VHS-Aufruf „Rentnerband sucht Mitspieler". Dahinter verbirgt sich ein neuer Musiktreff in Bornheim. Gemeinsam mit Gleichgesinnten kommt der Mann nun regelmäßig dorthin, singt, probiert Instrumente aus und studiert Lieder ein. Der Einstieg ist wie bei allen VHS-Seniorenkursen jederzeit möglich. *Judith Gratza*

Julia Shirtliff Foto: privat

vhs Volkshochschule Frankfurt am Main

Neu im Programm

- Auf die Bretter, fertig, los!! Ein Theaterkurs für Junggebliebene, 6. Mai bis 24. Juni, mittwochs, 15 bis 17 Uhr, Dr. Hoch's Konservatorium, Sonnemannstraße 16, 69 Euro.
- Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene, 15. April bis 27. Mai, mittwochs, 9 bis 12 Uhr, VHS Leipziger Straße sowie vom 12. Juni bis zum 24. Juli, freitags, 14.30 bis 17.30 Uhr, VHS Sonnemannstraße 13, 105 Euro.
- Yoga für Einsteiger, 5. Februar bis 26. März, donnerstags, 15 bis 16.30 Uhr, Nachbarschaftszentrum Ginnheim, Ginnheimer Hohl 14, 71 Euro.
- Qigong, 28. April bis 7. Juli, dienstags, 10.30 bis 12 Uhr, Bikuz Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2, 75 Euro.
- Medienvortrag: Brauche ich jetzt einen Computer? Freitag, 27. Februar, 15 bis 16.30 Uhr, VHS Sonnemannstraße 13, 8 Euro. *gra*

Gute Pflege ist machbar und bezahlbar

Sozialarbeiter erhält Deutschen Fairness-Preis

Wenn in der Pflege Windeln mit fast vier Litern Fassungsvermögen zum Einsatz kommen, sagt das viel über die Zustände in Heimen aus. Die nimmt Claus Fussek seit nunmehr drei Jahrzehnten ins Visier. In dieser Zeit hat der Sozialarbeiter „auf weit mehr als 50.000 Hilferufe reagiert“ und Missstände wie Zwangsernährung, Gewalt oder haftähnliche Verhältnisse aufgedeckt. Derlei Übergriffe brachte er stets an das Licht der Öffentlichkeit. Mit Kritik allein gab und gibt sich der Pflegeexperte allerdings nicht zufrieden. In mehreren Büchern sowie Fernsehsendungen und Zeitungsartikeln zeigte Fussek auf, wie es auch anders gehen kann. So erstellte er zum Beispiel eine 20 Grundrechte umfassende Charta für hilfsbedürftige Menschen. Für sein beharrliches Engagement in Sachen humanitäre Pflege wurde Fussek 2008 das Bundesverdienstkreuz verliehen, Ende vergangenen Jahres erhielt er den Deutschen Fairness-Preis. Wie der Kuratoriumsvorsitzende der Fairness-Stiftung, Karl-Heinz Brodbeck, bei der Verleihung unterstrich, fiel die Wahl auf einen Mann, der „einen entscheidenden Beitrag für die Fairness zwischen den Generationen“ leistet und Partei für Pflegebedürftige, Kranke und alte Menschen ergreife. Er setze seine Energie, sein Wissen und seine Leidenschaft für eine humane Pflege ein und entwickele Ansätze zur Bewältigung der Probleme. Fussek sei ein „Leuchtturm“ in der Pflegelandschaft, in der er wichtige Impulse setzte.

Prof. Dr. Karl-Heinz Brodbeck (links) übergibt Claus Fussek den Deutschen Fairness-Preis.

In der Tat haben manche Einrichtungen inzwischen seine Vorgaben aufgegriffen – ohne dafür mehr Geld zu investieren, wie Fussek im Rahmen der Verleihung unterstrich. Da „gute Pflege mach- und bezahlbar“ sei, hoffe er, dass der auch seinen Mitstreitern gebührende Preis noch mehr Häuser dazu bewegt, den Pflegebedürftigen ein Leben in Würde zu garantieren. In seiner Berufslaufbahn seien ihm unzählige Schicksale zu Ohren gekommen, die ihm „die Haare zu Berge stehen“ ließen. Als „besonders grausam“ empfindet Fussek die Tatsache, dass „alle Bescheid wissen, sich aber nichts ändert“. Da er schon lange keine neuen Argumente mehr liefern könne – „es ist alles gesagt, alles veröffentlicht“ –, bleibe ihm nur der Appell, hinzusehen und Pflegekräfte zu bitten, nicht länger zu schweigen. Wer schweige, stimme zu und mache sich mitschuldig, stellte Fussek in den Räumen der Industrie- und Handelskammer klar. Für die Laudatorin, die Kabarettistin Maria Peschek, sind Fusseks Forderungen „keine idealistischen Sonderwünsche“. Eine Gesellschaft dürfe es sich „nicht erlauben, die Würde alter Menschen antastbar zu machen“. Zu ihrem Leidwesen geschieht hierzulande aber genau das – und zwar seit Jahren. Die Nummer aus ihrem ersten Kabarettprogramm 1986, in der sie den unhaltbaren Umgang mit Pflegebedürftigen thematisierte, sei ungebrochen aktuell.

Umso notwendiger sind für den geschäftsführenden Direktor der Fairness-Stiftung, Norbert Copray, Personen wie Claus Fussek, der „in der Pflegebranche seinesgleichen sucht“. Während der „Mann für alle Pflegefälle“, wie ihn eine Tageszeitung einmal bezeichnete, sich relativ großer Bekanntheit erfreut, ist die „AG Beipackzettel“ für die wenigsten ein Begriff. Um auf die Leistung der aus ehrenamtlichen Patientenvertretern und professionellen Pharmamitarbeitern bestehenden Arbeitsgemeinschaft aufmerksam zu machen, hat sie die Fairness-Stiftung mit dem Fairness-Initiativpreis 2014 bedacht. Dass die AG seit 2006 für leicht verständliche Beipackzettel kämpft, begreift Copray als „bahnbrechende Arbeit“, die einer Würdigung bedürfe. Zumal die Beteiligten eine „faire Kommunikation zwischen Pharmaindustrie, Ärzten, Apothekern und Patienten“ ermöglichten und ein „gelungenes Beispiel für Fairness zum Wohl der Patienten“ vor Augen führten. *Doris Stickler*

Die in Frankfurt ansässige Fairness-Stiftung setzt sich seit 14 Jahren dafür ein, in der Öffentlichkeit, im sozialen Bereich und in der Wirtschaft das Bewusstsein für Fairness zu stärken und zu verbessern. Die Fairness-Stiftung berät Menschen in unfairen Situationen, trainiert Führungskräfte in Fairness-Kompetenz und begleitet in Sachen Fairness-Qualität Firmen und Organisationen.
Telefon 0 69/78 98 81 44 *sti*

Ein Porträt der Frankfurterin Trude Simonsohn

Bevor das Interview beginnt, erzählt Trude Simonsohn erst einmal einige Witze. Damit schafft die zierliche, doch resolute 93-Jährige sogleich eine entspannte Atmosphäre. Für ihren Humor ist sie bekannt. Selbst als sie 2010 in der Paulskirche den Ignatz-Bubis-Preis erhielt, erheiterte sie ihr Publikum mit einem Witz. Das lässt Distanz erst gar nicht aufkommen. Trude Simonsohn ist neugierig auf Menschen. Sie sammelt, wie sie sagt, keine Gegenstände, sondern Menschen mit ihren Geschichten. Sie hat viele Freunde jeglichen Alters und freut sich über jeden, der dazukommt.

Trude Simonsohn ist Jüdin und eine Überlebende des Holocausts. 2013 hat sie gemeinsam mit Elisabeth Abendroth unter dem Titel „Noch ein Glück“ ihre sehr lesenswerte Autobiografie veröffentlicht. Der Titel bezieht sich auf die vielen glücklichen Fügungen, unter denen sie der großen Katastrophe des Holocausts entronnen ist.

Als Trude Gutmann wurde sie 1921 in der multikulturellen Universitäts- und Handelsstadt Olmütz in der demokratischen Tschechoslowakischen Republik geboren. Hier verbrachte sie eine unbeschwerte Kindheit. Trude wuchs zweisprachig auf. Sie besuchte eine tschechische Grundschule und ein deutsches Gymnasium, bevor die Nationalsozialisten das Glück ihrer Kindheit zerstörten. Als die Deutsche Wehrmacht im März 1939 in die Tschechoslowakische Republik einmarschierte, verließ Trude vorzeitig das Gymnasium. Sie bereitete sich in der zionistischen Jugendorganisation Makkabi

Foto: Oeser

„Andere sammeln Briefmarken, ich sammele Menschen“

Hazair auf die Auswanderung nach Palästina vor, aber die Flucht sollte ihr nicht mehr gelingen. Nach dem Attentat auf Heydrich in Prag im Juni 1942 wurde sie wegen angeblicher kommunistischer Untergrundarbeit verhaftet. Sie war tatsächlich illegal aktiv gewesen, allerdings in der zionistischen Jugend. Trude Gutmann wurde in mehrere Gefängnisse gesperrt. In Brünn, wo es ein Standgericht gab, musste sie vor der Inhaftierung im dortigen Gefängnis stundenlang in Todesangst – mit dem Gesicht zu einer Wand stehend – ausharren. Schließlich landete sie im Gefängnis von Olmütz, wo sie sechs Monate festgehalten wurde, die letzten sechs Wochen in Einzelhaft. Hier erfuhr sie vom Tod ihres geliebten Vaters im KZ Dachau. Die junge Frau, die immer eine „Vatertochter“ gewesen war, verlor jeden Lebensmut. Ein mitfühlender tschechischer Maurer sprach ihr jedoch jeden Tag Mut zu und rettete ihr so das Leben.

Im November 1942 wurde Trude Gutmann nach Theresienstadt deportiert, wo sie Kinder und Jugendliche betreute. Es erscheint uns heute widersinnig, aber für sie war die Deportation eine Erleichterung. Denn in Theresienstadt traf Trude Gutmann ihre Mutter und Freunde aus der zionistischen Jugend wieder. Dort lernte sie auch ihren späteren Ehemann, den Juristen Berthold Simonsohn, kennen und lieben. Einen Tag, bevor beide im Oktober 1944 in das Konzentrations- und Vernichtungslager Auschwitz verschleppt wurden, heirateten sie im Ghetto nach jüdischem Ritus. An ihre Zeit in Auschwitz hat Trude Simonsohn kaum Erinnerungen. Sie erklärt diesen Gedächtnisverlust als eine Ohnmacht der Seele.

Nach weiteren Stationen in nationalsozialistischen Lagern und einer abenteuerlichen Flucht traf Trude nach Kriegsende Berthold Simonsohn wieder. Beide lebten zunächst in Prag, wo sie für das Repatriierungsamt arbeiteten und an der Auflösung des Ghettos Theresienstadt mitwirkten. Nach einem mehrjährigen Aufenthalt in der Schweiz zog das Paar 1950 nach Hamburg, wo Berthold Simonsohn erfolgreich für die Entschädigung von NS-Opfern kämpfte. Trude war die Entscheidung, in Deutschland zu leben, schwergefallen, aber mit ihrem Mann, sagt sie, wäre sie bis ans Ende der Welt gegangen. Es hat ihr sehr geholfen, dass sie in Irmgard und Heinz Heydorn bald enge Freunde fanden, die politischen Widerstand gegen das NS-Regime geleistet hatten.

1951 wurde Sohn Mischa geboren; 1955 zog die Familie nach Frankfurt. Hier baute Berthold Simonsohn die Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland auf, bevor er 1962 als Professor für Sozialpädagogik und Jugendrecht an die Goethe-Universität berufen wurde. Berthold Simonsohn starb 1978. Nach dem Tod ihres Mannes arbeitete Trude Simonsohn

Anzeige

Für ältere Männer, die Männer lieben

Café Karussell (im Switchboard, Alte Gasse 36)

Zusammenfinden – Zusammen erleben
jeden 1. und 3. Dienstag im Monat
von 15.00 bis 18.00 Uhr

Infotelefon und Beratung
0 69 / 29 59 59
jeden Dienstag von 14 bis 16 Uhr

bis 1986 ehrenamtlich in der Jugendgerichtshilfe. Danach hat sie die Frankfurter Jüdische Gemeinde als Vorstandsmitglied und später als Vorsitzende des Gemeinderats mit geprägt.

Seit 1978 – bis heute – berichtet Trude Simonsohn als Zeitzeugin in Schulen und Jugendeinrichtungen, in Universitäten und Kirchengemeinden von ihrer Verfolgung unter dem Nationalsozialismus. Leicht war das anfangs für sie nicht, aber da sie überlebt hat, sieht sie es als ihre Verpflichtung gegenüber den Ermordeten an, Zeugnis abzulegen. Den Jugendlichen will sie vor allem eines mitgeben: „Lernt, nein zu sagen, wenn ein Unrecht geschieht! Engagiert euch für die Demokratie, denn nur in der Demokratie kann man gegen Unrecht aufstehen. Wenn eine Diktatur erst einmal da ist, ist es zu spät."

Trude Simonsohn baut Brücken zwischen den Generationen und zwischen Juden und Nicht-Juden. Hass gegen die Deutschen hat sie nie empfunden. „Ich habe kein Talent zum Hassen", sagt sie. Dafür ist sie dankbar, denn Hass, davon ist sie überzeugt, kann dem Hassenden mehr schaden als dem Gehassten. Zornig macht sie, dass die NSU in Deutschland jahrelang morden konnte, ohne dass der Verfassungsschutz einschritt, und dass in Deutschland antisemitische Anschläge möglich sind.

Trude Simonsohn hat für ihr Engagement zahlreiche Ehrungen erhalten, darunter 1993 die Ehrenplakette der Stadt Frankfurt am Main, 1996 die Wilhelm-Leuschner-Medaille des Landes Hessen und 2010 den Ignatz-Bubis-Preis. In Frankfurt hat sie zum ersten Mal seit ihrer Kindheit wieder einen Ort gefunden, an dem sie sich zu Hause fühlt. Frankfurt hat eine lange jüdische Tradition und hier wird ihre Erinnerungsarbeit geschätzt. Wichtig ist für sie aber auch, dass hier Menschen aus vielen Nationen zusammenleben und willkommen sind. Frankfurt erwidert ihre Zuneigung: Trude Simonsohn ist in Veranstaltungen ein beliebter Gast. Erst neulich wurde sie im „Tigerpalast" dem Publikum als „Frankfurter Ehrenbürgerin der Herzen" vorgestellt.

Ihr hohes Alter bringt Einschränkungen mit sich. Aber Trude Simonsohn ist noch immer äußerst agil. Ihre Arbeit mit den Jugendlichen hält sie jung. Außerdem macht sie täglich Gymnastik und einen langen Spaziergang. Oft wird sie im Park in der Nähe ihrer Wohnung angesprochen. In der Nachbarschaft ist sie, wie sie es ausdrückt, „bekannt wie ein bunter Hund". Sie freut sich über diese Kontakte, denn schließlich sammelt sie Menschen. *Dr. Heidi Fogel*

ANZEIGE

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Frankfurt am Main e. V. | Tel: 069 / 298901-0 | www.awo-frankfurt.de | info@awo-frankfurt.de

Zertifizierte Altenhilfezentren und Ambulante Dienste ...

- Modern ausgestattete Altenhilfezentren
- Professionelle Pflege & Betreuung
- Attraktive Freizeitangebote
- Vielseitiges Therapieangebot
- Alle Zentren sind zertifiziert
- Detaillierte Infos finden Sie in unseren Hausprospekten
- Fort- und Weiterbildungsinstitut
- Ambulante Dienste
- Altenwohnanlagen

AWO Johanna Kirchner Stiftung

Ein Zuhause. Mitten im Leben.

AWO Jede Menge Leben.
Solidarische Stadtgesellschaft
Kreisverband Frankfurt am Main e.V.

Frankfurt bietet geförderte Wohnungen für Senioren

Neue Seniorenwohnungen entstehen

Das neue Europaviertel bietet auch Seniorenwohnungen. Foto: Oeser

Nach Straßenschildern sucht man an manchen Ecken noch vergeblich. Der westliche Teil des Europaviertels ist eine Großbaustelle, überall stehen Baufahrzeuge, wird gehämmert und gestrichen. Hier entstehen neue Wohnungen, unter anderem auch 111 geförderte Wohnungen für Seniorinnen und Senioren. Diese baut das Wohnungsunternehmen Sahle Wohnen, und zwar in der Pariser Straße und im Maastrichter Ring. Das Unternehmen, das den Hauptsitz im münsterländischen Greven hat, bietet bundesweit 25.000 Wohnungen an, in Frankfurt sind es knapp 1.500.

Alle Wohnungen im Europaviertel, die Ende 2015, Anfang 2016 bezogen werden können, haben einen Balkon oder eine Terrasse, PVC-Boden, eine bodengleiche Dusche, einen Abstellraum in der Wohnung sowie einen Keller. Die Häuser sind mit Aufzügen ausgestattet. Wer in eine dieser Wohnungen ziehen möchte, braucht eine Wohnungsberechtigung („Registrierschein“) vom Amt für Wohnungswesen.

ANZEIGE

JULEMA

Agentur für Lebensgestaltung im Alter

Inh. Frank Albohn, Diplom-Pflegewirt (FH)

Stundenweise Seniorenbetreuung zu Hause, wir sind von der Pflegekasse anerkannt!

Auch qualitätsgesicherte 24-Stunden-Betreuung möglich!

Homburger Landstraße 82 · 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/74731-552 · Mobil 0179/9465919

www.julema.de

Neben diesen gerade entstehenden 111 Neubauwohnungen bietet Frankfurt auch etliche preiswerte Wohnungen für ältere Menschen, denn die Suche nach einer bezahlbaren Wohnung auf dem freien Wohnungsmarkt ist besonders für Haushalte mit geringem Einkommen schwierig. Rund 6.500 Wohnungen für Seniorinnen und Senioren gibt es in Frankfurt. Etwa 450 davon werden jährlich neu vermietet. Für die Vergabe dieser Wohnungen können sich Senioren im Amt für Wohnungswesen registrieren und vermitteln lassen.

„Es gibt ein breites Spektrum von Wohnungen, die als seniorengerecht gelten“, erläutert Ursula Peusch vom Amt für Wohnungswesen. Während die Altbauwohnungen nicht immer den heutigen Vorschriften über Barrierefreiheit entsprechen, sind die Neubauten alle mit bodengleichen Duschen, breiteren Türen sowie Aufzügen ausgestattet.

Wer hier einziehen möchte, muss jedoch einige Voraussetzungen erfüllen:

- Mindestalter 60 Jahre. Ausnahme: Interessenten, die dem Arbeitsmarkt aufgrund von schweren Erkrankungen nicht mehr zur Verfügung stehen und auf den Hausnotruf angewiesen sind, können ab 50 Jahre in Seniorenwohnungen vermittelt werden.
- Eine Bindung an Frankfurt muss bestehen, das heißt ein Bewerber muss bereits ein Jahr in Frankfurt wohnen oder es muss eine andere Bindung an Frankfurt vorliegen (beispielsweise Zuzug in die Nähe der Kinder), die den Umzug erforderlich macht.
- Bestimmte Einkommensgrenzen dürfen nicht überschritten werden.
- Eine selbstständige Haushaltsführung soll noch möglich sein. Bei Pflegebedürftigkeit muss nachgewiesen werden, dass die Pflege organisiert ist.
- Paare, gleichgeschlechtliche Lebenspartner und Wohngemeinschaften können gemeinsam registriert und vermittelt werden.

Wer diese Voraussetzungen erfüllt, kann sich um eine geförderte Wohnung bewerben. Die Bewerbungsformulare gibt es beim Amt für Wohnungswesen, den Sozialrathäusern, den Meldeämtern sowie im Internet: www.wohnungsamt.frankfurt.de.

Das Amt für Wohnungswesen hält auch eine Liste bereit, wo in Frankfurt welche Seniorenwohnungen zur Verfügung stehen. Die Aufzählung enthält Hinweise, ob im Haus ein Aufzug vorhanden ist, ob Tiere erlaubt sind und ob ein Betreuungsangebot existiert. Menschen mit einer Behinderung finden Hinweise, ob die Wohnung barrierefrei ist.

Das Einkommen von Interessenten für eine geförderte Wohnung, deren Nettomiete momentan bei bis zu 5,50 Euro/qm liegt, darf bestimmte Grenzen nicht überschreiten. Für Alleinstehende beträgt die Grenze 1.277 Euro pro Monat, bei zwei Personen 1.938 Euro.

Einem Beschluss der Frankfurter Stadtverordneten im Jahr 1995 ist es zu verdanken, dass Senioren mit mittleren Einkommen (40 Prozent über der vorher genannten Grenze – das heißt Alleinstehende bis 1.788 Euro pro Monat und Ehepaare 2.713 Euro pro Monat) auch mit preisgebundenem Wohnraum versorgt werden können. Seitdem werden ältere Bürger mit mittleren Einkommen auch für den Einzug in Seniorenwohnungen erfasst und vermittelt (Bewerber mit geringerem Einkommen werden allerdings bevorzugt).

Das Amt für Wohnungswesen prüft vor Registrierung, ob die Summe aller Einkünfte inklusive etwaiger Kapitaleinkünfte in der Grenze liegt, wobei Freibeträge für Werbungskosten, Krankenversicherung, Unterhalt und Schwerbehinderung abgezogen werden (bei einem Grad der Behinderung von 50 oder mehr sind dies beispielsweise 4.000 Euro). Das „bereinigte Einkommen“ ist nicht mit dem Nettoeinkommen gleichzusetzen.

Vom Wohnungsamt werden nur angemessen große Wohnungen angeboten. So sind Wohnungen für eine Person nicht größer als 50 Quadratmeter. Für zwei Personen erhöht sich die Quadratmeterzahl auf maximal 60. Falls ein Rollstuhl in der Wohnung genutzt wird, kann ein Mehrbedarf von bis zu 12 Quadratmetern zugebilligt werden.

Wer sich für eine geförderte Wohnung interessiert und die genannten Voraussetzungen erfüllt, kann sich beim Amt für Wohnungswesen registrieren lassen. Nach Prüfung der Bewerbungsunterlagen wird der „Registrierschein“ zugeschickt und es werden Wohnungen angeboten. Die Wohnungssuchenden müssen sich nicht selbst um die Suche kümmern.

Es können auch Wünsche nach einer speziellen Wohngegend, einem Stadtteil oder bestimmten Häusern geäußert werden. Ursula Peusch gibt jedoch zu bedenken, dass nicht alle Wünsche realisiert werden können. Wer in die besonders gefragten Stadtteil wie Bornheim, Bockenheim, West- oder Nordend ziehen möchte, muss mit längeren Wartezeiten rechnen. Das können zwei bis drei Jahre sein. „Wer schnell versorgt werden will oder muss und auch andere Wohngegenden akzeptiert, der kann auch innerhalb einiger Monate ein neues Heim beziehen.“ *Birgit Clemens*

Mehr Informationen gibt es bei:

Amt für Wohnungswesen, Adickesallee 67/69, 60322 Frankfurt, Telefon 0 69/21 23 83 50, Internet: www.wohnungsamt.frankfurt.de. E-Mail: info.amt64@stadt-frankfurt.de

Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 0 69/21 24 99 11, Internet: www.aelterwerden-in-frankfurt.de/seniorenwohnanlagen, E-Mail: rathaus-fuer-senioren@stadt-frankfurt.de

Sahle Wohnen, Valentin-Senger-Straße 136b , 60389 Frankfurt, Telefon 0 69/59 79 31 99, Internet: www.sahle-wohnen.de, E-Mail: frankfurt@sahle.de *cle*

ANZEIGE

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen & Pflegen im Zeichen der Nächstenliebe

- Betreutes Wohnen im Premium-Ambiente, Seniorenwohnungen, Vollstationäre Pflege, Wohngemeinschaft, Tagespflege (ENPP-zertifiziert nach Böhm), Ambulante Pflege
- **Zertifizierter Wohnbereich (ENPP-zertifiziert nach BÖHM – Psychobiographisches Pflegemodell nach Böhm) im HAUS SAALBURG**
- Spezielle Pflegeangebote für Menschen mit Demenz
- Behagliches Wohnambiente mit viel Liebe zum Detail
- Vernetztes Leistungsangebot: Medizin, Therapie, Pflege und Betreuung
- HAUS SAALBURG, SCHWANTHALER CARRÉE, SchlossResidence Mühlberg, OBERIN MARTHA KELLER HAUS, AGAPLESION CURATEAM Ambulanter Pflegedienst, AGAPLESION TAGESPFLEGE im OBERIN MARTHA KELLER HAUS

AGAPLESION MARKUS DIAKONIE, Frankfurt
T (069) 46 08 - 572, info@markusdiakonie.de, **www.markusdiakonie.de**

Eine Stadt verändert ihr Gesicht

Frankfurt verändert sich. Foto: Oeser

Der gläserne Turm der Europäischen Zentralbank (EZB) steht, weithin sichtbar, am Mainufer. Er ist nur einer von vielen Spiegeltürmen, die Frankfurts Skyline prägen.

EZB, Commerzbankhochhaus, Zwillingstürme der Deutschen Bank, Kronenhochhaus – viele der außergewöhnlichen Frankfurter Wolkenkratzer sind Bankgebäude. Sie sind ein sichtbares Zeichen für Frankfurts Rolle als wichtiger Finanzplatz in Europa. Dass sich die Stadt dahin entwickelt hat, liegt auch an den politischen Umbrüchen 1989 und 1990.

Frankfurt wächst mit Europas Gemeinschaft

1990 war nicht nur das Jahr der deutschen Wiedervereinigung. Es war auch das Jahr, in dem sich Europa wiedervereinen konnte. In diesem Jahr fiel der Startschuss für das Zusammenwachsen der europäischen Länder in Ost und West.

Am 19. November 1990 erklärten 34 Staaten die politische Spaltung Europas für beendet. Die Europäische Gemeinschaft beschloss eine weitreichende Wirtschafts- und Währungsunion.

Dieser Prozess hatte unmittelbare Folgen für Frankfurt. Denn nach dem Beschluss, eine Europäische Zentralbank zu gründen, fiel die Wahl des Standorts auf die Mainmetropole. Bereits 1994 startete das Europäische Währungsinstitut als Vorläufer der EZB seine Arbeit in Frankfurt. Es koordinierte die Geldpolitik der nationalen Zentralbanken aller Länder der Europäischen Union. Die EZB gründete man dann 1998. Ab 2010 entstand das neue Gebäude im Ostend.

In Frankfurt konzentrieren sich seither zunehmend viele Unternehmen der Finanzbranche. Neben dem starken Bankensektor gibt es auch die größte deutsche Wertpapierbörse und die europäischen Aufsichtsbehörden, wie die EZB.

Frühe Grundsteine

Dass die Wahl auf Frankfurt fiel, kam nicht von ungefähr. Immerhin gründeten die alliierten Besatzungsmächte 1948 in Frankfurt die Bank deutscher Länder als Zentralbank für Deutschland. Sie wurde später durch die Deutsche Bundesbank abgelöst. Die Nähe zur Notenbank veranlasste weitere Banken, ihre Zentralen in Frankfurt anzusiedeln.

Ebenfalls 1948 entstand die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) in Frankfurt. Die US-Amerikaner finanzierten sie im Rahmen des Marshall-Plans. Die KfW förderte zunächst die nationale Wirtschaft, ab den 1960er Jahren auch sogenannte Entwicklungsländer. Nach der Wiedervereinigung kam ihr eine besondere Rolle beim Aufbau der ehemaligen DDR zu. Außerdem übernahm die KfW die Staatsbank der DDR.

Diese Nachkriegsentwicklung beruht auf einer noch älteren Tradition. Denn Frankfurt avancierte bereits im Mittelalter zur Handels- und Messestadt. Die Frankfurter Börse entstand bereits im Jahr 1585. Damals einigten sich die Frankfurter Messekaufleute erstmals auf Wechselkurse für die unterschiedlichen Währungen sowie auf Regeln für deren Handel.

Mit der Ausweitung der Handelsgeschäfte ging die Entwicklung von Geld- und Kreditgeschäften einher. Vermögende Kaufleute und Bankiers kamen nach Frankfurt. Die Bankhäuser Bethmann, Metzler und Rothschild waren die führenden Frankfurter Bankhäuser ihrer Zeit.

Architektonische Meisterwerke

Verdankt die Stadt unter anderem den frühen Bankern ihre Straßenzüge mit Gründerzeitvillen und Bürgerpalais, so verdankt sie ihnen heute ihre Wolkenkratzer-Skyline. Einige der höchsten Gebäude Europas stehen in Frankfurt und sind Sitze von Banken. Viele sind architektonische Meisterwerke. Vielleicht ist die Skyline der Grund, warum die New York Times Frankfurt 2014 zu einem der lohnenswertesten Reiseziele weltweit kürte – als einzigen Ort in Deutschland. *Claudia Šabić*

US-Army, goodbye!

Auch neue Seniorenwohnungen entstehen

Leer stehende Gebäude wie die ehemalige McNair-Kaserne sind Herausforderungen für die Kommunen. Foto: Oeser

In vielen Stadtteilen Frankfurts hinterließen die US-Soldaten Dienstgebäude und Kasernen. Neben Wohnungen gab es in ihnen Raum für soziale Zwecke, auch für Senioren.

Bereits 2004 entstand Frankfurts erste Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz in der McNair-Kaserne im Stadtteil Höchst. Seither stehen in einer eigens dafür konzipierten Wohnung acht Plätze für an Demenz erkrankte Personen zur Verfügung. „Wir waren damals froh, dass wir die Möglichkeit bekamen. Denn in welchem Gebäude hat man schon eine Acht-Zimmer-Wohnung für so ein Projekt?“, erinnert sich Helmut Ulrich, Geschäftsführer der Evangelischen Gesellschaft zum Betrieb von Wohn-, Alten- und Pflegeheimen. Sie ist Träger der Wohngemeinschaft.

Jeder Bewohner hat ein eigenes Zimmer, das er selbst möblieren kann. Eine große Wohnküche ist das Zentrum der Wohnung, wo man gemeinsam kochen, essen und sich unterhalten oder etwas spielen kann. Ein Team von Alltagsbegleitern und eine professionelle Pflegekraft unterstützen die Bewohner.

„Das Konzept war zunächst für Menschen mit leichter Demenz gedacht“, erklärt Helmut Ulrich. „Da die Krankheit aber in der Regel voranschreitet, haben wir uns auch auf Schwerstpflegebedürftigkeit eingestellt. Wer also seine eigenen vier Wände gegen ein WG-Zimmer eintauscht, kann sich bei uns auf Dauer einrichten und muss nicht noch einmal umziehen.” Momentan sind sieben von den acht Zimmern bewohnt.

Raum für Soziales entsteht

Dass Raum für solche Projekte zur Verfügung steht, hat auch mit dem Abzug der US-Truppen aus Frankfurt zu tun. Zwar gehören in Deutschland die frei werdenden militärischen Gebäude überwiegend dem Bund. Die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben (Bima) verwaltet sie. Das Planungsrecht liegt aber bei den Kommunen. In Frankfurt konnten 1995 die ersten neuen Mieter in die geräumten amerikanischen Gebäude einziehen. Die Stadt nutzte Kasernen, wie die Gibbs-Kaserne in Eckenheim oder die Edwards-Kaserne in Bonames, für Wohnungen. Außerdem standen Räume für soziale Zwecke zur Verfügung. So gibt es in der ehemaligen Edwards-Kaserne Einrichtungen für Kinder und Jugendliche.

Das Ende einer Ära

Mit dem Ende des Kalten Kriegs setzte der Truppenabzug der Alliierten ein. Die US-Amerikaner verließen viele ihrer Standorte. Die USA reduzierten ihre Truppen zwischen 1990 und 2000 von über 200.000 auf etwa 70.000 Soldaten. Nach und nach zogen auch die 28.000 in Frankfurt stationierten US-Soldaten ab und räumten die verschiedenen Kasernen und Dienstgebäude. 2012 wurde das Europa-Hauptquartier des US-Heeres aus Heidelberg abgezogen und nach Wiesbaden verlegt. Die leer stehenden Gebäude und aufgegebenen Militärgelände sind seither immer wieder eine Herausforderung für die Kommunen.

Claudia Šabić

Wer sich für die Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz interessiert, kann sich unter Telefon 0 69/2 54 92-110 oder der E-Mail-Adresse info@epzffm.de informieren. *sab*

ANZEIGE

Die SZ fragt ihre Leser: Wo waren Sie, als die Mauer fiel?

Das haben wir die SZ-Leser in der Ausgabe 3, Oktober 2014, gefragt. Wir haben etliche Zuschriften bekommen und veröffentlicht. Kürzlich ist noch ein Brief eingegangen. Käthe Preisendörfer aus Frankfurt schreibt uns Folgendes: „Wir kamen gerade in Tsumeb/Namibia bei Freunden, Gigi und Henry, an. Kurz nach der herzlichen Begrüßung meinte Gigi: ‚Wir laden Euch drüben im Restaurant ein, aber erst müssen wir noch kurz fernsehen, die Mauer ist gefallen.' Wir konnten es kaum glauben. Dann sahen wir, was in der Heimat passiert ist. Nach dem Restaurantbesuch und der Übernachtung machten wir uns wieder auf durch den Wildpark, wo wir zwei Nächte blieben und die Tiere beobachten konnten, in den Süden Namibias und durch Südafrika in Richtung Johannesburg. Überall, wo Leute uns Deutsch reden hörten, fragten sie: ‚Wisst ihr schon, was passiert ist?' Es war eine Euphorie, und als wir in Johannesburg eine Einladung in eine Goldmine bekamen, redeten wieder alle davon, und ein deutsches Ehepaar mit Sohn meinte: ‚Wenn wir nicht unsere Flugtickets gehabt hätten, wären wir nach Berlin gefahren.'

Meine Mutter, die in diesem Jahr 90 Jahre alt wurde, hat den Mauerfall im TV miterlebt und war sehr glücklich darüber. In einer Zeitung lasen wir von einem Lufthansa-Piloten, der nach einem Flug nach Hause kam und das Ereignis von seiner Gattin erfuhr. Er fuhr über die Grenze und hielt ein ganzes Lokal frei. Später bekamen wir Besuch von einem jungen Australier, der ein paar Tage bei uns blieb. Er reiste anschließend nach Berlin und nahm einen Koffer Mauerstücke mit, die er in den USA verkaufte, ehe er wieder in seine Heimat flog. Wir können nur dankbar sein für die friedliche Wiedervereinigung." *red*

Wie hat sich Ihr Leben durch die deutsche Wiedervereinigung verändert?

2015 feiern wir die deutsche Wiedervereinigung. Die größten Veränderungen nach 1990 geschahen jedoch im Kleinen, nämlich im Alltag der Bürger im Westen und vor allem im Osten Deutschlands. Für die Ostdeutschen bedeutete die deutsche Einheit ein Mehr an politischer Freiheit, Reisefreiheit und Warenangebot. Gleichzeitig empfanden viele einen Verlust an Sicherheit durch einen versorgenden Staat. Außerdem verloren viele Menschen im Osten ihre Arbeit, mussten sich beruflich umorientieren oder blieben arbeitslos.

Auch im Westen gab es häufig gemischte Gefühle. Das wiedervereinte Deutschland löste nicht nur Freude, sondern auch Skepsis aus. „Großdeutschland" sollte es nicht noch mal geben. Freuten sich viele am Anfang über die Trabis auf westdeutschen Straßen, so ärgerte sich mancher bald über die zunehmend verstopften Autobahnen, den Solidaritätszuschlag, den neuen Kollegen aus dem Osten und das Fax, das nach Leipzig einfach nicht durchging.

Wir fragen Sie deshalb: Wie hat sich Ihr Leben durch die Wiedervereinigung verändert? Und wie bewerten Sie die Veränderung rückblickend? Vielleicht haben Sie im Osten oder im Westen neu angefangen? Einen Lebenspartner kennengelernt, den Sie sonst nie getroffen hätten? Mussten Sie sich zähneknirschend eine neue Arbeit suchen? Und war das im Rückblick vielleicht ein Vorteil?

Wir sind gespannt auf Ihre Erfahrungen – schreiben Sie uns bis zum 19. Februar an die Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt.

25 Jahre Friedliche Revolution: Leipzig legte den Grundstein

Im Vorfeld der Montagsdemonstration am 9. Oktober 1989 fand in der Nikolaikirche das Friedensgebet statt. Bei der entscheidenden Großdemonstration gegen das damalige DDR-Regime stellten 70.000 Menschen die Weichen für grundlegende Veränderungen. Mit den Rufen „Wir sind das Volk" und „Keine Gewalt" sammelten sie sich zum Marsch über den Leipziger Innenstadtring. Ihr gewaltloser Protest und ihr Eintreten für Freiheit und Demokratie waren die Voraussetzungen für den Mauerfall, die Einheit Deutschlands und Europas. Copyright: Waltraud Grubitzsch

„Liebe geben und das Miteinander pflegen"

Als Freiwillige in Südafrika

In ihrem Alltag vermisste Gisela Seidler-Vogt eigentlich nichts. Die Ruheständlerin war ehrenamtlich an verschiedenen Stellen engagiert, erfreute sich an ihrer Wohnung in der „Villa Sorgenfrei" und genoss im Haus Aja Textor-Goethe auch die kulturellen Aktivitäten. Dennoch spürte die 72-Jährige plötzlich eine diffuse Unzufriedenheit und sah sich mit der Frage „Ist das alles?" konfrontiert. Seidler-Vogt fing daraufhin an, nach einer echten Herausforderung zu suchen. Als sie auf die Freiwilligenprojekte im Ausland stieß, waren die Weichen gestellt. Im Juli 2013 bewarb sie sich bei einer entsprechenden Organisation und stieg acht Wochen später als „Freiwillige 50plus" in den Flieger nach Südafrika. Ihr Vorstoß auf unbekanntes Terrain wurde nachhaltig belohnt. „Je weiter der Einsatz zurückliegt, umso dankbarer bin ich dafür", fasst Seidler-Vogt heute ihre Erfahrungen im Armenviertel von Port Elizabeth zusammen. Die zwei Monate im katholischen Missionszentrum seien „in jeder Hinsicht bereichernd" gewesen. Dort, wo täglich bis zu 1.000 Bedürftige Schlange stehen, schmierte sie Brote, füllte Tüten mit Lebensmitteln, stand dem Schulküchenpersonal zur Seite, sortierte im Secondhand-Warenhaus Kleider und bestückte unzählige Weihnachtspäckchen für Kinder. Am stärksten berührte Seidler-Vogt dabei die Herzlichkeit und Würde der Menschen. Im Umfeld bitterster Not habe sie mit ihnen tagtäglich „gelacht, geweint, getanzt, geschimpft und gesungen".

Das werde sie ebenso wenig vergessen wie die familiäre Atmosphäre, die im 1988 von einer irischen Ordensschwester gegründeten „Missionvale" herrschte. Dass das Leitmotiv „Liebe geben und das Miteinander pflegen" hier keine leere Floskel ist, beobachtete Seidler-Vogt in allen Bereichen. So auch bei

Im Einsatz Foto: privat

jenem Dienst, mit dem sie schon im Vorfeld „am meisten geliebäugelt" hatte: die Arbeit in der Ambulanz. Die gelernte Krankenschwester assistierte dort einem deutschen Arzt, der ihr Wissen schätzte und sogar ihre Diagnosen vor allem bei älteren Patienten mit einbezog. Auch im Gesundheitszentrum waren Seidler-Vogts Kenntnisse überaus willkommen. Eingebunden in die medizinische Versorgung vor Ort begleitete sie die Missionsschwestern zudem bei Hausbesuchen im Armenviertel. Von den Kranken und ihren Familien wurde die Ausländerin mit der weißen Haut und den weißen Haaren in der Regel mit großem Interesse begrüßt. Meiden musste die von allen respektvoll Grandma oder Granny gerufene Europäerin nur die für gewalttätige Übergriffe bekannten Gegenden.

Ansonsten fühlte sich Seidler-Vogt aber stets sehr sicher. Mit anderen Freiwilligen in einem Villenviertel am Meer untergebracht, konnte sie dort problemlos alleine spazieren gehen. Dass sie ihre Freizeit in einer Wohn- und Kochgemeinschaft mit 20- bis 30-Jährigen aus aller Welt verbrachte, erweiterte ebenfalls ihren Horizont – bisweilen auf recht amüsante Weise. So dachte die Frankfurter Seniorin anfangs, dass die jungen Leute des Gebetes wegen mit gesenkten Köpfen und unter dem Tisch verschwundenen Händen beim Abendbrot saßen. Irgendwann entdeckte sie den profanen Grund: Vor dem Essen wurden einfach noch ein paar SMS verschickt. Derlei Anekdoten ändern freilich nichts an den tief greifenden und angesichts des Elends zum Teil erschütternden Erfahrungen. Durch den Freiwilligendienst in Port Elizabeth habe sie zum Beispiel wirklich verstanden, was die Zeile „Unser tägliches Brot gib uns heute" bedeutet. „Das Vaterunser bete ich jetzt viel inbrünstiger", verrät Gisela Seidler-Vogt, die schon den nächsten Einsatz ins Auge fasst. Da die Volunteer 50plus für Anfahrt und Unterkunft bezahlen müssen – Südafrika schlug mit rund 3.000 Euro zu Buche – und sie nicht gerade mit einer üppigen Rente ausgestattet sei, könne die Realisierung allerdings noch eine Weile dauern.

Doris Stickler

Gisela Seidler-Vogt hilft eifrig beim Packen der Päckchen. Foto: privat

Auf geht's!

„Höfliche" Verpackungen helfen älteren Kunden

Verpackungen schützen Ware, können sich aber zu einem echten Ärgernis entpuppen, wenn sie schlecht funktionieren. Zum Beispiel die Plastikschlaufen an den Tetra-Packs für Milch. Einmal etwa zu fest daran gezogen, schon reißt das Fitzelchen ab und die größere Öffnung lässt sich nicht mehr richtig aufmachen. Selbst geschickte Hände tun sich damit schwer. Und wer seine Finger vielleicht nicht mehr so gut bewegen kann, scheitert an solchen umständlichen Verpackungen.

Deshalb haben das Meyer-Hentschel Institut in Saarbrücken und die Feierabend Online Dienste für Senioren AG in Frankfurt bereits vor einigen Jahren den Verpackungswettbewerb Silver-Pack ins Leben gerufen. Er zeichnet „höfliche" Verpackungen aus, die in besonderer Weise auf die Wünsche und Bedürfnisse älterer Kunden abgestimmt sind. Ansatzpunkte dazu können der Öffnungsmechanismus, bequeme Entnahme, Wiederverschlussmöglichkeiten, die Packungsgröße, das Handling und Transporthilfen sowie das Design sein.

2014 heißt der Silver-Pack-Sieger Leerdammer von der Bel Deutschland GmbH. Der Käse darf künftig die Auszeichnung „Höfliche Verpackung" tragen. Den Markenkäse gibt es bereits seit 2009 im sogenannten Fresh Pack. Die Packung lässt sich leicht wiederverschließen und vor allem leicht öffnen. Die Öffnungsecke ist gut sichtbar und in Rot und Grün zum schnellen Öffnen und Schließen kundenfreundlich „perfekt gestaltet", wie die Jury betont. „Der notwendige Kraftaufwand zum Öffnen ist gering, was durch die Größe der Verschlussecke perfekt unterstützt wird: Diese ist sehr leicht zu greifen, bietet den Fingern ausreichend Platz und ermöglicht auf diese Weise eine optimale Kraftübertragung. Die Stabilität der Verpackung ist sehr gut: Das Material ist nicht zu steif, aber auch nicht zu weich. Auf diese Weise hat die Verpackung genügend Stabilität, um beim Öffnen intakt zu bleiben und sich bequem und vollständig wiederverschließen zu lassen. Durch das einfache und dichte Wiederverschließen bietet die Verpackung den Zusatznutzen einer langen Haltbarkeit des Inhalts und vermeidet das Problem des Lebensmittelabfalls. Dies ist insbesondere für kleine Haushalte ein wichtiger Nutzen."

Bei dieser Verpackung ist die Öffnungsecke gut sichtbar und lässt sich perfekt greifen.
Foto: Silver-Pack-Award

Ausdrücklich lobende Erwähnungen gab es für drei weitere Produkte:

• Die Colgate Total Zahncreme lässt sich sogar mit nur einer Hand öffnen und schließen. Durch eine verklebte Faltschachtel als Umverpackung entfällt das lästige Entfernen des sonst üblichen Originalitätssiegels an der Tubenöffnung. Als weiteres Höflichkeitsmerkmal arbeitet Colgate Total mit einem Scharnierdeckel. Damit erspart man dem Verbraucher das Auf- und Zuschrauben eines Schraubdeckels und bietet den weiteren Nutzen, dass der Deckel nicht herunterfallen oder verlegt werden kann, weil er an der Tube befestigt ist. Der Scharnierdeckel selbst bietet durch eine große Griffmulde einen sehr hohen Öffnungskomfort. Schlussendlich signalisiert der Scharnierdeckel dem Anwender das korrekte Wiederverschließen durch das Spüren eines klaren Druckpunkts und mit einem hörbaren Verschlussgeräusch.

• Die Flasche mit real Quality Milch lässt sich durch einen großen und griffigen Schraubverschluss einfach öffnen und wieder verschließen. Es ist kein zusätzliches Verschluss-Siegel zu entfernen. Der Schraubverschluss benötigt zum Öffnen und Schließen nur etwas mehr als eine halbe Umdrehung, was sehr komfortabel ist und auch Vorteile bietet für Verbraucher mit Bewegungseinschränkungen im Hand- oder Armbereich. Die große Öffnung der Flasche erlaubt ein bequemes und gleichmäßiges Ausgießen der Milch. Die runde Flaschenform passt sich perfekt der Hand an. Durch eine leichte Verjüngung im Mittelbereich der Flasche und zusätzliche Griffmulden lässt sich die Flasche sehr gut und sicher halten. Auch die Umverpackung der Milch ist kundenfreundlich. Das Gebinde mit sechs Flaschen lässt sich durch einen Tragegriff bequem transportieren.

• Die Balea Faltschachteln für Cremetiegel der dm Drogerie haben eine halbmondförmige Lasche mit dem Aufdruck „Hier öffnen". So weiß jeder, wo und wie die Verpackung am einfachsten und mit dem geringsten Kraftaufwand aufgeht. Durch leichtes Ziehen an der Lasche hebt sich der Deckel einfach nach oben. Ohne Lasche musste die Verbraucherin bisher mit Finger oder Daumen zwischen Packung und Verschlusslasche greifen. Häufig war das Öffnen sogar nur mit Hilfsmitteln wie etwa einem Löffelstiel möglich beziehungsweise durch Aufreißen der Verpackung. Letztlich handelt es sich nur um ein Detail, aber genau das macht häufig den Schritt zu mehr Höflichkeit aus.

Nicole Galliwoda

>> Selbstbestimmung bedeutet auch Selbstverantwortung

Wilhelm Bender, bis 2009 Vorstandsvorsitzender der Fraport AG und bis heute in vielen Funktionen und Ehrenämtern tätig, ist überzeugt, dass sich Stadt und Unternehmen auf ältere Menschen einstellen, wenn sie die kaufkräftige Mehrheit sind. Foto: Oeser

SZ: Herr Bender, Sie haben über Jahrzehnte hinweg Mobilität von Menschen und Gütern gestaltet. Lassen Sie uns gemeinsam in die Zukunft schauen: Wie müsste Frankfurt in 30 Jahren aussehen, damit alle, auch die älteren Bürger, sich in der Stadt gut bewegen und damit am Leben teilnehmen können?

Wilhelm Bender: Man wird sicher die Stadt in 30 Jahren nicht neu erfinden. Viele Elemente, die wir heute schon haben, wird man weiterentwickeln. Ich denke dabei an das öffentliche Verkehrsnetz, das schon jetzt vorbildlich ist. Ich selbst fahre oft mit der U-Bahn, weil ich so schneller als mit dem Auto vorankomme.
Es ist sehr bequem, auch für die, die sich nicht mehr so gut bewegen können. Die Zugänge sind barrierefrei, was nicht nur Menschen im Rollstuhl hilft, sondern auch Eltern mit Kinderwagen und Menschen, die nicht mehr so mobil sind.

Wenn die Älteren überwiegen, vielleicht auch mit ihrer Kaufkraft, wird man sich von selbst Gedanken machen, wie man ihnen die Mobilität erleichtern kann, damit sie nicht nur im Internet einkaufen, sondern auch auf der Zeil. Über den sozialen Gesichtspunkt hinaus gibt es hier knallharte kommerzielle Interessen. Diese führen oft schneller dazu, dass etwas passiert.

SZ: Der Kernpunkt ist die Barrierefreiheit?

Wilhelm Bender: Ja, wenn auch der Begriff heute zu stark mit Behinderung verbunden wird. Für mich ist es schlicht und einfach eine Frage der Bequemlichkeit. Ich bin Mountainbike-Fahrer: Wenn ich mein Fahrrad nicht über mehrere Tritte hinweg in den Zug hineinwuchten muss, sondern es auf Gleishöhe in den Zug schieben kann, ist das zum einen bequemer für mich und zum anderen besser für die anderen, weil der Zug dadurch schneller weiterfahren kann.

SZ: Noch immer gibt es im öffentlichen Verkehr in Frankfurt nicht überall Aufzüge. Und mit einem Rollator kann man sich im U-Bahn-Gang nicht umdrehen.

Wilhelm Bender: Hieran muss peu à peu gearbeitet werden. Doch man darf die Ansprüche auch nicht überziehen: Man müsste auch dazu bereit sein, einmal eine Station weiter zu fahren und den Aufzug dort zu nutzen. Wenn ich daran denke, wie meine Großeltern gelebt haben und wie wenig Hilfestellungen ihnen damals gegeben wurden, dann wird mir bewusst, mit welchem Reichtum und mit welcher Selbstverständlichkeit heute öffentliche Investitionen in Bereichen getätigt werden, die dem Einzelnen helfen und nicht der Öffentlichkeit insgesamt.

SZ: Die Gesellschaft ist heute viel mobiler als zu Zeiten unserer Großeltern. Wer am gesellschaftlichen Leben teilhaben will, muss deshalb manchmal weite Wege zurücklegen.

Wilhelm Bender: Selbstbestimmung bedeutet auch Selbstverantwortung, in allen Phasen des Lebens. Wenn man bestimmte Hobbys hat, die Mobilität erfordern, sollte man in der Lage sein, sie selbst zu gestalten, auch wenn man nicht mehr so gut gehen kann. Wenn man sich die öffentlichen Finanzen anschaut, wird schnell klar, dass man keinen Quantensprung in der Stadtentwicklung erwarten kann, der alles mit Blick auf die Alten verändert. Das wäre auch im Sinne der Generationengerechtigkeit nicht richtig. Zumal Frankfurt / Rhein-Main schon heute unter den Metropolen der Welt diejenige mit den kürzesten, schnellsten Wegen ist. Das ist ein Vorteil, den wir uns erhalten müssen.

SZ: Wie gestalten Sie Ihr Leben, mit 70 Jahren?

Wilhelm Bender: Ich arbeite. Ich bin in den verschiedensten Funktionen beratend tätig und habe 1.000 Ehrenämter. Wenn mich jemand dazu befragen will, wie ich mein Leben möglichst ruhig verbringe, dann hat er den falschen Gesprächspartner.

SZ: Was gefällt Ihnen am Älterwerden?

Wilhelm Bender: Gelassenheit, wirtschaftliche Unabhängigkeit, die fühlbare Erfahrung, die ich vielen Jüngeren voraushabe. Ich bin mit meinem Alter im Reinen.

Das Gespräch führte Dagmar Rees

Urlaub vom Pflegealltag auf Rhodos

Rundumversorgung für Pflegende und Pflegebedürftige

Drei Wochen ausspannen auf einer griechischen Insel, das Meer vor der Tür, ein schönes Hotel und ein Ausflugsprogramm – für Menschen, die einen Angehörigen pflegen, vielleicht ein Traum, den sie für unerfüllbar halten. Kurzzeit- oder Verhinderungspflegeplätze sind manchmal gar nicht so leicht zu bekommen. Manche wollen auch ihren Angehörigen nicht alleine lassen, können sich aber nicht vorstellen, wie sie einen Flug in die Ferne möglich machen und die Pflege in einem Hotel bewerkstelligen sollen.

Diesen Wunsch zu erfüllen, hat sich das Unternehmen Xpert Cooperation GmbH zur Aufgabe gemacht. Derzeit finden als Pilotprojekt die ersten Reisen nach Rhodos statt, die Pflegebedürftigen gemeinsam mit ihren Pflegepersonen einen Urlaub vom Pflegealltag ermöglichen sollen.

Urlaub auf einer griechischen Insel, da kann man gut ausspannen. Foto: Perino

Geboten wird eine Rundum-Versorgung mit Flug, Vollverpflegung, Pflegeleistungen und geselligen Veranstaltungen. Anderthalb Stunden Grundpflege, Physiotherapie, Begleitung durch deutschsprachiges Fachpersonal gehören ebenso zum Angebot wie Ausflugsveranstaltungen und gesellige Abende. Der Preis ab 2.900 Euro pro Person und Woche kann sich für den Pflegebedürftigen um bis zu 1.550 Euro ermäßigen, wenn man bei der Pflegekasse Verhinderungspflege geltend macht.

Bei der Pilotreise hätten verschiedene Kassen die Verhinderungspflege anerkannt und bezahlt, berichtet Nobert Rebmann, Geschäftsführer der Xpert Cooperation GmbH. „Da muss individuell verhandelt werden, aber die Chancen für eine Übernahme der Kosten sind gut“, rät er.

Damit alles gut funktioniert, müssen im Vorfeld die Reisefähigkeit und der Pflegebedarf der Betroffenen geklärt werden. Dafür ist die Organisation in engem Kontakt mit einem Pflegedienst, der dies mit dem jeweiligen Pflegedienst vor Ort klärt. Auch eine Reiserücktrittsversicherung und eine Auslandskrankenversicherung gehören zum Paket. Vor Ort arbeitet das Unternehmen eng mit einem Ärztenetzwerk zusammen. Eine deutsche Ärztin steht für die Reisenden zur Verfügung. Pflegekräfte und Begleiter garantieren dank einer engen Kooperation mit einer Schule für Krankenpflegehelfer vor Ort eine engmaschige Betreuung, sagt Rebmann. So wurden etliche Fachkräfte aus der Tourismusbranche, die im Winter traditionell kein Beschäftigung haben, für diese Aufgabe geschult. Auch die beiden Hotels, ein Stadthotel und ein strandnahes Haus, sind dank dieser Reisen jetzt in einer Zeit ausgelastet, in der der Tourismus auf Rhodos zum Erliegen kommt und viele große Hotels schließen.

„Es ist dann ruhiger auf der Insel, die Griechen sind unter sich“, erklärt Rebmann. Das komme den Bedürfnissen der „Pflegetandems“ entgegen, hätten die so doch am Strand ausreichend Platz, etwa auch für Rollstuhlfahrer. Es komme in der Gruppe zu einem guten Miteinander, viele schätzten den Austausch mit Menschen, die in einer ähnlichen Lebenssituation stehen. Der Veranstalter lobt die gute Zusammenarbeit mit allen Partnern auf Rhodos und dem auf Griechenland spezialisierten Reiseunternehmen Medina. Darüber hinaus sei die Unterstützung durch die Deutsch-griechische Versammlung und das deutsche Ministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit vor allem schon bei der Planung hilfreich gewesen. *Lieselotte Wendl*

Wer sich für eine der Reisen nach Rhodos interessiert (die nächsten finden im Februar und März statt), erhält eine ausführliche Beratung am Telefon. Xpert Cooperation GmbH, Kornbergstraße 23, 70176 Stuttgart, Telefon: 0711/6017 60-88. *wdl*

Halb Grieche, halb Deutscher und ganzer Europäer

Das vielfältige Wirken des Grigorios Zarcadas

„Ich bin ein Frankfurter Grieche", erwidert Grigorios Zarcadas spontan auf die Frage, ob er sich eher Deutschland oder seinem griechischen Geburtsland verbunden fühle. Eine schöne Antwort und eigentlich auch nicht verwunderlich, wenn man sich sein Leben anschaut, in dessen Verlauf er bis heute häufig zwischen beiden Welten pendelte.

Im Alter von 23 Jahren kam Grigorios Zarcadas erstmals nach Deutschland. „Als Tourist und ohne Visum im Hellas-Express", erinnert er sich an das damals abenteuerliche Unternehmen. Zuvor hatte der in dem „kleinen Kaff" Messarista Geborene daheim ein Gymnasium besucht, unter Bedingungen, die Schüler von heute wohl als ziemlich unzumutbar ansehen würden, „morgens und abends jeweils zwei Stunden zu Fuß, und das sechs Jahre lang".

Sein Fernziel war ein Studium an einer deutschen Universität, doch zunächst landete er im westfälischen Dülmen in einer Drahtwarenfabrik, in der vorwiegend Griechen beschäftigt waren. Schon früh setzte sich der junge Einwanderer für die Belange seiner Migranten-Kollegen ein, gründete Selbsthilfegruppen und versuchte sich als eine Art Brückenbauer zwischen den Kulturen. Nach einigen weiteren Stationen begann er 1968 ein Studium der Wirtschaftswissenschaften und Soziologie in Gießen. „Im selben Jahr habe ich mir meine Frau aus Griechenland geholt", und dort wurde auch bald der erste Sohn geboren.

Schon immer hatte sich Grigorios Zarcadas politisch und sozial engagiert, „aber meine wirkliche Politisierung begann mit dem Militärputsch in Griechenland". Als entschiedener Gegner des Obristenregimes (1967–1974) gründete er in Gießen den Ortsverein der Freunde der antidiktatorischen Bewegung,

Grigorios Zarcadas ist nach wie vor in Bewegung. Foto: Oeser

den er bis zu seinem Umzug nach Frankfurt leitete. Nach dieser Übersiedlung im Jahr 1974 waren die Wanderjahre zu Ende, und die Stadt wurde ihm und seiner Familie rund 40 Jahre lang zur endgültigen „deutschen" Heimat. Als staatlich anerkannter Sozialarbeiter stürzte sich Zarcadas weiterhin in zahlreiche Aktivitäten.

„Ein außergewöhnlich intensives Interesse für gesellschaftspolitische Entwicklungen und ihre sozialen Auswirkungen" bescheinigte ihm im Vorjahr der damalige Hessische Minister für Integration, Jörg-Uwe Hahn, als er ihm im Rahmen einer Feierstunde im Römer als Anerkennung für sein vielfältiges und unermüdliches Wirken das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik verlieh. Ganz erstaunlich liest sich in der Tat die Fülle der Engagements, denen sich Grigorios Zarcadas gewidmet hat. Um nur einige aufzuzählen: von 1997 bis 2011 SPD-Stadtverordneter, Gründungsvorsitzender der Kommunalen Ausländer- und Ausländerinnenvertretung (KAV) der Stadt, Mitglied im „Verein griechischer Akademiker" in Frankfurt und, und, und. Vor allem setzte sich der geradezu vorbildliche Zuwanderer für die Unterstützung griechischer und anderer eingewanderter Familien ein. Kaum vorstellbar, dass ein solches Energiebündel mal in den Ruhestand tritt. Ist aber so, und bewegt genug ist er auch. Denn er pendelt, etwa die Hälfte des Jahres lebt er bei seiner Tochter in Frankfurt und beschäftigt sich gern mit seinem zehnjährigen Enkel. Die andere Zeit verbringt er in Griechenland, arbeitet gelegentlich in seinem Olivenhain, reist ein wenig im Land herum und trifft sich mit einem kleinen Kreis ehemaliger Schulkameraden: „Dann reden und philosophieren wir." Und manchmal sagt er ihnen auch ganz schön die Meinung, wenn er als „überzeugter Europäer" von gemeinsamen Zielen der Staaten spricht oder wenn er gar bewundernd von deutscher Arbeitsmoral berichtet. Dann allerdings winken die Freunde meist ab: „Lasst den Grigorios reden, der ist ja schon ein halber Deutscher."

Lore Kämper

ANZEIGE

Kistner + Scheidler
Bestattungen

Zeit zum Abschiednehmen

In unserem Bestattungshaus können Sie sich nach Ihren Vorstellungen von Ihren Verstorbenen verabschieden. Wir lassen Ihnen Zeit und begleiten Sie. Ihre Trauerfeier kann in unserem Haus stattfinden.
Wir ermöglichen Hausaufbahrungen und erledigen alle Formalitäten.

Sabine Kistner und Nikolette Scheidler
Hardenbergstraße 11, 60327 Frankfurt
Bestattungen@kistner-scheidler.de
www.kistner-scheidler.de

Telefon: 069-153 40 200
Tag und Nacht

50 Jahre Türkisches Volkshaus

Im Türkischen Volkshaus versammeln sich Senioren, die seit Jahrzehnten in Frankfurt wohnen und türkischer Herkunft sind, zum Gespräch. Foto: Oeser

In Bremen haben sie sich 1970 kennengelernt, bei einem Deutschkurs: Ziya Yücel und Ali Reza Dikmen. Zwei Türken, die als junge Männer als Gastarbeiter nach Deutschland gekommen sind. In der Fremde haben sie Freundschaft geschlossen, sind „seither zusammen durchs Leben gegangen“, sagt Yücel. Beide verschlug es schließlich nach Frankfurt, und beide haben seinerzeit im Türkischen Volkshaus eine für sie wichtige Anlaufstelle gefunden. „Das Türkische Volkshaus war damals für uns ein wichtiger Treffpunkt, ein Ort, um sich zu informieren und um sich zu orientieren, aber auch um sich politisch zu engagieren“, berichtet Ziya Yücel. 45 Jahre sind seit seinem Ankommen in Deutschland vergangen. Nicht nur sein Freund Ali Reza ist seitdem eine Konstante in seinem Leben gewesen, sondern auch das Volkshaus. Mittlerweile sind beide im Ruhestand und treffen sich regelmäßig mit anderen Freunden und Senioren in der Einrichtung in der Werrastraße unweit des Westbahnhofs.

Für Integration von zentraler Bedeutung

In diesem Jahr kann das Türkische Volkshaus auf sein 50-jähriges Bestehen zurückblicken. „Um ein Auffangbecken für die ankommenden Gastarbeiter zu haben“, gründete die erste Generation von Immigranten, Gewerkschaftlern und Sozialarbeitern das Türkische Volkshaus, berichtet Mitarbeiterin Ilkay Günes. Beratung, Information, Angebot von Sprachkursen und Infobörse, um sich über Nachrichten aus der Heimat und Erfahrungen vom Aufbau eines neuen Lebens in Deutschland auszutauschen, waren anfangs die wichtigsten Aufgaben, die die Einrichtung erfüllen musste. Allmählich kamen weitere Aspekte und Tätigkeitsfelder hinzu, ergänzt Vorsitzender Ibrahim Esen: „Wir sind zwar bis heute politisch unabhängig, wir waren aber immer politisch. Wir haben für die 35-Stunden-Woche gekämpft. Bis heute ist für uns die Integrationsarbeit von zentraler Bedeutung. Seit Beginn treten wir für die gleichen Rechte, Solidarität und Völkerverständigung im Zusammenleben von Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen ein.“ Aus diesem Grunde arbeitet das Volkshaus eng mit dem Amt für multikulturelle Angelegenheiten (AmkA) zusammen wie auch mit dem Jugend- und Sozialamt, dem Deutschen Gewerkschaftsbund und Einzelgewerkschaften, ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband und kooperiert mit der Arbeiterwohlfahrt. Knapp 110 Menschen sind in dem Verein Mitglied. Bis 2003 stand das Volkshaus am Basler Platz im Bahnhofsviertel. Als dieser umgestaltet wurde, zog das Türkische Volkshaus nach Bockenheim.

„Café (H)alteplatz“

Neben der Kinder- und Jugendarbeit bildet die Arbeit mit Frauen und Senioren heute einen der Schwerpunkte des Vereins. Das „Café (H)alteplatz“ ist ein offener Treffpunkt für ältere Migranten, die Kontakt aufnehmen und sich in ungezwungener Atmosphäre austauschen wollen. Auch werden Veranstaltungen wie Lesungen, Filmvorführungen oder Infonachmittage zu Themen wie Rentenfragen oder Gesundheit regelmäßig organisiert. Einmal im Monat gibt es auch ein Seniorenfrühstück. Und künftig möchte Mitarbeiterin Günes den unternehmenslustigen Rentnern Tagesausflüge beispielsweise nach Straßburg anbieten.

Einige der langjährigen Mitglieder sind mittlerweile im Ruhestand. Sie haben sich entschieden, in Deutschland ihren Lebensabend zu verbringen. Auf sie will sich das Türkische Volkshaus verstärkt einstellen und Angebote machen. „Die haben lange hart und schwer gearbeitet. Haben sich viele Sorgen gemacht, die Kinder großgezogen. Jetzt sind sie in Rente und können endlich mal machen, worauf sie Lust haben. Viele sind sehr aktiv und neugierig. Sie haben Freude am Leben und wollen das endlich genießen“, erläutert Politologin Ilkay Günes. So wie Cerriye Ari. Die 66-Jährige, die lange Jahre für Landis & Gyr gearbeitet hat, findet jetzt als Rentnerin endlich die Zeit, mehr an sich zu denken. Freunde haben sie mit ins Volkshaus genommen. Hier trifft sie sich regelmäßig im Café mit anderen Senioren und hat an einem Yogakurs teilgenommen. „Ich habe sehr viel gearbeitet. Jetzt will ich etwas erleben und bin schon ganz ausgebucht“, sagt sie und lacht. *Sonja Thelen*

Nähere Informationen über das Türkische Volkshaus gibt es im Internet unter www.halkevionline.de. Werrastraße 29, 60486 Frankfurt, Telefon 0 69/25 32 08. *the*

Gemeinsam an einem Strang ziehen

Wichtig: Kontakt und Austausch Foto: Oeser

Zwischen theoretischer Erkenntnis und praktischer Umsetzung liegt nicht selten ein weiter Weg. Bei der Fortbildungsreihe „Interkulturelle Öffnung und Kompetenz als Qualitätsmerkmal in der Altenhilfe verankern“ gab es dagegen recht schnell erste Früchte zu ernten. Hatten die drei, vom Amt für multikulturelle Angelegenheiten und dem Jugend- und Sozialamt organisierten Fortbildungsseminare bestehende Versorgungslücken, Zugangsbarrieren und „blinde Flecken“ ins Blickfeld gerückt, folgten auf der Schlussveranstaltung handfeste Taten. Dafür sorgte vor allem der Infomarkt. An den Ständen, die 28 Altenhilfeeinrichtungen, Migrantenorganisationen und religiöse Zuwanderergemeinden errichtet hatten, herrschte reges Treiben. Die Gelegenheit, sich austauschen und Kontakte knüpfen zu können, ließen sich die über 100 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht entgehen. Einige schlossen vor Ort gleich Kooperationen. So vereinbarte zum Beispiel Chariffou Ouro-Sama vom integrationsfördernden Verein „Group Africa-Development“ einen kulturellen Beitrag für das kommende Sommerfest eines Altenpflegeheims. Ines Hützler und Ursula Lenger vom pflegenden Angehörigen und Freunden zur Seite stehenden „Netzwerk Pflege-Begleitung“ haben künftig auch Ehrenamtliche vom jüdischen Sozialdienst und vom türkischen Volkshaus in den Reihen des Teams. Dank des Infomarkts haben sie zudem „viele Leute wieder getroffen und alte Verbindungen reaktiviert“ und finden, dass es derartige Angebote häufiger geben sollte. Mit diesem Wunsch stehen die beiden Frauen nicht alleine. Während der Abschlussrunde fasste Barbara Jakob vom Bürgerinstitut zusammen, was von allen Seiten zu hören war: Solche Treffen inspirierten zu Ideen, man könne sich in Ruhe anschauen, was andere machen und ohne Zeitdruck Gespräche führen.

In Sachen interkulturelle Öffnung hatte Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld bereits eingangs die Bedeutung der Netzwerkarbeit unterstrichen, die letztlich ein „Gewinn für die ganze Gesellschaft“ sei. Wenn man Ressourcen zusammenfasse und gemeinsam an einem Strang ziehe, lasse sich bei der Versorgung aller Frankfurter Seniorinnen und Senioren „viel mehr erreichen“. Integrationsdezernentin Nargess Eskandari-Grünberg begrüßte denn auch, dass die Fortbildungsreihe für „neue Anregungen“ gesorgt und die „Wahrnehmung für die Bedürfnisse älterer Migranten erweitert“ hat. Migrantenorganisationen und religiöse Zuwanderergemeinden hielten oft „Expertenwissen vor, das in den Einrichtungen fehlt“. Das gilt freilich auch umgekehrt. Simin Jampoolad von der „Deutsch-iranischen Beratungsstelle für Frauen und Mädchen“ ist jedenfalls froh, durch die Veranstaltung kompetente Ansprechpartner kennengelernt zu haben. Da der Verein „mit dem Thema älter werden im Exil wenig Erfahrung“ besitze, habe sie hilfreiche Informationen sammeln können. *Doris Stickler*

ANZEIGE

Hotel Jägerhof

Urlaub in der Rhön
im Bayerisches Staatsbad
Bad Brückenau

Eingebettet in die romantische Landschaft der bayerischen Rhön und in unmittelbarer Nähe des Kurparks, liegt das Hotel Jägerhof. Entdecken Sie die wunderbare Natur und den blumenprächtigen Kurpark. Selbst König Ludwig I. konnte sich diesen Zauber nicht entziehen und kehrte unzählige Male ins Staatsbad zurück.

In dem hoteleigenen Wellness-Bereich mit Hallenbad und Sauna können sich alle „Wasserratten“ gesund und fit halten. Massagen und Anwendungen runden das Angebot ab.

Das Hotel bietet auch in diesem Jahr wieder günstige Gruppenreisen für Senioren an. Die 15-tägigen Reisen beinhalten die Vollpension, sowie viele weitere Leistungen. Preis ab **639,00** € Sie werden direkt zu Hause abgeholt und genießen dabei allen Komfort. Ein umfangreiches Programm vom Hotel und der Kurverwaltung sorgen für Unterhaltung und Abwechslung. Vom Haus organisierte Ausflüge führen Sie in die markante Natur der Hochrhön oder in das romantische Städtchen Lohr mit schöner Innenstadt oder Schifffahrt auf dem Main.

Neben den Gruppenreisen können Sie auch individuell anreisen. Es gibt besonders günstige Angebote in der Nebensaison vom 12. März – 30. April. Informieren Sie sich direkt beim Hotel.

Fordern Sie kostenlose Unterlagen an:
Telefon: 0 97 41-9 10 70
Familie Deckert freut sich auf Ihren Besuch!

Hotel Jägerhof
Christian Deckert
Wernarzer Straße 7a
97769 Bad Brückenau
Telefon: 09741/910 70
www.hotel-jaegerhof.de
info@hotel-jaegerhof.de

Den eigenen Ausdruck finden

Carolus Horn zeichnete bis zum Ende

Carolus Horn galt als Wunderkind. Schon mit 13 Jahren zeichnete der 1921 geborene Werbegrafiker Kinoplakate für Filme mit Luis Trenker, mit 16 arbeitete er bereits für eine Werbeagentur. Nach dem Krieg war er bald bei der großen Agentur McCann beschäftigt, wo er zusammen mit seinem Chef Wilhelm Winkler große Werbekampagnen lancierte. Der Werbespruch „Packen wir's an. Esso“ ist zum Beispiel auf das Duo zurückzuführen, ebenso „Nur fliegen ist schöner“. Horn war so begabt, dass er etwa Autos, Uhren und Häuser mit großer technischer Präzision aus dem Stegreif zeichnen konnte. Leider erkrankte der begabte Zeichner mit nur 60 Jahren an der Alzheimer Krankheit – ein Schicksal, das er mit nur fünf Prozent der Bevölkerung teilt. Doch Trude Horn, seine Frau, gab nicht auf. In den folgenden zehn Jahren legte sie ihrem Mann immer wieder Fotos hin, nach denen er weiter zeichnete. Etwa von der Rialtobrücke in Venedig, die er als gesunder und auch als dementer Mensch gemalt hat. Wie sich Horns künstlerisches Schaffen unter dem Einfluss der Krankheit verändert hat, dokumentiert eine beeindruckende Dauerausstellung seiner Bilder im Gesundheitsamt. Zu einer Führung durch „Wenn aus Wolken Spiegeleier werden“ lud das Gesundheitsamt Leser der Senioren Zeitschrift anlässlich des 40. Geburtstags des „Silberblättches“ ein.

Interessierte SZ-Leserinnen vor Horns farbenfrohen Zeichnungen. Foto: Oeser

Der Neurologe und Psychologe Dr. Albrecht Stöffler erklärte einführend, dass Alois Alzheimer der erste Neurologe war, der nachweisen konnte, dass sich die Gehirnstruktur bei Menschen, die an der nach ihm benannten Krankheit leiden, verändert. Stöffler wies darauf hin, dass sich die Alzheimer-Krankheit, die vor allem durch immer stärker werdenden Gedächtnisverlust gekennzeichnet ist, von anderen Formen der Demenz unterscheide. Er unterstrich, dass nach derzeitigem Forschungsstand die Mehrheit alter Menschen nicht dement werde. Außerdem zitierte er Studien, die belegen, dass regelmäßige körperliche und geistige Aktivität das Risiko, daran zu erkranken, begrenzen könne.

Der Kunsttherapeut Andreas Hett führte durch die Ausstellung. Er zeigte den Besuchern, dass die Bilder des Künstlers bei fortschreitender Krankheit immer weniger filigran werden, stattdessen naiver und farbiger. Zudem zeichnete er mehr und mehr. „Bei meiner Arbeit erlebe ich immer wieder, dass Grafiker oder Künstler, die ihr Leben lang gezeichnet haben, auch noch zeichnen können, wenn sie an Demenz erkranken“, sagt Hett. „Warum das so ist, kann niemand erklären. Es ist wohl einfach eben so ‚drin' wie immer wieder gesungene Lieder aus der Jugendzeit.“ Typisch sei auch, dass die Bilder von Demenzkranken farbiger würden. Farbe vermittle oft ein Wohlgefühl. Kurz vor seinem Tod zeichnete Horn nur noch gestrichelte Linien mit Bleistift. „Diese Entwicklung ist wirklich erschütternd“, kommentierten einige der etwa 15 Seniorinnen und Senioren, die an der Führung teilnahmen. Kunsttherapeut Hett teilt diese Meinung aber nicht. „Ich finde die perfekten Werbegrafiken aus Horns Jugend nicht besser als diese Bleistiftlinien“, sagt er. „Wichtig ist doch, dass jemand bis zuletzt seinen Ausdruck findet. Kunst kann Menschen auf ihrem Weg mit Demenz helfen. Natürlich auch, wenn sie keine ausgebildeten Künstler sind, sondern einfach Freude am Malen haben.“

Stephanie von Selchow

ANZEIGE

Trägt Kunst zum Wohlbefinden bei?

Studie zur Kunstvermittlung bei Demenz im Städel

Im Museum ist es leise – meistens. An diesem Tag ist es im Frankfurter Städel Museum etwas anders. Die kleine Gesellschaft, die sich vor Adriaen Brouwers Bild „Der bittere Trank“ auf den Museumsklappstühlen niedergelassen hat, unterhält sich angeregt. Man lacht und scherzt. Vor allem zwei ältere Herren scheinen sich gut zu verstehen und spielen sich sozusagen die Bälle zu. „Der will alles rausbringen, was ihm absolut nicht schmeckt“, meint Wolfgang Weyrich. „Der ist gar nicht gut gelaunt und hat vorher ganz schön was gebechert“, Reiner Harbering vermutet, dass der bäuerlich anmutende Mann auf dem Bild zu viel Alkohol getrunken hat. Während die beiden herzlich laut lachen, schaut Hermann Brendecke lächelnd zwischen den beiden hin und her und nickt immer mal wissend.

Claudia Gaida, die als Kunstvermittlerin die Gruppe begleitet, kennt sich aus: „Ein Adliger hätte sich so nicht malen lassen.“ Zumindest nicht in dieser Zeit, denn Adriaen Brouwer lebte zu Beginn des 17. Jahrhunderts. Und der von ihm abgebildete Mann ist wirklich nicht schön oder gar vornehm, er reißt den Mund auf, scheint wütend oder angeekelt. Die Gruppe, die das Bild so eingehend betrachtet, interessiert sich vor allem für die Gefühle, die in dem Bild ausgedrückt sind. Gefühle sind es auch, die bei denjenigen aus der Gruppe sehr präsent sind, die an einer leichten oder mittelschweren Demenz erkrankt sind. Sie werden von ihren Ehefrauen beziehungsweise einer Freundin begleitet.

Emotionen – im Bild ausgedrückt

Schon bald aber geht es auch um den Malstil, etwa die „Lichtmomente“, wie sie Claudia Gaida nennt. Denn auf der Schale, die der Abgebildete in der Hand hält, und auf der Flasche in seiner anderen Hand spiegelt sich das Licht, ebenso wie auf seiner zugegebenermaßen alkoholverdächtigen Knollennase. Und jetzt wird auch klar: Die Flasche in der Hand war es, die für die Betrachter den Alkohol ins Spiel brachte.

Und dann geht es weiter zu weiteren Porträts. Die wunderschöne Simonetta Vespucci von Sandro Botticelli, ein Selbstporträt von Max Beckmann und eines von Ottilie W. Roederstein werden begutachtet. Danach sollen die Teilnehmenden aus Ton selbst Köpfe oder Gesichter formen. Und diese werden mindestens genauso unterschiedlich wie die vorher betrachteten Bilder. Rosa Becker „malt“ auf dem flachgedrückten Stück Ton die Gesichtszüge, indem sie sie einritzt. Hermann Brendecke nutzt den ganzen Tonklumpen, um einen Dickkopf mit Schlitzaugen und lachendem Mund zu schaffen – fast wie ein Halloween-Kürbis.

Diese etwas andere Kunstführung ist Teil eines wissenschaftlichen Projekts mit dem Namen Artemis, das vom Arbeitsbereich Altersmedizin am Institut für Allgemeinmedizin der Goethe-Universität und dem Städel Museum gemeinsam gestartet wurde. Kann interaktive Kunstvermittlung das Wohlbefinden von Menschen mit Demenz steigern? ist eine der Kernfragen, die dieses Projekt beantworten soll. Zu der Führung, die sich jeweils auf bestimmte Themen wie diesmal auf Porträts oder ein anderes Mal auf die Farbe Blau konzentriert, kommt dann noch die Atelierarbeit.

Selber gestalten macht stolz

Arthur Schall, Diplom-Psychologe und Kunsthistoriker, der das Projekt angeregt hat und zusammen mit seiner Kollegin Valentina Tesky betreut, berichtet, wie die „Künstler“ ihr Werk jeweils selbst vorstellen: „Sie sind sehr stolz darauf. Und

weiter auf Seite 44

Valentina Tesky (rechts) begutachtet die Köpfe, die Gudrun und Wolfgang Weyrich modellieren.

Wolfgang Weyrich erspürt die Gefühle, die ein Bild ausstrahlt.

Fotos (2): Oeser

von Seite 43
alle bewundern immer auch das, was die anderen geschaffen haben.“ Ohne den wissenschaftlichen Ergebnissen vorzugreifen, kann er schon jetzt von einem Teilnehmer berichten, der zu Beginn des Projekts eher unruhig war und immer wieder aufstehen und weglaufen wollte. Nun, bei der dritten Kunstführung, bleibt er bei der Gruppe und beteiligt sich auch an der künstlerischen Gestaltung danach.

Für die wissenschaftlich verwertbare Untersuchung werden Vergleichsgruppen von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in unterschiedlicher Weise mit Kunst konfrontiert. Während die einen lediglich die Möglichkeit zu wöchentlichen Besuchen im Städel erhalten, nehmen die anderen wie geschildert an der wöchentlichen interaktiven Kunstführung und anschließender Atelierarbeit teil. Vor und nach den Besuchen beziehungsweise Führungen werden in einer Kurzbefragung Daten zur Stimmung und zum Gedächtnis der Menschen mit Demenz erhoben und später verglichen.

Zeitreihenanalyse

Bei der Atelierarbeit werden Videos gedreht, die nach einer Methode ausgewertet werden, die Arthur Schall bereits bei einer Analyse zur Musiktherapie bei Demenzkranken angewendet hat. In der sogenannten Zeitreihenanalyse werden die Videos in kurze Sequenzen unterteilt. Geschulte Beobachter betrachten sie in Bezug auf Kommunikationsfähigkeit, Wohlbefinden und emotionales Ausdrucksverhalten. Daraus können dann zum Beispiel Effekte nachgewiesen werden, die sich durch die Kunstvermittlung ergeben.

Froh sind die beiden Wissenschaftler, dass das Projekt überhaupt zustande kam. „Ohne die großzügige Förderung durch die Familie Schambach-Stiftung könnten wir die Studie nicht erstellen“, sagt Valentina Tesky. Auch für die Kooperation des Städel Museums sind sie und ihr Kollege dankbar.

Langfristig hoffen Schall und Tesky, dass sie den an Demenz Erkrankten und ihren Angehörigen so ein Stück gesellschaftliche Teilhabe und soziale Integration ermöglichen können. Für die nächsten Phasen mit weiteren Gruppen und Kontrollgruppen suchen die Wissenschaftler noch Teilnehmer. Die Kontrollgruppen erhalten freien Eintritt zu einem wöchentlichen Städel-Besuch und werden auch jeweils vorher und hinterher zu ihrer Stimmungslage befragt. Die Kunstführungen sollen noch im ganzen Jahr 2015 laufen und dann mit der wissenschaftlichen Auswertung im Frühjahr 2016 abgeschlossen werden.

Lieselotte Wendl

Wer zusammen mit seinem an leichter bis mittelschwerer Demenz erkrankten Partner, Freund oder Betreuten teilnehmen möchte, wendet sich an: Dr. Valentina Tesky und Dipl.-Psych. Arthur Schall, Telefon 0 69/63 01-8 36 21 und -76 57, E-Mail: tesky@allgemeinmedizin.uni-frankfurt.de, schall@allgemeinmedizin.uni-frankfurt.de. *wdl*

Erfolgreich selbst verteidigen

Jetzt, wo die Tage kürzer sind und der Abend früh kommt, haben oft gerade ältere Menschen wenig Interesse, im Dunkeln noch vor die Tür zu gehen. Das hat zum Teil mit der mangelnden Sicht zu tun, bei vielen aber auch durchaus mit einer gewissen Angst vor möglichen Belästigungen und Kriminalität.

Kurse zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Senioren können dem etwas entgegensetzen und unterstützen helfen. Wer selbstbewusst auftritt wird seltener zum Opfer von Straftaten und geht damit insgesamt sicherer wie auch entspannter durchs Leben. Daher geht es bei Kursangeboten zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung zunächst gar nicht direkt um das Erlernen bestimmter körperlicher Techniken, sondern vor allem um das frühzeitige Erkennen sowie Vermeiden von eventuell bedrohlichen Situationen und Momenten.

Hierbei gibt es eine erstaunliche Bandbreite von erprobten Handlungsstrategien, die in professionell angeleiteten Kursen auch schon in kurzer Zeit erfolgreich vermittelt und sehr praxistauglich von Seniorinnen und Senioren umgesetzt werden können.

Das Gesundheitsamt bietet während eines Bewegungsnachmittags in der Reihe „Gesundheit im Alter – den Jahren mehr Leben geben“ einen kostenlosen Schnupperkurs zu Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren an.

Matthias Roos

Mittwoch, 11. März, 15 bis 16 Uhr, Gesundheitsamt, Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt,
Kursleiter: Wolfgang Dane
(siehe Bericht rechts „Man muss sich einfach wehren können).

Nähere Informationen dazu sowie zum Gesamtprogramm des Bewegungsnachmittags bei Matthias Roos, Telefon: 0 69/212 345 02.

Gesundheitsamt Frankfurt am Main

„Man muss sich einfach wehren können"

Mit Arnis, einer philippinischen Stockkampfart, lernt man sich zu verteidigen. Das Foto zeigt eine Gruppe der TG Bornheim während der Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt. Foto: Oeser

Kleine Schritte, Arme eng am Körper, der Blick gesenkt: Das sei typisches Opferverhalten, sagt Wolfgang Dane vom Sportinstitut der Universität Mainz. Jemand, der so durch die Welt laufe, signalisiere, dass er sich klein fühle, minderwertig und eher passiv durchs Leben gehe. Gewalttäter könnten das als Einladung, etwa für einen Raubüberfall verstehen – vorzugsweise abends in größeren Städten. Täter schätzten die körperliche Kraft von älteren Menschen ja ohnehin nicht so hoch ein, nähmen aber in Sekundenschnelle wahr, ob jemand sich wie ein Opfer verhalte oder widerstandsbereit sei. Auch für viele Frauen sei es befreiend, sich diese Wirkungen klarzumachen.

„Der erste Schritt zur Selbstverteidigung ist die Selbstbehauptung", sagt Dane. In seinen Kursen, von denen er viele zusammen mit seiner Frau abhält, schult er zunächst einmal die Wahrnehmung der eigenen Ausstrahlung und versucht dann, an der inneren Haltung zu arbeiten. Jemand, der aufrecht gehe, seine Umgebung wahrnehme und andere ansehe, ohne aggressiv zu sein, signalisiere: Ich bin dem Leben gewachsen. Das halte potenzielle Täter von vorneherein fern.

Dane erklärt, dass wir von Kindheit an fehlerzentriertes Denken lernen. Schon im Kindergarten bekomme derjenige die besten Noten, der wenig Fehler mache. Er trainiert mit seinen Kursteilnehmern, sich nicht auf Fehler und Schwächen zu konzentrieren, sondern auf Stärken und Ziele. Das sei in allen Lebensbereichen hilfreich: in der Partner- und Elternschaft sowie im Beruf.

Dane lehrt aber auch harte Techniken der Selbstverteidigung. „Ziel sind dabei die Körperteile des Mannes, die er nicht abhärten kann: die Genitalien, der Kehlkopf und die Augen", erklärt er. „Sehr schnelle harte Bewegungen in Richtung dieser Gliedmaßen passen nicht ins Opferverhalten." Gewalttäter wollten ihre Machtgelüste ausleben. Professioneller Widerstand schrecke sie ab oder hindere sie, überhaupt erst anzufangen.

Selbstverteidigung könnten durchaus auch ältere Menschen lernen, sagt Dane. „Man kann ja auch mit einem Gehstock oder einer Krücke Schaden anrichten." Dazu müsse man allerdings die natürliche Schlaghemmung überwinden. „Aber wenn man von einer Clique halbwüchsiger Jugendlicher angegriffen wird, muss man sich ganz einfach wehren können."

Stephanie von Selchow

Mittwochsreihe im Gesundheitsamt

Fit im Alter: Wer möchte das nicht sein?

Die Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Alter – den Jahren mehr Leben geben" lädt dazu ein, sich zu informieren, wie etwas für die eigene Gesundheit getan werden kann. Das Programm ist im Gesundheitsamt erhältlich. Alle Veranstaltungen sind barrierefrei zugänglich und finden im Gesundheitsamt, Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt statt. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Am Mittwoch, 4. Februar, liest um 16 Uhr die Chefredakteurin der Frankfurter Rundschau, Bascha Mika, aus ihrem Buch „Mutprobe Frauen und das höllische Spiel mit dem Älterwerden". Älterwerden – gibt es eine Frau, die das nicht kümmert?

Frauen trifft die zweite Lebenshälfte besonders hart – ungleich schärfer als Männer. Denn mit zunehmenden Jahren wird ihnen alles abgesprochen: ihre erotische Ausstrahlung, die Sichtbarkeit in der Öffentlichkeit, die Chancen in der Arbeits- und Berufswelt. Es ist ein tückisches Spiel, das mit Frauen betrieben wird. Bascha Mika lässt Frauen von ihren Erfahrungen erzählen. Scharf analysiert sie die Doppelmoral hinsichtlich des weiblichen und männlichen Älterwerdens.

Ihre Botschaft: Frauen haben in jeder Lebensphase das Recht auf Glück und Selbstbestimmung. Sie müssen es sich nur nehmen!

Am Mittwoch, 11. März
gibt es ab 14 Uhr einen bunten Aktionsnachmittag mit vielen Schnupperangeboten zum Thema „Aktiv in den Frühling!" Von 15 bis 16 Uhr ist der Schnupperkurs „Selbstverteidigung und Selbstbehauptung" vorgesehen. Näheres dazu auf dieser Doppelseite.

red

Artgerechte Ernährung Teil 1

Seit Charles Robert Darwin wissen wir, dass Menschen auch nur Tiere sind. Deshalb steht auch uns eine artgerechte Haltung zu. Es gibt heute kein Medium, das nicht täglich über das Thema „Ernährung“ und „Nahrungsmittel“ ausgiebig und mit sehr unterschiedlichem Schwerpunkt berichtet. Was steckt in unseren Lebensmitteln, welche sind gesund, welche ungesund oder sogar schädlich, wie kann ich abnehmen und so weiter. Meist selbst ernannte Experten versuchen das Neueste zu diesen Themen zu verkaufen. Auch die Fachgesellschaften predigen schon sehr lange spezielle Formen der Ernährung, ohne dabei die physiologische, also die artgerechte Ernährung, und unsere Entwicklungsgeschichte zu berücksichtigen.

Fettarm und Light-Produkte

Seit vielen Jahren sagen uns die Fachgesellschaften, die Experten in den Medien und auch die Lebensmittelindustrie, dass wir uns nur fettärmer und kohlenhydratreicher ernähren müssten, dann werde alles gut. Mehr als drei Viertel aller deutschen Frauen und mehr als ein Drittel der Männer haben einen oder mehrere Diätversuche hinter sich. Ca. 67 Prozent der Männer und 53 Prozent der Frauen sind übergewichtig. Im Durchschnitt bringen etwa 60 Prozent aller deutschen Erwachsenen zu viel Gewicht auf die Waage (Robert Koch-Institut). Die Tendenz ist weiter steigend. Der Anteil der Übergewichtigen nimmt stetig mit dem Alter zu, obwohl sich viele an die Empfehlungen halten. Bei den Männern ist Übergewicht in der Altersgruppe der 60- bis 69-Jährigen am meisten verbreitet, bei den Frauen in der Altersgruppe der 70- bis 79-Jährigen. Das allein würde schon genügen, um an der Theorie der gesunden fettarmen und kohlenhydratreichen Ernährung zu zweifeln.

Damit nicht genug

Seit den ersten Aufzeichnungen (etwa seit 1960) steigt die Zahl der Typ 2 Diabetiker, sogenannter Altersdiabetes, stetig an. Mittlerweile erkranken immer mehr und immer jüngere Menschen an dieser Krankheit. Auffällig ist, dass es nicht nur übergewichtige Personen betrifft, sondern durchaus normalgewichtige und schlanke Menschen. Auch die Zahl der Erkrankungen mit dem „Metabolischen Syndrom“, auch „Tödliches Quartett“ genannt, nimmt deutlich zu. Bluthochdruck, Übergewicht / Adipositas, erhöhte Blutfette (Triglyceride und HDL-Cholesterin) sowie Insulinresistenz / erhöhte Blutzuckerwerte sind die vier Symptome. Allergien, psychische Störungen mit Antriebsverlust, depressive Symptome und viele andere Krankheiten breiten sich aus und betreffen immer mehr Menschen. Dann werden Tabletten, Pillen, Tropfen und Salben genommen, und dann kommen die Nebenwirkungen, und dann und dann. Es ist nicht wirklich eine Freude dabei zusehen zu müssen und zu wissen – so müsste es nicht sein!

Es geht auch anders

Gut betreute Diabetiker wissen es schon lange: Die richtige Ernährung spielt eine überaus wichtige Rolle bei der Behandlung dieser Erkrankung. Wir wissen aber auch, dass dies für sehr viele andere Krankheiten ebenfalls gilt, und selbst Gesunde profitieren außerordentlich davon. Hier und in den nächsten Ausgaben der SZ werden wir Schritt für Schritt erklären, warum und wie man sich richtig und gesund auf Dauer ernähren kann, ohne den ganzen Tag Kalorien zu zählen oder dauerhaft Verzicht üben zu müssen. Doch zuvor ist es wichtig, ein paar allgemeine Grundlagen zu schaffen:

Was ist eine Diät?

Das Wort Diät hat seine Wurzeln im griechischen Verb díaita und bedeutete ursprünglich so viel wie Lebensführung oder Lebensweise. Heute unterscheiden wir zwei Arten von Diäten: Gewichtsab- (Adipositas) beziehungsweise Gewichtszunahme (zum Beispiel Anorexie) und spezielle Kostformen bei Erkrankungen (zum Beispiel Lactoseunverträglichkeit). In unserer Umgangssprache ist die Diät meist gleichzusetzen mit Schlankheitskur (Reduktionskost) und hat damit, im Gegensatz zur ehemaligen Bedeutung, als kurzfristige Form der Ernährung zu einem bestimmten Zweck (Abnehmen), einen neuen Inhalt bekommen. Jede Form einer Diät basiert auf einer Verminderung oder Vermehrung des relativen Anteils eines Nahrungsbestandteils (Kohlenhydrate, Fette, Eiweiß). Meistens besteht sie in einer Reduktion der zugeführten Gesamtenergiemenge („Kalorien“). Diäten eignen sich in der Regel nicht für eine langfristige Ernährungsumstellung, ausgenommen als Einstieg dazu, wie später noch zu berichten sein wird.

Was ist Fasten?

Fasten bedeutet dagegen den vorübergehenden, also zeitlich befristeten, Verzicht auf Nahrung oder zum Beispiel Alkohol, Süßigkeiten aus religiöser oder gesundheitlicher Motivation (Heilfasten). Hierbei ist die Gewichtsabnahme nicht das eigentliche Ziel, sondern ein meist vorübergehender Nebeneffekt.

Wie erkenne ich mein „gesundes" Gewicht?

Ein bekanntes Maß ist der Body-Maß-Index (BMI). Er bewertet das Körpergewicht in Relation zur Körpergröße. Dabei spielen Alter und Geschlecht eine bedeutsame Rolle. Viele Jahre wurde dieses Maß überschätzt. Es hat heute immer noch einen Stellenwert. Ergänzend werden weitere Maß-Index Bewertungen genutzt. In der Praxis hat sich eine andere, wichtige Größe etabliert – die des Bauchumfangs. Hierbei wird das in der Bauchhöhle liegende Fettgewebe (Viszeralfett) gemessen und berücksichtigt. Es gilt heute als wichtiger Gesundheitsindikator beziehungsweise Risikoparameter für das Auftreten von Erkrankungen, wie Diabetes mellitus Typ 2, koronare Herzkrankheit und Schlaganfall. Ein einfaches, flexibles Maßband reicht dafür aus. Ein erhöhter Bauchumfang, bei Frauen von über 80 Zentimetern, bei Männern von über 94 Zentimetern, gilt als Risikofaktor. Zusammen mit dem BMI und Laborwerten (Blutuntersuchungen) lassen sich so prognostisch sehr gute Beurteilungen erstellen.

Warum nehme ich an Gewicht zu?

Diese Frage ist ganz einfach zu beantworten: Wer mehr Kalorien zuführt als er verbraucht wird an Gewicht zunehmen. Um abzunehmen oder mein Gewicht zu halten, muss ich weniger oder gleichviel Kalorien „essen beziehungsweise trinken" als ich verbrauche. Heute weiß man, dass noch etwas hinzukommt – die Verwertung bestimmter Nahrungsbestandteile während des Stoffwechsels. Oder, und das ist die Alternative, ich steigere meinen Verbrauch und „esse beziehungsweise trinke" die gleiche Menge an Kalorien weiter. Also: mehr Bewegung, mehr Sport, mehr körperliche Arbeit. Was durch den Mund reinkommt und den Grundumsatz oder den Grundverbrauch übersteigt, muss wieder „abgearbeitet" werden, sonst geht das Gewicht unweigerlich nach oben. Alles wird mitgezählt. Da vergisst der Körper nichts, auch wenn wir manchmal auf dem Weg an der Schokolade oder dem Kuchen vorbei die Augen schließen oder das Licht ausmachen und dann trotzdem, wie aus dem Nichts, ein Stück im Mund verschwindet. Es hilft nichts, da gibt es kein Pardon, es zählt mit. Und was nun?

In der nächsten Folge geht's weiter. Es gibt Hoffnung!

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

ANZEIGE

- Sie planen und gestalten Ihr Leben bewusst und wissen, was Sie wollen.
- Sie haben Interesse am Gemeinschaftsleben und besonderen kulturellen Veranstaltungen.
- Wenn Sie krank werden, erwartet Sie kompetenter, individueller und menschlicher Service – durch unseren GDA-Betreuungs- und ambulanten Pflegedienst. Oder Sie bleiben stationär bei uns im Wohnpflegebereich, in dem wir auch Kurzzeitpflege, z. B. nach einem Krankenhausaufenthalt, anbieten.

Besuchen Sie uns und lernen Sie uns kennen: Das Wohnstift, die Leistungen und die Menschen, die dort wohnen und arbeiten. Wir freuen uns auf Sie!

Unsere Info-Nachmittage:
jeweils sonntags um 15:00 Uhr,
25. Januar, 22. Februar & 29. März

GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo
Waldschmidtstraße 6 · 60316 Frankfurt
Telefon 069 40585-0 oder 0800 3623777 (gebührenfrei)
www.gda.de

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

GDA
Raum für Persönlichkeit

Mit Gemüse und Körnern jung und fit bleiben – ein Kunststück?

Christoph Wilhelm Hufeland. Lithografie von Adolf Kunike, 1819 © Wikipedia.

Kant und seine Tischgenossen, Gemälde von Emil Doerstling (1892/93) © Wikipedia.

Stars wie Madonna (56) schwören darauf: Makrobiotische Ernährung soll helfen, dem Alter ein Schnippchen zu schlagen. „Makrobiotik“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „langes Leben“. Der Begriff ist zugleich Programm. Alkohol, Koffein und Nikotin verbieten sich dabei von selbst. Vom Speiseplan gestrichen sind außerdem industriell bearbeitete Produkte, raffinierte Lebensmittel, Fleisch, Eier und Milchprodukte. Stattdessen stehen Gemüse, Vollkorngetreide, Algen, Sprossen, Samen, Keime und kleine Mengen Obst und Fisch auf der Karte – für eine starke Gesundheit, Energie und ein jugendliches Aussehen. Zubereitet werden die Speisen mit Utensilien aus Naturmaterial wie Glas oder Holz.

Schon 1796 veröffentlichte der Mediziner C. W. Hufeland sein Buch „Makrobiotik oder die Kunst das Leben zu verlängern“. Wie kürzlich Professor Günter Oesterle in seinem Vortrag „‚Kunststück‘ Alter(n)“ im Goethe-Haus beleuchtete, erläuterte der Leibarzt von Geistesgrößen wie Goethe, Schiller und Herder darin seine Lebensverlängerungsprinzipien: eine Lebensführung nahe an den Gesetzen der Natur und einen „gewissen Grad von Kultur“. Seine Ernährungsregeln hielt Hufeland eher allgemein. Grundsätzlich empfahl er vegetarische Speisen, lehnte Fleisch jedoch nicht ganz ab. Das Getränk seiner Wahl war Wasser, dem Alkohol – etwa Wein – schwor Hufeland aber wohl im Gegensatz zu Tabak nicht absolut ab.

Im Zentrum des Werks steht der Philosoph Immanuel Kant (1724 bis 1804) – als Beispiel dafür, dass man trotz intensiver Geistesarbeit sehr alt werden kann. Kants Steckenpferd wiederum war die Verlängerung des Lebens durch eine diätische Ernährung, verbunden mit einem strikt reglementierten Alltag und regelmäßiger Bewegung.

Sein Alter habe Kant zunächst als „Kunststück“ angesehen, führte Oesterle aus. Der Philosoph sei überzeugt gewesen, durch bloße Willenskraft könne der Mensch „seiner krankhaften Gefühle Meister werden“ und länger leben. Um 1798 wendete sich das Blatt jedoch: Als Kant erste Anzeichen von Demenz spürte und Hufeland in einem Brief um Rat bat, verwies dieser ihn auf sein „Makrobiotik“-Werk. Hufelands Credo: Für ein hohes Alter seien in erster Linie der vorsichtige Umgang mit der Lebenskraft und eine ausreichende Regeneration der Lebenskapazität wichtig. Hufeland ging davon aus, dass im Alter mehr Energie verbraucht wird als sich regeneriert. Das Alter prangerte er in der Folge als „Dieb“ und „Hauptfeind“ des Lebens an.

Kant selbst habe erkannt, dass strenge Diät und starker Wille die Demenz nicht aufhalten, sagte Oesterle. Im Gegenteil: Das „krampfartige Leiden“ werde dadurch nur noch verstärkt, beschrieb der Kranke die eigene Erfahrung. Das Älterwerden empfand er schließlich als „Aufschieberei“ des Todes. Es sei eine „große Sünde, alt geworden zu sein“, teilte Kant Hufeland mit.

Dennoch: Der Philosoph habe mit der Beobachtung seiner Demenz ein Tabu seiner Zeit gebrochen, betonte Oesterle. Denn damals habe der Verfall von Denkvermögen, Sprache und Motorik als Peinlichkeit gegolten, über die nicht geschrieben wurde.

Im Übrigen warnen Experten heute vor einer dauerhaften makrobiotischen Diät: Zwar erhalte der Körper dabei viele gesunde Kohlenhydrate und Ballaststoffe. Wer jedoch nicht zusätzlich ausreichend Eisen, Eiweiß, Jod und Kalzium zu sich nehme und sich mit den Vitaminen A, C, D und B12 versorge, riskiere einen Nährstoffmangel.

Silke Asmußen

ANZEIGE

Schwierig: der Arzt im Heim

Ärzte-Netzwerke könnten sich künftig die Versorgung von Pflegeheimen teilen

Beim Umzug ins Pflegeheim musste sich Frau E. von ihrem langjährigen Hausarzt verabschieden – er macht keine Besuche im Heim. Sich auf einen anderen Arzt einzulassen, der ihre umfangreiche Krankengeschichte nur vom Papier kennt, war schwer für die 88-Jährige. Ab und zu verwechselt sie ihren neuen Internisten mit dem Neurologen; beide kommen regelmäßig und beraten auch das Pflegepersonal.

Im Niederräder Bürgermeister-Menzer-Haus „vergeht viel Zeit damit, einen Hausarzt zu finden, der bereit ist, schwierige Patienten zu übernehmen“, sagt die Leiterin des Hauses, Doris Pogantke. Zwei Fakten kommen zusammen: Im Stadtteil ist die ärztliche Versorgung für alle schwieriger geworden, seit zwei Praxen schlossen. Ins Bürgermeister-Menzer-Haus ziehen außerdem zunehmend Bewohner, bei denen die Kostenübernahme nicht geklärt ist, manche waren ihr Leben lang nicht beim Arzt. „Eine Wahlmöglichkeit haben wir nicht, wir sind froh, wenn ein Arzt ins Heim kommt“, erklärt Pogantke. Manchmal „bitten die Kinder ihren Hausarzt, ins Heim zu gehen, oft sind es auch persönliche Kontakte der Pflegekräfte zu Ärzten“. Weil das Heim die ärztliche Versorgung der Bewohner nachweisen muss, „konnten wir teilweise Bewohner nicht aufnehmen, weil wir keinen Hausarzt fanden“. Auch an die Kassenärztliche Vereinigung hat sich die engagierte Heimleiterin schon gewandt und klargemacht: „Wenn wir niemanden finden, müssen wir jedes Mal den ärztlichen Notdienst rufen.“

2011 praktizierten in Frankfurt rund 450 niedergelassene Hausärzte und es gab etwa 4.700 Plätze in Pflegeheimen. Damit ist die Metropole Frankfurt deutlich besser versorgt als beispielsweise der Schwalm-Eder-Kreis. Hessische Ärzte machen schon mal ihrem Unmut über die aufwendige und umständliche Betreuung von Patienten in Heimen Luft: Vom Arbeitsaufwand und vom Regressrisiko her sei das ein Draufleger, lautet die Einschätzung vieler.

Foto: Techniker Krankenkasse

Liane Junker vom Pflegeheim Bockenheim des Frankfurter Verbandes weiß um die Zwickmühle mancher Ärzte, die ihre Praxis alleine betreiben und vor der Wahl stehen, ihre Patienten im vollen Wartezimmer zu verärgern, weil sie mal eben zu einem Notfall ins Pflegeheim fahren, oder Einsätze außer Haus abzulehnen. Zum Pflegeheim an der Friesengasse im Herzen Bockenheims sind die Anfahrtswege kurz, viele Bewohner konnten ihre Hausärzte mitnehmen: „Fünf Ärzte kommen wöchentlich zur Visite“, sagt Junker. Doch auch in die Friesengasse kommt weder ein Urologe noch ein Hautarzt. Das Problem wird in Zukunft eher größer – immer mehr alte und kranke Patienten werden immer weniger Ärzten gegenüberstehen.

Pia Flörsheimer von der städtischen Leitstelle Älterwerden weiß von bundesweiten Forschungsprojekten, die bereits jetzt in bestimmten Bereichen eine Unterversorgung diagnostizieren. Ein Bericht aus dem Jahr 2013 hält dies besonders für Pflegeheimbewohner mit Demenz und Diabetes fest und diagnostiziert bei Psychopharmaka eine „Fehlversorgung“. Pia Flörsheimer regt einen Zusammenschluss von Arztpraxen in einem Netzwerk an, das den Haus- oder Heimbesuch unter sich regelt, vielleicht mit einer eigenen Stelle für Hausbesuche. In bestehenden Netzwerken von Ärzten müsste man „die Notwendigkeit einer solchen Versorgung thematisieren und einen Weg finden, der regional passt“.

Susanne Schmidt-Lüer

Weitere Informationen zur ärztlichen Versorgung in Pflegeheimen finden Sie unter www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de/Hintergruende

>> Mobiler Zahnarztdienst für Menschen mit Handicaps

Mit einem mobilen Behandlungskoffer können Zahnärzte Patienten zu Hause oder im Alten- und Seniorenheim besuchen, um sie gründlich zu untersuchen, Zahnstein zu entfernen, kleine kariöse Löcher zu stopfen und störende Prothesendruckstellen zu beheben. Bereits vor 20 Jahren reagierte die Landeszahnärztekammer in Hessen mit solchen mobilen Behandlungseinheiten auf zunehmend unbeweglicher werdende ältere Patienten.

Den mobilen Zahnarztdienst kann man bei seinem eigenen Zahnarzt oder unter der Rufnummer 0 69/4 27 27 51 69 bei der Landeszahnärztekammer anfordern. *ssl*

ANZEIGE

Hilfe beim Helfen

Alzheimer Gesellschaft Frankfurt am Main e.V.

Beratung und Seminare zu Demenz

069 67 73 66 33

www.frankfurt-alzheimer.de

>> „Kultureinrichtungen, die Sie in dieser Vielfalt in keiner anderen deutschen Stadt finden, warten auf Sie. Lassen Sie sich inspirieren!"

Ihr

Prof. Dr. Felix Semmelroth, Kulturdezernent

Fasziniert von Ruinen

Alte Kinogebäude zeigen die Psychologie eines Zeitalters

Fox Theater, Inglewood, CA, 2008.
Fotos (3) Credit: Yves Marchand and Romain Meffre. Courtesy Polka Galerie, Paris.

Im Kino lassen die Menschen seit beinahe 120 Jahren ihren Sehnsüchten freien Lauf. Dieser magische Ort steht im Mittelpunkt der Ausstellung „Filmtheater. Kinofotografien von Yves Marchand und Romain Meffre" (bis 31. Mai) im Deutschen Filmmuseum Frankfurt.

Die Pariser Fotografen Yves Marchand und Romain Meffre sind fasziniert von Ruinen: Als fotografische Archäologen begeben sie sich seit 2001 auf Spurensuche in den Ruinen der modernen Industriegesellschaft und machten 2010 mit ihrem Buch „Ruins of Detroit" Furore, das den faszinierenden Verfall der einstigen US-Auto-Boomtown dokumentiert. In ihrer Serie „Theaters" erforschen sie seit 2005 mit einer großformatigen Kamera alte US-Kinopaläste. In den teilweise verfallenen Gebäuden suchen sie nach Bildern, die die „Psychologie einer Ära" einfangen. Für Marchand und Meffre sind die alten Kinogebäude mehr als nur architektonische Überbleibsel einer längst vergangenen Zeit. Für sie sind die leer stehenden oder umgenutzten Filmtheater auch Sinnbild der „gesellschaftlichen Entwicklung der USA".

Das Kino entwickelte sich in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts in rasender Schnelle. In den USA entstanden zwischen 1914 und 1922 rund 4.000 Filmtheater, und die Menschen rannten den Kinobetreibern die Türen ein. Es waren die Jahre, in denen die zunehmende Industrialisierung auch dafür sorgte, dass die große Masse der US-Amerikaner nun plötzlich über so etwas wie Freizeit verfügte. Die Filmindustrie reagierte umgehend: Sie packte die Menschen bei ihren Träumen und Sehnsüchten und baute ihnen Paläste. Tausendfach entstanden opulent ausgestattete, goldsatte Gebäude von unglaublicher architektonischer Pracht. Das Kino war zur Oper der einfachen Leute geworden. Hier durften Jill und Joe Smith sich wie die Könige fühlen.

Und alle wollten dabei sein: Schon 1930, wenig mehr als drei Jahrzehnte nach der Erfindung des Kinos, weist die Statistik 90 Millionen Besucher pro Woche in den US-Kinos aus, und das bei einer Bevölkerungszahl von rund 123 Millionen. Ein gigantischer Boom, der nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs noch einmal Fahrt aufnehmen und erst nach der Erfindung des Fernsehens in sich zusammen fallen würde. In der Folge setzte in den 60er Jahren das große Kinosterben ein, und die wunderbaren alten Filmpaläste standen leer, verfielen oder wurden umgenutzt: als Fitnessstudio, Supermarkt oder Busgarage. Marchand und Meffre fotografieren diese alten Kinos seit neun Jahren. Auf unzähligen Reisen durchmaßen sie die USA – immer auf der Suche nach alten Kinos, die sie stets zu zweit, aber mit einer Kamera fotografierten.

30 Aufnahmen der Theaters-Serie bilden den Schwerpunkt der Ausstellung Filmtheater im Deutschen Filmmuseum, wo die Motive erstmalig in einer Einzelschau zu sehen sind. Viele der Fotos entfalten erst auf den zweiten und dritten Blick ihre Wirkung: Bei manchen Motiven mögen flüchtige Betrachter zunächst einmal den Verfall sehen: in großen Placken abgeplatzte Vergoldungen, staubüberzogene Sitzbezüge, zerris-

Paramount Theater, Long Branch, NJ, 2009.

Paramount Theater, Newark, NJ, 2011.

sene Vorhänge, zerborstene Scheiben – hier hat es sich definitiv ausgeglänzt. Doch dann fährt der Blick zurück aufs große Ganze und entdeckt die Zeugnisse einstiger Pracht, den Luxus, der sich in ausladenden Kronleuchtern, in wertvollen Marmorfußböden, in fein ziselierten Holzverzierungen, im schwungvollen Stuck, im leuchtenden Samt, in der schieren Größe der Häuser ausdrückt. Die Erhabenheit der Räume, deren einstiger Glanz auch nach Jahrzehnten noch zu spüren ist, kündet auch heute noch vom Glamour des alten Hollywood – als sei irgendwann nach der letzten Vorstellung die Zeit einfach stehen geblieben.

Die Ausstellung Filmtheater präsentiert diese so überwältigenden wie ästhetisch herausragenden Werke der Kinofotografie. Außerdem lädt ein Kino im Ausstellungsraum mit einer 35-Millimeter-Filmprojektion dazu ein, sich in die deutsche Kinogeschichte zu versenken: Wochenschau-Berichte aus den 40er bis 70er Jahren dokumentieren, wie sich das Kino in Deutschland veränderte. Die Besucherinnen und Besucher können diesen Wandel in der Lounge im 3. Stock darüber hinaus auch aus einer Frankfurter Perspektive nachvollziehen: Eine kommentierte Bilderschau gibt hier Einblick in die Frankfurter Kinogeschichte, von den ersten Filmvorführungen in Varieté-Theatern und dem 1906 eröffneten ersten ortsfesten Kino des August Haslwanter bis zur neuesten Innovation, dem Ende 2012 eröffneten Premiumkino Astor an der Zeil.

Eine kleine Ausstellung im Kinofoyer erkundet die Geschichte des ersten öffentlich geförderten Kommunalen Kinos (heute Kino des Deutschen Filmmuseums) seit seiner Gründung 1971.

Das Kino hat in seiner Geschichte viele Wandlungen vollzogen, über die sich intensiv diskutieren lässt. Begleitend zur Ausstellung Filmtheater lädt das Deutsche Filmmuseum in einem umfangreichen Begleitprogramm zu einer Reihe von Debatten ein, die das Kino und seine Entwicklung in den Blick nehmen. Eine Filmreihe zum Thema Kino gibt weitere Gelegenheit, sich darauf zu besinnen, was das Kino seit beinahe 120 Jahren für die Menschen ist: ein unwiderstehlicher Zauber-Raum, ein Ort des Schmerzes des Mitfieberns – und des puren Glücks.

Sehen und Erleben

Für die Leserinnen und Leser der SZ gibt es auch diesmal wieder ein besonderes Highlight: Das Deutsche Filmmuseum organisiert eine interessante und kostenlose Führung (inklusive freiem Eintritt) für 20 Personen durch die Ausstellung „Filmtheater. Kinofotografien von Yves Marchand und Romain Meffre“.

Der Termin ist am Mittwoch, 4. März, um 14.30 Uhr. Wer mitmachen möchte, ruft bis Freitag, 31. Januar (werktags zwischen 10.30 und 17.30 Uhr), im Filmmuseum an unter der Nummer 0 69/9 61 22 05 65. Stichwort: Verlosung Senioren Zeitschrift.

ANZEIGE

DIE KREATIVWERKSTATT
Internationaler Treff für Alt bis Jung

Miteinander kreativ zu sein
macht offen füreinander und baut Brücken.

... wir sind ein Begegnungszentrum, das Kurse, Workshops und Offene Werkstätten zu unterschiedlichsten kreativen Themen anbietet.

... wir sind ein Ort, an dem Menschen aus aller Welt herzlich willkommen sind.

Wir laden Alle Generationen von ALT bis JUNG zum kostenlosem Schnuppern ein!

Holen- oder bestellen Sie sich das Neue Programm!

Die Kreativwerkstatt
Hansaallee 150
60320 Frankfurt-Dornbusch
Der Eingang ist im Pfadfinderweg.
Telefon: 0 69/5 97 16 84
Telefax: 0 69/59 79 12 65
email: info@kreativwerkstatt-ffm.de

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Vom reitenden Oberförster und beliebtem Ausflugsziel

Aus der Geschichte des Oberforsthauses

Kein zeitgemäßes Konzept in Sicht. Fotos (2): Oeser

Einen „Lieblingsort der gebildeten Welt“ nannte vor etwa 200 Jahren der Frankfurter Pfarrer und Geschichtsschreiber Anton Kirchner das Oberforsthaus. Für viele Generationen von Frankfurterinnen und Frankfurtern, ja für fast zweieinhalb Jahrhunderte gehörte es zu den schönsten und beliebtesten Ausflugszielen. Geblieben ist heute wenig davon: ein verfallendes Gebäude, ein verkehrsumtostes Gelände. Immerhin ist der Name erhalten als Haltestelle, Wege- und Straßenbezeichnung, in verschiedenen Einrichtungen, lebendig als Entree zum Wäldche, in der Erinnerung und mit ihr verknüpft die – allerdings nun schon lang währende – Hoffnung auf neues Beleben.

Blicken wir zunächst einmal weit zurück: Im Zuge des Verfassungsstreites zwischen Frankfurt und dem Reich in der ersten Hälfte des 18. Jahrhunderts kam es auch zu einer Neuordnung des Forstwesens, im Besonderen in der Sorge um den Stadtwald, der seit 1372 der Stadt zugehörte: „. . . auch soll ein wohlerfahrener und waldverständiger ehrlicher Mann zum reitenden Oberförster aufgenommen und nach Niederrad, und gleichsam in der Mitten der Stadt Frankfurtischen Waldungen gesetzt werden.“ Für diesen Oberförster – der erste war Heinrich Carl Baur von Eysseneck – wurde 1729 das Oberforsthaus errichtet. Zwischen Niederrad und dem Stadtwald und verkehrsgünstig an der Gabelung der Straßen nach Mörfelden und Mainz gelegen, bildete es mit einem stattlichen frühbarocken Haus für Wohnung und Büro, niederen Stallgebäuden, Wohnungen für die Bediensteten und Scheuern eine geschlossene Anlage.

Zentrum des Wäldchestages

Dem Oberförster war von Anfang an gestattet worden, Gäste zu bewirten. Die Naturschwärmerei am Ende des 18. Jahrhunderts und die Romantik ließen das Oberforsthaus als Ausflugsziel immer beliebter werden. Vor allem an Sonn- und Feiertagen wimmelte es, wie es ein Reisender 1820 schilderte, nachmittags von drei bis fünf Uhr von Equipagen, Reitern und Fußgängern, die Tische, ja der ganze Rasen war mit Kaffeetrinkern bedeckt, um fünf Uhr bewegte sich alles wieder nach der Stadt zurück, um rechtzeitig im Theater zu sein. Seit um 1800 wurde das Oberforsthaus das Zentrum des Wäldchestags. Man fuhr vom Fahrtor mit Nachen zum Sandhof, ging zu Fuß über die Sandhöfer Schneise (die spätere Forsthausstraße, heute Kennedyallee) zum Oberforsthaus ins Wäldche oder man fuhr mit Chaisen.

Auf ihren Wegen zur Krönung nach Frankfurt rasteten am Oberforsthaus Karl VII. (1742), Joseph II. (1764) und Leopold II. (1790) und wurden von städtischen Delegierten empfangen. 1793 nahm dort der preußische König Friedrich Wilhelm II. eine Parade ab. Bei der Festlichkeit zu Ehren des Reichsverwesers Erzherzog Johann 1849 geschah jenes peinliche Missgeschick, dass mangels Korkenzieher die Weinflasche für den Begrüßungstrunk nicht stilgerecht geöffnet werden konnte – wie es Friedrich Stoltze in seiner Erzählung „Der Stoppezieher“ schildert.

Als „Jägerhaus“ erscheint das Oberforsthaus in Goethes „Faust“. Goethe nahm dort am 21. August 1815 an der Hochzeit seiner Großcousine Johanna Neuburg mit dem designierten Stadtbaumeister Johann Friedrich Christian Hess teil. Frankfurter trafen sich zu Goethes 80. Geburtstag dort. Das Sängerfest 1838 fand beim Oberforsthaus statt, 1858 kamen die in Frankfurt tagenden süddeutschen Forstwirte dort zusammen, 1863 feierte die Mozart-Stiftung den Abschluss ihres 25-jährigen Jubiläums.

Je nach Bedarf der Gastronomie wurde der Komplex im Laufe des 19. Jahrhunderts mehrfach umgestaltet, zunächst um eine offene Halle ergänzt, später um eine Gartenanlage und ein zusätzliches Gebäude erweitert. Im Jahre 1839 zog die Forstverwaltung aus, der Gasthausbetrieb wurde gewerblich. Die schöne, idyllische Lage und die gute Bewirtschaftung garantierten eine dauerhafte Popularität. Als „schönstes, bestbesuchtestes Waldrestaurant Frankfurts“ rühmte eine Wer-

bung von 1909 das Oberforsthaus. Neue Gäste brachte die Galopp-Rennbahn seit 1863/65. Seit 1889 konnte das Oberforsthaus auf dem Schienenwege mit der Frankfurter Waldbahn erreicht werden, seit den 1920er Jahren mit der Elektrischen, für die 1929 die in den Formen der frühen Moderne erbaute und heute unter Denkmalschutz stehende Umspannstation mit Wartehalle errichtet wurde.

Im Jahre 1925 fiel für den Besucherstrom des in seiner Nähe errichteten Frankfurter Waldstadions ein Teil des Oberforsthauses zum Opfer, es blieb aber beliebtes Ziel. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde das beschädigte Oberforsthaus vom Straßenverkehr geradezu eingeschnürt. 1963 schlug seine letzte Stunde. Anlässlich des Abbruchs erinnerte sich Altstadtvater Fried Lübbecke, wie er ehedem durch den Wald ritt und danach in der Gaststätte bei Wein und Schwartemagen saß. „Kurz, es war eine Welt urwüchsiger Natur um das Oberforsthaus herum, um die Frankfurt von den meisten deutschen Großstädten beneidet werden konnte.“ Erhalten blieb nur der Reitstall als letzter Rest der 1729 errichteten Anlage.

Unternehmen wir einmal einen Rundgang ums Oberforsthaus. Als Erstes fällt uns die „Villa Manskopf“, seinerzeit „Villa Waldeck“ genannt, ins Auge. Weinhändler Wilhelm Manskopf aus der seit 1728 in Frankfurt ansässigen Handelsfamilie, deren Mitglieder auch als Stifter und Sammler hervortraten, hat sie sich 1894 nach Entwurf von Franz von Hoven in Formen der Neurenaissance erbauen lassen. Nach 1928 in wechselnder Nutzung, beherbergt die Villa heute die Akademie für Welthandel. Erhalten sind auch auf dem ehemals Manskopfschen Areal das Pförtnerhaus und die Remise, neu das Zentrum für Schwerbehinderte von 1986 und jüngst acht luxuriöse Wohnhäuser.

Weiteres lässt sich auf dem fünf Kilometer langen, 2009 eingeweihten Oberforsthaus-Rundweg mit seinen Informationsstelen und auf individuellen Abstechern erkunden: die Schäfersteine als Grenzmarkierung des alten Weidegebiets des Deutschordens, das Clubhaus des traditionsreichen, bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts, ja noch viel weiter dort zurückgehenden Frankfurter Schützenkorps Oberforsthaus, das erste der Frankfurter Grundwasserwerke, der Carl-von-Weinberg-Park, die Forstverwaltung, Reste eines englischen Landschaftsgartens von 1896 und vieles andere.

Und wie steht es mit dem Oberforsthaus selbst? Seit Mitte der 1980er Jahre engagierte sich der Architekt Helmut Joos für eine Wiederbelebung mit einem Hotelneubau und im Reitstall mit „Goethe-Stuben“ und „Faust-Keller“ – vergebens. Seit 2012 bemüht sich die Stadt selbst, mal zuversichtlich, mal stockend einen Investor zu finden. Der das 4.600 Quadratmeter große Grundstück umtosende Straßenverkehr, der Flugverkehr in den Lüften, der Wunsch an die Historie anzuknüpfen, die Erhaltung des Waldes, die Sanierung des denkmalgeschützten Reitstalls müssen mit einem zeitgemäßen Konzept in Einklang gebracht werden. Schwierig, ja, aber unmöglich?

Hans-Otto Schembs

ANZEIGE

„Was ich alles erlebt habe, das müsste man mal aufschreiben!“

Wir veröffentlichen Ihr Lebenswerk.

Wagner Verlag GmbH
Langgasse 2 · 63571 Gelnhausen
Tel.: 06051/88381-11
www.wagner-verlag.de

ANZEIGE

HENRY UND EMMA BUDGE STIFTUNG

Senioren Wohnanlage und Pflegeheim

Entsprechend des Stiftungsgedankens der Eheleute Henry und Emma Budge betreut die Stiftung in ihrer Einrichtung Menschen jüdischen und christlichen Glaubens.
Sie unterhält ein Pflegeheim mit 160 Pflegeplätzen in Ein- und Zweibettzimmern und 174 Ein- und Zweizimmer-Wohnungen für Betreutes Wohnen sowie einen ambulanten Pflegedienst.

Über die Möglichkeiten jüdischen Lebens informiert Sie gern unser Rabbiner Andrew Steiman. Das Haus verfügt über eine eigene Synagoge, eine koschere Küche und eine Kapelle.

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Wilhelmshöher Str. 279 - 60389 Frankfurt/Main
Telefon 0 69 47 87 1- 0 - Fax 0 69 47 71 64
www.budge-stiftung.de - info@budge-stiftung.de

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

„O wie wunderbar waren doch die acht Frankfurter Jahre"

Zum 200. Geburtstag von Otto von Bismarck

„Ein Kind, geboren am ersten April, / Das schickt die Narren, wohin es will, / Und zwar vom ersten Januar / Bis auf den letzten Tag im Jahr."

Mit diesen und weiteren Versen erklärt Friedrich Stoltze den Lesern seiner Frankfurter Latern vom 1. April 1882, warum die Politik des damaligen preußischen Ministerpräsidenten und deutschen Reichskanzlers Fürst Otto von Bismarck-Schönhausen so unbeliebt war. Denn Bismarck wurde an einem 1. April geboren, alle Entscheidungen waren schlechte Aprilscherze. Aus einer Fülle von Gedichten und Glossen, vor allen aus rund 400 Karikaturen in der Frankfurter Latern sprechen die so gegensätzlichen politischen Anschauungen Stoltzes und Bismarcks, aber auch die Wut vieler Frankfurter über die Einverleibung Frankfurts in den preußischen Staat im Jahre 1866, die Stoltze ins Exil gezwungen hatte.

Auf Wohnungssuche

Nach einem ersten Aufenthalt in Frankfurt 1836 auf der Reise nach Aachen, lebte und wirkte der am 1. April 1815 in Schönhausen (Altmark) geborene Otto von Bismarck von 1851 bis 1859 in Frankfurt als Gesandter Preußens am Deutschen Bundestag. Erst kurz zuvor war dieser permanente Gesandtenkongress im Palais Thurn und Taxis als einzige Zentralbehörde des Deutschen Bundes seit 1816 nach der Unterbrechung durch die Nationalversammlung 1848/49 wieder einberufen worden. Bismarck logierte kurzzeitig im Englischen Hof am Roßmarkt, bezog dann eine Wohnung im Haus Hochstraße 45, in dem zur selben Zeit Heinrich Hoffmann wohnte, und im Herbst 1851 mit der inzwischen eingetroffenen Familie das Haus Bockenheimer Landstraße 104.

Das Bismarck-Denkmal in Höchst.

Foto: Oeser

Schon nach einem Jahr hieß es erneut das Quartier wechseln. Wenn er wieder umziehen müsse, so ärgerte sich Bismarck über die Wohnungssituation in Frankfurt, aber auch über die preußische Regierung, die nicht bereit war, ein Haus für ihre Gesandtschaft zu kaufen, dann müsse ihm seine Majestät ein Zelt übersenden, das er auf dem preußischen Exerzierplatz aufschlagen könne. In der Großen Gallusstraße 19 fanden aber er und seine Familie ein neues, großzügiges Quartier.

„Frankfurter Löwinnen"

Zu Beginn seiner Zeit in Frankfurt nannte Bismarck die Stadt „gräßlich langweilig", stöhnte über das kalte und trübe Wetter, äußerte sich abfällig über die Gesandten und ihre Damen, „die Herrn hier sind unausstehlich", weil sie entweder „ein diplomatisches Gesicht" aufsetzten, wenn man mit ihnen sprach, oder „Zweideutigkeiten mit den Damen" redeten, die „ekelhaft" darauf reagieren. Schließlich aber wurde Bismarck ein häufiger und gern gesehener Gast in den zahlreichen Gesellschaften und in den Salons und ein guter Gastgeber. Er lernte die Frankfurter, darunter auch Amschel Mayer von Rothschild, und die Frankfurterinnen schätzen: „Die Damen, insbesondere die Frankfurter Löwinnen, sind äußerst elegant, sie sprechen zum Teil gut und mit Ostentation Französisch, waren in Paris und lassen ihre Männer zu Haus." Bismarck kehrte im Bamberger Hof in Niederrad zum Apfelwein ein, ging im Taunus zur Jagd und nach Neuenhain zum Stöffche, auch Bad Weilbach und Offenbach besuchte er.

Zu den Frankfurter Familien, mit denen Otto und Johanna von Bismarck besonders freundschaftlich verbunden waren und blieben, gehörte die Familie des Malers und Städelprofessors Jakob Becker. Auf einer Soiree hatte Wally Becker einige Lieder vorgetragen und Johanna von Bismarck kennengelernt. „Bald darauf", so erinnerte sich Wally Becker, „besuchte mich Frau von Bismarck, und von der Zeit an entstand ein reger Verkehr zwischen unseren beiderseitigen Familien. Wir sahen uns fast täglich und verbrachten unvergeßliche schöne Stunden miteinander." Bismarck sagte später einmal zu Wally Becker: „So schöne Zeiten, wie wir sie erlebt haben, kommen nie wieder."

„Wie fröhlich flossen die Jahre"

Nach fünf Jahren wurde den Bismarcks in der Großen Gallusstraße wohl der Verkehr zu den Bahnhöfen zu laut, und sie zogen in die Hochstraße 30. Aber kurz darauf, im März 1859, erfolgte die Versetzung, eher Strafversetzung, nach St. Petersburg. Bismarck war enttäuscht und verärgert: „Die Grippe hatte ich und dazu Gallenfieber über Petersburg." Man müsse wohl faul und ungehorsam sein und eine taktlose und intrigante Frau besitzen, um Bundestagsgesandter zu sein. Seine Frau Johanna fasste die Frankfurter Zeit zusammen: „O wie wunderbar waren doch die acht Frank-

furter Jahre – die allerschönsten meines Lebens, wie gesund war mein geliebter Bismarck. Wie fröhlich und sorglos flossen unsere Tage dahin."

Wie schon als Bundestagsgesandter in Frankfurt verfolgte Bismarck als preußischer Ministerpräsident seit 1862 Preußens Gleichberechtigung neben Österreich im Deutschen Bund. Er vereitelte die von Österreich vorgeschlagene Bundesreform. Schließlich führte dies zur Auflösung des Deutschen Bundes 1866 mit dem so schmerzlich empfundenen Verlust von Frankfurts Jahrhunderte alter Selbstständigkeit und, fünf Jahre später, nach dem deutsch-französischen Krieg die Gründung des Deutschen Reichs ohne Österreich mit dem preußischen König als Deutschem Kaiser und Bismarck als Reichskanzler.

Das „liberale Nest"

Bismarck wählte Frankfurt, dieses doch so „liberale Nest", als Ort des deutsch-französischen Friedensschlusses. Der Vertrag wurde am 10. Mai 1871 im Hotel zum Schwan im Steinweg unterzeichnet. „Es ist mir ein schöner Gedanke, daß der erste große politische Akt des wiedererstandenen deutschen Reiches gerade in Frankfurt, der alten Kaiser- und Krönungsstadt, sich hat vollziehen können", sagte Bismarck am Abend des 10. Mai. Er selbst hatte Frankfurt als Tagungsort bestimmt, denn dieser Friede sollte nicht nur ein Friede in Frankfurt, sondern auch ein Friede mit Frankfurt sein.

War Frankfurt versöhnt? Die Einheit des Reichs und der kaum erwartete Aufstieg Frankfurts in den Gründerjahren ließen vieles vergessen, auch bei Friedrich Stoltze, aber mit der Politik Bismarcks, den „Aprilscherzen", konnte er sich nicht anfreunden.

Ein Jahr nach seinem Tod am 30. Juli 1898 wurde in Höchst am Main ein Denkmal für Bismarck, den Höchster Ehrenbürger, errichtet. Frankfurt folgte 1908 mit einem Denkmal in der Gallusanlage, das allerdings 1940 als Kriegsspende eingeschmolzen wurde. So erinnert heute in Frankfurt wenig an Bismarck: am Neubau des Hauses Hochstraße 45 eine gemeinsame Gedenktafel für Bismarck und Heinrich Hoffmann, ebenso eine im Steinweg zum Gedenken an den Frankfurter Frieden, Teile des Friedenszimmers und Porträts im Historischen Museum. Und auf einem Relief am Einheitsdenkmal von 1903 vor der Paulskirche schmiedet ein Mann mit Bismarcks Zügen an Deutschlands Einheit. *Hans-Otto Schembs*

Johanna von Bismarck Foto: aus Wikipedia als gemeinfrei eingestuft.

Auf den Spuren Bismarcks in Frankfurt wandelt der Autor unseres Beitrags am 25. März um 19.30 Uhr in einem Vortrag im Holzhausenschlößchen der Frankfurter Bürgerstiftung.

>> Stiftung Auge erfasst Versorgungslücken

Erkrankungen des Auges, die nicht frühzeitig erkannt und behandelt werden, können zu Sehbehinderungen und Erblindung führen. Das gilt etwa für die altersabhängige Makuladegeneration, den grünen Star oder eine diabetische Netzhauterkrankung. Da die Deutschen immer älter werden, werde die Zahl der Erkrankten zunehmen, warnt die Stiftung Auge. Es sei davon auszugehen, dass in Pflegeheimen eine große Zahl von Menschen lebe, bei denen diese Erkrankungen nicht erkannt und daher auch nicht behandelt würden. Die Stiftung will mit einer bundesweiten Erhebung solche Versorgungslücken aufdecken und dazu beitragen, dass diese Menschen ausreichend versorgt werden. Denn in Deutschland sei augenärztliche Versorgung auf höchstem Niveau verfügbar. Die Experten der Stiftung wollen Häuser unterschiedlicher Träger in verschiedenen Regionen Deutschlands besuchen und dort Untersuchungen durchführen. Wie die Stiftung mitteilte, wird die Studie von Professor Frank Krummenauer, Institut für Medizinische Biometrie und Epidemiologie der Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke wissenschaftlich begleitet. Mehrere Universitätsaugenkliniken hätten ebenfalls ihr Interesse an einer aktiven Teilnahme an dem Projekt erklärt. Bei einem Kongress der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft seien jüngst bereits 10.000 Euro an Spenden zusammengekommen, die in das Projekt fließen sollen. *wdl*

ANZEIGE

Wiesbaden 50 km
Frankfurt 90 km
Koblenz 20 km

15 Jahre Dauerpflege
Einmalig 380 € und Namensschild 199 €

Deutsche Friedhofsgesellschaft

Telefon 0228 97 63 490
www.deutsche-friedhofsgesellschaft.de
Am Flamarium | 56340 Dachsenhausen

Seniorenrestaurants

Preis 4,70 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

Bockenheim Pflegeheim Bockenheim
Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-648
U 6 Richtung Heerstraße, U 7 Richtung Hausen
Haltestelle Kirchplatz,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Eckenheim Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-216
U 5 Richtung Preungesheim oder Bus Nr. 34 Richtung
Bornheim-Mitte, Haltestelle Marbachweg/Sozialzentrum,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Ostend Nachbarschaftszentrum Ostend
Uhlandstraße 50, Hinterhaus, 60314 Frankfurt am Main
Telefon 069/43 96 45, Fax 0 69/43 69 72
U 6/U 7 Haltestelle Zoo oder S 1 bis S 6/S 8 oder
Straßenbahnlinien 11/14 Haltestelle Ostendstraße,
Öffnungszeit: Mo–Fr 12.00 bis 14.00 Uhr

Praunheim Pflegeheim Praunheim
Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-744
U 6 bis Endstation Heerstraße und Bus Nr. 60
Richtung Heddernheim, Haltestelle Graebestraße,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Rödelheim Sozial- und Reha-Zentrum West
Alexanderstraße 92–96, 60489 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-81 98
S 3/S 4 Richtung Bad Soden/Kronberg oder S 5
Richtung Friedrichsdorf, Haltestelle Rödelheim Bahnhof oder Bus
Nr. 34, Richtung Bornheim Mitte, Haltestelle Reifenberger Straße,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Sachsenhausen Bürgermeister-Gräf-Haus
Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/6 03 21 05
Bus Nr. 36 Richtung Hainer Weg oder Bus Nr. 47
vom und zum Südbahnhof, Haltestelle Wendelsplatz,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Seckbach Hufeland-Haus
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/47 04-3 44, Fax 0 69/4 70 43 15
Bus Nr. 38 Richtung Atzelberg oder Bus Nr. 43 Richtung
Bergen oder Bornheim Mitte, Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: Mo–Fr 8.00 bis 16.00 Uhr,
Sa 11.30 bis 16.00 Uhr, So 11.30 bis 17.00 Uhr

Sossenheim Victor-Gollancz-Haus
Kurmainzer Str. 91, 65936 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-453
Bus Nr. 55, Haltestelle Eltviller Straße,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

Haben Sie Fragen zum Mittagstisch?
Telefon: 2 12/3 57 01

Essen auf Rädern

Preis 4,70 Euro zuzüglich
Anlieferungspauschale von 1,30 Euro
Bestellung direkt beim Anbieter:

Arbeiter-Samariter-Bund / Stadtgebiet Frankfurt
Silostraße 23, 65929 Frankfurt am Main
Telefon 08 00/1 92 12 00, Fax 0 69/94 99 72 22

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt • Florianweg 9, 60388 Frankfurt am Main
warmes Essen: Telefon 0 69/30 05 99 91,
Tiefkühlkost: Telefon 0 61 09/30 04 29

Essen auf Rädern von verschiedenen Cateringfirmen vermitteln folgende Sozialverbände:

Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/30 05 99-92, Fax 0 69/30 05 99-96

Hufeland-Haus / Bergen-Enkheim, Riederwald, Seckbach,
Bornheim, teilweise Nordend und Ostend
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/4 70 43 44, Fax 0 69/4 70 43 15

Der Eigenanteil für die Inhaber der „Grünen Karte" wurde auf 2,80 Euro festgelegt.

ANZEIGE

Für Sie gelesen

Was macht ein Leben aus?

Es ist ein unspektakuläres Leben, das Andreas Egger führt. Ein Kind, dessen Mutter es weggegeben hat, harte Arbeit, erst als Hilfsknecht, dann beim Bau der ersten Seilbahn in dem abgelegenen Gebirgstal. Und dann diese Liebe zu Marie. Auch sie nicht spektakulär, aber tief und klar – und sie dauert nur kurze Zeit. Die Sprache von Robert Seethaler vermag es, den Leser ohne sentimentale Schnörkel tief anzurühren und etwas davon zu vermitteln, was elementar ist, damit das Leben eines Knechtes in den Bergen ein ganzes Leben wird. Robert Seethaler: Ein ganzes Leben, Hanser Verlag, geb., 160 Seiten, 17,90 Euro.

Werden die Meisen wieder singen?

Warum die Lapplandmeisen eines Tages verstummt sind, weiß keiner so recht. Auch nicht, warum sie nach Jahren des Schweigens wieder mit ihrem Gesang weitermachen. Drei Menschen – eine Dokumentarfilmerin, ein junger Filmemacher und eine amerikanische Studentin, sind auf schwer zu durchschauende Weise und zu unterschiedlichen Zeiten mit diesem Phänomen verbunden, das auf eine finnische Insel beschränkt bleibt. Die Handlung ist manchmal verwirrend und macht es dem Leser nicht leicht, zwischen den unterschiedlichen Personen und Zeitperioden zu unterscheiden. Die wissenschaftlich anmutenden Fußnoten tragen zu dieser Verwirrung bei. Doch wer sich darauf einlässt, kann mit diesem Buch eintauchen in die Stille einer finnischen Insel und in die Welt der Ornithologen. Franz Friedrich: Die Meisen von Uusimaa singen nicht mehr, S. Fischer, geb., 320 Seiten, 19,99 Euro.

Was wollte ich gerade erledigen?

Wer kennt das nicht? Man geht in den Keller, um eine Flasche Wein zu holen. Und wenn man unten ist, hat man vergessen, was man eigentlich erledigen wollte. Das muss nicht so sein, sagt der Professor für Innere Medizin, Christoph M. Bamberger. Und schon gar nicht sollte man es gleich als erstes Anzeichen einer Demenz ansehen. Aber man kann etwas gegen die Vergesslichkeit tun, sagt er und bietet in einem kleinen Bändchen „Vergesslichkeitskiller“ an. Viele der Tricks kennt man vielleicht schon (der Knoten im Taschentuch ist übrigens nicht dabei). Vieles ist aber neu, einfach zu erlernen und gut praktikabel. Es lohnt sich, einige der Tipps auszuprobieren. Prof. Dr. C.M. Bamberger: Die 50 besten Vergesslichkeitskiller, Trias Verlag, brosch., 100 Seiten, 9,99 Euro.

Selbstbestimmt sterben

Hans Küng, der große katholische Theologe und ökumenische Denker, ist für viele Menschen ein Vorbild. Sein klares Eintreten für seine christlichen Überzeugungen, die nicht immer mit den Dogmen der katholischen Kirche übereinstimmten, sein unermüdlicher Einsatz für die Ökumene und die Stiftung Weltethos haben viele Menschen dazu bewegt, sich selbst zu engagieren. Nun hat er in einem Buch seine Gedanken niedergelegt, die dazu führen könnten, dass er sich eines Tages selbst das Leben nimmt – und damit auch viele Menschen enttäuscht. Doch auch hier erweist sich Küng als gradliniger Mensch, der seine Ideen wohlüberlegt mit klaren Argumenten und Glaubensüberzeugungen unterfüttert. Man muss ihm nicht zustimmen, wenn er sagt, dass er für ein selbstbestimmtes Sterben aus christlichem Denken heraus eintritt. Aber seine Gedanken über medizinethische Normen, Menschenwürde und Selbstverantwortung sind allemal mit Gewinn zu lesen. Hans Küng: Glücklich sterben?, Piper Verlag, geb., 159 Seiten, 16,99 Euro.

Ein besonderer Buchhalter

Benno Stehkragen ist ein kleiner Buchhalter, der seiner Bank treu dient und seine Arbeit sorgfältig, wenn auch mit wenig Freude tut. Sein Name ist komisch und etliche Menschen seiner Umgebung finden auch ihn selbst komisch. Der nur 1,12 Meter kleine Mann hat einen Buckel, ist ziemlich unansehnlich und von daher gerade für junge Frauen wenig interessant. Aber er hat ja seine Tagträume, die sich ausgerechnet auf die neue junge und hübsche Kollegin ausrichten. Der jüdische Eigenbrötler ist auch sonst ein komischer Kauz, der allen Realitäten zum Trotz sogar davon träumt, seinem Vaterland zu dienen. Dass er auf unerwartete Weise zum Schluss tatsächlich zum Helden wird, das muss man einfach selbst lesen. Autor ist der jüdische Kaufmannssohn Karl Ettlinger, der Anfang des 20. Jahrhunderts ein gern gelesener Schreiber war, aber lange in Vergessenheit geriet. Karl Ettlinger, Benno Stehkragen, Henrich Editionen, brosch., 172 Seiten, 14,95 Euro. *Lieselotte Wendl*

„Eine Familie“ musiziert

Der Ungar András Schiff steht im Mittelpunkt eines dreitägigen „Fokus“-Festivals in der Alten Oper. „Wir verstehen uns nicht als Dienstorchester, sondern als eine Art Familie“, beschreibt Schiff die Besonderheit des 1999 von ihm gegründeten Ensembles Capella Andrea Barca.
Capella Andrea Barca, 29. Januar, 20 Uhr, Großer Saal. Kammermusik mit András Schiff, 31. Januar, 20 Uhr, Mozartsaal. András Schiff, 1. Februar, 20 Uhr, Großer Saal. *sel*

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31/1 92 40

Bürgertelefon / Infostellen der Sozialrathäuser

Sozialdienste für Bürgerinnen und Bürger in den jeweiligen Sozialrathäusern: Beratung und Unterstützung bei Fragen und Problemen aller Lebensbereiche Älterer; Intervention, Konfliktberatung und Krisenbewältigung; Vergabe Frankfurt-Pass; Vermittlung und Koordination von Hilfe- und Unterstützungsangeboten sowie Klärung der Finanzierungsmöglichkeiten:

Sozialrathaus Am Bügel	212-3 80 38
Sozialrathaus Bergen-Enkheim / Ost	212-4 12 11
Sozialrathaus Bockenheim	212-743 04
Sozialrathaus Bornheim / Ost	212-3 05 47
Sozialrathaus Dornbusch	212-7 07 35
Sozialrathaus Gallus	212-3 96 59
Sozialrathaus Höchst	212-4 55 27
Sozialrathaus Nordweststadt	212-3 22 74
Sozialrathaus Sachsenhausen	212-3 38 11
Rathaus für Senioren, Infostelle	212-4 99 11

Apothekennotruf (Bandansage)	0 18 01 / 55 57 77 93 17
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	212-70 47 0
Behördennummer Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	115
Betreuungsbehörde	212-4 99 66
EC-Karten-Sperre in Deutschland	116 116
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	212-3 57 01
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr) kostenfrei	08 00 / 20 08 00 70
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 24
Kinder- und Jugendschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Leitstelle Älterwerden	212-3 81 60
Mainova-Service	08 00 / 114 44 88
Notruf (Gasgeruch, Wasser)	0 69 / 21 38 81 10
„Not sehen und helfen"	212-7 00 70
Spendentelefon für Flüchtlinge	212-3 43 98
Römertelefon	212-4 00 00
Seniorentelefon	212-3 70 70
Senioren Zeitschrift	212-3 34 05
Soziale Hilfen für Heimbewohner	212-4 99 33
Tagesfahrten / Theatervorstellungen	212-4 99 44
Telekom-Auskunft (kostenpflichtig)	118 33
Wohnen im Alter	212-7 06 76
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	01805 / 60 70 11
Zentrale Heimplatzvermittlung	212-4 99 22
Zentrale für Krankentransporte	800 60 100

ASB (Servicenummer)	314 07 20
AWO Kreisverband	49 95 51
Caritas-Verband	29 82-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Ffm.	95 52 62-0
Diakonisches Werk für Frankfurt a.M.	247 51 49-0
Die Johanniter	36 60 06-6 00
DRK Bezirksverband Frankfurt	24 27 74 12
Evangelische Telefonseelsorge	08 00 / 111 01 11
Fahrgastbegleitservice VGF	213-2 31 88
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Heißer Draht für pflegende Angehörige	95 52 49 11
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67-1
Katholische Telefonseelsorge	08 00 / 111 02 2
Malteser	94 21 05-0
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	95 10 33 12
Pflegebegleiter Initiative	78 09 80
Selbsthilfe-Kontaktstelle	55 94 44
SoVD-Stadtkreisverband (Sozialverband Deutschland)	31 90 43
VdK-Kreisverband Frankfurt	4 36 52 13
Weißer Ring Opfer-Telefon	11 60 06

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Oberlindau 20, 60323 Frankfurt am Main
Information und Anmeldung, Telefon 0 69 / 97 20 17-40

Trauercafé
Das Trauercafé der Hospizgruppe des Bürgerinstituts öffnet wieder an den Sonntagen 8. Februar und 8. März, jeweils von 15 bis 17 Uhr. Es ist ein offenes Angebot für trauernde Menschen, die einen erwachsenen Angehörigen oder Freund durch eine schwere Krankheit verloren haben.

Workshop Beileidsschreiben
Ab einem bestimmten Alter häufen sich die Anlässe. Wie kondoliere ich richtig? Welche Karte wähle ich aus? Diplom-Psychologin Monika Müller-Herrmann, Koordinatorin der Hospizgruppe im Bürgerinstitut, gibt Anregungen und einen Raum zum Erfahrungsaustausch.
Donnerstag, 26. März, von 17.30 bis 19 Uhr. Maximal 16 Teilnehmer. Um Anmeldung wird gebeten unter Telefon 0 69/97 20 17 24 oder mueller-herrmann@buergerinstitut.de

Schnupperabend „Ehrenamt im Hospiz“
Die Ehrenamtlichen haben in der Hospizbewegung von Anfang an eine tragende Rolle gespielt. Welche Arten von Ehrenamt gibt es in der Hospizarbeit, welche Einrichtungen in Frankfurt gibt es und welche Schulungsmöglichkeiten? Das Bürgerinstitut selbst bietet ab 20. Februar eine Schulung für Hospizhelfer an, die über zwei Wochenenden und acht Abendtermine geht. Mit Monika Müller-Herrmann, Koordinatorin der Hospizgruppe im Bürgerinstitut.
Donnerstag, 15. Januar, von 18 bis 19.30 Uhr
Um Anmeldung wird gebeten: Telefon 0 69/97 20 17 24 oder mueller-herrmann@buergerinstitut.de

Standorte Hilda-Mobil
unserer mobilen Demenz-Beratungsstelle:

Bergen-Enkheim, Hessen-Center, Eingang Erdgeschoss, 27. Januar, 24. Februar, 31. März, jeweils 9.30 bis 14 Uhr
Nord-West-Zentrum, Wochenmarkt, Walter-Möller-Platz, 28. Januar, 25. Februar, 25. März, jeweils 9 bis 13 Uhr
Schwanheim, vor dem Gesundheitszentrum, Alt-Schwanheim 6, 7. Januar, 4. Februar, 4. März, jeweils 14.30 bis 18 Uhr
Sachsenhausen, Wochenmarkt am Südbahnhof 6. Januar, 3. Februar, 3. März, jeweils 9 bis 13 Uhr

Veranstaltungen Treffpunkt Rothschildpark

Künstlerisches Eintüten mit Renate Weisz
Ob Fotos, kleine Fundstücke, Geschenke oder Reiseerinnerungen, sie sind es wert, in einer attraktiven Hülle aufbewahrt zu werden. Das charakteristische Bild der Tüte veredelt sie, macht sie selbst zu einem kleinen Kunstwerk.
Mittwoch, 21. Januar, 14 Uhr, Teilnehmerzahl begrenzt. Bitte schriftlich anmelden. 3 € Gästebeitrag

Heute bleibt die Küche kalt
Das Waldcafé Restaurant „Dionysos“, Hainer Weg 250, Frankfurt, bietet deutsche und griechische Küche. Probieren Sie die Mittagsgerichte oder Spezialitäten der Saison.
Donnerstag, 22. Januar, 12.30 Uhr, Treffpunkt 12.30 Uhr im Lokal (geöffnet ab 10.30 Uhr). Endstation der Buslinien 30 oder 36. Organisation: Maria Oltsch, bitte schriftlich anmelden

Ausstellungsführung „Dialog mit der Zeit“
„Wie werde ich leben?“ ist die zentrale Frage, die die Ausstellung „Dialog mit der Zeit“ auf spielerische und interaktive Weise stellt. Welche Möglichkeiten und Chancen gibt es, das eigene Leben zu gestalten – jetzt und in Zukunft?
Freitag, 23. Januar, 15 Uhr, Museum für Kommunikation, Schaumainkai 53, Treffpunkt: 14.45 Uhr / Entree, bitte schriftlich anmelden, Teilnehmerzahl begrenzt, 3 € Gästebeitrag – Eintritt frei

ANZEIGE

von Seite 59

Cafeteria für Jung und Alt
mit selbst gebackenen Kuchen, Mittwoch, 28. Januar, 14 Uhr; 15 Uhr: Kunstparcours mit Dr. Helga Bill, Die regelmäßig einmal pro Quartal stattfindende Reihe Kunstparcours stellt große Bildhauer, Maler und Architekten vor.

Die große Illusion
Veristische Skulpturen und ihre Techniken – begleitend zur Ausstellung im Liebieghaus (bis 1. März).
In einer Sonderausstellung widmet sich die Liebieghaus Skulpturensammlung der Tradition der (hyper-) realistischen Skulptur. „Die große Illusion“ bietet einen Einblick in die über 4.000 Jahre alten Bestrebungen von Bildhauern verschiedenster Stilepochen. Die Gegenüberstellung von 52 Werken aus unterschiedlichen Jahrhunderten ermöglicht ein umfassendes Bild dieses kunsthistorischen Phänomens. 3 € Gästebeitrag

Bildergespräch mit Professor Reiner Diederich
Albrecht Altdorfer und das Expressive in der Kunst, Städel Museum (bis 8. Februar). Die Ausstellung veranschaulicht, wie eine ganze Generation von Künstlern um 1500 die Gattungen Landschafts- und Historienbild sowie Porträt neu formuliert. Prof. Reiner Diederich von der Kunst Gesellschaft bietet ein Bildergespräch in dieser Ausstellung an. Im Gespräch werden Bilder lebendig – und Kunst zum Erlebnis.
Donnerstag, 29. Januar, 15 Uhr, Treffpunkt Städel-Treppe 14.45 Uhr, 3 € Gästebeitrag plus Eintritt Städel

Grüneburgpark – Der Natur auf der Spur
Die Artenvielfalt der Natur im denkmalgeschützten Landschaftspark und Landschaftsschutzgebiet Grüneburgpark ist groß. Der Fotovortrag von Gisela Becker zeigt beeindruckende Bäume, Frühjahrsblüher auf den Wiesen, die Baumblüte, Interessantes aus der Welt der Pilze sowie Blickachsen auf Gehölzinseln (Clumps), Wiesen und Baumgruppen.
Donnerstag, 12. Februar, 17.30 Uhr, 3 € Gästebeitrag

Das nasse Element – Gruppenausstellung
Nach der Lehre der griechischen Philosophen gilt das nasse Element als Quell des Lebens. In seinen unterschiedlichen Aggregatzuständen übt es seit jeher eine ungeheure Faszination auf die Menschheit aus. Im 16. Jahr des Bestehens haben sich die Mitglieder der Fotogruppe Fotokreis-Kreativ die Aufgabe gestellt, die besondere Anziehungskraft des Wassers fotografisch zu erfassen.
Freitag, 13. Februar, 18 Uhr, Vernissage, Eintritt frei

Matinee Kunst und Literatur
mit Petra Schwerdtner und Dr. Adolf Fink. Ein Germanist und eine Kulturwissenschaftlerin sorgen im „Gemischten Doppel“ für die Begegnung von Wort und Werk und vermitteln ungewöhnliche Perspektiven auf berühmte Künstler wie Franz Marc, August Macke und Lovis Corinth.
Sonntag, 15. Februar, 11 Uhr, Mitglieder und Ehrenamtliche 8 €, Gäste 10 € – Bitte schriftlich anmelden

Cafeteria für Jung und Alt
mit selbst gebackenen Kuchen. Mittwoch, 18. Februar, 14 Uhr, 15 Uhr: Werkstatt Künstlerisches Eintüten mit Renate Weisz / 2. Teil
Teilnehmerzahl begrenzt. Bitte schriftlich anmelden, 3 € Gästebeitrag

Heute bleibt die Küche kalt
Das Café Restaurant „Libretto“ liegt in der Hasengasse 4, Frankfurt-Innenstadt – direkt neben der Stadtbücherei.
Donnerstag, 19. Februar, 12.30 Uhr, Treffpunkt 12.30 Uhr im Lokal. Haltestelle Dom/Römer U 5 oder U 4, Fußweg 350 m oder von Hauptwache 450 m. Organisation: Maria Oltsch, bitte schriftlich anmelden.

Pilgern – Reiselust in Gottes Namen
Vortrag von Hildegard Scheid. Heilige Orte gibt es in allen Religionen der Welt – von Rom bis Mekka, von Santiago bis zum Ganges, von Jerusalem bis zum heiligen Berg Kailash. Pilgern zählt zu den ältesten und gleichzeitig aktuellen Formen des Reisens. Pilgern ist „in“ wie lange nicht mehr. Es ist nicht Wandern – das darf Spaß machen –, aber „Pilgern muss weh tun“.
Mittwoch, 25. Februar, 15 Uhr, 3 € Gästebeitrag

Cafeteria für Jung und Alt
mit selbst gebackenen Kuchen
15.00 Uhr: Persien – Schatztruhe des Orients. Bildvortrag von Ilona Schutkowski. Persien als Wiege unserer Zivilisation ist seit jeher ein Brückenglied zwischen Morgenland und Abendland. Diese Bilderreise durch 3.000 Jahre Kulturgeschichte führt zu einigen Ausgrabungsstätten, Felsengräbern, Monumenten, Moscheen und Palästen, die zum Unesco-Weltkulturerbe gehören.
Mittwoch, 4. März, 14 Uhr, 3 € Gästebeitrag

Gier oder Selbstentfaltung?
Vortrag von Dr. Bernd Spahn. Das Sprichwort „Hast du was, dann bist du was“ drückt in extremer Weise den „Habenmodus“ (nach Erich Fromm) aus. Das Sein tritt in unserer Kultur offensichtlich hinter das Haben zurück: Ungleich mehr Menschen werden durch Geld, Macht und Prestige motiviert, als durch das Bestreben, eine reife, allseits entfaltete, gebildete und kultivierte Persönlichkeit zu werden.
Donnerstag, 12. März, 17.30 Uhr, 3 € Gästebeitrag

Heute bleibt die Küche kalt
Aussichtsreich essen auf dem Großen Feldberg.
Mittwoch, 18. März, 12.30 Uhr, Treffpunkt: 10.40 Uhr an der Hauptwache / B-Ebene vor dem Eingang zur Galeria Kaufhof. Gemeinsamer Aufbruch zum Großen Feldberg um 10.51 Uhr – U 3 bis Hohemark, Weiterfahrt um 11.36 Uhr mit dem Bus zum Großen Feldberg, Gruppenticket entsprechend Teilnehmerzahl, Rückfahrt vom Feldberg um 15.05 Uhr. Ein kleiner Spaziergang mit herrlichem Blick über das Umland ist auf dem Plateau immer möglich. Inge Reck und Doris Schreiner freuen sich auf unternehmungsfreudige Teilnehmer, bitte schriftlich anmelden.

Spaziergang durch das südliche Westend
mit Hartmut Schmidt, Initiative Stolpersteine Frankfurt am Main. Vom Treffpunkt Rothschildpark, Oberlindau 20, und zurück durch das Westend südlich der Bockenheimer Landstraße. Rund 60 der insgesamt 940 Stolpersteine in Frankfurt liegen hier. Sie erinnern an prominente Frankfurter Persönlichkeiten ebenso wie an „namenlose“ Bürgerinnen und Bürger, die im Nationalsozialismus ermordet und in den Tod getrieben wurden. Dauer: rund 90 Minuten.
Donnerstag, 19. März, 16 Uhr, bitte schriftlich anmelden, 3 € Gästebeitrag

Cafeteria für Jung und Alt
mit selbst gebackenen Kuchen, Donnerstag, 25. März, 14 Uhr, 15.00 Uhr: Der offene Dialog
Zur Apfelblüte begrüßt Renate Seiffermann Familie Theobald im offenen Dialog. Das stadtbekannte Apfelweinlokal „Zur Buchscheer“ in Sachsenhausen wurde bereits 1876 gegründet und ist seit fünf Generationen fest in Familienhand. Das Ehepaar Theobald wird über die Geschichte der Kelterei und des Restaurants im Zeitenwandel berichten.
Teilnehmerzahl begrenzt, bitte schriftlich anmelden, 3 € Gästebeitrag

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Vor dem Besuch eines Programmpunktes wird eine telefonische Terminbestätigung empfohlen.

Interkulturelles Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim
Alt- Fechenheim 89, 60386 Frankfurt
Telefon 0 69/97 69 46 92

Handarbeitskreis „Fechenheimer Wolltat“
Wir starten mit neuen Ideen und einer Menge Material in das neue Jahr, montags jeweils 14 Uhr, kostenlos

Faschingsfeier
Jetzt kimmt se uff de Kopp die Kapp
Freitag, 6. Februar, 14.30 Uhr, Kosten: 3 €

Modenschau Frühjahr/ Sommer 2015
Präsentation und Verkauf – Mode Mobil
Mittwoch, 11. März, 15 Uhr, Verzehrkosten

Frühlingskonzert
mit der Band „Rentnerband Rodenbach“
Sonntag, 29. März, 15 Uhr, Kosten: 3,50 €

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad
Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt,
Telefon 0 152 / 22 66 22 99

Madame de Pompadour
Referat von Frau Traxler
Dienstag, 27. Januar, 16 bis 17 Uhr, Kosten: 3 €

Begegnungs- und Servicezentrum Sossenheim
Toni Sender Straße 29, 65936 Frankfurt/Sossenheim,
Telefon 0 69 / 34 68 94 oder 0 69 / 34 66 61

Du entkommst mir nicht!
Informationen zur Bedrohung durch Stalking.
Die Kriminologin Corinna Metzner berichtet über Prävention und Schutz sowie Dynamik zwischen Täter und Opfer.
Donnerstag, 5. März, 19 bis 20.30 Uhr, Kosten: 3 €

Begegnungszentrum Ginnheim
Ginnheimer Landstraße 172/174, 60431 Frankfurt,
Eingang im Hof, Telefon 0 69 / 52 00 98

English Speaking Club
Welcome to our „Englisch Bubble Klub“!
Freitag, 23. Januar, 15 bis 16.30 Uhr, Kosten: 3 €

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
Gebeschusstraße 44, 65929 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 31 75 83

ANZEIGE

„Jeder Mensch braucht einen Anker. Wir haben ihn...“

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts

Wohnen und Leben im Wiesenhüttenstift ist einfach angenehm!

Mehr Infos unter: Frau A. Braumann 0 69 - 1 50 51 11 24

„Unsere Bewohnerinnen und Bewohner sollen sich rundum wohlfühlen und ihr Leben jeden Tag genießen können. Das ist für uns das Wichtigste.
Deshalb ist unser Umgang geprägt von Respekt und großem Verständnis für die Bedürfnisse des Einzelnen“.
Beatrix Schorr, Direktorin

Zertifiziert nach IQD

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Gravensteiner-Platz 3 D-60435 Frankfurt am Main
Telefon: +49 69 15051-0 Telefax: +49 69 15051-1111
E-Mail: info@wiesenhuettenstift.de Internet: www.wiesenhuettenstift.de

von Seite 61

„Frisch gemixt!“
Ein Cocktail aus Liedern, Sketchen und Gedichten.
Die Silberdisteln zu Gast in der SIH
Mittwoch, 11. Februar, 14.30 Uhr, Kosten: 3 €

Geschichten aus der Rotfabrik
Von Hühnermördern, Schafböcken und Schlawinern
Mittwoch, 3. Februar, 14.30 Uhr, Kosten: 2 € für einen Snack

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen Maintreff

Walter-Kolb-Str. 5–7, 60594 Frankfurt/Sachsenhausen
Telefon 0 69 / 1 53 92 14 15

Offener Bridge- und Kartentreff
Montags bis donnerstags jeweils 10.30 bis 17.30 Uhr, kostenlos

Faschingsfeier mit Live-Musik!
Einlass 10 Uhr, Live-Musik von 14 bis 17 Uhr
Freitag, 13. Februar, 3,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen-West / Riedhof

Mörfelder Landstraße 210, 60598 Frankfurt
Telefon 0 69/ 6 31 40 14

Frankfurter Märchen und Sagen
Vortrag von und mit Frau Wustmann
Dienstag, 27. Januar, 15.30 bis 16.30 Uhr, Kosten: 2 €

Frankfurt Helau
Große Faschingssitzung zu Gast der Karnevalsverein „Die Fechemer Dutte“, Sonntag, 1. Februar, 14.11 Uhr, Kosten: 10 € inkl. Kaffee und Kuchen

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim / Auguste-Oberwinter-Haus

Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt
Telefon 0 69/78 00 26

Die Frankfurter Eintracht
Hintergründe und Heiteres mit DOC Hermann.
Dr. Othmar Hermann ist Kenner der Eintracht und erzählt von Spielern und Sternstunden des legendären Frankfurter Fußballvereins.
Dienstag, 24. Februar, 19 bis 21 Uhr, Kosten: 2 €

Der Weg zum eigenen Blog in drei Modulen
Mit dem Journalisten Andreas Nöthen vom Rödelheim-Blog. Grundlagen und technische Voraussetzungen, juristische Hintergründe und Textwerkstatt.
Sonntag, 1. März, 8. März und 22. März, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 1. + 2. Termin gesamt 40 €, 3. Termin (22. März) 20 €

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298, 60439 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 29 98 07 55 22

Fahrt nach Erbach im Odenwald
und Besuch der Glücksfabrik Koziol
Treffpunkt: 9.15 Uhr Am Ebelfeld (Endstation U 6), 9.30 Uhr Bushaltestelle GHR/Praunheimer Weg, 9.45 Uhr Kiosk Praunheimer Brücke
Mittwoch, 21. Januar, Kosten: 21 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Besuch der Nudelfabrik Gutting
in Großfischlingen in der Pfalz
Treffpunkt: 9.15 Uhr Am Ebelfeld (Endstation U 6), 9.30 Uhr Bushaltestelle GHR/Praunheimer Weg, 9.45 Uhr Kiosk Praunheimer Brücke
Mittwoch, 25. Februar, Kosten: 16 € Fahrpreis (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Niedereschbach

Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt
Telefon 0 69/36 60 38 27

Sicher unterwegs – mobil bleiben
Verkehrssicherheitsberatung (1. Teil).
Polizeihauptkommissarin Silvia Schwalba informiert zum Thema Verkehrssicherheit.
Dienstag, 27. Januar, 15 bis 17 Uhr, Kosten: 3 € (Clubmitglieder kostenlos)

Very british ...
Ein Diavortrag von Reinhold Schäfer über die Weltstadt London
Dienstag, 3. Februar, 15 bis 17 Uhr, Kosten: 3 € (Clubmitglieder kostenlos)

Frühlingsfest im Begegnungszentrum
Frühlingsklänge mit dem Ihnen bekannten Musiker Sam bei Kaffee und Torte
Dienstag, 10. März, 15 bis 17 Uhr, Kosten: 1 Stück Torte und 1 Kaffee 3,50 € (Clubmitglieder kostenlos)

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

Tränkweg 32, 60529 Frankfurt, Telefon 0 69/6 66 77 93

Moin Moin! Norddeutscher Nachmittag im Hofgut
Der Norden zu Besuch in Hessen
Donnerstag, 29. Januar, 14.30 bis 17.30 Uhr, Kosten: Verzehrkosten

Goldstein Helau! Rambazamba im Hofgut!
Freitag, 13. Februar, 14 bis 18 Uhr, Kosten: 1,50 € Eintritt zzgl. Verzehrkosten

Dürfen wir bitten?
Tanzcafé im Hofgut. Beschwingte Stunden mit Musik
Donnerstag, 26. März, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 3,50 € zzgl. ggf. Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Bolongarostr. 137, 65929 Frankfurt, Telefon 0 69/31 24 18

Matthias Claudius
Zum 200. Todestag des Dichters von „Der Mond ist aufgegangen“
Montag, 19. Januar, 15.30 Uhr, Kosten: Verzehrkosten für Kaffee und Kuchen

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt
Telefon 0 69 / 57 71 31

Tanzmomente – Freude an Tanz und Bewegung
mit Beate Schmitt (Tanztherapeutin BTD)
Donnerstag, 29. Januar, 15 bis 16 Uhr, Kosten: 4 €

Heddernheimer Kultursalon
Offene Bühne für Musik, Literatur und Tanz und vieles mehr im Stadtteil, Freitag, 30. Januar, 18 bis 21 Uhr, Kosten: Spende erwünscht

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206–210, 60326 Frankfurt
Telefon 0 69/7 38 25 45

Kreppelnachmittag der Karnevalsgesellschaft „Die Kameruner“ im Haus Gallus
Treffpunkt: Frankenallee 111 im Bürgerhaus Gallus.
Bitte bringen Sie Ihre Kaffeetasse mit!
Mittwoch, 28. Januar, Einlass 14.45 bis 18 Uhr,
Kosten: keine

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung

Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt Telefon 0 69/2 99 80 72 68

„An einem Tag im Frühling“
Konzert mit dem Seniorenorchester
Montag, 23. März, 15 bis 17 Uhr, Kosten: Spende erwünscht

Faschingssitzung
mit den Fidelen Eckenheimern und Frank Eisenmann
Sonntag, 1. Februar, 15.11 Uhr,
Einlass: 14.11 Uhr, Kosten: 7,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Dornbusch

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt
Telefon 0 69/5 97 16 84

Die Theaterwerkstatt
Ein Theaterkurs für Junge, Junggebliebene und alle, die es bleiben wollen. Donnerstag, 5. Februar, 18.30 bis 20.30 Uhr, Kosten: 80 € für 16 Stunden

Mosaikgestaltung für Erwachsene
Von den Römern lernen – mit der jahrhundertealten Mosaik-Technik Kunstwerke erschaffen, Freitag, 6. Februar, 10.30 bis 12.30 Uhr, Kosten: 100 € für 20 Stunden

Offene Filzwerkstatt
Filzen ist eine faszinierende Technik: ob Kunstobjekt, Accessoire oder Schmuck – alles ist möglich!
Donnerstag, 19. Februar, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 16 € pro Nachmittag

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim Ostend

Rhönstraße 89, 60385 Frankfurt, Telefon 0 69/44 95 82

Märchenzeit im Treff
Lassen Sie sich verzaubern von Geschichten voller Weisheit und Magie. Montag, 26. Januar und 23. Februar, 14.30 bis 17.30 Uhr, Kosten: 3 €

Zukunft gemeinsam gestalten
Café & Tee im Quartier
Donnerstag, 28. Januar, 15 bis 20 Uhr, Kosten: Verzehrkosten

Mode Mobil
Die neue Frühjahrskollektion
Montag, 2. März, 14.30 bis 17.30 Uhr Kosten: Verzehrkosten

Frühlingsessen
Gemeinsam schmeckt es doppelt so gut.
Hühnersuppe mit frischem Gemüse und Nudeln
Montag, 30. März, 12.30 bis 14 Uhr, Kosten: 4,50 €

ANZEIGE

HausNotruf – *Knopfdruck genügt!*

www.DRK.de

Wir beraten Sie gerne!
☎ (0 69) 71 91 91 22

Deutsches Rotes Kreuz
Ein Partner von Bosch

HausNotruf • Seilerstraße 23 • 60313 Frankfurt

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim – Bockenheimer Treff

Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt
Telefon 0 69/77 52 82

Der Rosenmagier
Band 3, Fantasy-Roman.
Lesung der Autorin Bettina Weber – mit eigenem Gesang untermalt. Freitag, 16. Januar, 15 Uhr

Leiden Sie noch oder klopfen Sie schon?
Vortrag mit praktischen Übungen durch Christine Zwanzger-Mosebach, Dipl.-Psych. Wiederholung und Vertiefung am 24. Februar
Dienstag, 27. Januar, 19 bis 21 Uhr, Kosten: 5 €

Energie tanken – Lebensfreude steigern
Entspannen im Alltag mit
Dipl.-Psych. Christine Zwanzger-Mosebach,
Freitag, 6. Februar, 13. Februar und 27. Februar,
10 bis 11 Uhr, Kosten: 20 € für 5 Termine

Judentum – Reihe: Weltreligionen vorgestellt
Näher gebracht von Marina Medina, Kunsthistorikerin
Dienstag, 10. März, 15 Uhr, Kosten: Spenden erwünscht

Handarbeiten in gemütlicher Runde
Neues Angebot: Stricken, Häkeln, Sticken:
mit Dorothee Färber
Donnerstag, 12. März und 26. März, 15.30 bis 17 Uhr

JETZT MITMACHEN UND GEWINNEN!

Schöne bunte Bilder und viele Zeichen: So präsentiert sich ein Tablet seinem Benutzer. Doch wer sich mit dem Gerät nicht auskennt, gar noch niemals mit Computer, Touchscreen und Ähnlichem zu tun hatte, der gibt möglicherweise wieder auf, bevor er überhaupt begonnen hat. Gerade viele ältere Menschen tun sich manchmal noch schwer, dieses neue kleine Gerät zu benutzen. Dabei kann es doch dazu dienen, Kindern und Enkeln auch auf die Ferne nah zu sein, ja sogar in Kontakt mit der Welt zu treten. Und es kann so einfach sein. Es muss sich nur jemand finden, der geduldig auch die allerkleinsten ersten Schritte erklärt und keine Fragen für dumm hält. „**Die.Anleitung**“ verspricht genau das: Ohne Vorkenntnisse sicher zum Ziel. In diesen DIN-A4-großen Büchern wird nahezu alles auch im Bild gezeigt, die Computersprache, wo es möglich ist, in deutsche Wörter übersetzt, und alles nach und nach erklärt. So lernt der Benutzer, wie man überhaupt erst einmal so ein Gerät in Betrieb nimmt, wie Internet und E-Mail funktionieren, wie man Fotos bearbeitet und verwaltet und natürlich, wie man die Apps findet, auswählt, verwaltet und nutzt. Es gibt **Die.Anleitung** für Android Tablet und Android Phone sowie für Apple iPad und Apple iPhone.

Leser der Senioren Zeitschrift haben die Chance, eine Anleitung für Android Tablet oder Android Phone zu gewinnen. Der Verlag hat jeweils fünf Exemplare zur Verfügung gestellt. Die Gewinner werden ausgelost. Einsendeschluss ist der 12. Februar. Einsendungen an die Redaktion der Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt. *wdl*

ANLEITUNGEN ZU GEWINNEN

3 SPIELE ZU GEWINNEN

Die Macher des Wasserhäuschen-Quartetts (von links): Oliver Kirst, Hubert Gloss und Boris Borm.
Foto: Amelie Wloka

Frankfurter Wasserhäuschen als Quartettspiel

Die Wasserhäuschen gehören zu Frankfurt wie Skyline, Handkäs und Ebbelwei. Für viele ihrer Besucher und Stammgäste sind die Büdchen seit Jahrzehnten mehr als ein Kiosk: Sie sind nach deren Ansicht eine kulturelle Institution. Um den Wasserhäuschen ein Denkmal zu setzen, kamen drei Frankfurter auf die Idee, ein Wasserhäuschen-Quartettspiel zu entwerfen. Der Fotograf Hubert Gloss und Oliver Kirst, der eine Diplomarbeit über Wasserhäuschen geschrieben hat, besuchen und „sammeln“ seit zehn Jahren am liebsten frei stehende Büdchen. Boris Borm hat das Kartenspiel gestaltet. Entsprechend dem Verkaufsfenster der Wasserhäuschen ist die Vorderseite farbenfroh gehalten. Auf der Rückseite der Karten findet sich ein stilisiertes Wasserhäuschen nebst Frankfurter Skyline, gezeichnet von Leonore Poth.

„Kinder und Erwachsene spielen für ihr Leben gern“, so Hubert Gloss. „Das Quartettspiel gehört seit Jahrzehnten zu den Klassikern. Die Quartettmotive in diesem Spiel sind 32 charakteristische Frankfurter Wasserhäuschen mit ihren Betreibern und ihren Kunden, Personen aus dem Alltagsleben, sowie drei informative Karten über die lieb gewonnene Institution Wasserhäuschen. Das Quartettspiel als kleinster analoger Büdchenführer von 2014 ist ihnen jetzt gewidmet.“

Hubert Gloss und Oliver Kirst sind von den Wasserhäuschen so begeistert, dass sie sogar seit fünf Jahren einen Volkshochschulkurs darüber anbieten. Der nächste Kurs mit Besuch von fünf Wasserhäuschen findet am Samstag, 11. April, von 11 bis 15 Uhr statt, Buchungen nimmt die VHS Frankfurt entgegen.

Das Wasserhäuschenquartett kann an ausgewählten Wasserhäuschen und im Werkstattladen, Römerberg 32, erworben werden. Weitere Verkaufsadressen gibt es im Internet unter www.wasserhaeuschen.eu.

Für die Leser der Senioren Zeitschrift liegen drei Wasserhäuschen-Quartette bereit. Unter den Zuschriften, die unter dem Stichwort „Wasserhäuschen“ bis zum 12. Februar bei der Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, eingehen, werden drei Gewinner gezogen. Die Redaktion wünscht viel Glück! *red*

Foto: Perino

40 Jahre Senioren Zeitschrift
Während der trübgrauen Oktobertage 2014 hat die SZ das Schaufenster der Bürgerberatung, Römerberg 32, passend zum 40. Geburtstag farbig gestaltet. Stadträtin Daniela Birkenfeld zum Jubiläum: „Für eine Zeitschrift ist das in unserer schnelllebigen Zeit mit sich rasant ändernden Informationsgewohnheiten eine eindrucksvolle Epoche.“ *red*

Ehemalige gesucht

Das Bild zeigt eine Kindergruppe aus dem Jahr 1935, aufgenommen im Frankfurter Nordend, Neuhofstraße / Ecke Gluckstraße. Rechts der Junge ist Kurt Henkel. Er sucht Ehemalige, die sich auf dem Foto wiedererkennen – oder an die sich jemand erinnert. Wer ein Mädchen oder einen Jungen auf dem Foto erkennt, möchte Kontakt aufnehmen mit: Kurt Henkel, Waldschmidtstraße 6, App. 6010, 60316 Frankfurt, oder telefonisch 0 69/40 58 51 94. *red*

Möchten Sie uns helfen?

So sah das Schiff aus. Foto: www.dieBismarck.de

Im Rahmen eines Buchprojekts suchen wir Kontakt mit Hinterbliebenen und Bekannten der Matrosen von dem Schiff „Bismarck“, um über die persönlichen Geschichten und Schicksale der Matrosen zu berichten und ihnen eine letzte Ehrung zu erweisen.
Haben Sie Familienmitglieder, Kameraden oder Bekannte, die auf der „Bismarck“ gefahren sind? Haben Sie die „Bismarck“ selbst gesehen? Oder können Sie uns vielleicht mit Hinterbliebenen in Verbindung bringen? Wir freuen uns auf Ihren Anruf. Vielen Dank!

Ward Carr, Kaiser-Sigmund-Str. 13, 60320 Frankfurt, Telefon 0 69/56 00 57 88, E-Mail: wardcarr@aol.com, www.diebismarck.de.

Bisher haben wir über 400 Porträts in zwei Bänden veröffentlicht.

Leserbrief zu „Wer kann helfen“, SZ 4 / 2014, Seite 77

Christine Hoffmann aus Bernried hatte Nachfahren von Augenarzt Dr. Max Müller gesucht. Die Suche in der SZ war erfolgreich, wie sie der Redaktion schreibt: „Ich möchte mich nochmal für Ihre Unterstützung bei der Suche nach der Familie des Augenarztes Dr. Müller bedanken. Ich habe gestern einen Anruf bekommen von einer Frau aus Celle. Eine Freundin hatte in einer Apotheke in Frankfurt die Senioren Zeitschrift mitgenommen und sie wegen des Artikels angerufen. Die Dame aus Celle lebte in der Familie Müller als Pflegekind und wurde in dem Brief, den ich gerne weitergeben wollte, sogar sehr nett und namentlich erwähnt. Jedenfalls habe ich heute mit einem der Enkel des Herrn Dr. Müller telefoniert, der sich sehr darüber gefreut hat, dieses Dokument zu bekommen.“
Das ist doch wirklich ein Erfolg! *red*

ANZEIGE

Neue Hausarztpraxis am Dornbusch

Dr. med. Hildegard Hansmann
Fachärztin für Allgemeinmedizin

Eschersheimer Landstraße 248 • 60320 Frankfurt am Main
Haus Dornbusch 3. OG • Aufzug, barrierefreier Zugang

Sprechzeiten: Mo, Di, Fr von 14.00 bis 18.00 Uhr
Mi, Do von 09.00 bis 13.00 Uhr
Hausbesuche nach Vereinbarung

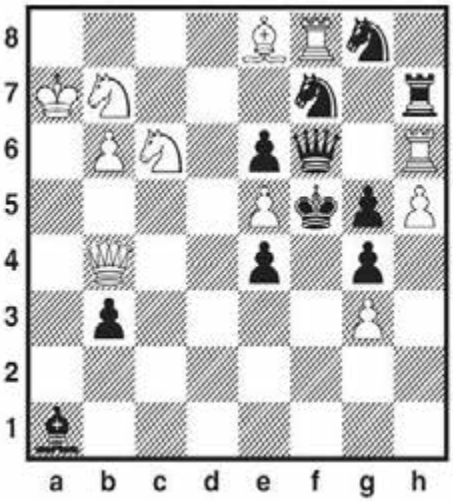
Individuelle Betreuung und Beratung,
Vorsorge und Prävention für die ganze Familie.

Telefon: 0 69 • 95 63 33 88
www.doc-hansmann.de • info@doc-hansmann.de

Edelsteingeschmeide	versteckter Spott	glasartiger Überzug			Vegetationsform	Berührungsverbote	ital.: ja	Stadt in Polen dt. Name		polit. Handstreiche		Zeichen für: Kosinus	Garnelenart
fest, haltbar		sibir.-mongol. Grenzgebirge						Indianerzelte		Einfahrt			
					Durchschrift		abgesteckte Straßenführung						
ohne bestimmte Planung		Buchausgabe		österr. Maler † 1959 (Alfred)						Pfrieme		Beinkleider	
							Nachtvögel		Stammmutter, Vorfahrin				
				Heil-, Bildungsstätte		festes Ganzes							
unbest. Fürwort	griech. Insel		Ureinwohner Japans/Mz.						Dinge, Angelegenheiten		lat.-franz.: und		
						kirchl. Handlung		sechster Ton vom Grundton an					
Götterriese			Ruhe-, Polstermöbel		Stadt an der Maas (Frankreich)						franz.: gleichfalls		Stadt auf Sizilien
Abendmahlsoblaten								Kfz-Z. Cham		engl.: Hund			
südostasiat. Zwergbüffel					Initialen Einsteins		veralt.: Stuhl, Sessel						
Süßkartoffeln		zweidimensionales Gebilde								Telefon (Abk.)			
							ital. Adriahafen						

15

Schach



F. Karge (DSZ 1978)

Matt in zwei Zügen.

Kontrollstellung:

Weiß: Ka7, Db4, Tf8, h6, Le8, Sb7, c6, Bb6e5, g3, h5 (11)

Schwarz: Kf5, Df6,Th7, La1, Sf7, g8, Bb3,e4, e6, g4, g5 (11)

Die Lösungen finden Sie auf Seite 15

Anschrift und Impressum

Herausgeber
Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht der Stadt Frankfurt am Main in Zusammenarbeit mit dem Presse- und Informationsamt.

Anschrift | Redaktion
Jutta Perino (v.i.S.d.P.), Senioren Zeitschrift, Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69 / 212-3 34 05, Fax: 0 69 / 212-3 0741, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Abonnement | Leseranfragen und Vertrieb
Petra Lösch, Telefon: 0 69 / 212-4 92 89 (vormittags), E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Gesamtherstellung | Gestaltung | Anzeigenverkauf
Kreativwerkstatt, Agentur und Verlag, Oeder Weg 7–9, 60318 Frankfurt/Main Telefon: 0 69 / 42 08 27 85, Fax: 0 69 / 42 08 27 86, Mobil: 0 172 / 682 80 20, E-Mail: agentur@kreativwerkstatt-frankfurt.de
Anzeigenschluss für die Ausgabe 2/2015 ist der 12. Februar 2015

Druck
alpha print medien AG, Kleyerstraße 3, 64295 Darmstadt, Telefon: 0 61 51 / 86 01-0, Fax: 0 61 51 / 86 01-100, www.alpha-print-medien.de (Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier)

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Information und Bezug: Deutsche Blindenstudienanstalt e.V. (blista), Am Schlag 2–12, 35037 Marburg, Telefon: 0 64 21 / 6 06-0, Fax 0 64 21 / 60 64 76, E-Mail: info@blista.de; außerdem kann die Senioren Zeitschrift als Daisy-Buch im Internet heruntergeladen werden unter: http://www.blista.de/seniorenzeitschrift-frankfurt.

Die Senioren Zeitschrift erscheint viermal im Jahr und liegt kostenlos aus oder kann bei der Redaktion gegen einen Unkostenbetrag von 12 Euro / Jahr im Abonnement bestellt werden. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlbewerbern während eines Wahlkampfes zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags- und Kommunalwahlen. Missbräuchlich ist auch die Verteilung auf Wahlveranstaltungen und an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Die Senioren Zeitschrift darf nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Die Redaktion hat sich aufgrund der besseren Lesbarkeit dazu entschieden, die männliche Form zu verwenden. Selbstverständlich sind in allen Fällen die Frauen ebenfalls angesprochen.

Das jeweils neueste Heft ist erhältlich bei den städtischen Dienststellen und den Verbänden der freien Wohlfahrtspflege, in den Apotheken, Arztpraxen sowie vielen anderen Stellen in Frankfurt. Unverlangt eingesandte Manuskripte und Bildbeiträge können nicht bestätigt oder zurückgesandt werden. Abdruck nur nach vorheriger Anfrage, bei Quellenangaben und Übersendung von zwei Belegexemplaren möglich. Namentlich gekennzeichnete oder eingesandte Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Bei Preisausschreiben, Verlosungen etc. ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

ich sitze hier an meinem PC und überlege mir, was für ein Thema ich für Sie habe. Es fällt mir schwer, immer wieder auf die Belange der Älteren einzugehen, ihnen gute Verhaltensweisen zu empfehlen. Etwas über die viel zu schnell vergehende Zeit zu sagen.

Wir leben im Augenblick in einer Welt, die völlig durcheinandergeraten ist. Da haben wir den Ukraine-Konflikt, die Krim ist weg, was Putin will, weiß man so recht nicht. Dass es ohne die Russen nicht geht, wissen wir auch, zumal wir ja im Grunde gegen die Russen gar nichts haben, aber dass der Kalte Krieg, den wir glaubten überwunden zu haben, auf einmal wieder am Horizont auftaucht. 60 Jahre ist es uns gelungen, Frieden zu haben. Wir klagen zwar, dass dies und das nicht stimmt. Aber es ist uns gelungen, was noch nie geschah, über einen solchen Zeitraum keinen Krieg zu haben. Viele meinen, wenn wir uns wieder auf uns besinnen, dann geht es uns besser, oder die alte D-Mark müsste wieder her.

Mit dem Zusammenschluss der vielen Länder zu Europa ist es gelungen Frieden zu halten. Früher hat man, wenn es Probleme gab, einen Krieg angezettelt, und die Menschen mussten fürs Vaterland sterben. Hinterher waren die Kriegsanleihen nichts mehr wert, das Geld war weg. Die Begründung war immer, na ja, das ist der Preis für die kriegerische Auseinandersetzung. Dies ist Gott sei Dank nicht mehr möglich. Ein Krieg zwischen den Nachbarstaaten wäre teurer als alle Unterstützung anderer Länder mit dem Euro. In Frieden leben gibt's nicht umsonst, das kostet, das vergessen die Menschen. Aber wir haben wenigstens kein menschliches Leid und nie ging es uns besser als heute.

Unsere Eltern und Voreltern hatten es nicht so gut. Ohne Europa wären wir ein Nichts. Drum kann ich die vielen separatistischen Bewegungen nicht verstehen. Wir leben in einem friedlichen Europa, darum zu kämpfen lohnt sich. Denn nur gemeinsam können wir der Entwicklung in der Welt standhalten. Wenn wir uns nicht einig sind, wird es wieder zu dem kommen, was wir im Osten nicht begreifen. Es lohnt, sich für den europäischen Gedanken einzusetzen, auch wenn viele Ungereimtheiten da sind.

Der große Menschenfreund **ALBERT SCHWEITZER** hat folgende Zeilen geschrieben: Sie gelten immer.

DU BIST SO JUNG
WIE DEINE ZUVERSICHT

Du bist so jung wie Deine
Zuversicht
Jugend ist nicht ein
Lebensabschnitt, sie ist ein
Geisteszustand.

Sie ist Schwung des Willens,
Regsamkeit der Phantasie
Stärke der Gefühle,
Sieg des Mutes über die Feigheit
Triumph der Abenteuerlust über
die Trägheit.

Niemand wird alt, weil er eine
Anzahl von Jahren hinter sich
gebracht hat.
Man wird nur alt, wenn man
seinen Idealen Lebewohl sagt.

Mit den Jahren runzelt die Haut,
mit dem Verzicht auf Begeisterung
aber runzelt die Seele.

Sorgen, Zweifel, Mangel an
Selbstvertrauen, Angst und
Hoffnungslosigkeit, das sind
die langen, langen Jahre, die
das Haupt zur Erde ziehen
und den aufrechten Geist
in den Staub beugen.
...
Du bist so jung wie deine
Zuversicht, so alt wie deine Zweifel,
so jung wie Deine Hoffnung,
so alt wie deine Verzagtheit.
Solange die Botschaft der
Schönheit, Freude und Größe der
Welt, des Menschen und des
Unendlichen Dein Herz erreichen,
solange bist du jung.

Erst wenn die Flügel nach unten
hängen und das Innere deines
Herzens vom Schnee des
Pessimismus und vom Eis
des Zynismus bedeckt sind.
Dann erst bist du wahrhaft alt
geworden.

Es tut mir leid, aber eigentlich auch nicht, dass ich meine „Bunte Seite" auch mal für das Ernste benutze, denn echte Heiterkeit ist nur möglich, wenn sie aus einer Ernsthaftigkeit entspringt.

Und mit den Worten von **ERICH FRIES** wünsche ich Ihnen ein friedliches, zufriedenes, gutes Jahr, das zu einem der besten in Ihrem Leben werden soll, trotz allem, was wir ertragen müssen.

GUTE VORSÄTZE
Im neue Jahr
werd ich mich trimme!
En neue Mensch
wird dann aus mir!
Ich werd viel wandern, turne,
schwimme,
Ich laß des Raache un des Bier!

Im neue Jahr werd ich vernünftig,
Ich eß nur noch halb so viel,
Denn – unner annerm –
sin zukünftig
Zehn Kilo weniger mei Ziel.

Im neue Jahr, da werd's sich zeige,
Was ich vermag mit Willenskraft.
Ich könnt mich vor mir selbst
verneige,
Die erst Woch hab ich schon
geschafft.

In heiterer
Gelassenheit
Ihr
Wolfgang Kaus

Foto: STU GRA PHO

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

Unsere **Seniorenreisen** führen Sie zu den bekanntesten und schönsten Ferienorten in Deutschland.

Außerdem nach Österreich, Südtirol und Franzensbad.

Während der 10 bis 14 tägigen Erholungsreisen bieten wir Bewegung, Gesundheit, Entspannung, Ausflüge, Freude und Abwechslung.

Bei fast allen Reisen betreut eine Begleitperson die Gruppe und kümmert sich auch um Ihr Wohlergehen.

Wir holen Sie mit Ihrem Gepäck direkt von zu Hause ab und bringen Sie nach der Reise wieder zurück.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an!

Gerne geben wir Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2015 zu.

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenreisen
Buchgasse 3 • 60311 Frankfurt am Main
Telefon 0 69 / 29 82 89 01 oder 0 69 / 29 82 89 02
www.caritas-seniorenreisen.de

caritas frankfurt