2 2005

SENIOREN Zeitschrift

Reiselust

Zu Lande, zu Wasser und in der Luft

Stadt Frankfurt am Main

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

Denn die Pflege macht den Unterschied

Damit Sie Ihren Lebensabend zu Hause in gewohnter Umgebung verbringen können, bieten wir folgende Leistungen:

- qualifizierte Kranken- u. Altenpflege bei Tag und Nacht
- individuelle Seniorenbetreuung
- alle Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz
- Leistungen der Krankenhausnachsorge
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- rund um die Uhr Dienste bundesweit

Bei einer ausführlichen Beratung vor Pflegebeginn erfahren Sie, wie wir uns auf die ganz persönlichen Bedürfnisse des Patienten einstellen können.
Rufen Sie uns an.
Ihr kompetenter Partner für die häusliche Pflege und Betreuung.

Privater Pflegedienst

HUMANITAS®

Inh. Brigitte Büchert
Paul-Ehrlich-Straße 4 · 60596 Frankfurt
Tel. 0 69 / 63 20 71 od. 63 20 72

Wir sind Vertragspartner der Krankenkassen, Pflegekassen und des Sozialamtes der Stadt Frankfurt a. M.

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling ist da. Endlich, nach langem Winter, entfaltet die Natur wieder ihre Kräfte. Es herrscht Aufbruchstimmung, der Sommer kommt in großen Schritten. Nutzen wir den Sonnenschein, um unterwegs zu sein. Ob Sie nun einen Spaziergang am Nizza genießen oder eine Reise in fernere Gefilde planen – die Senioren Zeitschrift bietet Ihnen wie immer eine Reihe von Anregungen.

Auch viele der älteren Menschen in unserer Stadt brechen in neue Gefilde auf. Es hat sich eine lebhafte Diskussion darum entwickelt, was Alter bedeutet, welche Chancen damit verbunden sind und wie das Leben im Alter neu gestaltet werden kann. Diese Diskussion begrüße ich sehr. Zeigt sie doch, dass älter werdende Menschen sich aktiv einmischen, ihr Leben selbst in die Hand nehmen wollen.

Ende letzten Jahres fand der Spatenstich für das Gemeinschaftshaus der „Preungesheimer Ameisen“ statt. Der Verein realisiert gemeinsam mit dem Bauträger, der Wohnungsbaugesellschaft GSW, ein zukunftsweisendes Modell des Wohnens im Alter. Im Preungesheimer Bogen entsteht ein Haus mit 28 abgeschlossenen, barrierefreien Wohnungen und Gemeinschaftsräumen. Wer hier einzieht, kann auf nachbarschaftliche Hilfe bauen: Die gegenseitige Unterstützung im Alltag ist fester Bestandteil des Wohnkonzepts. Ein wichtiger Schritt, den Verbleib in den eigenen vier Wänden auch im Alter zu ermöglichen.

Neun weitere Initiativen, die sich für das gemeinschaftliche Wohnen in Frankfurt engagieren, haben sich im Netzwerk Wohnen zusammengeschlossen, das im Februar seinen dritten Geburtstag feiern konnte. Darunter auch der Verein „anders leben – anders wohnen“, der für sein generationenübergreifendes, nachbarschaftliches Wohnmodell in Bergen-Enkheim kürzlich vom Bundesfamilienministerium ausgezeichnet wurde. Die Bewohner sind vier bis 74 Jahre alt und leben bereits seit Herbst 2003 in ihrem Haus in der Leuchte.

Solche „Aufbrüche“ in neue Wege des Zusammenlebens wird das Sozialdezernat unterstützen. Angesichts des zunehmenden Anteils allein lebender Menschen, angesichts veränderter Familienstrukturen muss es unsere Aufgabe sein, der Vereinsamung im Alter entgegen zu wirken. Nachbarschaftliche Unterstützung und gemeinschaftliches Wohnen können Lösungen dafür sein. Auch mit genossenschaftlich organisierten Wohnmodellen bietet sich die Chance, zukunftsweisende Formen des Zusammenlebens gerade im Alter zu fördern.

Meine Vision: Auch in zehn, in zwanzig Jahren ist Frankfurt eine Stadt, in der Alt und Jung zusammen leben, in der nachbarschaftliche Hilfe wieder selbstverständlicher geworden ist. Und in der man am Nizza gemeinsam den Frühling genießt.

Ihr

Franz Frey
Stadtrat
Dezernent für Soziales und Jugend

Aus dem Inhalt

Wenn einer eine Reise tut..... 4 – 5
Im Gespräch: Karin Knautz..... 6
Reisemarkt entdeckt Senioren..... 8 – 9
Reiselust und –frust: Reiserecht... 10 – 11
Mobil unterwegs..... 12 – 13
Ausflug in den Spessart..... 14 – 15
Mittagstisch..... 16
Jugend- und Sozialamt zieht um..... 17
Neues von Rente
und Gesundheit..... 18 – 19
Aktionswoche Älterwerden..... 21
Was Ältere sich wünschen..... 22 – 23
Aus dem Seniorenbeirat..... 24
Beratungs- und
Vermittlungsstellen..... 25
Ratgeber..... 26 – 29
Wichtige Telefonnummern..... 27
Rund um den Schlaf, Teil 2..... 30 – 31
Selbsthilfegruppen..... 32 – 33
Begegnung der Kulturen..... 34
Ein besonderer Seniorentreff..... 35
Das Frankfurter Therapeutikum..... 36
Ein Gartenhaus für Demenzkranke.... 37
Wohnen für Hilfe..... 38
Internetcafé „Auguste“..... 39
Die Bibliothek der Alten..... 40 – 41
Was – Wann - Wo?..... 42
Sagenhaftes Frankfurt..... 43
Die Stunde Null..... 44 – 45
Künstler der Worte:
Richard Kirn..... 46 – 47
600 Jahre Römer..... 48 – 49
Preisrätsel „Wie gut kennen
Sie Frankfurt”..... 49
Auf den Spuren Schillers..... 50 – 51
Seniorenporträt: Jörg Heyer..... 53
Wo war’s – wer war’s..... 54
Leserbriefe / Klassentreffen..... 55
Für Sie gelesen..... 56
Gedichte..... 57
Impressum..... 58

Zum Titelbild:
Dass die Deutschen ein reiselustiges Volk sind, hat der starke Andrang auf der gerade beendeten ITB (Touristenmesse) gezeigt. Vor allem Senioren sind oft zu Lande, zu Wasser und in der Luft unterwegs. Da sie oft besondere Ansprüche an ihren Urlaub stellen, haben wir dem Thema einen Schwerpunkt gewidmet. Foto: FKK, Christ

Die schönste Zeit im Jahr will gut geplant sein. *Foto: dpa*

Wenn einer eine Reise tut...

Altersgerechte Urlaube

Verreisen ist eine schöne Sache. Doch bei den vielen Angeboten ist der Urlauber oft ratlos, welches er wählen soll. Inzwischen haben die verschiedensten Reiseveranstalter die Best Ager, das sind die Menschen im besten Alter, als neue Zielgruppe für sich entdeckt. Um einen kleinen Überblick zu verschaffen (ohne Anspruch auf Vollständigkeit), haben wir dem Thema Reisen einen Schwerpunkt gewidmet.

Wer sicher gehen will, auf jeden Fall eine speziell auf die Bedürfnisse Älterer zugeschnittene Reise zu buchen, kann in Frankfurt auf die Angebote der Stadt und zahlreicher Verbände zurückgreifen. Hier achten ausgebildete Mitarbeiter darauf, dass beispielsweise die Hotels barrierefrei sind oder dass eine altersgerechte Ernährung angeboten wird.

„Auguste, pack die Koffer, wir verreisen“, heißt die verlockende Aufforderung des Frankfurter Verbandes an ältere Menschen. Jeder über 50 Jahre, der in der Lage ist, selbstständig zu reisen, kann teilnehmen. Das Besondere: Geplant, organisiert und durchgeführt werden die Reisen nicht nur für Ältere, sondern auch von Älteren. Drei Mal geht es dieses Jahr nach Abano Terme in Italien. Die Reisegruppe ist auf 30 Teilnehmer begrenzt. Infos unter Telefon (069) 299807-341. www.frankfurter-verband.de

Auch für’s geringe Einkommen

Auch die Stadt Frankfurt hält für Senioren eigene Urlaubsangebote bereit. Das Team Seniorenangebote im Rathaus für Senioren verfügt über langjährige Erfahrung und wählt die Urlaubsziele sorgfältig und persönlich aus. Schon seit 34 Jahren gibt es die Reisen für über 65-jährige Frankfurter. Bei Ehepaaren sollte zumindest einer über 65, der andere über 60 Jahre alt sein. Von Mai bis September stehen zahlreiche Fahrten auf dem Programm, außerdem gibt es über die Winterfeiertage zusätzliche Urlaubsangebote. Service wird groß geschrieben: Je nach Fahrt ist Abholung von zuhause oder zumindest Kofferabholung inklusive. Senioren mit geringem Einkommen können alle zwei Jahre kostenlos mitfahren. Infos unter Telefon (069) 212-49944.

Besondere Betreuung

Das außergewöhnliche an den Reisen der Johanniter ist die spezielle Betreuung. „Die Urlaube sind gerade auch für diejenigen unter den Senioren geeignet, die normalerweise nicht mehr verreisen würden, weil sie auf Grund ihres Alters oder einer Behinderung in einer ‚normalen‘ Reisegruppe nicht mehr zurecht kämen und sich auch nicht mehr trauen würden, zu verreisen“, sagt Claudia Antes. Die Rund-um-die-Uhr-Versorgung durch medizinisch geschultes Personal aus den Bereichen der Alten- und Krankenpflege umfasst die Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen bis hin zur medizinisch-pflegerischen Fürsorge. Bei Bedarf steht auch ein Kofferabholservice zur Verfügung. Johanniter-Unfallhilfe, Telefon (069) 954216-0, www.juh.de.

„Bei Reisen mit dem Frankfurter Roten Kreuz ist Service eine Selbstverständlichkeit“, sagt Edeltraud Stockmann vom Deutschen Roten Kreuz (DRK). Das bedeutet: Wenn die Gäste in Frankfurt wohnen, werden sie zuhause abgeholt und sehen ihre Koffer erst im Hotelzimmer wieder. Das DRK erledigt bei Flugreisen die gesamte Abwicklung am Flughafen. Kompetente Betreuer kümmern sich um die Gesundheit der Reisenden und sorgen für kurzweilige Unterhaltung. Falls erforderlich, wird während der Reise „rund-um-die-Uhr“ geholfen. Die Reisen des DRK richten sich vor allem an ältere Menschen, die - dank der aufmerksamen Betreuung durch erfahrene Reisebegleiter - Reiseziele planen können, die sie sich allein oder während einer „normalen touristischen“ Reise nicht zutrauen würden. Es gibt keine Altersbeschränkung. Auskunft gibt es unter Telefon (069) 719191-29.

Auch die Arbeiterwohlfahrt organisiert Reisen für die ältere Generation. Die Angebote der Ortsvereine reichen dabei von eintägigen Busfahrten bis hin zu mehrtägigen Reisen und richten sich an Menschen, die Interesse haben, mit anderen die Welt zu erkunden. „Das Besondere bei uns ist, dass es sowohl immer Teilnehmer gibt, die sich gut kennen, wir aber gleichzeitig oder vielleicht deswegen auch offen für andere sind“, sagt Henning Hoffmann von der AWO. „Neulinge sind herzlich willkommen.“ Infos unter Telefon (069) 2989010, www.awo-frankfurt.de.

„Schönes sehen und erleben - Reisen für Paare, Singles und Senioren“ nennt der Evangelische Regionalverband sein Angebot, das sich auch an die ältere Generation richtet. „Bei unseren Reisen versuchen wir, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen“,

sagt Christiane Plaum. Die Suche nach Wegen zum verantwortungsvollen Umgang mit dem Körper wird ernst genommen. Im Mai wird deshalb beispielsweise in Bad Salzhausen ein Urlaub zum Thema „Wurzeln“ speziell für Senioren angeboten. Auskunft erteilt das Reiseteam unter Telefon: (069) 21 65 12-32. www.frankfurt-evangelisch.de.

Erholung und mehr

Die Caritas Frankfurt legt bei ihren Seniorenreisen den Schwerpunkt auf das Wort „Seniorenerholung“. „Wir führen keine Spritztouren durch“, sagt Hans-Peter Schenkel. Dementsprechend sind die Unterkünfte in bekannten Kurorten sorgfältig und nach Wertigkeit ausgewählt. „Die Häuser liegen ruhig und sind schön“, so Schenkel. Jede Unterkunft wurde von ihm selbst geprüft. Die Caritas holt die Teilnehmer samt Gepäck von zuhause ab. Während des Urlaubs werden die Gäste von einer Reiseleitung begleitet und, wenn nötig, rund um die Uhr betreut. Infos gibt es unter Telefon (069) 59792059, www.caritas- frankfurt.de.

Ausflugsdampfer vor Frankfurts Kulisse *Foto: FKK, Christ*

Tipp zum richtigen Reisen

Wenn Senioren verreisen, haben sie oft andere Ideen, Bedürfnisse und Schwerpunkte als jüngere Menschen. Wie man reisen mag, ob mit dem Auto, dem Bus, der Bahn oder dem Flugzeug, ist eine Frage des Temperaments und der körperlichen Fitness. Als Best Ager kann man sich den Luxus gönnen, dem Schmuddelwetter bei uns die kalte Schulter zu zeigen und in wärmere Gefilde abzudüsen. Man ist ja nicht mehr an die Schulferien gebunden und kann daher langen Warteschlangen und Gedränge auf Bahnhöfen und Flughäfen entgehen. Bevor man auf Reise geht, sollte man jedoch unbedingt den Hausarzt aufsuchen. Er weiß, ob das gewählte Reiseziel auch für die Gesundheit zuträglich ist. Vielleicht ist ja auch noch eine Impfung nötig. Auch beim Zahnarzt sollte man rechtzeitig vor Abfahrt vorbeischauen. Für die Reise sollte am besten eine Reiserücktrittversicherung abgeschlossen werden, man weiß ja nie, was dazwischen kommt.

Wichtig ist die genaue Planung: Wissen die Kinder, dass Sie wegfahren und wohin? Ist die Zeitung abbestellt? Sind Vogel, Hund oder Katze gut untergebracht? Weiß die Nachbarin, dass sie Blumen gießen und den Briefkasten leeren soll? Weitere gute Tipps, wie man den Urlaub richtig plant, hat der Deutsche Senioren Ring unter www.deutscher-seniorenring.de zusammengestellt.

Trotz Beeinträchtigung

Für Menschen mit geistiger Behinderung organisiert die Lebenshilfe Frankfurt Reisen. „Wir bieten pädagogische Leitung, Betreuung durch engagierte und gut vorbereitete Mitarbeiter und Hilfestellung im täglichen Leben und bei der Pflege“, sagt Claus Zahn. Gereist wird in Kleinbussen und mit der Bahn. Unterkunft und Verpflegung werden gestellt. Zum Teil findet die Versorgung unter Mithilfe der Teilnehmer statt. Zahn: „Leben und Erleben in der Gruppe fördern die Selbstständigkeit und das Selbstbewusstsein der Teilnehmer“. Infos unter Telefon (069) 975870-270, www.lebenshilfe-ffm.de.

Der Sozialverband VdK Hessen-Thüringen hat Reiseangebote für Menschen mit Mobiliätseinschränkungen aller Art. Gleich ob es sich um einen Dialysepatienten oder einen Rollstuhlfahrer handelt, der Ruhe und Erholung sucht. Der VdK besitzt 15 eigene Kur- und Erholungshäuser in ganz Deutschland. Und als speziellen Service für VdK-Miglieder: eine umfangreiche Datenbank über barrierefreie und seniorengerechte Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen und andere Beherbergungsbetriebe im In- und Ausland, Kurzzeit- und Pflegeheime sowie Dialysestationen. Im Oktober führt der VdK eine ganz besondere Reise durch: einen einwöchigen Urlaub für demente Menschen inklusive Betreuung. Auskunft erteilt Karin Krug unter Telefon (069) 432662, www.vdk.de.

Auch die ASB-Hessenservice GmbH bietet Reisen an. „Das Besondere bei uns ist, dass ab einer Teilnehmerzahl von zehn Personen eine Krankenschwester mitfährt“, sagt Christine Bach. Diese betreut an Ort und Stelle die Senioren, hilft bei der Tabletteneinnahme und misst auch mal den Blutdruck. Auch auf Ausflügen ist sie dabei. „Die Krankenschwester kennt sich mit den örtlichen Gegebenheiten aus – und falls notwendig, begleitet sie die Teilnehmer auch zum Arzt“, so Bach. Weitere Infos unter Telefon (06128) 967611, www.asb-taunusstein.de. *Jutta Perino*

Anzeige

caritas Frankfurt

GEMEINSAM REISEN...

Seniorenerholung 2005

...mitreisen und nette Menschen kennenlernen!

Unsere *Senioren-Busreisen* führen Sie zu den bekanntesten und schönsten Ferienorten in Deutschland und Österreich.

Für eine Woche, 14 Tage oder drei Wochen bieten wir Ihnen mit unseren Urlaubsreisen Erholung, Entspannung, Freude und Abwechslung.

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

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

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an! Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2005 zu.

Caritasverband Frankfurt
Seniorenerholung
Humboldtstraße 94
60318 Frankfurt am Main
Telefon 0 69 / 59 79 20 59

„Die Wirte kennen wir persönlich“

Karin Knautz organisiert die Reisen des Rathauses für Senioren

Gute Beratung ist für Karin Knautz (li.) selbstverständlich.

Ob im Sommer oder Winter: Durchschnittlich zwölfhundert ältere Frankfurterinnen und Frankfurter nehmen jährlich an den Erholungsurlauben teil, die das Team Seniorenangebote im Rathaus für Senioren organisiert. Seit 34 Jahren gibt es die zwei- bis dreiwöchigen Fahrten in ausgewählte, meist deutsche Urlaubsgebiete. Jede einzelne Tour wird im Vorfeld sorgfältig ausgetüftelt, damit auch das letzte I-Tüpfelchen stimmt. Karin Knautz vom Team Seniorenangebote im Jugend- und Sozialamt hat der SZ erzählt, wie das funktioniert.

SZ: Reiseangebote für Senioren gibt es doch überall. Sind die Fahrten der Stadt denn etwas Besonderes?

Knautz: Ja, natürlich! Im Unterschied zu einem „normalen“ Reiseanbieter achten wir sehr viel mehr auf die Bedürfnisse, die man als älterer Mensch im Alltag und natürlich auch im Urlaub hat. Unliebsame Überraschungen wie beispielsweise, dass das Zimmer im ausgewählten Hotel nur über viele steile Stufen erreichbar ist, gibt es bei uns in der Regel nicht. Außerdem sind wir natürlich kein kommerzieller Reiseveranstalter, der auf Gewinn aus ist. Wir geben die Kosten der Häuser ohne Provision an unsere Teilnehmer weiter. Und wer eine nur kleine Rente hat, wird gefördert und kann alle zwei Jahre kostenlos an einem Urlaub teilnehmen.

SZ: Worauf achten Sie denn vor allem bei der Auswahl Ihrer Ziele und Häuser?

Knautz: Zunächst muss natürlich das Umfeld stimmen. Das heißt, der Urlaubsort sollte ruhig und in landschaftlich schöner Umgebung sein, einerseits viel Erholung bieten, andererseits aber auch Aktivitäten für diejenigen, die etwas unternehmen wollen. Viele unserer Fahrten gehen in anerkannte Kurgebiete: Das ist schon mal für die Gesundheit gut, und die Kurverwaltungen der Orte organisieren meist ein vielfältiges kulturelles oder sportliches Programm, so dass für jeden etwas dabei ist. Wir achten darauf, dass unser Reiseangebot insgesamt sehr ausgewogen ist. Wer reine Entspannung sucht, findet etwas – wer wandern, schwimmen oder Konzerte genießen möchte, aber natürlich auch.

SZ: Und die Hotels und Pensionen? Nach welchen Kriterien wählen Sie denn die Häuser aus?

Knautz: Wir kennen alle Häuser und Wirte persönlich. Bevor ein Haus bei uns ins Programm kommt, wird es auf Herz und Nieren geprüft. Wir fahren dorthin, schauen uns den Ort, das Haus, das Essen und die Zimmer an. Außerdem reden wir ausführlich mit den Wirten und handeln aus, was das Beste für unsere Urlaubsteilnehmer ist. Die Häuser sollten zum Beispiel altersgerechte Mahlzeiten, natürlich auch Diäten, anbieten. Und die Zimmer müssen barrierefrei sein. Wichtig ist auch, dass die Häuser in guter Lage sind, also entweder nah zum Stadtzentrum bzw. dem Kurpark liegen oder eine gute Busanbindung haben.

Wir versuchen, im Vorfeld alles so zu organisieren, dass sich unsere Urlauber vor Ort dann um nichts mehr kümmern müssen. Wer mit uns fährt, bestätigt uns auch regelmäßig, dass das ein guter Service ist.

SZ: Apropos Service: Welche Leistungen gehören denn bei den Reisen der Stadt dazu?

Knautz: Das fängt schon mal bei der Beratung an. Wir beraten jeden sehr persönlich und mit viel Zeit und Ruhe, damit auch die richtige Auswahl unter unseren Häusern getroffen werden kann. Dann helfen wir beim Gepäck: Viele unserer Reisen haben „Haus-zu-Haus-Service“. Das heißt, wir holen die Urlauber an der Haustür ab und fahren sie bis ans Hotel. Unsere Fahrer sind sehr zuvorkommend, die tragen bei der Rückfahrt auch einmal die Koffer bis in die Wohnung hinein.

Andere Fahrten finden mit größeren Bussen statt, die zentral vom Rathaus für Senioren aus starten. Mit dem Gepäck muss man sich hier aber auch nicht quälen, denn wir holen es bereits einen Tag vorher ab.

SZ: Das Rathaus für Senioren bietet ja sowohl im Sommer als auch im Winter Urlaube an. Der Sommer ist doch sicher am beliebtesten? Warum dann die Reisen im kalten Winter?

Knautz: Stimmt, der Sommer ist beliebter. Aber es gibt viele alleinstehende ältere Menschen, für die gerade der Winter und leider auch die Feiertage eine manchmal triste und einsame Zeit sind. Hier wollen wir etwas tun: Niemand soll über Weihnachten und Silvester alleine zuhause sitzen müssen. Wer im Winter mit uns fährt, genießt nicht nur Schneelandschaften, sondern auch die Gesellschaft. Die meisten unserer Häuser bieten zu den Feiertagen familiären Anschluss und gemütliches Zusammensein. Das ist manchmal genauso wichtig wie die Möglichkeit zum Spazierengehen im Schnee.

Ausführliche Beschreibungen der Reisen des Rathauses für Senioren veröffentlicht die SZ regelmäßig, meist in Ausgabe 1 (Sommerurlaube) bzw. 3 und 4 (Winter). Telefonische Auskünfte gibt es beim Team Seniorenangebote unter 069/212-49944.

Das kleinste Hörgerät der Welt.

Das Gerät ist auf Grund seiner Platzierung im Gehörgang nicht sichtbar.
Zu erhalten bei Hörakustik Pietschmann.

HÖREN KÖNNEN IST EIN GESCHENK.

Wir helfen Ihnen, Ihrem Ziel näher zu kommen.

Ihr Team:

Wir hören Ihnen zu.
Wir finden die beste Lösung.
Wir bleiben in Kontakt.

Vereinbaren Sie einfach einen Termin unter:

069/97 07 44 04

hörakustik Jens Pietschmann
Basaltstraße 1
60487 Frankfurt/M. Bockenheim
E-mail: J.Pietschmann@gmx.de

Wer im Reisebüro bucht, sollte nach speziellen Angeboten für Ältere fragen. Es kann sich lohnen. *Foto: dpa*

Die Entdeckung der Senioren

Auf dem Reisemarkt sprießen die Angebote für Ältere aus dem Boden

Auch die großen kommerziellen Reiseveranstalter stellen sich mehr und mehr auf ältere Kundschaft ein. Zwar haben - im Gegensatz zu Städten und Verbänden - die wenigsten Angebote in den Katalogen, die auch mögliche Beeinträchtigungen im Alter berücksichtigen. Doch in Form von Rabatten, speziell ausgewählten Urlaubsorten oder besonderem Service will man doch die meist kaufkräftige und reiselustige ältere Generation locken. Kleinere Veranstalter bieten darüber hinaus Reisen mit besonderem Flair- und „Nostalgiefaktor“ und wollen damit bei den Senioren punkten.

Neckermann Reisen gewährt Gästen ab 60 Jahren fünf Prozent – bei Städtereisen bis zu 15 Prozent – Rabatt. Mit diesem Angebot ist der Veranstalter nach eigenen Angaben einzigartig auf dem deutschen Markt. Insgesamt 144 Hotels des Neckermann-Programms beteiligen sich an der Aktion. Senioren können ihre Reise auch mit einer Gästebetreuung kombinieren. Im Neckermann-Club Schwalbe auf Mallorca bietet der Reiseveranstalter für drei Euro im Monat seinen Club-Mitgliedern eine deutschsprachige ärztliche Betreuung und zahlreiche sportliche Aktivitäten bis hin zu Sprachkursen. Für Langzeiturlauber ab vier Wochen ist dieser Service kostenlos. Informationen erteilt der Reiseveranstalter unter www.neckermann.de oder unter der Beratungs-Hotline: 0180/500 5112.

Auch die Marktforscher bei TUI haben versucht herauszufinden, was sich die Zielgruppe 60 plus im Urlaub wünscht. Herausgekommen ist das Angebot „Club Elan“, das seit letztem Winter in verschiedenen Zielgebieten, vor allem dort, wo Langzeiturlaub gemacht wird, angeboten wird. TUI-Urlauber können an Ort und Stelle Angebote im Bereich Kultur und Bildung, Sport und Gesundheit sowie Geselligkeit und Unterhaltung wahrnehmen. Zehn Hotels stehen rund ums Mittelmeer und auf den Kanarischen Inseln für die Zielgruppe der so genannten „Best Ager“ zur Auswahl.

Neben den Club-Elan-Angeboten bietet der Reiseriese Seniorenwanderungen auf Madeira an. Infos gibt es unter www.tui.de oder in den Reisebüros.

Oma und Opa kostenlos

Oma oder Opa können kostenlos im separaten Einzelzimmer übernachten, wirbt man bei ITS-Autoreisen. Dieses ganz besondere Angebot ist an die Voraussetzung geknüpft: Die „Großeltern“ sind über 50 Jahre alt und fahren mit zwei vollzahlenden Erwachsenen mit. Dabei muss es sich nicht um „echte“ Verwandte handeln. In bestimmten Hotels gibt es noch weitere Rabatte für Menschen über 50 Jahre zwischen 5 und 10 Prozent. Seine besonderen Angebote für Ältere hat der Veranstalter in den Katalogen speziell gekennzeichnet. ITS informiert im Internet unter www.its.de oder über die Service-Hotline 0180/5002344.

Ein neues Angebot für Senioren bietet der Kölner Portugal-Spezialist „Olimar“ jetzt für die Insel Madeira an. Für ältere Reisende, die bisher vor ungewohnten Situationen in einem fremden Land oder etwaigen Sprachproblemen zurück gescheut haben, gibt es in Zusammenarbeit mit MadeiraConsult, einem Spezialisten für betreute Seniorenreisen, einen Notruf-Service: Ein Knopfdruck auf ein Notruf- und Service-Handy genügt und man ist mit einer deutschsprachigen Zentrale verbunden. Der 24-Stunden-Service sorgt für schnelle Hilfe in medizinischen Notfällen: Betreuung durch deutschsprachige

Ärzte, die auch eine eventuelle Krankenhauseinlieferung überwachen; Organisation von Pflegeleistungen und Apothekendiensten. Die über das Service-Handy angeschlossene Zentrale bietet aber auch Leistungen wie Übersetzungen und schnelle Hilfe bei Autopannen, Taxibestellungen oder Bergwanderungen. Die Kosten belaufen sich ab 46 Euro pro Woche und Person. Weitere Informationen erteilt Olimar unter Telefon 01805/83 82 81 oder im Internet unter www.olimar.com.

Mit dem Veranstalter Ameropa-Reisen, der sich auf erdgebundene Reisen insbesondere mit der Bahn spezialisiert hat, verreisen überdurchschnittlich viele ältere Gäste. Dementsprechend, so der Veranstalter, werden die Angebote konzipiert.

Stressfrei: Reisen mit der Bahn
Foto: DB AG/Schmid

Unter dem Titel „Gemeinsam reisen – mehr erleben“ bietet die Deutsche Bahn gemeinsam mit Ameropa interessante Gruppenprogramme. Die Besonderheiten der Reisen bestehen in der bequemen An- und Abreise mit der Bahn, der Begleitung durch einen Reiseleiter, einer Rundum-Betreuung bei allen Fragen und einem maßgeschneiderten Programm vor Ort. Ameropa informiert im Internet unter www.ameropa.de oder in den Reisecentern der Deutschen Bahn.

Beauty und Wellness

Bei FIT REISEN sind Gäste über 55 die größte Kundengruppe, die man vor allem mit Angeboten von Kuren, Beauty, Wellness, Thalasso und Ayurveda ansprechen will. Bei vielen Hotels ist eine tägliche Anreise möglich. Der Reiseveranstalter weist ausdrücklich darauf hin, dass die Reise erst nach Rücksprache mit dem Hausarzt angetreten werden soll: Wenn geklärt ist, ob Klima, Thermal-/Meerwasser oder physikalische Anwendungen wie Massagen oder Fango für den Gast geeignet sind. Informationen gibt es unter www.fit-reisen.de, Service-Hotline 069/4058850.

Es gibt auch einige Busreiseveranstalter, die sich auf Ältere spezialisiert haben. Das Unternehmen Reisekönig beispielsweise hat besondere Angebote für jung gebliebene Senioren im Programm. Vom Service ist hier an erster Stelle die Haustürabholung zu nennen: Mit dem Taxi werden die Gäste samt Gepäck zum Hauptbus gebracht, wo der gemeinsame Urlaub losgeht. Die Reise erfolgt mit seniorengerechten Bussen (Toilette ist selbstverständlich). Es werden viele Pausen eingelegt, damit die Fahrt nicht zu anstrengend wird, heißt es aus dem Hause Reisekönig. Bei längeren Anreisen mit über neunstündiger Fahrt erfolgt eine Zwischenübernachtung. Auch auf den Ausflügen und Stadtrundgängen wird darauf geachtet, dass das zu Fuß zu bewältigende Pensum zwei Stunden nicht überschreitet. Die kostenlose Hotline lautet 0800/ 5566700.

Mit Classic Courier und Flussdampfer

Wie wäre es einmal mit einer Schienenkreuzfahrt mit nostalgischem Flair? Einige Reiseveranstalter, zum Beispiel DNV-Touristik in Kornwestheim, Telefon (07154) 13 18 30, bieten „gemütliche Reisen im Stil der alten Zeit“. Dafür haben sie den „Classic Courier“ kreiert, einen Sonderzug aus Wagen der 60er bis 80er Jahre. Bei einigen Reisen wird dieser Zug um einen Salonwagen mit Piano-Bar ergänzt. Der Vorteil des Sonderzugs: Man muss nicht umsteigen und der Sitzplatz ist fest reserviert.

Bei vielen Älteren beliebt sind auch Kreuzfahrten, zum Beispiel mit Victoria Cruises den Jangtse hinab. Aber es muss ja nicht immer so weit sein. Man kann sich auch mit einem näheren Ziel begnügen, zum Beispiel, wenn man mit Anton Götten Reisen auf große Fahrt geht. Der Saarbrücker Reiseveranstalter gilt als Pionier auf dem deutschen Markt mit seiner Kombination von Busreisen und Flusskreuzfahrten.

Der Vorteil: Man schläft jede Nacht in der gleichen Kabine, muss nicht dauernd das Hotelzimmer wechseln und kann doch eine Menge Sehenswürdigkeiten anschauen. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.goetten-reisen.de oder telefonisch: 0681/302200.

Bei den vielen Angeboten bleibt die Qual der Wahl, wobei hoffentlich die Vorfreude auf die nächste Reise überwiegt. Wir wünschen auf jeden Fall schon jetzt: gute Erholung.

Jutta Perino

Sportlich unterwegs

Auf eine Kombination zwischen Seele baumeln lassen und sportlicher Aktivität setzt Eberhard Gellner mit seiner Idee „seniorsail“. Zusammengetan hat er sich mit dem Seniorenbüro der Stadt Hanau, sein Projekt aber auch schon in Mainz und anderen Kommunen angeboten. Mit einem historischen Segler, dem Zweimastklipper „Waterwolf“, geht es im Juli zu den holländisch-deutschen friesischen Inseln. Wer mag, kann auf dem einwöchigen Segeltörn einfach nur die Wellen vorbeiziehen lassen oder sich aktiv als Vorschoter betätigen. Insgesamt 24 Gäste passen auf das 1997 renovierte Schiff, das mit seinen zehn Zweibett- und einer Vierbett-Kajüte genügend Privatsphäre, aber auch Gemeinschaft ermöglicht. Neben dem Erlebnis des Segelns, der „für Ältere absolut geeignetsten Sportart“, wie Gellner sagt, stehen auch Erkundungen der Inselstädtchen auf dem Programm.

Wer sich für die Segeltörns interessiert, kann sich an das Seniorenbüro Hanau (Tel. 06181/295-653) oder an Eberhard Gellner von Seniorsail (Tel. 0173/8386285) wenden.

Besonders das Kleingedruckte in den Katalogen sollte studiert werden.
Foto: FKK, Christ

„Zentral gelegen“ mit „Meeresblick“

Reisefrust: Fallstricke und Kleingedrucktes

Mit dem Frühling kommt die Reiselust. Die Sehnsucht danach, andere, fremde Orte kennen zu lernen. Viele Reiseveranstalter bieten attraktive Schnäppchen an, allerdings sollte man achtsam sein, um böses Erwachen zu vermeiden.

Der Urlaub ist gebucht, das Angebot, ein Mittelmeer-Schnäppchen, war einfach zu verführerisch. Doch was im Reiseprospekt wunderbar aussah, erweist sich in der Realität als Ärgernis. Der Weg zum Strand ist weit, die Kleinstadt-Diskothek nebenan, Lärm vorprogrammiert. Um solche Überraschungen zu vermeiden, sollte man den Urlaub mit Bedacht planen und Anzeigen von Reiseveranstaltern mit Sorgfalt studieren. Insbesondere auf Kleingedrucktes und Inhalte zwischen den Zeilen sollte man achten.

Ist etwa die Rede von „Meeresblick“ sagt dies noch gar nichts über die Meeresnähe aus. Womöglich sieht der Urlauber lediglich ein winzig kleines Eckchen Meer irgendwo am Horizont und etliche Straßenzüge liegen zwischen Unterkunft und Traumstrand. Um sicher zu gehen, sollte man nachhaken, sich am allerbesten schriftlich eine Auskunft über die konkreten Gegebenheiten und Entfernungen geben lassen.

„Es gibt Formulierungen, bei denen man vorsichtig sein sollte“, sagt Monika Pierenz von der Verbraucherzentrale Hessen. „Zentral gelegen“ klinge zwar gut, insbesondere für ältere Urlauber, die womöglich auf kurze Wege und eine vorhandene Infrastruktur angewiesen seien. Allerdings könne sich dahinter schlicht verbergen, dass man mit Rummel rechnen müsse. Gleiches gelte für Formulierungen wie „aufsteigender Ort“ oder „touristisch im Aufwind“. Insbesondere Senioren rät die Verbraucherschützerin dazu, Details der Unterbringung frühzeitig im Vorfeld zu klären. Welche Speisen werden etwa angeboten? Eine für viele Senioren nicht unerhebliche Frage. „Was es konkret zum Essen gibt, geht in der Regel nicht aus den Reiseprospekten hervor“. Auch Fragen wie die nach der Existenz eines Aufzuges sollten vorab klar sein. Auch hier sollte man sich vorsichtshalber die Auskunft schriftlich geben lassen.

Mängel sofort reklamieren

Grundsätzlich, rät Monika Pierenz, sollte man bei entsprechendem Anlass, sprich bei Mängeln der Unterkunft, keine Zeit verstreichen lassen. Sie rät dringend dazu, sofort vor Ort eine Mängelliste zu erstellen und die Reklamation vorzunehmen. Ganz wichtig: die Reisegesellschaft sollte unverzüglich über die Mängel in Kenntnis gesetzt werden. Darüber hinaus sollte man auf Abhilfe drängen, beispielsweise darauf, in einer Ersatzunterkunft untergebracht zu werden, die den Angaben im Reiseprospekt entspricht.

Was das Angebot an speziellen Seniorenreisen betrifft, so gebe es hier „wenig Probleme“. Monika Pierenz attestiert den Veranstaltern eine in der Regel große Seriösität. Mit besonderer Vorsicht seien allerdings auf den ersten Blick sehr preiswerte mehrtägige Busreisen zu genießen. Werde etwa bei der Auflistung der Reiseleistungen darauf hingewiesen, dass die Unterkunft sich „in Nähe“ einer größeren Stadt befinde, so müsse man damit rechnen, dass öffentliche Verkehrsmittel womöglich nicht oder nur unzureichend vorhanden seien. Oft böten Reiseveranstalter sogenannte fakultative, sprich feiwillige, zusätzliche Ausflüge und (Stadt-)Besichtigungen an. Das klinge gut, sei aber mit zusätzlichen Kosten verbunden. Auch hier sollte man versuchen, an nähere Auskünfte zu kommen. Liegt das Hotel etwa in einer schönen Gegend? Ist man als Senior noch sehr fit, könnte man in einem solchen Falle ja auf eigene Faust loswandern und die Gegend erkunden. Klären sollte man auch, ob es vor Ort Möglichkeiten der Selbstverpflegung (Restaurants, Imbiss, Café) gibt oder ob man auf das womöglich recht teure hauseigene Restaurant angewiesen ist.

Vorsicht sei grundsätzlich bei Gewinnreisen angebracht. Insbesondere sollte vor Antritt der Reise geklärt werden, welche Reiseleistungen im Gewinn eingeschlossen sind. Ist beispielsweise nur die Unterkunft inklusive, nicht aber die Verpflegung, könnte diese den Reisenden teuer zu stehen kommen. Auch „Sonderangebote“, an denen eine zweite Person umsonst mitreisen kann, könnten es in sich haben. „Eventuell wollen Reiseveranstalter auf diese Weise noch freie Kontingente loswerden, der Begleiter zahlt hier oft indirekt für zwei“, weiß die Reiserecht-Expertin.

Neues EU-Recht: Entschädigungen

Um sich vor einer „Pleite“ des Reiseveranstalters zu schützen, brauche es einen Sicherungsschein. Achtung: Nicht jeder Veranstalter reiche einem das wichtige Dokument automatisch vor der Abreise. Der Schein garantiere dem Reisenden im Falle einer Insol-

venz beispielsweise über eine andere Fluggesellschaft zurückzufliegen. Um speziell Flugreisende im Falle einer Nichtbeförderung, Annullierung oder großen Verspätung besser zu schützen, trat erst kürzlich EU-weit eine neue Fluggastrecht-Verordnung in Kraft. „Versetzte“ Flugreisende können fortan auf eine erhöhte Entschädigung pochen. Bei Überbuchung, starker Verspätung oder Annullierung ist ein Schadensersatz von 125 bis 600 Euro fällig. Die Fluggesellschaften müssen sich zudem um Ersatz- und Rückflüge kümmern, notwendige Übernachtungen zahlen (samt Hoteltransfer), außerdem müssen sie dafür sorgen, dass die betroffenen Reisenden gratis ihre Angehörigen oder Freunde benachrichtigen können. Niemand müsse sich im Übrigen mit einem Reisegutschein zufrieden geben. Man sollte vielmehr darauf bestehen, die Entschädigung bar, per Scheck oder per Überweisung zu erhalten. Bereits bei einer Verspätung von mehr als fünf Stunden hat der Fluggast fortan ein Recht auf komplette Rückerstattung der Flugkosten oder eine Umbuchung.

Ein Sieg der Verbraucherschützer. Mit womöglich einem kleinen Wermutstropfen: einzelne Fluggesellschaften könnten die ihnen neu entstehenden Kosten auf ihre Flugpreise aufschlagen. Man kann nur hoffen, dass dies nicht so kommen wird.

Annette Wollenhaupt

Wer bei Überbuchung oder Verspätung des Flugs zu lange warten muss, erhält jetzt Entschädigung. Foto: fraport AG

Reiseziele

Blühendes Südtirol
Ihr Urlaubsziel in Schlanders bei Meran
Hotel Schlossgarten*** ÜF ab € 30,00
Gerichtsstr. 8 · I-39028 Schlanders
Tel. ++39/0473/730-424 · Fax 732-906
info@hotel-schlossgarten.com
www.hotel-schlossgarten.com
bitte Prosp. anf. 7 Ü=6 zahlen Fam. Reichhalter

Urlaub am Ostseestrand
Am schönsten Ferienort an der Ostsee in
Timmendorfer Strand
10 Tage für 250,00 EUR pro Person
20 Tage für 500,00 EUR pro Person + 1 Tag gratis
inkl. Frühstücksbüffet
Gratis für jeden Gast 1 Bernstein (natur belassen)
Geöffnet vom 15.06. – 31.08.2005
In der VDK Pension Rosenburg
Tel.: 0 45 03-23 09 · Fax: 0 45 03-77 94 57

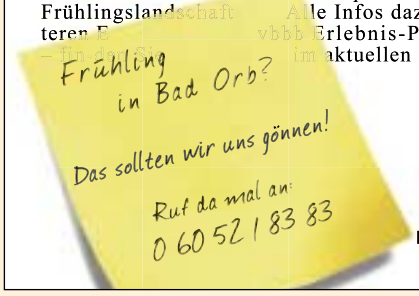
Ausflugsfahrten an Rhein und Mosel
Geprüfte Gästeführerin organisiert und begleitet Ihre Tagestouren, Besichtigungen, Weinproben etc.
Telefon: 0 61 23 / 10 62
www.rheingau-tours.de

Ausflugsfahrten jeden Dienstag

Mehrtagesfahrten siehe Programm
Ihre Ein- und Aussteigestellen sind:
Opel-Rondell-Rödelheim-Praunheim-Heddernheim-Nordweststadt-Erschersheim-Eckenheim-Nordend-Konstablerwache-Südbahnhof.
Fordern Sie unser Fahrtenprogramm an!
RM-BUSREISEN
Kaiserstraße 39, 60329 Frankfurt/M.
Telefon 0 69/23 37 77, Fax 0 69/23 92 85

Gesundheits-Urlaub 2005
NEU: Krankenkassen-Zuschuss möglich
Busanreise ab Frankfurt-Hbf :
17. Mai - 7. Juni / 3 Wochen
28. Juni - 19. Juli / 3 Wochen
19. Juli - 2. August / 2 Wochen
in die böhmischen Badeorte
★ Franzensbad ★
★ Marienbad ★
★ Karlsbad ★
Je nach gewähltem Kurhotel
Pauschalpreis für 2 Wochen
im DZ schon ab 889 EUR p. P.
- 3- und 4-Sterne-Kurhotels mit familiärer Atmosphäre und Vollpension
- Arztuntersuchungen (ggf. mit Laborbefunden)
- 3 - 4 Kur-Anwendungen pro Werktag
- Ausflugs- und Unterhaltungsprogrammen vor Ort im Kurhotel buchbar
- Bus-Anreise ab/bis Frankfurt-Hbf. (bei PKW-Anreise minus 105 EUR)

Reisedienst Schmidt + Arndt GmbH
Tel. 069 - 39 55 65 Mo. - Fr. 9 - 15 Uhr

Frühlingserwachen
BAD ORB ...die Stadt im Park
Den Frühling mit seinen ersten warmen Sonnenstrahlen begrüßen. Im Naturpark Spessart. In Bad Orb, der Stadt mit dem besonderen Flair. Wie ein Schmetterling den ersten Ausflug genießen. Wandern Sie durch einen bunten Teppich aus Krokussen. Suchen und finden Sie ein paar Tage Ruhe in idyllischer Frühlingslandschaft. Alle Infos dazu – und zu vielen weiteren Erlebnis-Pauschalen in Bad Orb im aktuellen Gratis-Katalog.


Unverbindlich anfordern.
0 60 52 / 83 83
kurgesellschaft@bad-orb.de
www.bad-orb.de

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Schöne liegt so nah
Bad Brückenau – Stadt und Staatsbad im Naturpark Rhön

Hotel Zur Mühle
97769 Bad Brückenau
Ernst-Putz-Str.17
Telef. 09741 91610
Fax 09741 916191
Zur-Muehle@t-online.de
★★★ Woche in Bad Brückenau
7 Tage im DZ mit Balkon, DU/WC, Tel, TV, Frühstück, Begrüßungstrunk, 7 x Abendessen 3 Gang Menü, Kurtaxe mit umfangreichen Leistungspaket, Bustransfer Frankf. Hbf.- Bad Brückenau-Frankf. Hbf. jeweils Samstag
pro Person und Tag im DZ 46,- €
pro Tag im Einzelzimmer 52,- €
Fordern Sie Hausprospekt und Info an!
Ein schöner Ort für Treffen aller Art

Mobil unterwegs

Service beim Reisen

Wer individuell reisen möchte, sollte sich im Vorfeld mit seinen Möglichkeiten und Erfordernissen auseinandersetzen. Gute Planung hilft, die richtige Entscheidung über das Verkehrsmittel zu treffen. Auch der ein oder andere Euro lässt sich sparen, wenn man sich mit Tarifen vertraut gemacht hat. Vor allem, wer nicht mehr so mobil ist oder besondere Hilfen benötigt, kann verschiedene Serviceangebote in Anspruch nehmen.

55plus bei der Bahn

Wer sich für eine Reise mit der Bahn entschlossen hat, steht vor der großen Herausforderung, die günstigsten Angebote zu finden. Am besten ist es immer noch, sich mit seinen Fragen und Wünschen persönlich an einen Mitarbeiter der DB Reise-Zentren zu richten. Ist der Weg dorthin zu weit, kann man sich auch telefonisch Auskunft einholen unter der gebührenpflichtigen Rufnummer 11861 oder im Internet unter www.bahn.de. Dort finden sich unter der Rubrik „55 plus“ viele Anregungen. Bei der Routenplanung mit der Bahn sollte man unbedingt darauf achten, für das Umsteigen genügend Zeit einzuplanen.

Die Fahrkarte: Wer das 60. Lebensjahr vollendet hat, bekommt die BahnCard 50 zum Preis von 100 Euro (Normalpreis 200 Euro) für die 2. Klasse. Mit dieser BahnCard kann man sich Fahrkarten zum halben Preis kaufen, was sich für Viel- und Fernfahrer lohnt. Wer meist in und um Frankfurt herum mit S-Bahnen oder Zügen des RMV unterwegs ist, erhält dagegen nur eine Ermäßigung von 25 Prozent und spart kaum.

Im Fernverkehr können Großeltern mit BahnCard 50 ihre Enkel unter 15 Jahren kostenlos mitnehmen. Bei Reisen nach Österreich und in die Schweiz gilt die Kinderfrei-Regelung sogar für mitreisende Enkel unter 17 Jahren.

An vielen Bahnhöfen gibt es Einstiegshilfen. Foto: Rüffer

Reisen mit Handicap: Für Fahrgäste, die auf der Zugfahrt wegen körperlicher Handicaps spezielle Unterstützung benötigen, hat die Bahn die Mobilitätsservicezentrale eingerichtet. Hier sollen DB-Fachleute für mobilitätseingeschränkte Fahrgäste die Reiseplanung übernehmen, geeignete Verbindungen finden, Ein-, Aus- und Umsteigehilfen bestellen. Am Frankfurter Hauptbahnhof stehen Servicepersonal, Hublifte oder Rampen als mobile Einstiegshilfen zur Verfügung. Doch dies ist nicht auf jedem Bahnhof der Fall. Also muss vorher genau abgeklärt werden, ob es den Service auch am Zielbahnhof gibt. Die Mobilitätsservicezentrale hat die gebührenpflichtige Hotline 01805/512 512. Der Service kann auch im Internet unter www.bahn.de/handicap bestellt werden.

Wer über einen Schwerbehinderten-Ausweis verfügt, bei dem der Zusatz „notwendige ständige Begleitung ist nachgewiesen“ nicht gestrichen ist, kann bei Bahn-Reisen eine Begleitperson kostenlos mitnehmen.

In Kooperation mit einem Versand bietet die Bahn einen Gepäckservice an. Foto: DB AG/Hermes

Reisen ohne Gepäck: Für Reisende, die ohne lästiges Gepäck unterwegs sein möchten, gibt es den Kurierdienst. Die Bahn bietet im Inland sowie nach Österreich, Frankreich, Luxemburg, Südtirol einen Haus-zu-Haus-Service und in die Schweiz einen Haus-zu-Bahnhof-Service für Koffer an. Die Beförderung innerhalb Deutschlands dauert in der Regel zwei Tage. Das Kuriergepäck – eine Kooperation mit dem Hermes-Versand – kostet für die ersten beiden Koffer jeweils 14,90 Euro, für das dritte und vierte Gepäckstück nur je 8,90 Euro. Der Hermes-Service kann auch zu Hause unter der gebührenpflichtigen Hotline 0900 1311211 mit dem Gepäcktransport (innerhalb Deutschlands und Österreichs) beauftragt werden. Die Bezahlung erfolgt dann in bar bei Abholung an der Haustür.

Mit Rotkäppchen in die Luft

Auch wer mit dem Flugzeug verreisen möchte, kann sein Gepäck schon vorschicken: und zwar zu den Flughäfen Frankfurt/M., Hamburg, Hannover, Leipzig/Halle und München-Erding, Berlin-Tegel. In Frankfurt befindet sich die Gepäckaufbewahrungsstelle in Terminal 1, Halle B,

Ankunft. Dort kann der Gast das Gepäck vor dem Abflug abholen und anschließend bei der jeweiligen Fluggesellschaft einchecken.

Gepäckversand-Tickets kann man bei den DB Reise-Zentren kaufen.

Der „Rotkäppchenservice“ bietet Begleitung bis an den Sitz im Flieger. *Foto: Lufthansa*

Seit 1968 gibt es bei Lufthansa den „Rotkäppchenservice” einen Betreuungsdienst für alle, die besondere Hilfe benötigen. Früher waren die Mitarbeiter an ihren roten Käppchen erkennbar, daher der Name, heute an einem roten Button auf der Uniform. Zum Reiseantritt finden sich Passagiere, die einer Begleitung bedürfen, an speziellen Check-in-Schaltern ein - im Flughafen Frankfurt in Halle A - wo sie „Rotkäppchen-Mitarbeiter“ in Empfang nehmen. Von dort aus wird der Fluggast zum Abfluggate gebracht. Ältere Menschen, die nicht gehen können, werden von einem Betreuer im Rollstuhl gefahren. Entstehen Wartezeiten, so gibt es einen besonderen Raum, in dem sich die Betreuten aufhalten und mit Zeitschriften und Getränken versorgen können. Beim Einsteigen ins Flugzeug sorgt das Boden- und Kabinenpersonal dafür, dass der Gast sicher zu seinem Platz kommt. Kommt es während der Reise zu Verspätungen, so werden die Abholer informiert.

Die Betreuung ist für behinderte Passagiere kostenlos. „Den ‚Rotkäppchenservice‘ soll man am besten schon im Reisebüro bestellen“, sagt Bernd Hoffmann von Lufthansa. Oder bei der kostenpflichtigen Hotline 01803/ 803 803.

Mobilitätshilfen reisen kostenlos mit

Einen Service für Passagiere mit eingeschränkter Mobilität gibt es auch bei anderen Fluggesellschaften am Frankfurter Flughafen. Eine Nachfrage im Reisebüro lohnt sich also. Beispielsweise bietet British Airways ebenfalls personelle Betreuung vom Check-in zum Flugzeug an. Auch kann ein Rollstuhl oder Elektrofahrzug zu diesem Zweck bestellt werden. British Airways befördert Rollstühle oder andere Mobilitätshilfen bis zu 30 Kilogramm kostenfrei. Da es gewisse Ausnahmen hierbei gibt, sollte man am besten alle Fragen vor dem Flug klären. Für Fluggäste mit eingeschränkter Seh- oder Hörfähigkeit stellt die Airline auf Wunsch eine Begleitperson zwischen Flugzeug und Terminalgebäude zur Verfügung. Zudem bietet British Airways: Schwerhörigenschleifen für Passagiere mit Hörgeräten auf bestimmten Flughäfen, einschließlich London Heathrow und Gatwick. Diesbezügliche Wünsche sollten der Fluggesellschaft spätestens 24 Stunden vor Abflug mitgeteilt werden. Die kostenpflichtige Hotline für British Airways lautet 01805/ 266522.

Barrierefreie Reiseziele

Für Rollstuhlbenutzer ist die eigene Planung einer Urlaubsreise immer noch mit vielen Hindernissen verbunden. In den Auskünften von Reiseveranstaltern, Fremdenverkehrsbetrieben und Beherbergungsbetrieben fehlen oft konkrete Hinweise über die tatsächliche Barrierefreiheit vor Ort. Ganz gleich, ob jemand eine Bus-, Flug- oder Individualreise plant, der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. (BSK) in Krautheim organisiert und veranstaltet barrierefreie Reisen. Bei Bedarf werden auch geschulte Reiseassistenten als Begleitpersonen vermittelt. Der BSK hat jetzt eine umfangreiche Sammlung barrierefreier Reiseziele in seinem Katalog „BSK-Urlaubsziele 2005“ veröffentlicht.
Für die Bestellung des Kataloges bittet der Behindertenverband, einen adressierten und mit Euro 1,44 frankierten Din-A-4-Rückumschlag beizulegen an:
BSK e.V., Reiseservice, Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim. Weitere Infos: Telefon (06294) 4281-51 oder im Internet unter www.bsk-ev.de

Anzeige

Tagespflege im Hufeland-Haus

...tagsüber gut versorgt, abends und am Wochenende zu Hause!

Pflege
Versorgung
Betreuung
Aktivierung
Lebensfreude

Wir haben geöffnet:
montags - donnerstags
von 7.30 - 16.30 Uhr
freitags und samstags
von 7.30 - 16.00 Uhr

Hufeland-Haus
ein Netzwerk sozialer Dienste

Wilhelmshöher Str. 34
60389 Frankfurt am Main
Tel.: 069/4704-265
Fax: 069/4704-262
HZ@Hufeland-Haus.de
www.Hufeland-Haus.de

Unvergessen: Lilo Pulver im „Wirtshaus im Spessart". Foto: Globus-Film

Frau Holle, Schneewittchen und unzählige Räuber

Der Spessart, umschlossen von Main, Sinn und Kinzig, ist das größte geschlossene Laubwaldgebiet Deutschlands. Seine Grundlage bildet eine mächtige Buntsandsteinplatte, in die Meere durch ihren langfristigen Rückzug Täler eingegraben haben. Die Landschaft ist gekennzeichnet durch sanfte Höhen bis zu 600 Metern. Der Spessart, dessen Name sich übrigens von einem seiner typischen Bewohner, dem Schwarzspecht („Spechtshaardt"), ableitet, ist ein sagen- und märchenhaftes Erlebnis- und Freizeitgebiet.

Die Erzbischöfe von Mainz waren über Jahrhunderte die Landesherren des Spessart. Sie haben eine Besiedlung der innersten Gebiete erst ab dem 12. und 13. Jahrhundert geduldet. Da die Landwirtschaft wenig abwarf, suchte man nach anderen Erwerbsmöglichkeiten: Handwerker wie Eisenhämmer, Töpfer und Köhler siedelten sich an, Glashütten wurden gegründet, und Spessarter Fuhrleute zogen durch ganz Europa. Sie alle haben ihre Spuren hinterlassen, die es sich heute zu erkunden lohnt.

Natürlich: die Räuber

Die Armut der Bevölkerung war ein Grund, warum im Spessart die Räuberei so ausgeprägt war. Die Handelswege durch das Waldgebiet versprachen reiche Beute, und die dichte Waldlandschaft mit ihren Höhlen war eine ideale Voraussetzung für die Überfälle, Hinterhalte und den anschließenden Rückzug. Zahlreiche Geschichten zeugen noch heute von dieser Zeit, am bekanntesten die vom „Wirtshaus im Spessart", die mit Liselotte Pulver verfilmt wurde. Der Film basiert auf einer Erzählung Wilhelm Hauffs, der 1826 per Postkutsche durch den Spessart reiste. Von Gendarmen eskortiert und mit dem Ausspruch eines Nürnberger Kaufmanns im Ohr - „Lieber Gott, du hast mir aus dem Mutterleibe geholfen, du wirst mir auch über den Spessart helfen!" - wurde er zu seiner Geschichte inspiriert. Der letzte Höhepunkt der Räuberzeit lag damals erst zehn Jahre zurück.

Der „stumpfarmige Zimmermann"

Anders als bei Hauff, stammten die Spessarträuber nicht aus „irritierten besseren Kreisen", sondern aus der Schicht der umherschweifenden Obdachlosen, deren Zahl man heute für Deutschland im 18. Jahrhundert auf 5-10% der gesamten Bevölkerung schätzt. Das Elend dieses „fahrenden Volkes" begegnete dem Reisenden in vielerlei Gestalt: Bettler, Musikanten, Quacksalber, Korbmacher, Kesselflicker, Schausteller und Hausierer. Die Schicksale waren traurig: so verlor der „stumpfarmige Zimmermann" Philipp Müller bei einem Arbeitsunfall einen Teil seines Armes, so dass er seinen Beruf nicht mehr ausüben konnte. Er zog fortan mit Frau und Kindern als Hausierer und Meerschweinchen-Vorführer umher. Die Räuber sind bis heute nicht arbeitslos geworden, sie sind eine beliebte Touristenattraktion. In Mespelbrunn organisiert man zum Beispiel Überfälle und Räuberwochenenden. Das Wasserschloss Mespelbrunn diente übrigens als Drehort für den berühmten Film mit Lilo Pulver.

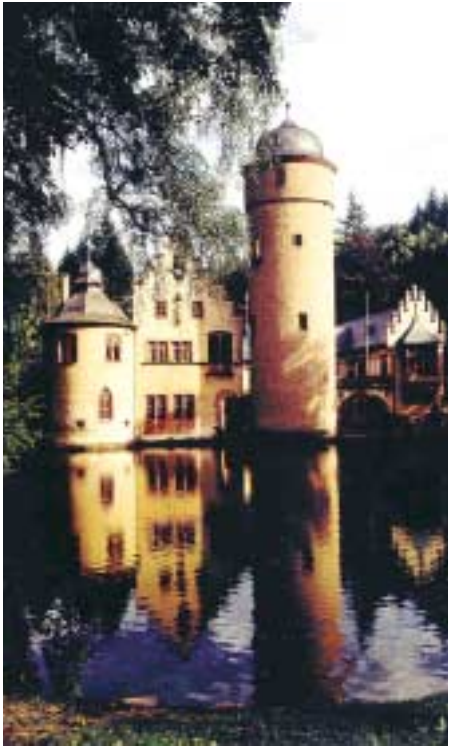
Frau Holle verschenkt Birnen

Passiert man den Mainwanderweg oberhalb des Augustiner-Chorherren-Stift Triefenstein gegenüber von Lengfurt am Main, dann kann es sein, dass man statt der Räuber Frau Holle begegnet. Besonders bei der sagenumwobenen Neuenburg, von der heute nur noch ein Wall- und Grabensystem zeugt. In den meisten Spessartsagen ist Frau Holle eine Wohltäterin, obwohl sie durchaus ein ambivalenter Charakter ist: gute Fee und Rachegestalt. In den Rauhnächten zwischen Weihnachten und Dreikönig bestraft sie die Faulen. Aber an Weihnachten bringt sie den Kindern „Hutzeln" - gedörrte Birnen -, Äpfel und Nüsse.

Schneewittchen hieß Maria

Der Spessart ist auch die Heimat von Schneewittchen, das 1729 im Schloss von Lohr am Main als Maria Sophia Margaretha Christina zur Welt kam. Hintergrund des Märchens ist wahrscheinlich die Tatsache, dass

In Lohr begegnet man Schneewittchen. Foto: Tourist-Information SMO



Berühmter Drehort: Schloss Mespelbrunn. Foto: Tourist-Information SMO

man Kinder und Kleinwüchsige fortschickte, um in den engen Stollen unter Tage im Bergbau zu arbeiten. Im Schloss kann man im Schneewittchenzimmer den Zauberspiegel und die Schuhe besichtigen, in denen das Mädchen über die Berge floh. Naschkatzen dürften sich eher für die original Schneewittchen-Pralinen interessieren, die in der Konditorei Geis am Alten Rathaus zu bekommen sind. In Lohr beginnt der Schneewittchenwanderweg, dessen 35 Kilometer sich bequem in mehreren Etappen bewältigen lassen. Übernachten kann man in Gasthöfen in den Orten längs des Wegs.

Vertauschte Brüder

Der märchenhafte Spessart ist die Heimat der Brüder Grimm. In ihrer Geburtsstadt Hanau steht auf dem Marktplatz das ihnen gewidmete Nationaldenkmal. Fragt man Einheimische, welche Figur welchen der Brüder darstellt, bekommt man die Antwort, dass man das nicht wissen könne: die Brüder tauschen nachts die Plätze. Auf Schloss Philippsruh finden jährlich die Brüder Grimm Märchenfestspiele statt, dieses Jahr vom 26. Mai bis zum 7. August.

Mehr als Sagen und Märchen

Der Spessart lässt sich hervorragend auf Wanderungen erkunden. Ein dichtes Netz von Wanderwegen führt in unberührte Natur, zu Sehenswürdigkeiten aus Märchen und Sagen, aber auch aus der Geschichte des Handwerks, Kunsthandwerks und Weinbaus. Auf den 50 Kilometern des Fränkischen Rotwein-Wanderweges durch Städtchen und Dörfer, von Weingut zu Weingut lässt sich beispielsweise der Landkreis Miltenberg entdecken. Die Stadt Miltenberg selbst lockt als „Perle des Main“. Hier steht das älteste Gasthaus Deutschlands, „Zum Riesen“, das in heutiger Gestalt 1590 erbaut wurde. Kaiser Barbarossa, Kaiser Ludwig der Bayer sowie Kaiser Karl IV. sind hier abgestiegen, so dass der Beiname „Fürstenherberge“ ein verdienter ist.

Tipps und Veranstaltungen

Nähere Informationen, beispielsweise zu den organisierten Räuberüberfällen, gibt es unter www.muellers-landgasthof.de. (Foto unten).

Über die Märchenfestspiele in Hanau informiert die Seite www.hanau.de. Besonders empfohlen sei der Spessarttag, 2005 vom 4.- 22. Juni, der unter dem Motto „Sonne, Mond und Sterne” stattfindet. Schwerpunkt wird die Region des ehemaligen Freigericht sein. Die vielfältigen Angebote der Spessartgemeinden werden ab März unter www.spessarttag.de veröffentlicht. Die Eröffnungsveranstaltung ist am 5. Juni auf dem Alzenauer Marktplatz. Kulturrundwege sind verzeichnet unter www.furnologia.de/furnologia/asp/asp_hauptseiten/asp_kulturwege.htm. *Claudia Sabic*

Anzeige

Neue Zentrale am Grünhof

Umzug des Jugend- und Sozialamts Mitte April

Alle Zeichen weisen auf die anstehende Veränderung hin: Während in der Berliner Straße und anderen Liegenschaften, in denen bislang die Zentrale des Jugend- und Sozialamts untergebracht war, schon Akten in die Kisten wandern, läuft im Neubau an der Eschersheimer Landstraße 241-249 der Innenausbau mit Hochdruck. Denn am 15. und 16. April ist es so weit. Die ersten Abteilungen ziehen um an den „Grünhof“.

Für Besucher ist der Grünhof dann ab dem 18. April geöffnet; während der Umzugstage haben die „alten“ Anlaufstellen geschlossen und sind auch telefonisch nicht erreichbar.

Im Gegensatz zu den bisherigen Planungen (die SZ berichtete in der letzten Ausgabe) findet das Versicherungsamt, zuständig in Fragen der Rente und anderer Sozialversicherungen, sein neues Domizil jedoch nicht am Grünhof. Auskunft gibt es auch weiterhin in der Sandgasse 6. Stattdessen werden andere Abteilungen, so die Fachteams „Jugendhilfe für Auswärtige“, „Kinder und Jugendliche“ sowie die „Clearingstelle für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge“ (alle bisher in der Kurt-Schumacher-Str. 41), mit ihren Räumen im neuen Gebäude zusammengezogen.

Wen finde ich am Grünhof?

Ab 18. April sind neben den schon genannten Teams die Amtsleitung, die Fachreferate Grundsatz, Verwaltung und Personal sowie die Behindertenbeauftragte der Stadt im neuen Gebäude zu erreichen.

Im September folgen dann in einem zweiten Schritt das Fachreferat Finanzen und die Abteilungen des „Besonderen Dienstes Jugendhilfe“, die ihre Räume derzeit auf der Zeil 57 haben, darunter die Tagespflegebörse.

Sämtliche Telefonnummern bleiben trotz des Umzugs erhalten. Lediglich die Adresse lautet künftig „Eschersheimer Landstraße 241-249, 60320 Frankfurt“. Das neue Gebäude ist montags bis mittwochs von 8-15, donnerstags von 8-16 und freitags von 8-13.30 Uhr für Besucher geöffnet. An der Pforte werden Hilfesuchende in Empfang genommen und an die richtige Stelle verwiesen.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist das Haus leicht erreichbar: Ebenso wie zum benachbarten Rathaus für Senioren nimmt man die U1, U2 oder U3 und fährt bis zur Haltestelle „Dornbusch“. Auch die Busse 34 (zwischen Bornheim-Mitte und Gallus) sowie 64 (Ginnheim-Miquelallee) halten am Dornbusch. Ein Behindertenparkplatz wird in unmittelbarer Nähe des Haupteingangs auf der Eschersheimer Landstraße eingerichtet.

Anzeige

DIE ZUKUNFT GESTALTEN, DAS LEBEN GENIESSEN ...

INFO-NACHMITTAG
Jeden letzten Sonntag im Monat um 15:00 Uhr
(außer am 27.03.2005)
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!

... im GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo.

- Sie planen und gestalten Ihr Leben bewußt und wissen was Sie wollen.
- Sie haben sich für ein anspruchsvolles Leben im Alter entschieden.
- Sie haben Interesse am Gemeinschaftsleben und besonderen kulturellen Veranstaltungen.
- **... und wenn Sie krank werden,** erwarten Sie kompetenten, individuellen und menschlichen Service - durch unseren hauseigenen ambulanten Pflegedienst oder stationär im Wohnpflegebereich.

www.gda.de

GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo Waldschmidtstraße 6 · 60316 Frankfurt
Tel. (069) 405 85-0 (Zentrale) oder (069) 405 85-102 (Wohnstiftsberatung)
Sie erreichen uns: U-Bahn Linien 6 und 7 bis „Zoo“, Linie 4 bis „Merianplatz“;
Straßenbahn Nr. 14 bis „Waldschmidtstraße“; mit dem PKW: Parkhaus „Mousonturm“.

GDA Gemeinschaft Deutsche Altenhilfe

MITGLIED IM PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTSVERBAND

GDA Wohnstifte auch in Göttingen, Goslar, Hannover, Neustadt/Weinstraße, Trippstadt und Wiesbaden.

Mittagstisch für Senioren

Seniorenrestaurants

Preis 4,10 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

Bockenheim Pflegeheim Bockenheim
Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/7 92 00 20, Fax 0 69/79 20 02 48
U 6 Richtung Heerstraße, U 7 Richtung Hausen
Haltestelle Kirchplatz, **Öffnungszeit: 12 bis 13 Uhr**

Eckenheim Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/5 48 00 80, Fax 069/54 80 08 16
U 5 Richtung Preungesheim oder Bus Nr. 34 Richtung Bornheim-Mitte, Haltestelle Marbachweg/Sozialzentrum,
Öffnungszeit: 11.45 bis 12.30 Uhr

Höchst Victor-Gollancz-Haus
Kurmainzer Str. 91, 65936 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/299 807-445, Fax 069/299 807-453
Bus 55, Haltestelle Eltviller Str.
Öffnungszeit: 11.45 bis 13.00 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: 12.30 bis 14 Uhr

Praunheim Pflegeheim Praunheim
Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/9 76 80 60, Fax 0 69/7 68 21 30
U 6 bis Endstation Heerstraße und Bus Nr. 60 Richtung Heddernheim Haltestelle Graebestraße
Öffnungszeit: 12 bis 13 Uhr

Rödelheim Sozial- und Reha-Zentrum West
Alexanderstraße 92-96, 60489 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/78 99 30, Fax 0 69/78 99 31 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: 11.30 bis 13.15 Uhr**

Sachsenhausen Bürgermeister-Gräf-Haus
Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/60 90 70, Fax 0 69/6 03 21 05
Bus Nr. 36 Richtung Hainer Weg oder Bus Nr. 954/960 Richtung Dietzenbach oder Bus Nr. 961/963 Richtung Rödermark Haltestelle Wendelsplatz,
Öffnungszeit: 12 bis 13 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 Burgstraße oder Bus Nr. 43 Richtung Bergen Ost Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: 12 bis 13 Uhr

Haben Sie Fragen zum Mittagstisch?
Telefon: 2 12-3 77 22

Essen auf Rädern

Preis 4,10 Euro zuzüglich
Anlieferungspauschale von 1 Euro

Bestellung direkt beim Anbieter:

Arbeiter-Samariter-Bund / Stadtgebiet Frankfurt
Hanauer Landstraße 191, 60314 Frankfurt am Main
Telefon 08 00/1 92 12 00, Fax 0 69/94 99 72 22

Arbeiterwohlfahrt, Kreisverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Gutleutstraße 319, 60327 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/2 71 06-178, Fax 0 69/2 71 06-176

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Salzschlirfer Straße 8, 60386 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/73 16 17, 0 69/73 21 21, 0 69/30 05 99 91,
Fax 0 69/73 47 48

Diakoniestationen GmbH / Evangelisches Pflegezentrum
Stadtgebiet Frankfurt
Battonnstraße 26-28, 60311 Frankfurt
Telefon: 0 69/2 54 92-0, Fax: 0 69/25 49 21 98

Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Mainkai 43, 60311 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

Anzeigen

Versicherte haben jetzt mehr Wahlfreiheit beim Zahnersatz. Die Zuschüsse der Kassen wurden neu geregelt. Foto: Schmidt

Neues aus dem Versicherungsrecht

Teil 2: Änderungen im Gesundheitswesen und Organisationsreform der Rentenversicherung

Eine ganze Reihe von gesetzlichen Neuregelungen sind seit Anfang dieses Jahres in Kraft oder werden demnächst wirksam. In der letzten Ausgabe hatten wir bereits ausführlich über die Renten- und Pflegeversicherung berichtet und setzen unseren Überblick jetzt fort.

Rund um die Gesundheit

Zuzahlungen: Bereits im vergangenen Jahr wurden die Zuzahlungen für Arznei- und Hilfsmittel neu geregelt (siehe SZ 1/04). Bis maximal zwei Prozent des jährlichen Bruttoeinkommens müssen Patienten zuzahlen. Für chronisch Kranke gilt eine einprozentige Grenze. Das Vorliegen der chronischen Erkrankung musste den Kassen bisher nachgewiesen werden. Das ist jetzt nicht mehr erforderlich, die vom letzten Jahr vorliegenden Nachweise gelten weiterhin. Die Kassen haben aber die Möglichkeit, in Zweifelsfällen nachzuprüfen.

In Heimen lebende Sozialhilfeempfänger müssen jetzt Zuzahlungen nicht mehr auf einen Schlag aus ihrem „Taschengeld“ finanzieren. Für sie übernimmt das Sozialamt die Zahlungen in Höhe des jährlichen Höchstbetrags als Darlehen und überweist sie direkt an die Krankenkasse, wenn nicht widersprochen wird. Die Kasse stellt dann umgehend die Befreiung von weiteren Zuzahlungen für das gesamte Jahr aus. Das Darlehen ist von den betroffenen Heimbewohnern in nur kleinen monatlichen Beträgen zurückzuerstatten, sodass sie nicht finanziell überfordert werden.

Zahnersatz: Nach längerer Diskussion stand fest: Der Zahnersatz bleibt Regelleistung der gesetzlichen Krankenversicherung, muss also nicht – wie ursprünglich geplant – zusätzlich privat versichert werden. Wer aufgrund der früheren Planung bereits eine Zusatzversicherung abgeschlossen hat, kann diese mit Sonderkündigungsrecht wieder auflösen.

Ab 1. Juli kommt auf alle Versicherten außerdem ein höherer Beitrag von 0,9% zu; darunter entfallen 0,4% auf den Zahnersatz. Gleichzeitig aber müssen die Krankenkassen ihre Beitragssätze in derselben Höhe senken. Den Versicherten, Rentnern und Arbeitnehmern, kommt diese Senkung zur Hälfte zugute (die andere Hälfte dem Arbeitgeber) – insgesamt verbleibt also letztlich eine Erhöhung von 0,45%. Die Rentenversicherer werden auch noch einmal in ihrer Rentenanpassungsmitteilung über den Einbehalt des Sonderbeitrags informieren.

Neu geregelt sind auch die Zuschüsse der Kassen für Zahnersatz. Wurden die Kosten bisher prozentual übernommen, gibt es seit Januar feste Zuschüsse je nach zahnärztlichem Befund. Stellt der Zahnarzt beispielsweise als Befund eine Zahnlücke fest, gibt es für die Therapie – unabhängig davon, ob sich der Patient für eine günstigere Brücke oder ein teureres Zahnimplantat entscheidet – einen festen Betrag von der Kasse. Die restlichen Kosten trägt der Patient. Die Bonusregelung für diejenigen, die ihre jährlichen Kontrolluntersuchungen regelmäßig wahrnehmen, ist weiterhin gültig. Eine nach Einkommen gestaffelte Härtefallregelung sorgt da-

für, dass gering Verdienende höhere Zuschüsse bzw. den vollständigen Ersatz der Regelkosten erhalten.

Festbeträge für Arznei- und Hilfsmittel: Ebenfalls seit Januar gelten die neuen Festbeträge für Arzneimittel. Festbeträge sind Höchstbeträge für die Erstattung von Arzneimittel-Preisen durch die gesetzlichen Krankenkassen. Wird ein Präparat verschrieben, dessen Preis über der Grenze liegt, so muss der Versicherte die

Für Pillen gelten Festbeträge.
Foto: FKK, Hoffmann

Differenz zwischen Festbetrag und tatsächlichem Preis tragen. Gesetzlich vorgeschrieben ist, dass es ausreichend viele vergleichbare Arzneimittel auch zu unter den Festbeträgen liegenden Preisen gibt. Ärzte, die dennoch teurere Medikamente verschreiben, müssen ihre Patienten auf die fällig werdende Zahlung hinweisen. Die Festbetragsregelung betrifft vorläufig folgende Arzneimittelgruppen: Protonenpumpenhemmer (gegen Magenbeschwerden), Statine (zur Cholesterinsenkung), Sartane (zur Blutdrucksenkung) und Triptane (gegen Migräne).

Auch für Hilfsmittel wie orthopädische Einlagen, Hörgeräte, Kompressionsstrümpfe und Sehhilfen, Inkontinenzhilfen und Stoma-Artikel gelten jetzt einheitliche Festbeträge. Die Versicherten in ganz Deutschland erhalten den gleichen Betrag von ihrer Krankenkasse. Unterschiede zwischen den Bundesländern gibt es dann nicht mehr.

Rentenversicherung wächst zusammen

Nach jahrelanger Diskussion wird die gesetzliche Rentenversicherung neu strukturiert. Das Gesetz zur Organisationsreform in der gesetzlichen Rentenversicherung, das zum 1. Januar in Kraft getreten ist, gehört neben dem Nachhaltigkeitsgesetz und dem Alterseinkünftegesetz zu den drei „großen" Reformen 2004. Die Ziele sind mehr Wirtschaftlichkeit und Effektivität, mehr Bürgernähe sowie weniger Bürokratie in der Rentenversicherung.

Notwendig wurde die neue Organisation auch, weil sich die Arbeitswelt erheblich verändert hat und es so zu einer deutlichen Verlagerung des Arbeitsaufkommens von der Arbeiterrenten- zur Angestelltenversicherung gekommen ist. 1950 betrug das Verhältnis zwischen den bei den Landesversicherungsanstalten (LVA) Versicherten und den Versicherten der Bundesversicherungsanstalt für Angestellte (BfA) noch etwa 3:1. Ende 2002 verteilten sich die knapp 34 Mio. aktiv Versicherten auf nur noch 48% Arbeiterinnen und Arbeiter und 52% Angestellte.

In einem ersten Schritt wurde ab dem 1.1.2005 die überholte Unterscheidung zwischen Arbeiterrenten- und Angestelltenversicherung für alle neu Versicherten aufgegeben. Die Versicherten werden entsprechend bestimmter Quoten auf die unterschiedlichen Rentenversicherungsträger verteilt. Für die heutigen Rentnerinnen und Rentner ändert sich durch die Organisationsreform nichts. Auch die meisten Versicherten, für die bis zum 31.12.2004 eine Versicherungsnummer vergeben wurde, bleiben bei ihrem Versicherungsträger. Lediglich etwa fünf Prozent werden in einem Zeitraum von 15 Jahren einem anderen Träger zugeordnet, was zu keinerlei Nachteilen führt, sondern nur einer gleichmäßigen Auslastung der Rentenversicherungsträger dient.

Ab Oktober führen dann alle Träger der gesetzlichen Rentenversicherung die Bezeichnung „Deutsche Rentenversicherung" in ihrem Namen. Der Verband Deutscher Rentenversicherungsträger und die BfA werden dann „Deutsche Rentenversicherung Bund", die drei weiteren Bundesträger „Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See" und die Regionalträger (LVA) z.B. „Deutsche Rentenversicherung Hessen" heißen.

Roman Fehr

Weitere Informationen gibt es beim Versicherungsamt, Sandgasse 6, Telefon: 212-44077.
Über die Zuzahlungsregelungen für Heimbewohner informiert das Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, Telefon: 212-49933.

Anzeige

Entlastung im Pflegealltag bieten Haushaltshilfen. Foto: dpa

Haushaltshilfen für Plegebedürftige

Verordnung ermöglicht Kräften aus Osteuropa legale Beschäftigung

Private Haushalte, in denen ein pflegebedürftiges Mitglied lebt, dürfen Haushaltshilfen aus osteuropäischen Ländern jetzt wieder legal anstellen. Eine entsprechende Verordnung des Bundeswirtschaftsministeriums hat im Januar der Bundesrat verabschiedet.

Wer seit Ende 2002 eine Haushaltshilfe aus Osteuropa zur persönlichen Entlastung des oft stressigen Pflegealltags beschäftigte, konnte das nur unter dem Deckmäntelchen der Schwarzarbeit tun und handelte damit gesetzwidrig.

Die neue Verordnung, die eine bis Dezember 2002 gültige Regelung neu auflegt, ermöglicht nun offiziell solche Beschäftigungsverhältnisse. Um klare Abgrenzungen zu Pflegeleistungen zu schaffen, hat der Gesetzgeber jedoch strikte Vorgaben gemacht: Lediglich um hauswirtschaftliche Tätigkeit, nicht um Pflege, darf es sich handeln. Die Kräfte sollen 38,5 Wochenstunden arbeiten, müssen vom Arbeitgeber voll versichert werden und erhalten Ihren Aufenthaltstitel für drei Jahre. Der private Arbeitgeber muss sich um eine „angemessene Unterkunft“ für seine Hilfe im Haushalt bemühen. Die Regelung gilt für Beschäftigte aus Polen, der Slowakischen Republik, der Tschechischen Republik, Slowenien, Ungarn, Bulgarien und Rumänien. Als Mindest-Lohn sind 1.082 Euro (Hessen) für eine Vollzeitkraft vorgesehen, wovon maximal 365,37 Euro für Kost und Logis angerechnet werden dürfen, sofern die Hilfe im eigenen Haushalt wohnt.

Die Vermittlung der Haushaltshilfen darf ausschließlich über die Bundesagentur für Arbeit erfolgen; eine private Suche ist also nicht möglich. Weitere Informationen gibt es bei der Zentralstelle für Arbeitsvermittlung (ZAV) der Bundesagentur: Telefon: 0228/713-1414, Internet: www.arbeitsagentur.de

Anzeige

Wir pflegen ältere Menschen, auch mit höherem Pflege- und Zeitbedarf sowie Menschen mit Behinderungen jeden Alters rund um die Uhr und stadtweit.

CeBeeF

Club Behinderter und ihrer Freunde e.V.

Ambulanter Pflegedienst

Wir übernehmen:

- Pflege und hauswirtschaftliche Versorgung zu Hause
- Ihre Assistenz im Alltag und Einsätze an Wochenenden und Feiertagen
- 24-Stunden-Pflege, Abend- und Nachteinsätze

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne ✆ 069 - 97 05 22 - 0

- Wir sind Vertragspartner der Stadt Frankfurt am Main, der Pflegekasse, der Krankenkassen und anderer Kostenträger · Anerkannte Zivildienststelle

CeBeeF Frankfurt e.V. · Elbinger Straße 2 · 60487 Frankfurt · www.cebeef.com

PARITÄT

Aktionswoche Älterwerden

Veranstaltungen vom 21. bis 29. Juni 2005

Auf vielen Veranstaltungen der Aktionswoche kann man Angebote gleich ganz praktisch austesten. *Foto: Rüffer*

Informieren und diskutieren, aktiv und kreativ sein: Das ermöglicht die Aktionswoche Älterwerden in diesem Jahr in sommerlichem Flair. Womit das große Interesse der letzten drei Jahre an den vielfältigen Veranstaltungen „rund um das Älterwerden“ sicher noch übertroffen werden dürfte.

Diesmal startet die Woche am 21. Juni und möchte wieder für Themen des Alterns sensibilisieren. Dabei soll der Fokus bewusst auf die Kompetenzen und Entwicklungspotenziale, aber auch auf die Defizite des Alterns gerichtet werden. Darüber hinaus möchte die Woche auch jüngere Menschen für die Altenarbeit begeistern und für pflegerische Berufe werben.

Prominenten-Talk zur Einstimmung

Zu einer Talkrunde mit Prominenten aus den Bereichen Kultur, Sport, Politik und Wirtschaft lädt Sozialdezernent Franz Frey herzlich ein. Die Gesprächsrunde soll auf die Veranstaltungen der Aktionswoche 2005 und auf das Mitmachen einstimmen. Der Eintritt ist frei, für Kaffee und Kuchen ist gesorgt.
(21.06.05, 16 Uhr, großer Saal im Internet-Café Anschluss, Hansaallee 150, Eingang Pfadfinderweg).

Im Mittelpunkt der Fachveranstaltung referiert am 22. Juni der renommierte Wissenschaftler Prof. Dr. Schulz-Nieswandt über die „Reform der Sozialhilfe“ unter dem Aspekt des demografischen Wandels, sich verändernder Familienstrukturen und den veränderten Bedarfslagen. Zudem befasst sich Dr. Spermann, Leiter des „Europäischen Zentrums für Wirtschaftsforschung“ und kreativer Mitbegleiter bei der Entwicklung von Hartz IV, mit dem Thema: „Chancen und Möglichkeiten personenbezogener Pflegebudgets“.

Die Fachtagung will Anforderungen, Aufgaben und Konsequenzen für die kommunale Altenpolitik formulieren, aber auch deutlich machen, dass Menschen „jenseits der Lebensmitte“ als aktive Akteure wahrzunehmen sind.

Schwerpunkte

Der Bereich Mitgestaltung und Mitbestimmung an einer altersfreundlichen Umwelt/Stadt wird durch eine eigene Veranstaltungsreihe von altenpolitischen Initiativen einen Schwerpunkt einnehmen. Aber auch Themen wie die Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen bekommen einen besonderen Raum. Ebenso werden Fragestellungen aufgegriffen wie „was trägt die Medizin zum Älter werden in Frankfurt bei?“ und „was ist zu tun, wenn sich Unterstützungs- und Hilfebedarfe beim Älter werden einstellen?“

Weitere Impuls-, Diskussions- und Fachveranstaltungen informieren über schwierige Lebenslagen im Alter. Elementare Bedürfnisse, die noch viel zu wenig in der Öffentlichkeit diskutiert werden, wie z.B. das Bedürfnis und Recht auf Selbstbestimmung im Alter, Liebe im Alter, Sexualität und Homosexualität, thematisieren mehrere Veranstaltungen. Dabei soll dafür sensibilisiert werden, dass Liebe und Sexualität ein Ausdruck von Lebensfreude und Vitalität sind und im Alter kein Tabu sein dürfen. Auch über die Situation und Bedarfe älter werdender behinderter Menschen wird ausführlich informiert. Die Veranstaltungen wollen zeigen, dass selbstbestimmt leben mit Behinderung auch im Alter möglich ist.

Zum Thema „Wohnen im Alter“ stellen Initiativen und Projekte ihre Ideen zu den Bereichen Älterwerden im Stadtteil und Wohnformen vor.

Mitmachen und aktiv sein

Viele Veranstaltungen bieten die Möglichkeit, Theorie gleich in Praxis umzusetzen. Von Reise-, Ausflugs-, Bewegungs-, Tanz und Entspannungsangeboten über Gedächtnistraining, Besichtigung von interessanten Bauwerken bis hin zu Angeboten aus Kunst und Literatur wird für jedes Interesse etwas geboten.

Aber auch Fragen und Tipps „rund um den Körper“, z.B. bei Schwerhörigkeit, Bein- und Venenleiden, werden von Experten beantwortet.

In einer umfangreichen Veranstaltungsreihe informieren und beraten die Beratungs- und Vermittlungsstellen über ihre Leistungen und Angebote.

Veranstaltungsprogramm

Weitere Informationen über das ausführliche Programm der Aktionswoche Älterwerden finden Sie auf der Internet-Seite „www.aelterwerden-in-frankfurt.de“.
Die Programmhefte sind ab Ende Mai im Rathaus für Senioren (Hansaallee 150), in der Bürgerberatung im Frankfurter Forum (Römerberg 32), im Jugend- und Sozialamt (Eschersheimer Landstraße 241-249) und den Beratungs- und Vermittlungsstellen im Stadtteil erhältlich.

Pia Flörsheimer

Nachbarschaftliche Netze waren ein Wunsch vieler Befragter. Im Stadtteil soll man sich gegenseitig unterstützen. *Foto: Rüffer*

Frankfurt 50+

„Partizipative Altersplanung“: erste Ergebnisse der Fragebogenaktion

Bereits im Vorwort der letzten Ausgabe der SZ wurde über die sehr gute Resonanz auf die schriftliche Umfrage des Sozialdezernats vom Frühjahr 2004 berichtet. Aufgrund der Möglichkeit, Antworten vielfach frei formulieren zu können, aber auch wegen der hohen Auflage und des beträchtlichen Umfangs von 57 Fragen auf 12 Seiten ist die Auswertung der ausgefüllten Fragebogen sehr zeitaufwändig und arbeitsintensiv. Trotzdem können nunmehr einige erste Ergebnisse der Befragung vorgestellt werden. Bei der Auswahl haben wir einerseits versucht, den Expertinnen und Experten, die die Teilberichte im Rahmen der partizipativen Altersplanung erarbeiten, nicht vorzugreifen und Interpretationen zu vermeiden. Andererseits haben wir aber darauf geachtet, einen Einblick in verschiedene Themenbereiche des Fragebogens zu geben.

Für die Betrachtung der Auswertungsergebnisse ist es wichtig zu wissen, dass die schriftliche Umfrage nicht repräsentativ sein sollte und konnte, also die Umfrageergebnisse nicht generell auf die Bevölkerungsgruppe 50+ in Frankfurt übertragbar sind. Ziel war es vielmehr, unter anderem die telefonische Befragung vom Herbst 2003 zu ergänzen und zu „unterfüttern". Die aktive Teilnahme unterlag weitgehend dem Zufall. Die Fragebogen wurden nicht speziell an einzelne Personen versandt, sondern über verschiedene Wege verteilt und an zahlreichen Stellen im Stadtgebiet ausgelegt. Außerdem war der Fragebogen im Internet auf der Homepage der Stadt zu finden.

Das Jugend- und Sozialamt hat 1.453 ausgefüllte Fragebogen von Frankfurterinnen und Frankfurtern ab 50 Jahren zurück erhalten. Das entspricht einer Rücklaufquote von rund 14%. Da nicht jeder alle Fragen beantwortet hat, beziehen sich die nachfolgend genannten Prozentzahlen jeweils auf den Anteil der gültigen Antworten auf die entsprechende Frage.

Weiblich, alleinlebend und über 61

Rund zwei Drittel (73%) der Teilnehmenden waren weiblich, 1/3 männlich. Die am schwächsten vertretene Altersgruppe war jene von 50 bis 60 Jahren (50 - 55 Jahre mit 9%, 56 - 60 Jahre mit 9,6%). Frankfurterinnen und Frankfurter ab 61 Jahren haben sich stärker beteiligt und zwar mit insgesamt rund 81%, wovon immerhin fast 16% (224 Personen) 81 Jahre und älter waren. Etwa 53% der Antwortenden leben allein, rund 47% mit einer oder mehreren anderen Personen zusammen.

Betrachtet man den Bildungsgrad - gefragt war nach dem höchsten Ausbildungsabschluss - derjenigen, die einen Fragebogen ausgefüllt haben, so war ein Abschluss durch Lehre, Berufsfachschule, Meister/Techniker mit 56,9% am häufigsten vertreten, gefolgt von Fachhochschul- und Hochschulabschlüssen (23,3%). Die anderen gaben an, dass sie keinen Ausbildungsabschluss bzw. spezielle Abschlüsse haben.

Der überwiegende Teil (64,1%) ist mit seiner Einkommenssituation zufrieden. 15,2% sind nicht zufrieden, haben sich aber mit der Situation abgefunden. Weitere 20,7% sind ebenfalls nicht zufrieden und würden deshalb ihre Einkommenssituation gern verbessern.

Aus den vorgenannten Eckdaten zeigt sich, dass bestimmte Bevölkerungsgruppen sich mehr artikuliert haben als andere.

Nachfolgend nun eine Auswahl von Ergebnissen zu verschiedenen Themenbereichen.

Wie im Alter wohnen?

Auf die Frage, ob Projekte, die sich mit selbst gestalteten gemeinschaftlichen Wohnformen beschäftigen, für sie persönlich in Frage kämen, antworteten 19,8% uneingeschränkt mit „ja“, 25% knüpfen dies an bestimmte Bedingungen und 55,2% sagen „nein". Die Ergebnisse unterscheiden sich damit etwas von denen der vorangegangenen telefonischen Befragung, geben dafür aber detaillierteren Auf-

schluss über die bevorzugten Varianten möglicher Wohnformen.

Als Varianten kämen für 40,8% aller Antwortenden eine Hausgemeinschaft, für 5,1% eine Wohngemeinschaft und für 54,6% stadtteilorientierte Unterstützungsnetze persönlich in Frage, wobei Mehrfachnennungen möglich waren. (Dabei bedeutet Hausgemeinschaft, dass jeder eine eigene kleine Wohnung hat, die solidarische Unterstützung zwischen den Bewohnern verbindlich vereinbart wird, in den Gemeinschaftsräumen gemeinsame Aktivitäten nach innen und außen organisiert werden. Unter Wohngemeinschaft versteht man, dass jeder ein eigenes Zimmer hat, Küche und Bad gemeinschaftlich genutzt werden. Im Falle von stadtteilorientierten Unterstützungsnetzen ist daran gedacht, dass man in seiner Wohnung bleibt und sich einer Gruppe anschließt, die Kontakt hält und sich gegenseitig hilft).

Internet von Interesse

Hinsichtlich des Interesses an neuen Medien hatte schon die repräsentative Telefonbefragung ergeben, dass 53% der Befragten an Computerclubs und Internetcafés für Senioren interessiert sind, bzw. es für möglich halten, ein solches Angebot in Zukunft zu nutzen. Der Anteil der Nutzer im Alter von 71 - 75 Jahren liegt bei 14,2% dieser Altersgruppe, der Anteil der 76 - 80 Jährigen bei 12,5%.

Darüber hinaus zeigt nun die Fragebogenaktion, dass 37,8% das Internet als wichtig bis sehr wichtig für die Gestaltung des Alltags auch im Heim erachten und immerhin noch 24,9% es zwar als weniger wichtig, aber eben nicht als unwichtig empfinden. Als so genanntes „Schnupperangebot" für Heime wird das Vorhandensein eines Internet-Cafés von 33,4% als wichtig bis sehr wichtig genannt.

Bedingungen fürs Ehrenamt

Zur Frage nach Voraussetzungen für ein ehrenamtliches Engagement in einem Heim hielten (bei der Möglichkeit von Mehrfachnennungen) rund 75% eine Fahrtkostenerstattung für wichtig bis sehr wichtig, die RMV-Monatskarte etwa 60%. Das Angebot eines kostenlosen Mittagessens würden rund 50% begrüßen. Eine Zeitgutschrift, die der ehrenamtlich Helfende später einlösen kann, wenn selbst Hilfe benötigt wird, kreuzten zirka 76% zustimmend an. Regelmäßige Beratung, wenn der Ehrenamtliche an Grenzen stößt, wünschen sich rund 93%.

Ausblick

Da sich die Fragestellungen im ganz überwiegenden Maße an den durch die themenspezifischen Kleinarbeitsgruppen der Partizipativen Altersplanung derzeit bearbeiteten vier Teilberichten orientieren und von einigen dieser Arbeitsgruppen gewünscht wurden, beabsichtigt das Sozialdezernat, erst nach Fertigstellung der Berichte und ihrer Diskussion in den entsprechenden Gremien ausführliche Ergebnisse der Umfrage aufzugreifen und zu publizieren.

Bettina Reinecke/Hartmut Stelter
Jugendhilfe- und Sozialplanung
Jugend- und Sozialamt

Anzeige

„Daheim habe ich meine Nachbarn, meine Freunde,

meinen Stadtteil mit allem, was dazu gehört. Das ist mir wichtig. Und wenn ich mal krank werde oder nicht mehr so kann – dann ist außerdem mein guter Nachbar im Alter für mich da."

Der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
ist Ihr guter Nachbar im Alter.
Wir sind immer für Sie da – Tag und Nacht.
- **Mit unserem Hausnotrufdienst –**
  falls sie mal ganz ganz schnell Hilfe brauchen.
- **Mit unseren ambulanten Diensten.**
- **Mit Essen auf Rädern.**

Damit Sie bis ins hohe Alter unabhängig bleiben.

FRANKFURTER VERBAND
Ihr guter Nachbar im Alter

Fragen Sie uns einfach! ..... Telefon 069/6091960

Aus dem Seniorenbeirat

Der Frankfurter Verband hatte den Seniorenbeirat am 9. Februar ins neue Victor-Gollancz-Haus nach Höchst eingeladen. Zu dieser Sitzung waren wieder zahlreiche Gäste erschienen: Sozialdezernent Franz Frey und sein Referent Wolfgang Erk, Rudi Baumgärtner, Stadtverordneter der SPD, Cornelia-Katrin von Plottnitz, ehrenamtliche Stadträtin der Grünen, und Gerd Riechemeier, Ortsvorsteher in Bergen-Enkheim und Mitglied der CDU-Fraktion im Römer.

Franz Frey begrüßte die Anwesenden und stellte fest, dass die Situation der älteren Bürger zunehmend Bedeutung bekomme und auch in der Stadtpolitik zur Geltung kommen müsse. Angebote für Ältere müssten weiter verbessert und vor allem bekannter gemacht werden; dies soll u.a. im Juni mit den vielen Veranstaltungen der Aktion „Älterwerden in Frankfurt“ erreicht werden.

Anschließend folgten Kurzberichte der Seniorenbeiräte über ihren zuständigen Ortsbeirat, von denen einige hier erwähnt seien. Ulla Kelety (OBR 7) berichtete, dass der Bus 67 jetzt während der Hauptverkehrszeit bis zum hinteren Teil der Rödelheimer Landstraße fährt.

Im Ortsbeirat 6 war die Sanierung und Modernisierung des Höchster Bahnhofs wieder im Gespräch. Zwei Seniorenbeiräte beklagten die desolate Situation beim Sperrmüll, der teilweise sogar von auswärts abgeladen werde; sie bemühen sich um Verbesserung.

Edith Schön-Aswendt war so erbost über die Ablehnung einer zu errichtenden Haltestelle der Linie 32 vor dem Haus der Begegnung in der Ostparkstraße (mit vielen Dienststellen des VdK, die von einigen hundert Besuchern aufgesucht werden, darunter viele Ältere und Behinderte), dass sie einen Leserbrief an die Frankfurter Rundschau schrieb. Hier merkte Rudi Baumgärtner an, dass diese Haltestelle noch in der Diskussion sei und eventuell in den Gesamtverkehrsplan einbezogen werde.

Die negative Situation für Ältere und Behinderte in Harheim, verursacht durch die immer schlechter werdende Nahversorgung, hat sich durch die Bildung einer Eigeninitiative etwas entspannt. Interessenten werden zum Einkaufen geholt und wieder nach Hause gebracht. Ansonsten gebe es viel Unruhe wegen der hohen Straßenreinigungsgebühren, berichtete Gabriele von Altrock aus ihrem Bezirk.

Magdalena Grana (OBR 11) stellte einen Antrag auf Wiedererrichtung eines Schildes mit den Öffnungszeiten am Eingang des Fechenheimer Friedhofs. Besucher seien kürzlich aus Unkenntnis der Zeiten eingeschlossen worden.

Norbert Bambach, Teamleiter Seniorenangebote im Rathaus für Senioren, gab bekannt, dass die Messe „fit ab 60“ am 23. und 24. April in der Jahrhunderthalle stattfindet. Auch in diesem Jahr hat die SZ einen Stand reserviert, den auch weitere Beteiligte zu ihrer Präsentation nutzen können. Der Seniorenbeirat beschloss, am Stand teilzunehmen und diskutierte ausführlich die Standbesetzung.

Wilhelm Göttmann, 1. Vorsitzender des Seniorenbeirats, nahm kürzlich an der Sitzung der Landesseniorenvertretung teil und berichtete über ein von der Vertretung erstelltes Positionspapier zur Reform der Pflegeversicherung. Der Vorstand habe dem Papier zugestimmt und werde es im Hessischen Landtag zur Diskussion vorbringen.

Nachdem Rudi Baumgärtner über die Vorgeschichte und Entstehung des interkulturellen Altenhilfezentrums berichtet hatte, schilderte die Leiterin Ute Bychowski die heutige Situation des Hauses und der Bewohner. Am Ende der Sitzung führte sie durch das Ende September letzten Jahres bezogene Haus mit 123 hellen und komfortabel eingerichteten Einzelzimmern, die in 10 Wohngruppen aufgeteilt sind. Eine Gruppe mit 11 Zimmern ist auf die besonderen Belange gläubiger Muslime ausgerichtet. Auch wenn sie pflegebedürftig sind, sollen sie ihren Lebensstil und ihre Glaubenspraxis beibehalten können. Das Victor-Gollancz-Haus sucht noch Ehrenamtliche, die beim Vorlesen, Musizieren oder bei Veranstaltungen helfen möchten (Tel. 069/ 299 807 410).

Doris Simon

Anzeige

caritas Frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zuhause

Wir stehen Ihnen zur Seite

durch unsere
Caritas-Zentralstationen
für ambulante Pflege
Tel.: (0 69) 29 82 -107

in allen Stadtteilen vertreten
alle Kassen/Sozialämter

Altenzentrum Santa Teresa

Pflege, genauso individuell wie Sie

vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

Frankfurt-Hausen
Große Nelkenstraße 1
Tel.: (0 69) 24 78 60 -0

Rufen Sie uns an - gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

caritas

Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante und stationäre Hilfen (BuV)

Die BuV-Stellen arbeiten stadtteilbezogen und sind flächendeckend in Frankfurt verteilt. Sie bieten Informationen, Beratung und Vermittlung folgender Leistungen:

- Ambulante Hilfen (Pflegedienste, hauswirtschaftliche Dienste, Essen auf Rädern, Hausnotruf und weitere Hilfen in der häuslichen Umgebung)
- Tages- und Kurzzeitpflege
- Pflegeheimplätze

▶ **BuV Bockenheim und Nordweststadt**, Rödelheim, Westend, Kuhwald, Carl-Schurz-Siedlung, Postsiedlung, Praunheim, Heddernheim, Römerstadt, Hausen, Westhausen: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V., Friesengasse 7, 60487 Frankfurt,Tel. 77 60 18, Fax 70 79 20 83

▶ **BuV Bornheim**, Östliches Nordend: Caritas Verband, Humboldtstraße 94, 60318 Frankfurt, Tel. 95 96 63-30 und 95 96 633 1, Fax 95 96 63 50

▶ **BuV Sachsenhausen**, Oberrad: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e. V., Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt, Tel. 62 80 66, Fax 61 99 01 84

▶ **BuV Obermain**, Ostend, Altstadt, Innenstadt, Südliches Nordend, Westliches Nordend: Arbeiterwohlfahrt, Henschelstr. 11, 60314 Frankfurt, Tel. 59 99 15, 59 99 31, Fax 59 59 67

▶ **BuV Eschersheim und Am Bügel**, Preungesheim, Dornbusch, Ginnheim, Eckenheim, Berkersheim, Frankfurter Berg, Nieder-Eschbach, Niederursel, Harheim, Nieder-Erlenbach, Bonames, Kalbach: Johanniter Unfall-Hilfe e.V., Karl-von Drais-Str. 20, 60435 Frankfurt, Tel. 95 42 16 42, 95 42 16 43, Fax 95 42 16 22

▶ **BuV Gallus**, Griesheim, Gutleutviertel, Bahnhofsviertel: Arbeiterwohlfahrt, Gutleutstraße 329, 60327 Frankfurt, Tel. 2 71 06-173 / 174, Fax 27 10 61 72

▶ **BuV Höchst**, Unterliederbach, Zeilsheim, Sindlingen, Sossenheim, Nied: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V., Kurmainzer Straße 91, 65936 Frankfurt, Tel. 30 30 04/30 30 05, Fax 30 09 15 58

▶ **BuV Bergen-Enkheim**, Fechenheim, Riederwald, Seckbach: Evang. Verein für Innere Mission, Wilhelmshöher Str. 34, 60389 Frankfurt, Tel. 47 04-281, 47 04-229, 47 04-344, Fax 4 70 42 62

▶ **BuV Goldstein**, Schwanheim und Niederrad: Evangelischer Regionalverband, Blauenstraße 3, 60528 Frankfurt, Tel. 6 78 70 03, Fax 6 78 70 28

▶ **Zentrale Koordinierungsstelle**, Jugend- und Sozialamt, Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Tel. 212-3 39 94, 212-3 41 94 und 212-3 44 64, Fax 212-307 41 und 95 52 91 76

Anzeige

Genießen Sie Ihr Lieblingsgericht!

Sie können aus einem farbigen Menü à la carte-Katalog genau das auswählen, was Sie in der Woche gerne essen möchten.

Die ganze Vielfalt der Kochkunst mit über 200 Menüs ist darin abgebildet: Herzhaftes aus deutschen Landen, feine leichte Spezialitäten oder Leckeres aus Mutters Küche.

Auch spezielle Diäten gibt es in reicher Auswahl. Die Menüs werden von den freundlichen Menüboten des DRK Frankfurt tiefkühlfrisch ins Haus gebracht. So ist man selbständig und kann selbst entscheiden, was und wann man essen möchte.

Haben Sie Fragen zum Menüservice? Rufen Sie uns unverbindlich an. Wir informieren Sie gern!

Deutsches Rotes Kreuz
Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.

Tel. 0 69/73 21 21 • Fax 0 69/73 47 48

FRANKFURTER VERBAND
Ihr guter Nachbar im Alter

Veranstaltungen im Café Anschluss

Computer- und Internetkurse

Informationen über das komplette Programm und Anmeldung telefonisch unter: 55 09 15. Kursauswahl:

Computer-Maustraining

Die ersten PC-Begegnungen spielend in den Griff bekommen, Computer, Maus und Tastatur kennen lernen. Termin: immer montags, 13.30 – 17.30 Uhr

Recherchieren im Internet

Kursteilnehmer lernen, wie sie im Internet wichtige Informationen besorgen können, pro Wochentag anderer Schwerpunkt. Die Kurse finden von 13.30 bis 17.30 Uhr statt.

Dienstags: Die Presse im Internet – Artikel online nachlesen

Mittwochs: Reisen im Internet bestellen, Preise und Leistungen vergleichen, Ausstellungen und Termine recherchieren

Donnerstags: Suchmaschinen benutzen – Google und Co.

Freitags (schon ab 10.30 Uhr): Veranstaltungstipps fürs Wochenende finden: Theater, Konzerte, Vorträge

„www: wieso - weshalb - warum"

Was ist das Internet? Wie komme ich ins Netz? Wie finde ich wo was? 3-stündiger Internet-Schnupperkurs.

19.4., 19.5., 24.5. und 16.6., jeweils 9.30 - 12.30 Uhr
25.4. und 22.6., jeweils 14 - 17 Uhr
Ohne Anmeldung; je 5 Euro

Frankfurter Stadtgeschichte

Das Internet ist eine reiche Fundgrube für die Geschichte unserer Stadt. Diesmal: Historische Personen, Ereignisse und Gebäude.

Für Internet-Erfahrene.

Do, 23.6., 9.30 – 12.30 Uhr, Anmeldung erforderlich; 10 Euro

Vor dem Computerkauf

Was muss man beachten – wichtige Begriffe und Maße – welches Zubehör – Fallstricke: Der Kurs beantwortet Fragen. Keine Produktempfehlung!

Mi, 4.5., 9.30 – 12.30 Uhr, ohne Anmeldung; 5 Euro

Vor dem Kauf einer digitalen Kamera

Der Kurs erklärt Fachbegriffe wie Megapixel, Auflösung, Speicherchip, den Unterschied zwischen optischem und digitalem Zoom u.v.m. Keine Kaufempfehlung.

Do, 7.4., 9.30 – 11.00 Uhr, ohne Anmeldung; 3 Euro

Oasen unserer Zeit

Entrümpele Dein Leben - Feng Shui für den Alltag: Ein Vortrag von Dipl. Architektin und Feng Shui-Beraterin Sabine Fischer. Anhand von Beispielen aus unseren Lebens- und Wohnräumen kommen wir Aspekten und Dingen auf die Spur, die losgelassen und weggegeben werden möchten.

Sa, 9.4., 15 - ca. 16.30 Uhr, Eintritt frei, Spende erwünscht

Lese-Zeichen

Auf König Artus Spuren im Südwesten Englands und in der Bretagne: Ein Vortrag von Dr. Christa Winterberg. Auf dieser faszinierenden Reise in geschichtsträchtige Landschaften begegnen wir König Artus und seiner Tafelrunde, Merlin und den überlieferten keltischen Sagen.

Sa, 4.6., 15 - ca 16.30 Uhr; Eintritt frei, Spende erwünscht

hobby-börse

Mit der hobby-börse werden Hobby-Partner vermittelt und Neigungsgruppen zusammengeführt.

Sie können eine kostenlose Anzeige aufgeben, wenn Sie z.B. mit anderen gemeinsame Hobbys pflegen, sich austauschen oder noch einmal ganz neue Interessen erschließen möchten.

Inserenten können telefonisch oder vor Ort erfragt werden.

Hobby-Runden-Treffs: je 15 – 17 Uhr.

20. April: Sport, Gymnastik, Schwimmen; Interessierte gesucht

4. Mai: Offene Runde: Treffen – Kennen lernen - Informieren

18. Mai: Theater und Kino im Freien; Interessierte gesucht

1. Juni: Offene Runde

15. Juni: Spiele aller Art: MitspielerInnen gesucht

Führung durch die Deutsche Bibliothek Frankfurt

Die Deutsche Bibliothek ist die zentrale Archivbibliothek und das nationalbibliografische Zentrum der Bundesrepublik und erfüllt die Funktion einer Nationalbibliothek. Teilnehmer lernen auch die zentrale Datenbank und das Deutsche Exilarchiv 1933-45 kennen.

Treffen: 12. Mai, 14 Uhr im Foyer, oder um 13 Uhr zum Essen im Restaurant „Piazzetta". Anmeldung im Café Anschluss, Kosten 4 Euro.

Spaß und Fitness beim Kegeln

Die Kegelbahn im Sozialzentrum Marbachweg - Schliemannweg (U5 und Bus 34, Haltestelle Marbachweg) hat noch Termine frei. Vor allem in der Zeit von 15-22 Uhr kann die Bahn benutzt werden, aber auch zwischen 10-12 Uhr sind tageweise noch Termine frei. Die Stunde kostet 6,10 Euro.

Weitere Infos und Anmeldung im Haus der Begegnung: Tel.: 299 807-268 oder unter 299 807-246 (Hr. Büssow).

Bücherflohmarkt

Unter dem Motto „Küchenkunst & Wortgenuss" veranstaltet das Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstr. 6 (U5 und Bus 34, Haltestelle Marbachweg) am Freitag, 22. April, von 14 - 20 Uhr einen erlesenen Bücherflohmarkt mit kulinarischen Genüssen und der Möglichkeit, sich vor dem Kauf einzulesen.

Neues aus der Kreativwerkstatt!

Wenn die Tage wieder heller und wärmer werden, ist Aufbruchszeit: Das feiert die „Kreativwerkstatt – Internationaler Treff für Alt bis Jung“ mit einer Schnupperwoche vom 18. bis 22. April. Wer Lust auf kreatives Schaffen hat, kann sich einen Gutschein für 2 x kostenloses Schnuppern für folgende Kurse holen:

Aquarellmalen, Meditatives Malen, Latin-Percussion (Trommeln), Orientalischer Tanz, Theaterwerkstatt, Schneidern, Kreatives Nähen, Töpfern, Internationaler Frauenkreis.

Neu im Programm: Schweiß- u. Mosaikkurs für AnfängerInnen, Sa + So 16./17.4. von 11 – 17 Uhr. Anmeldun-

gen: Tel. 069/597 16 84 Hansaallee 150 (Eingang Pfadfinderweg) Mo, Di, Mi, Do 10 – 17 Uhr.

Internetcafé Kontakt wird 5

Vor fünf Jahren, im Mai 2000, eröffnete das Internetcafe Kontakt mit 18 ehrenamtlichen Tutoren und damals drei PCs im Sozialzentrum Marbachweg. Nach langer interessanter Arbeit, Erweiterung der Angebote und zwei neuen PCs wird jetzt der 5-jährige Geburtstag am 27. April, 14 – 17 Uhr, gebührend gefeiert. Geplant ist ein Vortrag zum Thema „Voice over IP“, mit Hintergrundinformation und praktischer Demonstration der neuen Möglichkeiten des Telefonierens über das Internet. Weitere Informationen unter 069/ 550915 bei Frau Plati.

Jubiläum im Café Mouseclick

Auch das Café Mouseclick in der Begegnungsstätte Höchst, Bolongarostr. 137, hat zwei Mal Grund zur Freude. Nicht nur um den 5jährigen Geburtstag geht es, sondern auch um den barrierefreien Ausbau der Räumlichkeiten im früheren Antoniterkloster. Ein Aufzug und eine behindertengerechte Toilette wurden eingebaut.

Gebührend gefeiert wird das am 12. Mai ab 11 Uhr, wozu alle herzlich eingeladen sind. Informationen unter 299 807-434 oder unter 312 418.

Tanz mit – bleib fit

Am 15. April beginnt in der Begegnungsstätte Bockenheim, Am Weingarten 18-20, ein Tangokurs (Salon-Tango) für Paare ab 50. Unter Anleitung der erfahrenen argentinischen Tanzlehrerin Fabiana Jarma werden die Grundschritte und Basiselemente erlernt. In Argentinien, dem Herkunftsland des Tangos, sind die besten Tango-Tänzer oft weit über sechzig Jahre alt. Der Kurs richtet sich an Anfänger und findet jeden Freitag von 15 - 16 Uhr statt. Die Kosten für fünf Termine betragen bei acht Teilnehmern 22,- Euro pro Person.

Der zwei Mal monatlich stattfindende Tanznachmittag bietet dann eine passende Gelegenheit, das Erlernte bei Live-Musik umzusetzen. Auch wer nicht am Tangokurs teilnimmt, ist willkommen. Weitere Auskünfte über den Kurs und die Tanznachmittage: 775282.

Bewegungsmelder 2005

Alle Bewegungsangebote des Frankfurter Verbandes im Stadtbereich Höchst, von A wie autogenes Training bis W wie Walking, umfasst der neue „Bewegungsmelder“, der ab April vorliegt. Radtouren gehören ebenso zum Programm wie Tanzen in Gruppen, Gymnastik, Yoga, Kegeln oder Wandern. Darüber hinaus gibt es Trainingsangebote für die „grauen Zellen“.

Der Bewegungsmelder ist im Bürgerbüro auf dem Römerberg und der Info-Zentrale des Frankfurter Verbandes im Pfadfinderweg erhältlich oder kann telefonisch bzw. per E-Mail angefordert werden: Tel: 069/299807-434, E-Mail: matthias.huefmeier@frankfurter-verband.de

Beständig auf den Beinen

Auch im Jahr 2005 gibt es für die Walking-Gruppen des Frankfurter Verbandes kein schlechtes Wetter, sondern höchstens schlechte Kleidung. Regelmäßig mittwochs um 10 Uhr startet die Gruppe zur Tour an die Nidda; Treffpunkt ist die Begegnungsstätte Höchst, Bolongarostraße 137. In Goldstein walkt man freitags, ebenfalls ab 10 Uhr, im Stadtwald. Treffpunkt ist hier das Hofgut Goldstein, Tränkweg 32.

Nähere Informationen: Hanna Jürgens (069/ 307114 für Höchst) und Veronika Block (069/6667793 für Goldstein).

Ausflüge und Stadterkundungen

Der Park Schönbusch bei Aschaffenburg, Heidelberg mit Besichtigung des Schlosses und der Falknerei, eine Busfahrt nach Bingen zur Rochus-Kapelle und eine Fahrt durch das Wispertal an den Rhein sind einige Ziele des Ausflugsprogramms „Stadt - Land - Fluss” für die Monate April bis Juni. In Frankfurt ist unter anderem eine Besichtigung der Liebfrauen-Kirche und des -Klosters geplant sowie eine Führung durch den chinesischen Garten.

Das vollständige Ausflugsprogramm liegt in den Begegnungsstätten des Frankfurter Verbands und bei der Bürgerberatung am Römerberg aus. Telefon 069/299 807-620, Email-Adresse: gabriele.mueller-friderichs@frankfurter-verband.de

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31/ 1 92 40
Ärzte-Notdienst	1 92 92
Zahnärztlicher Notruf	6 60 72 71
Apothekennotruf	0 18 02 / 26 63 77
Zentrale f. Krankentransporte	42 60 10
Hausnotruf	6 09 19 60
Mainova-Service (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	01 80 / 118 88 11
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	0180/33722550
Stadtverwaltung Zentrale	212 - 01
Römertelefon	2 12 - 4 00 00
Seniorentelefon	2 12 - 3 70 70
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12 - 4 99 11
Frankfurt-Pass	2 12 - 4 99 77
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12 - 3 43 43
Wohnungsberatung f. Körperbehinderte u. Senioren	2 12 - 4 00 94
Betreuungsstelle	2 12 - 4 99 66
Zentr. Koordinierungsstelle für ambulante und	2 12 - 3 41 94
stationäre Hilfen	2 12 - 3 39 94
Heimkostenregelung	2 12 - 4 99 22
Heimaufenthalt	2 12 - 4 99 33
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	2 12 - 3 77 22
Seniorenurlaube	2 12 - 4 99 44
Tageserholung	2 12 - 3 45 47
Theatervorstellungen	2 12 - 3 81 60
Senioren Zeitschrift	2 12 - 3 34 05
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67 - 2 58
Behindertenausweis	15 67 - 2 59
Beratung, Heimaufsicht	15 35-346
Frankfurter Verband	29 98 07- 0
Hobbybörse/Café „Anschluss	55 09 15
Institut für Sozialarbeit / BüroAktiv	97 20 17-30 / 31
ASB (Servicenr.)	08 00/1 92 12 00
DRK	7 19 19 10
AWO Kreisverband	29 89 01-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverein	49 04 44
Diakonisches Werk	79 47-0
Die Johanniter	9 542 16-0
Malteser	71 03 37 70
Caritas-Verband	29 82-0
Weißer Ring Frankfurt	25 25 00
Notmütterdienst, Familien- und Altenhilfe Frankfurt	77 66 11
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
SoVD-Stadtkreisverband	31 90 43
Evang. Seelsorge	08 00 / 111 01 11
Kath. Seelsorge	08 00 / 111 02 22
Telekom-Auskunft	11 8 33
Verbrauchertipps	97 20 10 00
EC-Karten-Sperre	0 18 05 / 02 10 21

Deutsches Rotes Kreuz
Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.

Menüs zum Hören

Wer sich sein Menü beim Frankfurter Deutschen Roten Kreuz „auf Rädern“ kommen lässt und sehbehindert ist, kann jetzt auf einen neuen Service zurückgreifen. Das DRK hat eine Hör-CD erstellt, mit der Kunden sich die zur Verfügung stehenden Menüs am CD-Player vorspielen lassen können. Neben den Menübezeichnungen werden auch Diätangaben und die Artikelnummern vorgelesen, so dass Menschen mit Sehschwäche über alle Informationen verfügen.

Neben der CD gibt es auch weiterhin den bebilderten Menükatalog über das Angebot.

Nähere Informationen zum Mahlzeitendienst des DRK und zur CD gibt Jutta Mattijasevic unter der Telefon-Nummer 73 16 17.

BBF
BäderBetriebe Frankfurt

Fitness in Frankfurts Bädern

Die neue Infobroschüre „Frankfurter Wasserspiele“, frisch herausgegeben von den BäderBetrieben, informiert Wasserratten umfangreich über Kurse und andere Angebote in Frankfurts Bädern. Fitnessprogramme sowie alles rund um Wellness werden erklärt und ausführlich beschrieben.

Die Broschüre richtet sich sowohl an Kinder, die schwimmen lernen möchten, als auch an Erwachsene, die präventiv ihre Gesundheit fördern wollen. Hierfür stehen erfahrene Trainer zur Verfügung, so dass vom Wassergewöhnungskurs über Aquafitness / Aqua-Jogging bis hin zum Rückenschwimmkurs für Senioren ein breites Spektrum abgedeckt ist.

Die Broschüre ist im Internet unter www.bbf-frankfurt.de/downloads oder unentgeltlich bei den Bäder-Betrieben Frankfurt erhältlich. Bei Einsendung eines frankierten Rückumschlages wird sie auch zugeschickt. Anschrift: BäderBetriebe Frankfurt GmbH, Marketingabteilung, Kurt-Schumacher-Straße 10, 60311 Frankfurt.

Messe fit ab 60

Zum dritten Mal findet am 23. und 24. April die Messe „fit ab 60“ in der Höchster Jahrhunderthalle statt. Rund um das Motto „Älterwerden mit Lebensfreude – alles für Körper, Geist und Seele“ präsentieren am Samstag, 13-18 Uhr, sowie am Sonntag, 10-18 Uhr, zahlreiche Aussteller ihr Angebot. Von der Lebenshilfe über Seniorenreisen, Kosmetik, Fitness bis zu Hilfen im Haushalt ist für jedes Interesse etwas dabei.

Auch die Senioren Zeitschrift ist mit einem Stand vertreten: Wer sich noch einmal mit älteren Ausgaben eindecken möchte oder schon immer mal seine Themenanregungen loswerden wollte, ist herzlich willkommen.

Am Stand beraten auch weitere Abteilungen des Rathauses für Senioren über ihre Leistungen. So gibt es Informationen über die Seniorenreisen, Tagesausflüge, Theatervorstellungen oder den Mittagstisch. Die Betreuungsstelle bietet am Samstag von 13-16 Uhr sowie am Sonntag von 10-13 Uhr Beratung über Betreuungsverfügungen und Vorsorgevollmachten. Wer sich in Fragen der Rente kundig machen will, kann sich am Samstag von 16-18 Uhr oder Sonntag von 13-18 Uhr einfinden. Dann informiert das Versicherungsamt ausführlich über alles „rund um die Rente“. Auch nützliche Broschüren liegen zum Mitnehmen bereit.

Wie man seine Wohnung altersgerecht anpassen kann, erfährt man bei der Wohnungsberatung, die ebenfalls präsent ist. Direkt benachbart hat übrigens das Wohnungsamt der Stadt seinen Stand, das mit weiteren nützlichen Informationen aufwartet. Und schließlich ist auch der Seniorenbeirat mit dabei und steht als Ansprechpartner zur Verfügung.

Sommersemester startet

Am 11. April startet die Universität des dritten Lebensalters, U3L, mit einem vielfältigen Programm ins Sommersemester. Schon einige Tage zuvor findet die Einführungsveranstaltung statt. Das Thema: „Das akademische Profil der U3L– Wissenswertes für Erstsemester“ (8.4., 10-12 Uhr, Hörsaalgebäude, Hörsaal III. Die Veranstaltung ist öffentlich und kostenfrei.)

Das Schwerpunktthema des Semesters „Geschichte und Kultur Russlands“ spiegelt sich in unterschiedlichen Vorlesungen wider, z.B. „Deutsche und Russen – ein Blick auf 1000 Jahre gemeinsame Geschichte und vielfältige Beziehungen“ oder „Erzählkunst im Zarenreich des 19. Jahrhunderts“.

Der neue Stiftungslehrauftrag „Gerontologie“ der U3L befasst sich mit „Gedächtnis, Lernen und Metagedächtnis über die Lebensspanne“ und findet im Rahmen einer Blockveranstaltung statt. Termine: 29./30.4. und 17./18.6., freitags 14-18 Uhr und samstags 9-14 Uhr (Raum: siehe Aushang).

Das „Forum Alterswissenschaften und Alterspolitik“ an der Goethe-Universität beginnt unter Mitarbeit der U3L im Sommersemester eine Reihe von Vorträgen unter dem Titel „Kreativität und Lebensalter“. Den Auftakt bildet der musikgeschichtliche Vortrag „Was ist 'Spätwerk' in der Musik?“ am 13. Juni, 17-19 Uhr, Aula, Campus Bockenheim.

Weitere Veranstaltungsangebote und Informationen der U3L: im Vorlesungsverzeichnis sowie im Internet: www.uni-frankfurt.de/u3l

Anmeldungen zu den Veranstaltungen: bis 30. April im Turm, Raum 330, Robert Mayer-Str.5, 60325 Frankfurt, Tel. 069 /798-23084, Fax 069 / 798-28975, E-Mail:u3l@em.uni-frankfurt.de. *H.N.*

Flutkatastrophe in Südostasien: Rentenansprüche

Auch in Frankfurt und Umgebung gibt es Betroffene, die ihre Angehörigen in der schweren Flutkatastrophe verloren haben. Ihnen wollen die Träger der gesetzlichen Rentenversicherung schnell und unbürokratisch zu ihrer Rente verhelfen, die sie als Hinterbliebene beanspruchen können. Liegt eine Sterbeurkunde oder ein Totenschein nicht vor, kann der Tod eines Verwandten auch mit anderen Mitteln wie z.B. Passagierlisten der Fluglinien nachgewiesen werden. Jeder Einzelfall wird unter Berücksichtigung dieser beispiellosen Ausnahmesituation betrachtet.

Informationen gibt es bei allen Auskunfts- und Beratungsstellen der Rententräger sowie beim kostenlosen Servicetelefon der LVA Hessen: 0800/ 4 63 65 82.

Prämie für den Wechsel

Wenn der tägliche Aufwand um die große Wohnung zu anstrengend geworden oder die Treppe nicht mehr zu bewältigen ist, wächst der Wunsch nach einem Umzug. Bewohner einer öffentlich geförderten Wohnung, die sich verkleinern wollen, sollten sich vorher generell im Wohnungsamt beraten lassen. Dort kann unabhängig vom heutigen Einkommen nach einer kleineren Sozialbauwohnung gesucht und unter bestimmten Voraussetzungen sogar eine Umzugsprämie bis zu rund 5.000 Euro gewährt werden.

Umzieher entlasten nicht nur sich selbst im Alltag, sondern ermöglichen auch Familien mit Kindern, trotz des „knappen Markts“ Chancen auf eine größere Wohnung zu bekommen.

Weitere Informationen gibt es im Amt für Wohnungswesen, Adickesallee 67 - 69, 60322 Frankfurt, Frau Kretzschmar, Tel. 212 - 3 47 08 (Mo. - Do.). Persönliche Vorsprachen sind Montag und Mittwoch zwischen 8 und 12 Uhr möglich.

AWO im neuen Haus

Unter einem Dach hat die Frankfurter Arbeiterwohlfahrt ein neues Zuhause gefunden. In der Henschelstraße 11 (60314 Frankfurt) steht das Tagungs- und Verwaltungsgebäude, das im Februar nach nur neunmonatiger Bauzeit feierlich eingeweiht werden konnte.

Nicht nur die Geschäftsstelle ist dort untergebracht, sondern auch die Fort- und Weiterbildung des Verbands. Räumlichkeiten zum Tagen stehen ebenfalls zur Verfügung und können von Interessierten gebucht werden. Die AWO-Zentrale ist telefonisch unter 298901-0 erreichbar; Informationen über die Tagungsräume gibt es unter der Durchwahl -21.

Institut für Sozialarbeit e.V.

Oberlindau 20, Telefon 0 69 / 97 20 17 40

Veranstaltungen im Treffpunkt Rothschildpark

Weitere Informationen und Anmeldung unter 069/97 20 17 40.

▶ **Sonntag, 24.04.2005, 11.00-13.00 Uhr**

Sonntagsmatinee im Rothschildpark Musik aus der arabischen Welt - klassisch und modern. Die Musik, die uns Riad Kheder, irakischer Musiker und Musikwissenschaftler, hier präsentiert, nimmt die verschiedenen Kulturen des Orients, Nordafrikas und Europas in sich auf und verbindet sie auf einzigartige Weise. Gebühr für Mitglieder 3 Euro, Gäste 6 Euro. Bitte anmelden.

▶ **Samstag, 30.4.2005, 10.30-14.00 Uhr**

Zwei Frauen, die Geschichte machten: Kaiserin Elisabeth von Österreich, genannt Sissi, und Rosa Luxemburg. So unterschiedlich ihre Biografien waren, beide sind sie zu Legenden geworden: Sissi, die lieber einen Schneider geheiratet hätte, und Rosa Luxemburg, umjubelte, gefürchtete und schließlich ermordete Politikerin. Leitung: Renate Traxler. Gebühr für Mitglieder 5 Euro, Gäste 10 Euro. Bitte anmelden. (Die Veranstaltung wird am 21.05.2005 wiederholt.)

▶ **Mittwoch, 15.06., 8 Uhr:**

Tagesausflug in das „Fachwerkkleinod Kurhessens" in Homberg/Efze und Wasserspiele in Kassel-Wilhelmshöhe. Abfahrt Paulsplatz/Berliner Straße. 1,5-stündiger geführter Stadtrundgang in Homberg. Nach dem Mittagessen Fahrt zu den Wasserspielen im Bergpark Kassel-Wilhelmshöhe. Rückkehr gegen 19 Uhr. Gebühr: Mitglieder 16 Euro, Gäste 19 Euro, zahlbar per Überweisung, Stichwort: Homberg. Bitte anmelden.

Forum Älterwerden

„Die Wohnung wird zur Müllhalde – (k)ein Grund für eine gesetzliche Betreuung?" Donnerstag, 28.04., 17.30 Uhr. Podiumsgespräch, Eintritt frei.

Flohmarkt

Krimskrams, Bücher, CDs und Schallplatten, Haushaltsartikel, Geschirr und vieles andere mehr stehen zur Wahl. Sie können nach Herzenslust wühlen, zwischendurch Kaffee trinken, selbst gebackenen Kuchen oder etwas Herzhaftes essen. Der Erlös kommt hilfsbedürftigen alten Menschen zugute. 18.06., 10-17 Uhr, weitere Information unter Tel. 97 20 17-0

Seminar

„Demenzkranke alte Menschen verstehen und betreuen“ –

Einführung in die ehrenamtliche Arbeit. 5 Termine vom 11. – 25.04.2005, jeweils 18 bis 20 Uhr.
Information unter Tel. 069 / 97 20 17 37.
E-Mail: Petersen@ifs-frankfurt.info

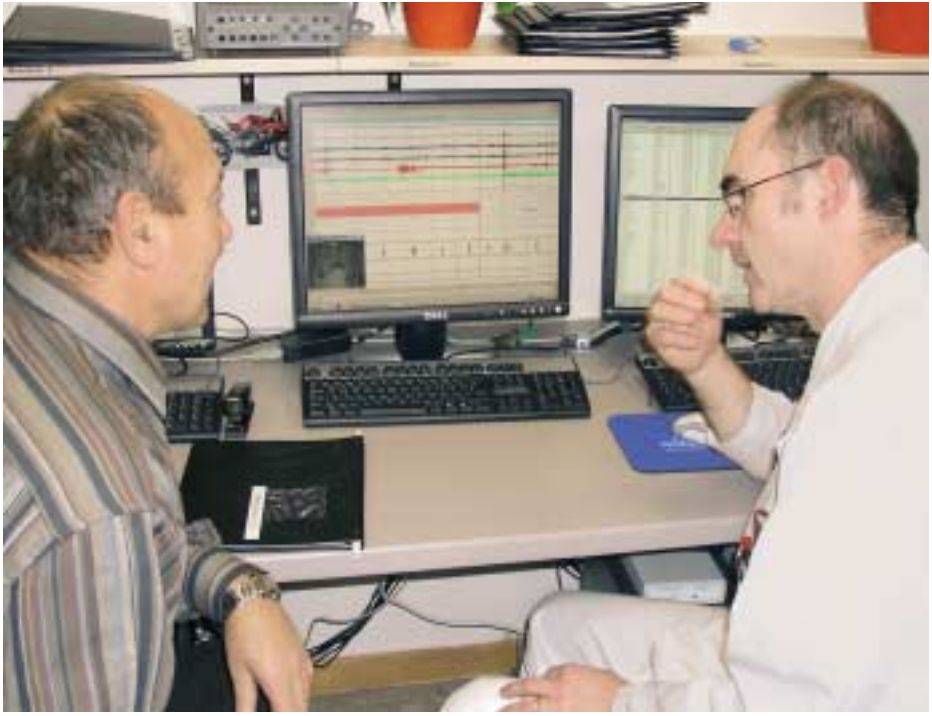
Frankfurter Freiwilligentag

Beim 2. Frankfurter Freiwilligentag am 2. Juli können alle, die ins ehrenamtliche Engagement hineinschnuppern möchten und anderen helfen wollen, aktiv werden. In kleinen Teams sind für einen halben oder ganzen Tag vielfältige Aufgaben zu bewältigen wie z. B. Gartenarbeiten, Ausflüge begleiten oder der Verkauf auf einem Flohmarktstand. Und abends wird wieder im Institut für Sozialarbeit gefeiert. Informationen beim BüroAktiv, Tel. 069 / 97 20 17 30, E-Mail: Institut-Büro-Aktiv@t-online.de oder unter www.freiwilligentag-ffm.de

Spiritualität in der Sterbe- und Trauerbegleitung

Zusammen mit dem städtischen Gesundheitsamt lädt das Institut für Sozialarbeit wieder zur Veranstaltung „Sterben in der Großstadt“ ein. Am 27. April, 14 bis 17.30 Uhr, geht es im Römer-Plenarsaal diesmal um die Frage nach Spiritualität im Angesicht von Sterben, Tod und Trauer in unterschiedlichen Religionen, Kulturen und Weltanschauungen.

Gibt es gemeinsame, allgemeingültige Werte und Haltungen jenseits aller Unterschiede? Danach fragt der Fachvortrag. Vertreterinnen und Vertreter verschiedener religiöser und weltanschaulicher Richtungen berichten, wie bei ihnen Sterbe- und Trauerbegleitung gelebt wird.



Im Schlaflabor des Krankenhauses Sachsenhausen wird „gestörter Schlaf" genau analysiert.

Wenn die Nacht zum Tag wird

Rund um den Schlaf, Teil 2: Schlafstörungen

Wie bereits im vorangegangenen Heft ausgeführt, sind Schlafbedürfnis und Schlafrhythmus besonders im dritten Lebensabschnitt individuell sehr verschieden. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass mit zunehmendem Alter selbst bei gesunden Personen mehr Schlafstörungen auftreten als in jungen Jahren. Auch wird der Schlaf nicht mehr als so erholsam empfunden. Dabei ist nicht das Alter an sich für dieses Übel verantwortlich als vielmehr der Mangel an körperlichen, geistigen und sozialen Aktivitäten. Das bedeutet also, dass Schlafstörungen größtenteils vom eigenen Verhalten abhängen und damit auch durch Verhaltensänderungen beeinflussbar sind.

Am häufigsten treten Ein- und Durchschlafstörungen auf. Etwa sechs Prozent der Deutschen sind davon betroffen. Sie liegen stundenlang wach, drehen sich von einer Seite auf die andere, zählen Schäfchen und wünschen sich nichts sehnlicher als einzuschlafen. Der ersehnte Schlaf stellt sich aber meist sehr spät oder gar nicht ein. Müdigkeit am Tag, Gereiztheit, Erschöpfung, Konzentrationsschwäche, depressive Verstimmung und Muskelschmerzen können die Folge eines anhaltenden Schlafmangels sein.

Die Ursachen der Ein- und Durchschlafstörungen sind vielfältig. Neben organischen und psychischen Erkrankungen, die dann einer Behandlung bedürfen, können berufliche oder emotionale Belastungen, äußere Faktoren wie Helligkeit, Lärm, klimatische Einflüsse, schlechte Schlafhygiene sowie falsche Ernährung das Schlafvermögen stören.

Über 50 Prozent Baumsäger

Der vielleicht häufigste Störenfried der erholsamen Nachtruhe ist das Schnarchen. Betroffen sind, vor allem in fortgeschrittenem Alter, besonders übergewichtige Personen unabhängig vom Geschlecht. Ab dem 60. Lebensjahr steigt die Quote der Schnarcher auf über 50 Prozent. Erschlaffende Gewebe führen zu Verengungen der Luftwege, die der Atemstrom unter größeren Anstrengungen überwinden muss, wobei die typischen Geräusche entstehen. Alkohol, Rauchen, Schlafen in Rückenlage und Erkrankungen der oberen Atemwege können das Schnarchen verstärken. In den meisten Fällen ist es zwar ungefährlich. Bei extrem lautem Schnarchen, oft verbunden mit kurzen Atemstillständen, ist aber eine fachärztliche Untersuchung und eventuell eine Behandlung notwendig. In der Regel jedoch belastet das Schnarchen vor allem den „Zuhörer". Ein solches Problem ist dann nicht medizinisch, sondern partnerschaftlich zu lösen, etwa durch getrennte Schlafzimmer.

Krankheiten als Ursache

Körperliche Erkrankungen sind im Alter häufiger Ursachen von Schlafstörungen als in jungen Jahren. Langjährige Ernährungsfehler, Bewegungsmangel, Genussgifte, Stress durch Belastungen in Beruf und privatem Leben summieren sich und schädigen auf Dauer verschiedene Organe und die körpereigenen Abwehrkräfte. Krankheiten sind die Folge. Chronische Schmerzerkrankungen, Stoffwechselstörungen wie z.B. die Zuckerkrankheit, Allergien mit nächtlichem Juckreiz, Asthma und Lungenkrankheiten,

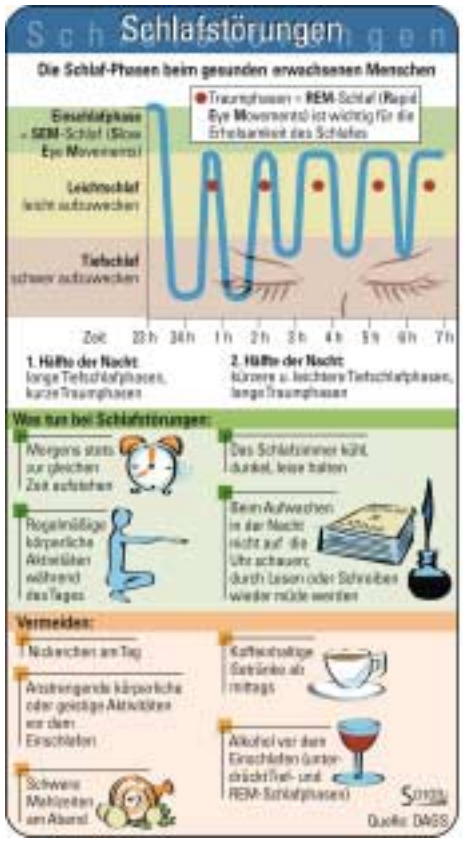


Abb.: Globus Infografik

Herz- und Kreislauferkrankungen, um nur die wichtigsten zu nennen, können Ursachen für ausgeprägte Schlafstörungen sein. Eine ärztliche Behandlung dieser Krankheiten bringt oft auch eine Besserung der Schlafbeschwerden mit sich.

Eine spezielle Maske hilft bei gestörter Atmung im Schlaf.

Nicht zu vergessen sind Demenzerkrankungen, die verstärkt im Alter auftreten und die zu erheblichen Schlafstörungen führen können. Der Schlaf ist unruhiger und wird oft unterbrochen. Außerdem können ausgeprägte Schlaf-Wach-Rhythmusstörungen entstehen bis hin zur völligen Tag-Nacht-Umkehr. Dabei wandern die Betroffenen die ganze Nacht umher, sind anschließend extrem müde und schlafen den ganzen Tag. Die ärztliche Behandlung des Grundübels wird auch hier im Vordergrund stehen müssen.

Seelische Belastungen können ebenfalls Schlafstörungen verursachen. Die in der Gesellschaft immer noch verbreitete negative Einstellung zu älteren Menschen wird von vielen Betroffenen als Herabsetzung empfunden. Der berufliche Alltag, der Kontakt mit Arbeitskollegen, die regelmäßigen Aktivitäten in der Öffentlichkeit - vieles bricht weg und man fühlt sich zum „alten Eisen" degradiert. Die Kinder gehen aus dem Haus, Freunde und Angehörige versterben, die soziale Isolation wächst. Diese mehrfachen Verluste, auch die Angst vor dem eigenen Sterben, können tiefe seelische Krisen und, dadurch bedingt, ausgeprägte Schlafstörungen auslösen.

Vorsicht vor dem Griff zur Pille

Hier liegt der Gedanke an Schlafmittel nahe. Aber Vorsicht. Der Arzt wird ein mögliches Risiko und den gewünschten gesundheitlichen Nutzen gegeneinander abwägen müssen. Schon die Einnahme notwendiger Medikamente kann im Alter durch deren verlangsamten Abbau im Körper zu Störungen führen. Beim nächtlichen Erwachen können dann Reaktionsvermögen und Muskelkontrolle stark herabgesetzt sein. Damit wächst die Gefahr von Stürzen und Knochenbrüchen.

Man kann davon ausgehen, dass ein Großteil der über 65-jährigen in unserer Gesellschaft häufig bis regelmäßig zu Schlaftabletten greift. Falls die Schlafstörungen Folgen einer Krankheit sind, behandelt man mit solchen Tabletten nur die Symptome, nicht aber die wirkliche Ursache. Bei vielen Schlafmitteln lässt die Wirkung nach drei bis vier Wochen dauernder Einnahme nach. Oft versucht man dies mit einer Dosissteigerung auszugleichen. Abhängigkeit kann dann das gefährliche Ergebnis sein. Viele Fachleute empfehlen daher, auch ältere Patienten stärker mit nichtmedikamentösen Verfahren zu behandeln.

Wie eingangs gesagt, gibt es verschiedene Möglichkeiten im Alter seine Schlafqualität zu verbessern. Hier einige Tipps:

✓ Akzeptieren Sie, dass Sie Ihrem Alter entsprechend nicht mehr so tief und lange schlafen können.
✓ Beherzigen Sie den von Dubois stammenden Vergleich: „Der Schlaf ist wie eine Taube. Streckt man die Hand ruhig nach ihr aus, setzt sie sich drauf. Greift man nach ihr, fliegt sie weg." Versuchen Sie nicht den Schlaf herbei zu zwingen.
✓ Stehen Sie auf, wenn Sie aufwachen und nicht mehr einschlafen können. Wechselduschen, Gymnastik, ein morgendlicher Spaziergang und ein gutes Frühstück helfen Ihnen richtig wach zu werden.
✓ Planen Sie den Tagesablauf, aber lassen Sie sich auch Zeit für spontane Einfälle.
✓ Pflegen Sie soziale Kontakte in Einrichtungen, die Ihren Neigungen entgegenkommen und die Ihnen Spaß machen.
✓ Trainieren Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit, ohne zu übertreiben. Viele Sportarten kann man bis ins hohe Alter ausüben.
✓ Ernähren Sie sich gesund und abwechslungsreich. Vergessen Sie nicht ausreichend zu trinken.
✓ Gehen Sie erst zu Bett, wenn Sie wirklich schläfrig sind. Achten Sie auf eine gesunde Schlafumgebung.

Wenn Sie bei Beherzigung dieser Ratschläge abends regelmäßig lange nicht einschlafen können oder nachts lange und wiederholt wach liegen, dabei tagsüber erschöpft und antriebsarm sind, sollten die Ursachen ärztlich abgeklärt werden.

Eine empfehlenswerte Veröffentlichung zum Thema ist folgendes Buch: Ingrid Füller: Wenn der Schlaf gestört ist. - Verlag Stiftung Warentest, Berlin 2002.

Dr. Margarete Peters

Anzeige

Gemeinsam betroffen – gemeinsam stark

Die 3. Säule der Gesundheit: Selbsthilfe

Der Selbsthilfemarkt auf dem Römerberg ist inzwischen zu einer Institution geworden. In diesem Jahr findet er am 3. Juni statt.

Selbsthilfegruppen sind in unserem Gesundheitssystem neben den professionellen medizinischen und sozialen Hilfen nicht mehr wegzudenken. Jemand, der gleiches erlebt hat, weiß um die eigenen Ängste, Nöte oder Wünsche und kann aufgrund eigener Erfahrung durch eine lebensbejahende Ausstrahlung glaubwürdig vermitteln, dass das Leben auch unter erschwerten Bedingungen lebenswert sein kann.

In Selbsthilfegruppen finden Menschen mit gesundheitlichen oder psychosozialen Erkrankungen bzw. Belastungen neben Informationen auch menschliche Zuwendung und Aussprachemöglichkeiten. Sie können neue Beziehungen knüpfen und die aktive Mitarbeit verbessert das Selbstwertgefühl enorm.

Kranke, behinderte und sozial benachteiligte Menschen verfügen über wertvolle Kenntnisse und Erfahrungen - gerade weil es um den eigenen Körper und die eigene Gesundheit geht. In der Selbsthilfe werden diese Kompetenzen ausgebaut und an andere weitergegeben: Im Mittelpunkt steht, was man kann, was hilft, was stark macht. „Du allein schaffst es, aber Du schaffst es nicht allein“ und „Reden hilft“ sind Leitgedanken der Selbsthilfe.

Viele Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen treten über den eigenen Kreis hinaus an die Öffentlichkeit und informieren über ihr Anliegen. Einige Gruppen sind zu hoch entwickelten Organisationen mit Außenwirkung geworden, wie zum Beispiel die Rheuma-Liga.

An diesem wie auch an anderem freiwilligen Engagement beteiligen sich gerade viele ältere Menschen, was immer auch dazu beiträgt, das Gemeinwohl zu verbessern und die Gesellschaft positiv zu verändern.

Wer sucht den Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe? Nach unseren Erfahrungen sind es Menschen, die das Wissen von Leidensgenossen zur Verbesserung ihres Krankheitsbildes nutzen möchten; Menschen, die eine Ausgrenzung von Familie, Freunden oder Kollegen erfahren haben, und Menschen, die Probleme ansprechen möchten, die sie nicht der Familie oder dem Arzt mitteilen können. Einige ältere Menschen gehen auch in eine Selbsthilfegruppe, um das Alleinsein zu reduzieren.

Lernen, die Krankheit zu managen

Das Arbeitsfeld in einer Selbsthilfegruppe kann sich im Laufe der Jahre durchaus verändern. Zu Beginn steht immer die Beseitigung von Informationsdefiziten im Umgang mit der Krankheit. Man kann Erfahrung sammeln und lernen, seine Krankheit zu managen. Danach beginnt die Zeit der gemeinsamen Unternehmungen. Man kennt sich und das gemeinsame Leiden und bespricht, was zu tun ist, wenn sich die Bedingungen der Erkrankung verändern.

Die Geburtsstunde der heutigen Selbsthilfegruppen soll 1935 mit der Gründung der „Anonymen Alkoholiker“ gewesen sein. In Deutschland entstanden die ersten Gruppen nach dem 2. Weltkrieg.

Die Anerkennung von Selbsthilfegruppen als wichtiger Ergänzung zu den bestehenden medizinischen Versorgungsangeboten im Gesundheitswesen begann jedoch erst Anfang der Achtzigerjahre.

Seit dem 1.1.2000 sieht das Sozialgesetzbuch eine finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen durch die gesetzlichen Krankenkassen vor. Näheres können Sie direkt bei den Krankenkassen erfahren.

800 Gruppen in Frankfurt

Die Stadt Frankfurt unterstützt seit Jahren die Arbeit von Selbsthilfegruppen und generell das Engagement von Laien für die Gesundheit. Zu über 200 Themen gibt es inzwischen ca. 800 Selbsthilfegruppen in Frankfurt, in denen etwa 35.000 Menschen organisiert sind. Die Themen umfassen bald alle Leiden und Lebenssituationen, die einen Menschen ereilen können, z.B. chronische Schmerzen, Suchtabhängigkeit, Witwenschaft, Wohnen im Alter und vieles mehr.

Gruppen ohne hauptamtliche Organisation können Anträge beim Gesundheitsamt auf finanzielle Unterstützung stellen. Auch die Öffentlichkeitsarbeit für Selbsthilfegruppen

wird vom Amt gefördert wie zum Beispiel beim alljährlich stattfindenden Selbsthilfemarkt.

In diesem Jahr findet der Selbsthilfemarkt am 3. Juni von 11 bis 18 Uhr wieder im Römer und auf dem Römerberg statt. An die 100 Selbsthilfegruppen werden sich dort präsentieren. Wer also Informationen sucht oder den Kontakt mit einer der Gruppen aufnehmen möchte, ist auf dem Selbsthilfemarkt richtig.

Organisiert wird der Markt von der Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt zusammen mit dem Stadtgesundheitsamt unter der Schirmherrschaft des Gesundheitsdezernenten.

25 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

In Frankfurt informiert und berät seit 25 Jahren die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bürgerinnen und Bürger bei der Suche nach einer passenden Selbsthilfegruppe oder der Gründung einer Gruppe. 1980 gründete sich die Kontaktstelle zunächst als ein Verein zur Förderung der Selbsthilfe. Zu Beginn arbeiteten dort alle Mitarbeiter ehrenamtlich. Idee war und ist bis heute, die hilfreichen Wirkungen von Selbsthilfegruppen in Frankfurt zu verbreiten. Damals entstanden auch in anderen Städten die ersten von heute ca. 300 Selbsthilfe-Kontaktstellen in Deutschland.

Die Kontaktstelle Frankfurt wird maßgeblich von der Stadt Frankfurt, dem Land Hessen, dem Bund und den gesetzlichen Krankenkassen finanziell gefördert.

Nützliche Broschüre

Die aktuellen Adressen und Angebote von Selbsthilfegruppen in Frankfurt sind gerade neu in einem seit über 20 Jahren publizierten Wegweiser „Spektrum – Selbsthilfe in Frankfurt“ veröffentlicht worden. Sie können ihn in der Selbsthilfe-Kontaktstelle kostenfrei gegen ein Rückporto von 85 Cent bestellen: Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt, Jahnstraße 49, 60318 Ffm. Telefonische Sprechzeiten: Mo., Di. von 10-14 und Do. von 15-19 Uhr unter 0 69-55 94 44. www.selbsthilfe-frankfurt.net

Wenn Sie an einer Sie belastenden Erkrankung, Behinderung oder Lebenssituation leiden, scheuen Sie sich nicht, den Kontakt zu einer Gruppe anderer betroffener Menschen in einer Selbsthilfegruppe zu suchen. Nutzen Sie diese Möglichkeit der Verbesserung Ihrer Lebenssituation. Sie schaffen es, aber Sie schaffen es besser zusammen!

Dr. Sonja Stark
Leiterin des Stadtgesundheitsamts

Weitere Informationen:

Stadtgesundheitsamt,
Stabsstelle Gesunde Stadt,
Tel. (069) 212 -36270,
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Anzeige

AWO

WIR PFLEGEN MIT HERZ UND VERSTAND

JOHANNA-KIRCHNER-STIFTUNG DER ARBEITERWOHLFAHRT

KREISVERBAND FRANKFURT AM MAIN E.V.
Geschäftsstelle: Henschelstraße 11, 60314 Frankfurt am Main, Tel. 0 69-29 89 01-0, Fax 0 69-29 89 01 10
www.awo-frankfurt.de • E-Mail: info@awo-frankfurt.de

LEBEN IM PFLEGEHEIM

- ☑ Pflege und Betreuung rund um die Uhr
- ☑ hauswirtschaftlicher Service
- ☑ medizinische Betreuung
- ☑ Therapie, Sozialberatung
- ☑ Kultur- und Freizeitangebote
- ☑ Kurzzeitpflege und Tagespflege

• **Altenhilfezentrum Mörfelden-Walldorf**
Schubertstr. 25-27
64546 Mörfelden-Walldorf
Tel.: 0 61 05/28 05-12

• **August-Stunz-Zentrum**
Röderbergweg 82
60314 Frankfurt
Tel.: 0 69/4 05 04-123

• **Bürgermeister-Menzer-Haus**
Poloplatz 6
60528 Frankfurt
Tel.: 0 69/66 30 01-29

• **Georg-Stangel-Haus**
Kronberger Str. 5
61440 Oberusel
Tel.: 0 61 71/63 04-22

• **Johanna-Kirchner-Altenhilfezentrum**
Gutleutstr. 319
60327 Frankfurt
Tel.: 0 69/2 71 06-121

**Rufen Sie uns an,
wir informieren Sie gerne.**

„Wir werden rundum entlastet“

Interkulturelle Öffnung der ambulanten Pflegedienste

Bis vor einigen Jahren waren die Frankfurter Altenhilfeangebote nur auf die Bedürfnisse und Wünsche deutscher Seniorinnen und Senioren ausgerichtet. Um der steigenden Zahl der älteren Migrantinnen und Migranten Rechnung zu tragen und sie als Kunden zu gewinnen, begann in der letzten Zeit die Altenhilfe, die bestehenden Strukturen zu öffnen und das Dienstleistungsangebot der Altenpflege im Hinblick auf die Bedürfnisse der neuen Kunden zu differenzieren. Am schnellsten reagierten zahlreiche ambulante Pflegedienste, da sie langsam von dieser Personengruppe in Anspruch genommen werden.

Die Wohlfahrtsverbände und die eingetragenen Vereine als Träger der meisten ambulanten Dienste beschäftigen zunehmend Pflegekräfte mit unterschiedlichen Muttersprachen und kulturellen Hintergründen. Die Mitarbeiter nehmen außerdem an Fortbildungen zur kultursensiblen Pflege teil. Die kulturellen, weltanschaulichen und religiösen Bedürfnisse von jedem Patienten sollen bei der Pflege berücksichtigt werden.

Patienten jeder Herkunft zusammen

Aber auch viele Migranten selbst haben bereits private ambulante Pflegedienste gegründet und versorgen neben den nichtdeutschen auch deutsche Patienten. Zum Beispiel die 89jährige Erna Naujoks. Sie lebt mit ihrer schwerbehinderten Tochter Sieglinde zusammen in ihrer Wohnung und versorgt sie. Um beide Damen kümmert sich ein privater ambulanter Pflegedienst. Mutter und Tochter bekommen jede Hilfe, die sie brauchen, von der Grund- und Behandlungspflege bis hin zu den hauswirtschaftlichen Leistungen. Darüber hinaus kooperiert der Pflegedienst mit Apotheken, Krankengymnasten, Fußpflegern, Friseuren oder Handwerkern. „Was Besseres kann es nicht geben. Wir werden rundum entlastet und sind darüber sehr froh“, sagt Frau Naujoks. Sie und ihre Tochter werden außerdem regelmäßig von Zuhause abgeholt und in die Begegnungsstätte, die der Pflegedienst für die Patienten und ihre Familienangehörigen eingerichtet hat, gebracht. Dort treffen sie sich mit anderen Patienten, von denen einige vor Jahren aus unterschiedlichen Ländern nach Deutschland kamen (Foto) und die ebenfalls trotz ihres hohen Alters in eigenen Wohnungen leben.

In der Begegnungsstätte können die Patienten an unterschiedlichen Angeboten teilnehmen: Freizeitaktivitäten,

Patienten unterschiedlicher Herkunft treffen sich in der Begegnungsstätte eines Pflegedienstes. Foto: Sabic

Gesprächsrunden, Gedächtnistraining, Gesellschaftsspiele, Musikabende, Gymnastik und sogar Karate- oder Boxkurse.

Der Besitzer des Pflegedienstes stammt aus Ex-Jugoslawien, wo Christen und Muslime zusammen lebten, und einige seiner Mitarbeiter kamen aus der Türkei, Polen und anderen Ländern. Er sagt: „Die kultursensible Pflege ist für uns selbstverständlich. Wir achten zum Beispiel darauf, dass die moslemischen Patienten kein Schweinefleisch und Alkohol bekommen. Es darf auch kein Mann eine Frau pflegen und umgekehrt. Alle älteren Patienten wünschen sich Unterhaltung in der Muttersprache. Wir versuchen ihre Wünsche zu berücksichtigen, weil die Sprache ein Stück Heimat ist.”

Durch die interkulturelle Öffnung der Pflegedienste können Barrieren, die bis jetzt die Nutzung der Frankfurter Altenhilfeangebote durch ältere Migranten erschweren oder verhindern, wie Sprachprobleme oder unterschiedliche kulturelle und religiöse Traditionen, langsam abgebaut werden.

Pflegedienste benötigen eine Zulassung durch die Pflegekassen. Die zugelassenen Pflegedienste verfügen über einen Versorgungsvertrag, den die Pflegekassen mit ihnen abgeschlossen haben. Auch eine Vergütungsvereinbarung wird zwischen den Pflegekassen wie auch dem Jugend- und Sozialamt und den Pflegediensten abgeschlossen. In der Vergütungsvereinbarung werden die Preise für die einzelnen Leistungen des Pflegedienstes festgelegt. Die Preise der verschiedenen Pflegedienste können jedoch variieren. Man sollte sich daher im Vorfeld gut informieren.

Alle Informationen über die Pflegedienste, ihre Leistungen, Fremdsprachen ihrer Mitarbeiter sowie ihre Preise kann man in den Stadtteilen bei den Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante und stationäre Hilfen (BuV, Adressen siehe Seite 25) erhalten. Auch die Zentrale Koordinierungsstelle im Rathaus für Senioren, (Hansaallee 150, Tel. 212-34194 und 212-33994 und 212-34464, Fax 212-30741) gibt darüber Auskunft.

Christina Lazzerini,
Amt für multikulturelle Angelegenheiten

Perspektiven und Freundschaften im Alter

Treff für ältere Menschen mit geistiger Behinderung

Der Seniorentreff bietet Betreuung auch nach dem Arbeitsleben.

Schlicht und einfach „Seniorentreff“ nennt sich ein Angebot in Frankfurt, hinter dem sich etwas ganz Besonderes verbirgt: Hier können ältere Menschen mit geistiger Behinderung zusammen kommen und gemeinsam etwas unternehmen. „Solch einen Treffpunkt gab es vor fünf Jahren noch nicht“, sagt Claus Zahn von der Lebenshilfe Frankfurt. Menschen mit geistiger Behinderungen hatten keine Möglichkeit, sich außerhalb der Wohnheime oder der Werkstätten zu treffen.

Im Jahr 2000 haben deshalb Verbände für Menschen mit Behinderung gemeinsam mit dem hessischen Sozialministerium eine Tagungsreihe ins Leben gerufen. „Lebensräume für ältere Menschen mit geistiger Behinderung“ lautete deren Motto. „Eine Woche lang wurden Frankfurter Einrichtungen im Hinblick auf ihre Angebote für Senioren mit geistiger Behinderung unter die Lupe genommen“, erklärt Heike Friedrich vom Deutschen Roten Kreuz. „Und zwar von der Zielgruppe selbst, von 22 älteren Menschen mit geistiger Behinderung.“ Nach dieser ersten Bestandsaufnahme, die vom „Institut für Sonder- und Heilpädagogik“ wissenschaftlich begleitet wurde, stand fest: Für ältere Menschen mit geistiger Behinderung gibt es so gut wie keine Angebote für gemeinsame Aktivitäten oder für einen Austausch.

„Gerade die Älteren haben große Ängste, was aus ihnen wird, wenn sie aus dem Arbeitsleben ausscheiden“, sagt Heike Friedrich, „da ist es besonders wichtig, Treffpunkte außerhalb des gewohnten Lebensbereichs zu schaffen. Nur so können Freundschaften entstehen und die Zukunft gemeinsam bewältigt werden.“ Der Bedarf ist da: Schließlich haben allein die Wohlfahrtsverbände über 70 ältere Personen mit geistiger Behinderung in ihrer Kartei. Die Dunkelziffer sei aber größer, weiß Claus Zahn. Er schätzt die Zahl auf 100 Personen im Frankfurter Raum.

Frankfurt erleben

Aus dieser Situation heraus schlossen sich fünf Kooperationspartner zusammen: das Deutsche Rote Kreuz, KOMM – Ambulante Dienste, ambulante Dienste der Praunheimer Werkstätten, das Konrad-von-Preysing-Haus (Caritas) und die Lebenshilfe. Sie richteten 2001 einen Samstagstreff für ältere Menschen mit geistiger Behinderung ein, den „Seniorentreff“. An jedem letzten Samstag im Monat treffen sich seit dem zirka 20 Menschen am gleichen Ort, um „Frankfurt zu erleben“. Das Freizeitangebot führt zu Plätzen und Institutionen. Besucht wird zum Beispiel das Struwwelpetermuseum, das Senckenbergmuseum, der Palmengarten, das Goethehaus oder auch einmal eine Äppelwoiwirtschaft. Finanziert werden die Aktivitäten von der Stadt. Die Förderung ist zunächst auf fünf Jahre begrenzt.

„Der gleichbleibende Ort der Angebote dient den Teilnehmern als Orientierungshilfe“, sagt Claus Zahn. Die Regelmäßigkeit der Veranstaltungen helfe mit, den Lebensalltag neu zu strukturieren. Die Bedeutung dieses Angebots für die Teilnehmer ließe sich daran ablesen, dass eine große Zahl regelmäßig zum „Seniorentreff“ erscheint und die Aktivitäten wahr nimmt. Um den Abschied aus dem „Erwerbsleben“ sanfter zu gestalten, sei es wichtig, feste, neue Strukturen aufzubauen, weiß Zahn.

So wurde dieser erste „Seniorentreff“ bald um ein Kreativangebot an jedem ersten und dritten Freitag im Monat ergänzt. Seit Herbst 2003 gibt es darüber hinaus mittwochs vormittags das „Erzählfrühstück“. Heike Friedrich: „Hier bekommen ältere Behinderte dafür den Raum und die Zeit, unter Anleitung über ihre Ängste und über ihre Perspektiven zu sprechen.“ Aus diesen Angeboten hätten sich bereits jetzt feste Freundschaften ergeben. „Gemeinsam älter werden“ heißt ein weiteres Angebot der Erwachsenenbildung, das wieder von der Uni Frankfurt begleitet wird.

„Was wir bisher erreicht haben, ist schon einiges“, sagte Heike Friedrich. Allerdings gibt es auch Probleme. Eines davon ist die Beförderung. Nur wenige Teilnehmer können sich allein mittels öffentlicher Verkehrsmittel bewegen und von verschiedenen Stadtteilen zum Treffpunkt im Westend kommen. Bislang werde die Beförderung mehr oder weniger unter der Hand geregelt. Die Kooperationspartner übernehmen im Wechsel einmal eine Taxifahrt oder setzen auch mal am Wochenende den Fahrdienst in Betrieb. Aber für den Transport gelte es, eine einheitliche Regelung zu finden.

Für 2005 haben sich die Kooperationspartner zum Ziel gesetzt, die trägerübergreifende Zusammenarbeit im Projekt „Seniorentreff“ zu intensivieren. Claus Zahn: „Wir müssen deutlich machen, dass es auch für ältere Menschen mit geistiger Behinderung normal sein muss, den Bereich Arbeit und Wohnen von dem Bereich Freizeit und Bildung zu trennen.“

Jutta Perino

Weitere Informationen zum „Seniorentreff“ erteilt Claus Zahn unter der Telefonnummer 0 69 / 97 58 70-270.

Von Goethes Farbenlehre bis Gymnastik

„Auftanken“ bei Kunst, Kultur und Bewegung

Sich selbst entfalten steht im Mittelpunkt der Angebote des Therapeutikums.

Das Frankfurter Therapeutikum mit Sitz im anthroposophisch orientierten Haus Aja Textor-Goethe möchte Menschen aller Altersstufen Erholung und die Möglichkeit zum persönlichen Wachstum bieten. Bedingt durch die Nähe zur Seniorenwohnanlage nutzen auch viele ältere Bewohner das Angebot. Es reicht vom Plastizieren mit Ton und Malerei über physikalische Therapien bis hin zur Biographiearbeit.

Sitzgymnastik im Frankfurter Therapeutikum: Die Physiotherapeutin Andrea Scholl hat ein gutes Dutzend interessierte Senioren um sich versammelt. Sie haben es sich bequem gemacht, unter den Stühlen liegen Schaumstoffbälle. Große und kleine. Die Stimmung ist entspannt, man kennt sich. Das Gros der Teilnehmer lebt seit Jahren im Haus Aja Textor-Goethe. Zum Abschluss des halbstündigen Angebotes steht eine „Klatschübung“ auf dem Programm. Die Senioren klatschen rhythmisch in die Hände und über Kreuz auf beide Oberschenkel. Eine kleine Choreographie, die zugleich Koordination und Konzentration fordert.

Gerhard Germer ist als einziger Mann im Kreis Hahn im Korb. Der 94jährige hat sein ganzes Leben lang Sport getrieben. Auch Ruth Katlorz macht mit. „Das Turnen tut mir gut, seitdem ich in der Gruppe bin, kann ich viel leichter von meinem Sessel aufstehen“, sagt die 89jährige und schwärmt von der „großen Harmonie untereinander“. Katy Gritsch war Tänzerin, unter anderem bei den Städtischen Bühnen. Sie leitet selber seit 13 Jahren eine Gymnastikgruppe. „Es ist schön, mal nur mitzumachen“, sagt die Frau mit den langen, zum Pferdeschwanz zurückgebundenen Haaren.

Für Anneliese Schneider, deren Mann vor drei Jahren verstarb, haben die Angebote des Frankfurter Therapeutikums eine ganz besondere Bedeutung. „Ich lebe hier wieder richtig auf!“, sagt die 76jährige. An jedem Dienstagmorgen formt sie unter Anleitung der Kunsttherapeutin Dorothee Kalbe Tonobjekte. Entstanden sind Vasen und „alle Figuren für meine Weihnachtskrippe“.

Generationenmiteinander

Im kleinen Atelier hat Kunsttherapeutin Regina Pitzke heute ausnahmsweise nur zwei Aktive um sich versammelt. In Regalen stehen glasierte Tonobjekte und Rohlinge. Ein Wandklapptisch ist bedeckt mit Pinseln unterschiedlicher Stärke, an den Wänden hängen Aquarelle der Kursteilnehmer. „Unser Prinzip ist die Generationenmischung”, sagt Regina Pitzke. Walter Vogel ist 69 Jahre alt, er lebt in der Nachbarschaft und kommt vier Mal die Woche ins Frankfurter Therapeutikum, um hier zu malen und zu töpfern. Langsam und konzentriert arbeitet er an einem mehrfarbigen Kreis in Aquarelltechnik, hat vor sich ein aufgeschlagenes Buch zu Goethes Farbenlehre liegen.

Annette Jung kommt extra aus der Wetterau, die Atmosphäre im Therapeutikum ist es ihr wert. Ob denn ein Volkshochschulkurs keine Alternative wäre? „Nein, hier ist alles ganz anders. Tiefer. Innerlicher. Hier kann ich auftanken“. Die jüngsten Teilnehmerinnen sind zwei 13jährige Mädchen. Wer alt und pflegebedürftig ist, den sucht Regina Pitzke im Zimmer auf, um mit ihm gemeinsam zu malen.

Die Diplompsychologin Ingrid von Fumetti bietet Biographiearbeit an. Ihr Anliegen: „Vergangenheit durcharbeiten, in der Gegenwart Aufmerksamkeit entwickeln, die Zukunft gestalten“. Wer mag, kann sich in Einzelgesprächen der eigenen Biographie nähern, Gruppenarbeit ist ebenfalls möglich. Besonders lieb ist der Frau mit dem wallenden silbergrauen

Haar der Kurs „Biographiearbeit im Spiegel der Lyrik“. Gedichte von Rudolf Steiner, Hilde Domin, Albert Schweizer und anderen Autoren geben Anlass zum Reflektieren des eigenen Lebens.

Annette Wollenhaupt

Informationen zum Frankfurter Therapeutikum liegen im Haus Aja Textor-Goethe, Hügelstraße 69, aus. Anmeldung und telefonische Informationen unter der Rufnummer 53 09 31 40.

Aja´s Gartenhaus und die Wohngruppe unterm Dach

Wohnprojekt geht neue Wege in der Betreuung von Demenzkranken

„Unterm Dach" nennt sich die Gruppe, die ein neues Wohnmodell angehen will. Auf der Tafel das Gartenhaus, das noch entstehen muss. *Foto: Rüffer*

Das Haus Aja Textor-Goethe möchte älteren, an Demenz erkrankten Menschen mit „Aja´s Gartenhaus" ein behagliches betreutes Zuhause bieten. Unter dem Dach der neuen Einrichtung, mit deren Bau im Sommer begonnen wird, leben neun „junge" Seniorinnen und Senioren, die das Betreuungspersonal im Haus Aja Textor-Goethe und im Gartenhaus auf ehrenamtlicher Basis unterstützen.

Zum Kreise der ehrenamtlichen Helfer gehört auch Sigrid Holtorf. Die 66jährige ehemalige Altenpflegerin kann auf 25 Jahre Berufserfahrung zurückblicken. Immer wieder begegnete sie dementen Heimbewohnern, registrierte Hilflosigkeit und Unwissenheit von Angehörigen und Betreuern, auch ihre eigene. Damit abfinden wollte sie sich nicht. Sigrid Holtorf beschloss, sich kundig zu machen. Wichtige Erkenntnisse konnte sie auch aus einem von ihr geleiteten Projekt mit Demenzerkrankten und ihren Angehörigen ziehen.

Wohngemeinschaft mit Sinn

Renate Wahl ist Vorstandsmitglied im Haus Aja Textor-Goethe und für die Kultur zuständig. Sie wird ebenfalls unter dem Dach des Gartenhauses leben. „Ich wollte immer schon in einer Wohngemeinschaft leben, habe es früher aber verpasst", sagt die 60jährige. Renate Wahl freut sich auf das Zusammenleben als „Wohngruppe unter´m Dach". Getragen wird das Projekt von der Friedrich Schorling-Stiftung, auch deren Gründer und Namensgeber Friedrich Schorling wird einziehen. In den unteren Geschossen können 32 an Demenz erkrankte Frauen und Männer leben, je acht in einer Wohnung. Jedes Einzelzimmer verfügt über ein Duschbad, jede Wohnung über einen zusätzlichen gemeinschaftlich genutzten Bereich aus Wohnküche und Wohnzimmer. Inklusive Kaminofen. Nähe und Geborgenheit sollen möglich sein, aber auch Rückzug und Privatheit.

„Erster Spatenstich für Aja´s Gartenhaus wird nach den Sommerferien sein," sagt Renate Wahl. Mit dem Einzug ins Haus wird für Ende 2006 gerechnet. Das Land Hessen und die Stadt Frankfurt werden von den etwa 3,3 Millionen Euro Baukosten für die 32 Plätze etwa 60 Prozent tragen. Die Friedrich Schorling-Stiftung investiert in den Ausbau der Dachetage weitere 1,2 Millionen Euro. Da der Kauf des Grundstückes nicht förderungsfähig war, musste er komplett aus eigenen Mitteln bestritten werden. Um angefallene restliche 16000 Euro Kosten zu decken, ist die Stiftung auf zusätzliche Spenden angewiesen.

Halt und Orientierung

Der „Alltagsnormalität" kommt in Aja´s Gartenhaus eine große Bedeutung zu. Gemeinsam werden die Mahlzeiten zubereitet, der Tisch gedeckt, die Wäsche gewaschen und gebügelt. Kleinere Gartenarbeiten, die Betreuung von Haustieren, das Putzen der Schuhe: Aktivitäten, die Demenzerkrankten, deren Welt sich in Auflösung befindet, Halt und Orientierung geben.

Renate Wahl hat sich für das Leben unter dem Dach von Aja´s Gartenhaus entschieden, „weil ich das Bedürfnis habe, mich weiter zu entwickeln". Sigrid Holtorf möchte unter Beweis stellen, dass sie „auch im Alter etwas für die Gesellschaft leisten kann". Zudem brauche sie die räumliche Nähe zu anderen Menschen, um auch in höherem Alter die ihr so wichtigen sozialen Kontakte zu haben. „Außerdem hoffe ich damit, die Einseitigkeit der Interessen, die sich ja meist im Alter einstellt, zu mildern", sagt die engagierte Seniorin.

Die große Nähe zu den demenzkranken Mitbewohnern des Gartenhauses empfindet sie als Bereicherung. „Ich habe viel gelernt von dementen Menschen", sagt Sigrid Holtorf. Vor allem habe die Begegnung mit ihnen ihre Selbsterkenntnis gefördert: „Sie haben ihre soziale Maske verloren, sind sehr echt und halten uns einen Spiegel vor!". Mit dem offiziellen Zusammenleben im Gartenhaus setze man ein deutliches Zeichen und baue Angst vor der Erkrankung und dem Umgang mit ihr ab.

Annette Wollenhaupt

Weitere Informationen unter: www.ajas-gartenhaus.de und unter der Telefonnummer 53093-777. Spendenkonto: „Aja´s Gartenhaus" Konto 31052701, Gemeinschaftsbank eG, BLZ 43060967.

Von Anfang an ein Gefühl der Sicherheit

„Wohnen für Hilfe" hat im letzten Jahr 6 Wohnpartnerschaften vermittelt

Statt Miete zu zahlen unterstützt Rado Rkini seine Vermieter. *Foto: Rüffer*

Im Frühjahr 2004 startete das beim Institut für Sozialarbeit (IfS) angesiedelte Projekt „Wohnen für Hilfe". Junge Menschen, zum Beispiel Studierende oder Auszubildende, leben im Haushalt älterer Menschen. Sie zahlen keine Miete, bieten dafür aber ihre Hilfe an. Ausgesprochen gute Erfahrungen haben Lieselotte Bauer und Bernhard Zdralek mit ihrem Mitbewohner Rado Rkini gemacht.

Wenn Rado Rkini auf seinem Balkon steht, kann er auf sein Universitäts-Institut schauen. Der junge Pharmazie- und Chemiestudent mit Wurzeln in Marokko lebt seit Oktober vergangenen Jahres im Dachgeschoss des gemeinsamen Hauses von Lieselotte Bauer und Bernhard Zdralek.

Rkini kann es heute noch kaum fassen, dass er ein dermaßen großes Glück hatte. Sein Einzimmer-Appartement ist groß, verfügt über ein eigenes Bad, eine Küchenecke. Lange suchte der junge Mann auf dem freien Wohnungsmarkt etwas Passendes, doch spätestens dann, wenn die Vermieter von seiner Herkunft erfuhren und davon, dass er Moslem ist, erteilte man ihm Absagen. „Ich nehme das nicht als etwas Rassistisches, ich kann es bei all dem, was passiert ist, verstehen", sagt Rado Rkini.

Entlastung im Alltag

Für Lieselotte Bauer und ihren langjährigen Lebensgefährten, der im Jahr 2000 einen Schlaganfall erlitten hat, ist Rado Rkini eine große Hilfe. Seitdem er mit im großen Haus lebt, kann Lieselotte Bauer auch mal ihre Freundin in Königstein besuchen, Kraft tanken bei stundenlangen Spaziergängen oder einfach einen ausgiebigen Stadtbummel machen. Ab und zu macht Rkini mit Herrn Zdralek Ausflüge in das Nordwestzentrum, die Frankfurter Innenstadt, den Palmengarten. Im Winter schippt er den Schnee vorm Haus weg. Das Vertrauen gegenüber dem neuen Mitbewohner war schnell da. Lieselotte Bauer hatte von Anfang an ein Gefühl der Sicherheit. Schon nach wenigen Wochen fuhr das Paar bedenkenlos in Urlaub, „obwohl die anderen sagten, wir seien verrückt".

Das Projekt „Wohnen für Hilfe" unter Leitung von Nicolas Paefgen wird gut angenommen. Im Jahr 2004 wurden sechs Wohnpartnerschaften vermittelt. „Allerdings wünschen wir uns noch mehr ältere Interessenten", sagt Paefgen. Auf die Frage, warum das Interesse in Seniorenkreisen noch vergleichsweise gering sei, sagt der junge IfS-Mitarbeiter: „Es kostet erst einmal Überwindung, jemand anderen in die eigene Wohnung zu nehmen". Vor allem Menschen, die sich über viele Jahre hinweg mit dem Alleinleben arrangiert haben, fiele es mitunter schwer, eine zweite Person auf Dauer um sich zu haben. Manchmal allerdings seien es auch ihre Angehörigen, die Probleme mit dem Projekt hätten. Rado Rkini etwa habe zuvor bei einer alten Dame gelebt. Die beiden hätten sich sehr gut verstanden, ihre Kinder allerdings waren mit dem Zusammenleben nicht einverstanden. Rkini musste ausziehen.

Eine verpasste Chance, wie Nicolas Paefgen meint. Er stellt bei vielen älteren Menschen, die zuvor allein lebten, eine „Verlebendigung" fest. „Sie blühen richtig auf", sagt der junge Projektleiter. Dass Angehörige sich quer stellen, könnte man zum Beispiel mit verständlichen Eifersuchtsgefühlen, die aber unbegründet seien, erklären.

Sorgfältige Prüfung

Die Vorbereitungen für eine Wohnpartnerschaft sind intensiv. Damit es später nicht zu unnötigen Frustrationen kommt, klärt Paefgen beide Seiten detailliert über das Projekt auf. Alle Beteiligten sollen zudem ihre Wünsche und Vorstellungen vom Zusammenleben schildern. Gegenseitige Rücksichtnahme sei bei alldem von großer Bedeutung. „Ein älterer Mensch kann nicht voraussetzen, dass der Student sieben Tage die Woche einsatzbereit ist", sagt Paefgen. Doch auch die Studierenden sollten wissen, was auf sie zukommt. Nicolas Paefgen erinnert sich an einen Fall, da ein junger Mann von den Eltern wegziehen wollte, „um mal richtig Party machen zu können". Der Student hatte vom Wohnprojekt über einen recht locker formulierten Text eines Frankfurter Stadtmagazins erfahren. Durch die sorgfältige Auswahl der Kandidaten durch das Institut für Sozialarbeit wurde dem jungen Mann aber bereits im Vorfeld klar gemacht, dass er mit diesen Vorstellungen nicht infrage kommt.

Annette Wollenhaupt

Das Institut für Sozialarbeit, Oberlindau 20, informiert am 29. Juni, 15 Uhr, über das Projekt „Wohnen für Hilfe". Nicolas Paefgen gibt dienstags von 14 bis 16.30 Uhr und freitags von 10 bis 14 unter der Telefonnummer 972017-42 Auskunft zu den Wohnpartnerschaften.

Zwiebelkuchen von Auguste

Praktische Tipps und Kniffe rund um PC und Internet

Ohne „Auguste“ hätte es den leckeren Zwiebelkuchen erst gar nicht gegeben. Und gemeinsam futtern hätten ihn die Damen aus dem Internet-Café Auguste im Rödelheimer Auguste-Oberwinter-Haus auch nicht können. Denn das Rezept von Starkoch Johann Lafer, das Hilla Richter „mal eben schnell beim Fernsehgucken“ nicht hatte mitschreiben können, gab’s zum Nachlesen nur im Internet. Genau das hat die 84-jährige auch überzeugt, Nägel mit Köpfen zu machen und sich unter fachkundiger Anleitung im Internet Café ins weltweite Netz zu trauen. „Schließlich gibt es kaum mehr eine Fernsehsendung und kaum mehr einen Artikel in der Zeitung, wo es am Ende nicht heißt: Weitere Informationen gibt’s unter www...,“ sagt die selbstbewusste Frau.

Damen im Netz: Das Internet ist für Hilla Richter und Ilse Rexroth mittlerweile kein Problem mehr.

Frauen sind mutiger

An diesem Vormittag sind es auch nur Frauen, die sich vor dem Bildschirm im gemütlichen kleinen Café-Raum versammelt haben. Aber das sei nicht immer so, erklärt die ehrenamtliche Betreuerin Roswitha Busch verschmitzt: „Insgesamt jedoch haben wir tatsächlich mehr weibliche Besucher. Vielleicht sind Frauen mutiger als Männer und eher bereit, etwas zu lernen?“

Mindestens 40 Gäste schauen im Monat zum Surfen, Lernen oder auch einfach nur zum Quatschen und Kaffeetrinken im Internet-Café Auguste vorbei. Die meisten sind Stammgäste, weiß Gabriele Müller-Friderichs, die Leiterin der Offenen Seniorendienste West des Frankfurter Verbands, in deren Zuständigkeitsbereich auch das Café Auguste gehört. „Die Betreuung und Unterstützung durch die elf ehrenamtlichen Helfer ist – anders als bei größeren Computerkursen – sehr individuell bei uns. Jeder hat seinen persönlichen Ansprechpartner, dem dann alle, wirklich alle Fragen gestellt werden können.“

Dass die ehrenamtlichen Helfer die Besucher dort abholen, wo sie stehen, kann auch Ilse Rexroth (77) bestätigen. Auch sie kommt seit geraumer Zeit ins Café, weil sie lernen wollte, wie man Grußkarten verschickt und wie sich Tickets und Bahnverbindungen schnell und problemlos übers Internet besorgen lassen.

Einen Computer zuhause hat sie nicht und will sich auch keinen anschaffen: „Im Café surfe ich in Gesellschaft. Das macht schließlich mehr Spaß, als alleine zuhause zu sitzen“.

Praxis Tipp

Unser PC-Tipp kommt diesmal von Hilla Richter (84): „Wer das Internet nutzen will, sollte zunächst lernen, was Suchmaschinen sind. Auf diesen praktischen Internet-Seiten kann man Stichworte eingeben. Den Rest erledigt dann die Suchmaschine für einen und durchsucht das gesamte weltweite Netz nach den Begriffen, die man finden möchte. Super schnell und meist sehr treffsicher! Mein Favorit unter den Suchmaschinen: www. Google.de“

Individuelle Unterstützung

Eine „Verschulung“ soll es im Internet-Café Auguste auch künftig nicht geben. Statt feste Kurse zu organisieren sei wichtiger, den Besuchern persönlich das anzubieten, was sie auch lernen wollen, meint Roswitha Busch.

Der Trend, da ist sie sich mit Gabriele Müller-Friderichs einig, gehe dahin, im Internet-Café die Technik vorzuhalten und im Einzelfall zu unterstützen. Schließlich gebe es immer mehr Ältere, die ihr Computerwissen aus dem Berufsleben mitbrächten und ihre Kenntnisse ganz individuell vertiefen und ausbauen wollten. Solange das aber nicht die Regel sei, sei „bei Auguste“ jeder ab 50 willkommen, ob als blutiger Laie, mit Grundkenntnissen oder als „Computer-Freak”, der Gleichgesinnte zum Austausch sucht.

Jeden Vormittag von 10 bis 13 Uhr, montags und mittwochs auch nachmittags von 14.30 bis 17 Uhr können die elf ehrenamtlichen Helfer derzeit das Café öffnen. „Schön wäre aber, wenn wir unsere Zeiten ausweiten könnten,“ meint Gabriele Müller-Friderichs. Sie wünscht sich die Unterstützung weiterer Ehrenamtlicher, die bei Auguste einsteigen wollen. „Wer Interesse hat, bekommt natürlich eine Einführung. Und etwa alle sechs Wochen gibt es Besprechungen, mit denen wir uns auf dem Laufenden halten.”

Wer das Internetcafé kennen lernen möchte, hat dazu an einem Fest am 27. April ab 11 Uhr Gelegenheit. Bei Musik und interessanten Gesprächen stellt sich auch das neue Info-Lädchen im Haus (Burgfriedenstr. 27) vor. Weitere Informationen erhalten Interessierte unter Tel. 069 / 78 00 26.

Frankfurts Kultur und Geschichte ist vielfältig und spannend. Kommen Sie mit mir auf Entdeckungsreise!

Ihr

Hans-Bernhard Nordhoff

Kulturdezernent

Das Vergangene im Jetzt

„Die Bibliothek der Alten“ im Historischen Museum

Eigentlich habe sie das Projekt zunächst nicht sonderlich ernst genommen, erklärt die Autorin Marie-Luise Lenz, Jahrgang 1917, als eine Freundin sie vor gut drei Jahren überredet hatte, an der „Bibliothek der Alten“ mitzuwirken. Mit einem biographischen, historischen oder wissenschaftlichen Rückblick auf das vergangene Jahrhundert sollen sie und 100 andere Frankfurt verbundene Menschen ihre Erinnerungen niederlegen und damit ein acht Meter breites Holzregal in der Dauerausstellung des Historischen Museums füllen. Jedem Mitwirkenden steht ein Fach von 40 mal 50 Zentimetern für seine persönliche Gedächtnisarbeit zu Verfügung.

Ein offenes Archiv

Die Idee auf diese Weise ein offenes Archiv zu schaffen, entwickelte die Hamburger Künstlerin Sigrid Sigurdsson gemeinsam mit Kurt Wettengl, Kurator der Ausstellung „Das Gedächtnis der Kunst“, die 2000/01 in der Schirn Kunsthalle gezeigt wurde und den Anstoß zu dem Projekt gab. Um „Erinnerung zu materialisieren“, wurden 65 Autorinnen und Autoren im Alter von 50 bis 100 Jahren sowie 35 Autorinnen und Autoren bis zu 50 Jahren gesucht. Ob Fotos, Videos, Bücher, Kassetten, Tonbänder; Zeichnungen, Briefe, Protokolle, wissenschaftliche Aufzeichnungen oder auch private Erinnerungsstücke - die Wahl der Beitragsform blieb jedem selbst überlassen. Die Teilnehmer über 50 Jahre hatten drei Jahre Zeit, ihre Beiträge zu erstellen. Der jüngeren Generation hingegen bleiben 50 Jahre, ihre Geschichte zu dokumentieren, ehe sie der „Bibliothek der Alten“ einverleibt wird.

Von den möglichen Buchformaten mit 100, 200 oder 300 Seiten habe sie sich das kleinste ausgesucht und genau 100 Seiten getippt, erzählt Lenz.

Marie-Luise Lenz hat ihr Fach in der Bibliothek schon gefüllt. *Foto: PIA*

Die gebürtige Berlinerin kam 1957 nach Frankfurt – aus beruflichen Gründen. Nach ihrer Ausbildung zur Buchhändlerin in Greifswald fand sie nach einer Zwischenstation als Bibliothekarin an der dortigen Universitätsbibliothek Arbeit am Leopold-Gmelin-Institut, das 1946 von Berlin zunächst nach Clausthal-Zellerfeld und dann nach Frankfurt verlegt worden war.

„Fürchterliches Heimweh“

Obwohl sie bewusst die DDR verlassen hatte, bekam sie in Frankfurt erst einmal „fürchterliches Heimweh“ nach „drüben“. Trotzdem kreisen ihre Erinnerungen hauptsächlich um die Frankfurter Zeit, und auch die drei darin eingebetteten autobiografisch inspirierten Erzählungen spielen in Frankfurt. Die DDR, die sie immerhin erst mit 40 Jahren verlassen hat, wird nur in kurzen Episoden gestreift. So ist am Ende doch passiert, was die Autorin sich solange gar nicht vorstellen konnte: „Wenn man genügend lange Zeit an ein und demselben Ort lebt, wächst man an ihn an, ob man will oder nicht“, heißt es auf der letzten Seite ihrer Aufzeichnungen.

Man muss nicht prominent oder Schreib-Profi sein wie Lenz, um seinen Erinnerungen Gestalt zu geben, auch wenn die Liste der Mitwirkenden durchaus illuster ist: Sie umfasst u.a. den mittlerweile verstorbenen Franz Prinz von Sayn-Wittgenstein, den Sexualforscher Martin Dannecker, den Musiker Emil Mangelsdorff, die Retterin des Eschenheimer Turms Ruth Schwarz, die Schriftstellerin Silvia Tennenbaum, den verstorbenen Propst Dieter Trautwein und seine Frau. Sie alle steuern ihr Steinchen Wahrnehmung bei, das sich zu einem 200 Jahre umfassenden Geschichts- und Gegenwartsmosaik Frankfurts zusammenfügt.

Lebenslänglich im Dichterviertel

Mancher wächst über sich selbst hinaus, wenn er sich erst einmal traut anzufangen. So wie Ilse Reupke, die von der früheren Leiterin des Kinder-

museums Ursula Kern für das Projekt „Kindheit in Frankfurt“ angesprochen wurde. „Ooooh jeeeh!----, worauf habe ich mich da eingelassen“, beginnt Reupke ihren Rückblick auf eine Kindheit im Dornbusch, der reich mit Fotos und original Fünzig-Millionen Mark-Scheinen aus der Inflationszeit illustriert ist. Als einziges Rüstzeug habe sie nur „gute Noten in Deutsch und eine Menge Erinnerungen“, die sie unter dem Titel „Lebenslänglich im Dichterviertel“ für die Mit- und Nachwelt festgehalten hat.

Künstlerisch gestaltet hat Julius Becke seine Kladde. Der ehemalige Lehrer hat eine Art „Biografie in Gedichten“ hinterlassen, die von 1974 bis 1999 entstanden sind. Fast 200 Seiten mit Versen, alle handgeschrieben. Die letzten Seiten schmücken Fotos seiner plastischen Kollagen, mit denen er sich seit seiner Pensionierung beschäftigt.

Ab 2005 kommt bis zum Jahr 2055 jährlich eine Autorin oder ein Autor zur Bibliothek hinzu. Falls der letzte Autor unter fünfzig sein sollte, ist die „Bibliothek der Alten“ erst im Jahre 2105 abgeschlossen. Bis dahin werden die heutigen Projektbeteiligten nicht mehr leben, während der letzte Autor heute vielleicht noch gar nicht geboren ist, so dass man eigentlich auch von einer „Bibliothek der Generationen“ sprechen könnte.

Erinnerungen von Menschen als Dokument der Zeitgeschichte: Die Autoren und Wolf von Wolzogen (Historisches Museum, Mitte) in ihrem Archiv. Foto: Sick

Sehen und Erleben

Das Historische Museum (Saalgasse 19) lädt die Leserinnen und Leser der SZ zu einer spannenden und kostenlosen Führung durch das Archiv am Donnerstag, 19. Mai, ein. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt: Bitte anmelden bei Kirsten Grote-Bär, Dezernat Kultur und Freizeit, Tel. 069/ 212 333 65, E-Mail: kirsten.grote@stadt-frankfurt.de.

Unabhängig von unserer Leseraktion gibt es jeden Monat Gespräche in der Ausstellung zur „Bibliothek der Alten“– immer mittwochs um 18 Uhr. 13. April: *Sylvia Tennenbaum, New York – Frankfurt Gestern und Heute;* 18. Mai: *Marie-Louise Lenz – Leben im Osten, Leben im Westen;* 15. Juni: *Rüdiger Geißler „If you can not draw the vase try to draw the space around the vase“ - Filme;* 6. Juli: *Peter Bloch – New York und Frankfurt – Mein Leben zwischen den Metropolen.*

Anzeige

Geschäftsstelle:
Tel.: (069) 25 49 20
Fax: (069) 25 49 21 98
info@epzffm.de
www.diakoniestationen.de

Diakoniestationen gGmbH
im
Evangelischen Pflegezentrum Frankfurt
Battonnstraße 26-28, 60311 Frankfurt am Main

Evangelische Hauskrankenpflege
Tel.: (069) 25 49 21 21
- Qualifizierte Pflege
- fachgerechte Ausführung ärztlicher Verordnungen, z.B. Injektionen, Verbandswechsel, Verabreichen von Medikamenten
- Beratung und Anleitung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratungsgespräche nach dem Pflegeversicherungsgesetz

Diakonischer Betreuungsdienst
Tel: (069) 25 49 21 31
- Hilfen im Alltag etc.

und gefördert durch die Stadt Frankfurt:

Beratung für pflegende Angehörige und Patienten
Tel.: (069) 25 49 21 41

Projekt *Chronische Wunden*
Tel.: (0171) 99 59 564

Projekt *Demenzielle und psychische Erkrankungen*
Tel.: (069) 25 49 21 13

Was – Wann – Wo?

Der Frühling ist da, war ja auch Zeit, und schon ist der Frankfurter Fest-Kalender um einiges reicher bestückt. In der **Nacht der Museen** am 23. April bieten 50 Museen und Galerien in Frankfurt und Offenbach Einblicke in ihre Schatzkammern. Zum 6. Mal findet das Großereignis nun statt, bei dem in diesem Jahr neu auch das Dr. Hoch'sche Konservatorium, der Peterskirchhof und der Westhafentower dabei sind. Von Museum zu Museum geht's kostenlos mit Bus oder Schiff, Einrittskarten für elf Euro gibt es an den Vorverkaufsstellen und in den Museen.

Am 1. Mai startet der Radrennklassiker **„Rund um den Henninger-Turm"**. Und rund um das Oberforsthaus im Stadtwald feiern die Frankfurter vom 14. bis 17. Mai ihren „Nationalfeiertag", den **Wäldchestag**.

Zwischen Friedensbrücke und Holbeinsteg steigt am 28. und 29. Mai das **„2. Internationale Frankfurter Drachenboot-Festival"**. Vom 10. bis 12. Juni lockt der **Palmengarten** mit seinem beliebten **Rosen- und Lichterfest**. Prachtvolle Rosen, ein Meer aus Windlichtern, Musik und ein Feuerwerk, das alles erwartet die Besucher.

Beliebt wie eh und je dürfte das **Höchster Schlossfest** sein. Beginnend am 11. Juni bietet es bis 11. Juli unter anderem ein „Sommernacht im Schloss"-Kabarett-Festival (12. bis 27. Juni), ein Altstadtfest (3. und 4. Juli) und ein Kerbewochenende (9. bis 12. Juli). Ob Salsa, Mambo, Blues oder Soul: beim **Opernplatzfest 2005** (22. Juni bis 1. Juli) bieten zahlreiche international besetzte Bands Musik für jeden Geschmack, und auch wer sich in kulinarischer Hinsicht multikulturell verpflegen möchte, hat hier ausgiebig dazu Gelegenheit.

Der **Palmengarten** bietet Hobbygärtnern Gelegenheit, sich schöne Pflanzen anzuschauen und sich vor Ort gleich auch noch mit ein paar Exemplaren einzudecken. Noch bis 17. April lockt die grüne Oase mit einer **Azaleen-Ausstellung** in ihre Galerie am Palmenhaus. **Exotische Orchideen** stehen im Mittelpunkt einer weiteren Schau, die am 15. April eröffnet wird und bis 24. April läuft. Ab dem 29. April sind dann 91 Bilder der **besten europäischen Naturfotografen** zu bewundern, die im Wettbewerb prämiert wurden.

Nicht nur den Sieger unter den besten Naturfotografien kann man im Palmengarten sehen. *Foto: Wassermann*

HAUS GIERSCH Museum Regionaler Kunst

Auch wenn es die meisten im Frühling vermutlich nach draußen drängt, haben natürlich auch die Frankfurter Museen wieder ein spannendes Ausstellungsprogramm zusammengestellt. Das **Museum Giersch** etwa zeigt bis 10. Juli Arbeiten des avantgardistischen Malers und Grafikers Willi Baumeister, die dieser - bevor er in die innere Migration gehen musste - 1928 bis 1933 in Frankfurt gefertigt hatte. Außerdem haben die Ausstellungsmacher unter anderem Werke von Fernand Léger, Hans Arp, Oskar Schlemmer und Paul Klee zusammengetragen.

Mit einer Fotoausstellung widmet sich das **Deutsche Filmmuseum** dem Filmzyklus „Heimat 3 – Chronik einer Zeitenwende" von Edgar Reitz. Bernd Weisbrods Fotos ermöglichen bis 1. Mai einen ungewohnten Blick hinter die Kulissen.

Foto: Deutsches Filmmuseum

Im Schiller-Jahr 2005 lädt das **Frankfurter Goethemuseum** vom 17. April bis 31. Juli zur Schau „Situationen für die Menschheit – eine Ausstellung zum 200. Todesjahr Friedrich Schillers" ein. Die **Schirn Kunsthalle** hat gleich mehrere interessante Ausstellungen zu bieten. Eine beschäftigt sich vom 15. April bis 24. Juli mit der Künstlerbewegung der Nazarener. Die deutsch-österreichisch-schweizerische Bruderschaft schloss sich Anfang des 19. Jahrhunderts mit dem Ziel zusammen, mit künstlerischen Mitteln eine christlich geprägte Gesellschaft wiederzubeleben.

„Wunschwelten – Neue Romantik in der Kunst der Gegenwart" ist eine weitere Schau vom 12. Mai bis 28. August betitelt. Sie widmet sich zeitgenössischen Werken, welche die Sehnsucht nach dem Paradiesischen, Schönen, Märchenhaften widerspiegeln. Vertreten sind Malerei, Fotografie, Installationen und Videoarbeiten.

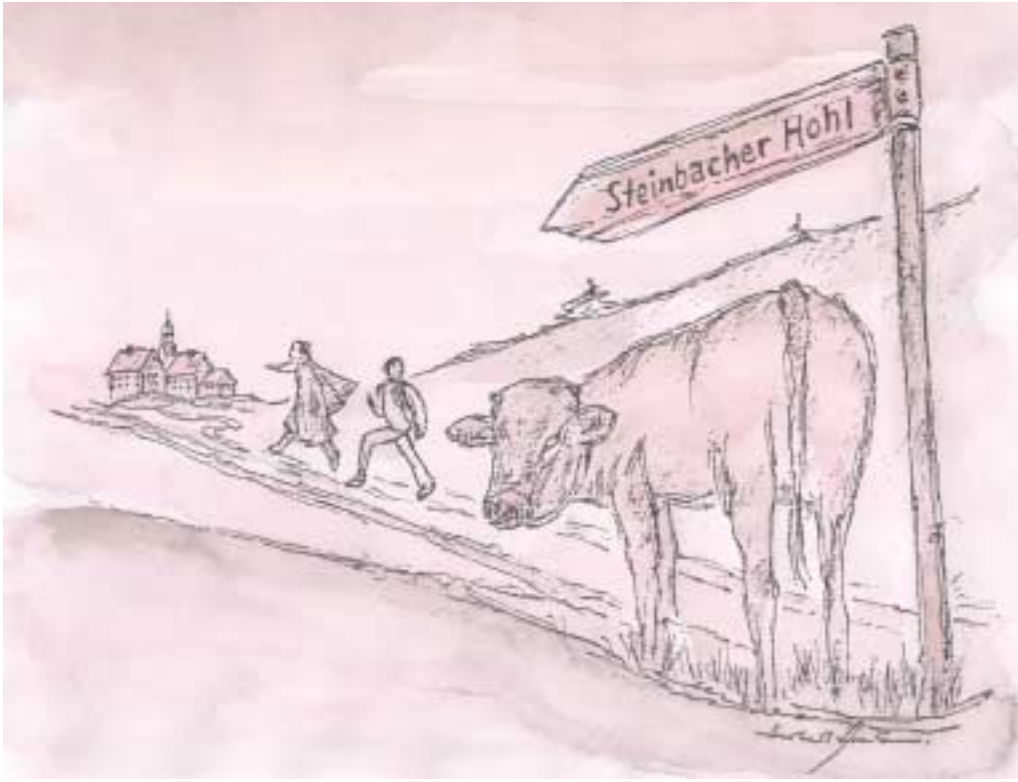
Spitzfindig geht es dagegen im **Historischen Museum** zu. Die Caricatura zeigt unter dem Titel „Tafelspitzen" vom 8. April bis 31. Juli Ernst Kahls komische und satirische Bilder. Mit delikatem Pinselstrich hat der Künstler unter anderem Redensarten rund um's Kulinarische wie „Futtern wie bei Muttern" auf's Korn genommen.

Für alle, die gerne tanzen und die Atmosphäre alter Tanzcafés schätzen, sei schließlich zu guter Letzt die **Caféhaus**-Reihe der Saalbau Bornheim erwähnt. Jutta W. Thomasius wird wie ehedem im Bürgerhaus, Arnsburger Straße 24, ab 16 Uhr durch den Nachmittag mit Live-Musik und Überraschungsgästen führen. Die Termine vor der Sommerpause: 28. April, 19. Mai und 30. Juni (Kartentelefon 15308-320).

Annette Wollenhaupt

Sagenhaftes Frankfurt

Das nasse Kalb von Praunheim



Zeichnung und Foto: Hoffmann

Ganz und gar unscheinbar wäre die Stelle für den Spaziergänger oder Vorüberfahrenden sicher, wäre nicht in der Nähe der Haupteingang zum Nordwestkrankenhaus. Frankfurt-Kenner aber, zumal Belesene, verbinden mit dem Ort eine der zahlreichen Sagen, Geschichten und Anekdoten, die sich um die Mainmetropole ranken. Hat hier nicht einst das nasse Kalb von Praunheim sein Unwesen getrieben?

Herbert Hoffmann wollte es genauer wissen, hat für die SZ im Schatzkästlein gegraben und uns die Geschichte nacherzählt.

„Kumpel, siehst Du das schreckliche Vieh?“

„Erst wenige Jahrzehnte ist es her, da traf der Haingraben, eine alte Römerstraße, auf einen Hohlweg, der von Praunheim nach Steinbach führte. Damals gab es dort nichts als einen Berg aus Lehm, den zwei Ziegeleien abbauten, um daraus Backsteine zu formen und zu brennen. Die Buben und Mädchen gruben in diesem Lehm Burgen, und im Winter diente der Abhang zum Schlitten fahren. Tagsüber herrschte dort munteres Treiben. Es gab noch keine Autos und die muntere Schlittenfahrt ging bis in die Heerstraße hinab.

Sobald die Düsternis kam und die Nacht hereinbrach, wurde es jedoch schlagartig ruhig und die Jugend lief schnurstracks nach Hause. Denn das gefürchtete „nasse Kalb“ begann um diese Zeit sein Unwesen zu treiben. Gesehen hatten es die Kinder nicht, aber die Großeltern wussten davon zu berichten. Bauern und Tagelöhner, die lange in den Kneipen von Steinbach gebechert hatten und zu später Stunde den Heimweg durch die Hohl nach Praunheim antraten oder in umgekehrter Richtung nach Steinbach wollten, wurden auf ihrer einsamen Wanderung von einem muhenden Tier erschreckt.

„Kumpel“, sagte dann einer der Saufkumpane zum anderen: „Kumpel, siehst Du das schreckliche Vieh rechts am Weg, hinter dem Baumstamm?“ „Nein,“ flüsterte der andere Trinkfreudige, aber wenig Trinkfeste. „Nein Kumpel, ich sehe es links, hinter dem düsteren Strauch.“ Beide stützten sich und hielten sich aneinander fest, doch das „nasse Kalb“ machte seinem Namen alle Ehre und warf sie hinterrücks in eine dreckige Pfütze. Jeder der Zecher kam durchnässt und tief verschreckt zu seiner Haustüre. Jeder fand mit zitternder Hand zuerst Hausschlüssel, dann Türschloss. Und jeder sperrte seine Pforte schnell hinter sich zu. Froh, diesen Spuk überstanden zu haben, schwor ein jeder, niemals mehr zu dieser späten Stunde die Hohl zu queren.

Moderne Zeiten

Heute ist die Steinbacher Hohl, wie die Straße geheißen wird, dicht besiedelt. Das Nordwestkrankenhaus erhebt sich vielgeschossig in den Himmel und überragt manche anderen Häuser. Selbst ein heiterer bunter Kindergarten, die „Praunheimer Strolche“, ist an der Hohl eingezogen. Alle können dort sorglos und ohne Angst leben, denn dem „nassen Kalb“ gefällt das moderne Treiben wenig. Es wurde schon lange, lange nicht mehr gesehen und soll in einer ruhigeren Gegend auf späte Zecher warten. Na denn Prost!“

Herbert Hoffmann

Anzeige

Bruchsee Residenz
Der Wohnsitz für Junggebliebene

DRK-Pflegedienst

Info's unter
www.bruchsee-residenz.de

Mietanfragen jederzeit
über unser Service -Telefon
06252.789840

Die Stunde Null

Frieden seit 60 Jahren

Am 29.3.1945 begrüßen Frankfurterinnen und Frankfurter die alliierten Truppen. *Foto: ISG*

Die Bedeutung, die der Befreiung des Konzentrations- und Vernichtungslagers Auschwitz am 27. Januar 1945 für das nahende Ende der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft zukam, legte Prof. Arno Lustiger aus Frankfurt, der Zwangsarbeit und Konzentrationslager überlebte, beim sechzigjährigen Gedenken des Deutschen Bundestags an diesen Tag eindringlich dar. Der Krieg aber war damals noch nicht zu Ende. Dresden wurde am 13. Februar zerstört. Wiesbaden erlebte noch schwere Angriffe. Auch Frankfurt, dessen Substanz schon im Jahr zuvor vernichtet worden war, fürchtete noch Angriffe. Doch schließlich kam schon Ende März 1945, knapp sechs Wochen vor Deutschlands Kapitulation, für Frankfurt die „Stunde Null".

US-Soldaten am Baseler Platz. *Foto: ISG*

Am 17. März 1945 hatte General Dwight D. Eisenhower in einem Flugblatt Frankfurt wegen der Kriegsindustrie zur „Todeszone", zu einer Zone erbarmungslosen Bombardements, erklärt, aus der sich die Bevölkerung in Sicherheit bringen sollte. Dementsprechend panisch reagierte die militärische und politische Führung. Die Stadtverwaltung sollte nach Schlitz verlegt werden. Angesichts der sich nähernden amerikanischen Truppen erging der Befehl, niemand dürfe die Stadt verlassen, einen Tag später, am 24. März 1945, sofort die Stadt zu räumen. Die Menschen waren unsicher. Manche packten Koffer und machten sich auf den Weg. Doch die meisten ließen sich nicht einschüchtern. Es gab viele Besonnene, denen es zu danken ist, dass die Stadt bei der Besetzung von schwerstem Unheil verschont blieb.

Erwartung voll banger Unruhe

Ilse Pohl, die in der Böcklinstraße in Sachsenhausen das Kriegsende erlebte, schreibt („Und jeder Tag will gelebt sein", Egelsbach: Fouqué, 1998, S. 59): „Der Sonntag, der 25. März, war in seiner Stimmung merkwürdig. Es war ein einzig schöner, warmer Sonnentag, von ganz besonderer Ruhe erfüllt. Wir saßen auf dem Balkon, es war so friedlich – und doch spürte man ein Vibrieren, eine Spannung, Erwartung voll banger Unruhe."

In der Nacht vom 25. auf 26. März 1945 wurden die Brücken über den Main gesprengt. Es gab keinen elektrischen Strom mehr. Metzgereien, die noch geöffnet hatten, verkauften ihre restlichen Fleischbestände, die sonst verdorben wären. Am Nachmittag des 26. März rückten amerikanische Truppen in Sachsenhausen ein und requirierten – oft allerdings leerstehende – Häuser als Unterkunft. Um 17 Uhr überquerten sie auf der nur

unvollständig gesprengten Wilhelmsbrücke (heute Friedensbrücke) den Main und besetzten als erstes Häuser in der Scharnhorststraße (Baseler Straße). Langsam drangen sie, ohne auf nennenswerten Widerstand zu stoßen, über den Hauptbahnhof und die Anlagen in die Stadt vor.

Am 28. März 1945 notierte Ilse Pohl: „Während ich an meinem Schreibtisch sitze und schreibe, ist die Straße mit Lärm erfüllt. Mit Motorenlärm. Panzerspähwagen und sogar ein Geschütz sind aufgefahren. Ab und zu gibt ein Lautsprecher kurze englische Meldungen an die Soldaten, die überall herumstehen. Amerikaner! Irgendwo in der Nähe steht ein schweres Geschütz, die Erde bebt, wenn es seine Ladung abfeuert. Manchmal schießt auch die Flak von drüben, von der anderen Mainseite."

Am 29. März gegen 16 Uhr verkündete der amerikanische Sender die Einnahme von Frankfurt. Eine Stunde später konstituierte sich unter Oberst Criswell die Militärregierung. Für Frankfurt war damit der Krieg zu Ende. Die Amerikaner versuchten unverzüglich die Zivilverwaltung wieder in Gang zu bringen. Sie bestimmten zunächst H. W. Lumme, den Direktor der Metallgesellschaft, zum Bürgermeister, einen Tag später den ehemaligen Chefredakteur Wilhelm Hollbach; drei Monate danach wurde Kurt Blaum Bürgermeister. Auch ein Bürgerrat wurde gebildet.

Neues Leben in Trümmern

Neues Leben gewann Konturen, wenn auch zaghaft und mühsam angesichts der Trümmer, der Schrecken und des Leids, der Ungewissheit und unter amerikanischer Aufsicht. Lebensmittel waren weiterhin rationiert, die Verbindung zwischen Frankfurt und Sachsenhausen unterbrochen – ab 6. April gab es unter Polizeiaufsicht eine Fährverbindung. Viele Häuser und Wohnungen wurden von den Amerikanern beschlagnahmt, die rund um das Hauptquartier ihrer Streitkräfte im IG-Farben-Hochhaus ein Sperrgebiet errichteten. Am 21. April erschien wieder eine Zeitung, die „Frankfurter Presse". Sie berichtete von der letzten Phase des Kampfes um Berlin und schließlich vom Ende des Kriegs.

Alltag an der zerstörten Hauptwache

Eine Ausstellung des Instituts für Stadtgeschichte und der Freunde Frankfurts im Haus Schellgasse 8 erinnert anhand von Fotografien und anderen Dokumenten an das Kriegsende. Sie ist geöffnet bis 24. April dienstags bis sonntags 13 bis 17 Uhr.

Hans-Otto Schembs

Anzeige

...auf alles, was noch kommt.

Mit der 1822-PrivatVorsorge lässt sich fast alles realisieren.
Ganz einfach – mit Frankfurts größter Bank.

www.fraspa1822.de oder 1822-ServiceLine **(0 69) 24 1822 24**

1822

Künstler der Worte

Richard Kirn wäre am 9. April 100 geworden

Spaziergänger durch Frankfurt: Richard Kirn. *Foto: Societätsverlag*

Gedenken wir eines Mannes, dem Frankfurt viel verdankt: Er ermunterte vom Nationalsozialismus mundtot gemachte Menschen in der zerbombten Stadt, wieder mutig, engagiert und kritisch zu werden. Er begleitete ihren oft mühseligen Weg aus Trümmerfeldern bis zur Mainmetropole und Medienstadt. Er war - als Lokalchef, Feuilletonist, Sportberichterstatter und zuletzt Teil der Chefredaktion - mit seinem bescheidenen Kürzel „ r.k.“ Markenzeichen und Gütesiegel der aus dem alten „Generalanzeiger“ bereits im April 1946 entwickelten „Frankfurter Neuen Presse“.

Als begnadeten Journalisten achteten ihn Mächtige und Übermächtige. Den hageren zeitungslesend, doch mit wachem Blick!, fast täglich von der Guiollettstraße aus durch Frankfurt Streifenden liebte Otto Normalbürger wie der ihm verwandte „Sonderling“. Man kannte sein eigenwilliges, unverwechselbares Gesicht: mit hoher Stirn, großen Ohren, kräftiger Nase und hellwachen Augen aus persönlichen Begegnungen, Fotos oder Zeichnungen von Künstlern wie Adolf Kammermeier, Erich Dittmann oder Ferry Ahrlé. Sein Name? Richard Kirn!

„Über wirklich alles“

Zur „Frankfurter Institution“ wurde der 1934 aus seiner Geburtstadt Worms Zugereiste schon, als er 1958 in einer Laienaufführung die Rolle des Tellsknaben übernahm: um den Wiederaufbau der Städtischen Bühnen anzuschieben. Damals war aus dem „Eingeplackten“ längst ein bekennender Frankfurter geworden. Damals hatte er, der zunächst als freier Mitarbeiter beim Wormser Verleger Dr. Julius Haller „über wirklich alles“ schrieb (zum Vergnügen der Leser, doch nicht dem der Nazis), ein turbulentes Volontariat und das Rekrutieren der ersten „FNP-Lokalredaktion“ bereits hinter sich. Auf Gefangennahme, Schreibverbot und Arbeitslosigkeit, von den Nazis bewirkt, blickte er nur noch selten zurück. Hatte er doch das Kriegsende in Frankfurt, beim „Frankfurter Anzeiger“, einigermaßen unversehrt als freier Mitarbeiter überlebt.

Die Legende Kirn hat mehr Gründe, als man aufzählen kann. Da wären seine meisterhaften „Tagebuch“- Notizen, auf die man täglich wartete. Da gibt es die von ihm 1949/50 initiierte „LEBERECHT- Aktion“, (heute „LEBERECHT- Stiftung“): Armen und kranken Menschen, ob in Frankfurt geboren oder mit Flüchtlingszügen hierher gelangt, wollte er helfen. Behinderte Kinder und Jugendliche kamen später dazu. Assistiert von der temperamentvollen Lokal- und Polizeireporterin Madlen Lorei, einem echten Frankfurter Gewächs, bescherte er zu Weihnachten 1950 erstmals mehreren Hundert kinderreichen Familien.

Da wäre auch die „LEBERECHT-Spalte“ der FNP. In der er schrieb - oder schreiben ließ - was Menschen im Getriebe des städtischen Alltags bedrückte und befremdete. Da sind zudem wichtige Bücher, den „Goldenen“ und „Wilden“ Jahren Frankfurts gewidmet, die in Zusammenarbeit mit Madlen Lorei entstanden; für sie fand er - neben all der unermüdlichen Redaktionsarbeit - ebenso Zeit, wie für Kurzgeschichten, die er Reisenden der Deutschen Bundesbahn zu lesen gab.

Da wären auch Tausende von Sportfeuilletons, sein „liebstes Hobby“. Kein Wunder, dass andere Legenden

wie Sepp Herberger und Harry Valerien 1970 persönlich an den Main kamen, um dem international bekannten Sportjournalisten und Kollegen Kirn zum 65. Geburtstag zu gratulieren.

Als wohlverdientes posthumes Dankeschön ehrte die Stadt ihren Bürger, der am 29. Dezember 1979 starb, auf dem Südfriedhof mit einem Ehrengrab. Die Ehrenplakette und das Bundesverdienstkreuz hatte Kirn gottlob schon zu Lebzeiten erhalten. Genau wie die vom heimatverbundenen Frankfurter Juwelier Johannes Lueg gestiftete Silberne Stoltze-Büste, die „Freunde Frankfurts"-Vorsitzender Freiherr Johann Philipp von Bethmann ihm 1978 überreichte. Jedoch auf eine Straße, die seinen Namen trägt, warten wir noch!

Mit journalistischem Florett

Vom Krankenbett aus hatte „r.k.", wenige Tage vor seinem Tod, die letzten drei „Tagebuch"- Notizen in die Redaktion geschickt. Das war selbstverständlich für ihn, den Engagierten und Fleißigen. Einem journalistischem Nachwuchs, den er „für gut" befand, war Kirn strenger Lehrer und liebevoller Zuchtmeister. Selten hörte man Lob von ihm. Kleidete er's in anerkennende Worte, wog es zehnfach! Schludrigkeit oder Faulheit gingen ihm jedoch gegen den Strich. Weshalb sogar mal eine Schreibmaschine durchs geschlossene Fenster seines Büros auf die Schillerstraße flog! In Wallung konnten ihn, der für die Sorgen der kleinen Leute stets ein offenes Ohr hatte, vor allem Behördenwillkür oder Ungerechtigkeit bringen. Dann wurde aus dem journalistischen Florett, mit dem er „arme Sünder" attackierte, zuweilen der blanke Säbel. Zoo und Palmengarten bekamen ihn unter anderem zu spüren.

Von seiner Familie - Frau Erna, Sohn Thomas und Tochter Elka - hat sich Richard Kirn, der Rastlose, verstanden gefühlt. Sie ließ ihm die Freiheit, zu suchen und zu finden, verübelte ihm das Raisonnieren nicht. Und so bleibt er uns in Erinnerung: Als ein

Für die „kleinen Leute" hatte Richard Kirn ein offenes Ohr. Foto: PIA

Mann, dem die Arbeit, das Schreiben, über alles ging. Eine Arbeit, der er mit Herz und Hirn nachging: Zum Wohle der Bürger und einer Stadt, die die seine wurde. *Jutta Thomasius*

Anzeigen

Wohnen mitten im Wald.
Altenwohnanlage der
Luisa Haeuser-Frauenstiftung.
Am Roten Graben 7 - 11

Drei sehr gepflegte Häuser, mitten im Wald gelegen, mit insgesamt 161 Wohnungen in Frankfurt am Main, Nähe Hessen-Center (Bushaltestelle vor dem Haus).

Folgende Wohnungen können wir Ihnen zurzeit anbieten:

1-Zimmer-Wohnungen, 37 m² Grundmiete 265,– €
1½-Zimmer-Wohnungen, 43 – 47 m² Grundmiete 317,– €

Die Wohnungen sind alle mit Hausnotruf ausgestattet, neu renoviert, Bad/Duschwanne, großer Balkon (mit Blick zum Park oder in den Wald), Zentralhei- zung, elektrischer Türöffner mit Gegensprechanlage, Sat-TV und Telefonanschluss, Abstellraum auf der Etage. Lebensmittel- und Getränkeladen, Cafeteria.

Kontaktaufnahme: Herr Jahn
Luisa-Haeuser-Frauenstiftung
Telefon 42 69 08 31;
Telefon wird weitergeschaltet

Sprechstunde: Montag und Donnerstag,
10.00 Uhr – 12.00 Uhr

Der Ton macht die Musik.

Behindertengerecht ausgestattete Fahrzeuge sind das Eine. Kompetente Fahrer mit einem Tick mehr Freundlichkeit, Wärme und Herzlichkeit das Andere. Damit Sie nicht nur sicher ankommen, sondern sich auch gut dabei fühlen - rund um die Uhr und auch am Wochenende.

FRATERNITÄT
Behinderten-Selbsthilfe eV
Fahrdienst

T 069·54 70 15 und **54 10 07**
F 069·54 10 09
fahrdienst@fraternitaetbsh.de

Ein guter Kauf

600 Jahre Römer

Seit seiner Fassadenrenovierung erstrahlt der Römer in frischer Farbe. *Foto: FKK, Christ*

„Das Rathaus oder der Römer", schreibt ein namentlich unbekannter Reisender 1795, „das die vorzüglichste Zierde einer freyen Reichsstadt und zumal einer Krönungsstadt seyn sollte, ist eines der schlechtesten Gebäude." Auch der Hamburger Journalist Eduard Beurmann war 1832 vom Römer in Frankfurt enttäuscht. Er hatte ein „römisch-stolzes Gebäude" erwartet und sah dann ein gar bescheidenes, würdeloses Gebäude. 600 Jahre ist jetzt der „Römer", das größte der Häuser mit den markanten gotischen Treppengiebeln, im Besitz der Stadt und ein Teil des Rathauses. Ja, sein Name steht für das Rathaus insgesamt, für das Zentrum der städtischen Verwaltung und Politik, ebenso wie für die Jahrhundete lange Geschichte der Stadt.

Schon 1329 hatte Kaiser Ludwig der Bayer den Bau eines neuen Rathauses gestattet, das ein erstes, 1288 überliefertes Rathaus bei der Bartholomäusstiftskirche (Dom) ersetzen sollte. Finanzielle Belastungen verzögerten den Bau. Doch Frankfurts wachsendem Ansehen, das sich in einer zweiten Messe seit 1330, in der Stadterweiterung seit 1333 und vor allem in Kaiser Karls IV. Goldener Bulle von 1356, die Frankfurt zum Ort der Königswahl bestimmte, widerspiegelte, genügte das alte Rathaus nicht. Schließlich war es dem neuen Domturm im Wege, dessen Bau 1415 begann.

Von Heinz und Konz

Frankfurt baute sich kein neues Rathaus, sondern erwarb zwei bereits 1322 erstmals erwähnte Bürgerhäuser: am 11. März 1405 von den Brüdern Konz und Heinz zum Römer, genannt Kolner, sowie Drude, der Tochter des genannten Heinz, das Haus „zum Römer" und das rückwärtig angrenzende Haus „zum Goldenen Schwan" für 600 Gulden und eine jährliche Leibrente von 40 Gulden. Der Römer, der seinen Namen vom Vermieten an römische Kaufleute trug, war günstig gelegen: an der Westseite eines zentralen großen Platzes, des Römerbergs, über den der Handelsverkehr vom nahen Hafen am Main durchs Fahrtor in die Stadt führte.

Der Römer im 19. Jahrhundert.
Quelle: ISG/Mylius

Multifunktional und fast schmucklos

Da die erworbenen Häuser mehrere Funktionen erfüllen, Sitz der Stadtverwaltung, Stätte für Reichstag und Königswahl und zur Messezeit Kaufhaus sein sollten, wurden sie unverzüglich radikal umgebaut. Im Erdgeschoss entstanden die heute noch bestehenden Römerhalle und Schwanenhalle mit ihren gotischen Gewölben. An diesen war der Baumeister Friedrich Königshofen gescheitert, denn sie stürzten zum Teil ein, so dass die Maurer Wigel Sparre und Claus Mengoz sie 1406 vollendeten.

Im ersten Stock wurde ein Festsaal eingebaut. Dieser „große Römersaal" erhielt vor der Wahl des Kaisers Matthias 1612 eine gewölbte verzierte Holzdecke und diente fortan als Stätte des Krönungsmahls, denn Frankfurt war inzwischen faktisch Krönungsstadt geworden. Seitdem trägt er den Namen „Kaisersaal". Für die

Archtektonische Kleinode in den Innenhöfen. Foto: FKK, Hoffmann

Krönung 1711 stattete Konrad Unsinn die gotischen Blendbögen mit Porträts der Herrscher aus. Mitte des 19. Jahrhunderts, längst war das alte Reich untergegangen, wurden sie auf Anregung des Städeldirektors Philipp Veit durch die uns so vertrauten 52 Gemälde ersetzt. Die ehemalige Ratsstube diente den Kurfürsten als Beratungszimmer und erhielt 1732-35 eine glanzvolle Ausgestaltung. Sie ist heute im Foyer vor dem Kaisersaal aufgegangen. Für Wahl und Krönung 1741 wurde ins benachbarte Haus Löwenstein eine Prunktreppe eingebaut, deren Portal sich in der Römerhalle erhalten hat.

Im Verlauf von 450 Jahren kamen zu den beiden 1405 erworbenen Häusern noch neun Häuser hinzu, darunter das Alte Salzhaus mit seiner schönen holzgeschnitzten Fassade und als letztes 1878 Haus Laderam oder Alten-Limpurg, das die Fünfgiebelfront komplettierte. Die Fassade des Römers war – dies mag die eingangs zitierten kritischen Bemerkungen rechtfertigen – schmucklos, sieht man von einer Laterne (1441), einer Uhr (1454) und einem Glockentürmchen (1702) sowie den hölzernen Dächern (Schoppen) über den Portalen ab.

Dieses Rathausensemble genügte Ende des 19. Jahrhunderts Frankfurts Aufstieg zur Großstadt nicht. Zunächst wurde 1896/97 die Giebelfront nach den abgespeckten Plänen des Limburger Dombaumeisters Max Meckel umgebaut, so dass sie die allen bekannte Gestalt mit dem Balkon, den Kaiserfiguren und den Wappen erhielt. 1900-1908 entstand im Westen angrenzend der große Rathauskomplex unter anderem mit dem Bürgersaalbau, der Plenarsaal und Magistratssitzungssaal enthält. Die Architekten Franz von Hoven und Ludwig Neher hatten Materialien der Altstadt (Sandstein, Basalt) und deren Stilformen sowie in ca. 500 Skulpturen Motive aufgegriffen.

Wiederaufbau nach dem Krieg

1951/52 wurde mit Ausnahme der Obergeschosse von Altem Salzhaus und Haus Frauenstein und verschiedenen Vereinfachungen das Ensemble im Äußeren wiederaufgebaut. Vom erneuerten Kaisersaal abgesehen, überdauerte als Repräsentationsraum nur der Ratskeller mit seinem Vorraum, dem Kapellchen, Krieg und Modernisierung. Er wird jetzt wieder der Öffentlichkeit zugänglich gemacht, so dass wir die Ausmalung durch Joseph Correggio und Theodor Braun bewundern können.

Die Doppelausstellung „Der Römer - mehr als ein Rathaus" zeigt noch bis 16. Mai viele Prunkstücke aus alter und neuer Zeit des Römers (Historisches Museum, Römerberg). Im Karmeliterkloster (Münzgasse 9) sind zeitgleich historische Dokumente, darunter der Kaufvertrag, zu sehen.

Hans-Otto Schembs

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Die Rathaus-Bauten vom Beginn des 20. Jahrhunderts werden im Westen von zwei Türmen begrenzt. Der kleinere bildet das ehemalige Salmensteinsche Haus nach, der größere den Sachsenhäuser Brückenturm. Beim Wiederaufbau erhielten beide Türme ihre charakteristischen Dachaufbauten nicht wieder. Wie heißt im Volksmund der größere dieser beiden Türme? Ein Tipp: Er ist benannt nach dem ehemaligen Frankfurter OB, in dessen Amtszeit die Erweiterungsbauten des Rathauses erstellt wurden.

Wer die Antwort kennt, schickt sie bis zum 15. Mai an die Redaktion der SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt (oder per E-mail: info.senioren-zeitschrift @stadt-frankfurt.de). Zehn Gewinner können sich auf eine amüsante und interessante Führung rund um Römer, Dom und Altstadt freuen: In historischem Kostüm plaudert die „Zwiwwelels" über Marktgeschehen und das tägliche Leben in den Gassen. Die Führung findet in Kooperation mit der Kulturothek Frankfurt statt, geplanter Termin ist der 1. Juni, ab 14 Uhr.

Auflösung aus der letzten Ausgabe:

.. wie gewohnt in den Worten Herbert Hoffmanns:

Altstadt-Osten, Ordensbau –
tja, wie mache ich mich schlau?
Geh' ich hin und such' vor Ort,
frage manche Menschen dort:
„Suche Kloster mit Kapelle
oder Ähnliches in Schnelle!"
Einer tut als ob er's wüsst:
„Dass dies unser DOMKLO ist
was Sie suchen auf mein Wort,
DOMINIKANER leben dort."

Gewonnen haben diesmal: Marita Godtmann, Renate Granqvist, Waltraud Grob, Gisela Jesch, Helmut Kaiser, Nicole Marly, Ingrid Mauritz, Wilhelm Müller, Elfriede Schmidt und Gerold Stadler.
Herzlichen Glückwunsch!

„Frankfort ist die Geburtsstadt Goethes, dessentwege is vor's Schillermonument mehr Geld eigange", schrieb Friedrich Stoltze in der Frankfurter Latern vom 8. September 1864. In der Tat hatten sich die Frankfurter zum Beispiel mit einem – schließlich doch 1844 eingeweihten – Goethedenkmal schwer getan. Schillers 100. Geburtstag 1859 dagegen wurde begeistert gefeiert und wirkte nachhaltig. Spenden der Bürger ermöglichten fünf Jahre später die Fertigstellung des Denkmals, worauf sich Stoltzes Urteil bezieht. Zum Gedenken an Schillers Todestag vor 200 Jahren, am 9. Mai 1805, wollen wir einigen Spuren dieses neben Goethe anderen „Klassikers" in Frankfurt folgen.

Vor moderner Kulisse - das Schillerdenkmal. *Foto: Rüffer*

„Kämpfer der Gegenwart und Prophet der Zukunft"

Auf den Spuren Friedrich Schillers in Frankfurt. Zum 200. Todestag

Flüchtling in Frankfurt

Durch herzogliches Verbot nichtmedizinischer Schriftstellerei eingeengt, floh der aus Marbach am Neckar stammende Regimentsmedikus Friedrich Schiller in der Nacht vom 22. auf 23. September 1782 mit seinem Freund, dem Musiker Streicher, aus Stuttgart zunächst nach Mannheim. Dort war im Jahr zuvor sein Theaterstück „Die Räuber" heimlich aufgeführt worden. „Leer in Börse und Hoffnung" machten sich die beiden über Darmstadt nach Frankfurt auf. Schon hatten sie den Stadtwald erreicht, da sank Schiller erschöpft nieder. Nach einigen Stunden Schlaf hatte er neue Kräfte gesammelt. Zur Erinnerung an die Rast wurde 1860 einige Schritte waldeinwärts von der Darmstädter Landstraße, bevor sie Frankfurter Stadtgebiet verlässt, die „Schillerruhe" angelegt, zum 200. Geburtstag dort ein Gedenkstein aufgestellt.

Aus Sparsamkeitsgründen, aber auch aus Vorsicht und unter falschen Namen, logierten Schiller (alias Dr. Ritter) und Streicher vom 5. bis 11. Oktober 1782 im einfachen Gasthof „Zum Storch" in Sachsenhausen – und nicht, wie mündlich überliefert, im Gasthaus „Zu den drei Rindern". Am andern Tag hob sich Schillers Stimmung, als er in Buchhandlungen seinen Namen rühmen hörte. Doch das abschlägig beschiedene Bittgesuch nach Mannheim wie der Stolz, der Reichtum und die Hektik Frankfurts deprimierten Schiller. Er ging nach Bauerbach in Thüringen, bis der Herzog auf jede Verfolgung verzichtete. Auf der Rückreise nach Stuttgart verbrachte Schiller einen Tag in Frankfurt (26.7.1783).

Anfang Mai 1784 kam Schiller ein drittes Mal nach Frankfurt – jetzt aber schon als berühmter Dichter. Er sah sich die Wiederholungsvorstellung seines am 13. April 1784 im knapp zwei Jahre zuvor eröffneten Frankfurter Comödienhaus (ehemals an der Nordseite des heutigen Rathenauplatzes) uraufgeführten bürgerlichen Trauerspiels „Kabale und Liebe" an und wurde von den Frankfurtern begeistert gefeiert. „Alles verlangt dar-

Die Schillerstraße ist eines der Zeugnisse von Frankfurts Verbundenheit mit dem Dichter. *Foto: FKK, Hoffmann*

auf und es wird sehr voll werden“, schrieb Catharina Elisabeth Goethe zuvor.

Einheit, Freiheit, Brüderlichkeit

Die Schillerfeier 1859, gerade zehn Jahre nach der gescheiterten Nationalversammlung, war eine Demonstration der Einheit des Vaterlandes, der Gedankenfreiheit und Brüderlichkeit – Begriffe, deren Dichter Schiller war. Am 10. November 1859 zog ein dreistündiger Festzug durch die Stadt. An der Hauptwache war ein Triumphbogen aufgestellt. Über dem Gerechtigkeitsbrunnen auf dem Römerberg erhob sich das Gipsmodell des vom Städellehrer Johannes Dielmann entworfenen Schillerdenkmals. Man feierte den Weltbürger Schiller, der in seinen Dramen dem deutschen Volk vorbildhaft den Weg gewiesen habe, den „Kämpfer der Gegenwart und Prophet der Zukunft“. Das Denkmal wurde 1864 an der Hauptwache auf dem Paradeplatz, der künftig Schillerplatz hieß, aufgestellt, 1938 kam es zu Goethe auf den Goetheplatz, heute steht es in der Taunusanlage. Die Straße zur neuen Börse (und weiter zum Eschenheimer Turm) erhielt 1878 den Namen Schillerstraße.

Eine Eiche für den Dichter

Zum 100. Geburtstag Schillers wurde zudem in der Friedberger Anlage eine Eiche gepflanzt und eine Gedenkplatte enthüllt. Lange ruhte diese verborgen im Gebüsch, bis sie Ruth Schwarz wiederentdeckte. Jetzt wurde die Inschrift dank der Freunde Frankfurts erneuert. Und noch etwas Bedeutendes bewirkte die Schillerfeier 1859, mit dem sich der Kreis zu Goethe schließt. Schiller hatte seine Nähe gesucht und schließlich seine Freundschaft gefunden. Seit 1799 lebte Schiller in Weimar, wo auch seine großen Dramen „Wallenstein“, „Maria Stuart“, „Die Braut von Messina“ und „Wilhelm Tell“ glanzvoll uraufgeführt wurden. 1859 schlossen sich in Frankfurt auf Initiative Otto Volgers Gelehrte und Bürger zusammen und gründeten eine Akademie zur Pflege der Wissenschaften und Künste mit dem programmatischen Namen „Freies deutsches Hochstift“, in dessen Obhut sich nun Goethe-Haus und Goethe-Museum befinden.

Frisch renoviert ist Schillers Gedenkstein. *Foto: Rüffer*

Hans-Otto Schembs

Anzeigen

Caritas Einrichtungen gGmbH
BURKARDUS WOHNPARK
Kapellenstraße 24
97688 Bad Kissingen
SERVICEWOHNEN FÜR SENIOREN

Individuelles Wohnen in einer herzlichen Umgebung. Appartements zwischen 37 und 85 m² mit modernen Standards. Wir bieten zusätzliche Leistungen der ambulanten und vollstationären Pflege bzw. Kurzzeitpflege. Überzeugen Sie sich von unserem Konzept.

Infos unter 09 71/72 37-0
www.burkardus-wohnpark.de
Email: kontakt@burkardus-wohnpark.de

Dienstleistung, Aktivierung, Förderung und Tatkraft am gesunden, kranken und behinderten Menschen in allen Lebenssituationen

Pflege mit Herz

Was wir für Sie tun können:
- Grundpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Behandlungspflegen
- Pflegeeinsätze und Pflegeberatung
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln

Unser Wirkungskreis:
Berkersheim
Bonames
Bornheim
Eschersheim
Harheim
Nieder-Erlenbach
Nieder-Eschbach
Nordweststadt
Preungesheim

Selbstverständlich erledigen wir für Sie auch Sonderwünsche. Sprechen Sie uns an!

Wir sind 24 Stunden für Sie da!
Telefon: 01 71 - 42 89 169

D·A·F·T
Ambulanter Pflegedienst Stankovic

Neueröffnung
DAFT-ZENTRUM für Alt & Jung
Lindleystraße 22-25
60314 Frankfurt

Wir sind für Sie da,
wenn Sie auch weiterhin selbstbestimmt in Ihrer häuslichen Umgebung leben möchten.

Ambulante Hilfen für pflegebedürftige und behinderte Menschen jeden Alters

KOMM
AMBULANTE
DIENSTE E.V.

Verein für Alten- und Behindertenhilfe

Sie stehen mit Ihren Bedürfnissen im Mittelpunkt unserer Arbeit.
Zusammen mit Ihnen erarbeiten wir die optimale Pflege und Betreuung.
Sie erhalten eine individuelle, umfassende und kostenlose Beratung.

Wir kommen zu Ihnen bis spät in der Nacht und morgens früh.
Für Sie sind wir Nachtschwärmer
aber trotzdem keine Morgenmuffel!

Wir verfügen auch über langjährige Erfahrung in der Versorgung demenziell erkrankter Menschen.

Zu unserem Einzugsgebiet zählen alle nordwestlichen Frankfurter Stadtteile.
Wir arbeiten nach Kostenvereinbarungen der Pflegekasse, der Krankenkassen und der Stadt Frankfurt am Main, sowie sonstiger Kostenträger.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern - Ansprechpartnerin Frau Krusemark: **069 / 95 14 75 0**

KOMM Ambulante Dienste e.V. ~ Am Eisernen Schlag 27-29 ~ 60431 Frankfurt-Ginnheim

Senioren-Wohnanlage und Pflegeheim

In meinem neuen Zuhause bekomme ich eine qualifizierte Pflege, eine kompetente von Empathie getragene Betreuung in einem **modernen und hervorragend ausgestatteten Pflegeheim.**
Die Stiftung hat sich einer fördernden Pflege und Betreuung verpflichtet, welche sich aus dem Respekt vor dem jeweils individuell bewältigten Lebensweg speist. In unserem Pflegeheim stehen 1- und 2-Bett-Zimmer für die Pflege zur Verfügung.
In der geschlossenen Wohnanlage können Sie als MieterIn, mit einem hohen Maß an individueller Gestaltung des Alltags jederzeit Zugriff auf pflegerische, hauswirtschaftliche und betreuende Hilfestellung nehmen.
Hier kann ich mich auf das Wesentliche für die Gestaltung meines Alltags konzentrieren. Nehmen Sie die **Budge-Stiftung** in ihrer Kompetenz für Pflege und Betreuung in Anspruch.

Hier fühle ich mich geborgen.

HENRY UND EMMA
BUDGE
STIFTUNG

DIE BUDGE-STIFTUNG WURDE 1920 GEGRÜNDET. DAS EINMALIGE STIFTUNGSKONZEPT BESTIMMT, CHRISTLICHE UND JÜDISCHE BEWOHNER IN EINEM HAUS ZU BETREUEN.

H.+E.
BUDGE-STIFTUNG
Wilhelmshöher
Straße 279
60389 Frankfurt/M
Telefon
0 69 / 4 78 71-0
Fax
0 69 / 47 71 64
www.
BUDGE STIFTUNG.de
e-mail:
info@BUDGE-
STIFTUNG.de

MITGLIED IM PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTS-VERBAND HESSEN

Ein Experte auf Reisen

Als „Senior Experte“ fördert Jörg Heyer junge Musiker in Lateinamerika

Jörg Heyer mit argentinischem Musik-Nachwuchs. *Foto: SES*

Zur Welt kam Jörg Heyer 1940 in Wuppertal. Er war sechs, als er das Geigenspiel für sich entdeckte. Die Nachkriegszeit war düster. „Ich habe mich über all die Jahre mit meiner Geige hinweggerettet, mich ins Geigenspiel verkrochen“, sagt Jörg Heyer heute, mit vielen Jahrzehnten Abstand.

Seine Mutter war „stinksauer“ als er offenbarte, Musiker werden zu wollen. Sie wollte einen Chemiker, der gemeinsam mit einem der Brüder die Futterstoffweberei des Vaters übernehmen sollte. Doch Jörg Heyer setzte sich durch, studierte an der renommierten Folkwang-Schule in Essen. „Später war sie sehr stolz, wenn sie Post von mir bekam. Aus Japan oder Amerika“. Lange Jahre war er Mitglied des Radio-Sinfonie-Orchesters, arbeitete in diversen Ensembles, machte viel Kammermusik, leitete die Musikschule Bad Vilbel.

1977 kam der Ruf an die Frankfurter Hochschule für Musik und Darstellende Künste. Seitdem ist Jörg Heyer als Dozent und Leiter einer Bratschenklasse tätig. Auch heute noch mit 65 Jahren. Nebenbei unterrichtet er an anderen Musikschulen und -Hochschulen, wirkt mit beim Schleswig-Holstein-Musikfestival, nimmt Probevorspiele junger Musiker ab, die beim großen Internationalen Jugendorchester mit dabei sein wollen. Was die Probevorspiele betrifft, entschied er sich für Lateinamerika. Über seine Frau Ingrid Zur hatte er bereits einen Draht zum Kontinent. Sie wurde in Argentinien geboren, die jüdischen Eltern mussten vor den Nazis fliehen. Die enge Zusammenarbeit mit seiner Lebensgefährtin ist Normalität. Häufig führt er Seite an Seite mit der 15 Jahre jüngeren Bratschistin und Hochschuldozentin Seminare durch.

„Die Unsicherheit der jungen lateinamerikanischen Musiker im Vorfeld der Probevorspiele war groß“, erinnert sich Heyer, „man fragte uns schließlich, ob wir nicht ein Training anbieten könnten“. Premiere war 2002 in Buenos Aires. „Argentinien hat eine sehr hohe Kultur, allerdings sind viele gute Musiklehrer aus wirtschaftlichen oder politischen Gründen weg gegangen“, erzählt Jörg Heyer.

„Es ist ein gutes Gefühl, etwas von all dem zurückzugeben“

Jene mehrmonatigen Aufenthalte in Lateinamerika, die dem ersten folgten, fanden bereits unter Regie des in Bonn beheimateten Senior Experten-Service statt, der ehrenamtlich wirkende Fachleute im Seniorenalter weltweit in ganz unterschiedliche Bereiche vermittelt. „Hilfe zur Selbsthilfe“ hat der Senior Experten-Service zu seinem Grundprinzip gemacht. Jörg Heyer, der von einem Kollegen auf den SES hingewiesen worden war, sprach dies sehr an. Dass er sich ehrenamtlich engagiert, ist für den Hochschullehrer eine Selbstverständlichkeit: „Wir leben heute in einer derart privilegierten Situation, dass es ein gutes Gefühl ist, etwas von all dem zurück zu geben!“

24 junge Musiker betreut das Paar. „Wir kommunizieren über das Internet, kopieren Noten, hören uns die Aufnahmen der jungen Musiker an und besprechen sie mit Kollegen“. Viele Nachwuchsmusiker in Lateinamerika seien arm, ihre Instrumente in einem erbarmungswürdigen Zustand. Um sie über das Training hinaus zu unterstützen, ihnen Auslandsstipendien zu ermöglichen, will das Paar eine Stiftung in Buenos Aires wieder aufleben lassen. Die Wissbegier der jungen Lateinamerikaner sei „beeindruckend“, auch „ihre tiefe Dankbarkeit“. Jörg Heyer kann sich an jene Eltern erinnern, die sich einen ganzen Tag lang in den Bus gesetzt hatten, um aus dem Landesinneren nach Buenos Aires zu kommen und dem engagierten Musikerpaar Töpfereien und Süßigkeiten ihrer Heimat als Dankeschön mitzubringen. Die schönste Entlohnung jedoch sei, mitzuerleben, wie die jungen Musiker selbstbewusst ihre Wege gingen und Karriere machten.

Ob die Erlebnisse in Lateinamerika ihn geprägt haben? Ingrid Zur muss nicht lange nachdenken. Argentinier und Chilenen seien „sehr kontaktfreudig“, das habe ihren Mann schon verändert: „Früher hat er seinen Studenten nur die Hand gegeben, sie gesiezt. Heute sagen sie ´Du´ zueinander und fallen sich um den Hals!“. Beide lachen. Doch umgekehrt haben auch die Lateinamerikaner etwas für ihr Leben mitgenommen. „Ich habe versucht, mit möglichst wenig Anweisungen möglichst viel auszulösen“, sagt Heyer. Eine Haltung, die den Einheimischen, welche es gewohnt seien, mit sehr konkreten Direktiven zu arbeiten, zunächst ungewohnt war.

Zu guter Letzt holt Jörg Heyer den Brief eines jungen Chilenen hervor. Er schreibt von der veränderten Wahrnehmung der Musik nach der Arbeit mit dem Musiker-Ehepaar. Statt „Wettbewerb, Verwirrung und Angst“ empfänden die jungen Chilenen nun „Schönheit, Genuss und Sicherheit“.

Annette Wollenhaupt

Wo war's – wer war's

Auf der Rückseite des Originalfotos dieser Villa war mit Bleistift „Haus Heimpel?“ vermerkt, was eine andere Hand in „Manskopf“ verbesserte. Bisher hat auch diese Notiz bei Nachforschungen kein eindeutiges Ergebnis gebracht. Manskopf war eine bedeutende und wohlhabende Frankfurter Familie, die zum Beispiel Haus Lichtenstein am Römerberg, das 1944 zerstört wurde, und die erhaltene Villa Waldeck am Oberforsthaus ihr Eigen nannte. Aber wo war die hier abgebildete Villa?

Das Foto von dem schlossartigen Gebäude, das wir in der vorigen Ausgabe der SZ in unserer Reihe zeigten, rief bei Frau Ilse Arnst und bei Frau Dreher Erinnerungen wach. Während Frau Arnst an Gottesdienste dachte, die in der Villa Weinberg in Niederrad stattfanden, sah sich Frau Dreher als Kind in den Ruinen des Schlosses Rödelheim spielen.

Die genannten Gebäude, von denen heute nichts mehr zu sehen ist, sind fotografisch zum Teil recht gut dokumentiert, so dass ein Vergleich mit unserem Foto möglich ist. Dieser ergab leider keine Übereinstimmungen. Villa Waldfried Carl von Weinbergs war in einem anderen Stil erbaut. Haus Buchenrode Arthur von Weinbergs weist in der Tat eine große Ähnlichkeit mit der Villa unseres Fotos auf, aber auch viele Abweichungen. Schloss Rödelheim sah, als es noch intakt war, gleichfalls anders aus. Also müssen wir wohl weiter nach der Lösung suchen.

Anzeigen

0800/1921200 kostenfrei!

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Landesverband Hessen e.V.
Ortsverband Frankfurt/M und Höchst

Helfen ist unsere Aufgabe
Hausnotruf
und
Menüservice
unser starkes Angebot an Sie!

- Sie wünschen sich eine zusätzliche Sicherheit für Ihr Zuhause!
- Sie möchten diese Sicherheit täglich 24 Stunden haben!

oder

- Sie möchten sich ausgewogen ernähren ohne selber kochen zu müssen!
- Sie möchten täglich ein leckeres Gericht heiß zu Hause serviert bekommen!

Dann rufen Sie uns an!
Wie freuen uns auf Ihren Anruf!

CeBeeF Fahrdienst GmbH

Wir fahren Menschen mit Behinderungen rund um die Uhr

- zu Veranstaltungen (z.B. Kino, Theater)
- zu privaten Besuchen,
- zu Behördengängen oder zum Arzt
- und zu regelmäßigen Terminen (z.B. Schule, Arbeitsstelle, Krankengymnastik, Dialyse)

Rufen Sie uns an ✆ 069 - 97 98 77 - 0

Bürozeiten
Montag - Freitag von 8.00 - 16.00 Uhr
an Wochenenden und Feiertagen
von 09.00 - 12.00 Uhr

„Nachttaxi“ ✆ 0171 - 82 35 553
(Rollstuhlgerechter Bus mit Hublift)
Jeden Tag von 16.00 - 23.00 Uhr
Fahrtanmeldung direkt beim Fahrer

CeBeeF Fahrdienst GmbH · Elbinger Straße 2 · 60487 Frankfurt
www.cebeef.com · fahrdienstleitung@cebeef.com
▸ Vertragspartner der Stadt Frankfurt am Main, der Krankenkassen und anderer Kostenträger · Anerkannte Zivildienststelle

PARITÄT

Leserbriefe

Programm für Senioren

Die Älteren sollten im Fernsehen nicht zu kurz kommen. Davon ist Gertrud Voigt überzeugt und hat sich diesbezüglich nicht nur an die SZ, sondern auch an den Hessischen Rundfunk gewandt. Dass fast ausschließlich Kindersendungen in den frühen Stunden ausgestrahlt werden, findet Frau Voigt unausgewogen: „Wir hätten es meines Erachtens verdient, dass unsere Wünsche gelten dürfen“, schreibt sie und macht den Vorschlag, „das Morgenfernsehen, das mit drei Sendern das Kinderprogramm beschickt, zugunsten von Fernsehsendungen für die ältere Generation zu kürzen.“ Schließlich bezahle die ältere Generation auch Rundfunkgebühren und habe sich über viele Jahre hinweg als treue „Kundschaft“ der Fernsehsender erwiesen.

Das Schicksal von Robert Spangental

Für ihre Freundin Silvia Berg aus Israel hat sich Frau Greul-Aschanta aus Frankfurt an die SZ gewandt. Seit vielen Jahren schon sucht Silvia Berg, wie zuvor ihre mittlerweile verstorbene Mutter, nach Hinweisen über das Schicksal des Bruders und Sohns Robert Spangental. Zuletzt gesehen wurde der Gesuchte 1941 als Gefangener der Gestapo auf einem Lastwagen in der Frankfurter Innenstadt. Wohin er genau gebracht wurde, ist unbekannt. Ungefähr 30 Jahre alt war der Vermisste damals. Er wohnte und arbeitete in Frankfurt und war verheiratet. Seine Eltern hießen Moses und Selma Spangental.

Alle Recherchen der zunächst nach Argentinien, dann nach Israel ausgewanderten Familie blieben erfolglos. An viele Städte schrieb Roberts Mutter, forschte in Archiven der ehemaligen Konzentrationslager, suchte nach Inschriften auf jüdischen Friedhöfen. Nach dem Tod der Mutter setzt nun Robert Spangentals Schwester Silvia Berg die Suche fort und hofft sehr, über Hinweise der SZ-Leser etwas über das Schicksal des Bruders zu erfahren.

Wer helfen kann, wendet sich bitte an Silvia Bergs Freundin in Frankfurt: B. Greul-Aschanta, Goldsteinstraße 302, 60529 Frankfurt, Telefon: 069/666 9465 (Anrufbeantworter, Rückruf).

Klassentreffen

Aus den fernen USA hat uns das aktuelle Klassentreffen-Bild erreicht. Schon seit 1953 lebt Susi Quegada (geb. Baumbach) dort und würde sich sehr freuen, Kontakt zu ihren ehemaligen Schulkameraden aufnehmen zu können. Hin und wieder ist sie in Frankfurt und möchte die Gelegenheit für ein Wiedersehen nutzen.

Susi Quegadas Foto zeigt den Jahrgang 1937 der Merianschule; Lehrerin war Frau Beier. Wer sich oder ehemalige Mitschülerinnen erkennt, wendet sich bitte an die Redaktion der SZ, Telefon 069/212-33405, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de. Namen und Adressen leiten wir dann an Frau Quegada weiter.

Rätselauflösung

■	■	■	■	■	E	■	■	■	■	■	A	■	S	
C	H	A	R	A	K	T	E	R	I	S	T	I	K	
■	U	N	I	■	S	E	R	U	M	■	H	■	E	
■	P	L	E	I	T	E	■	H	■	S	E	I	L	
B	E	E	T	■	A	■	G	E	R	E	N	N	E	
■	■	G	■	A	S	I	E	N	■	D	■	S	T	
■	S	E	K	T	E	■	L	■	S	A	L	A	T	
■	T	R	■	M	■	S	E	H	E	N	■	S	■	
■	A	■	K	E	T	T	E	■	R	■	I	S	T	
P	U	T	I	N	■	E	■	L	I	V	R	E	E	
■	D	■	S	■	L	I	L	I	E	■	R	■	S	
N	A	C	H	B	A	R	■	S	■	S	E	I	T	
■	M	I	O	■	V	E	R	T	I	K	A	L	E	
■	M	A	N	S	A	R	D	E	■	E	L	A	N	

Schach:
1. (Ld1) Te1! 2. Ke1: (Alle anderen Züge führen zum Figuren- gewinn für Schwarz) 2....Lg3 matt.

Silbenrätsel:
1 doppelt, 2 Nulltarif, 3 Insider, 4 Wienerin, 5 Raubritter, 6 Erregung, 7 Begrenzung, 8 entzwei, 9 Umfriedung, 10 Rosenstock, 11 Eigenlob, 12 wurstig = Wer ueberwindet, der gewinnt.

Schüttelrätsel:
Wein – Altar – Leib – Zelte – Elan = Walze.

Visitenkarte: Bibliothekarin.

Anzeige

**Sie wollen sich im Internet informieren
Ihre Bankgeschäfte online erledigen
per E-Mail korrespondieren.**

Erwerben oder vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zu Hause an Ihrem eigenen PC.

Surf&Learn@Home

Individualunterricht speziell für Senioren

Sie bestimmen Themen und Tempo!

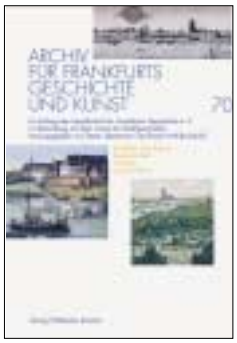
Geduldige, altersadäquate Lehrerin
Monika Haack
Telefon 069 46 84 11

Für Sie gelesen

Wohnen im Alter

Viele Wohnungen und Häuser sind nur solange komfortabel, wie ihre Bewohner körperlich fit sind. Auf mögliche gesundheitliche Einschränkungen im Alter nämlich nehmen bis dato immer noch zu wenige Bauherren Rücksicht. Wie seniorengerechtes Bauen aussehen kann, zeigt detailliert und mit zahlreichen Skizzen versehen Joachim F. Giesslers Buch „Planen und Bauen für das Wohnen im Alter“. Ein Ratgeber, der nicht nur für diejenigen interessant ist, die einen Neubau planen, sondern auch denen Tipps gibt, die ihr Zuhause umbauen und renovieren lassen möchten. Das in der Reihe „Bau-Rat“ im Eberhard Blottner Verlag erschienene Buch ist im Buchhandel für 19,90 Euro erhältlich.
ISBN 3-89367-099-8.

Lebensader Main



Frankfurt ohne Main – nicht vorstellbar. Tagtäglich gehen Jung und Alt an seinen Ufern spazieren und lassen hier die Seele baumeln. Der auf Frankfurt-Themen spezialisierte Waldemar Kramer Verlag hat nun mit „Stadt am Fluss – Frankfurt und der Main“ ein Buch zum Thema herausgebracht. Der Band spürt allen wichtigen Facetten des Lebens am Main nach. Betrachtet wird die Geschichte des Mains als wichtiger Schifffahrtsweg und als Nahrungslieferant. Zeiten, in denen die Frankfurter im Main schwammen, auf ihm Eis liefen und ruderten - sie werden wieder zum Leben erweckt. Natürlich fehlen auch Ausführungen zu den beiden Häfen im Westen und Osten der Stadt nicht. Bei aller Fachinformation bietet das von Dieter Rebentisch und Evelyn Hils-Brockhoff herausgegebene Buch auch eine literarische Flussfahrt von der Goethezeit bis hin zur Gegenwart.

Das Buch „Stadt am Fluss – Frankfurt und der Main“ ist im Buchhandel für 24,50 Euro erhältlich.
ISBN 3-7829-0559-8.

Wirtschaftswunder-Zeiten

„Auf der anderen Seite der Welt“ heißt Dieter Fortes neuer Roman. Angesiedelt hat er ihn im Deutschland der 50er Jahre. Sein Protagonist, ein junger Mann, reist auf eine entlegene Nordseeinsel, um sich in einem Sanatorium zu erholen. Fernab der Wirtschaftswunder-Euphorie sehen sich der junge, schwer lungenkranke Mann und seine Mitpatienten auf sich selbst zurückgeworfen. Es beginnt ein stetes erinnerndes Erzählen, ein Reflektieren jener mittlerweile so fernen, umtriebigen, von Aufsteigern, Opportunisten und Außenseitern bevölkerten Welt.

Dieter Fortes Roman ist im S. Fischer Verlag erschienen und kostet 19,90 Euro. ISBN 3-10-022116-8

Zunftzwänge im mittelalterlichen Frankfurt

Historische Romane sind nicht nur spannend, sie bieten auch Einblick in das Alltagsleben unserer Vorfahren. Dies und zugleich ein Bild des mittelalterlichen Frankfurts bietet Ines Thorns Roman „Die Pelzhändlerin“. Wie hart das Leben einer Wäscherin im Mittelalter war, aber auch wie die feinen Herrschaften lebten, erfährt der Leser auf einprägsame Art. Der Frankfurter Kürschner Wöhler erfährt durch einen Brief, dass seine Tochter Sibylla gestorben ist. Sein Schmerz ist so groß, dass er einen Herzinfarkt erleidet und ihm erliegt. Einzige Zeugin ist die Wäscherin Martha. Sie kommt auf die Idee, ihre, Sibylla zum Verwechseln ähnlich sehende, Tochter Luisa in deren Rolle schlüpfen zu lassen. Der Plan gelingt zunächst, doch als sich die vermeintliche Kürschnerstochter in einen Arzt verliebt statt in einen Kürschnermeister wie es die Zunftregeln vorsehen, gerät die junge Frau in einen Strudel der Gefühle.

„Die Pelzhändlerin“ von Ines Thorn ist im Rowohlt Verlag erschienen und kostet 8,90 Euro; ISBN 3-499-23762-8.

Pillen und Pülverchen

Multivitamintabletten, Kieselerdepulver, Aloe Vera-Produkte – das Angebot an Nahrungsergänzungsmitteln ist groß. Doch braucht man sie überhaupt?

Reicht nicht etwa eine gesunde, ausgewogene Ernährung? Ein von der Verbraucherzentrale herausgegebener Ratgeber klärt auf über das Für und Wider der Wohlergehen versprechenden Pillen und Pülverchen. Dabei geht er auch auf seniorenrelevante Aspekte ein, schildert beispielsweise, was ältere Verbraucher beachten sollten, um eine Unterversorgung oder eine Gesundheitsschädigung zu vermeiden.

Den Ratgeber „Nahrungsergänzungsmittel - Gesünder leben durch Pillen und Pulver“ gibt es für 5,80 Euro in allen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen. Er kann auch gegen eine zusätzliche Zahlung von zwei Euro bei der Verbraucherzentrale Hessen, Große Friedberger Straße 13-17, 60313 Frankfurt, Telefon 972010-30 bestellt werden.

Anzeige

Traumhafte Senioren-Wo. 2 ZKB
In „grüner Lunge“ Frankfurts, Nidda Park Bad Vilbel, nahe Zentrum. Modern, frisch renoviert. Betreutes Wohnen nach Bedarf! KP 168.000
Weitere Infos: 069/613833 o. 0170/2024413

Liebe Leserinnen und Leser,

der Winter ist vorüber, man spürt schon die wärmenden Sonnenstrahlen, wird wieder etwas aktiver und hat vor allem das Bedürfnis raus zu gehen. Immer so, wie man es natürlich kann. Aber wer noch fit ist, sollte sich aus dem Winterschlaf entlassen, Reise- oder Urlaubspläne schmieden, weggehen, wegfahren. Auch, damit man wieder nach Hause kommen kann. Denn nur der, der wegfährt, kann spüren, wie schön es zu Hause ist. Auf der Suche nach Gedichten über Urlaub, Reisen und Daheimbleiben habe ich einiges „Frankforderisches“ gefunden. Hier meine kleine Auslese.

Und vergessen Sie nicht: Miteinander ist besser als gegeneinander! Eine schöne Zeit wünscht

Ihr Wolfgang Kaus

KARL LUDWIG BICKELE
SOMMER

Urlaub mache, des is schee,
in de Berje, an der See,
uff em ferne Kontinent,
den mer bisher noch net kennt,
wie zum Beispiel Afrika,
Nord- und Südamerika
odder noch e bissi weiter,
wo mer duht dann sportlich heiter
schwimme, tauche, drachefliehe,
schifahrn, in de Sonn rumliehe..
Allerdings hat so e Reis
aach en ganz gepfleeschte Preis.

Urlaub mache, des is schee,
wandern un spazieregeh
dorch de Taunus Bersch un Tal,
odder aach im Stadtwald mal,
kann genauso herrlich sei,
wie e Dampferfahrt zum Rhei.
Schee is aach mal länger schlafe,
mojnds schon en Gespritze baafe
odder gar in aller Frühe
uff de Wies im Freibad liehe..
Jeder Urlaub is e Wonn,
Hauptsach is, es scheint die Sonn.

ERICH FRIES
URLAUBSGRÜSSE

Duht Euer Fernweh ruhig stille,
Reist nunner, bis nach Feuerland,
Surft aamal rund um die Antille,
Besteigt die schwierig Eigerwand!
Fliescht widder uff die Maledive,
Seht in Hawaii des Hula-Huppe,
Besucht den Pisa-Torm, den schiefe,
Un holt in Schottland Euch en
Schnuppe!

Ich gönn's Euch – ohne zu verbittern!
Ich ernt' im Gärtche mei Gemies,
Ich geh in Ostpark, Karpfe füttern,
Dort les' ich Euer Urlaubsgrüß'!

WOLFGANG WEGENER
HAAMWEH

Ach, schickt mich net nach Offebach
oder gar driwwer naus,
sonst wird in mir es Haamweh wach,
des hält mei Herz net aus.

Dann welk ich plötzlich wie e Pflanz,
die mer zu wenig gießt,
denn nerschends hängt en griene Kranz
un zeicht, wo's Stöffche fließt.

Daß ihr weg in Urlaub fahrt,
des find ich kurios.
Mich läßt schon hinner Owwerrad
es Haamweh net mehr los.

WOLFGANG WEGENER
URLAUB DEHAAM

De aane zieht's zum Nordseestrand
De annern zur Ägäis,
ich awwer bleib in meiner Kant,
weil's hier ja aach ganz schee is.
Ei, fahr von mir aus ruhig nach Rom,
Neapel und Messina.
Laß mich dehaam uff meim Balkon
Un im gewohnte Klima.

Besteich e Dromedar am Nil
Un knips antik Gemäuer.
Ich wander an die Gerbermühl
Oder zum Maunzeweiher.

Un lädste mich zur Weltreis ei,
per Flugzeuch, Schiff un Bahn,
laß ich es Kofferpacke sei
un bleib liewer dehaam.

WALTER WEISBECKER
DER ÜWWERLAAFENE TAUNUS

Mich ärjerts immer, wenn ich hör,
de Taunus üwwerlaafe wär.
Debei is der seit viele Jahrn
net üwwerlaafe – üwwerfahrn!

Steigt einer aus dem Fahrzeug raus
Un wandert in de Wald enaus,
kann laafe er gen Ost un West
oft lang, bis sich was sehe läßt.

Un dann is des wohl meist e Dier
was grad beim Wechsel im Revier.-
Wer net bewege will sein Speck,
der fährt ja gleich zum Eßgedeck.

Drum wer von Üwwerlaafe redd,
der kennt doch unsern Taunus net,
Un nimmt so Sprüch ja nur ins Maul,
weil er im Laufe is zu faul.

Alle Gedichte sind aus „Bunt gewürfelt“, erschienen in der Frankfurter Societäts-Druckerei, entnommen.

Anzeigen

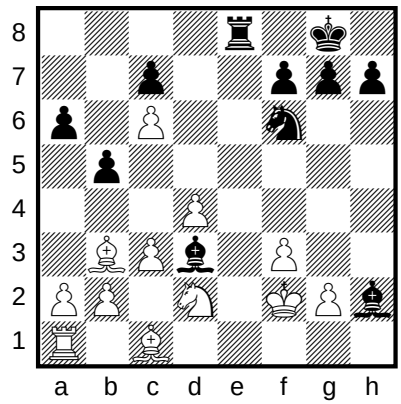
Retten Sie Ihre Erinnerungen!!
Erzählen Sie Ihr Leben! Erfahrener Autor hört zu, schreibt, druckt Ihre **Memoiren**. Textproben + Preise gerne auf Anfrage. **Michael Kokoschka, Tel. 0 69 / 46 32 67.**

Einsam? Allein? NEIN!!!
Unsere Damen + Herren mit Niveau begleiten Sie gerne auf Reisen, bei Tanz, Sport, Spiel und Kultur oder betreuen Sie und Ihren Haushalt bei Krankheit oder Abwesenheit, auch rund um die Uhr.
Seniorenhilfe e.V., Tel. 0335/556250

Denksport

Kennzeichnung	Signalhorn a. Fahrzeug	Kapitalbringer	Webermkamm	Verzückung		Aufgussgetränk	persönliches Fürwort	rasten	kurz für in dem	Hptst. Griechenlands		Knochengerüst	
Hochschule (Kurzwort)				Impfflüssigkeit						Stadt an der Maas (Frankreich)		Fahrgast	
Zahlungsunfähigkeit							eingedickter Fruchtsaft		Leine				
				Luft holen		ugs.: Lauferei							
gestaltetes Gartenstück	Teil der Talsperre		ein Erdteil						Fortsetzungsfolge		Abk.: Stück		
Religionsgemeinschaft						Bew. e. österr. Bundeslandes		Mischspeise					
Kfz-Z. Türkei			israel. Schriftsteller		erblicken						wirklichkeitsfremd		versuchen, überprüfen
Ministerpräsident Russlands (Wladimir)		Halsschmuck						Verzeichnis		kaufm.: tatsächl. Bestand			
					vulkanisches Magma		Dienneruniform						
Nebenbewohner, Nebenmann		Abk. des US-Geheimdienstes		Wappenblume						Abk.: Steinkohleeinheit		Intern. Luft- u. Raumfahrtausst./Abk.	
							Abk.: rund		von genannter Zeit an				
Abk.: Million				senkrechte Linie									
Dachzimmer									Schwung				

Schachaufgabe Nr. 47



Kontrollstellung:
Weiß: Kf2, Ta1, Lb3, Lc1, Sd2, Ba2, b2, c3, c6, d4, f3, g2 (12)

Schwarz: Kg8, Te8, Ld3, Lh2, Sf6, Ba6, b5, c7, f7, g7, h7 (11)

Weiß zog hier Lb3-d1, um das Eindringen des schwarzen Turms auf e2 zu verhindern. Was übersah er?

Schüttelrätsel

Wien – Talar – Beil – Etzel – Lena

Diese Wörter sind so zu schütteln, dass neue Begriffe anderer Bedeutung entstehen. Ihre Anfangsbuchstaben nennen dann eine Straßenbaumaschine.

Die Lösungen finden Sie diesmal auf Seite 55

Silbenrätsel

Aus den Silben: be - der - dop - dung - ei - ent - er - frie - gen - gren - gung - in - lob - ne - null - pelt - raub - re - rif - rin - rit - ro - sen - si - stock - ta - ter - tig - um - wie - wurs - zung - zwei **sind 12 Wörter mit unten stehenden Bedeutungen zu bilden.**

1 _____
zweifach

2 _____
kostenlose Beförderung

3 _____
Eingeweihter (engl.)

4 _____
Bewohnerin einer europ. Hauptstadt

5 _____
räuberischer Burgherr

6 _____
Zustand heftiger Gefühlsbewegung

7 _____
Beschränkung

8 _____
kaputt, zerbrochen

9 _____
Einzäunung

10 _____
Zierstrauch

11 _____
Selbstbeweihräucherung

12 _____
ugs.: gleichgültig

Die ersten Buchstaben von unten nach oben - und die fünften - entgegengesetzt gelesen – ein Zitat aus „Faust“ von Goethe.

Visitenkarte

Welchen Beruf übt diese Frau aus?

Rita Bohnib
Kiel

Anschrift und Impressum

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

Anschrift / Redaktion: Tanja Sadowski (v.i.S.d.P.), Senioren Zeitschrift, Dezernat für Soziales und Jugend, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon: 2 12-3 34 05, Fax: 2 12-3 07 41, e-mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Anzeigenleitung / Anzeigenverkauf: PGH Media GmbH, 63457 Hanau, Tel.: 0 61 81/93 97 28, Fax: 0 61 81/93 97 29, ISDN: 0 61 81/364 65 10, e-mail: h.j.hasenbank@t-online.de

Anzeigenschluss für die Ausgabe 3/2005 ist der 30. Mai 2005.

Gesamtherstellung / Gestaltung: HDR Repro GmbH Werbe- und Produktionsagentur, Josef-Bautz-Str. 14, 63457 Hanau, Tel.: 0 61 81/90 67 60, Fax: 0 61 81/90 67 617, ISDN: 0 61 81/364 65 10, e-mail: info@hdr-repro.de

Druck: alpha print medien AG, Kleyerstr. 3, 64295 Darmstadt, Tel.: 0 61 51/86 01-0, Fax: 0 61 51/86 01-100, www.alpha-print-medien.de

Die Seniorenzeitschrift erscheint viermal im Jahr und wird kostenlos an die älteren Bürger der Stadt Frankfurt abgegeben. Das jeweils neueste Heft ist erhältlich bei den städtischen Dienststellen und den Verbänden der freien Wohlfahrtspflege, in den Apotheken, Drogerien, Reformhäusern und 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 Preisausschreibungen, Verlosungen etc. ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

REISE KÖNIG
SCHÖNEN URLAUB

Reisen für junggebliebene Senioren

Genießen Sie den Unterschied!

Wir bieten Ihnen Urlaub von Anfang an

Deutscher Senioren Ring e.V. empfohlen!

- inklusive Transfer-Service ab/bis Haustür
- Halbpension im Hotel • Reise im Nichtraucher-Komfortbus
- großes Einzelzimmer-Kontingent (teilweise auch Termine ohne EZ-Zuschlag)
- Busplatzreservierung schon bei Buchung
- Rundum-Betreuung durch unsere erfahrenen Reiseleiter
- ausgesuchte Hotels in guter Lage • Kofferservice
- ein großes Rahmen- und Ausflugsprogramm vor Ort

TAXI Service
von zu Hause und zurück
inklusive

Traumhafte Reisen 2005

Jetzt kostenlosen Katalog anfordern!

6 Tage
Schönes Frankenländle

Kulmbach – Coburg – Hof – Bayreuth – Fichtelgebirge

Das Fränkische hat wahrlich viel zu bieten. Weltbekannte Städte mit großartiger Architektur, berühmten Sehenswürdigkeiten und regem Kulturleben sowie auch kleine historische Städtchen mit viel alt-fränkischem Flair erwarten Sie auf dieser Reise.

Termine: 11.05. – 16.05.05
09.06. – 14.06.05
Ihr Hotel: ***NH Hotel in Kulmbach

ab € 478,– pro P. im DZ

6 Tage Schlossurlaub
Niederschlesien

Kliczków – Bunzlau – Görlitz – Zittau – Hirschberg

Schlösser haben seit jeher eine ungeheure Anziehungskraft auf Menschen. Jetzt haben Sie die Möglichkeit, für ein paar Tage in die Welt früherer Schlossbewohner einzutauchen. Sind Sie schon neugierig?

Termine: 20.05. – 25.05.05
20.06. – 25.06.05
05.09. – 10.09.05
Ihr Hotel: Hotel Schloss Kliczków bei Bunzlau

ab € 539,– pro P. im DZ

6 Tage
Schweizer Gipfeltreffen

Leysin – Zermatt – Interlaken – Martigny – Chamonix

Die Schweizer Bergwelt mit schneebedeckten Gipfeln, wunderschönen Seen, herabstürzenden Wasserfällen, sattgrünen Almen und historischen Städten gehört zu den schönsten Reisezielen Europas.

Termine: 17.05. – 22.05.05
27.06. – 02.07.05
20.09. – 25.09.05
Ihr Hotel: ****Hotel Classic in Leysin

ab € 628,– pro P. im DZ

6 Tage Pustertal
Alles Inklusive

Welsberg – Meran – Brixen – Dolomiten

Wir heißen Sie im sonnigen Pustertal ganz herzlich willkommen und möchten Sie auf dieser Reise an seinem Reichtum teilhaben lassen. Überqueren Sie mit uns den Brenner und erleben Sie die hinreißende Welt Südtirols.

Termine: 04.05. – 09.05.05
13.05. – 18.05.05
28.05. – 02.06.05
25.09. – 30.09.05
16.10. – 21.10.05
Ihr Hotel: ***Hotel Christof in Welsberg

ohne EZZ
ab € 489,– pro P. im DZ

9 Tage
Rom – die „ewige" Stadt

Rom – Tivoli – Albaner Berge – Frascati – Ostia Antica

Die „Stadt auf den sieben Hügeln" vereint einzigartige Vielfalt und großes geschichtliches Erbe vergangener Zeit. Spüren Sie das Zusammenspiel von alt und neu. Begeben Sie sich mit uns auf eine fantastische Entdeckungsreise.

Termine: 03.06. – 11.06.05
09.09. – 17.09.05
Ihr Hotel: ****Hotel Cristofero Colombo in Rom

ab € 849,– pro P. im DZ

10 Tage
Achensee – die „Perle Tirols"

Maurach

Eingebettet zwischen dem naturbelassenen, wildromantischen Karwendelgebirge und dem felsigen Rofangebirge im Herzen Tirols befindet sich ein besonders idyllisches Fleckchen Erde, das Sie bei dieser Reise kennen lernen können.

Termine: 11.05. – 20.05.05
27.05. – 05.06.05
12.10. – 21.10.05
Ihr Hotel: ****Hotel Rotspitz in Maurach

ab € 628,– pro P. im DZ

Buchung und Beratung exklusiv in über 600 Reisebüros im Rhein-Main-Gebiet z. B.

REISE KÖNIG Frankfurt/Sachsenhausen, Schweizer Str. 18, Tel.: 069-94 41 96 60
REISE KÖNIG Mainz, Große Langgasse 4, 55116 Mainz, Tel.: 06131-21 41 440
oder im Reisebüro Ihres Vertrauens!

Infos unter:
0 800/ 55 66 700
(gebührenfrei)

freundinnen treffen, unterwegs mit bus & bahn, endlich zeit, das leben genießen mit der 9-Uhr-Karte*

*Ganz Frankfurt. Montag bis Freitags ab 9.00 Uhr morgens. An Wochenenden und Feiertagen sogar den ganzen lieben langen Tag: 49,90 Euro für die 9-Uhr-Monatskarte, 499 Euro die 9-Uhr-Jahreskarte. Die 9-Uhr-Karte ist übertragbar und nach 19 Uhr und an Wochenenden kann noch jemand mitgenommen werden. Erhältlich an RMV-Verkaufsstellen und in der Verkehrsinsel an der Hauptwache.
www.traffiQ.de; *traffiQ*-Hotline 01805/069 960 (0,12 €/Min.)