3 2009

SENIOREN Zeitschrift

Stadt Frankfurt am Main

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

Denn die **Pflege** macht den **Unterschied**

Wir sind ein erfahrenes Team, das es sich zur Aufgabe gemacht hat, Menschen in ihrem Lebensabend zu begleiten. Wir wollen Sie bei den oftmals immer schwieriger werdenden Alltäglichkeiten unterstützen und die noch vorhandene Selbstständigkeit fördern.

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.

Wir sind Vertragspartner der **Krankenkassen, Pflegekassen** und des **Sozialamtes der Stadt Frankfurt am Main**

Leistungsangebot

- qualifizierte Kranken- und Altenpflege
- individuelle Seniorenbetreuung
- Pflegestufenüberprüfung nach SGB XI
- Familienpflege
- Alle Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz
- Leistungen der Krankenhausnachsorge
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Rund um die Uhr Dienste bundesweit
- 24-Stunden-Rufbereitschaft
- Urlaubsvertretung für pflegende Angehörige

Ambulanter Pflegedienst

HUMANITAS®

Inh. Brigitte Büchert

Paul-Ehrlich-Straße 4 - 60596 Frankfurt am Main
Telefon: **069 / 63 20 71** oder **63 20 72**

E-Mail: info@humanitas-krankenpflege.de
Internet: www.humanitas-krankenpflege.de

Aus dem Inhalt

Mit Musik geht Vieles besser

Singen ist gesund ..... 4 – 5
Abo-Coupon für Senioren Zeitschrift 5
Chorgesang macht Freude 6
Eugen Hahn ist die Seele des Jazzkellers 8
Im Porträt: Fritz Rau 9
Die Schlagerlegende Maria Mucke wird 90 10
Donnerstag ist Tango-Zeit 11
Im Gespräch: Dr. Eckhard Weymann 14 – 15

Kultur und Feste

Was – wann – wo? 17
Frankfurt feiert ..... 18 – 19
Frankfurter Freilichtbühnen ..... 20 – 21

Das Sozialdezernat informiert

Aus dem Seniorenbeirat 22
Winterreisen 23
Fünfter Teilbericht zur partizipativen Altersplanung 24
Bedarfsanalyse Wohnen im Alter 25
Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt“ ..... 26 – 30

Aktuelles und Berichte

90 Jahre AWO 31
Energiefressern auf der Spur 32
Begegnungs- und Servicezentren eröffnet 34
Was macht das Forum Alterswissenschaften? 35
„Rosa Paten“ 37
Einkaufen in Eckenheim 40

Begegnung der Kulturen

Muslimische Wohngruppe im Victor-Gollancz-Haus 41

Soziales und Seniorenpolitik

Erbrecht Teil 2 ..... 42 – 43

Früher und Heute

Die Frauenrechtlerin Bertha Pappenheim 44
Mit der 11 von der Hanauer Landstraße nach Fechenheim 45
Frankfurt und seine Plätze: Domplatz 46 – 47
Stadtbefestigung aus dem 17. Jahrhundert 48

Gesundes Leben

Wenn die Knochen mürbe werden 49
Phobien ..... 50 – 51
Hörgeräte werden immer kleiner ... 52 – 53

Kleine Blumenecke

Bunt wie der Sommer 53

Frankfurt und seine Stadtteile

Sachsenhausen ..... 54 – 56

Für Sie gelesen

Buchtipps 57

Ratgeber

Tipps und Termine ..... 59 – 65
Seniorenrestaurants, Essen auf Rädern 62
Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante Hilfen (BuV) 63

Leserecke

Wo war’s – wer war’s? 58
Rätsel und Impressum 66

Freizeit und Unterhaltung

Wolfgang Kaus zitiert 67

Zum Titelbild:
Musik fördert das Wohlbefinden. Ganz gleich, ob man singt, tanzt, ein Instrument spielt oder Musik hört. Deshalb lautet der Schwerpunkt dieser Ausgabe „Mit Musik geht Vieles besser“. *Foto: Oeser*

Gelungener Auftakt der Aktionswoche Älter werden in Frankfurt: Die Talkrunde mit der Dezernentin. Prof. Dr. Daniela Birkenfeld pflegt das direkte, persönliche Gespräch mit Frankfurter Senioren. Foto: Oeser

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

Musizieren beschwingt, das ist kein Geheimnis. Aber es wirkt sich auch positiv auf das körperliche Wohlbefinden und die Gesundheit aus. Haben Sie in Ihrer Kindheit ein Instrument gespielt oder im Chor gesungen? Wir wollen Ihnen mit dieser Ausgabe Lust machen, an frühere Fähigkeiten anzuknüpfen oder auch neu einzusteigen. Frankfurt bietet Seniorinnen und Senioren, die musizieren wollen, viele Möglichkeiten. Was wir noch nicht wussten, als wir diese Ausgabe zu planen begannen: Frankfurt hat den Zuschlag für das Deutsche Chorfest 2012 mit rund 400 Konzerten bekommen – ein musikalisches Ereignis.

Wenn wir schon bei besonderen Erlebnissen sind: Die Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt“ hat in diesem Jahr buchstäblich Grenzen überschritten. Wir hatten nicht nur mehr als 230 Veranstaltungen im Programm, sondern erstmals auch Gäste aus unserer polnischen Partnerstadt Krakau zu Gast. Gutes spricht sich eben rum. Und weil wir immer besser werden wollen, beginnen bei uns schon bald die Planungen für die nächste Aktionswoche. Gerne beziehen wir dabei frühzeitig den Seniorenbeirat ein, wie er es in seiner jüngsten Sitzung angeregt hat (siehe Seite 22). Auch bei der Planung der Urlaubsangebote des Jugend- und Sozialamts für Senioren ist uns der Rat des Seniorenbeirats natürlich herzlich willkommen.

Doch bevor wir uns mit der Zukunft beschäftigen, lassen Sie uns den Sommer genießen. Viele Feste locken uns in den nächsten Monaten aus dem Haus. Wir haben Ihnen eine Auswahl der schönsten Freilichtveranstaltungen zusammengestellt (Seite 18 – 21). Vielleicht sehen wir uns bei der einen oder anderen Veranstaltung? Es wäre mir eine Freude! Ich wünsche Ihnen einen schönen Sommer und bei Hitze immer ein schattiges Plätzchen.

Ihre

Daniela Birkenfeld

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

Singen ist gesund

Singen macht gute Laune und stärkt das Wohlbefinden. **Foto: Oeser**

In Frankfurt gibt es zahlreiche Angebote für musikliebende Senioren. Einige Beispiele dafür finden sich auf den folgenden Seiten. Viele Menschen haben Freude am gemeinsamen Singen. Und das ist sogar gesund.

Aktiv musizieren wirkt wie eine Kur: Singen im Chor stärkt das Immunsystem. Deshalb sollte es mehr spezielle Angebote für die Generation 50+ geben, fordert der Deutsche Musikrat.

Die Idee, wieder mit dem Singen anzufangen, kam Helga Stroh bei einem Gospelkonzert, das sie zusammen mit einer Freundin besuchte. Die Stimmung riss die 55-Jährige förmlich mit. Das Publikum saß nicht nur stumm da, sondern wippte im Takt, klatschte in die Hände und sang begeistert mit. „Mein letzter Auftritt mit einem Chor lag damals zwar schon 40 Jahre zurück, aber das gute Gefühl war gleich wieder da", schwärmt sie.

Nach der ersten Euphorie kommen Helga Stroh aber Zweifel: Kann sie überhaupt noch richtig singen? Ist ihre Stimme kräftig genug? Trotzdem erkundigt sie sich bei einem Chor in ihrem Stadtteil. Dort nimmt man ihr die Ängste. Seit drei Jahren gehört sie nun zum Ensemble. „Ich habe das Gefühl, dass ich viel mehr Energie habe, seit ich wieder singe. Ich bin wieder öfter unterwegs und verabrede mich häufiger."

Dass ihr das Singen so gut tut, ist nicht nur eine subjektive Empfindung Helga Strohs. Sie lässt sich sogar wissenschaftlich nachweisen. Forscher haben die Effekte des Singens auf das körperliche Wohlbefinden untersucht und festgestellt: Gemeinsames Singen stärkt die Abwehrkräfte.

Singen stärkt Abwehrkräfte

Die Wissenschaftler vom Institut für Musikpädagogik der Universität Frankfurt arbeiteten für ihre Studie mit ihren Kollegen des Fachbereichs Psychologie und dem Deutschen Sängerbund in Köln zusammen. Sie untersuchten den Speichel von Chorsängern jeweils vor und nach einer Probe für ein Mozart-Requiem. Ihre Aufmerksamkeit galt dabei den Immunglobulinen vom Typ A, einer besonderen Art von Antikörpern. Immunglobuline sind Eiweißstoffe, die der Körper zur Abwehr von Infektionen bildet. An der Konzentration von Immunglobulin A im Blut lässt sich ablesen, wie leistungsfähig ein Immunsystem ist.

Nach einer einstündigen Probe war bei den Sängern des Kirchenchores die Konzentration des Immunglobulins A deutlich erhöht. Das zeigte den Forschern: Wenn Menschen singen, wirkt sich das positiv auf die Abwehrkräfte ihres Körpers aus. Wenn die Sänger hingegen passiv Musik hörten, also nicht selbst ihre Stimme benutzten, beeinflusste das die Konzentration von Immunglobulin A im Speichel nicht.

Dass Singen sich nicht nur auf den Körper, sondern auch auf die Seele positiv auswirkt, ergab eine Studie an der Canterbury Christ Church Universität in England aus dem Jahr 2008. Die Wissenschaftler untersuchten, wie sich die Teilnahme in einem Singclub auf das Wohlbefinden von Menschen über 60 Jahren auswirkt.

Mittel gegen Depression

Die Forscher starteten dazu im Südosten Englands das „Silver Song Club Project" mit anfangs drei Singclubs, die sich einmal im Monat zum gemeinsamen Singen treffen, meistens in Alteneinrichtungen oder ähnlichen Institutionen. Sie beobachteten die Teilnehmer während der Proben, führten Interviews mit ihnen und den Kursleitern und diskutierten mit Freiwilligen über das Thema. Ergebnis dieser Untersuchung: Die Teilnehmer profitierten in vielerlei Hinsicht. Sie hatten Vergnügen, fühlten sich mental sehr wohl und genossen es, mit anderen zusammen zu sein. Darüber hinaus gaben sie an, auch körperlich fitter zu sein. Sie hatten buchstäblich mehr Puste. Zudem profitierten ihr Erinnerungsvermögen und ihre Konzentrationsfähigkeit von den Sing-Treffen.

Einer der älteren Sänger umschrieb das so: „Wenn ich in eine Depression gerate, was manchmal passiert, dann schalte ich Musik an und singe. Das hält mich aufrecht. Wenn ich mal wieder anfange zu zittern, dann setze ich mich hier hin und höre Opernmusik. Das beruhigt mich. Ich könnte nicht ohne Musik leben, sie ist das wichtigste Mittel für mich, um fit zu bleiben." Das geht vielen älteren Menschen so. Die Silber-Singclubs in England haben regen Zulauf. Mittlerweile gibt es dort etwa 40 solcher Einrichtungen.

Seine volle Wirkung entwickelt das Singen vor allem gemeinsam mit anderen. Das schreibt der Musikwissenschaftler

Anzeige

ALT + SCHWUL + EINSAM?
INFOTELEFON FÜR
ÄLTERE HOMOSEXUELLE
0 69 / 299 80 76 27
jeden Dienstag von 19 bis 21 Uhr

Ernst Klusen, der sich umfassend mit der Kulturgeschichte des Singens beschäftigt hat. Das gemeinsame Singen fördert den Zusammenhalt unter den Menschen, wenn sie beispielsweise Liebes-, Kampf-, Schlaf- und Tanzlieder anstimmen oder Lobeshymnen und Trauerlieder singen. Alleine Singen ist demnach nur halb so schön.

Spezielle Angebote fehlen

Trotz dieser eindeutigen Untersuchungen mangelt es in Deutschland bislang an musikalischen Angeboten, die gezielt auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten älterer Menschen eingehen. Auf diesen Missstand machte der Deutsche Musikrat, der weltweit größte nationale Musikdachverband, in seiner Wiesbadener Erklärung mit dem Titel „Musizieren 50+ – im Alter mit Musik aktiv" aufmerksam. Forschungsergebnisse belegten, dass aktives Musizieren „prophylaktische und therapeutische Wirkungen hat". Es eröffne zudem Wege aus der Vereinsamung, weil es soziale Kontakte schaffe. Angesichts dieser Erkenntnisse sei es ein gravierendes Versäumnis, dass die gesellschaftspolitische Debatte und die damit einhergehende Bewusstseinsbildung um die Wirkungen von Musik im Hinblick auf die Generation 50+ bislang so gut wie gar nicht geführt werde.

Zwölf Forderungen

Der Deutsche Musikrat stellte deshalb bereits vor zwei Jahren einen umfangreichen Forderungskatalog auf, der zwölf Punkte enthält. Dazu gehören:

- Musik muss in der Altenpflege, der sozialen Altenarbeit, der Rehabilitation und der Therapie verstärkt eingesetzt werden. Dazu bedarf es einer qualifizierten Aus- und Fortbildung in der Musikgeragogik (musikalische Bildung im Alter).
- Hochschulen und Universitäten müssen die Studierenden gezielt auch für die fachspezifischen Anforderungen der Arbeit mit älteren Menschen qualifizieren. Die Fachdidaktik bedarf einer verstärkten Forschung.
- Möglichkeiten des individuellen und gemeinsamen Musizierens in allen Wohnbereichen, somit auch in Einrichtungen für ältere Menschen und Krankenhäusern, müssen geschaffen beziehungsweise schon bei der Bauplanung berücksichtigt werden.
- Kultureinrichtungen müssen ihre Angebote stärker auf die Bedürfnisse alter Menschen ausrichten. Hierbei soll auch dem Aspekt zunehmender Altersarmut Rechnung getragen werden.

„Komm, sing mit!" **Foto: Oeser**

Kernpunkt des Forderungskatalogs ist, gemeinsam mit den musikalischen und sozialen Fachverbänden sowie mit den politisch Verantwortlichen die Einrichtung eines Netzwerkes „Musik im Alter" zu prüfen. Zudem sollen die Verantwortlichen in Bund, Ländern und Gemeinden einen Masterplan „Musizieren 50+" entwerfen.

„Die Prüfung des Netzwerkes schreitet weiter voran", sagt Katja Sandschneider vom Deutschen Musikrat. Das Thema werde regelmäßig in Gremien, Ausschüssen, Projekten und musikalischen und musikpolitischen Veranstaltungen angesprochen. „Zurzeit wird zum Beispiel in Bayern ein Musikplan zum Thema 50+ entwickelt, der voraussichtlich im Herbst 2009 veröffentlicht wird."

Nicole Galliwoda

SENIOREN ZEITSCHRIFT IM ABO

Die SZ kommt dann bequem zu Ihnen nach Hause..

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

Das Abonnement umfasst 4 Ausgaben im Jahr inkl. Versand. Sie bezahlen nach Erhalt Ihrer Rechnung per Banküberweisung. Das Abonnement verlängert sich automatisch um 1 Jahr, wenn Sie nicht bis spätestens 15. November schriftlich kündigen.

Wenn Sie mitten im Jahr einsteigen, zahlen Sie für das erste Jahr nur anteilig.

☐ Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift in Druckform (für 12 Euro im Jahr)

☐ Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift als Hör-CD (für 12 Euro im Jahr)

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

Vorname _____ Name _____

Straße/Hausnr. _____

PLZ/Ort _____ Telefon _____

Ort/Datum _____ Unterschrift _____

Ausgefüllten Coupon per Fax an 069/212-30741 oder per Post an:
Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

Singen kann höchst anspruchsvoll sein. **Foto: Oeser**

Singen – am liebsten in Gemeinschaft

Chorgesang macht Menschen Freude

Spaß am Singen sollte man haben und bereit sein, noch etwas Neues zu lernen. Das sind die einzigen Voraussetzungen, die jemand mitbringen muss, der bei den Marbachlerchen mitsingen will. Wer Sieglinde Buhl-Deckers von den Marbachlerchen erzählen hört, der muss einfach Lust aufs Singen in Gemeinschaft bekommen.

21 Personen – 20 Frauen und ein Mann – zwischen 60 und 95 Jahren treffen sich regelmäßig in den Räumen des Hauses der Begegnung des Frankfurter Verbandes in der Dörpfeldstraße. Dort tun sie, was fast 800.000 Menschen in Deutschland regelmäßig Freude bereitet: im Chor singen. Mehr als die Hälfte der Sängerinnen hat die 85 bereits überschritten. Die 95-jährige Sangesfreundin kommt mit dem Rollator und bereichert den Chor um einen „herrlichen Sopran", wie Buhl-Deckers sagt.

Die 73-Jährige, die selbst noch in mehreren Chören aktiv ist, ist zwar erst seit vergangenem Herbst dabei. Doch hat sie die Organisation der Proben in die Hand genommen und widmet sich auch gerne neuen Chormitgliedern. „Ich setze mich dann in der Probe daneben und erkläre, wenn etwas unklar ist." Denn Notensingen ist keine Voraussetzung fürs Mitmachen, auch wenn jedes Mitglied seine Notenmappe hat. Die meisten lernen schnell nach einigen Malen vorsingen oder -spielen, wie sich ihre Melodie anhören muss. Die professionelle Begleitung von Frank Waas am Klavier hilft leicht über anfängliche Hürden hinweg. „Wir singen überwiegend zweistimmig, manchmal – mit einer Dame als Tenor – auch dreistimmig. Und bei den Kanons schaffen wir ohne Probleme auch den vierstimmigen Gesang", sagt Buhl-Deckers.

Und da werden durchaus nicht nur einfach Volksliedmelodien mit „Küchenmädchenterzen" als Begleitung gesungen. Anspruchsvolle Liedsätze etwa von Johannes Brahms oder Friedrich Zelter, dem einflussreichen Komponisten, Musikpädagogen und Dirigenten des 18. und 19 Jahrhunderts. Auch geistliches Liedgut wie etwa „So nimm denn meine Hände" oder „Ich bete an die Macht der Liebe", daneben auch Moderneres wie „Danke für diesen neuen Morgen" nehmen sich die Lerchen in ihren Proben vor. Wie viel Spaß das Singen ihnen macht, zeigt sich bei jeder Probe. „Wir fangen super pünktlich an und es klingt wirklich gut", schwärmt Sieglinde Buhl-Deckers.

Musizieren macht Spaß

Gut klingt es auch, wenn Frankfurter Spitzenchöre etwa mit großen Oratorien auftreten. Dort setze man allerdings meist eine Obergrenze bei 55 Jahren, sagt Peter Wimmers vom Sängerkreis Frankfurt. Wer chorische Höchstleistungen vollbringen will, muss auch damit rechnen, dass die Aufnahme von einem erfolgreichen Vorsingen abhängig gemacht wird.

Wer einfach nur Freude am Chorsingen hat, auch schon mal gesungen hat und die Gemeinschaft sucht, der wird in Frankfurt schnell fündig. Allein im Sängerkreis Frankfurt sind 56 Chöre mit insgesamt rund 2.500 Mitgliedern zusammengeschlossen: Männer- und Frauenchöre, gemischte Gruppen, Kinder- oder Jugendchöre – für jeden ist etwas dabei.

„Am besten schaut man auf unserer Webseite nach und sucht sich einen Chor im eigenen Stadtteil", empfiehlt Peter Wimmers. Der 63-Jährige singt selbst im Männer- und Frauenchor 1900 Niederrad mit und ist dort auch Vorsitzender. „Man wünscht sich mal einen Auftritt und stellt auch Ansprüche an sich selbst", weiß er. Daher legen die Chöre Wert darauf, dass sie einen guten Dirigenten haben, der auch bezahlt werden muss. Die Chöre sind als Vereine organisiert und verlangen einen Mitgliedsbeitrag. Wer mehr über den Sängerkreis wissen will, kann sich direkt an Peter Wimmers wenden (Telefon 069/674531 oder E-Mail: Saengerkreis-frankfurt@web.de).

Es gibt daneben Chöre, die nicht im Sängerkreis organisiert sind. Und nicht zuletzt die Kirchengemeinden haben fast immer auch eine Kantorei oder einen Kirchenchor. Wer also etwas für geistliche Musik übrig hat, sollte einfach mal bei seiner Kirchengemeinde nachfragen. Vielleicht hat der dortige Kirchenchor ja gerade auf diesen Anruf gewartet.

Lieselotte Wendl

Die Marbachlerchen treffen sich alle zwei Wochen im Haus der Begegnung vom Frankfurter Verband, Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt, Telefon 069/2998 07-268, Kostenbeitrag 1,50 Euro pro Probe. Nächste Termine: 28. Juli, 11. August, 25. August, 8. August, 22. August jeweils um 18 Uhr.

Der Sängerkreis Frankfurt bietet auf seiner Webseite www.saengerkreis-frankfurt.de eine Übersicht über alle seine Chöre nach Stadtteilen.

Ohne Vorkenntnisse kann man auch im Erwachsenen-Chor der Musikschule Frankfurt mitsingen. Von Mittwoch 2. September an, um 20.30 Uhr in der Schirn, Telefon 069/212-398 47.

Kurzinformationen

Erholungsreise nach Bad Salzhausen

Einmal im Jahr gehen die Betreuungsgruppen für demente Menschen im Sozialverband VdK auf Reisen. Vom 25. Oktober bis 1. November 2009 ist es wieder so weit: 18 reiselustige demente Menschen mit Begleitpersonen fahren nach Bad Salzhausen. Ziel ist das VdK-eigene behindertengerechte „Haus am Landgrafenteich". Sieben erholsame Tage mit vielen Aktivitäten innerhalb und außerhalb des Hauses stehen auf dem Programm. Wer mitfahren möchte, kann sich bei Hannelore Schüssler unter Telefon 0 69/43 45 93 anmelden.

Lebensfreude und Kultur

„Lebensfreude und Kultur" – unter diesem Motto laden die Frankfurter Malteser Senioren und Behinderte ein, die kulturelle Vielfalt Frankfurts und geselliges Beisammensein zu genießen. Freie Plätze gibt es in diesem Jahr noch bei zwei Veranstaltungen: Am 26. September steht ein Besuch des Frankfurter Zoos mit Führung auf dem Programm. Und am 18. Dezember wird die Oper „La Traviata" besucht.

Insgesamt 30 ehrenamtliche Malteser engagieren sich in diesem Jahr für das Projekt und begleiten die Teilnehmer bei den einzelnen Veranstaltungen. Außerdem haben die Malteser einen behindertengerechten Fahrdienst organisiert. Informationen, Termine sowie Anmeldung bei Projektleiterin Sonja Rustemeyer unter Telefon 0 61 73/6 58 97.

Mit einer Gruppe unterwegs

Die Johanniter-Unfall-Hilfe führt in Kooperation mit Philippi Reisen Touren für all jene durch, die aus Altersgründen oder aufgrund einer Behinderung oder Krankheit nicht mehr alleine verreisen wollen oder können, oder sich einfach gerne in einer netten Reisegruppe gut betreut wissen wollen.

Dabei sieht das neue Reisekonzept drei verschiedene Kategorien von Reisen vor: für mobile Senioren ohne Betreuungsbedarf, für gering pflegebedürftige Senioren und für Reisegäste, die einen umfangreichen Pflegebedarf haben.

Weitere Informationen gibt's bei den Johannitern unter der Telefonnummer 0 69/36 60 06-600.

Anzeige

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.

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

Vereinbaren Sie einfach einen Termin unter:
069/97 07 44 04

Ihr Team:

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

„Die lassen mich einfach nicht in Rente gehen"

Eugen Hahn – die Seele des Jazzkellers

Der Berliner Tonfall ist in seiner Sprache noch immer nicht zu überhören, obwohl Eugen Hahn nun schon seit fast einem Vierteljahrhundert in Frankfurt lebt. Er lebt nicht nur hier, er ist eine Institution. Ebenso wie „sein" Jazzkeller, diese einzigartige Kultstätte, um die man anderenorts die Frankfurter Kulturszene beneidet

1986 hat Eugen Hahn das allgemein nur „der Keller" genannte Lokal von seinem Gründer, dem Trompeter Carlo Bohländer, übernommen: „Ick wollte immer schon gern so'n Laden haben". Anfangs – 1952 – nannte sich „der Laden" Domicile du Jazz und war in der noch jungen Bundesrepublik der erste Club dieser Art. Dort sollten, wie es hieß, „moderne Musiker die Gelegenheit erhalten, konzessionslosen Jazz zu spielen".

Mit riesigem Hunger auf die lange Zeit verpönt gewesenen Klänge stürzte sich das Publikum der Nachkriegszeit auf die täglichen Sessions. Vor allem auch die Atmosphäre im damals noch dicht verräucherten, 19 Steinstufen tief gelegenen Keller lockte die Leute in die Kleine Bockenheimer Straße 18a.

Und wer war nicht alles dort zu sehen und vor allem zu hören. Kaum ein berühmter Name fehlt, von Don Ellis bis Joe Henderson und Dizzy Gillespie. Selbst Louis Armstrong war da. Vor allem mit dem Gitarristen Volker Kriegel und mit dem Posaunisten Albert Mangelsdorff, der dort sein berühmtes Quartett gründete, ist das dunkle Gewölbe eng verbunden. Ringsum an den Wänden erinnern Bilder und Zeitungsausschnitte an die glorreichen, alten Zeiten.

Eine riesengroße Familie

Geraucht wird heute nicht mehr. Das findet Eugen Hahn „auch janz in Ordnung". Seit der 1941 geborene und bis Mitte der 80er Jahre in Ost-Berlin beheimatete Bassist der Modern Soul Band im Jazzkeller als Pächter antrat, haben sich Konzept und Programm verändert. Gemeinsam mit seiner damaligen Lebensgefährtin, der in der DDR recht bekannten Sängerin Regine Dobberschütz – inzwischen „freundschaftlich geschieden, aber nach wie vor geschäftlich verbunden" – veranstaltete er nun auch Disco-Abende und Swing-Parties. Denn natürlich ist inzwischen ein neues Publikum herangewachsen. Es hat sich verjüngt, aber „nach wie vor treffen sich hier alle Altersklassen", sagt Eugen Hahn. „Und sie verstehen sich gut miteinander, es geht meistens höflich und nett zu. Wir sind eben eine ganz tolle Kulturinsel hier und wie eine riesengroße Familie".

Dass es nicht immer ganz einfach ist, eine solche „Kulturinsel" ohne nennenswerte finanzielle Zuschüsse über die Runden zu bringen, lässt sich denken. Aber solange Eugen Hahn, locker, freundlich und gesprächig, als die Seele des Ganzen abends seinen Stammplatz hinter dem Tresen bezieht und sich um alles und alle kümmert, dürfte Frankfurts berühmtester Keller, der längst zur Legende geworden ist, weiter leben.

Eugen Hahn ist der Clubchef vom Jazzkeller. Foto: Oeser

„Die wollen mich einfach nicht in Rente gehen lassen", sagt der inzwischen 67-jährige Eugen Hahn lachend. Und das klingt verständlicherweise ein bisschen stolz. *Lore Kämper*

Der Nachlass von Albert Mangelsdorff

Einen wahren Schatz hat das Institut für Stadtgeschichte mit dem Nachlass des 2005 verstorbenen Jazzmusikers Albert Mangelsdorff erworben. Er umfasst Musikinstrumente, sechs Kisten mit Noten, etwa 1.000 Schallplatten, hunderte von Tonbändern und Tonbandkassetten, CDs und Videokassetten. Außerdem Preise und Urkunden, Fotos, Plakate, Bücher, Zeitungsausschnitte und etwa 100 Ordner mit persönlicher Korrespondenz. „Insgesamt", so heißt es, „handelt es sich um die außergewöhnlich vollständige Dokumentation eines außerordentlich schaffensreichen Künstlerlebens". Das Archiv soll der Forschung offen stehen. Ermöglicht wurde der Erwerb durch die Stiftung Polytechnische Gesellschaft. *(Lk)*

Anzeige

Bedarfsartikel, Dienstleistungen, Informationen
....nicht nur für Senioren
HESSENS ERSTER FACHHANDEL FÜR SENIOREN

Wir bieten z.B.an:

Einkaufswagen mit Klappsitz

Grosstastentelefon

TV-Bildschirmlupen

SENIO Frankfurt
FACHHANDEL für SENIOREN
http://www.senio-frankfurt.de

Bergerstr.252
D-60385 Frankfurt Bornheim
Tel.: 069 46 999 481
FAX 069 46 999 482
e-mail: Senio.Frankfurt@t-online.de

„Babblo, ergo sum"

Fritz Rau, der „Großvater des Rock'n'Roll", hat rund 6.000 Konzerte organisiert und lernte ungezählte berühmte Musiker kennen. Viele wurden seine Freunde. Nun hat er sein Zuhause in Bad Homburg gegen eine Seniorenwohnanlage im Taunusort Kronberg eingetauscht. Marcus Hladek besuchte ihn vor dem Umzug.

Signierte Plakate und Familienbilder zieren die Wände seiner Wohnung am Kurpark. Der Schlaganfall, der die Sicht des Pforzheimer Schmiedesohns beeinträchtigt hat, konnte dem Gehör und der freundlichen Art des 79-Jährigen so wenig anhaben wie dem Humor, mit dem er die Frage nach dem wirklichen Alter Tina Turners lachend beantwortet: „Ich hab' ihren Pass nie kontrolliert. 68, 69?"

Musik war sein Leben. Was gibt sie ihm persönlich? „Schallplatten sind ein Medizinschrank", sagt er. „Mal greife ich Ella Fitzgerald heraus, mal Jimi Hendrix oder Bruce Springsteen, aber auch Bach, Mozart, Bob Dylan, immer nach Stimmung. Ein Leben ohne Musik wäre ein Irrtum." Und die anderen Künste? „Die Autobiografie von Marcel Reich-Ranicki gehört zu den wichtigsten Büchern für mich. Es ist ein Brückenschlag. Er schildert das Grausame, aber ohne Hass auf Deutschland. Diese Liebe zur deutschen Literatur...

Schauen Sie, ich hab' 1960 die Marlene-Dietrich-Tournee leiten dürfen, letzte Station: Israel. Da kommt in Jerusalems Philharmonie der Impresario: ‚Es hat noch keiner gewagt, auf einer israelischen Bühne Deutsch zu singen.' Sie sang ja immer ein paar deutsche Titel. Ihre Antwort: ‚Mein Herr, ich werde mein Programm nicht ändern. Deutsch ist die Sprache von Heine und Goethe, nicht von Herrn Hitler.'" So habe er, Rau, auch Reich-Ranicki verstanden.

Derzeit, sagt er und blickt sich um, seien die Schallplatten schon weggeräumt, weil er bald in den Kronberger „Rosenhof" ziehe. Einen geruhsamen Ruhestand traut man ihm wohl kaum zu. Oder hat sich sein Leben so verändert, seit er 2004 mit Konzerten Schluss machte? „Nein. Mit Emil Mangelsdorff zum Beispiel halte ich oftmals Vorträge

Fritz Rau.
Foto aus dem Buch „50 Jahre Backstage", Palmyra-Verlag, Heidelberg

über Jazz im Dritten Reich – er zum Hot Club 1941, ich zur Hitlerjugend. Jazz, Blues und Swing haben mich ja an Körper, Geist und Seele entnazifiziert."

Geld ist sicher nicht mehr der Antrieb? „Für Mick Jagger gilt: Ich spiele, also bin ich. Ich babble, also bin ich: babblo, ergo sum. Ich bitt' Sie, wenn einer kommt wie Sie, der im Leben steht und sagt: Das ist ein interessanter Mann, – ist doch fantastisch! Ich sehe das als Gnade und muss an den Philosophen Kierkegaard denken: ‚Leben kann man nur voraus, das Leben verstehen nur im Blick rückwärts.'"

Was hat ihn, den Badener, in Frankfurt gehalten? „Meine liebste Konzerthalle weltweit ist die Festhalle. Die Künstler fühlen sich in dieser Art-déco-Jugendstilhalle wohl. Als Janis Joplin nach Europa musste und man sie fragte wohin, kam sofort: Frankfurt. James Brown: Frankfurt. Die Stones: Frankfurt." Die Stadt habe das beste Publikum der Welt: „Anderswo wird am Anfang wie verrückt geklatscht, dann sackt es ab. In Frankfurt müssen die Künstler erst was bringen, bis die Post abgeht, dafür wissen sie hier genau, wo der Höhepunkt ist." Frankfurt gelte zwar als hektisch, aber München sei halb so schön wie sein Ruf und Frankfurt halb so schlecht. „Mit der Alten Oper und der Fressgass' und alles ist es doch herrlich heute."

Gar keine Schattenseiten? „Na ja, es gab furchtbare Geschichten von Gewaltanwendung, als junge Leute Ende der Sechziger pseudopolitisch Konzerte stürmten, weil sie zu teuer wären – ‚Macht kaputt, was euch kaputtmacht'. Aber die haben nicht auf die Karten geschaut." Karten hätten damals weniger als die Platten gekostet, für die sie warben, keiner sei an Konzerten reich geworden. „Heute machen die Künstler ihr Geld bei Konzerten, die sind wenigstens einmalig. Man kann sie nicht runterziehen."

Und was bedeuten Popkonzerte gesellschaftlich? Ist Klassik irrelevant geworden? „Nichts könnte relevanter sein als Bach. Er ist Gott am nächsten, das sagen auch die Jazzer und Rocker. Aber wie die Klassik Ausdruck ihrer Zeit war, was man damals auch nicht gleich erkannte, spiegelt sich unsere Zeit mehr in unseren als in klassischen Konzerten. Und wenn sich die Titel der ‚Stones' vom antiautoritären Straßenkampf – ‚Street Fighting Man' – zur Einsicht gewandelt haben ‚You Can't Always Get What You Want', geben sie wie viele gescheite Menschen den Ruf nach Gewalt auf: gewaltfreie Evolution statt Pseudo-Revolution."

Gab es keine tragischen Fälle? Die Drogentoten von Janis Joplin bis Jimi Hendrix, dem Familie Rau im Oberurseler Haus Käsekuchen servierte? „Hendrix war eine meiner wichtigsten Begegnungen: ein Ikarus des Blues, der sich an der Sonne verbrannte. Er starb aber gar nicht am Rauschgift, sondern ist nach falscher Behandlung am Erbrochenen erstickt, ohne Rauschgift. Er war ein hochpolitischer Mensch. Allein, wie er in ‚Star-spangled Banner' einen Tieffliegerangriff imitierte!"

Manche Künstler nannten ihn ja sogar „Everybody's papa"? „Einmal wollte ich meinem Sohn imponieren, der entwickelt heute als Dr. Ing. sparsame BMW-Motoren, und hab' ihm einen Artikel gezeigt: ‚Der Mann, zu dem Zappa ‚Papa' sagt'. Darauf er: ‚Everybody's papa is nobody's papa.' Damals habe ich aufgehört mit dem Unsinn."

Bei einem so rührigen Leben in aller Öffentlichkeit blieb vermutlich nicht viel Zeit für die Familie übrig. Bereut er das? „Nicht die 50 Jahre backstage. Meiner Familie ging es herrlich, und meine Frau Hildegard, die viel zu früh starb, hat die Kinder und mich, das älteste Kleinkind der Welt, selbstlos und perfekt versorgt. Aber ja, in meinem Kopf fanden sie nicht statt. Das würde ich heute anders machen."

Marcus Hladek

Es ist nie zu spät um anzufangen

Schlagerlegende Maria Mucke wird 90

Erst kürzlich hat ihr Arzt ihr bescheinigt: „Sie werden mindestens 104." Deshalb sieht Maria Mucke ihrem 90. Geburtstag am 15. August 2009 mit heiterster Gelassenheit entgegen: „Weil mir mein Alter sowieso niemand abnimmt. Sobald man's mir glaubt, sag ich's nicht mehr." Sie ist ohnehin nach wie vor viel zu beschäftigt, neugierig und begeisterungsfähig, um darüber nachzudenken.

Neulich war sie auf dem Friedhof – und ging fröhlich beschwingt wieder heim. Ein Eichhörnchen war mit seinen Jungen über die Gräber getollt und hatte sie so fasziniert, dass jeder Anflug von Wehmut sich umgehend verflüchtigt hatte. „Ich erfreue mich an den schönen Dingen des Lebens und kann alles andere wunderbar verdrängen. Natürlich weine ich auch manchmal, aber nie lange. Das macht geschwollene Augen."

Es wird ja alles wieder gut

Es wird ja alles wieder gut, 1953 einer ihrer großen Schlagererfolge, scheint so etwas wie ihr Lebensmotto geworden zu sein. Einer ihrer Wahlsprüche lautet: „Wenn mir ein Stein im Weg liegt, den ich nicht wegräumen kann, geh ich drum herum." Mit diesem Pragmatismus war sie schon in frühester Kindheit gesegnet. Wenn Klein Maria, das kesse Meenzer Mädche, im Hof des Elternhauses seinen Lieblingsgassenhauer „Was macht der Meier am Himalaya" schmetterte, gab's von der Nachbarin dafür stets leckere Kekse. Damit stand für die Göre fest: Singen zählt nicht zu den brotlosen Künsten.

Als Sechsjährige begeistert sie mit dem Holzschuhtanz aus „Zar und Zimmermann" beim Mainzer Karneval erstmals ein großes Publikum, und ab da ist klar: Sie will und muss zur Bühne. Mit 16 erhält sie, inzwischen mit den Eltern nach Leipzig verzogen, Schauspiel- und Gesangsunterricht, debütiert mit 19 an den Leipziger Städtischen Bühnen und wechselt 1940 an das Nationaltheater Weimar. Ihr Rollenfach: Muntere Naive, leichte Sentimentale und Soubrette. „Am Theater war ich immer die Jüngste – jetzt bin ich fast überall die Älteste."

Maria Mucke **Foto: Nicolai**

> *„Ich erfreue mich an den schönen Dingen des Lebens und kann alles andere wunderbar verdrängen."*

Kurz bevor bei Kriegsende die Russen in Weimar einfallen, packt sie den Koffer und findet Zuflucht bei einer Tante in Wiesbaden. Dass sie in der Eile auch ein paar Notenblätter eingepackt hat, erweist sich als Glücksfall: Paul Kuhn, der „Mann am Klavier", sucht gerade Künstler für den ersten Bunten Abend für Deutsche in der amerikanisch besetzten Stadt. Drei Jahre tingelt sie fortan als Sängerin zwischen Kurhaus und amerikanischen Clubs. Die Freundschaft zu Paul Kuhn währt bis heute.

An einem Freitag, dem 13., um 13 Uhr hat sie 1948 ihre erste Tonaufnahme beim Hessischen Rundfunk und trifft dort auf ihren musikalischen Traumpartner für die nächsten zwanzig Jahre: Orchesterchef Willi Berking. Dass sie längst auch ihrem Traummann begegnet ist, weiß sie noch nicht. Immer wenn sie das Funkhaus betritt, kommt sie am Büro des HR-Sendeleiters und Chefsprechers (und späteren Fernseh-Programmdirektors) Hans Otto Grünefeldt vorbei und wechselt mit ihm ein paar Worte. Eines Tages fragt er wieder, wie's denn so gehe. „So là là", antwortet sie. Sie hat sich gerade entlobt: „Tja, wer will mich schon heiraten?" „Ich", erwidert Grünefeldt, und schon bald darauf sind sie verheiratet. 42 Jahre lang bis zu seinem Tod 1991. „Mein Mann war mein bester Erzieher", sagt Maria Mucke. „Dabei war er enorm tolerant und liberal. Er hat mich geprägt."

Musik gegen Melancholie

1950, im Jahr der Heirat, erscheint auch ihre erste Schallplatte: La Le Lu. Es folgen zahlreiche große Plattenerfolge: Zauber von Paris, Heut ist ein Feiertag für mich, Leg deine Hand in meine Hand… Maria Mucke, inzwischen Mutter von Tochter Susanne, singt Schlager, Chanson und Operette, macht Funk und Fernsehen in allen deutschen Sendern und geht auf Tourneen quer durch Europa bis nach Amerika und Marokko. Ende der 50er Jahre lässt ihre Lust am Plattengeschäft merklich nach. Der Bühne und dem Fernsehen aber bleibt sie treu.

Sie ist bereits 73, als sie gefragt wird, ob sie sich vorstellen könne, Studenten der Frankfurter Musikhochschule in Schlager und Chanson zu unterrichten, und stürzt sich mit Verve in diese völlig neue Aufgabe. Noch heute, drei Jahre nach Ende ihrer Dozentur, tauchen regelmäßig 15 ihrer Ex-Studiosi in ihrem Kronberger Heim auf. Dann kocht sie einen Riesenpott Suppe, und es wird erzählt, gelacht und musiziert. In lockeren Abständen rezitiert sie zudem Gedichte und Texte im Kronberger Altkönigstift.

Bei aller Aktivität und Umtriebigkeit genießt sie aber auch die ruhigeren Momente. Dann vertieft sie sich leidenschaftlich in ein neues Buch oder setzt sich in ihr Auto und kurvt durch den Taunus. Und wenn sie doch mal ein wenig melancholisch wird, greift sie zu ihrer Gute-Laune-Musik, einer CD mit Swing von Hugo Strasser.

Sibylle Nicolai

Silberhaar und der Tanz der Sehnsucht

Donnerstag ist Tango-Zeit.
Foto: Oeser

Tanzen macht Freude. Tanzen schafft gesellige Kontakte, denn man kann dabei prima flirten. Tanzen ist auch gesund, weil man sich sportlich bewegt und das Gefühl für Rhythmus und Gleichgewicht stärkt. Sicherlich gibt es noch ein paar Gründe mehr dafür, sich mal wieder aufs Parkett zu wagen, ganz gleich ob als Anfänger oder als Fortgeschrittene. Gelegenheiten dazu bieten sich in Frankfurt allemal. Zum Beispiel in der:

Academia de Tango

Leise schleifen die Sohlen auf dem Parkettboden. Schmeichelnde Klänge schweben durch den Raum. Donnerstags ist Tango-Time für Tänzerinnen und Tänzer in fortgeschrittenem Alter. „Silver" nennt sich der Spezialkurs, silbern, wie die Haare bei manchen von ihnen schimmern.

Der feurige Tanz der Leidenschaft für Senioren? „Tango nimmt mit der Reife der Menschen an Ausdruck zu", meint Gudrun Ranftl, zuständig für Öffentlichkeitsarbeit in der „Academia de Tango". Dieser Tanz sei nicht an die Jugend gebunden. „Führen und geführt werden setzen Aufmerksamkeit, Konzentration beim Mann und viel Einfühlung bei der Frau voraus". Eigenschaften, die sich oft erst mit wachsender Lebenserfahrung richtig entwickeln. Und Kenner wissen, dass unter den berühmten Tangotänzern in Buenos Aires gerade „Silber-Jahrgänge" am häufigsten zu finden sind.

In diesem Jahr wird die Academia de Tango, die älteste Tangoschule in der Stadt, zehn Jahre alt, nachdem sie 1999 von der Tanzlehrerin Fabiana Jarma aus dem argentinischen Cordoba gegründet worden ist. Schon in den 80er Jahren hat sie den „Tanz der Sehnsucht" nach Frankfurt gebracht.

Flamenco, Salsa, Lindy Hop

Seit dem Frühjahr 2007 hat die Academia in der Sonnemannstraße 3 ein neues Domizil gefunden und bietet dort auf rund 300 Quadratmetern Tanzfläche Unterricht für Tango Argentino, Flamenco, Salsa oder Lindy Hop. Letzteres ist ein Tanzstil für alle, die Swing-Musik mögen, eine Art Mischung zwischen Charleston und Boogie-Woogie.

Spezialkurse für Frauen und Männer

Bis zu zehn Paare im Alter zwischen 50 und 75 Jahren finden sich im Allgemeinen im „Silberkurs" ein. Man braucht außer der Lust am Tango nicht viel mehr mitzubringen als Schuhe mit Ledersohlen – egal ob mit flachen oder hohen Absätzen und Kleidung, wie's gefällt. Bei Milongas (Tanzabenden) oder anderen festlichen Gelegenheiten macht man sich allerdings auch feiner. Passende Kleidung bietet der Tanzladen, in dem es darüber hinaus Trainings- und Designtanzschuhe sowie CD's mit Tangomusik gibt.

Zwar ist der ursprünglich im Hafenviertel von Buenos Aires verwurzelte Tango eher ein Tanz für harmonisch aufeinander abgestimmte Paare, aber wer es als Dame oder Herr zunächst lieber einmal allein mit Schrittfolgen, Drehungen und weiteren Techniken probieren möchte, findet dazu Gelegenheit in Spezialkursen nur für Frauen oder Männer.

Das Stückchen Argentinien im Ostend wird vervollständigt durch die der Academia benachbarte, hübsche „tango y tapas bar", wo es Shows, südamerikanische Live-Musik, Performances und natürlich argentinische Spezialitäten gibt.

Der Einstieg in den „Silver"- Spezial Tangokurs ist jederzeit möglich: donnerstags von 17.45 bis 18.45 Uhr, Infos unter Telefon 069/81 12 34, info@academia-frankfurt.de.

Tanzen in den Bürgerhäusern

Tanzen ist in, weiß man nicht zuletzt auch in den Bürgerhäusern der Stadtteile. Hier veranstaltet die Saalbau GmbH, die in diesem Jahr übrigens wie berichtet ihr 150-jähriges Bestehen feiert, ihre traditionellen und beliebten Tanztreffs. Beim „Tanztee" (alle zwei Monate sonntags um 15 Uhr im Saalbau Griesheim) sind „jung gebliebene" Tanzfreudige eingeladen, die bei Kaffee, Kuchen und Geselligkeit schwofen können. Wer besonders das Tanzcafé älterer Prägung liebt, ist im „Caféhaus" (jeden dritten Donnerstag im Monat um 16 Uhr im Saalbau Bornheim) richtig. Hier finden tanzbegeisterte ältere Semester neben professioneller Live-Musik und Moderation immer wieder auch Überraschungsgäste.

Im „Tanzsaal" lernen Tänzer „von 19 bis 99" Mambo, Walzer, Samba und anderes in der Tanzschule Wernecke in der Eschenheimer Anlage 40. Info- und Kartentelefon der Saalbau GmbH: 069/1 53 08-0. *Lore Kämper*

Einige weitere Tanzangebote:
Tanzpunkt Eschborn, Club Agilando 50+, Telefon 06196/969 99 57.
Tanzschule „Lachen, Lernen, Tanzen in Höchst, Senioren tanzen mit allen zusammen", Telefon 069/30 29 76.
Tanzschule Bauer in Hausen, Telefon 069/55 06 21.
Tanznachmittage beim Frankfurter Verband, freitags Standard bis Freistil zu Live-Musik, Telefon 069/29 98 07 - 0.
Senioren-Tanz mit Live-Musik beim Frankfurter Verband im Seniorencafé „Treff am Römer", Telefon 069/29 56 00.
Für tanzfreudige Senioren: TSC Telos, Telefon 06403/766 29.

Eine große Liebe

Elfriede Belz erlernt das Gambenspiel

Elfriede Belz liebt ihr schönes Instrument. Foto: Oeser

Es war Liebe auf den ersten Blick. Elfriede Belz nimmt ihre Gambe behutsam in die Hand, setzt sich auf das weiße Sofa, stellt sich das Streichinstrument zwischen ihre Beine und umschließt mit ihren Armen den hölzernen Korpus. Ihre linke Hand wandert hoch zum Instrumentenhals, ihre rechte nimmt den Bogen auf, streicht weiter unten sacht über die Saiten. Leise, tief und warm erfüllen die Klänge das kleine Wohnzimmer des umgebauten Hauses von 1850 in Alt-Heddernheim. „Da geht einem das Herz auf", sagt Elfriede Belz, nachdem die Melodie des englischen Komponisten Tobias Hume verklungen ist. Sie legt das Instrument beiseite und ihre Augen hinter den Brillengläsern strahlen: „Ich bin jedes Mal so glücklich, wenn ich die Gambe spiele."

Ihre große Liebe lernte Belz mit 50 kennen. Damals lebte die Frankfurterin am Wasser, auf den beiden Nordsee-Inseln Föhr und Amrum. Wegen einer Bronchienerkrankung zog es die Vorstandssekretärin einer Bank ans Meer. Die Perspektive indes, bis zur Rente dort zu bleiben, war für sie nicht leicht. Weit weg von ihren Wurzeln, umgeben von Menschen, die irgendwie anders waren als sie. „Irgendwann hatte ich von Meer und Möwen genug, ich wollte etwas tun." Aber Freizeitangebote gab es für die Musikliebhaberin, die gerne in Chören sang, kaum. „Wenn ich ein Musical besuchen wollte, musste ich die Fähre nehmen und eine Übernachtung organisieren, weil man abends nicht mehr zurück auf die Insel kam."

Lange habe sie mit sich gehadert und gesucht, bis sie schließlich einen kleinen Flötenkreis in ihrer Umgebung fand. „Ich packte meine Flöte aus dem Gepäck und traf mich mit der Gruppe auf einem leeren Dachboden." Doch irgendwie war es nicht das, wonach sie gesucht hatte. „Wir fiepsten da vor uns hin, weil wir keine Noten lesen konnten und keinen Lehrer hatten". Ohnehin sei die Flöte nicht ihr Instrument. Sie liebe eher das Cello oder Instrumente, die nicht so ein lautes Klangvolumen haben. Eines Tages kam ein Mädchen in den Flötenkreis, das eine Gambe zum Verkauf anbot. „Sie spielte ein paar Lieder und ich war hin und weg", erinnert sich die heute 65-Jährige. „Es war wie eine riesige Liebe, die mich bis ins Mark getroffen hat." Elfriede Belz kaufte dem Mädchen die Gambe ab. „Da saß ich nun zu Hause mit meinem Liebling und wusste nicht, wie ich darauf spielen konnte." Mühsam, nur mithilfe eines Lehrbuches, fing sie an, zu üben. Intensiv und allein. Denn Lehrer für das Spiel auf der Gambe zu finden, war schwer.

Die Viola da Gamba, zu deutsch Kniegeige, ist ein Streichinstrument aus dem 15. Jahrhundert, auf dem vornehmlich Kammermusik in Kreisen wohlhabender Bürger und Aristokraten gespielt wurde. Mit dem Aufkommen von Cello und Kontrabass im 18. Jahrhundert geriet sie in Vergessenheit. Erst im 20. Jahrhundert, durch die Rückbesinnung auf die Alte Musik, erfuhr die Gambe eine Renaissance.

Musik gibt Kraft

Neben dem Mangel an Lehrern bereitete Elfriede Belz auch das Lernen an sich Probleme. „Im Alter vergisst man ja viel schneller." Man brauche eben mehr Zeit, mehr Geduld und die Liebe zur Musik. Hilfreich sei auch das Musizieren in einer Gruppe. Nachdem die Frau mit dem blonden hochgesteckten Haar Jahr ein, Jahr aus allein auf ihrem Streichinstrument vor sich hin geübt hatte, hörte sie von einem Gambenkonsort in Hamburg. „Da habe ich viel gelernt." So viel, dass sie sich gleich zwei weitere Gamben zulegte.

Zurück in Frankfurt, 2005 und in Altersteilzeit, suchte Elfriede Belz erneut Anschluss in einer Musikgruppe. Die benachbarte Kirchengemeinde lehnte sie ab, „weil die Klangfärbung der Gambe nicht ins Repertoire passe". Das habe sie geschockt. Wieder haderte Elfriede Belz mit sich. „Ich kann mir ein Leben ohne Musik nicht mehr vorstellen", sagt sie und deutet auf die vielen Kassetten und CDs, die sich in den Regalen ihres Hauses stapeln. Musik halte den Geist fit, bereite Freude, gebe Kraft. „Wenn ich traurig bin, höre ich die Beatles oder Vivaldi, das bringt mich in Stimmung".

Im September vergangenen Jahres lernte sie das Frankfurter Seniorenorchester kennen. „Hier ist jede Stimme wichtig", habe damals der Dirigent Rail Grodzenski zur Gruppe gesagt. Ein bedeutender Satz von einem geschätzten Mann, der Elfriede Belz das Gefühl gab: „Hier bin ich richtig, hier bin ich angekommen". Seit sie im Orchester spielt, kann sich die lebensfrohe, kreative Frau endlich eins fühlen mit ihrem Instrument, erlebt riesige Glücksgefühle, so stark, dass „ich nach der Probe nicht auf der Straße laufe, sondern nach Hause schwebe".

Judith Gratza

Anzeige

30 Jahre Seniorenorchester des Frankfurter Verbandes

Das Frankfurter Seniorenorchester spielt im Bürgermeister Gräf-Haus. Foto: Rüffer

Das Seniorenorchester wurde 1979 mit dem Ziel gegründet, älteren Menschen, die ein Instrument spielen, Gelegenheit zum gemeinsamen Musizieren zu geben. Die derzeit 30 bis 35 Mitglieder werden seit 1994 von dem Dirigenten Rail Grodzenski geleitet. Die Besetzung aus Block- und Querflöte, Klarinette, Saxophon, Trompete, Posaune, Schlagzeug, Klavier, Akkordeon, Mandoline, Violine, Cello, E-Bass, Bassgambe und E-Gitarre entspricht in etwa der eines Salonorchesters. Das Repertoire reicht von Operetten- und Musicalmelodien bis zu Walzern, Märschen, Polkas und Evergreens. Zu hören ist das Seniorenorchester in den Häusern des Frankfurter Verbands, im Palmengarten, in der Alten Oper und in Bürgerhäusern. Zudem gibt es die CD „An einem Tag im Frühling", zu bestellen für zehn Euro im Internet unter www. syemusic.de/tonstudio/shop.html.

Das Jubiläumskonzert findet voraussichtlich Anfang November statt. Infos beim Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg, Telefon 0 69/2 99 80 72 68.

Wer ein Instrument spielt und Noten lesen kann, kann sich dem Orchester jederzeit anschließen. Geprobt wird montags von 9.30 bis 12.30 Uhr im Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstraße 6, Eckenheim.
Ansprechpartner: Annemarie Lautschlager, Orchestersprecherin, Telefon 0 69/43 87 98,
Martin Franke, Öffentlichkeitsarbeit, Telefon 0 69/ 78 74 40.

Gratza

Anzeige

Kaufe alte Gemälde, Krüge
Meissen aller Art, auch Einzelteile
Figuren u. Tiere aus Porzellan, Hummel
Schatztruhe Bauer Ffm T: 069- 55 59 98

HENRY UND EMMA BUDGE STIFTUNG

Senioren-Wohnanlage und Pflegeheim

Seit fast acht Jahrzehnten betreut die Budge-Stiftung, entsprechend dem Auftrag des Stifterehepaares Henry und Emma Budge, ältere Menschen jüdischen und christlichen Glaubens.

Der Wunsch unserer Stifter, ein würdevolles Leben im Alter zu ermöglichen, ist unser Auftrag, dem wir uns verpflichtet fühlen.

Die Wohnanlage und das Pflegeheim liegen im östlichen Teil Frankfurts, stadtnah und dennoch im Grünen.

In der 2003 neu erbauten Wohnanlage gibt es über 170 Ein- und Zweizimmerwohnungen.

Unser modernes Pflegeheim bietet in sonnigen Ein- und Zweibettzimmern qualifizierte Pflege und Betreuung an.

Das Haus verfügt über eine eigene Synagoge und eine koschere Küche.
Unser Rabbiner, Andrew Steiman, informiert Sie gern über Möglichkeiten des jüdischen Lebens in der Stiftung.

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Nehmen Sie die Budge-Stiftung mit ihrer Kompetenz für Pflege und Betreuung in Anspruch.

HENRY UND EMMA BUDGE-STIFTUNG
Wilhelmshöher Straße 279 - 60389 Frankfurt/Main
Telefon 0 69 47 87 1-0 - Fax 0 69 47 71 64
www.BUDGE-STIFTUNG.de - info@BUDGE-STIFTUNG.de

MITGLIED IM PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTSVERBAND HESSEN

Wenn Töne gut tun

Psychotherapie mit Kunst und Musik, Tanz und Malen, Gestalten und Bewegen – seit enigen Jahren gibt es kreative Therapien. Angesprochen werden alle die, die mit Sprache, mit Worten nicht leicht oder gar nicht erreicht werden können. Traumatisierte, Demente, Alzheimer-Patienten, Menschen, die im Koma liegen, aber auch Kinder und Jugendliche. Dr. Eckhard Weymann, Leiter des Masterstudiengangs Musiktherapie an der Fachhochschule Frankfurt, erklärt im Gespräch mit Judith Gratza, wie die Therapie Menschen helfen kann.

Foto: privat

SZ: Herr Professor Weymann, Bachkantaten als Therapieform, ist das bei Demenzkranken sinnvoll?
Weymann: Ich denke, dass Musik von Bach oder eine andere Musik besonders dann helfen kann, wenn sie für den Patienten eine Bedeutung hat. Das kann ein Lied aus der Jugend sein, ein Volkslied, Jazz oder eine Kantate von Bach. Denn ein Demenzkranker, der den Wochentag nicht mehr nennen kann, hat ja noch ein Empfinden für Musik. Und das nutzen wir Therapeuten, um einen Teil der verlorenen Identität wieder zu erwecken.

SZ: Musik allein ist ja keine Tablette, die eingenommen wird und von sich aus automatisch wirkt. Was macht Musik mit uns?
Weymann: Musik ist ein Medium, das sich einen Weg in die Tiefe der Seele bahnt, so dass ein Kontakt möglich und lebendig wird. Musik ist also kein Beruhigungsmittel, sondern gibt Impulse, sich mit den Themen des Lebens auseinanderzusetzen. Wir spielen dem Patienten Melodien vor und reden darüber, was sie für Gefühle auslösen. Es geht um die aktive Arbeit an Problemen. Dazu gehört auch, den Patienten zu animieren, selbst Musik zu machen.

SZ: Muss der Patient bereits ein Instrument beherrschen?
Weymann: Nein. Jeder kann unsere Instrumente spielen, auch mit körperlicher Einschränkung. Das sind Trommeln, Harfen, Rasseln oder Glockenspiele. Das ist für alte Menschen oft ein neues Erlebnis. Plötzlich fallen ihnen Melodien ein, die sie früher gerne gehört oder selbst gespielt haben. In der Therapie können wir diese verschütteten Kenntnisse wieder schrittweise reaktivieren und somit an frühere schöne Erlebnisse anknüpfen, Zuversicht vermitteln und Halt geben.

SZ: Wann empfehlen Sie, eher eine Musiktherapie oder einen klassischen Musikkurs?
Weymann: Es kommt auf die Zielsetzung an. Musiktherapie ist ein spezielles Angebot für Menschen, die zum Beispiel einen großen Verlust erlebt haben, an Depression leiden, kontaktunfähig oder gar hyperaktiv sind, also schreien und Dinge umstoßen. Meist hat dieses Verhalten mit Angst zu tun. In der Therapie ist es möglich, durch Musik und Gespräche gemeinsam zu ergründen, woher die Angst kommt und wie man ihr entgegentreten kann.

SZ: Woher stammt die Idee, mit Musik Krankheiten zu lindern?
Weymann: Bereits in der Bibel geht König David mit der Harfe zu Saul, der von einem bösen Geist gequält wird, und spielt ihm etwas vor, weil man annahm, dass das Harfenspiel den Menschen von seinen Sorgen erlösen kann. Es gibt viele Traditionen, in denen mit und für kranke Menschen Musik gemacht wurde, da sie sich gut bei seelischen Erkrankungen einsetzen lässt. Wenn etwas nicht weitergeht, kann Musik helfen – zunächst auch ohne Worte.

SZ: Wie lange dauert die Therapie?
Weymann: Das kann man so pauschal nicht sagen, da sich die Therapie am Menschen und nicht an den Symptomen orientiert. Generell tut Musik im zunehmenden Alter immer gut, da sie ja auch die Sinne und Motorik schult. Ratsam ist die Therapie einmal die Woche, wobei es da finanzielle Grenzen gibt. Die Kosten werden nicht von der Krankenkasse übernommen. Der Patient muss sie selbst zahlen oder die Institution, in der er lebt, etwa Träger von Wohnungs- oder Tagesstätteneinrichtungen. Das geschieht, wenn auch in Maßen, immer öfter.

SZ: Wann sprechen Sie von Erfolgen in der Musiktherapie?
Weymann: Generell muss man festhalten, Alterserkrankungen sind oft nicht heilbar. So finden natürliche Abbauprozesse statt, die aber verlangsamt werden können. Zum Beispiel, indem man für eine gute Betreuung und ein lebenswertes Umfeld sorgt. Musiktherapie kann da viel bewirken, da sie sehr auf die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse des Menschen eingeht und Gefühlserlebnisse hervorruft, die den Menschen jünger halten können, als er tatsächlich ist.

SZ: Was war Ihr schönstes Erlebnis?
Weymann: Als ich mit einem Sterbenden gearbeitet habe. Er lag bereits über Wochen im Bett, war fast nicht mehr ansprechbar. Mit einer Klangschale ging ich um sein Bett, schlug vorsichtig in verschiedenen Ecken des Raums einen Ton an und sang dazu. Und auf einmal sah ich, wie die Anspannung aus seinem Körper wich, der Atem tiefer wurde. Als er dann noch die Augen aufschlug, war das für mich ein ganz bewegender Moment.

Anzeigen

Kur und Gesundheitsreisen
z. B. Kolberg an der Ostsee
14 Tage oder 21 Tage
inc. 3 Behandlungen pro Tag
VP und Busfahrt ab **399 Euro.**
Kostenloser Katalog
Telefon: 0 69 / 23 23 60
www.poltravel.net

★★★
ZUR MÜHLE
Hotel - Restaurant
97769 Bad Brückenau
Ernst-Putz-Str. 17
Tel.09741-91610
Erholungswoche in Bad Brückenau
7 Tage im DZ mit Balkon, Frühstück, Begrüßungstrunk, Abendessen (3- Gang-Menü), Kurtaxe und Bustransfer Frankfurt Hbf,-Brückenau-Frankfurt Hbf.
54,50 € pro Person und Tag
Fordern Sie Hausprospekt und Info an!
www.hotel-zur-muehle.com

Musiktherapie als Studiengang einzigartig in Hessen

Musik erreicht die Menschen.
Foto: Oeser

Die Frankfurter Fachhochschule bietet seit 2002 den Masterstudiengang Musiktherapie an. Das dreijährige Studium ist einzigartig in Hessen und berufsbegleitend möglich. Studieninhalte sind Psychologie, Psychotherapie, Medizin, Musik, Musiktherapie sowie ein selbstreflexiver Teil mit Selbsterfahrung und Supervision. Ausgebildete Musiktherapeuten arbeiten mit psychisch, geistig und körperlich behinderten Kindern und Erwachsenen, ferner mit Krebs- oder Alzheimer Patienten oder Sterbenden in Hospizen.

Teilnehmer gesucht

Seit Oktober 2008 gibt es Klangbrücken, ein musiktherapeutisches Projekt für demenziell Erkrankte, die zuhause leben. Es wird von der Fachhochschule, der Geronto-Psychiatrie der Uniklinik und der Alzheimer Gesellschaft gemeinsam vorangetrieben und von der BHF-Bank-Stiftung finanziell unterstützt. Für Patienten, die an der Studie teilnehmen, ist die auf ein Jahr begrenzte Teilnahme kostenlos; sie erhalten einmal pro Woche zuhause Musiktherapie. Angehörige treffen sich monatlich im musiktherapeutischen Saal der Fachhochschule. Es werden noch Teilnehmer gesucht. Kontakt, Telefon 0 60 71 / 4 23 99. Informationen zum Studiengang im Internet unter www.fh-frankfurt.de/musiktherapie.

Gratza

In der Musikschule Frankfurt ist ganz schön was los

Die Musikschule Frankfurt hat während der Aktionswoche Älter werden in Frankfurt im Juni spezielle Angebote für ältere Menschen vorgestellt. Auch im neuen Semester von September an gibt es die Möglichkeit, sich musikalisch fortzubilden oder auch etwas ganz Neues zu beginnen. Die eigene Stimme erproben kann man in einem Gesangskurs ohne Vorkenntnisse ab 7. September (10 bis 11 Uhr, Schirn) oder gemeinschaftlich im Erwachsenenchor der Musikschule (ab 2. September, 20.30 bis 21.30 Uhr, Schirn). Für fortgeschrittene Blockflötenspieler oder Wiedereinsteiger bietet sich „Flauto Dolce" an, ein generationsübergreifendes Flötenensemble (ab 1. September, 18.50 bis 19.50 Uhr, Regenbogenhaus Niederrad). Auf „Musikalische Weltreise" geht ein gemischtes Instrumentalensemble, in dem alle mitspielen können, die ein Instrument grundlegend beherrschen (ab 1. September, 18.45 bis 20 Uhr, Heinrich-Seliger-Schule Dornbusch). Eine „Musikalische Grundausbildung für Erwachsene" ist ab 3. September, von 18 bis 19 Uhr in der Schirn, möglich. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Unter dem Motto „Da muss das Ohr drauf" gibt es ab 31. August, 18.30 bis 19.30 Uhr in der Schirn, angeleitete Operngespräche. Bei gemeinsamen Opernbesuchen sind Teilnehmende eingeladen, die Welt der Oper kennenzulernen. In der Planung sind außerdem Kurse etwa zu Fagott und Klarinette, zu Improvisation und der Frage „Barock oder Pop?" Zu allen Kursen ist eine Anmeldung erforderlich.

Nähere Informationen bei Nastasja Schindler, Telefon 0 69/2 12-3 98 47. *Wdl*

Anzeige

caritas Frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zu Hause

Wir sind in Ihrer Nähe

Caritas-Zentralstationen
für ambulante Pflege
und Beratung

Telefon: 069 2982-107

in allen Stadtteilen
alle Kassen/Sozialämter

Altenzentrum Santa Teresa

Pflege, so individuell wie Sie

vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

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

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de caritas

Swingen kennt kein Alter. **Fotos (2): Oeser**

Swing kommt gut an

Seit gut zwei Jahren swingt es beim Frankfurter Verband. Wenn die „Senior 7 Swing Band" öffentlich probt, dann hält es kaum einen der Zuhörenden auf den Sitzen. Wer nicht das Tanzbein schwingt, wippt im Rhythmus mit. „In the mood" oder „Sentimental Journey" sind etwa die Evergreens, die jeder kennt, der ein gewisses Alter erreicht hat. Und auch bei Jüngeren kommt der Sound gut an.

Eine Art Keimzelle der – wie der Name sagt – sieben Senioren umfassenden Band war die Otto-Hahn-Schule in Nieder-Eschbach. Dort waren einige der Musiker als Lehrer tätig. So machten zum Beispiel Wolfgang Lutz und Christopher Mersinger schon früher zusammen Musik. „Wir spielen alle zum Teil schon seit Jahrzehnten", erzählt Christopher Mersinger, der selbst auch noch in zwei anderen Bands agiert und dort Oldie Blues und Deutsch-Rock macht.

Zum Frankfurter Verband kam die Band auf der Suche nach einem Probenquartier. Während die Bläser – Trompete sowie Alt- und Tenorsaxophon – und auch die Gitarristen ihre Instrumente problemlos zur Probe mitbringen können, ist das bei Schlagzeug und Klavier schon etwas schwieriger. Auch sind nicht alle Nachbarn begeistert, wenn etwa aus einer Wohnung regelmäßig lautstark Musik erschallt. Und so treffen sich die sieben Musiker im Alter zwischen 59 und 70 Jahren seit etwa zwei Jahren in der Begegnungsstätte Praunheim des Frankfurter Verbands.

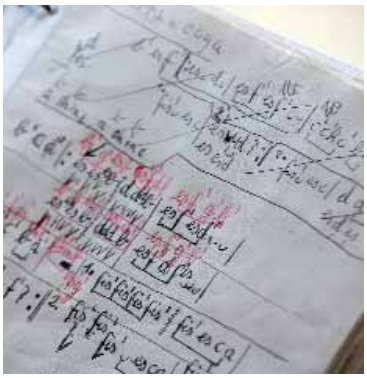
Die Band sorgt für Stimmung

Leiterin Mechthild Hahn hat selbst viel Freude an der Band. „Sie spielen eine sehr lebendige Musik", sagt sie und erzählt, dass ein Ehepaar zu den öffentlichen Proben der sieben Musiker regelmäßig extra aus Sachsenhausen anreist.

„Wir bedanken uns für die Möglichkeit, in den Räumen der Begegnungsstätte zu proben, mit unseren öffentlichen Proben und Auftritten zu bestimmten Ereignissen", sagt Mersinger. So hatte die Band im Herbst 2008 zum 90-jährigen Jubiläum des Verbands einen Auftritt. Auch beim Sommerfest im Marbachweg sorgten die sieben Senioren für gute Stimmung. Die Literatur, die gemeinsam gespielt wird, wählen die Bandmitglieder auch gemeinsam aus. „Das hängt von brauchbaren Noten für unsere Besetzung ab", sagt Mersinger. Er betont, dass in klassischer Swingmanier bei einem Stück alle Musiker zunächst im mehrstimmigen Satz spielen und dann jedes einzelne Melodieinstrument seinen Solo-Auftritt hat.

Besetzt ist die Band mit den genannten drei Bläsern, Gitarre, Klavier, Bassgitarre und Schlagzeug. Und bei den Proben, so schmunzelt Mersinger, habe sich schnell gezeigt, dass der Gitarrist Jürgen Hannibal auch ein ausgezeichneter Sänger ist, so dass er auch mit der Stimme seinen Soloauftritt hat.

Lieselotte Wendl



So sieht die Literatur der Band aus.

Der nächste Auftritt der Senior 7 Swing Band ist für den 16. Oktober, 16 bis 18 Uhr, im Bockenheimer Treff, Am Weingarten 18 – 20, 60487 Frankfurt, geplant.

Anzeige

Helfen ist unsere Aufgabe!

ASB Arbeiter-Samariter-Bund

Ein beruhigendes Gefühl gut versorgt zu sein beim ASB!

Hausnotruf

Hilfe auf Knopfdruck! Schnelle Hilfe bei Notfällen. Zuhause sicher leben, Rund um die Uhr an 365 Tagen.

Menü-Service

Über 280 Menüs zur Auswahl – Täglich frisch, Warm oder Tiefgekühlt. Auch für Diabetiker.

Wir beraten Sie gerne!

Arbeiter-Samariter-Bund
Region Frankfurt/Main-Taunus

Telefon 069 / 94 99 70

Was – wann – wo?

Endlich Sommer – raus ins Freie. Wer sich Anregungen zur Erkundung von Frankfurts Umgebung holen und dabei nette gleichgesinnte Menschen kennenlernen möchte, der kann auch in diesem Jahr an den **Spaziergängen im Frankfurter Grüngürtel** teilnehmen. „Geliebt – vergessen – gefressen" heißt es am Sonntag, 26. Juli, ab 15.30 Uhr. Entlang eines zwei Kilometer langen Rundweges, Treffpunkt ist das Nidda-Ufer auf der Höhe des Parkplatzes Niddabrücke in Nied, geht es um Pflanzen aus aller Herren Länder, die in Frankfurt heimisch wurden. Auch wie diese die Frankfurter Küche prägten, wird Thema sein.

„Apfelglück" verheißt ein weiterer Spaziergang am Sonntag, 27. September, 15 Uhr. Gemeinsam wird dem Charme von Frankfurts Streuobstwiesen nachgespürt. Los geht es am Aussichtspunkt des Lohrparkes, oberhalb des Weinberges (weitere Infos unter www.gruenguertel.de).

Zur großen Erntedankausstellung mit Blumen des Spätsommers, Früchten und Gemüse lädt der **Palmengarten** vom 16. bis 20. September ein. Mehr als 200 Dahliensorten kann der Besucher vor dem Tropicarium und vor dem Haus Leonhardsbrunn bestaunen.

Am 19. September feiert der **Palmengarten** von 14 bis 19.30 Uhr sein Herbstfest mit Kürbisschnitzen, Laternenbasteln, Musik und Lukullischem.

„Farbe in der Natur" lautet der Titel einer umfassenden Veranstaltungsreihe im **Palmengarten** (bis 1. November). Auf dem Programm stehen neben Ausstellungen, Führungen und Workshops auch Vorträge. Um die Farbe Blau geht es am 6. August, um das Rot am 28. August (jeweils 19 Uhr).

Ein wahres Kleinod ist der **Botanische Garten** der Goethe-Universität nahe dem Günthersburgpark. Anlässlich des „Darwinjahres 2009" lädt das Netzwerk BioFrankfurt für Samstag, 29. August, 14 Uhr, zur Führung „Von Inkaweizen, Reismelde & Co. – Wenig bekannte Nutzpflanzen" ein.

„Geschichten um Rosmarin, Lorbeer und Olivenbaum" erzählt Naturkenner Ingo Bohl vom **Grünflächenamt** am Sonntag, 2. August, 14 Uhr, im Nizza. Treffpunkt ist der Treppenabgang an der Untermainbrücke im Nizza (Infos unter Telefon 0 69/2 12-3 02 69).

Wem nach soviel Natur eher nach großstädtischem Flair ist, der kann sich einer Führung der **Kulturothek** anschließen und sich ins quirlige Bahnhofsviertel begeben. Am Sonntag, 30. August, 14 Uhr, geht es am Bahnhofsvorplatz los. Dabei geht es nicht etwa um die Gegenwart des Viertels, im Zentrum steht vielmehr seine vergangene Pracht. Jene Zeit des Centralbahnhofes, als die Kaiserstraße noch mit viel Glanz in die Innenstadt führte und im „Schumanns" Theaterhöhepunkte gefeiert wurden.

Der Campus Westend, das ehemalige IG-Farben-Gebäude, ist Ausgangspunkt einer Führung des **Vereins Kultur-Erlebnis** am Sonntag, 23. August, 15 Uhr. Titel der Exkursion: „Von der Grüneburg über IG-Farben zur Universität: Gartenkunst, Geschichte(n) und Anekdoten auf dem Campus Westend" (www.kultur-erlebnis.de).

Die **Graphische Sammlung des Städel Museums** schließlich lockt mit einer ganz besonderen Schau. Sie zeigt bis 4. Oktober mehr als 80 druckgraphische Werke des großen Edvard Munch. Mit ihnen greift Munch wie schon in seinen Gemälden oftmals extreme psychische Zustände auf. Die Ausstellung zeigt aber auch Portraits zum Beispiel von Harry Graf Kessler. In Lithographien hat der Künstler Henrik Ibsen, Stéphane Mallarmé und August Strindberg festgehalten. **Bild:** Edvard Munch (1863-1944), Gebet des alten Mannes, Holzschnitt, 470 x 395 mm, Städel Museum, Frankfurt am Main, **Foto: Peter McClannan © The Munch Museum / The Munch Ellingsen Group / VG Bild-Kunst, Bonn 2009**

Annette Wollenhaupt

Anzeige

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

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts

Wohnen und Leben im Wiesenhüttenstift ist einfach angenehm!

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

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

Zertifiziert nach IQD

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

Das festliche Mainufer zieht die Feierfreudigen an.
Foto: Tourismus+Congress GmbH Frankfurt am Main

Die Sonne lässt sich jetzt zum Glück immer häufiger blicken und so reiht sich in den kommenden drei Monaten in Frankfurt auch ein Freiluftfest ans andere. Vom fast schon familiären Straßenfest über die vielen beliebten Stadtteilfeste bis zu den ganz großen: dem Museumsuferfest beispielsweise, der Dippemess oder dem Berger Markt samt Stadtschreiberfest. Um Festgängern die Planung zu erleichtern, haben wir Frankfurts schönste Exemplare aufgelistet.

Juli

Wer den Charme von Kirmesfesten liebt, der kann sich vom 31. Juli an bis einschließlich 3. August auf den Weg zum **Mainfest** machen. Traditionell würdigen die Frankfurter mit ihm ihren Fluss als wichtige Lebensader. Einiges ist von seinen Ursprüngen her bis heute erhalten geblieben. Am 1. August etwa gibt es Wein aus dem Gerechtigkeitsbrunnen und das so genannte Fischerstechen, ein Lanzenturnier zu Boote. Am Montagabend bildet ein romantisches Feuerwerk samt lampiongeschmückten Mainschiffen den Abschluss.

Bunt, schrill, provokant und zugleich nachdenklich geht es am **Christopher Street Day** zu. Schwule, Lesben und Transgender feiern ihn vom 17. bis 19. Juli auf dem Goetheplatz, dem Rossmarkt, entlang des Steinwegs und auf der Hauptwache. Erwartet werden erneut mehr als 100.000 Besucher. Mit dem Fest möchten die Veranstalter an das erste bekannte Aufbegehren von Homosexuellen und anderen sexuellen Minderheiten gegen Polizeiwillkür in der New Yorker Christopher Street am 28. Juni 1969 erinnern. Höhepunkt des Spektakels ist der zweieinhalbstündige Umzug am Samstag, er beginnt am Römerberg und endet an der Hauptwache.

Der Afrikanische und Karibische Kulturverein lädt wie in jedem Jahr zum **Afrikanischen und Karibischen Kulturfest** in den Rebstockpark ein. Gefeiert wird am 8. und 9. August. Der Solmspark bildet vom 21. bis 23. August die atmosphärische Kulisse für ein weiteres Afrikanisches Kulturfest, das die Senegalesische Vereinigung in Hessen veranstaltet. In Rödelheims grüner Oase gibt es viel Musik, Tanz und afrikanisches Essen.

August

Alten Bornheimern muss man es nicht sagen, allen anderen womöglich schon: Vom 7. bis 12. August sowie am 16. August steigt die beliebte Bernemer Kerb entlang der Oberen Berger Straße. Gefeiert wird in den Gaststätten, auf der Straße und auf dem Festplatz an der Bornheimer Johanniskirche mit Livemusik und Frankfurter Spezialitäten. Am Samstag stellen die Bornheimer ihren Kerwebaum auf, anschließend startet der große Festzug. Am letzten Tag, dem „Bernemer Mittwoch", steht abends der Gickelschmiss, ein Hahnenschlagen, auf dem Programm. Wer mitmacht, schlägt mit einem Dreschflegel nach einem Tontopf, wer ihn zerschlägt, bekommt als Preis einen lebendigen Hahn. Schließlich endet das Fest mit der traditionellen Verbrennung der Kerbestrohpuppe Lisbeth.

Keine Frage, der absolute Star unter den Frankfurter Festen ist das weit über die Stadtgrenzen beliebte **Museumsuferfest** mit seinen alljährlich bis zu drei Millionen Besuchern. Musik für jeden Geschmack, Kleinkunst, Variété, Kunsthandwerk und kulinarische Spezialitäten aus aller Welt bietet Frankfurts beliebtestes Fest vom 28. bis 30. August.

Alle Museen entlang des Museumsufers laden darüber hinaus zum Besuch ein und bieten neben ihren Ausstellungen, Führungen, Vorträge, Lesungen und Workshops an. Höhepunkte sind das Drachenbootrennen und das große Abschlussfeuerwerk.

Mit dem Slogan „Gay and gray", frei übersetzt „homosexuell und grauhaarig", feiern auch ältere Menschen den Christopher Street Day. Foto: Oeser

Mit dem **Berger Markt** (29. August bis 1. September) samt **Stadtschreiberfest** geht es weiter. Das Motto lautet wie immer „Literatur als Volksfest". Bereits am 28. August verleiht die Kulturgesellschaft Bergen-Enkheim ihren mit 20.000 Euro dotierten Stadtschreiberpreis. Der ernannte Literat kann ein Jahr lang im Stadtschreiberhäuschen leben und arbeiten. Am 29. August wird die Apfelweinkönigin im Festzelt gekrönt, außerdem gibt es an allen Markttagen neben zahlreichen Fahrgeschäften ein buntes musikalisches Zeltprogramm. Wer Tiere mag, sollte den traditionellen Viehauftrieb und die 11. Bezirkstierschau nicht verpassen. Vielleicht haben ja auch die Enkel Spaß daran?

September

Freunde des Apfelweins sollten das **Stöffchefest** am 4. und 5. September auf keinen Fall verpassen. Schauplatz ist der Römerberg. Apfelweinwirte aus Frankfurt und seiner Umgebung laden zu zahlreichen Kostproben ihrer hausgekelterten Apfelweine ein. Die Geschmackspalette ist groß und reicht von fruchtig mild bis kernig herb. Und damit der Alkohol nicht in einen leeren Magen fließt, gibt es natürlich auch deftige Gerichte Frankfurter Art. Außerdem bietet das Apfelweinfest ein Unterhaltungsprogramm samt Auftritt der Apfelweinkönigin.

Die **Dippemess**, mit mehr als zwei Millionen Besuchern jährlich größtes Volksfest der Rhein-Main-Region, erwartet ihre Gäste vom 11. bis 21. September auf dem Festplatz am Ratsweg. Ihre Tradition reicht bis ins 12. Jahrhundert zurück. Ursprünglich wurden auf der Dippemesss „Dippe", also Tontöpfe, verkauft. Bis heute ist dies so, allerdings überwiegt seit langem schon das Fahrgeschäft vom traditionellen Kettenkarussell über die Geister- und Achterbahn bis zu besonders waghalsigen, hochmodernen Nervenkitzelangeboten für Schwindelfeste. Bei allem Trubel bietet die Kirmes aber auch eher stille Momente, zum Beispiel mit einem Klassikbrunch samt gediegener Musik. Den krönenden Abschluss bildet das traditionelle Feuerwerk.

Wer feiern und gleichzeitig eine gute Sache unterstützen möchte, der kann am **Lauf für mehr Zeit** der VGF teilnehmen. Am 13. September laufen oder walken Hobbysportler, Spitzenläufer und Promis zugunsten der Frankfurter Aids-Hilfe. Wer mitmacht, kann Sponsoren für seinen Lauf werben und das gesammelte Geld bis 8. September auf ein Spendenkonto überweisen. Dem, der die höchste Summe zusammenbekommt, winkt ein Preis, unter allen Teilnehmern werden ein Deutschlandflug und ein Münchenwochenende verlost. Aber auch einfach nur zuschauen und anspornen kann Spaß machen, denn es gibt jede Menge Musik und Mitmachaktionen auf dem Opernplatz (www.lauf-fuer-mehr-zeit.de).

Annette Wollenhaupt

Anzeige

Der Club Behinderter und ihrer Freunde verfolgt den Zweck, die Gleichstellung, die Selbstbestimmung und den Selbstvertretungsanspruch behinderter Menschen in allen Lebensbereichen zu bewirken. Hierzu unternimmt und unterstützt er alle fördernden Aktivitäten und Initiativen in Politik, Kultur und Gesellschaft für die uneingeschränkte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen sowie zur Gestaltung barrierefreier gemeinschaftlicher Lebensräume für alle Menschen.

CeBeeF
Club Behinderter und ihrer Freunde e.V.

Möchten Sie als Seniorin und Senior Ihren Alltag weiterhin selbstbestimmt und aktiv gestalten?

Wir bieten

- Hilfen im Haushalt, Einkaufsservice, Botengänge, Assistenz, Pflege und Fahrdienst rund um die Uhr
- Ein zuverlässiges und kompetentes Team
- Beratung und Unterstützung bei der Abwicklung aller Formalitäten z.B. bzgl. Kostenübernahme durch Krankenkasse oder Sozialamt
- Über 30 Jahre Erfahrung im Bereich Assistenz und Pflege

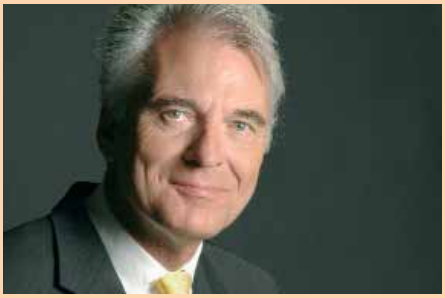
(069) 970 52 20

Alle Angebote des CeBeeF sind individuell, nach Ihren jeweiligen Wünschen und Bedürfnissen miteinander kombinierbar.

www.cebeef.com

CeBeeF Frankfurt e.V.
Elbinger Straße 2, 60487 Frankfurt, Tel.: 069 - 97 05 22 - 0

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND



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

Ihr

Prof. Dr. Felix Semmelroth
Kulturdezernent

Regnet's, oder nicht? – Das ist hier die Frage

Was gibt es Schöneres als nach der Hitze des Tages einen lauen Sommerabend im Freien zu genießen? Noch besser, wenn dabei Kultur geboten wird – wie bei den zahlreichen sehenswerten Aufführungen der Frankfurter Freilichtbühnen.

Die warten dieses Jahr nicht nur mit packenden Inszenierungen auf, sondern auch mit Spielorten, die Atmosphäre bieten. Es sind nämlich die grünen Stadtoasen, in die die Musik- und Theaterbegeisterten eingeladen sind.

Umsonst und draußen

Eine Veranstaltung der ganz besonderen Art ist die Sommerwerft, das Theaterfestival am Fluss, organisiert vom Kulturverein Protagon e.V. Zum achten Mal spielen auf der Freifläche der Weseler Werft vom 21. August bis zum 6. September internationale Straßentheatergruppen mit unterschiedlichen Theater- und Tanzformen. Ziel ist es, Theater in den öffentlichen Raum zu bringen und das Mainufer in einen Ort des Genießens, Entdeckens und Verweilens zu verwandeln. Der Eintritt ist frei, für Essen und Trinken ist im Biergarten mit kleiner Gastronomie gesorgt. Im Beduinenzelt gibt's für die Besucher Tee und Gebäck, gleichzeitig treten hier lokale Singer und Songwriter auf.

Gemütlicher geht's noch bis zum 19. Juli auf der nördlichen Wiese des Günthersburgparks in Bornheim zu. Denn hier läuft auch dieses Jahr das Freilichttheater „Stoffel". Täglich um 18 und 20 Uhr finden Theateraufführungen, Kabarett, Lesungen und musikalische Darbietungen statt. Es gibt Würstchen, saure Gurken und erfrischende Getränke. Das Stoffel ist ein beliebter Treffpunkt für ein gemischtes Publikum: Hier kann man einen Sommertag im Park ausklingen lassen, oder einen Abend mit Kabarett oder Musik beginnen.

Hamlet
Foto: Uwe Dettmar, Dramatische Bühne

Oper im Palmengarten

Atmosphäre bietet mit Sicherheit die Orchestermuschel im Palmengarten, in der jedes Jahr die Saison der Kammeroper ihren Höhepunkt findet. Die Kammeroper befindet sich seit 20 Jahren auf Wanderschaft. Im Sommer lädt sie zum unkonventionellen Musiktheater in den Palmengarten ein. Bei Wein und Picknick kann man dieses Jahr Giuseppe Verdis „Rigoletto" genießen. Die tragische Oper löste bei ihrer Uraufführung in Venedig 1851 Begeisterungsstürme aus und wurde zu einem der größten Triumphe in Verdis Karriere. Dieser große Stoff der Weltgeschichte wird von der Kammeroper in zeitgenössischem Gewand aufgeführt, nach eigener Aussage mit Humor und Respekt. Premiere ist am 18. Juli, gespielt wird bis Mitte August.

Liebe und Leben im Kloster

Nach der Pause im letzten Jahr spielt das beliebte Frankfurter Volkstheater dieses Jahr noch bis zum 8. August im Innenhof des Dominikaner-Klosters. Geboten wird Carl Zuckmayers „Der fröhliche Weinberg", ein lebensfrohes, weinseliges und rauflustiges Lustspiel in drei Akten, das von Liebe und Leben in einem rheinhessischen Dorf erzählt. Das gesellschaftskritische Stück wurde 1925 uraufgeführt und brachte dem noch jungen Autor nicht nur den begehrten Kleist-Preis ein, sondern avancierte auch zum meist gespielten Stück der 1920er Jahre. Zuckmayer selbst wurde in Nackenheim geboren und wuchs in Mainz auf. Er war der Sohn eines Fabrikanten für Weinflaschenkapseln.

Auch für kulinarische Genüsse ist gesorgt: Passend zum Stück gibt es Frankfurter Spezialitäten, Apfelwein und, man staune, den Riesling „Jean-Baptiste" vom Weingut Gunderloch. Der wurde nicht nur nach einer der Hauptfiguren des Stücks benannt, sondern stammt sogar vom Originalschauplatz. Während der Spielzeit des Weinbergs im Jahre 1994 stellten die heutigen Besitzer des Guts dem Volkstheater ihren Riesling vor,

Im fröhlichen Weinberg zu sehen: Myriam Tancredi, Armin Dillenberg, Sina Valesca Jung und Giovanni Romano.
Foto: STU GRA PHO

der daraufhin ins Angebot aufgenommen wurde, erzählt Gisela Dahlem-Christ, die Chefin der „Bastion der Babbelkultur". Nahm der ursprüngliche Besitzer des Guts Zuckmayer die derbe Darstellung des Gutsbesitzers, die er auf sich bezog, zunächst übel, so wissen seine Nachkommen die Geschichte geschäftlich zu nutzen. Besonders stolz ist das Volkstheater übrigens darauf, dass bei Regen keine Aufführung ausfallen muss: Bei schlechtem Wetter beginnt die Vorstellung 15 Minuten später im Cantate-Saal (Großer Hirschgraben 21).

Alice im Grüneburgpark

Die Stimmung von Sommernacht und Sternenhimmel möchte Thorsten Morawietz, der Leiter des 1988 gegründeten, freien Theaters Dramatische Bühne für seinen „Sommernachtstraum" nutzen. Noch bis Ende August präsentiert das Ensemble täglich Stücke aus dem Repertoire der letzten 15 Jahre auf der Freilichtbühne im Grüneburgpark. Darunter sind so beliebte Klassiker wie Cyrano de Bergerac, Romeo und Julia, Hamlet, Das Phantom der Oper oder Amadeus. Die Stücke wurden verändert und modernisiert, erscheinen aber, gerade durch die Kostüme, liebevoll altmodisch. Dabei sind die Inszenierungen sehr einfallsreich. So wird der Graf von Monte Christo als eine Mischung aus Spielfilm und Theater gezeigt, bei dem sich Schein und Wirklichkeit, Spielfilmsequenzen und Live-Theater vermischen. Neu im Programm ist „Alice im Wunderland", das als Spaziergang durch vier Frankfurter Parks stattfindet. Der Zuschauer ist mitten drin im Spiel, und der gesamte Park wird zur Bühne. Die Zuschauer treffen sich zu Beginn an einem Punkt und stoßen auf ihrem Weg durch den Park auf die fantastischen Gestalten der Geschichte.

Männer natürlich. Foto: Kammeroper

Sehen und Erleben

Diesmal laden das Volkstheater, die Kammeroper und die Dramatische Bühne je zwei Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift zu einer Vorstellung ein. Dazu muss folgende Frage richtig beantwortet sein: Wie heißt die männliche Hauptfigur des Stücks „Der fröhliche Weinberg"? Alle bis Mittwoch, 29. Juli, bei der Senioren Zeitschrift eingegangenen richtigen Antworten nehmen an der Verlosung teil. Die Gewinner bekommen die Karten dann umgehend geschickt.

Volkstheater
Innenhof des Dominikaner-Klosters, Kurt-Schumacher-Straße 23,
Der fröhliche Weinberg, 20. Juni bis 8. August.
Wo letztlich die Vorstellung stattfindet, erfährt man ab zwei Stunden vor der Vorstellung auf der Website www.volkstheater-frankfurt.de unter Spielplan -> Spielort-Info oder telefonisch: Dominikanerkloster (Pförtner):
Telefon 0 69 / 21 65 12 10, Volkstheater Frankfurt: 0 69 / 28 85 98,
Volkstheater Frankfurt, Vorstellungskasse
im Dominikanerkloster-Innenhof: 01 79 / 4 62 85 89

Kammeroper
Orchestermuschel im Palmengarten, Rigoletto, 18. Juli bis Mitte August.
www.kammeroper-frankfurt.de

Stoffel – Stalburg Theater
Günthersburgpark. Programm lag zum Redaktionsschluss noch nicht vor, bis 19. Juli, Eintritt frei, aktuelle Informationen unter www.stalburg.de

Sommerwerft
Kulturverein Protagon e.V., Weseler Werft
Internationales Straßentheaterfestival 21. August bis 6.September,
Einritt frei, www.sommerwerft.de

Die Dramatische Bühne
Klassiker aus dem Repertoire, Juli bis Ende August, Grüneburgpark
www.diedramatischebuehne.de

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Auflösung des Rätsels der Ausgabe 2/09:
Dem Architekten fehlt zum Glück/ von Zeit zu Zeit ein TORTENSTÜCK!/ Kommt ihm die Phantasie abhanden,/ kann er bei Dreiecksformen landen,/ die tortenähnlich sind präsent,/ was er mit viel Genuss erkennt./ Und ehe er sich recht versah,/ entstand daraus das MMK. *Herbert Hoffmann.*

Fünf Gruppenkarten von Traffiq, der Tochtergesellschaft der Stadt Frankfurt, die den gesamten städtischen Nahverkehr organisiert, haben gewonnen:
Anneliese Feuser, Linda Fischer, Hedi Höllwarth, Joachim K. Welte und Ingo Winter.

Aus dem Seniorenbeirat

Für drei Euro in die Oper. Was es in Berlin schon seit einigen Jahren gibt, fordert der Seniorenbeirat nun auch für Frankfurt: ein so genanntes Drei-Euro-Ticket. Es soll Inhabern des Frankfurt-Passes die Möglichkeit bieten, für drei Euro Theater, Opern und Konzerthäuser zu besuchen. Einzige Bedingung: Die Vorstellungen dürfen nicht ausverkauft sein. Der Stadt entstünden durch die ermäßigte Eintrittskarte noch nicht einmal zusätzliche Kosten, teilte Vorsitzender Christof Warnke mit. Im Gegenteil. Die Plätze blieben ja sonst frei und brächten den Kultureinrichtungen keinerlei Erlös. Diesbezüglich wurde von den Mitgliedern des Seniorenbeirats ein Antrag gestellt.

Bereits vergünstigt sind die von der Stadt Frankfurt angebotenen Urlaubsreisen für Senioren (ausführliche Informationen siehe SZ Nr. 1/09). Das Angebot sei vielseitig und habe sich bewährt, lobte der Beirat. Nur bei den Tagesausflügen erhielten sehr oft immer die gleichen Personen eine Teilnehmerkarte, andere gingen stets leer aus, kritisierten die Mitglieder den Vertrieb der Karten. Hinzu käme, dass die Stadt vor einigen Jahren die Zuschüsse für Reisen um rund die Hälfte gekürzt habe, so dass weniger finanzschwache Senioren in den Genuss einer Reise kommen. (Anmerkung der Redaktion: Die letzte Kürzung um 80.000 Euro erfolgte 2004 unter der früheren Dezernatsleitung. Die Ausflüge waren nie betroffen.) Die Karten für die Tageserholung werden im kommenden Jahr 27 statt 25 Euro kosten. Der Beirat stimmte der Erhöhung mit einer Gegenstimme zu.

Ebenfalls früher mitsprechen wollen die Seniorenvertreter bei der Planung für die Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt", die in diesem Jahr vom 15. bis 25. Juni stattfand. Das Gremium begrüßte zwar das umfangreiche Programm, monierte aber, dass die Themenschwerpunkte erst sehr spät bekannt gemacht wurden. Informationen zur Aktionswoche sind im Internet nachzulesen unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de

Mit Blick auf Frankfurts Straßen sieht vor allem Erna Brehl vom Ortsbeirat 11 (Fechenheim, Riederwald und Seckbach), Verbesserungsbedarf. Sie fordert Sitzgelegenheiten an den Haltestellen der Buslinie 551, die von Offenbach über Bergen-Enkheim und Fechenheim nach Bad Vilbel fährt, sowie Behindertenparkplätze an den Eingängen zum Zoo. Edith Schön-Aswendt vom Ortsbeirat 4 (Bornheim, Ostend) setzt sich ebenfalls für Gehbehinderte ein. Als Betroffene weiß sie, wie schwer es ist, etwa in Busse und U-Bahnen einzusteigen.

Immer wieder beobachte sie, dass die Busse einen Meter vor dem Bürgersteig anhalten, klagte die stellvertretende Vorsitzende des Seniorenbeirats. Wenn sich der Bus nicht zur Fahrbahn absenkt, sei es für sie fast unmöglich mit dem Rollator ein- oder auszusteigen, vor allem, wenn sie voll gepackte Einkaufstüten dabei habe. Stets sei sie auf Hilfe gutwilliger Fahrgäste angewiesen, denn Busfahrer winkten oft aus Zeitgründen ab. „Hier wäre dringend eine Schulung in punkto Höflichkeit und Behilflichkeit erforderlich", fordert sie in ihrem Antrag.

Das sieht der Seniorenbeirat zwar nicht ganz so streng. Er bittet aber den Magistrat einstimmig, die Busfahrer der VGF darauf hinzuweisen, möglichst dicht an den Bürgersteig heranzufahren und die Busse gegebenenfalls abzusenken. Doch damit nicht genug. Zudem fordert der Beirat mit einem Antrag seiner stellvertretenden Vorsitzenden, alle Haltestellen, die von Straßenbahnen mit Niederflurwagen angefahren werden, so umzugestalten, dass die Fahrgäste möglichst ebenerdig, sprich barrierefrei ein- und aussteigen können. Wie beispielsweise am Willy-Brand-Platz und am Römer. Das Gleiche gelte für die Bahnsteige der U-Bahnen.

Bliebe noch das Straßenpflaster. Denn auch die Beschaffenheit des Straßenbelags kann für Menschen mit Rollator oder Rollstuhl zum Problem werden. Vor allem, wenn das Pflaster holprig ist. Es sei sehr beschwerlich, mit seiner Gehhilfe darüber zu kommen, sagte Schön-Aswendt. „Die Erschütterungen, die man dabei spürt, verursachen erhebliche Schmerzen in den Gelenken". Vorsitzender Christof Warnke gab ihr Recht. „Das ist unangenehm und verunsichert die Benutzer". Er fand die Idee der Antragstellerin gut, das Straßenverkehrsamt möge künftig nur noch Verbundsteine bei der Ausstattung des Straßenbelags verwenden – auch wenn diese grau und hässlich seien, wie Ursula Kelety (Ortsbeirat 7) kritisch anmerkte.

Judith Gratza

Rätselauflösung

Schwedenrätsel:

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

Schach:

1. ...Db3:! **2.** ab3: Tb3: **3.** Le1 Le3+ **4.** De3: Tb1 matt. Auf **3.** Le3 folgt **3.** ...Le3:+ **4.** Sd2 Tb1 matt.

Theater in der Vorweihnachtszeit

Wie sicher schon von Vielen erwartet, organisiert das Rathaus für Senioren auch in diesem Jahr wieder in der Vorweihnachtszeit unterhaltsame Nachmittagsvorstellungen, die um 14 Uhr stattfinden. Frankfurter Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren können sich auf Vorstellungen im Volkstheater Frankfurt – Liesel Christ, Fritz Rémond Theater, Die Komödie und im Gallus Theater freuen. Über Titel und Inhalt der Stücke informieren wir in der nächsten Ausgabe der SZ.

Im Vorverkauf werden an die Verbände der freien Wohlfahrtspflege, die Sozialbezirksvorsteher/innen und andere Institutionen die Theaterkarten nach Bedarfsmeldung abgegeben. Am Montag, 2. November 2009, werden im Freiverkauf die noch zur Verfügung stehenden Theaterkarten im Rathaus für Senioren verkauft.

Weitere Auskünfte gibt es unter Telefon 069/212-38160.

Winterreisen 2009/2010

Auch in diesem Jahr bietet das Rathaus für Senioren wieder verschiedene attraktive Reisen über Weihnachten und Silvester an. Die Weihnachtserholung richtet sich vorwiegend an Alleinstehende, die die Feiertage und die Jahreswende in netter Gesellschaft verbringen möchten.

Antragsberechtigt sind alle Frankfurterinnen und Frankfurter ab 65 Jahren, die nicht an der letzten Sommer- oder Weihnachtserholung teilgenommen haben (ausgenommen hiervon sind Selbstzahler). Auch Jüngere ab Vollendung des 60. Lebensjahres können mitfahren, wenn Erwerbsunfähigkeitsrente, Unfallrente oder eine Rente wegen voller Erwerbsminderung gezahlt wird oder eine Schwerbehinderung von mindestens 50 Prozent vorliegt.

Einkommensgrenze und Kosten

Kostenlos kann teilnehmen, wer die derzeitige Einkommensgrenze (Alleinstehende 718 Euro / Ehepaare 970 Euro zuzüglich Miete inklusive Umlagen, jedoch ohne Heizkosten) nicht überschreitet. Wird diese Grenze bis zu 76,70 Euro überschritten, ist ein Eigenanteil in Höhe des überschrittenen Betrags zu zahlen. Bei noch höherem Einkommen ist die Mitfahrt nur als Selbstzahler möglich. Alle Reiseteilnehmer müssen eine Anmeldegebühr in Höhe von 20 Euro pro Person entrichten, die im Hotel zu zahlen ist.

Wie und wo anmelden?

Wer teilnehmen möchte, braucht zunächst einen so genannten Terminschein. Dieser kann mit dem unten abgedruckten Coupon schriftlich beantragt werden. Dazu bitte einen mit 0,55 Euro frankierten und mit der eigenen Adresse versehenen Rückumschlag beilegen (Bestelladresse: siehe Kasten).

Im August werden die verfügbaren Zimmer verteilt. Wer einen Platz für eine Winterreise bekommen hat, wird dann einen Terminschein erhalten. Auf diesem ist das Datum vermerkt, an dem die Buchung persönlich im Rathaus für Senioren vorgenommen wird. Dazu bitte die Sprechzeiten beachten, sowie die Hinweise auf wichtige Unterlagen, die zur Buchung mitgebracht werden müssen. Selbstzahler benötigen zur Buchung nur den gültigen Personalausweis oder einen Reisepass mit aktueller Meldebescheinigung, nicht älter als 14 Tage, den die zuständige Meldestelle ausstellt. Wer einen Schwerbehindertenausweis hat, sollte auch diesen vorlegen.

Reiseziele und Preise (Änderungen vorbehalten)

Bad Brückenau / Rhön (Unterbringung im Gästehaus)
vom 22.12.09 – 05.01.10 14 Tage inkl. VP = 721,15 EUR
Bad König / Odenwald
vom 23.12.09 – 06.01.10 14 Tage inkl. VP = 567,00 EUR
Bad Mergentheim / Taubertal
vom 23.12.09 – 06.01.10 14 Tage inkl. VP = 749,00 EUR
Bad Salzschlirf / Rhön
vom 21.12.09 – 04.01.10 14 Tage inkl. VP = 602,00 EUR
Reinhardshausen / Nordhessen
vom 22.12.09 – 05.01.10 14 Tage inkl. VP = 609,00 EUR
Bad Wörishofen / Allgäu
vom 22.12.09 – 05.01.10 14 Tage inkl. VP = 644,00 EUR

Die angegebenen Vollpensionspreise beinhalten das Sonderprogramm für Weihnachten und Silvester, die Fahrtkosten sowie den Kofferabholservice beim Großbus.

Ankündigung: Sommerreisen

Wer im nächsten Sommer an einer Reise des Rathauses für Senioren teilnehmen möchte, sollte jetzt schon schriftlich einen Terminschein anfordern. Hierfür den unten abgedruckten Coupon ausfüllen (bitte „Sommererholung" ankreuzen und einen frankierten Rückumschlag mit der eigenen Adresse nicht vergessen). Die Terminscheine werden Mitte Oktober zugesandt. Am 2. November werden dann die bis dahin noch zur Verfügung stehenden Terminscheine im Rathaus für Senioren ausgegeben. Dieser Termin sollte jetzt schon mal vorgemerkt werden.

Anschrift: Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main. Fragen zu den Seniorenreisen beantwortet das Team zur selbstständigen Lebensführung unter der Telefonnummer 0 69 / 2 12-4 99 44.
Sprechzeiten: Montag und Donnerstag jeweils von 8 bis 12 und 13 bis 15 Uhr.

Coupon für die ☐ Weihnachts- oder ☐ Sommererholung *(bitte in Druckbuchstaben ausfüllen)*

Teilnehmer/in: Name _____ Vorname _____

Begleitperson: Name _____ Vorname _____

Straße / Hausnr. _____

PLZ /Ort _____ Telefon _____

Geb.-Datum Antragsteller _____ Geb.-Datum Begleitperson _____

Selbstzahler: Ja ☐ Nein ☐ DZ ☐ EZ ☐ *(bitte ankreuzen)*

Letzte gebuchte Reise im Rathaus für Senioren im Jahr 200 _____

Ort / Datum _____ Unterschrift _____

(frankierten Rückumschlag mit Ihrer Adresse nicht vergessen!)

„Umsetzung schon im Gange“

Fünfter Teilbericht zur partizipativen Altersplanung in Frankfurt ordnet Handlungsempfehlungen

Genau 137 Handlungsempfehlungen gab es in den ersten vier Teilberichten zur partizipativen Altersplanung in Frankfurt. Jetzt erschien der fünfte, der diese Empfehlungen bewertet, damit eine Prioritätenliste umreißt und einen Überblick über die Infrastruktur für ältere Menschen schafft. Die ersten Teilberichte, aus denen die Handlungsempfehlungen stammten, befassten sich mit den Themen „Lebenslagen und gesellschaftliche Teilhabe“, „Selbstbestimmtes und selbstständiges Leben zu Hause“, „Angebote und Hilfen zur selbstbestimmten Lebensführung in stationären Einrichtungen“ und „Gesundheitliche Versorgung“.

Stadträtin Daniela Birkenfeld stellte gemeinsam mit Dr. Herbert Jacobs, dem Leiter des Teams Jugendhilfe- und Sozialplanung, und seiner Mitarbeiterin Bettina Reinecke das Werk bei einer Pressekonferenz vor. Die Bewertung, so betonte Birkenfeld, sei an sechs Zieldimensionen orientiert gewesen. So wurde im Einzelnen geschaut, ob die Handlungsempfehlungen

- die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung fördern,
- die gesellschaftliche Mitverantwortung und Mitsprache begünstigen,
- soziale Benachteiligung verhindern,
- sozialer Isolation entgegen wirken,
- dazu führen, dass sich Menschen gegenseitig unterstützen,
- und Institutionen sich zur Weiterentwicklung vernetzen.

Für jede der 137 Handlungsempfehlungen wurden Punkte zwischen eins (unwichtig) bis fünf (sehr wichtig) separat für jedes der sechs Bewertungskriterien vergeben und anschließend ein Durchschnittswert ermittelt. Daraus entstand eine „Hitliste“ der Empfehlungen, die die sechs genannten Aspekte oder Teile davon besonders stark unterstützen.

„Das heißt aber nicht, dass wir den Auftrag der Stadtverordneten von vor nunmehr sieben Jahren, Handlungsempfehlungen zu entwickeln und zu ordnen, erst jetzt abgeschlossen haben und nun erst zur Praxis übergehen“, erläuterte Daniela Birkenfeld. Im Gegenteil: Einige Projekte seien schon voll im Gange. Als Beispiel nannte sie einen Einkaufsmarkt in Eckenheim, in einem Stadtviertel, wo viele ältere Menschen wohnen. Hier gab es keine Infrastruktur mit einem Lebensmittelhandel mehr (siehe dazu auch Artikel Seite 40).

Der vorhergehende kommunale Altenplan stammte aus dem Jahr 1983 und seither habe sich in den Ansichten, wie alte Menschen leben wollen, deutlich etwas verändert. „Das bürgerschaftliche Engagement von alten Menschen steigt“, sagte Birkenfeld. Ebenso wächst die Nachfrage nach alternativen Wohnformen. In der Tat erfahren Projekte, die ein Zusammenleben verschiedener Generationen ermöglichen, derzeit reges Interesse.

Auf der Hitliste der Handlungsempfehlungen ganz oben steht beim Ziel, die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung zu fördern, dass Einzelzimmer Regelangebot in Frankfurter Einrichtungen werden sollen (Bewertung 4,9 von 5 Punkten). Mit glatten 5 Punkten, der höchsten möglichen Bewertung unter dem Zielaspekt soziale Benachteiligung zu verhindern, rangiert der Vorschlag, Beratungs- und Unterstützungsleistungen anzubieten und zu finanzieren. Sozialer Isolation entgegen wirkt der Vorschlag, ambulant betreute Wohngruppen für Risikogruppen bei älteren Menschen auszubauen nach Ansicht der Bewerter mit einer Punktzahl von 4,7. Gegenseitige Unterstützung fördern kann am besten der Vorschlag, ehrenamtliche Helfer für den Hospizbereich zu gewinnen und zu qualifizieren. Die bessere Kooperation unter Ärzten und Therapeuten soll das Ziel, dass sich Institutionen zu einer Weiterentwicklung des Hilfesystems vernetzen, maximal fördern (Bewertung mit 5 Punkten).

Über alle sechs Zieldimensionen hinweg, gab es die Maximalbewertung 3,8. Dies traf den Vorschlag, Begegnungsangebote in den Stadtteilen zu fördern und zu unterstützen ebenso wie die Schaffung von zwei bis drei Palliativ-Care-Pflegeteams. *Felix Holland*

Anzeigen

Wohnen mitten im Wald
Altenwohnanlage der
Luisa Hauser-Frauen-Stiftung
Am Roten Graben 7–11,

**bestehend aus 3 Häusern mit je 7 Etagen,
161 Wohnungen, Aufzügen und PKW-Abstellplätzen.
Nähe Hessen Center. Endstation U7 Enkheim + Bus.**

**Folgende Wohnungen können wir ihnen neu renoviert anbieten:
1 ZW, 37 m², Grundmiete 312 € plus NK sowie
1,5 ZW, 43/47 m², Grundmiete 358 € plus NK**

Aussttattung: Wohnzimmer, Küche, Bad, Balkon, Keller, Zentralheizung, Sat-TV, Hausnotruf. Betreuungsdienst, Clubmittage, Sozialarbeitersprechstunden durch den Frankfurter Verband für Alten-, und Behindertenhilfe e. V.. Im Hause sind Ärztesprechstunden, Cafeteria, Lebensmittelgeschäft, Frisör, Fußpflege, Dämmerschoppen.

Besichtigungstermine:
Montag und Donnerstag von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr,
mit Wohnberechtigungsschein nach § 88 d vom Amt für Wohnungswesen oder auch mit Fehlbelegungsabgabe möglich. Kurzfristiger Bezug.

Kontakte:
Wohnheim GmbH und Luisa-Haeuser-Frauen-Stiftung,
Herr Ludwig u. Herr Jahn, Tel. 069/40 80 63 65 u. 069/42 69 08 31

So lang wie möglich zuhause

Stadt ermittelt Bedarf zum Wohnen im Alter

In welchem Stadtteil wohnen Menschen ab 50 Jahren am liebsten und wie stellen sie sich ihr Leben im Alter vor? Dieser und anderen Fragen geht das Sozialdezernat derzeit auf den Grund. Es ist die größte Bedarfsanalyse zum seniorengerechten Wohnen, die die Stadt bisher auf den Weg brachte.

Erste Ergebnisse liegen bereits vor. Danach haben viele ein Eigenheim, leben lange dort und wollen am liebsten auch in den eigenen vier Wänden oder zumindest im Stadtteil bleiben. Menschen über 50 leben am liebsten in Seckbach, Dornbusch, Sachsenhausen-Süd, Bergen-Enkheim und Praunheim. Dort ist ihr Anteil mit 40 Prozent am höchsten. Hohe Fluktuation und ein entsprechend niedriger Anteil an alten Menschen sind dagegen in Höchst, im Bahnhofsviertel, in Kalbach-Riedberg und in Bockenheim zu verzeichnen.

Gut ein Drittel der Frankfurter ab 50 lebt allein. In der Altstadt und im Bahnhofsviertel sind es sogar mehr als die Hälfte. „Das heißt, wir müssen dort zum Beispiel darauf achten, dass Mobilität und Einkaufsmöglichkeiten gewährleistet sind", sagte Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld. Um Defizite und Bedürfnisse zu erfassen, hatte das Sozialdezernat im zweiten Schritt der Analyse 15.000 zufällig ausgewählte Frankfurter über 55 Jahre angeschrieben und sie nach ihrer Wohnsituation, alterstauglichen Ausstattung der eigenen vier Wände, zum Leben im Stadtteil, zu Person, Haushalt und Vorstellungen fürs Wohnen im Alter befragt.

Umfangreiche Analyse

Nach der Auswertung der Fragen will die Stadt einen Handlungskatalog für Wohnungsbaugesellschaften, private Investoren und Vermieter erarbeiten. „Denkbar ist, dass wir verhindern, dass bestimmte Buslinien gestrichen werden, die für die Versorgung im Stadtteil wichtig sind", erläuterte die CDU-Politikerin. Oder, dass ehrenamtliche Dienste eingerichtet werden, die das Einkaufen vor Ort erleichtern, Wohnungsbaugesellschaften für barrierefreie Zugänge sorgen oder ihre Siedlungen nach dem so genannten Bielefelder Modell mit ambulanten Hilfsdiensten und Beratungsstellen ausstatten.

Am Liebsten zuhause

Um diesen Bedarf zu ermitteln, reichten Aktionstage zum Thema Wohnen im Alter, wie vor einem Jahr im Römer, nicht. „Da kommen engagierte jüngere Ältere, die bestimmte Formen wie genossenschaftliches Wohnen wünschen." Das bedeute aber nicht, dass die Mehrheit der Alten das wünscht. „Die meisten wollen so lange es geht in ihren Wohnungen bleiben und brauchen eher ein ambulantes Hilfenetz in der Nähe", begründete die Stadträtin die umfangreiche Analyse.

Zum Thema Wohnen im Alter gibt es viele unterschiedliche Ideen. Foto: Rüffer

Ein Blick auf die Statistik offenbart, warum dieses Thema für die Stadtpolitik so wichtig ist: 108.300 Einwohner Frankfurts sind 65 Jahre und älter. Das sind 6,2 Prozent mehr als vor zehn Jahren, sagt Birkenfeld. Die Stadt sei im vergangenen Jahrzehnt zwar nicht so stark gealtert wie die anderen Kommunen in Bund und Land – die Zuwachsraten bei Menschen ab 65 Jahren liegen dort bei 23,7 und 27,4 Prozent. Der Anstieg von 9,8 Prozent bei der Altersgruppe der über 80-Jährigen in Frankfurt sei allerdings relativ hoch. „Nach den vorliegenden Prognosen ist davon auszugehen, dass im Extremfall bis 2025 ein Fünftel der Bevölkerung über 65 Jahre alt sein wird."

Die Ergebnisse der Analyse sollen voraussichtlich Ende des Jahres vorgestellt werden. *Judith Gratza*

Anzeige

Totalprothesen für ein angenehmes Leben

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

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

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

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

Zahnarztpraxis Helga Dönges
Gutzkowstraße 44
60594 Frankfurt am Main
Tel: 069/62 32 49 · Fax: 069/61 21 61

Was man nach „La, le, lu" noch alles machen kann

Eine Talkrunde von Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld mit der früheren Chanson- und Schlagersängerin Maria Mucke-Grünefeld, Stadtrat Hans-Dieter Bürger und dem Turngau-Vorsitzenden Volker Gilbert eröffnete im „Café Anschluss" die Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt" (15. bis 25. Juni).

Lebensbejahende Menschen erzählen gerne. **Fotos (2): Oeser**

Daniela Birkenfeld, Frankfurts Dezernentin für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, entlockte ihren Gästen im traditionellen Auftaktgespräch auf dem Podium Auskünfte über ihre vielfältigen Aktivitäten. Das kam so lebendig und spritzig daher, dass Alter kaum als Beschränkung, sondern als Möglichkeit greifbar wurde.

Ist das Bild der Medien vom Altern, das meist mit Pflegebedürftigkeit, Rentensorgen und Bevölkerungsschwund gleichgesetzt wird, angemessen? Daniela Birkenfeld hielt dem entgegen, die meisten Senioren in Frankfurt seien „ganz Aktive". Als gutes Beispiel entpuppte sich Maria Mucke-Grünefeld, die sie als Erste befragte. Deren Lied „La, le, lu" wurde zu einer Erkennungsmelodie Heinz Rühmanns. „Ich bin immer hin, wo ich wollte, und habe gemacht, was ich wollte" lüftete Mucke-Grünefeld ihr Geheimnis. Von einer Benachteiligung als Frau merkte sie so wenig wie vom Alter: „Es hat mich keiner gebremst." Als sie sich im Alter von über 70 Jahren zurückziehen wollte, holte man die heute 90 Jahre alte Dame bald an die Frankfurter Musikhochschule, wo sie im Aufbaustudium „Chansongesang" etwa Sabine Fischmann zu der großartigen Künstlerin formte, die sie heute ist (mehr über Maria Mucke steht auf Seite 10).

Als echten Frankfurter Bub stellte die Juristin Birkenfeld (Jahrgang 1959), die lange an der Verwaltungsfachhochschule Hessen lehrte, ihren Stadtratskollegen Hans-Dieter Bürger vor. Heute 68-jährig, wurde er in der Paulskirche getauft, lernte Groß- und Außenhandelskaufmann und studierte Diplom-Verwaltungswirt, arbeitete beim Arbeitsamt Frankfurt, war dort nebenher Personalratsvorsitzender und 37 Jahre als Stadtverordneter oder Magistratsmitglied mit Schwerpunkt Sport und Wirtschaft tätig. „Ich war von der Schule an dafür aufgeschlossen, mich für andere zu engagieren" – zum Beispiel als 17-faches Vereinsmitglied.

Im fröhlichen Gespräch (von links): Hans-Dieter Bürger, Maria Mucke-Grünefeld, Volker Gilbert und Daniela Birkenfeld.

> *„Mit dem glücklich sein, was man macht."*

Auch er habe keine Zeit, lang über das Alter nachzudenken. Zufriedenheit sei aber keineswegs immer an Aktivismus gebunden: „Entscheidend ist, dass man mit dem glücklich ist, was man tut. Es gibt sehr, sehr viele Wege dahin." Verständnis äußerte er für die Jungen, um die man werben müsse, ohne sich vom negativen Bild in den Medien beirren zu lassen. Eine Betrachtung, die die Sozialdezernentin animierte, ihren 16-jährigen Sohn zu zitieren: „‚Ihr tut immer so, als wären wir Jugendlichen allesamt Schläger, die am Bildschirm Kriegsspiele spielen. Aber so sind wir ja gar nicht!'"

Den Schluss machte der, nach Birkenfeld, Jüngste der Runde. Wie Bürger nannte auch Volker Gilbert, der beim Turnfest in Frankfurt als Turngau-Vorsitzender und Leiter des Arbeitskreises Schulunterbringung tausende Helfer und noch mehr Übernachtungen organisieren half, Engagement für andere das Wichtigste: „Nur draußen sitzen und sagen ‚Man müsste mal...' – also, das ist der schlimmste Satz, den ich kenne." Man müsse das aber auch vorleben. Wenn der Nachwuchs heute spärlicher werde, so auch darum, weil er es beruflich schwerer habe und mehr unter Druck stehe. „Man muss auf die jungen Leute zugehen und auch mal einsehen, wenn sie sagen: ‚Tut mir leid, geht nicht.'" Nein, seine Zwillingstöchter („die werden jetzt 76 – zusammen...") habe die ehrenamtliche Arbeit nicht abgeschreckt: „Die Vorbildfunktion hat funktioniert."

Alt, so Bürger, sei man nur dann, „wenn man Neuem nicht mehr zugänglich ist". Wer andere begeistern und Türen aufschließen wolle, sollte vor allem eins tun: „Nicht zuviel von sich selbst erzählen! Sondern fragen: Wie gehts dir denn?"

Marcus Hladek

Bürgerforen als Beteiligungsmodell auf dem Prüfstand

In der Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt" diskutierten Senioren über demokratische Willensbildung in der Kommune

Bessere Entscheidungsfindung durch direkte Beteiligung. Die Ergebnisse der Workshops zur Veranstaltung „Bürger mischen mit" werden präsentiert.

Foto: Oeser

Bürgerschaftliches Engagement, direkte Beteiligung bei Entscheidungen durch die Kommune und bessere Entscheidungsfindung durch Bürgerforen waren Themen auf der Veranstaltung „Bürgerinnen und Bürger mischen mit" während der Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt".

Die Suche nach basisdemokratischen Umgangsformen im politischen Bereich wurde bereits in der Aktionswoche im vergangenen Jahr begonnen. Ursprünglich war sie angeregt worden durch die fünfteilige Schrift über die „Partizipative Altersplanung", die das Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht herausgegeben hat (siehe Seite 24). Hier wurden Handlungsvorschläge evaluiert, die sicherstellen sollen, dass die Betroffenen an einer politischen Rahmenplanung beteiligt werden.

Diesen Impuls griffen die Senioren auf und fragten konkret nach dem Instrument eines Bürgerforums. Sie fragten danach, wie demokratische Strukturen in der Praxis ausgestaltet werden können – und zwar nicht nur in Bezug auf ältere Mitmenschen. Kann ein solches Bürgerforum das bürgerschaftliche Engagement stärken, ein dialogorientiertes Vorgehen der Verwaltung fördern und so besser den Wünschen und Bedürfnissen der Bevölkerung Rechenschaft tragen, lautete die Fragestellung.

Um dies herauszufinden, hatten die Veranstalter die Leiterin des Büros für Ratsangelegenheiten Osnabrück eingeladen,

Älter werden und jung bleiben

Warum nicht mal herzhaft Lachen? Der Lachyogaclub von der KreativWerkstatt zeigt wie es geht.

Bevor man lacht, muss man ein bisschen üben.

Ein Bild gemeinsam malen. Die KreativWerkstatt bietet dafür den richtigen Rahmen.

die regelmäßig als hauptamtliche Kraft Bürgerforen in ihrer Stadt organisiert. Rita Hoffmann berichtete von den fest institutionalisierten Formen der Gespräche mit den Bürgerinnen und Bürgern. Jeder Bürger kann hier in den regelmäßigen Veranstaltungen in den Stadtteilen Themen einbringen, Wünsche äußern oder Fragen stellen. Die Anregungen werden dann von der Verwaltung aufgenommen, eine Entscheidungsbefugnis wird dem Bürgerforum aber nicht zugesprochen.

Ein „gelungenes Projekt" mit Bürgerbeteiligung in Frankfurt stellte Lisel Michel von der Initiative Alte für Frankfurt (AfF) zusammen mit Mona Winkelmann vom städtischen Referat Mobilitäts- und Verkehrsplanung vor. Das Projekt zum Thema Nahmobilität im Nordend (50.000 Haushalte) erhielt Bundesmittel, die Innovationen für eine familien- und altengerechte Quartiersentwicklung fördern sollten. Dabei waren die Formen der Bürgerbeteiligung äußerst vielfältig: Eine Auftaktveranstaltung informierte 100 Besucher, ein Mitmach-Flyer regte dazu an, Mängel aufzulisten und Verbesserungsvorschläge zu machen – immerhin insgesamt 780. Projektwebsites (www.Nahmobilitaet-Nordend.de und www.urbanes.Nordend.de) eröffneten weitere Kanäle der Information und des Handelns für die Bürger. Desweiteren wurden zu verschiedenen Themen Planungsspaziergänge veranstaltet, die in einer Kleingruppe das Nordend jeweils unter einem Teilaspekt in den Fokus rückten. Die Themen befassten sich mit Eltern und Kindern, Blinden oder der Förderung der Nahmobilität und Nahversorgung. Kinder sollten direkt einbezogen werden, etwa mit „Kinderstreifzügen" oder – in Kooperation mit den Schulen – sollte die Einheit „Unsere Klasse zu Fuß unterwegs" Erfahrungen mit dem Verkehrsraum vermitteln helfen.

Die neue Sprecherin der Initiative „Alte für Frankfurt", Doris Appel, äußerte sich optimistisch, dass die Diskussion um Bürgerforen der erste Schritt sei zu neuen Strukturen für mehr bürgerschaftliches Engagement. *Felix Holland*

Auch im Freien möglich: Seniorentanz, angeboten von der TG Bornheim.

Einmal richtig freuen, das tut gut.

Mitglieder vom 1. Frankfurter Pétanque Club erläutern das Boule-Spiel und laden zum Mitspielen ein.

Öfters einmal etwas Neues ausprobieren: zum Beispiel Jin shin jyutsu (japanisches Heilströmen).

Interkulturelle Begegnung durch Kunst: Die Kunstmalerin Jamila aus Usbekistan malt im Interkulturellen Seniorentreff OASI in Höchst Portraits von Besuchern.

Netzwerken will geübt sein.

Mitmachen, mitgestalten

Bürgeranhörung zum Thema Älter werden

Im Frankfurter Römer sitzen nicht nur Stadtverordnete, während der Aktionswoche mischen dort auch Frankfurter Bürgerinnen und Bürger mit. Fotos (2): Rohnke

Wilhelm Hansen überlegt täglich, ob er sich vor die Haustür begeben soll. Der Niederräder hat Multiple Sklerose und sitzt im Rollstuhl. Wenn er die Wohnung verlassen will, ist er auf seine Frau angewiesen. Ohne fremde Hilfe kommt er kaum die Bürgersteige hoch und runter und kann kein Café besuchen, weil die Zugänge nicht barrierefrei sind. Er kann noch nicht einmal den Bruchfeldplatz überqueren, weil dort eine Stufe eingebaut ist, die ihn zur Rückkehr zwingt. Die Bürgerinitiative „Älter werden in Niederrad" hat dies am 23. Juni im Römer dokumentiert.

Dort, wo sonst Stadtverordnete Debatten führen, nahmen rund 90 engagierte Frauen und Männer jenseits der 40 Platz, um sich an der Anhörung des Sozialausschusses zum Thema Partizipative Altersplanung „Mitmachen, mitgestalten" zu beteiligen. Handlungsfelder gibt es viele, und die betreffen nicht nur die Barrierefreiheit. Das verdeutlichte Christiane van den Borg, Leiterin des Jugend- und Sozialamtes, als sie den fünften und letzten Bericht zur künftigen Altersplanung vorstellte.

„Es gibt keinen klassischen Lebensentwurf, sondern viele verschiedene, mit denen wir uns beschäftigen müssen", betonte sie. Zu den 30 „Top-Favoriten", die in sieben Jahren und mit hoher Beteiligung der Bürger zusammengetragen wurden, zählen Hilfen beim Wohnraum, wie den Einbau von Treppenliften zu fördern, über Vernetzung in den Stadtteilen bis hin zum Zuschuss für Hospizinitiativen (siehe Bericht auf Seite 24).

Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld betonte, dass es sich bei dem Bericht nicht um ein fertiges Konzept handele, sondern um eine Grundlage für den Dialog zwischen Stadt und Bürgern. „Entscheidungsprozesse müssen nachvollziehbar sein und von der Bevölkerung mitgetragen werden", sagte die CDU-Stadträtin. Erfreut stellte sie fest, dass das Bedürfnis sich einzubringen, deutlich gestiegen sei.

Dies belegten viele Beispiele, die bei der Anhörung präsentiert und in Gesprächskreisen diskutiert wurden. So fördert Frankfurt in 14 Stadtteilen das harmonische Miteinander im Rahmen des „Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft", wie Horst Schulmeyer, Leiter der Stabsstelle, ausführte. „Ziel ist es, Anstöße zu geben, die Leute einzubeziehen und zu unterstützen." Etwa in Griesheim-Nord, dem Gebiet nördlich der Mainzer Landstraße, wo 8.000 Menschen wohnen. Dort hat sich seit 2005 ein Seniorenspielnachmittag etabliert, der nicht nur zockt, sondern auch Computerkurse organisiert, erläuterte die zuständige Quartiersmanagerin Silja Polzin. „Wichtig ist, dass es eine aktive Person gibt, die einen mitreisst".

Die Bürgerinitiative in Niederrad kann dies nur bestätigen. Vor zehn Jahren in der katholischen Gemeinde „Mutter vom Guten Rat" gegründet, setzen sich die Ehrenamtlichen in ihrem Büro in der Goldsteinstraße unter dem Motto „Bürger engagieren sich" für die Belange der Senioren ein. Sie informieren sie über Angebote im Stadtteil, besuchen sie vor Ort und fördern den Kontakt zwischen Schülern mit Migrationshintergrund und älteren Bürgern. Mit Erfolg. „Wer die Zukunft mitgestalten will, muss seiner Zeit voraus sein und es wagen, gemeinsam neue Wege zu gehen", appellierte die 70-jährige Gründerin der Initiative, Ingrid Iwanowsky, an das Publikum im Plenarsaal.

Informationen zur Partizipativen Altersplanung sind im Internet nachzulesen unter www.stadt-frankfurt.de, Suchwort: Jugend- und Sozialamt. Anregungen per E-Mail: jugendhilfe-und sozialplanung.amt51 @stadt-frankfurt.de *Judith Gratza*

Stellen sich den Fragen der Bürger: Christiane van den Borg (links) und Daniela Birkenfeld.

Mitmachen, das eigene Leben gestalten

Neues Entdecken, an Workshops teilnehmen, spannende Themen diskutieren. Die Frankfurter Bürgerinnen und Bürger hatten die Qual der Wahl zwischen über 230 Veranstaltungen, die das Jugend- und Sozialamt während der Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt" auf die Beine gestellt hat. Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld ist überzeugt, dass diese Veranstaltung wieder dazu beigetragen hat, das Miteinander in der Kommune lebendig zu gestalten.

Frau Stadträtin Birkenfeld, die Aktionswoche wurde zum achten Mal durchgeführt, welche Bedeutung hat sie Ihrer Meinung nach für die Senioren?
In Frankfurt gibt es ja das ganze Jahr über ein vielfältiges Angebot für Seniorinnen und Senioren. Der Vorteil der Aktionswoche aber ist, dass sich ältere Menschen, deren Angehörige und Fachkräfte in der Altenhilfe kompakt über das Thema Alter informieren können. Außerdem gilt insbesondere für Mitmach- und Bewegungsangebote, dass es vielen Menschen leichter fällt etwas Neues auszuprobieren, wenn auch die anderen Teilnehmer Neueinsteiger sind. Das kompakte Angebot birgt also viele Chancen, sich über neue Lebensformen, Aktivitäten sowie Forschungsthemen zu informieren.

Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld
Foto: Rüffer

Sie plädieren dafür, sich schon früh mit dem Alter auseinanderzusetzen?
Die frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Älter werden ist die beste Voraussetzung, um den dritten Lebensabschnitt genießen zu können und möglichst lange selbstständig zu leben. Wer sich mit 50 Jahren Gedanken darüber macht, wie er im Alter wohnen möchte, hat eine größere Flexibilität, neue Weichen zu stellen, als ein 90-Jähriger, der im vierten Stock ohne Aufzug wohnt und allmählich Gehschwierigkeiten bekommt. Gerade auch zu diesem Thema gab es viele interessante Veranstaltungen während der Aktionswoche.

Wie ist Ihrer Einschätzung nach die Partizipation, also die Teilnahme der Frankfurter an dem Prozess der Altersplanung?
In den vergangenen Jahren ist das Bedürfnis sich einzubringen deutlich gewachsen. Das hat sich unter anderem bei der Befragung für die Bedarfsanalyse zum seniorengerechten Wohnen gezeigt, die wir im Mai durchgeführt haben. Mehr als 30 Prozent der 15.000 angeschriebenen Seniorinnen und Senioren haben den Fragebogen ausgefüllt zurückgeschickt. Das ist sehr viel.

Auch die Bürgeranhörung während der Aktionswoche, die unter dem Motto „Mitmachen – mitgestalten" stand, hat viel Anklang gefunden. Es war mein Wunsch, dass die Bürgerbeteiligung Thema der diesjährigen Bürgeranhörung im Rahmen der Aktionswoche ist.

Die Partizipative Altersplanung der Stadt Frankfurt hat mit der Vorlage des letzten Teilberichts im April dieses Jahres zwar formal ihren Abschluss gefunden, der Prozess der Altersplanung selbst – und insbesondere der Dialog mit den Bürgerinnen und Bürgern – muss aber weiter gehen. Unsere Gesellschaft lebt davon, dass Entscheidungsprozesse nachvollziehbar sind und von der Bevölkerung mitgetragen werden. Alles andere führt zu Verdruss und schwächt die Demokratie.

Was hat Sie persönlich während der Aktionswoche besonders beeindruckt?
Die Begegnung mit Maria Mucke-Grünefeldt bei der Talkrunde zum Auftakt der Aktionswoche hat mich sehr beeindruckt. Mit ihren fast 90 Jahren strahlt die frühere Sängerin und Schauspielerin eine Lebensfreude aus, die einfach ansteckend ist. Wem es in dieser Form gelingt, sein Interesse an der Gesellschaft und seine Begeisterungsfähigkeit zu erhalten, muss sich keine Sorgen machen, im Alter zu vereinsamen. *Jutta Perino*

Das Leben gemeinsam feiern.

Folklore macht fröhlich.

Kegeln bringt Spaß – zum Beispiel auf der Kegelbahn der FTG Bockenheim. Fotos (12): Oeser

90 Jahre AWO

In den Monaten nach dem Ersten Weltkrieg litten die Menschen in Deutschland schrecklichen Mangel. Um diese Not zu lindern, beschloss die SPD im Dezember 1919 die Gründung einer sozialdemokratischen Wohlfahrtspflege: Die AWO wurde gegründet. Die vorrangigen Aufgaben waren damals „Schulspeisungen" und „Erwerbslosenküchen", die Verteilung von Hilfsgütern und Lebensmitteln, die Ausbildung von Mitarbeitern zu Sozialarbeitern und der Entwurf von Gesetzen für eine fortschrittliche Sozialpolitik. Die Frankfurter AWO stand schon damals für fortschrittliche Pädagogik. Sie holte – wie heute – arbeitslose Jugendliche von der Straße, bildete aus und beteiligte sich am Aufbau einer Jugendgerichtshilfe.

Johanna Kirchner

Zu den Gründerinnen gehört Johanna Kirchner, die sich besonders um Kinder aus armen Lebensverhältnissen kümmerte. Die engagierte Sozialdemokratin war seit 1933 vor den Nationalsozialisten auf der Flucht. 1937 wurde sie ausgebürgert und staatenlos erklärt. Sie emigrierte nach Frankreich, wo sie 1942 verhaftet und an Deutschland ausgeliefert wurde. 1944 wurde sie wegen „Vorbereitung zum Hochverrat" hingerichtet. An die Widerstandskämpferin erinnert heute die Johanna-Kirchner-Stiftung, die seit 1961 innerhalb des Kreisverbands die eigenständige Verwaltungseinheit der AWO-Altenheime bildet. Zu den ersten Frauen der AWO Frankfurt zählen auch die Riederwälderin Johanna Tesch, die ebenfalls ein Opfer der Nazidiktatur wurde, und die jüdische Sozialreformerin und SPD-Stadtverordnete Henriette Fürth, Frankfurts AWO-Vorsitzende im Herbst der Weimarer Republik.

Bei den Suppenküchen gab es warmes Essen. Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Vom Jahr 1945 an waren sie wieder da, die Versteckten, die Emigranten, die Illegalen und begannen wieder mit Suppenküchen und Nähstuben, organisierten Brennmaterial und luden Kinder zu den ersten Erholungsmaßnahmen und zum Sattessen ein. Johanna Kirchners jüngster Bruder August Stunz leitete die AWO nach dem Zweiten Weltkrieg und baute die von nun an parteiunabhängige Organisation neu auf.

Die Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Frankfurt e.V. (AWO) hat sich im 90. Jahr ihres Bestehens neu aufgestellt. Alle Geschäftsabläufe wurden auf den Prüfstand gestellt, um wirtschaftlich schwierige Situationen wie in den Jahren 2002 bis 2004 künftig zu vermeiden. Als einer der ersten Sozialverbände ließ die AWO Pflegequalität und andere Kriterien nach DIN EN ISO 9001:2000 zertifizieren.

„Wir haben in den vergangenen Jahren den Spagat gemeistert, ein modernes und hocheffizientes Management aufzubauen und trotzdem den AWO Traditionen der Chancengleichheit und des sozialen Fortschritts treu zu bleiben", erläutert Dr. Jürgen G. Richter, Geschäftsführer der AWO Frankfurt, den Erneuerungsprozess. Zu den Erfolgen der Umstrukturierung gehören die Zentralisierung des Einkaufs und das Zurückholen zuvor an Privatunternehmen ausgelagerter Dienstleistungen.

Engagement der AWO

Im 90. Jahr ihres Bestehens zählt die AWO Frankfurt rund 4.000 Mitglieder. Davon engagieren sich etwa 500 ehrenamtlich zugunsten von Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen. Der größte Teil der 1.300 AWO-Mitarbeiter ist in sechs stationären Altenpflegeeinrichtungen sowie in zwölf AWO-Seniorenwohnanlagen beschäftigt. Darüber hinaus betreut der Verband sechs Kindertagesstätten und Krabbelstuben sowie sieben Jugendtreffpunkte.
Hinzu kommen eine Anlaufstelle für straffällig gewordene Frauen, vier Kleiderstuben für Menschen in finanziellen Schwierigkeiten und weitere soziale Initiativen. Seit Anfang vorigen Jahres vermittelt die Agentur „Freiwillig" ehrenamtliche Kräfte (die SZ berichtete).

Ein Film über die Geschichte der AWO wird am 12. August um 14 Uhr in der Eichwaldstraße 71 (Burgblock) gezeigt. Anmeldung erbeten unter Telefon 0 69/49 95 51. Den Abschluss des Jahres unter dem Motto „Jede Menge Leben" bildet ein Dankeschön-Fest für alle Helfer, Mitarbeiter und Förderer der AWO am 6. November von 18 Uhr an im Bürgerhaus Bornheim.

Anzeige

Hotel Jägerhof
Bad Brückenau
inmitten der bayerischen Rhön

Verbinden Sie altersgerechtes Wohnen mit den Annehmlichkeiten eines familiär geführten Hotels!

– Ihr Zuhause im Jägerhof –

Unser Angebot
- 1-3 Zimmer Appartements, möbliert oder unmöbliert, Telefon, Kabel-TV, Küchenzeile
- inkl. tägliches, abwechslungsreiches Mittagessen mit Menüwahl (Vollpension auf Wunsch)
- inkl. wöchentliche Reinigung, Wäscheservice
- Kurzzeitpflege, Hallenbad und Sauna
- Ausflüge, Fahr- und Einkaufsservice
- ruhige Lage mit parkähnlichen Garten in unmittelbarer Nähe zum Kurpark mit vielseitigen Kultur- und Gesundheitsangeboten
- ab 870,– € pro Monat inkl. aller Nebenkosten

Kennenlern – Angebot
Lernen Sie uns und unsere Umgebung kennen und besuchen Sie uns als Hotelgast. Ab einer Buchung von 2 Nächten bieten wir Ihnen einen kostenlosen Transfer von Haus zu Haus an.

Wernarzer Straße 7a • 97769 Bad Brückenau
Telefon: 0 97 41 - 910 70 • Fax: 0 97 41 - 910 772
eMail: pension_jaegerhof@t-online.de
www.kurpension-jaegerhof.de

Energiefressern auf der Spur

Antonio Lopez (l.) und Achim Cilchou beraten eine Seniorin, wie sie Strom sparen kann.

Der Blick auf die Stromrechnung dürfte angesichts steigender Energiepreise für niemanden erquicklich sein. Für Haushalte mit geringem Einkommen, für Arbeitslose etwa, denen pro Tag nur wenige Euro zum Lebensunterhalt zur Verfügung stehen, oder für ältere Bürger mit Grundsicherung gleicht eine hohe Stromrechnung einer Katastrophe. Dabei lassen sich mit entsprechenden Energiesparmaßnamen bis zu 100 Euro pro Jahr einsparen.

Vor drei Jahren hat das Frankfurter Umweltamt die Idee entwickelt, insbesondere einkommensschwachen Bürgern eine Energieberatung anzubieten. Das Cariteam der Caritas entwickelte sie weiter und trat schließlich mit der Anregung an das Rhein-Main Jobcenter heran, doch Langzeitarbeitslose zu Energieberatern schulen zu lassen. Aus der Idee wurde Realität. Die Aktion Stromspar-Check, getragen vom Deutschen Caritasverband und der Energie- und Klimaschutzagenturen (eaD), war geboren. Bereits 2007 suchten die ersten Energieberater in Frankfurt Ratsuchende in ihren Wohnungen auf. Im Rahmen des „Frankfurter Programms – Aktive Nachbarschaft" fördert das Sozialdezernat das Projekt gegenwärtig mit 25.000 Euro, wie Stadträtin Daniela Birkenfeld bei einer Pressekonferenz zu dem Projekt sagte. Das Bundesumweltministerium legte ein bundesweites Förderprogramm auf und fördert das Projekt mit annähernd fünf Millionen Euro. Im Mai waren es bereits 60 Standorte. Aus dem Topf des Bundesministeriums heraus werden auch die so genannten Starterpakete finanziert. Das sind große Energiesparkoffer, gefüllt mit Energiesparlampen, schaltbaren Steckdosenleisten, TV-Abschaltern zur Vermeidung von Standby-Verlusten und Zeitschaltuhren zur Einsparung bei der elektrischen Warmwasserbereitung. Die Energiespargeräte im Wert von rund 70 Euro erhalten einkommensschwache Haushalte gratis, und wer entsprechenden Bedarf anmeldet, für den gibt es zusätzlich Wasserstrahlregler und wassersparende Duschköpfe.

Die Beratung ist gratis

Auch wenn der Stromspar-Check vor allem einkommensschwache Haushalte erreichen soll, können ihn auch Besserverdienende in Anspruch nehmen, die Beratung ist auch für sie gratis. Energiespargeräte müssen sie sich allerdings selbst zulegen.

Bettina Sickenberger leitet das Projekt. „Unser Angebot wird sehr gut angenommen", sagt die Architektin und Energieberaterin und erzählt von etwa 60 Aufträgen im Monat. Das Einsatzgebiet der Energieberater umfasse dabei das gesamte Frankfurter Stadtgebiet. Anfangs sei es schwierig gewesen, in die Haushalte zu kommen. „Es gab Schwellenängste, viele Bürger empfanden uns wohl als den dritten Arm des Arbeitsamtes." Dass die Energieberater aus eigener Erfahrung wissen, was es heißt, arbeitslos zu sein und mit wenig Geld auskommen zu müssen, sei von Vorteil und öffne die Türen.

Seit März dabei ist Mirco K. (Name von der Redaktion geändert). Der 37 Jahre alte Wärmetechniker war zwei Jahre lang arbeitslos. Mirco K. macht als Energieberater zwar auch Hausbesuche, doch sein Arbeitsschwerpunkt sind Informationsveranstaltungen rund um das Energiesparen. Seine neue Tätigkeit bedeutet ihm viel. Er sagt: „Es ist wichtig, wieder Strukturen im Leben zu haben und anderen Leuten zu begegnen." Er erzählt von der Herzlichkeit vieler Ratsuchender, von der fast schon familiären Atmosphäre bei den Treffen. Offen spreche man dann ganz nebenbei auch über die Probleme des Alltags, darüber wie ein Leben mit wenig Geld aussieht, ein Leben ohne Arbeit. Schließlich weiß Mirco K. aus eigener Erfahrung was es heißt, Arbeitslosengeld zu beziehen.

Annette Wollenhaupt

Weitere Informationen unter www.stromspar-check.de und bei der Caritas, Telefon 0 69 / 2 56 22 75 - 0.

Kurzinformation

Beratung zum gemeinsamen Wohnen

Im Alter nicht allein sein und Leben um sich haben – das wünscht sich wohl jeder. Daher sind gemeinschaftliche Wohnformen gefragt. Wie aber seine Wünsche umsetzen? Seit März gibt es in Frankfurt die „Koordinations- und Beratungsstelle für genossenschaftliches und gemeinsames Wohnen", die sich als Anlaufstelle für Interessierte versteht. Finanziert von der Stadt kümmert sich eine Beraterin des Netzwerkes Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen um die Anfragen. Die Sprechstunden sind dienstags von 16.30 bis 18.30 Uhr und mittwochs von 15 bis 17 Uhr sowie nach Vereinbarung unter Telefon 0 69/91 50 10 62.

Anzeige

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

Hilfenetz für den Alltag

In fünf Frankfurter Stadtteilen hat es sich schon zuvor bewährt, das sogenannte „Ökumenische Hilfenetz". Nun haben auch die Gemeinden in Zeilsheim und Sindlingen eines bekommen.

Das neue Hüftgelenk hat man ihr gerade eingesetzt, das Gehen fällt Gerda M. noch schwer und der Aufzug im Haus ist seit Tagen kaputt. Ein Einkauf, ein Arztbesuch, ein kleiner Spaziergang in der Grünanlage gleich um die Ecke? Alles dies ist ohne Hilfe nicht möglich. Doch die Kinder und Enkel wohnen nicht in Frankfurt und sind außerdem berufstätig.

Menschen wie Gerda M. haben Glück, sofern sie zum Beispiel in Zeilsheim oder Sindlingen wohnen. Denn die fünf evangelischen und katholischen Kirchengemeinden der beiden westlichen Stadtteile haben mit Unterstützung des Caritasverbandes Frankfurt und dessen Quartiersmanagement im „Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft" im Mai ein Ökumenisches Hilfenetz ins Leben gerufen. Es ist das sechste im Stadtgebiet.

Ob Fenster putzen, Wäsche waschen und bügeln, Näharbeiten, Blumen pflanzen, Entrümpeln oder kleinere Reparaturen – die Palette möglicher Hilfeleistungen ist breit. Senioren und Menschen mit Behinderung können die Hilfe in Anspruch nehmen. Doch kann sich etwa auch eine junge Alleinerziehende, die kurzfristig einen Babysitter braucht, an das Netz wenden. Geleistet werden die Hilfen von Menschen im Stadtteil, die über ein nur geringes Einkommen verfügen und sich mit ihrer Tätigkeit etwas hinzuverdienen möchten. Der Stundenlohn beträgt zehn Euro, acht davon erhält der Helfer, zwei Euro wandern in einen Topf aus dem Versicherungen, Schulungen und Verwaltungsarbeiten finanziert werden. Die Helfer sind zudem haftpflicht- und unfallversichert. Sie können auch anderen Religionsgemeinschaften angehören als den christlichen – ebenso wie die Hilfesuchenden. Sämtliche Helfer werden sorgfältig ausgewählt und qualifiziert.

Hilfesuchende wie auch Helfer können sich an Barbara Jung und Angelika Krause von der Sozialen Kontakt- und Vermittlungsstelle im Gemeindezentrum der katholischen Gemeinde St. Kilian wenden. Über sie läuft zum Ende eines jeden Monats auch die Abrechnung der Hilfeleistungen.

Zur Eröffnung war auch Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld zu Gast. Sie verwies in ihrer Rede auf die zahlreichen sozialen Aspekte des Hilfenetzes. „Verbindungen zwischen Eingeplackten und Zugereisten" kämen so zustande, interkulturelle Vorurteile könnten in der persönlichen Begegnung abgebaut werden.

Unterstützung für das Projekt sicherte sie seitens des Höchster Sozialrathauses zu. Umgekehrt erhoffe sie sich, dass über das Hilfenetz und seinen direkten Kontakt zu hilfebedürftigen Bürgern das Sozialrathaus von den Nöten der Menschen erfahre. Ziel sei es, „Ältere aus der Isolation zu holen" und sie über bestehende Hilfsangebote zu informieren.

Caritas-Direktor Hartmut Fritz sagte: „Das Ökumenische Hilfenetz ist eine Erfolgsgeschichte". *Annette Wollenhaupt*

Geöffnet ist das Hilfenetz-Büro montags von 10 bis 11.30 Uhr und donnerstags von 16 bis 18.30 Uhr. Telefon 0 69/37 56 26 79.

Ehrenamt im Bild

Zum 2. Frankfurter Fotowettbewerb „Meine Zeit – Deine Zeit" ruft die Stadt Frankfurt auf. „Mach Dir ein Bild vom Bürgerengagement!" lautet die Aufforderung an alle Bürgerinnen und Bürger, die gerne fotografieren und die wichtigem bürgerschaftlichem Engagement mehr Öffentlichkeit verschaffen wollen. Zu gewinnen gibt es attraktive Preise, so etwa einen Hubschrauberrundflug für zwei Personen über die Skyline Frankfurts.

Eingereicht werden können pro Teilnehmendem drei Fotos, die Ehrenamtliche bei der Arbeit zeigen. Sowohl schwarzweiße wie farbige, digitale Aufnahmen wie Papierabzüge kommen in die Wertung. Dabei sollten die digitalen Bilder in der bestmöglichen Qualität gemacht und die Fotos im Mindestformat von 10 mal 15 Zentimetern abgezogen werden.

Wichtig ist auch, dass Angaben zu den Motiven (Anlass, Ort und Namen der abgebildeten Personen) und die Angaben der Einsender (Name, Anschrift, Alter, Telefon, E-Mail-Adresse) vermerkt sind. Für Jugendliche bis 18 Jahre gibt es eine extra Wettbewerbsklasse.

Am 10. Oktober werden am Tag des Bürgerengagements die schönsten Fotos im Römer ausgewählt, prämiert und ausgestellt. Besucher können dann bis 15 Uhr ihr Votum für den Publikumspreis abgeben.

Das Siegerfoto des Fotowettbewerbes 2008 zeigt Helga Fabian bei der Reinigung des Teiches am Holzhausenschlösschen.
Copyright: Helga Fabian

Einsendeschluss ist der 13. September. Einsendungen digital an infobuergerengagement@stadt-frankfurt.de, per Post an Referat Bürgerengagement, Ehrenamt und Stiftungen, Bethmannstraße 3, 60311 Frankfurt am Main. Weitere Informationen unter www.buergerengagement.frankfurt.de. *red*

Zwei Begegnungs- und Servicezentren eröffnet

Fröhliche Eröffnung des Service- und Begegnungszentrums in Fechenheim. Foto: Rüffer

In Fechenheim, Alt Fechenheim 89, hat der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe im Mai ein interkulturelles Begegnungs- und Servicezentrum eröffnet. Geplant sind unter anderem ein Mittagstisch, Bewegungsangebote, Gedächtnistrainings, Internetnutzung und Beratung.

In Sachsenhausen in der Mörfelder Landstraße 210–212 hat der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe ebenfalls im Mai in Kooperation mit den Wohnungsbaugesellschaften Nassauische Heimstätte und Wohnheim ein Begegnungs- und Servicezentrum eingerichtet.

Stadträtin Daniela Birkenfeld, die auch Vorsitzende des Frankfurter Verbands für Alten- und Behindertenhilfe ist, und Geschäftsführer Frédéric Lauscher haben das Begegnungs- und Servicezentrum in Fechenheim sowie das neue Begegnungzentrum in Sachsenhausen gemeinsam eröffnet.

In Sachsenhausen ist rund um die Uhr der ambulante Pflegedienst des Frankfurter Verbands präsent. „Dieses ‚Frankfurter Modell' hat der Frankfurter Verband bereits erfolgreich in Niederrad erprobt", sagte die Stadträtin. Es bedeute zum einen eine hohe Versorgungssicherheit für die älteren Bewohnerinnen und Bewohner im Riedhof sowie in der Fritz-Kissel- und der Heimatsiedlung, denn der ambulante Pflegedienst des Frankfurter Verbands ist rund um die Uhr im Begegnungs- und Servicezentrum präsent und für jeden ansprechbar, ohne dass eine Betreuungspauschale dafür zu zahlen wäre.

In der eigenen Wohnung bis ins hohe Alter

Das heißt, nur dann, wenn eine Bewohnerin oder ein Bewohner den Pflegedienst tatsächlich in Anspruch nimmt, fallen Kosten an. Zum anderen biete das Zentrum eine Fülle an Dienstleistungen, die den Verbleib in der eigenen Wohnung bis ins hohe Alter ermöglichten. Birkenfeld: „Dies ist eine attraktive Alternative zu betreuten Altenwohnanlagen und ergänzt das Frankfurter Altenhilfesystem hervorragend. Das kann ich so bestimmt sagen, weil wir gemeinsam mit der Nassauischen Heimstätte ein solches Zentrum in der Adolf-Miersch-Straße 20 vor ziemlich genau einem Jahr eröffnet haben".

Doch das Begegnungs- und Servicezentrum bietet auch eine Vielzahl an Freizeit- und Beratungsangeboten: Einmal sind hier Fachkräfte rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr erreichbar. Über diese Beratung erhalten die Mieter Zugang zu dem vielfältigen Altenhilfesystem in Frankfurt, von der Einkaufshilfe bis hin zur ambulanten und teilstationären Pflege, mit dem Ziel, den Mietern bis zuletzt ein Leben in der gewohnten Umgebung zu ermöglichen. Auch gibt es Begleitung in Krisensituationen etwa bei kurzfristigen Erkrankungen und Krankenhausaufenthalten. Damit sollen Versorgungsbrüche vermieden werden, die oft mit der Aufnahme im Pflegeheim enden, obwohl mit einer geeigneten Übergangspflege der Verbleib in der eigenen Wohnung gesichert werden könnte. Die Angebote der ambulanten Pflege, die hier angesiedelt sind, sollen die Kombination von professioneller und ehrenamtlicher Pflege, die Betreuung von Gruppen Pflegebedürftiger, die Schulung von pflegenden Angehörigen oder die Zusammenarbeit mit Haushaltshilfen einschließen.

Das Herz des Begegnungs- und Servicezentrums aber bildet die großzügige Begegnungsstätte mit einer Cafeteria, in der sich alle Bewohner treffen können. Es gibt ein vielgestaltetes Freizeitprogramm. Birkenfeld. „Das neue Angebot des Frankfurter Verbands hier in Sachsenhausen will das soziale Leben im Umfeld bereichern." *red*

Anzeige

„Wir wollen Wissenschaft und Praxis zusammen bringen"

Vor rund fünf Jahren rief Prof. Dr. Dr.h.c.Gisela Zenz das Forum „Alterswissenschaften und Alterspolitik" an der Goethe-Universität Frankfurt ins Leben. Die Juristin und Psychoanalytikerin wollte damit Aktivitäten zu entsprechenden Themen an der Hochschule stärker miteinander vernetzen, um der Altersforschung neue Impulse zu geben. Mit Gisela Zenz sprach Lore Kämper.

SZ: Was hat Sie zur Gründung dieses Forums bewogen?

Prof. Z.: Schon in meiner aktiven Zeit als Professorin habe ich mich mit den Rechten alter Menschen beschäftigt und zum Beispiel auch in der Kommission des Bundesjustizministeriums mit gearbeitet, die das Betreuungsrecht geschaffen hat. Ich habe dann gesehen, dass an der Universität an vielen Fachbereichen zwar Altersforschung betrieben wird, aber diese Aktivitäten kaum in Kontakt miteinander stattfinden. Außerdem sind sie in der Öffentlichkeit wenig präsent als Forschungsprojekte, die für alte Menschen doch wichtig sind.

SZ: Ihr Ziel war es also, die einzelnen Projekte sozusagen zu bündeln?

Prof. Z.: Genau. Einmal, die verschiedenen Forschungszweige und Wissenschaftler miteinander in Kontakt zu bringen. Und zweitens – das halte ich für sehr wichtig – Wissenschaft und Praxis zueinander zu bringen. Das ist für beide Seiten von Interesse.

SZ: Praxis heißt Institutionen wie Alten- und Pflegeheime, Krankenhäuser, Senioreneinrichtungen?

Prof. Z.: Richtig. Oder auch die entsprechenden Abteilungen in den Ministerien und in der Stadtverwaltung.

SZ: Bezieht sich letzteres auf Frankfurt?

Prof. Z.: Ja, denn das Forum war ja nur der Zusammenschluss einiger interessierter Wissenschaftler, und da wir kaum Geldmittel hatten, waren wir gezwungen, uns auf Frankfurt zu beschränken. Nun ist es zum einen gut, dass Frankfurter Alteninstitutionen sehen, dass an der Universität geforscht wird, und andererseits sollten Forscher immer wieder einmal erfahren, wie der Bedarf in der Praxis aussieht.

Prof. Dr. Dr. h.c Gisela Zenz.
Foto: privat

SZ: Verhalten sich die Institutionen aufgeschlossen, kommen die auf Sie zu oder umgekehrt?

Prof. Z.: Beides. Zum Beispiel arbeiten wir gut mit dem Bürgerinstitut zusammen, und auch mit dem Gesundheitsamt oder dem Forum für Altenpflege stehen wir in gutem Kontakt.

SZ: In welchen Bereichen forschen Sie denn? Alter ganz allgemein, Krankheit, Wohnen...?

Prof. Z.: Das alles gibt es in der Altersforschung. Aber ich muss ganz deutlich sagen, wir haben selbst keinerlei Forschung betrieben, sondern ich habe mich auf eine reine Vermittlungsfunktion beschränkt. Das heißt, ich habe Forscher und Wissenschaftler zusammen gebracht und die Öffentlichkeit eingeladen. Und wir haben Projekte fördernd begleitet, die andere ausgeführt haben. Zum Beispiel eine Studie zur Makuladegeneration (Augenerkrankung) oder Untersuchungen über ehrenamtliches Engagement in Altenheimen. In Zusammenarbeit mit der BHF-Bank-Stiftung ist der Ratgeber „Alternativen in Frankfurt" entstanden.

SZ: Mit wem arbeiten Sie zusammen?

Prof. Z.: Als Förderer und Mit-Initiatoren erwähnen möchte ich Dr. Hannes Ziller, früher Abteilungsleiter im Hessischen Sozialministerium, ebenso Prof. Günther Böhme von der Uni des 3. Lebensalters, die Psychologie-Professorin Monika Knopf und den Gerontopsychiater Prof. Johannes Pantel, der übrigens im Mai in Wien den Geriatriepreis für sein Modellprojekt zum Schutz alter Menschen vor falscher Behandlung mit Psychopharmaka in Pflegeheimen erhalten hat.

SZ: Warum beschäftigt man sich heute so intensiv mit dem Alter? Hat das vor allem demographische Gründe?

Prof. Z.: Ja, immer mehr Menschen werden älter, und sie werden anders älter. Es gibt heute eine längere Phase guten und gesunden Alters. Aber es gibt eben auch im hohen Alter viel mehr versorgungsabhängige oder chronisch kranke Menschen, um die man sich kümmern muss.

SZ: Was gibt es an Veranstaltungen beim Forum?

Prof. Z.: Es gibt eine öffentliche Vortragsreihe zum Thema „Altersforschung in Frankfurt", und es gibt interne Forschungs- und Doktoranden-Kolloquien und als Novität einen Lehrauftrag „Altenhilfepolitik" für Pädagogik-Studierende. Erwähnen möchte ich noch, dass es mit Unterstützung der BHF-Bank-Stiftung gelungen ist, eine neue Professur für interdisziplinäre Alterswissenschaften einzurichten und dafür den Gerontologen Prof. Frank Oswald zu gewinnen. Er hat unter anderem den Auftrag, das Forum in ein wissenschaftliches Zentrum für Altersforschung an der Universität zu überführen. Ein wichtiges Ziel wird dabei sein, die Altersforschung an Nachwuchskräfte und Studierende weiter zu geben. Wir brauchen Ausbildung für Pädagogen, Ärzte und auch für Richter in Sachen Betreuungsrecht.

Anzeige

promedica24

24 Stunden Betreuung für Senioren

Besuchen sie uns auf
www.promedica24.de

Wie will ich leben, wenn ich älter bin?

Mobile Wohnberater des Bürgerinstituts geben Orientierungshilfe

In so einer Dusche gibt es keine Hindernisse.
Foto: Bausparkasse Schwäbisch Hall

Wie will ich im Alter leben? Kann ich weiterhin in meinen gewohnten vier Wänden bleiben, auch wenn ich pflegebedürftig bin? Werde ich von einem ambulanten Pflegedienst betreut? Möchte ich mit anderen eine Wohngemeinschaft gründen? Oder wäre die Form des Betreuten Wohnens für mich das Richtige?

Eine Beratung rund um das Thema „Selbstbestimmtes Wohnen im Alter" gibt es im Bürgerinstitut bereits seit geraumer Zeit. Bisher jedoch wurde die Arbeit allein von Wohnberater Henning Knapheide geleistet, Besuche in den Wohnungen der Ratsuchenden waren ihm bei mehr als 350 Beratungen im Jahr aus Zeitgründen nicht möglich.

Das wird sich in Kürze ändern. Das Bürgerinstitut hat gerade damit begonnen, seine ersten mobilen Wohnberater auszubilden. Die ehrenamtlichen Helfer sollen Senioren bei einer Entscheidungsfindung in Sachen Wohnen behilflich sein. Das Modellprojekt „Kompetenznetzwerk Wohnen – Neue Formen der mobilen Beratung" wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert und soll mobile Beraterteams aufbauen.

Besonders für die Beratertätigkeit seien Menschen mit Kenntnissen in den Bereichen Planen, Bauen, Recht, Finanzierung, Wohnberatung, oder solche mit Erfahrungen im Umgang mit Älteren geeignet, so Henning Knapheide. Doch selbst, wenn keine dieser Vorkenntnisse vorhanden seien, könne man sich vom Bürgerinstitut ausbilden lassen. Knapheide: „Am allerwichtigsten ist für uns die Empathie, schließlich kann das Thema Wohnen ein sehr sensibles sein". Dann etwa, wenn ein alter Mensch aus seiner Wohnung, in der er womöglich jahrzehntelang lebte, ausziehen muss, sich von seinen Möbeln und anderen wohlvertrauten Dingen trennen muss.

Tipps zur Wohngestaltung

Inhaltlich ist das Beratungsspektrum weit gefächert. Die Wohnberater können vor Ort unnötige Stolperfallen ausmachen und Tipps zur seniorengerechten Wohnraumgestaltung geben. Sie können aber auch Ängste nehmen, etwa jene vor dem Betreuten Wohnen. Knapheide: „Relativ häufig befürchten Senioren, dass sie mit dem Betreuten Wohnen ihre Selbstständigkeit verlieren, was so nicht stimmt." Außerdem könne man bei der Suche nach einer guten betreuten Wohnmöglichkeit Orientierungshilfe geben. Denn Betreutes Wohnen sei kein geschützter Begriff, so dass es keine Mindestanforderungen gebe. Die Wohnberater könnten zwar keine Empfehlungen aussprechen, wohl aber den Suchenden eine Art Kriterienliste an die Hand geben.

Henning Knapheide freut sich darüber, dass über die Wohnberater auch ein Service des Bürgerinstitutes wiederaufleben wird, der mangels Ehrenamtlicher eingestellt worden war: die Umzugsberatung. Wem im Alter ein Umzug bevorsteht, der kann sich im Bürgerinstitut Rat und Hilfe holen. Er bekommt die Adressen von Umzugsunternehmen, die sich auf Seniorenumzüge spezialisiert haben, und von Entrümpelungsfirmen. Auch über Möglichkeiten finanzieller Unterstützung im Falle eines Umzuges informieren die Berater, so wie sie auch auf wichtige Aspekte hinweisen, auf die man bei einer oftmals erheblichen Verkleinerung des Haushaltes achten sollte. Wer an dem Ehrenamt Interesse hat, kann sich bei Henning Knapheide unter Telefon 0 69 / 97 20 1742 melden.

Annette Wollenhaupt

Hier gibt es Wohnberatung

Beratungs- und Vermittlungsstellen (BuV) für ambulante Hilfen (siehe auch Seite 63), Humboldtstr. 94, 60318 Frankfurt, Elfi Kutzner, Telefon 0 69 / 95 96 63 30, E-Mail: buv-bornheim@caritas-frankfurt.de

Bürgerinstitut e.V., Oberlindau 20, 60322 Frankfurt, Henning Knapheide, Telefon 0 69 / 97 20 1742, E-Mail: knapheide@buergerinstitut.de

CeBeeF e.V., Elbinger Str. 2, 60487 Frankfurt, Petra Jacobs, Telefon 0 69 / 97 05 22 - 0, E-Mail: beratung@cebeef.com

Deutsche-Multiple-Sklerose-Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hessen, Wittelsbacher Allee 86, 60385 Frankfurt, Doris Althofen, Telefon 0 69 / 40 58 98 -0, E-Mail: frankfurt@dmsg-hessen.de

Koordinierungsstelle Wohnen und Pflege zuhause, Jugend- und Sozialamt, Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 0 69 / 21 27 06 76, E-Mail: seniorenangebote@stadt-frankfurt.de

VDK Hilfsmittel- und Wohnraumberatung, Fachhochschule Frankfurt, Gebäude 2, Raum 23, Nibelungenplatz 1, 60318 Frankfurt, Ursula Blaschke, Telefon 0 69 / 15 33 26 04 hilfsmittelberatung.hessen@vdk.de

Besuchsdienst für Schwule

Die „Rosa Paten" kümmern sich um homosexuelle Senioren und leisten ihnen Gesellschaft

Ob Wandergruppe, Tanztee oder Lesekreis – Senioren haben immer mehr Gelegenheiten für ein geselliges Beisammensein. Dazu gehört auch der kostenlose Besuchsdienst des Schwulen Zentrums Frankfurt.

Wer sich bei den „Rosa Patenschaften" meldet, kann sich zunächst bei einem Treffen mit dem Diplom-Pädagogen Norbert Dräger informieren. Er begleitet das Projekt und ist der Ansprechpartner für schwule Senioren, die gerne mal Besuch bekommen. „Ich spreche mit den Männern und erzähle ihnen von unserem Projekt", sagt Dräger. Anschließend sucht er einen Paten aus dem Team der ehrenamtlichen Mitarbeiter aus. Diese treffen sich meist einmal in der Woche mit den Senioren, spielen mit ihnen Schach, gehen Bummeln, Einkaufen, Kaffee trinken oder in eine Ausstellung.

Was genau die Männer gemeinsam unternehmen, sprechen sie miteinander ab. „Manche wünschen sich auch eine Begleitung fürs Theater oder fürs Kino", sagt Helmuth Ehrenberg, der die Frankfurter Initiative vor drei Jahren mit gegründet hat. Der 33 Jahre alte Flugbegleiter trifft sich regelmäßig mit einem 80-Jährigen, der im Rollstuhl sitzt. „Wir fahren oft spazieren und unterhalten uns viel", sagt er. Deshalb muss die Chemie zwischen dem Paten und dem Senioren stimmen. „Aber das merkt man gleich am Anfang", sagt Ehrenberg. Sollte es zwischendurch mal Probleme geben, steht Norbert Dräger den Beteiligten mit Rat und Tat zur Seite.

Mit einer Partnervermittlung haben die „Rosa Patenschaften" rein gar nichts am Hut. „Wir wollen schwule Senioren begleiten, damit sie sorgenfrei älter werden können", betont Dräger. Er knüpft Kontakte zu anderen sozialen Trägern. So ermöglichte etwa der Frankfurter Verband, der unter anderem Seniorenheime betreibt, den „Rosa Paten" eine Schulung als Pflegebegleiter.

„Die Männer, die unseren Besuchsdienst in Anspruch nehmen, leben ganz unterschiedlich", sagt Dräger. Manche sind Singles, die in ihrer eigenen Wohnung leben, andere sind seit Jahren mit einem festen Partner zusammen, wieder andere wohnen in einem Altenpflegeheim. Derzeit kümmern sich zehn meist jüngere Paten um sechs Senioren, die zwischen 60 und 80 Jahre alt sind.

Selbstbewusste Männer

„Das sind zwar noch relativ wenige, aber unser Angebot wird in den nächsten Jahren sehr viel stärker angenommen", ist sich Dräger sicher. Die kommende Generation der Senioren gehe mit Homosexualität sehr viel offener um. Schwule, die jetzt 40 oder 50 Jahre alt seien, hätten ein stärkeres Selbstbewusstsein entwickelt, „auch, weil die Gesellschaft toleranter geworden ist", betont der Diplom-Pädagoge. Dennoch lebten schwule Senioren meist als Single, wie viele andere ältere Menschen auch, und hätten obendrein in der Regel keine Familie

Helmuth Ehrenberg und Julis Klapp sind gemeinsam in Frankfurt unterwegs. Foto: eLHiT.de

gegründet. „Manchmal sind sie deshalb viel alleine und freuen sich über Besuch", sagt Flugbegleiter Ehrenberg. Die „Rosa Patenschaften" bieten ihnen einen gesellschaftlichen Kontakt und die Möglichkeit zum Austausch mit Gleichgesinnten.

Schwule Besuchsdienste gibt es auch in Köln und Berlin. Hinter dem Frankfurter Projekt steht die AIDS-Hilfe Frankfurt e.V., die es aus Spendengeldern finanziert. *Nicole Galliwoda*

„Rosa Patenschaften" in der Alten Gasse 36 (AG 36), Schwules Zentrum Frankfurt; Ansprechpartner: Norbert Dräger, Telefon 0 69/13 38 79 30; E-Mail: norbert.draeger@frankfurt.aidshilfe.de.

Kurzinformation

Mit RMV und Fahrrad unterwegs

Seine zehnte Radtour hat der Rhein-Main-Verkehrsverbund RMV entwickelt: durchs hessische Ried zwischen Groß-Gerau und dem Kühkopf, dem größten hessischen Naturschutzgebiet. Der Weg ist speziell gekennzeichnet. Dazu gibt es eine Karte mit Routenbeschreibungen sowie Tipps etwa zu Einkehrmöglichkeiten. Infos unter www.rmv.de und in der RMV-Mobilitätszentrale unter der Hauptwache.

Alles aus einer Hand

Für häusliche Pflege kann man sich Beratung holen.

Den „Treffpunkt Pflege" hat die Frankfurter Diakonie im Februar in der Battonstraße eröffnet. Er bietet umfassende Beratung zum Thema Pflege aus einer Hand.

„Oft kommen Menschen zu uns, die einfach einmal reden wollen", sagt Silvie Berlit. Die Diplom-Pflegewirtin leitet den „Treffpunkt Pflege". Sie hört zu und überlegt gemeinsam mit den Ratsuchenden, welche Hilfen gebraucht werden und wo sie zu bekommen sind. Das kann der regelmäßige Besuch eines Pflegedienstes sein oder die Hilfe im Haushalt. Das kann aber auch die Vermittlung in eine stationäre Einrichtung sein, wenn die Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist.
Manch einer findet vorbeugend den Weg zum Treffpunkt Pflege, wie die 30-Jährige, die sich für ihre Großmutter über die verschiedenen Wohn- und Hilfemöglichkeiten erkundigte. Auch gesetzliche Betreuer suchen den Rat von Silvie Berlit, etwa, wenn es um die Frage geht, ob ein Umzug ins Pflegeheim geboten scheint oder auch die Aufnahme in eine der drei Demenz-Wohngemeinschaften für die betroffene Person passen würde. „Wir bieten neutrale und ganzheitliche Beratung an", betont Silvie Berlit. Das bedeutet, dass sie im Bedarfsfall auch an andere Anbieter verweist, etwa wenn es um den Hausnotruf oder Essen auf Rädern geht.

Dass vier bis fünf Anfragen pro Woche bearbeitet werden müssen, ist für Helmut Ulrich auch ein Zeichen des Vertrauens in die Diakonie.

Damit möglichst viele Menschen die Beratung nutzen können, wurden die Sprechzeiten in die Nachmittagsstunden gelegt. Montags und mittwochs von 16 bis 17.30 Uhr und freitags von 14 bis 15.30 Uhr. Außerdem können Beratungstermine unter Telefon 0 69 / 25 49 21 18 vereinbart werden. *Wendl*

Wenn das Gespräch schwierig wird

Schulung „EduKation" des Bürgerinstituts stärkt pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten

Anfangs wusste Edith K. gar nicht, wie sie damit umgehen sollte, dass ihr Mann Paul sich immer mehr veränderte. Sie kannte den 74-Jährigen als einen Menschen, der auf andere zugeht, nun zog er sich immer mehr zurück. Auch dass er diese Veränderung in seinem Verhalten selbst feststellte, half ihr nicht wirklich weiter.

Als die beginnende Demenz bei ihrem Mann diagnostiziert wurde, war Edith K. unsicher, wie sie sich verhalten sollte. Was fühlt er, was ich nicht verstehe? Mache ich etwas falsch, was ihm womöglich schadet? Viele Fragen, auf die die 72-Jährige eine Antwort suchte. Nach einer Beratung bei Hilda (Hilfe für Demenzkranke und ihre Angehörigen) des Frankfurter Bürgerinstituts fand Edith K. Hilfe. Sie war eine der ersten acht Teilnehmerinnen an der Schulung „EduKation", die Maren Kochbeck im Bürgerinstitut anbietet.

In insgesamt zwölf zweistündigen Sitzungen erfuhr Edith K. so viel über die demenziellen Erkrankungen, ihre verschiedenen Formen und Behandlungen, den Verlauf und die Symptome, dass sie nun, wie sie selbst sagt, „viel ruhiger" geworden ist.

Anzeige

Es lebe der kleine Unterschied!

Wer einmal mit uns gefahren ist, weiß was wir damit meinen: Behindertengerecht ausgestattete Fahrzeuge und Mitarbeiter, die Sie freundlich und kompetent ans Ziel bringen – 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

Entwickelt wurde die Schulung von der Psychogerontologin Sabine Engel. Die Professorin an der Erlanger Universität hatte in Interviews mit Angehörigen von Demenzkranken ermittelt, dass die Probleme in der Kommunikation pflegende Angehörige am meisten belasten. Hier nach richtigen Wegen zu suchen, wie die Kommunikation verbessert und auf die Bedürfnisse des Kranken wie des Pflegenden eingestellt werden kann, führte zu dem Curriculum EduKation.

Die Gefühlswelt des Kranken kennen lernen

In den Sitzungen, denen ein Treffen zum gegenseitigen Kennenlernen vorgeschaltet war, wurde zunächst über die verschiedenen Formen der Demenz, ihre Diagnose und Behandlung sowie den Verlauf informiert. Es wurden die Symptome beschrieben und den Angehörigen vermittelt, dass sie mit einem anderen Blickwinkel auf die Erkrankten schauen und so deren Gefühlswelt kennenlernen können.

Wo „stört" die Krankheit das Gespräch mit dem Kranken? Wie kann ich ihm dabei helfen, die eigenen Veränderungen nicht als „Versagen" zu erfahren? Kann ich dazu beitragen, dass sich der Kranke weiterhin als wertvoller Menschen erfährt und seine Identität bewahren kann? Das sind einige der Fragen, die in den weiteren Sitzungen auf der Tagesordnung standen. Das strukturierte Lernen habe der Gruppe eine gemeinsame Grundlage gegeben, auf deren Basis sie dann ihre eigenen Erfahrungen einbringen konnten, sagt Maren Kochbeck.

Wie wichtig das Zusammensein mit anderen Betroffenen ist, zeigt sich unter anderem daran, dass sich die Gruppe auch nach dem Ende der Schulung weiterhin treffen will.

Austausch mit anderen ist wichtig

Eine neue Schulung „EduKation" beginnt im Juli. Es sind noch kurzfristig Anmeldungen möglich. Der Kurs kostet 120 Euro, darin ist ein Kursbuch inbegriffen. Es besteht auch die Möglichkeit, einen Antrag an die jeweilige Pflegekasse zur Erstattung der Kosten zu stellen.

Interessierte wenden sich an Maren Kochbeck, Bürgerinstitut, Telefon 0 69 / 97 20 17 37. *Lieselotte Wendl*

Der im vergangenen Jahr pensionierte ehemalige Seniorenberater der Frankfurter Polizei, Reinhold Reichenbach, ist im Alter von 60 Jahren überraschend verstorben. Die SZ hat in der Ausgabe 2/2008 auf Seite 39 über ihn berichtet. Reinhold Reichenbach war von 1970 bis 2008 im Polizeidienst. Seit vielen Jahren setzte er sich speziell für Senioren ein und war für sie Ansprechpartner in polizeilichen Fragen, die die Belange von Senioren betrafen. *red*

Anzeige

GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo

Wohnen und Leben mit Anspruch

- Sie planen und gestalten Ihr Leben bewußt und wissen, was Sie wollen.
- Sie haben Interesse am Gemeinschaftsleben und besonderen kulturellen Veranstaltungen.
- **... und wenn Sie krank werden,** erwarten Sie kompetenten, individuellen und menschlichen Service – durch unseren GDA-Betreuungs- und ambulanten Pflegedienst oder stationär bei uns im **Wohnpflegebereich**, in dem wir auch **Kurzzeitpflege, z. B. nach einem Krankenhausaufenthalt**, anbieten.

INFO-NACHMITTAG

Jeden letzten Sonntag im Monat um 15:00 Uhr (Der Termin im Juli entfällt.)

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!

BESONDERER HINWEIS
für unseren Info-Nachmittag am 27. September um 15:00 Uhr.

Erleben Sie – direkt im Anschluss – ein **außergewöhnliches Konzert mit dem Subéja Trio. „Spiel der Impressionen", die gegensätzlichen Klangimpressionen (mit Flöte, Oboe und Klavier) entfalten sich und erzeugen farbenfrohe Stimmungsbilder des zwanzigsten Jahrhunderts.**

GDA
Genieße Dein Alter

GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo
Waldschmidtstraße 6 · 60316 Frankfurt
Telefon 069-405 85-0
oder 0800 36 23 777 (gebührenfrei)

Sie erreichen uns: U-Bahn Linien 6 und 7 bis „Zoo", Linie 4 bis „Merianplatz"; Straßenbahn Nr. 14 bis „Waldschmidtstraße"; mit PKW: Parkhaus „Mousonturm".

www.gda.de

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Einkaufen um die Ecke

Die Werkstatt Frankfurt eröffnet Markt in Eckenheim

Der Tante Emma Laden nahe der eigenen Wohnung gehört lange schon der Vergangenheit an, und immer mehr Supermärkte in Wohnortnähe schließen ebenfalls. Gerade Senioren, nicht selten eingeschränkt in ihrer Mobilität, stellt dies vor Probleme. Dass es entgegen dem Trend auch anders geht, zeigt die Werkstatt Frankfurt. Sie eröffnete im April ihren ersten „Smart"-Markt in Eckenheim.

Im Smart-Markt unterhält sich Manda Schanz (r.) mit Stadträtin Daniela Birkenfeld.

Es ist ein etwas anderer Supermarkt. Nicht bei Service und Angebot, wohl aber, was die Biografien seiner Mitarbeiter betrifft. Regale auffüllen, an der Kasse sitzen, die Kunden beraten – wer im Smart-Markt arbeitet, hinter dem liegen Jahre der Arbeitslosigkeit. Insgesamt acht Langzeitarbeitslosen bietet die Werkstatt Frankfurt mit der Beschäftigung im Smart-Markt eine Perspektive. Menschen wie jener jungen, blondhaarigen Russin, die an diesem Nachmittag an der Kasse sitzt. Sie begrüßt mit einem freundlichen Lächeln die Kundschaft, gibt die Preise von Obst, Brot, Wurst in den Scanner ein. Vier jüngere Beschäftigte die über das Modell „Frankfurter Weg" gefördert werden, absolvieren sogar eine Ausbildung.

Gute Orientierung

Hell, freundlich und angenehm klar gestaltet ist der große Verkaufsraum. Auf etwa 8.000 Artikel, zugeliefert von Rewe, schätzt Detlev Dehmert, unter dessen Regie der Markt steht, das Warenangebot. Dehmert verfügt über jede Menge Knowhow, leitet er doch drei Nahkaufmärkte. Ob Tiefkühlkost, Fleisch- und Wurstwaren, Obst, Gemüse und Getränke oder Körperpflegeprodukte, frei verkäufliche Arzneimittel und Haushaltsartikel – der Kunde findet in Eckenheim all das, was auch jeder andere normale Supermarkt bietet, nur in nicht ganz so großer Auswahl. Praktisch sind die oberhalb der Regale angebrachten großen roten Schilder, die auf die einzelnen Warengruppen hinweisen. Sie habe man, so Dehmert, ganz bewusst zur besseren Orientierung älterer Kundschaft angebracht. Auf Schnörkel, wie etwa übermäßige Dekorationen oder nervige Werbeansagen vom Band, wird dagegen verzichtet.

Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld, die auch Vorsitzende der Werkstatt Frankfurt ist, will mit dem Angebot vor allem Senioren erreichen, die auf wohnortnahte Angebote angewiesen sind. Elisabeth Rohleder zum Beispiel. Die 66 Jahre alte Eckenheimerin wohnt in einem der benachbarten Hochhäuser. Obwohl sie viel mit ihrem Rad unterwegs ist, schätzt die Frau mit raspelkurzem grauem Haar die Nähe des Supermarktes. „Es ist sehr gut, dass es ihn gibt, denn es leben hier viele alte Leute, die haben bisher oft am Kiosk gekauft, und dort ist es teuer." Den Service findet sie gut, die Angestellten seien „sehr freundlich und hilfsbereit".

Wem der Einkauf trotz Nähe zu anstrengend ist, der kann einen Lieferservice in Anspruch nehmen, ab einem Einkaufswert von 20 Euro ist der gratis.

Bewährt sich der Smart-Markt in Eckenheim, kann sich die Stadträtin weitere Projekte vorstellen. Das Sozialdezernat gab bei den Projekten in Eckenheim eine Starthilfe von 150.000 Euro. *Annette Wollenhaupt*

Smart-Markt, Porthstraße 11, 60435 Frankfurt-Eckenheim, Telefon 0 69/87 00 42 18, geöffnet montags bis samstags von 8 bis 20 Uhr.

Anzeige

Ankauf von modernen Möbeln
aus den 50er, 60er & 70er Jahren

Wir kaufen Ihre modernen Möbel, zeitlose Klassiker und Designerstücke aus den 50er bis 70er Jahren. Auch Teakholz & Palisander Möbel, Büro- und Praxiseinrichtungen sowie skandinavische Möbel aus dieser Zeit.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter:
Telefon: 01 78/1 40 85 34

Altern in der eigenen Kultur

Ute Bychowski (stehend) besucht die muslimische Wohngruppe in der Teestube.
Foto: Beate Glinski-Krause

Seit fünf Jahren gibt es im Frankfurter Victor-Gollancz-Haus eine Wohngruppe für alte Menschen, die aus der Türkei stammen. Ihre Religion und ihre kulturelle Herkunft werden bei der Gestaltung der Lebensphase im Seniorenheim besonders berücksichtigt.

Stärker als in Deutschland seien türkische Senioren es gewöhnt, in der Gruppe zu leben, sagt Ute Bychowski, Leiterin des Hauses, in dem 123 Menschen wohnen. Daher wurde eine Teestube, in der sich die alten Menschen zum Gespräch treffen, eingerichtet. „In dieser Atmosphäre lässt sich vertraute Gemeinschaft erleben. Die alten Menschen erwarten, von den Jüngeren, vor allem von ihren Kindern, umsorgt zu werden, weil dies Tradition ist", sagt die Leiterin.

Alte Menschen erwarten, von jüngeren umsorgt zu werden

Die Vorstellung, auf die alten Tage körperlich mobil zu sein oder etwa Gehirnjogging zu betreiben, sei ihnen nicht wichtig. Das Alter werde als eher passive Lebensphase angenommen, in der die Jüngeren die Älteren umsorgen. Der alte Mensch genieße in der türkischen Kultur eine hohe Achtung. Das zeige sich zum Beispiel in den Begrüßungsgesten: Türkische Söhne und Töchter küssten dabei alten Menschen die Hand und führten diese zur eigenen Stirn, um damit persönlich zu bezeugen: „Ich sorge für dich!." In Deutschland lebenden türkischen Kindern falle es daher besonders schwer, die Eltern in ein Heim zu geben.

Aus diesen Erfahrungen heraus bemühten sich die Pflegekräfte im Haus, die Betreuung auf die andere Kultur abzustimmen – allerdings immer auf der Basis hiesigen Fachwissens. Der seit fünf Jahren durchlaufene interkulturelle Lernprozess lasse im Übrigen auch einen kritischen Blick auf den Umgang mit alten Menschen in Deutschland zu. Die hiesigen Sozialsysteme hätten das Leben in der Gemeinschaft nicht als eigene Lebensqualität definiert. „Der Aspekt der Individualität der Menschen dominiert die Bewertung", präzisiert Bychowski.

Interkulturelle Sicht einnehmen

Das interkulturelle Betreuungswissen spiele auch in die Betreuung von Menschen mit Demenz hinein. Von diesen gebe es zwei Gruppen im Hause, die aus je elf Personen bestehen. Zu ihnen gehören auch türkischstämmige Personen. Die beiden Gruppen werden dank der kommunalen Förderung „Frankfurter Programm Würde im Alter" unterstützt.

Wissen um kulturelle Herkunft

Im Umgang mit den türkischstämmigen Menschen in der muslimischen Wohngruppe wie auch in der Gruppe für Menschen mit Demenz sei neben dem deutschen auch türkisch sprechendes Personal erforderlich, sagt die Leiterin.

Auch müssten Konzepte entwickelt werden, wie demenziell Erkrankten mit Migrationsbiografie Geborgenheit und Wärme vermittelt werden könnten. Welche Rolle die Gruppe und das Milieu spielen, müsse immer wieder reflektiert werden. Daher sei es auch gleichermaßen wichtig, die Lebensläufe von Migranten mit Demenz und den Hintergrund der jeweiligen Kultur und Tradition zu kennen. Nur so könnten Erinnerungen aus der Vergangenheit hervorgeholt und von Neuem lebendig werden. Dort, wo das Alter eher als beschauliche Lebensphase erlebt werde, seien andere Impulse nötig, um wieder ein Identitätsgefühl zu vermitteln.

Ute Bychowski sieht in diesem Zusammenhang auch eine mögliche Bereicherung im Umgang mit hier Geborenen. So könnte das Pflegen auf der Grundlage der anderen Kultur eine Art „Entwicklungshilfe" sein, was die Gestaltung und Wertschätzung der Gemeinschaft betrifft.

Beate Glinski-Krause

Die muslimische Wohngruppe, zu der sieben Personen gehören, kann die Räumlichkeit nach Lust und Bedarf nutzen. Regelmäßig trifft man sich zweimal pro Woche zur Teestunde, morgens ist in der Regel eine Betreuerin zugegen, am Freitag kommt der Imam.
Interkulturelles Altenzentrum, Victor-Gollancz-Haus, Kurmainzerstraße 91, 65936 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69/29 98 07-0, Fax: 0 69/29 98 07-4 48, E-Mail: ute.bychowski@FrankfurterVerband.de

Anzeige

Bei uns sind Sie Zuhause.

Seniorenzentrum Taunusblick im Detail

- 180 Pflegeplätze, ausschließlich in Einzelzimmern, ca. 30 m² groß
- Barrierefreie, rollstuhlgerechte Bäder
- Helle, freundliche Aufenthaltsräume
- Gymnastik-, Therapie- und Snoezelenraum
- Große Dachterrasse mit Caféteria
- Eigene Möbel können mitgebracht werden
- Stationäre Dauer- und Kurzzeitpflege

Was uns auszeichnet:

- LGA Zertifikat für professionelle Pflege
- Wir respektieren die Individualität unserer Bewohnerinnen und Bewohner

PHÖNIX-Seniorenzentrum Taunusblick
Darmstädter Landstraße 106
60598 Frankfurt am Main
Telefon 069/96 88 54-0
Telefax 069/96 88 54-600
taunusblick@phoenix.nu
www.phoenix.nu

PHÖNIX
Senioren- und Pflegezentren

Erbrecht Teil 2

Die Rahmendaten zum neuen Erbrecht

Den letzten Willen im vorgedruckten Formular gibt es nur beim Notar. Foto: Oeser

Wie schreibe ich ein gültiges Testament, welche steuerlichen Regelungen sollte ich kennen?

Haben wir uns in der letzten Ausgabe um das Prinzip des Vererbens und die gesetzliche Erbfolge gekümmert, werden hier im zweiten Teil konkrete Zahlen und Tipps zur Praxis des Testamentschreibens genannt.

Freibeträge

Wie bereits im ersten Teil (SZ 2/09) festgestellt, will der Staat zwar Erbschaftssteuer, aber in den allermeisten Fällen sind die Freibeträge so hoch, dass keine Abgaben an den Staat zu zahlen sind. Die Höhe der Freibeträge hängt von der Nähe der verwandtschaftlichen Beziehung ab. So können ohne Steuern in Euro vererbt werden an Ehegatten: 500.000, eingetragene Lebenspartner: 500.000, Kinder: 400.000, Enkel: 200.000, Eltern und Großeltern: 100.000. Lediglich 20.000 Euro steuerfrei bleiben bei der Vererbung an Geschwister, Nichten und Neffen, geschiedene Ehegatten, Schwiegereltern, Onkel, Tanten, Freunde und Lebensgefährten.

Werden die Freibeträge überschritten, sind je nach verwandtschaftlicher Nähe weniger oder deutlich mehr Steuern zu entrichten. Hierzu sind die Erbfälle in drei Steuerklassen eingeteilt worden, deren prozentuale Werte sich deutlich erhöhen, je weiter der Erbe von dem Erblasser verwandtschaftlich entfernt ist. Ein einfacher „Trick" ist es, die oben genannten Freibeträge mehrfach zu nutzen: Wenn der potenzielle Erblasser bereits zu Lebzeiten eine Schenkung in einer Höhe bis zum Freibetrag macht, ist dies ebenfalls einmal alle zehn Jahre steuerfrei. Verstirbt der Erblasser neun Jahre nach einer solchen Schenkung, dann ist noch kein neuer Freibetrag entstanden, es muss vom ersten Euro an versteuert werden.

Die Möglichkeiten hier Steuern zu sparen sind vielfältig: Will beispielsweise ein Ehepaar seiner Tochter 600.000 Euro schenken, wird der Freibetrag in Höhe von 400.000 Euro um 200.000 Euro überschritten, die dann versteuert werden müssten. Es gibt hier zwei Möglichkeiten, diese Besteuerung zu umgehen: Die Eltern übertragen ihrer Tochter zwei Teilbeträge je unter 400.000 Euro in einem Abstand von zehn Jahren. Die zweite Möglichkeit besteht in der Tatsache, dass jeder Elternteil einen Schenkungsfreibetrag in Höhe von 400.000 Euro zur Verfügung hat. Die eine Hälfte der Summe kann also sofort vom Vater und die andere sofort von der Mutter steuerfrei geschenkt werden, da sie jeweils für sich die 400.000 Euro Grenze nicht überschreiten.

Eine andere häufig genutzte Möglichkeit ist es, nach Ausschöpfung der Freibeträge an die eigenen Kinder eine Generation zu überspringen und direkt an die Enkelkinder mit deren Freibetrag (200.000 Euro) zu vererben. So können sich die Freibeträge summieren und sich der steuerfreie Betrag erheblich erhöhen. Bedacht werden sollte hier, dass bereits an das gezeugte Leben vererbt werden kann, die Geburt gar nicht abgewartet werden muss.

Neuerungen im Erbrecht

Neben diesen Neufestsetzungen der Freibeträge, gibt es noch folgende wichtige Neuerungen im Erbrecht:
Vererbte Immobilien werden nach dem Verkehrswert berechnet und nicht wie früher nach dem Einheitswert. Der Einheitswert hatte oftmals die Höhe von nur 60 Prozent des Verkehrswertes, der heute komplett zu Buche schlägt. Die Steuer greift hier deutlich stärker zu, was ein wesentlicher Grund war, die Freibeträge teils deutlich zu erhöhen. Ehepartner können in der Wohnung/dem Haus selbst wohnen bleiben ohne Erbschaftssteuer zu zahlen, auch wenn das Haus in seinem Wert die Freibeträge überschreitet und die Wohnfläche aber nur bis 200 Quadratmetern groß ist. Jeder gesetzliche Erbe kann künftig einen Ausgleich für die Pflege des Erblassers erhalten. Die Gründe für eine Entziehung des Pflichtteils sind vereinheitlicht für alle Stufen der Erbschaftshierarchie, wobei der Entziehungsgrund des „ehrlosen und unsittlichen Lebenswandels" entfällt.

Wo sind die Unterlagen aufgehoben?

Neben der eigentlichen Verteilung der materiellen Werte, ist es zur Orientierung auch wichtig mitzuteilen, wo wichtige Unterlagen archiviert sind. Benötigt werden: Das Testament, das Familienstammbuch oder die Heiratsurkunde, die Geburtsurkunde, Versicherungsverträge und Policen mit Beitragsbelegen, gegebenenfalls Vollmachten für die Bank und die Post-, Patienten- Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, eine Liste mit Abonnements, Mitgliedschaften und Verträgen, die zu kündigen sind.

Wie muss ein Testament aussehen?

Nicht zuletzt ist auch die Form des Testamentes für seine Gültigkeit wichtig. Das fängt mit der Überschrift an: Aus ihr sollte klar werden, dass es sich um ein Testament handelt. Das Testament muss weiterhin handschriftlich verfasst werden, Schreibmaschine oder Computer machen es ungültig! Wichtig ist es, Ort und Datum zu vermerken, da ein neueres Testament automatisch ein älteres ersetzt.

Wem das alles zu unsicher ist, kann ein notarielles Testament aufsetzen. Dies wird dann auch an sicherer Stelle hinterlegt. Die Gebühren dafür betragen (zuzüglich der Mehrwertsteuer) beispielsweise 207 Euro für ein Vermögen von 100.000 für 200.000 Euro Erbmasse müssen 357 Euro gezahlt werden. Die Sätze verdoppeln sich, wenn ein gemeinschaftliches Testament oder ein Erbvertrag aufgesetzt werden soll.

Das gemeinschaftliche Testament ist eine Möglichkeit für Ehepaare. Auch hier gilt die handschriftliche Form eines Ehepartners, der andere muss lediglich unterschreiben. Nach dem Tod eines Ehegatten ist der andere in der Regel an das Testament gebunden und kann es nicht mehr ändern. Eine besondere Form des gemeinschaftlichen Testaments unter Eheleuten ist das Berliner Testament. Darin setzen sich die Ehepartner gegenseitig als Erben ein und bestimmen gleichzeitig die Schlusserben – in der Regel die gemeinsamen Kinder. Der Nachteil: Werden die Freibeträge überschritten, fällt gleich zweimal Erbschaftssteuer an. Steuerlich geschickter ist es, die Kinder als Erben einzusetzen und dem hinterbliebenen Ehegatten das Nießbrauchsrecht am Nachlass – beispielsweise einem Haus – einzuräumen. Auf diese Weise wird Vermögenssubstanz an die Kinder vererbt und gleichzeitig die Versorgung des überlebenden Ehepartners gesichert, indem er das wirtschaftliche Nutzungsrecht am Nachlass (Nießbrauchsrecht) bis zu seinem Tod behält.

Bei einem Erbvertrag, der zwischen dem Erblasser und seinen Erben geschlossen wird, gehen normalerweise beide Vertragspartner bereits zu Lebzeiten Verpflichtungen ein, an die sie gebunden sind. Dieser Vertrag, der vor einem Notar geschlossen werden muss, kann im Unterschied zum Testament nicht einseitig geändert werden. Für die Erben bedeutet dies eine erhöhte Planungssicherheit. Eine wichtige Rolle spielt der Erbvertrag auch für nichteheliche Lebensgemeinschaften, da sie kein gemeinschaftliches Testament aufsetzen können.

Ein Vermächtnis auszusetzen bedeutet, dass der Erblasser einer Person lediglich einzelne Dinge aus seinem Vermögen hinterlässt, ohne sie zum Erben zu machen. *Felix Holland*

Anzeige

Notfall- und Nachlaß-Mappe
Die lange gesuchte Ordnung für Ihre persönliche Vorsorge!

Repräsentative Dokumenten-Mappe verschließbar aus schwarzer Luxyl-Folie mit Goldprägung.
Im 12-teiligen Register werden über 80 Blätter Innenteil zusammen mit ihren wichtigstenen Dokumenten übersichtlich eingeordnet.
Nichts kann vergessen werden - das ist Sinn und Zweck dieses Ordnungs-Systems!
Preis 56,-- € zzgl. 4,90 € Versandkosten
www.notfall-nachlass-mappe.de
Bernd O. Dort · Postfach 71 03 67
30543 Hannover · Telefax: 0511-2706 0174

Kurzinformation

Hilfe bei Konflikten um Patientenverfügungen

Mit einer Schiedsstelle will die Patientenschutzorganisation Deutsche Hospiz Stiftung bei Konflikten rund um Patientenverfügungen beraten (www.die-schiedsstelle.de). Dort können sich sowohl Angehörige als auch Ärzte hinwenden, wenn die Auslegung einer Patientenverfügung zweifelhaft ist. Patientenverfügungen werden wichtig, wenn ein Mensch nicht mehr für sich selbst sprechen und entscheiden kann und Ärzte vor der Frage stehen, ob eine Behandlung oder eine lebensverlängernde Maßnahme eingeleitet werden soll.

Der Bundestag hat jüngst ein Gesetz zur Patientenverfügung verabschiedet. Dieses stelle, so Eugen Brysch, Geschäftsführender Vorstand der Deutschen Hospiz Stiftung, hohe Anforderungen an ein solches Dokument. Standardformulierungen, nach denen etwa ein Mensch künstliche Ernährung ausschließe, seien nicht ausreichend. Vielmehr müsse sich das Papier auf eine Heilbehandlung oder einen ärztlichen Eingriff beziehen und auf die konkrete Lebens- und Behandlungssituation zutreffen. Um Konflikte und Missverständnisse zu vermeiden, empfiehlt Brysch, sich vor dem Abfassen von einer fachkundigen Person beraten zu lassen. Infos unter Telefon 02 31/7 38 07 30. *red*

Anzeige

ANAM CARA PFLEGE ZUHAUSE

FÜRSORGE
Wir bieten für alle Menschen, die in einer besonderen Lebenssituation Hilfe brauchen, Pflege zu Hause an.

TATKRAFT
Unsere langjährige Berufpraxis ermöglicht es uns, tragfähige Lösungen gemeinsam mit dem betroffenen Menschen zu entwickeln.

VERTRAUEN
Jeder Mensch hat die Möglichkeit, durch seine eigenen schöpferischen Kräfte, Heilung zu finden.

ANAMCARA Ambulanter Pflegedienst

Giese, Hoffmann & Salazar GbR
Alt-Niederursel 51, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069-43 00 91 16
info@anamcara-pflege.de, **www.anamcara-pflege.de**

„Totschweigen kann eine Todsünde sein."

Am 27. Februar 2009 wäre Bertha Pappenheim 150 Jahre alt geworden

Wer war diese Frau und warum wird sie zum Geburtstag mit einem Artikel geehrt?

Bertha Pappenheim
Fotos (2): Jüdisches Museum

Bertha Pappenheim war eine der wichtigsten deutschsprachigen Frauenrechtlerinnen und Sozialreformerinnen im frühen 20. Jahrhundert. Bekannt wurde sie außerdem durch ihre psychische Erkrankung in jungen Jahren: Bertha Pappenheim ist „Frl. Anna O.", die Sigmund Freud zur Entwicklung der Psychoanalyse inspirierte.

Aufgewachsen in einer großbürgerlichen jüdischen Familie in Wien, zog Bertha Pappenheim nach dem Tod des Vaters 1888 mit ihrer Mutter nach Frankfurt. Hier streifte sie die Fesseln ab, die ihr das Leben als „höhere Tochter" angelegt hatte, und fand ihre Lebensaufgabe: die politische und soziale Arbeit für Frauen und Mädchen.

Bertha Pappenheim schuf zu Frauenfragen ein beachtliches publizistisches und schriftstellerisches Werk. Der Schwerpunkt ihres Wirkens lag jedoch in der sozialen Praxis. In Frankfurt entwickelte sie eine Fülle sozialpolitischer Aktivitäten, arbeitete in der städtischen Kinder- und Jugendfürsorge und war an der Reform der Wohlfahrtspflege beteiligt. Sie engagierte sich für Verbesserungen im Jugendstrafrecht und für die Rechte lediger Mütter und unehelicher Kinder. Sowohl in der Jüdischen Gemeinde als auch in Staat und Gesellschaft trat sie entschieden für Frauenrechte und Frauenbildung ein.

1895 übernahm Bertha Pappenheim die Leitung des Mädchenwaisenhauses, das der Israelitische Frauenverein in Frankfurt unterhielt. Hier verwirklichte sie erstmals ihre Ideen von einer modernen jüdischen Mädchenerziehung. Sie sorgte für die Ausbildung ihrer Schützlinge, gab ihnen in familienähnlichen Gruppen Geborgenheit und bereitete sie auf das Leben als Frau in einer jüdischen Familie vor.

Kampf gegen Mädchenhandel

Ihre soziale Arbeit brachte Bertha Pappenheim mit Jüdinnen aus osteuropäischen Armutsgebieten in Berührung, die Opfer von Menschenhandel und Zwangsprostitution geworden waren. Das Leid dieser Frauen beeindruckte sie so sehr, dass sie den Kampf gegen den Mädchenhandel zum zentralen Anliegen ihrer weiteren Arbeit machte. Sie reiste nach Galizien, Russland und auf den Balkan, um dort die für sie wichtigsten Ursachen der Prostitution zu bekämpfen: mangelnde Bildung, rechtliche Benachteiligung und wirtschaftliche Not.

In Frankfurt gründete sie 1901 mit Henriette Fürth den Verein „Weibliche Fürsorge". Dieser unterstützte alleinstehende Jüdinnen bei der Gründung einer selbstständigen Existenz und wirkte so der Armutsprostitution entgegen. Zu den Einrichtungen des Vereins zählten bald ein Mädchenclub, eine Bahnhofshilfe, ein Wohnheim, Kindereinrichtungen, eine Berufsvermittlung und eine Rechtsberatungsstelle.

Bertha Pappenheim und Waisen.

Auf Anregung von Bertha Pappenheim und der Hamburger Sozialpolitikerin Sidonie Werner wurde 1904 der Jüdische Frauenbund und 1917 die Zentralwohlfahrtsstelle der deutschen Juden ins Leben gerufen. Diese Dachverbände koordinierten reichsweit die Arbeit der deutschen jüdischen Frauenvereine beziehungsweise Wohlfahrtseinrichtungen und trugen so entscheidend zu einer Professionalisierung der jüdischen Sozialarbeit bei.

Revolutionär: Heim für ledige Mütter

Als Krönung ihres Lebenswerks betrachtete Bertha Pappenheim das von ihr 1907 in Neu-Isenburg eingerichtete Mädchenheim, in das sie sozial gefährdete jüdische Jugendliche, alleinstehende Schwangere und ledige Mütter aufnahm. Ihnen bot sie Schutz, Unterkunft und Ausbildung, eine familiennahe jüdische Gemeinschaft sowie Anleitung in der Führung eines jüdischen Haushalts und in der Kindererziehung. Die Einrichtung war in der starren Gesellschaft des Kaiserreichs, in der das Schicksal „gefallener Mädchen" ignoriert und tabuisiert wurde, ein revolutionäres Projekt, das Bertha Pappenheim nicht nur Anerkennung, sondern auch Feindschaft eintrug. Sie konterte: „Totschweigen kann eine Todsünde sein."

Bertha Pappenheim stand dem Heim bis zu ihrem Tod vor. Sie starb am 28. Mai 1936 in Neu-Isenburg. Ihre letzte Ruhe fand sie neben ihrer Mutter in Frankfurt auf dem Jüdischen Friedhof Rath-Beil-Straße.

Dr. Heidi Fogel

Eine Fahrt mit der Linie 11

Teil 3: Von der Hanauer Landstraße nach Fechenheim

Mit der Linie 11 auf der Fahrt durch die Stadt. **Foto: Rüffer**

Schwer hat es die Elf, sich gegen die täglich in der Hanauer Landstraße verkehrenden 45.000 Autos durchzusetzen, denn ihre Gleise sind zum Teil nur abmarkiert und nicht immer auf eigenem Bahnkörper. Nach der Haltestelle Riederhöfe kurz vor dem Ratswegkreisel mit der Zufahrt zur Kaiserleibrücke, wo bald die alte Frankfurter Gemarkungsgrenze erreicht wird, ist flüchtig zur Rechten der spätgotische Torbau des Großen Riederhofs zu sehen. Als die Franken im 6. Jahrhundert ins Rhein-Main-Gebiet kamen, rodeten sie die Auenwälder hier und legten diesen Königshof an. Der bekannte Architekt Peter Behrens lieferte den Entwurf für das Gaswerk Ost (1910 –1912), von dem sich hier einige, unter Denkmalschutz stehende Gebäude erhalten haben. Dort wurde übrigens – auch dies gehört zu einer Fahrt mit der Elf – 1992 für Drogenabhängige der erste legale Druckraum der Bundesrepublik eingerichtet.

Das historische Rathaus in Fechenheim ist imposant. **Foto: PIA**

Vom Fischerdorf zum Industrieort

Die Elf, die inzwischen für ein Stück Gesellschaft von der Zwölf erhalten hat, fährt nun durch ausgedehnte Gewerbe- und Industriegebiete mit großen Bau- und anderen Märkten und einem bekannten Versandhaus, ehe sie die „Cassella" erreicht. Bereits 1765 hatte sich zur Zeit des Ausbaus der Hanauer Landstraße eine Fabrik angesiedelt. Der Weg Fechenheims vom Fischerdorf zum Industrieort begann 1870 mit der Anilinfarbenfabrik von Gans & Leonhardt (seit 1894 Farbwerke Cassella, heute Allessa-Chemie). Weitere Industriebetriebe folgten. So bedeutete die Eingemeindung Fechenheims 1928 wahrlich einen Gewinn für Frankfurt.

An der Mainkur, an der Kurve des Mains, verhandelte 1813 Napoleon auf seinem Rückzug mit dem Vertreter Frankfurts und kam es 1830 zum Zollkrawall. Hier biegt die Elf von der Hanauer Landstraße ab ins alte Fechenheim. Von den „Fachen" (Fischerwehren) oder von einem rothaarigen „Fischer" namens „Vuecho" hat Fechenheim seinen Namen, das in einer allerdings gefälschten, doch von Kaiser Otto II. bestätigten Urkunde von 881/82 erstmals erwähnt wird. Älteste und wichtigste Bevölkerungsgruppe waren die Fischer gewesen, viele hatten auch als Leinreiter ihren Lebensunterhalt verdient.

Von der Straße Alt-Fechenheim, die den Stadtteil durchzieht und von den Fechenheimern Langgasse genannt wird, wechselt die Elf zum Ende ihrer Fahrt ans pappelgesäumte, idyllische Mainufer und erreicht ihren Endhalt Schießhüttenstraße. Statten wir nun dem ansehnlichen Ortskern einen Besuch ab, aus dem das mächtige Rathaus (1902) und die beiden Kirchen herausragen. Oder spazieren wir auf dem Leinpfad dem Main entlang und folgen dem Mainbogen und dem Landschaftsschutzgebiet der Auenlandschaft.

In der nächsten Senioren Zeitschrift geht die Fahrt mit der Elf vom Römerberg nach Höchst. *Hans-Otto Schembs*

Anzeige

Nicht gerade groß ist der Platz am Dom. **Foto: FKK-Christ**

Der Domplatz gehört zu den eher kleineren und vielleicht noch nicht einmal als solchen erkennbaren Plätzen der Altstadt wie Römerberg oder Liebfrauenberg. Auch trägt er seinen Namen im Vergleich zu jenen nicht so lange. Doch seine Lage im ältest besiedelten Teil Frankfurts und zu Füßen des Doms, aber auch sein Ursprung und der große Wandel im Laufe der Jahrhunderte zeichnen ihn aus.

Das mittelalterliche Hauptportal ist heute selten geöffnet

Der Dom, die Stifts- und Pfarrkirche St. Bartholomäus, die Wahl- und Krönungskirche der deutschen Könige und Kaiser, nimmt die Südseite des Domplatzes ein. Hervorgegangen aus der karolingischen Pfalzkapelle, der Salvatorkirche, erhielt der Dom seine Gestalt im Wesentlichen im 14. und 15. Jahrhundert. Beim Wiederaufbau nach dem Brand von 1867 wurde der Turm vollendet, das Mittelschiff erhöht, die neugotische Vorhalle geschaffen. Das heute nur selten geöffnete, mit Figuren – größtenteils von 1884 – und einer gotischen Rosette geschmückte Portal am Ende des nördlichen Querhauses war das mittelalterliche Hauptportal. Dort wurden auch öffentliche Bekanntmachungen angeschlagen. Dort verließ der gewählte König einst den Dom. Hans Mettels monumentales Relief des Martyriums des Hl. Bartholomäus von 1957 beherrscht die Außenwand des Kreuzgangs zum Domplatz hin.

Frankfurt und seine Plätze

Domplatz

Der Domplatz war ursprünglich der nördliche, ältere Teil des Domfriedhofs. Von den schon im 14. Jahrhundert überlieferten eisernen Rosten auf dem Boden an den beiden Haupteingängen des Kirchhofs, die das Vieh vom Friedhof fernhielten, trug der Platz seinen Namen „Pfarreisen" beziehungsweise „Auf dem Pfarreisen" und der Weg nördlich davon „Hinter dem Pfarreisen".

Ursprünglich Teil des Friedhofs

Auf dem Pfarreisen, also auf dem heutigen Domplatz, stand bis 1830 die Michaelskapelle, die dem Erzengel Michael als „Seelenführer" geweihte Friedhofskapelle. Aus ihr stammt die Grablegung Christi, 1442 von Hans von Ingelheim gestiftet, die sich heute im südlichen Nebenchor des Doms mit der Tür zur Wahlkapelle befindet.

Der ehemalige Friedhof unterlag strengen Regeln

1537 hatte der Rat die Gunst der Reformationszeit genutzt und die Mauer um den Kirchhof niederreißen und Grabsteine abtransportieren lassen. Es folgte, was folgen musste: ein Rechtsstreit. Nachdem 1548 der Dom den Katholiken wieder zurückgegeben worden war, musste eine neue, allerdings enger gezogene Mauer aufgerichtet werden. Auch als das Pfarreisen dann kein Kirchhof mehr war (der östliche Teil rund um den Chor mit Hans Backoffens Kreuzigungsgruppe war noch lange Friedhof), unterstand es geistlicher Jurisdiktion: Es durften keine Wachen über den Platz ziehen, keine Gefangenen darüber geführt werden, keine Schubkarren darüber fahren, keine Juden ihn betreten. Auf dem Platz standen zahlreiche Verkaufsbuden von Devotionalien, Schreibwaren, Büchern und Landkarten, die anfangs alle der Kirche gehörten, später an Bürger vermietet wurden.

Ein Platz entwickelt sich

Anfang des 19. Jahrhunderts entstanden am Pfarreisen Neubauten: die Jägersche Papier- und Buchhandlung von Jakob Hoffmann und das Haus das Kaufmanns Rittershausen von Salins de Montfort. Gerahmt wurden sie vom Pforthaus des Hainerhofs und vom Kepplerhöfchen und der Domdechanei.

Gewaltsamer Einschnitt

Eine einschneidende Neugestaltung des westlichen Teils des „Domplatzes", wie er dann hieß, erfolgte Anfang des 20. Jahrhunderts, als die Braubachstraße als neue West-Ost-Achse durch die Altstadt angelegt wurde. Sie folgte der aus einem alten Mainarm hervorgegangenen und später zum Stadtgraben gewordenen Braubach. Von einem „Ruin des schönsten Teils der Altstadt" sprachen viele damals, von einem „gewaltsamen breiten Einschnitt". In der Tat wurden bedeutsame und künstlerisch wertvolle Teile geopfert, so die stattlichen Patrizierhöfe Nürnberger Hof und Rebstock. So verschwand das Gasthaus zum Rebstock, Friedrich Stoltzes Geburtshaus im Schatten des Pfarrturms und die Stätte seiner Kindheit und Jugend: „Der Rewestock, mei Vadershaus, dhat nah beim Parrtorn leie".

Das Neue blieb Stückwerk

Im Zuge der Neubebauung entstand 1907 das noch stehende Dompfarrhaus mit dem schönen barock anmutenden Portal. Aus der schmalen Borngasse, die von Norden her zum Dom führte, entstand die Domstraße, doch gerade dort blieb das Neue Stückwerk: An der Westseite,

wo es in den Markt hineinging, blieb ein freier Platz. Der für die Domstraße ausgewählte Entwurf der Architekten Senf und Musch wurde zurückgestellt. Immerhin konnte man so den erhalten gebliebenen malerischen Galeriebau des Rebstock sehen, aber auch eine hoch aufragende Mauer mit Strebestützen und Verkaufsständen.

Narbe geschlossen

Erst mit dem Haupt- und Postzollamt von Werner Hebebrand von 1927 und zur Braubachstraße hin mit einem historisierenden und einem eigenständigen Bau von Hermann Senf mehr als ein Jahrzehnt später wurde „diese letzte Narbe des Altstadtdurchbruchs" geschlossen. In einer zeitgenössischen Beurteilung des Zollamts heißt es, es lenke „durch die glitzernden Fensterbänder um die sanfte Ausbuchtung des Baukörpers herum" den Blick zum Dom und seine Gebäudemasse lasse die Horizontale des Pfarrturms „erst ihren richtigen Maßstab gewinnen". Zudem verknüpfte das Zollamt das „Neue Bauen" durch sein Spitzdach mit der Altstadt-Tradition.

Symbol der Hoffnung

Im östlichen Teil zur Kannengießergasse hin mit dem Luthereck wurden die Häuser im Zweiten Weltkrieg zerstört und in den 1950er Jahren modern wieder aufgebaut. Am Haus Nr. 12, dem Dompfarrheim, symbolisiert das Wandrelief der Arche Noah vom jüngst verstorbenen Bildhauer Edwin Hüller von 1957 die Hoffnung.

Zentrum für Begegnung

Als der Zoll sein Domizil zu räumen gedachte, konkurrierten die begehrlichen Blicke der katholischen Kirche auf dieses Gebäude als Tagungs-, Konferenz- und Begegnungszentrum mit den Wünschen des Museums für Moderne Kunst und zunächst noch mit der Idee eines Ausweichquartiers für die Büros des Technischen Rathauses während dessen Umbaus. 1999 kaufte die Katholische Kirche das Hauptzollamt von der Stadt und räumte dem Museum für Moderne Kunst ein Dauernutzungsrecht für Ausstellungen ein. Dementsprechend wurde es durch die Architekten Jourdan & Müller zum „Haus am Dom" umgebaut, das, wie Bischof Franz Kamphaus sagte, ein geistliches Zentrum sei, das der geistigen Auseinandersetzung diene. Das Haus erhielt wieder sein Giebeldach, allerdings auch einen Anbau nach Süden hin, nicht ahnend, dass damit Konflikte oder Probleme heraufbeschworen würden. Denn nun nach dem beschlossenen Abriss des Technischen Rathauses und rekonstruierenden Wiederaufbau des Marktes bedrängt das Haus die Goldene Waage.

Hans-Otto Schembs

Kurzinformation

Workshop Reiseassistenz

„Wie helfe ich einem Rollstuhlfahrer an einer hohen Bordsteinkante?" Antworten auf solche Fragen und viele weitere zum Thema Körperbehinderung und Reisen sollen im Workshop „Reiseassistenz" des Bundesverbandes Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. gegeben werden. Der Workshop findet von 16. bis 22. November 2009 in Krautheim/Baden-Württemberg, statt. Mehr Infos unter Telefon 06 29/42 81-50/51 und E-Mail: reiseservice@bsk-ev.org (www.reisen-ohne-barrieren.eu).

Anzeige

ARBEITERWOHLFAHRT FRANKFURT AM MAIN · AMBULANTE DIENSTE · SENIORENWOHNUNGEN

Gut betreut leben in den eigenen 4 Wänden

Sie leben in Ihrer eigenen Wohnung und benötigen Hilfe und Pflege?

Unsere Ambulanten Dienste steht Ihnen im Alltag professionell zur Seite.

Sie suchen nach einer Wohnung, die zu Ihren Bedürfnissen passt – Sie möchten selbstständig leben mit Betreuungsangebot?

AWO-Ambulante Dienste und Seniorenwohnungen – Hilfe und Unterstützung mit Herz

Ambulante Dienste
Röderbergweg 82
Telefon 0 69 / 44 20 33

Seniorenwohnungen
Abteilung Offene Altenhilfe
Henschelstraße 11 | Telefon 0 69 / 29 89 01 35

AWO

Stadtbefestigung des 17. Jahrhunderts entdeckt

Anfang des 17. Jahrhunderts, noch kurz vor Beginn des Dreißigjährigen Kriegs, erkannte der Rat, dass angesichts der Entwicklung der Feuerwaffen und der Belagerungskunst ein grundlegend neues, umfassendes Befestigungssystem für die gesamte Stadt notwendig war. Behalf man sich zunächst mit Rücksicht auf die Finanzen noch mit Ausbesserungen, so holte man sich, als die politische Lage ab 1619 bedrohlich wurde, Vorschläge ein, ließ Pläne ausarbeiten und berief schließlich 1627 Festungsingenieur Johann Wilhelm Dilich in städtischen Dienst. Etwa 30 Jahre bis zu seinem Tod 1657 leitete er den Festungsbau in Frankfurt.

Jetzt ausgegrabene Stollen wurden offenbar im Zweiten Weltkrieg noch benutzt.

Seit dem ersten Spatenstich am 12. Mai 1628 zwischen Eschenheimer Tor und Friedberger Tor wurde mit großer Energie an der Befestigung gearbeitet, anfangs von den Bürgern selbst, dann von Bewohnern der Dorfschaften im Frondienst. Bei Baubeginn erklärte Schultheiß Johann Martin Baur von Eyssenеck, dass sich die neue Befestigung nicht gegen den Kaiser richte, sondern dem Schutz der Stadt diene.

Unikat entdeckt

Am besonders gefährdeten Friedberger Tor begann man mit einer bastionären Befestigung in der Art der Sternschanzen. Dabei errichtete Dilich einen „überdachten Gang", also eine Art Kasematte. Gerade dort trat jüngst bei Bauarbeiten für einen Neubau der Waisenhausstiftung in der Bleichstraße eine ausgedehnte unterirdische Galerie zutage. Mit einer Höhe von vier Metern und einer Tiefe von neuneinhalb Metern stellt sie ein imposantes und hochrangiges Kulturdenkmal dar, wie Dr. Andrea Hampel, Leiterin des Denkmalamts, erläutert. Es handelt sich dabei nicht nur um ein Dokument des Beginns des Befestigungsbaus, sondern auch um ein Unikat: Eine solche Kasematte wurde nur am Friedberger Tor errichtet. Infolge eines Wassereinbruchs wurde diese dann nicht nur durch eine Sternbastion ersetzt, sondern der Rat bestimmte, dass überall diese kostengünstigeren Bastionen entstehen sollten. Vor die Mauern des 14. Jahrhunderts wurden Wälle, Gräben, Eskarpen (Böschungen) und Glacis (Erdanschüttungen vor dem Graben, die zum Feind hin so abfallen, dass kein toter Winkel entsteht) gesetzt und sprangen fünfeckige Bastionen weit vor.

Bei jüngsten Ausgrabungen wurde eine unterirdische Galerie entdeckt.

Sichtbarer Teil der Geschichte

Als Anfang des 19. Jahrhundert die Befestigung geschleift wurde, entstanden Gärten und Promenaden, also die einzigartigen Wallanlagen, an deren Zickzack noch heute die Bastionen abzulesen sind. Die jetzt entdeckten Stollen in der Bleichstraße / Eschenheimer Anlage wurden offenbar noch im Zweiten Weltkrieg als Luftschutzbunker genutzt, gerieten dann aber in Vergessenheit. Dass diese Verteidigungsanlage, so wie sie gefunden und ausgegraben wurde, als sichtbarer Teil der Frankfurter Geschichte in den Neubau integriert und damit weitgehend erhalten bleibt und für die Bürger erlebbar wird, dafür stehen im Einvernehmen mit dem Bauherrn, der Waisenhausstiftung, die Chancen gut.

Hans-Otto Schembs

Anzeige

Kistner + Scheidler
Bestattungen

Zeit zum Abschiednehmen

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

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

Telefon: 069-153 40 200
Tag und Nacht

Wenn die Knochen mürbe werden

Vortragsreihe im Bockenheimer Treff

Aktiv sein gegen Osteoporose. Foto: Procter & Gamble Pharmaceuticals-Germany GmbH

Was ist Osteoporose und wie kann man sie behandeln und vorbeugen?

Osteoporose zählt zu den großen Volkskrankheiten. Sechs bis acht Millionen Menschen sind allein in Deutschland betroffen, davon 80 Prozent Frauen. Osteoporose ist eine Skeletterkrankung, bei der das Gleichgewicht des Knochenwiederaufbaus maßgeblich gestört ist.

Ein gesunder Knochenapparat ist in der Lage, altes Knochengewebe abzubauen und zeitgleich neues zu bilden. Im Falle der Osteoporose ist dieser Prozess gestört: Der Abbau findet in größerem Umfang statt als der Wiederaufbau. Grund ist ein Mangel an Calcium und Vitamin D. Besonders gefährdet sind Frauen nach den Wechseljahren. Aber auch Mangelernährung oder eine Darmerkrankung können zu Osteoporose führen.

Grundsätzlich verlieren alle Menschen ab dem 35. Lebensjahr an Knochensubstanz. Die Allgemeinmedizinerin Doreen Hug, die im April auf Einladung des Frankfurter Verbandes über die Erkrankung informierte, sagt: „Ein Problem ist, dass die Osteoporose über einen langen Zeitraum ohne Symptome verläuft." Allerdings gebe es ein Warnzeichen. Sofern ein durchschnittlich groß gewachsener Mensch mehr als acht Zentimeter an Körpergröße verliere, sei dies ein deutlicher Hinweis auf eine Erkrankung. In diesem Falle sollte die betroffene Person eine Knochendichtemessung vornehmen lassen. Die Krankenkassen bezahlten diese jedoch nur, wenn es bereits zu einer Bruch gekommen ist. Eine präventive Messung koste den Patienten derzeit etwa 60 Euro. Sind die Knochen erst mürbe, kommt es häufig zu Brüchen des Oberschenkelhalses, aber auch Brüche des Wirbelkörpers und des Handgelenkes sind möglich. Schreitet die Erkrankung fort, kann sich ein Buckel entwickeln.

Bewegung kann vorbeugen

Eine große Rolle beim Entstehen von Osteoporose spielt die genetische Veranlagung. Trotzdem sind in jedem Fall vorbeugende Maßnahmen in den Bereichen Ernährung und Bewegung möglich. Zu achten sei, so Doreen Hug, auf eine calciumreiche, ausgewogene Ernährung. Doreen Hug rät außerdem zu möglichst viel Bewegung. „Liegt ein Mensch zwei Wochen im Bett", sagt sie, „verliert er 20 Prozent seiner Muskelmasse und ebenfalls erheblich an Knochenmasse." Sie empfiehlt Sportarten wie Laufen, Nordic Walking, Joggen, aber auch Treppensteigen. Auch kleine Sprünge über ein Seil oder auf einem Minitrampolin, Tanzen und Tennisspielen wirken vorbeugend. Vor allem soll der Mensch so oft wie möglich ins Freie gehen und Sonne tanken, damit sich im Körper das wichtige Vitamin D bilden kann. Alte Menschen in Pflegeheimen etwa seien in der Regel zu selten in der Sonne und litten an einem Vitamin D-Mangel.

Auch Medikamente können den Knochenabbauprozess verzögern. Als wirksam zur Behandlung von Osteoporose hätten sich sogenannte Bis-Phosphonate, Strontium und das sehr teure, aber hochwirksame Parathormon erwiesen. Die Kosten übernähmen die Krankenkassen allerdings erst nach einem Bruch, bzw. wenn die Knochendichtemessung auf eine Osteoporose hinweise. „Die Prävention von Osteoporose seitens der Kassen geht gegen null", merkt denn auch Doreen Hug kritisch an.

Annette Wollenhaupt

Vortragsreihe „Gesund leben – Gesund bleiben" des Frankkfurter Verbandes in Kooperation mit der Barmer Frankfurt und der Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt
Freitag, 25. September: Wie soll eine moderne Schmerztherapie aussehen?
Freitag, 30. Oktober: Auch mit den Einschränkungen des Alters beweglich bleiben
Freitag, 27. November: Schlaganfall – Schnelle „Erste Hilfe" und gute Nachbehandlung können die Folgen mildern!
Jeweils 16 Uhr im Begegnungszentrum Bockenheimer Treff,
Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt am Main. Infos bei Matthias Hüfmeier, Frankfurter Verband, Telefon 0 69/77 52 82.

Nicht jeder Sturz führt zum Bruch
Nicht jeder Sturz muss gleich zu einem der gefürchteten Altersbrüche führen. Doch ist es in jedem Fall besser, gar nicht erst zu Fall zu kommen. Der Verein Bewegungsimpulse e.V. bietet unter dem Titel Stups Kurse an, die die Teilnehmenden darin schulen, Stabilität und Sicherheit zu gewinnen.
Vom 7. September an gibt es wieder zwei Kurse (von 16.30 bis 17.30 Uhr und von 17.30 bis 18.30 Uhr im Diakonissenkrankenhaus, Holzhausenstraße 72). Zehn Termine kosten 70 Euro, eine Teilrückerstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich). Weitere Kurse beginnen am 17. November, Informationen über Telefon 0 69/41 07 67 31.

Unterschiedliche Trainingsmethoden zur Sturzprävention untersucht eine Studentin der Sportwissenschaften. Dafür sucht sie interessierte Menschen ab 55 Jahren, die gern an einem dreimonatigen kostenlosen Training in Qi Gong oder Sturzprävention teilnehmen möchten (vom 28. Juli bis 7. Oktober). Wer der Wissenschaft dienen und gleichzeitig sich selbst trainieren möchte, wendet sich an Beate Hild, Telefon 0 69/24 24 99 88 oder 01 76/20 61 04 45, E-Mail: bhild@stud.uni-frankfurt.de.

Lieber ein Kloß auf dem Teller als das (Kloß-) Gefühl im Hals! Bloß das nicht! (Teil 3)

Wie Phobien den Alltag bestimmen können

Anna G. gilt bei ihren Nachbarn als sehr sportlich. Die 72-Jährige steigt die 98 Treppenstufen bis zu ihrer Wohnung im 4. Stock seit über 30 Jahren tagein und tagaus hinauf, ohne jemals den Fahrstuhl zu benutzen. Wegen ihrer Konsequenz wird sie von den Mitbewohnern oft bewundert. Jetzt fällt es ihr immer schwerer. Die Knie machen nicht mehr mit.

Nie kam ihr auch nur eine Silbe über die Lippen, was der wirkliche Grund für ihre „Sportlichkeit" war – sie hatte einfach Angst den Fahrstuhl zu benutzen. Es jetzt offen einzugestehen, würde bedeuten, dass sie die Anerkennung und die Achtung zu verlieren glaubt, die ihr in den letzten Jahrzehnten zuteil wurde.

Anna G. ist kein Einzelfall. Sie leidet unter einer Phobie (Agoraphobie oder Platzangst). Phobische Störungen gehören neben der generalisierten Angststörung und der Panikstörung zu den häufigsten psychischen Beeinträchtigungen. Etwa ein Drittel aller Menschen leiden unter diesen „Angststörungen".

Die generalisierte Angststörung entwickelt sich – im Gegensatz zur Panikstörung – meist langsam (siehe auch „Angststörung" Heft 2/08). Sie steht meist nicht in unmittelbarem Zusammenhang mit realistischen Befürchtungen des Alltags. Daher kommt der Ausdruck „generalisiert".

Als Panikattacken werden schwere Angstattacken bezeichnet, die plötzlich und unerwartet auftreten. Sie sind unabhängig von bestimmten Situationen. Innerhalb von Minuten steigert sich die Angst soweit, bis man sich von der Angst überwältigt fühlt. Die Betroffenen leiden unter körperlichen Symptomen wie Beklemmungs- und Erstickungsgefühl, Schwindel, Herzrasen, Übelkeit, Taubheit und Kribbelgefühlen bis hin zur Furcht, verrückt zu werden oder sterben zu müssen.

Die Dauer der Attacke schwankt zwischen wenigen Minuten und selten länger als wenige Stunden. Die meisten dauern nicht länger als zehn Minuten. Frauen sind zweimal mehr betroffen als Männer. Etwa drei Prozent der Bevölkerung leidet unter Panikstörungen.

Der Blick in die Tiefe ist bei Höhenangst schwer zu ertragen. Fotos (2): DAK/ Wigger

Phobien sind ausgeprägte Ängste, die durch bestimmte Situationen, Objekte, Gegenstände, Tiere oder Aktivitäten ausgelöst werden. Betroffene meiden dann immer häufiger solche auslösenden Situationen und legen dabei eine große Kreativität an den Tag. So bleibt die Störung manchmal über viele Jahre unentdeckt für andere, auch für Familienmitglieder.

Das Gefühl in der Falle zu sitzen

Je nach der auslösenden Situation werden verschiedene Formen der Phobie unterschieden. Neben den Tierphobien (Hunde, Spinnen, Schlangen, Mäuse) ist eine der bekanntesten Phobien die Agoraphobie oder im allgemeinen auch „Platzangst" genannt. Es ist eine Angst vor Situationen, in denen die Furcht besteht, nicht flüchten zu können und die Kontrolle zu verlieren. Typisch ist die Furcht vor großen, offenen und weiten Plätzen, vor Situationen im Kino oder Theater (manchmal hilft es schon, sich in die Nähe des Ausgangs oder sich ans Ende einer Reihe zu setzen), in öffentlichen Verkehrsmitteln, im Aufzug oder in Flugzeugen. Auch Höhenangst gehört dazu, ebenso die Angst vor Menschenmassen oder vor der Warteschlange an der Kasse und am Schalter. Dies kann durchaus das Alltagsleben beeinträchtigen.

Logische Überlegungen und die Beobachtung, dass es anderen Menschen in der gleichen Situation nichts ausmacht, lindert die Furcht der Betroffenen nicht. Es macht die Situation manchmal nur noch schlimmer, weil sie wissen dass sie übertrieben reagieren, aber zunächst nichts dagegen tun können. Sie schämen sich auch oft dafür.

Die Agoraphobie tritt häufig zusammen mit der oben erwähnten Panikstörung auf.

Aber: Ein „normaler" Respekt oder die Furcht etwa vor fremden Hunden muss noch keine krankhafte Störung bedeuten. Manchmal ist etwas Vorsicht durchaus auch richtig und notwendig. Wie bei vielen Dingen in der Medizin, so sind auch hier die Übergänge zwischen „noch normal" und „schon krankhaft" fließend.

Herzklopfen im Fahrstuhl.

Lieber allein als unter Menschen

Eine sehr weit verbreitete und oft übersehene Angststörung ist die „Soziale Phobie". Menschen mit dieser Beeinträchtigung leiden unter einer starken Angst, wenn es um Begegnungen mit anderen Menschen geht. Sie ängstigen sich, in Gegenwart von anderen etwas sagen zu müssen, im Mittelpunkt zu stehen, im Restaurant zu essen, etwas Peinliches oder Lächerliches zu sagen. Diese Phobie ist sicher eine der am meisten verbreiteten Störungen. Sie ist in allen Ausprägungsformen bekannt. Sie beginnt oft schon in der Kindheit. Zunächst heißt es dann: Das Kind ist halt schüchtern. Später wird dies oft mit Medikamenten oder Alkohol als „Auflockerer" zu vertuschen versucht. Menschen mit dieser Art der Phobie meiden sehr häufig andere Menschen und suchen sich Berufe oder Tätigkeiten ohne Publikumsverkehr, haben Hobbys, die sie gut alleine ausüben können oder mit wenigen anderen Menschen teilen. Die Kommunikation über das Internet erlaubt manchen auch einen jederzeit selbst steuer- und regelbaren Kontakt. Die Distanz ist gewahrt, die Möglichkeit zum Rückzug ist vorhanden. Als Symptome können Erröten, Zittern, Angst zu erbrechen, Übelkeit, Schwitzen und Toilettendrang auftreten.

In der Regel beginnen die meisten Phobien im Kindes- und Jugendalter bzw. im mittleren Lebensabschnitt. Sie überdauern aber manchmal bis ins hohe Alter.

Spezifische Phobien, die ausschließlich im Alter auftreten sind bisher nicht bekannt. Sehr viele prominente Personen haben auch Phobien. Manchmal wird dies als Eigenart oder Macke abgetan. In einigen Fällen wird so eine Phobie dann auch gründlich ausgelebt. Hier leidet dann die Umgebung manchmal mehr als der Betroffene selbst.

Es gibt kaum etwas, was sich nicht für eine Phobie eignet

Heute geht die Wissenschaft davon aus, dass Angststörungen ein Zusammenspiel von genetischen, biologischen und psychischen Ursachen sind. Nicht jede Phobie muss behandelt werden. Viele Menschen kommen damit auch so gut durch das Leben. Die Diagnose ist meist nicht schwer, denn die Betroffenen erleben die Situation selbst und können sie auch oft gut beschreiben.

Wann sollte man Hilfe suchen? Wie immer ist es günstig, sich frühzeitig zu informieren und gegebenenfalls auch behandeln zu lassen. Der Hausarzt ist hier der erste Ansprechpartner. Wenn die Vermeidungshaltung zunimmt, wenn es zunehmende oder nicht mehr akzeptable Einschränkungen des Alltags, des Berufs-, Freizeit- und Familienlebens gibt, dann ist es höchste Zeit professionelle Hilfe anzunehmen. Denn Angststörungen sind heute gut behandelbare Störungsbilder. So sind Entspannungsverfahren, systematische Desensibilisierung, Reizüberflutung, Verhaltenstherapie, Psychotherapie und medikamentöse Behandlung gängige und Erfolg versprechende Methoden. Welche eingesetzt werden kann und soll, muss der Arzt in jedem Einzelfall entscheiden.

Der Weg aus dem Teufelskreis braucht manchmal einen Anlass. Deshalb sind Angehörige, Freunde und Bekannte zunächst einmal gute Partner, mit deren Hilfe, Unterstützung und Ermutigung die eigene Angst, Hilfe anzunehmen überwunden werden kann.

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

Anzeige

Computer im Ohr

Hörgeräte werden immer kleiner und technisch raffinierter

Vor dem Hörgerätekauf steht ein gründlicher Test. **Fotos (2) Forum Gutes Hören**

Hörgeräte gibt es bereits „unerhört günstig", nämlich fast zum Nulltarif. Damit wirbt etwa die Augenoptiker-Kette Fielmann. Kunden zahlen für ein Gerät die gesetzlich vorgesehene Zuzahlung von zehn Euro. Mehr nicht. Ein verlockendes Angebot. Aber Hörgeräte sollte man nicht unüberlegt kaufen.

Hörgeräte-Akustiker, wie beispielsweise Diana Hermann vom „Hör-Gut Hörzentrum" in Frankfurt-Bornheim, erstellen deshalb neben einem Audiogramm (Hörtest) bei ihren Kunden ein ausführliches Hörprofil. Das heißt, sie führen ein langes Gespräch über den Lebensalltag der Kunden, um herauszufinden, in welchen verschiedenen Situationen sie ein Hörgerät brauchen. „Wer arbeitet, viel in Konzerte geht, Vorträge hält, in einem Chor singt oder regelmäßig mit seinen drei Enkelkindern spielt, braucht ein anderes Gerät als Menschen, die wenig mit anderen Geräuschquellen konfrontiert sind", sagt die Hörgeräteakustiker-Meisterin Hermann.

Im Ohr oder hinterm Ohr

Grundsätzlich gibt es zwei Gerätetypen: Hinter-dem-Ohr-Geräte (HdO) und Im-Ohr-Geräte (IO). Beide Hörsysteme passen sich exakt der Anatomie des Ohrs an. Bei den HdO-Geräten schmiegt sich das Gerät mitsamt der technischen Ausstattung hinter das Außenohr. Ein Schallschlauch verbindet das Ohrpassstück mit dem äußeren Gehörgang. HdO-Geräte sind besonders robust und leistungsstark. Sie eignen sich für starke Hörschädigungen.

IO-Geräte helfen Menschen mit leichten bis mittleren Hörschäden am besten. Sie können in drei Variationen getragen werden: komplett und unsichtbar im Gehörgang, am Eingang des Gehörgangs oder aber in der Ohrmuschel. Die Lautsprecher befinden sich nahe am Trommelfell und übertragen so die Töne sehr gut. Derzeit sind etwa 90 Prozent der neu angepassten Hörsysteme Hinter-dem-Ohr-Geräte, zehn Prozent Im-Ohr-Geräte.

Pro Gerät bis zu 3.000 Euro

Es gibt einfache Basismodelle mit einem Programm, die tatsächlich schon für zehn Euro Zuzahlung zu haben sind. Andere Modelle mit ausgefeilter Digitaltechnik und Fernbedienung sind mit bis zu fünf Programmen ausgestattet und kosten bis zu 3.000 Euro. „Die Krankenkassen zahlen einen Festbetrag von etwa 400 Euro pro Gerät dazu. Dieser Betrag variiert je nach Kasse und Bundesland ein wenig", sagt Hermann. Digitaltechnik und immer kleinere Bauteile sorgen dafür, dass Hörgeräte immer besser werden. Chipgesteuerte Systeme lösen analoge Systeme mehr und mehr ab. Heutzutage verstärken Hörgeräte nicht nur Geräusche, sondern leisten intelligentes Schallmanagement. Volldigitale Systeme arbeiten mit einem Mikrochip, der wie ein Minicomputer funktioniert. Sie wählen zum Teil von selbst die jeweils optimale Einstellung und unterdrücken Störgeräusche automatisch. Das verbessert das Sprachverstehen.

Die Programme der Geräte heißen beispielsweise „Hören in Ruhe", „Hören in Lärm", „Musik/TV" oder „Konzerte, Kirche, Oper". „Innerhalb der einzelnen Programme können wir den Mikrochip zusätzlich umprogrammieren und Feineinstellungen vornehmen", sagt Hermann. Damit könne das Hörgerät sehr individuell an die Lebensgewohnheiten des Kunden angepasst werden. Deshalb sei der Praxistest im Alltag so wichtig. „Eine Woche lang benutzen die Kunden ihr Gerät und schreiben genau auf, was ihnen auffällt", erzählt die Hörakustikerin. Die Eingewöhnungszeit könne manchmal bis zu vier Wochen dauern. In dieser Zeit erfolgt bei den wöchentlichen Treffen die Feinjustierung der Geräte im Hörzentrum.

Die Auswahl der einzelnen Programme können die Benutzer dann selbst vornehmen, entweder mit einem Knopf am Gerät oder per Fernbedienung. Manche Hörsysteme sind zusätzlich mit einer Funkverbindung ausgestattet, so dass die Hörgeräte des linken und rechten Ohrs miteinander verbunden sind. „Wer also das Programm umstellen will, braucht das nur an einer Seite zu tun. Das Gerät der anderen Seite stellt sich dann automatisch um." Zwei Hersteller bieten zudem so genannte interaktive Hörsysteme an, mit denen Telefongespräche, Fernsehprogramme und Musikgeräte direkt in die Hörgeräte übertragen werden.

Magnetfelder und Töne

Eine deutlich bessere Tonqualität erreicht die Ohren an Orten, die mit Induktionsschleifen ausgestattet sind. Die meisten modernernen Hörgeräte empfangen über die Induktionsanlagen die Töne mit Hilfe eines Magnetfeldes direkt ins Hörgerät. Plätze in vielen Frankfurter Kirchen und in der Alten Oper sind damit ausgerüstet. Statt vom Raum-

mikrofon über den Lautsprecher und das Hörgeräte-Mikrofon kommen die Töne direkt und ohne Qualitätsverlust im Ohr an.

Wenn die Batterien schwach werden

Ihre Energie bekommen die Geräte durch Knopfzellen, die je nach Gerät nach circa fünf bis 40 Tagen gewechselt werden müssen. Ein Signalton zeigt an, wenn die Batterie schwach wird. Weil sie manchmal bereits zehn Minuten danach komplett leer ist, ist es ratsam immer Ersatzbatterien mit sich zu führen. Die Miniknopfzellen sind durchaus ein Kostenfaktor. Für sechs Stück zahlt man beim Akustiker schon mal acht Euro. „Ich habe mal billigere ausprobiert, aber die haben nicht so lange gehalten", hat Uta Klein aus Frankfurt festgestellt. Auch Apotheken und seltener Elektrofachgeschäfte sowie Kaufhäuser bieten Hörgerätebatterien an. Über das Internet kann man die Knopfzellen ebenfalls bestellen. Akkus werden grundsätzlich für Hörgeräte nicht angeboten. *Nicole Galliwoda*

Gute Beratung ist bei der Wahl des Hörgeräts wichtig.

Bunt wie der Sommer

Ein schöner Balkon sorgt für gute Laune. **Foto: Oeser**

Der Sommer ist da, die Tage sind lang und die Temperaturen mild bis heiß. Da sitzt jeder, der über einen Balkon verfügt, gerne draußen. Am schönsten ist es, wenn zusätzlich noch bunte Blumen das Auge erfreuen.

Um an den Sommerblumen, die jetzt üppig in Balkonkästen blühen, möglichst lange Freude zu haben, müssen sie richtig gepflegt werden. Gerade an heißen Sommertagen brauchen sie natürlich ausreichend Wasser. Am besten können die Pflanzen das Wasser aufnehmen, wenn sie morgens gegossen werden. Dann ist es noch nicht so heiß und die obere Erdschicht noch nicht angetrocknet. Unter Umständen muss bei besonders hohen Temperaturen – vor allem auf Sonnenbalkonen – auch zweimal am Tag gegossen werden, damit die Pflanzen nicht austrocknen.

Hängen Blätter und Blüten erst einmal schlaff herunter, ist Notfallhilfe angesagt. Wer nun mit einem besonders kräftigen Guss aus der Gießkanne versucht, die Pflanzen zu retten, liegt falsch. Denn ausgetrocknete Erde kann das Gießwasser zunächst nicht aufnehmen: Es läuft einfach durch und tropft mehr oder weniger heftig durch die Abzugslöcher das Kastens wieder heraus – meist auf den darunter liegenden Balkon.

Besser sollte man den Kasten herausnehmen, in einen Untersetzer stellen und erst dann gießen. Sobald das Wasser im Untersetzer stehen bleibt, den Rest weggießen. Denn nasse Füße über längere Zeit mögen die wenigsten Pflanzen.
Zu trocken stehende Pflanzen in einzelnen Töpfen kann man einfach in einen Eimer Wasser tauchen und so lange drin halten, bis keine Luftbläschen mehr aufsteigen. Dann abtropfen lassen.

Für lang andauernden Blütenflor brauchen Balkonpflanzen regelmäßige Düngung: Flüssigdünger ins Gießwasser geben und nur bei feuchter Erde gießen. Wer darüber hinaus regelmäßig Abgeblühtes entfernt, regt die meisten Pflanzen dazu an, neue Blüten auszutreiben.

Ein Tipp: Es macht Freude, jetzt schon fürs nächste Jahr zu planen. Statt eines kunterbunten Pflanzensortiments sieht auch eine Bepflanzung Ton in Ton schön aus. Ganz in weiß und grün etwa wirkt äußerst elegant, starke Rot- und Orangetöne anregend. Auch ein Duftgarten ist im Kasten möglich: mit mediterranen Kräutern wie Rosmarin, Thymian und Oregano. Aber auch Duftblattgeranien, deren Blätter nach Zitrone, Apfel oder Muskat riechen, sind sehr apart, vor allem, wenn sie dazu noch ihre zarten Blüten zeigen. *Lieselotte Wendl*

Mehr Tipps unter www.gartennetz.de, www.derkleinegarten.de oder in einschlägigen Büchern, z. B. "Balkonien! Urlaub zwischen Gemüselust und Blütenmeer", Natalie Faßmann, Monika Kratz, Ulmer Verlag; 12,90 Euro.
ISBN 978-3-8001-5836-2

FRANKFURTS STADTTEILE

Sachsenhausen

Affentor Häuser **Fotos (4): FKK-Christ**

Im Süden liegt Dribbdebach

Sieht so aus, als wäre dieser Stadtteil die bessere Hälfte der Stadt am Main. Auf der Sonnenseite im Süden gelegen: Sachsenhausen, „Dribbdebach".

Tatsächlich ist es erst einmal nicht leicht unter den 54.000 Frankfurtern, die hier leben, jemanden zu finden, der etwas anderes erzählt, als das, worüber gedruckte Reiseführer stolz berichten: Über die Museumsmeile, die nun einmal im Stadtteil liegt, schwärmen die Befragten. Die 13 Museen, aufgereiht am Schaumainkai, die im Osten mit dem Museum für Angewandte Kunst beginnen und im Westen mit dem Museum Giersch enden. Dazu die Museumscafés und -gärten dahinter: ein Traum. Geliebt wird auch die Uferpromenade, mit Skylineblick und Bänken zum Ausruhen. Und dann die nahen, stadtberühmten Ausflugsziele: Goetheturm, Willemer Häuschen, Gerbermühle, Stadtwald, Oberschweinstiege. Dass der Henningerturm, einst prestigeträchtige Landmarke, längst wegen Baufälligkeit geschlossen ist, was soll`s. Eiserner Steg, Städelmuseum und Dreikönigskirche lassen das Bröckeln des Wahrzeichens aus den 1960er Jahren vergessen.

Aber der flächenmäßig größte und einwohnerstärkste Stadtteil Frankfurts ist auch Schauplatz des ganz normalen Alltags, den viele Ältere hier Tag für Tag meistern: Sachsenhausen hat einen hohen Anteil an Bewohnern über 50 Jahren. In Sachsenhausen-Süd sind 40 Prozent der Bürger im Seniorenalter. Damit hält das Quartier zusammen mit Seckbach, Dornbusch, Bergen-Enkheim und Praunheim den stadtweiten Rekord.

Gute Versorgung

Könnte sein, dass der Vergleich mit der Sonnenseite auch für diejenigen gilt, die in Sachsenhausen alt geworden sind. Denn verglichen mit ihren Altersgenossen der anderen Stadtteile mit hoher Seniorendichte, sind die Bewohner von Dribbdebach bestens versorgt: 13 Wohnanlagen für Senioren zeigt der Infoatlas 50plus, den das Sozialdezernat herausgegeben hat. Dazu kommen fünf Pflegeheime. Ähnlich gute Werte besitzt unter den Frankfurter Stadtteilen nur das Nordend. In Sachsenhausen oder unmittelbar in der Nachbarschaft in Niederrad haben zudem drei Krankenhäuser ihren Sitz: die Universitätskliniken, das Schiffer- und das Mühlbergkrankenhaus.

Auch die Zahl der geselligen Treffpunkte, die Kirchengemeinden, Arbeiterwohlfahrt und Frankfurter Verband für Ältere organisieren, ist höher als anderswo in der Stadt. Und das Angebot ist vielfältig. Es reicht vom Klassiker, also dem Plausch an der gedeckten Kaffeetafel am Nachmittag, bis zum Walking- oder Gymnastiktreff und zur Wandergruppe.

Die Sozialbezirksvorsteherin kennt die Sachsenhäuser

Für Heike Stahnke, die sich als Sozialbezirksvorsteherin auch um die Belange der älteren Bürger kümmert, ist das kein Zufall. „Die Senioren haben heute andere Vorstellungen, wie sie ihre Freizeit verbringen wollen." Diejenigen, die sich körperlich gut fühlen, gehen zum Yoga, machen Rückenkurse, nutzen Nordic-Walking-Angebote oder belegen Kurse der Volkshochschule, ist ihre Erfahrung.

Doch was, wenn die körperlichen Einschränkungen, die das Alter mit sich bringt, es nicht mehr zulassen die Vorzüge des Stadtteils zu genießen? Wenn der Weg zur Uferpromenade beschwerlich und der Spaziergang zum Goetheturm unmöglich wird? Zwar ist kaum ein Stadtteil in engerem Takt mit der Innenstadt verbunden, – die U-Bahnlinien 1, 2 und 3 fahren alle fünf Minuten – trotzdem muss, wer zum Beispiel auf dem Mühlberg wohnt, am Lokalbahnhof in den Bus umsteigen. Zu beschwerlich für viele Ältere, trotz des Niederflureinstiegs, über den die Linie 47 verfügt. Runter vom Berg muss auch, wer Lebensmittel einkaufen will. „Die Infrastruktur in punkto Supermärkte könnte besser sein", sagt die Sozialbezirksvorsteherin. Seit vielen Jahren setzt sich die 43-Jährige in ihrem Ehrenamt für die Älteren im Stadtteil ein. Neben ihrem Job als Justizbeamtin erledigt Heike Stahnke Behördengänge, hilft beim Ausfüllen schwieriger Anträge und beim Schriftwechsel. Sie berät auch, wenn ein Umzug in ein Pflegeheim oder eine Seniorenwohnanlage ansteht. Älteren Sachsenhäusern mit Migrationsgeschichte vermittelt sie zudem muttersprachliche Ehrenamtliche, die zum Beispiel einen Besuchsdienst übernehmen können. Das kommt allerdings bislang nicht häufig vor.

Stahnke, die selbst, „wenn es irgend geht", im Stadtteil alt werden möchte, scheint mit den Jahrzehnten tief in die Seele „ihrer" Sachsenhäuser geblickt zu haben. „Der Sachsenhäuser an sich ist ein Kleingärtner", erklärt sie lächelnd auf

die Frage nach einer typisch Dribbdebacher Eigenschaft. Kleingärtner? Da war doch was! Zwei Jahre lang hatten zwölf Kleingärtner, Inhaber der zehn Parzellen im Landschaftsschutzgebiet Mainwasen, Ortsbeirat und Stadtverordnete auf Trab gehalten. Mit einer groß angelegten Unterschriftensammlung und provokanten Spruchbändern protestierten sie gegen den Bau der EZB-Brücke. Und war da nicht noch was? Durch den Protest von Sachsenhäuser Interessengruppen verzögerte sich der Baubeginn der im Verkehrsausschuss vor drei Jahren beschlossenen Straßenbahnneubaustrecke, die Neu-Isenburg direkt mit dem Frankfurter Hauptbahnhof verbinden soll. Denn die Trasse soll über die begrünte Mittelpromenade der Stresemannallee führen. Den Verlust der Grünanlage wolle man nicht hinnehmen, erklärt Günter Joras, Mitglied des Ortsbeirats 5.
So sind die Bewohner von Sachsenhausen: im Ernstfall bereit, um die Schönheiten ihrer Sonnenseite zu kämpfen.

Katrin Mathias

Deutschherrn Viertel

Kuhhirtenturm

Töpferei Maurer

Beim Singen öffnet sich der Blick für das Schöne, das Wesentliche

Über die Probleme, die Alter und Krankheit mit sich bringen, wird bei den Treffen der zwölf Damen fast gar nicht gesprochen. Und das, obwohl die Seniorinnen, die jeden Freitagvormittag für eine Stunde in die Sachsenhäuser Lukaskirche kommen, im Alter zwischen 70 und 94 Jahre alt sind. „Singen macht froh" heißt das Motto des Gesangskreises der evangelischen Maria-Magdalena-Gemeinde. Dass das tatsächlich so ist, erfahren die betagten Sängerinnen, die sich selbst den Namen „Die Osternachtigallen" gegeben haben, buchstäblich am eigenen Leib. „Beim Singen spürt man schnell, wie die Atmung tiefer wird, dann lockern sich die Schultern, man fühlt sich wach und die Laune steigt", sagt Monika Schmidt.

Die Kirchenmusikerin der Maria-Magdalena-Gemeinde leitet den Singkreis seit zwei Jahren. Doch aus dem Gruppenraum in der Lukaskirche nehmen die Sängerinnen noch etwas mit. „Der Blick ist wieder offen für das Schöne, das Wesentliche", sagt Schmidt. Wie schön der Baum blüht, wie angenehm die Sonne scheint: „Das fällt einem nach dem Singen erst wieder richtig auf." Dabei geht es in der Singstunde eher locker zu. Leistung und stimmliche Perfektion sind nicht das Ziel. Stattdessen entscheiden die Seniorinnen in der Regel selbst, was gesungen wird. Das sind meistens Volkslieder und Melodien, die die Besucherinnen von früher her kennen. Und da sie in unterschiedlichen Regionen, in denen manchmal jeweils anderes Liedgut verbreitet ist, geboren wurden, gibt es mitunter auch Neues zu lernen. „Das schult natürlich den Geist", nennt die Kirchenmusikerin einen weiteren Effekt. Obwohl die meisten in früheren Jahren viel gesungen haben, sind auch Neulinge ohne Singerfahrung willkommen. Vor ein paar Jahren, erzählt Schmidt, kam eine Dame dazu, die noch nie richtig gesungen hatte. „Wir haben entdeckt, dass sie eine tolle tiefe Stimme hat." Sie ist jetzt als die Bassstimme der Osternachtigallen an den Freitagvormittagen nicht mehr wegzudenken.

Wer mitsingen will oder erst einmal zuhören will, kommt einfach am Freitag um 10 Uhr im „Löwenraum" der Lukaskirche, Gartenstraße 67 vorbei.

Katrin Mathias

Was ist ein Sozialbezirksvorsteher?

Dieser ehrenamtliche Dienst des Jugend- und Sozialamtes ist eine gewachsene und etablierte Einrichtung der Stadt Frankfurt. Seine Aufgabe ist die Unterstützung und Beratung von Bürgerinnen und Bürgern, die in ihrer Lebenssituation Hilfe benötigen. Die Sozialbezirksvorsteher bieten regelmäßige Sprechzeiten an, zu denen sie – meist nach telefonischer Vereinbarung – für ein Gespräch zur Verfügung stehen. Wenn es gewünscht wird oder notwendig ist, machen sie auch Hausbesuche Das Frankfurter Stadtgebiet ist in 68 Sozialbezirke unterteilt, für die jeweils ein Sozialbezirksvorsteher zuständig ist, der wiederum mit mehreren Sozialpflegern zusammen arbeitet. In Sachsenhausen gibt es neun Bezirke. So erreicht man die Sozialbezirksvorsteher: Bezirk 300: Karl Schneider, Telefon 0 69/65 91 74;
Bezirk 321: Hans Günter Joras, Telefon 0 69/60 60 54 65; Bezirke 322, 325: Irene Essenwanger, Telefon 0 69/6 31 13 38; Bezirke 323, 326: Heike Stahnke, Telefon 0 69/61 99 50 50; Bezirk 324: Roswitha Girst, Telefon 0 69/61 82 94; Bezirke: 331, 332 Klaus-Dieter Ortlepp, Telefon 01 63/5 65 78 88. *red*

3 Fragen an:

Manfed Wagner ist noch voll im Einsatz

Manfred Wagner (72) gehört seit 60 Jahren zum Inventar der Apfelweinwirtschaft „Der Klaane Sachsenhäuser". Als Kind und Jugendlicher unterstützte er die Eltern in dem Traditionslokal am Neuen Wall. Von 1969 an war er Chef des Lokals, das heute Sohn und Schwiegertochter in fünfter Generation führen. Auch jetzt noch wohnt er über der Gastwirtschaft, die es seit dem Jahr 1886 gibt, und hilft jeden Tag bei der Arbeit mit.

SZ: Wie sah das Leben im Sachsenhäuser Traditionslokal früher aus?

Manfed Wagner: *Es war schon manches anders als heute. Bier bestellen, das war nicht nur verpönt, sondern auch zwecklos, weil keines angeboten wurde. Den Ebbelwoi mit Limonade zu panschen, das hat es früher nicht gegeben. Das höchste der Gefühle war der Sauergespritzte. Meistens kam der Ebbelwoi von unserer Hauskelterei pur in den Bembel. Früher hat unser Lokal auch mehr Prominenz angezogen. Im Gästebuch stehen die Einträge von unserem berühmten Zoodirektor Bernhard Grzimek, von einem bekannten Tiefseetaucher und Sportlern, die vor Jahrzehnten populär waren. Sämtliche Bürgermeister von Frankfurt haben uns besucht. Und es gab mehrere Künstlerstammtische.*

Manfred Wagner **Foto: Oeser**

SZ: Und das hat sich heute geändert?

Manfed Wagner: *Es ist weniger geworden. Es gab ja nicht nur die Künstlerstammtische, sondern auch viele andere. Jetzt gibt es fast gar keine Stammtische mehr. Keine Ahnung, woran das liegt. Vielleicht machen die Leute stattdessen eher Sport wegen der Fitness. Dabei hält guter Ebbelwoi auch jung und ist gesund. Dass es nicht mehr jeden Abend brechend voll ist, hat aber bestimmt auch damit zu tun, dass die Leute weniger Geld haben oder der Fernsehsucht verfallen sind.*

SZ: Was ist mit den älteren Gästen?

Manfed Wagner: *Sie kommen von da, wo man zu Fuß hierher laufen kann: aus Sachsenhausen. Und trinken das, was man hier trinkt: Ebbelwoi. Manche kenne ich schon, seit sie noch junge Leute waren und hier bei uns ihre Hochzeiten gefeiert haben. Mit vielen haben wir auch auf die Silber- und Goldhochzeiten angestoßen. Das ist schön, wenn Sie so etwas erleben können. Die Älteren kennen sich auch untereinander oft schon seit Urzeiten. Aber es kommen auch ältere Gäste her, die nicht zu der eingeschworenen Gemeinschaft gehören. Auf die achte ich dann besonders und bringe sie unters Volk. Wenn man zusammen isst und Ebbelwoi trinkt, klappt das mit dem Schwätzen ganz schnell.* *Katrin Mathias*

Anzeige

HAUSNOTRUF DEUTSCHLAND
Ein Geschäftsbereich des Frankfurter Verbandes e.V.
immer für Sie da!
069 – 60 919 60

•Mit unseren Diensten leisten wir Hilfe rund um die Uhr.
•Durch den Anschluss an die Hausnotrufzentrale werden in einer akuten Notsituation per Knopfdruck Rettungssanitäter und ausgebildetes Pflegepersonal alarmiert.
•Durch Rauch- und Bewegungsmelder kann die Sicherheit zu Hause noch erhöht werden.
•Mit seinen vielfältigen Möglichkeiten bietet das Hausnotrufgerät maximale Sicherheit und schnelle Hilfe im Notfall ab 17,90€ im Monat.
•Nähere Informationen zum Hausnotruf Deutschland erhalten Sie unter Tel.: 069 – 60 919 60 oder unter www.hausnotruf-deutschland.de

Für sie gelesen

Väter und ihre Töchter

Ruths 87 Jahre alter Vater zieht zu ihr nach New York, er versucht, sich im Korrespondenzbüro seiner Tochter nützlich zu machen, und geht zudem ein Verhältnis mit der 69-jährigen Polin Zofia ein, was Ruth deutlich irritiert. Doch nicht nur das, Vater Edek möchte mit seiner neuen Liebe und deren Freundin ein Restaurant eröffnen. Spezialität des Trios: polnische Fleischbällchen. Mit „Chuzpe", ihrem neuesten Roman, nimmt die amerikanisch-jüdische Autorin Lily Brett das ergiebige Thema „Väter und Töchter" unter ihre ganz persönliche Lupe. Und wie immer, zeichnet sich ihre Art des Schilderns – Schauplatz ist New York – durch Wärme, Witz und scharfen Verstand aus.
„Chuzpe", erschienen bei Suhrkamp; 9,90 Euro.
ISBN 978-3-518-45922-5

Künstler im Farbrausch

Otto Dix hat die Nackttänzerin Anita Berber in einem fließenden roten Kleid gemalt, rot wie ihre Haare und der spitz zulaufende Mund. Franz Marc hat kleine blaue Pferde gemalt und Vincent van Goghs Sonnenblumen leuchten in warmem Gelb. Eine Vorliebe für das stimmungsvolle Violett haben schließlich die Impressionisten an den Tag gelegt. Die großen Werke der Kunstgeschichte, sie alle wären ohne starke Farben kaum denkbar. Einen Überblick zur Wirkung von Farbe in der Kunst gibt, reich bebildert, der Band „Farbrausch.
Die Farbe in der Malerei", erschienen im Belser Verlag;
29,90 Euro. **ISBN 9-783763025220**

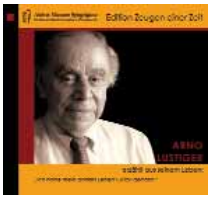
Hoch und heilig

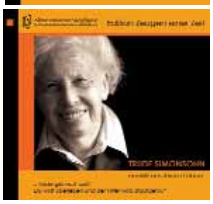
Von den großen Bergen der Welt mit ihrer Nähe zum Himmel ging immer schon eine Faszination aus. Und so wundert es kaum, dass sie auch in den Mythen und Religionen der Welt von zentraler Bedeutung sind. Zum heiligen Berg Kailash etwa pilgern Buddhisten und Hindus, die Dschaina und Anhänger der tibetischen Bön-Religion gleichermaßen. Die Tafel mit den Zehn Geboten erhielt Moses von Jahwe auf einem Berg der Sinaihalbinsel, auf einem Berg nahe Mekka schließlich, soll Mohammed die Offenbarung des Propheten entgegengenommen haben.
Wer Näheres über die Bedeutung der Berge in Religion und Mythos wissen möchte und dabei Freude an schönen Landschaftsbildern hat, der sollte einen Blick in den Band „Hoch und heilig" werfen. Lutz Maurer schrieb die Texte, Markus Raich fotografierte.
Erschienen im Styria Verlag; 22,95 Euro.
ISBN 978-3-222-13252-0

Cousinen

Cornwall, Anfang des 20. Jahrhunderts. Die junge Eliza wächst nach dem Tod ihrer Eltern bei ihrem Onkel auf dessen Familiensitz Blackhurst Manor auf. Zu ihrer Cousine Rose entwickelt Eliza ein besonders enges Verhältnis, beide streifen gemeinsam durch das Gelände des Anwesens und entdecken einen verwunschenen Garten samt Cottage. Die Welt der beiden jungen Frauen erfährt einen Bruch als Rose Nathaniel heiratet. Eliza zieht sich ins Cottage zurück und schreibt dort ihre Geschichten. Sie ahnt nicht, wie traurig Rose ist, da das Paar keine Kinder kriegen kann. Als Rose Eliza um Hilfe bittet, entwickeln die Freundinnen einen unheilvollen Plan, der das Schicksal der nachfolgenden Familiengenerationen entscheidend beeinflussen wird.
Kate Morton: „Der verborgene Garten", erschienen im Diana Verlag; 21,95 Euro. **ISBN 978-3-453-29063-1**

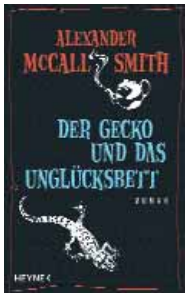
Zeitzeugen erzählen





„Ich habe mein ganzes Leben Glück gehabt", hat Arno Lustiger einmal gesagt. Und das obwohl die Nationalsozialisten ihn, den Juden, in mehrere Arbeits- und Vernichtungslager deportiert hatten. Zu Trude Simonsohn sagte einmal jemand: „Trude gib nicht auf. Der Hitler wird draufgehen und du wirst weiterleben." Er sollte zum Glück Recht behalten.
In seiner CD-Reihe „Edition Zeugen einer Zeit" lässt der Verein Aktives Museum Spiegelgasse für deutsch-jüdische Geschichte in Wiesbaden Zeitzeugen des Nationalsozialismus zu Wort kommen und ihr Leben vor, während und nach dem Terrorregime schildern.
Beide CDs kosten jeweils 15 Euro.
Arno Lustiger, **ISBN 978-3-941289-01-7**
Trude Simonsohn, **ISBN 978-3-941289-00-0**

Mysteriöses Unglücksbett



Mma Ramotswe, literarisches Geschöpf von Erfolgsautor Alexander McCall Smith, ist Botswanas Miss Marple. Die Inhaberin von Botswanas einziger Frauendetektei trinkt kannenweise Rotbuschtee – und löst dabei die heikelsten Fälle. Ihr neuester dreht sich um mehrere mysteriöse Tode in einem Krankenhaus. Die Opfer kommen stets im selben Bett um. Und das auch noch jeweils an einem Freitag. Was hat es mit dem Unglücksbett im Krankenhaus von Mochudi auf sich? Und was mit dem gestohlenen Material aus einer Druckerei? Hinzu kommt noch ein dritter Ermittlungsfall, es geht um Ehebruch. Mma Ramotswes Ehemann höchstpersönlich bietet sich an, ihn zu lösen. Ob das gut geht?
„Der Gecko und das Unglücksbett", erschienen bei Heyne;
18,95 Euro. **ISBN 978-3-453-26568-4**

Annette Wollenhaupt

Nachbarschaftspreis

Zum neunten Mal schreibt die Stadt Frankfurt den Nachbarschaftspreis aus. Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld ruft Einzelpersonen und Gruppen, die sich nachbarschaftlich engagieren, zur Bewerbung auf.

Ausgezeichnet werden Aktionen und Ideen, die darauf abzielen, die Nachbarschaft im Stadtteil lebendig zu gestalten. Dabei geht es darum, die Identifikation mit dem jeweiligen Stadtteil zu steigern. Zum Beispiel können der Einsatz für alte oder kranke Menschen etwa durch Einkaufsdienste und andere Hilfen, oder Aktionen von Hausgemeinschaften und Kulturangebote preiswürdig sein. Dabei sollten alle Bewohner angesprochen sein – unabhängig von Alter, Bildung, Herkunft oder Einkommen. Der Wettbewerb ist in zwei Kategorien ausgeschrieben. Kategorie I wendet sich an Initiativen, die bereits bestehen und Ergebnisse und Entwicklungen nachweisen können. Kategorie II ist für Initiativen gedacht, die sich noch in Planung befinden. Es wird jeweils ein erster und ein zweiter Preis in Höhe von 750 beziehungsweise 500 Euro vergeben. Vorschläge und Eigenbewerbungen können bis zum 30. August formlos eingereicht werden: Stabsstelle „Aktive Nachbarschaft" im Jugend- und Sozialamt, 51.S1, Stichwort: Nachbarschaftspreis, Eschersheimer Landstr. 412–429, 60320 Frankfurt, E-Mail: nachbarschaftspreis@frankfurt-sozialestadt.de. Weitere Informationen gibt es unter www. frankfurt-sozialestadt.de oder unter Telefon 0 69/2 12-3 88 84 (Thomas Schäfer) oder 2 12-4 74 05 (Tanja Sadowski). *red*

Wo war's – wer war's?

Hier haben wir ein neues Bild vom Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main mit der Frage: Wo war´s, wer war´s? Hinweise dazu bitte an die Redaktion schicken.

Mitschülerinnen gesucht

Maria Spengler sucht Anschriften von Klassenkameradinnen.
Das Foto zeigt die Klasse 8a von Herrn Spenner in der Frankensteiner Schule. Die Klasse wurde 1952 entlassen. Wer weiß, wer auf dem Foto zu sehen ist und die Anschriften kennt, möge sich bei Maria Spengler, geb. Heinlein, telefonisch melden unter der Nummer 0 69/76 91 39.

Natur verstehen – Mitreden – Aktiv sein

Das Senioren-Programm im Senckenberg Naturmuseum findet einmal im Monat am letzten Dienstag von 15 bis 16.30 Uhr statt. Gestartet wird mit einer knapp einstündigen Führung zu ausgewählten Objekten (hierfür stehen Klappstühlchen zur Verfügung). Anschließend findet in geselliger Runde mit einer Tasse Kaffee und Kleingebäck ein Vortrag mit Diskussion statt. Die Teilnahme kostet 12 Euro. Treffpunkt ist in der Eingangshalle des Museums. Anmeldung erforderlich unter Telefon 0 69/75 42 13 41.

28. Juli
Wie aus Reptilien Säuger wurden – mit Dr. Eva Gebauer

25. August
Leben in der „Nachtschicht" – Anpassungen von Vögeln und Säugetieren an das Leben in der Dunkelheit – mit Dr. Peter Mende

29. September
Meisterarchitekten im Tierreich – mit Dr. Peter Mende

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Service- und Begegnungszentrum Dornbusch, 60320 Frankfurt; Hansaallee 150
Gemeinsame Angebote von Kreativwerkstatt Telefon 0 69/5 9716 84 und Café Anschluss Telefon 0 69/55 09 15

Im Café ANSCHLUSS

Schere, Kleister und Computer – ein Foto wandelt sich zum Erinnerungsstück von bleibendem Wert

Wir befreien Fotografien aus dem Dunkel des Familienalbums! Voraussetzungen: Kenntnisse in Word und am PC, sicherer Umgang mit der Maus. Anmeldung erforderlich (im Café Anschluss); 40 Euro plus Materialkosten.
5 Teilnehmer; vier mal drei Stunden jeweils Montag, 7., 14., 21. und 28. September von 13.30 bis 16.30 Uhr. Mit Brigitte Stein u. Klaus Reichmann

Lebens-Geschichte(n), Lebens-Rituale

Die Kurs-Teilnehmer/innen der Schreibwerkstatt 1 der Kreativwerkstatt, Inge Brückner, Brigitte Hagemeier, Azita Izadpaneh, Manfred Olaf Lange, Isa Wicke-Koschinsky, Elke Rachfahl, Ute Sassenberg, Rosa Scheel, stellen ihre Texte vor. Für musikalische Untermalung sorgt Ulrich Theis mit seiner Oboe.
19. September ab 19.00 Uhr

Wie funktioniert die so genannte „Rentengarantie"?

Vortrag von Roman Fehr, Versicherungsamt der Stadt Frankfurt.
Wir informieren über die Rentenberechnung und die gesetzlichen Änderungen in den letzten Jahren.
Dienstag, 28. Juli, 10 Uhr, 2 Euro

Pflegebegleiter

Vortrag von Marlies Ritter und Holm Schmidt, Bildungszentrum Frankfurter Verband über die Pflegebegleiter-Initiative und die Qualifizierung zum Pflegebegleiter.
Dienstag, 21. Juli, 10 Uhr, 2 Euro

Wie arbeitet der Sozial-Psychatrische Dienst?

Vortrag von Dr. Gerd-Roland Bergner, Leiter des Sozial-Psychiatrischen Dienstes der Stadt Frankfurt. Dienstag, 8. September, 10 Uhr, 2 Euro

Kurse im Café Anschluss

Donnerstag, 24. September, 14 – 16 Uhr
Unsere Kursleiter stellen ihr Angebot persönlich vor und erklären die Inhalte und die Voraussetzungen der Teilnahme. Gut informiert können Sie im Anschluss daran direkt Ihre Kursbuchungen vornehmen.
„Erste Schritte für Ihren Einstieg", 14 bis 14.30 Uhr.
„Rund um den PC", 14.30 bis 15 Uhr
„Rund ums Internet", 15 bis 15.30 Uhr
„Rund um Foto und Grafik", 15.30 – 16 Uhr

Die hobby-runde

Mittwoch, 22. Juli und 19. August, 14.30 bis 16 Uhr; Mittwoch, 2. September und 16. September, 15 bis 16.30 Uhr

In der Kreativwerkstatt

Hansaallee 150, Eingang Pfadfinderweg

„Nachwuchs" für den Chor gesucht

Gesungen wird alles: von Gospel und Folklore über Kunstlieder bis zu Chorälen und Klassischem. Donnerstags, 18 bis 19.30 Uhr; 65 Euro, 10 Abende

Lebendiges Sehen

Selbsterfahrung durch ganzheitliches Sehtraining. Bitte mitbringen: Decke/Isomatte, bequeme Kleidung, Socken.
Ab 1. September, 10 Abende, 80 Euro; Dienstags, 20 bis 21.30 Uhr, bis zu 10 Teilnehmer

Gemeinsam neue Wege gehen

Erstes Treffen für neue Nachbarschaften im Westend / Dornbusch am Sonntag, 27. September, 11 bis 16 Uhr.
Austausch und Begegnung, Brunch, Referat: „Wie wollen wir alt werden?"
Bitte mitbringen: etwas Kulinarisches für den Brunch und 5 Euro.

Veranstaltungen im Sozialzentrum Marbachweg

Haus der Begegnung, Dörpfeldstraße 6, Telefon 0 69/29 98 07-2 68

Tanztee mit den „Old Romantics"

Mittwoch, 3. Juni, 14.30 Uhr

„Die Fischerin vom Bodensee"

Aquarelle, Radierungen, Federzeichnungen: Vernissage von Barbara Mesgarzadeh und Willy Bayer, Donnerstag, 23. Juli, 15 Uhr.

NEU: Aquarell-Malkreis

für Laien, Anfänger und Fortgeschrittene mit Margot Langner.
Montags, 9.30 bis 11.30, 1,50 Euro. Das genaue Anfangsdatum erfährt man unter Telefon: 0 69/29 98 07 – 268.

Qi Gong – Fit über 50

mit Philip Stanley , neuer Kurs 19. September bis 2. Dezember, mittwochs 10.30 bis 12 Uhr, 65 Euro (10 x)

MUT zum Handy

Das Handy gekonnt nutzen, mit Markus Öhlschlegel, mit Anmeldung, Freitag, 7. August, 10 Uhr, 4 Euro

NEU: Deutsch-Training für russische Migranten und Spätaussiedler

mit Luba Fomychova/Günter-Feldmann-Zentrum, ab Mittwoch, 9. September, 15.30 bis 17 Uhr, 1 Euro

„Melancholie oder Depression"

Vortrag von Dr. Bergner/Stadtgesundheitsamt; Donnerstag, 20. August, 16 Uhr

„Gesund essen – besser leben"

Ein Vortrag über calziumreiche Ernährung. von Claudia Rieth/Verbraucherzentrale Hessen. Donnerstag, 10. September, 10 Uhr, 2 Euro

NEU: „Rat und Hilfe mit kleinem süßen Frühstück"

mit Andrea Fricke. Freitag, 28. August und 25. September, 9 bis 11 Uhr, 1,50 Euro

Offenes Aktivangebot

mit Monika Franz, Anmeldung eine Woche vorher, Dienstags 10 bis 12 Uhr

Frischezentrum

Dienstag, 21. Juli; Treffpunkt: 6.30 Uhr an der Pforte Frischezentrum, Josef-Eicher-Str. 10, 60437 Frankfurt-Kalbach;11 Euro inklusive Frühstück und kleinem Präsent

Sektkellerei Kupferberg

Dienstag, 4. August; Treffpunkt: 12.15 Uhr im HdB oder 14 Uhr vor Ort, Kupferbergterrasse, 55016 Mainz.
8,50 Euro inklusive ein Glas Sekt

Frankfurter Feldbahnmuseum

Dienstag, 18. August; Treffpunkt: 12.25 Uhr im HdB oder 14 Uhr vor Ort, Am Römerhof, Frankfurt a.M.; 6,50 Euro inklusive Zugfahrt durch den Rebstockpark

Radio FFH

Dienstag, 6. Oktober; Treffpunkt: 14.45 Uhr HdB oder 16 Uhr vor Ort, FFH-Platz 1, 61111 Bad Vilbel, 2 Euro, Anmeldung bis 29. September

Streuobstzentrum MainÄppelHaus

Dienstag, 15. September; Treffpunkt: 12.45 Uhr im HdB oder 14 vor Ort, Klingenweg 90, 60389 Frankfurt-Seckbach; 3,00 Euro Rebstockpark

Sonntagsbrunch
Zum Thema: „Bewegen – Entspannen – Achtsamkeit".
Sonntag, 13. September, 10.30 Uhr, ab 13.00 Uhr Brunch, 5 Euro und Kulinarisches.
Ansprechpartnerin: Hildegard Bradt, Telefon 0 69/5 48 43 59

Ausflug in das Gingko Haus
zum Verein für selbstbestimmtes und gemeinschaftliches Wohnen im Alter, Sonntag, 9. August;
Info und Anmeldung unter Telefon 0 69/61 29 35

Schwanheimer Düne
Dienstag, 25. August;
Treffpunkt: 12.15 Uhr im HdB oder 14 Uhr vor Ort, 60529 Frankfurt-Schwanheim, 1,50 Euro

„DamenRausch"
Eine unterhaltsame Fahrt mit der Primuslinie mit Musik der 20er Jahre, 11,50 Euro;
Sonntag, 25. Oktober, Einstieg 10 Uhr, Anmeldung bis 1. September

Netzwerk „Neue Nachbarschaften"
„Jour fixe" im Cucina delle Grazie, Domplatz 3, ab 17 Uhr am Montag, 28. September. Ansprechpartnerin: Hildegard Bradt, Telefon 0 69/5 48 43 59

Internetcafé KONTAKT
Einzelbegleitung rund um PC, Internet und Handy, digitale Kamera am eigenen Notebook mit telefonischer Voranmeldung, Telefon 0 69/29 98 07-268

Einführung in den PC
mit Wilhelm Haberland, dienstags, 15 bis 17 Uhr, Beginn am 7. Juli, 7 Euro pro Termin

Mit dem eigenen Notebook....
kommen und sich von Dagmar Krönung beraten lassen. Mittwochs, 11 bis 13 Uhr, jeweils am 15. Juli, 12. August, 16. September, 4,50 Euro pro Stunde

Besondere Gedichte für besondere Anlässe
mit Lydia Schütz. 24. Juli, 25. September, freitags, 13 bis15 Uhr

NEU: „Backrezepte im Internet"
suchen mit Lydia Schütz
Freitag, 21. August, 13 bis 15 Uhr

NEU: Telefonische Beratung für kleine Probleme mit dem PC & Internet
mit Dagmar Krönung, montags, 27. Juli, 31. August, 28. September, 15 bis 16 Uhr

NEU: Die „mobile Maus"
Für gehbehinderte Menschen:
Wir kommen zu Ihnen, wenn Sie nicht zu uns kommen können. In den Stadtteilen Eckenheim, Preungesheim, Berkersheim nach persönlicher Absprache.
7,50 Euro pro Stunde

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11, Telefon 0 69/5 40 05 55

Bienenzucht und Honig
Vortrag von Karl Gall/Imker, Donnerstag, 16. Juli, 16 Uhr

Sommerfest mit Live Musik
mit Franz Musalic, Kaffeetafel und Imbiss, Donnerstag, 23. Juli, 15 Uhr

Frankfurter Sagen
Vortrag von Leonore Gauland. Donnerstag, 10. September, 16 Uhr

Internationales Frauenfrühstück
Für Frauen unterschiedlichen Alters mit und ohne Kinder, freitags, 9.30 bis 11.30 Uhr, 3. Juli, 4. und 18. September, 1,50 Euro

Begegnungszentrum Auguste-Oberwinter-Haus

Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt

Surf-Treff: Sind Sie schon drin… … im Netz?
Im Internetcafé des Auguste-Oberwinter-Hauses können Sie erste Schritte am PC und im Internet wagen.
Montag bis Freitag, 10 bis 13 und 14.30 bis 17 Uhr (freitags nachmittags geschlossen). Ansprechpartner und Terminvereinbarung: Erika Seeliger, Telefon: 0 69/78 00 26

Begegnungszentrum Bockenheimer Treff

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

Sommerfest
Das Senioren-Sommerfest im Begegnungszentrum Bockenheim findet dieses Jahr in Zusammenarbeit mit dem VdK Bockenheim statt. Mit Tanzmusik von Gerald Schneider und Auftritten des Eschenheimer Shanty-Chores und der Rödelheimer Feuerteufel.
Das Fest kann **barrierefrei** (Zugang und Toiletten) besucht werden und kostet keinen Eintritt.
Samstag, 18. Juli, ab 14 Uhr

Begegnungszentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, Sybille Vogl, Telefon 0 69/57 71 31, Dienstag, Donnerstag und Freitag, 14 bis 17 Uhr

„Frankfurter Literaturkreis"
in Heddernheim, mittwochs, 14.15 Uhr; 3 Euro pro Termin, Anmeldung erbeten

Gesprächskreis für Menschen mit beginnender Demenz
Freitags, 10 Uhr, alle 14 Tage, Anmeldung erforderlich, kostenfrei

Besichtigung Rhein-Main-TV
Führung durch den Sender Rhein-Main-TV in Bad Homburg. Mittwoch, 3. Juni, Treffpunkt: 13 Uhr am U-Bahnhof Heddernheim, 2 Euro sowie Fahrkosten, Anmeldung bis 2. Juni

Besichtigung ZDF
Besichtigung des ZDF-Sendezentrums in Mainz. Mittwoch, 1. Juli, Treffpunkt 14 Uhr am Hauptbahnhof Mainz, 2 Euro sowie Fahrkosten. Anmeldung bis 30. Juni

Die Höchster Silberdisteln
Die Silberdisteln kommen mit ihrer Aufführung „Musik ist Trumpf" ins Begegnungszentrum. Dienstag, 14. Juli, 15 Uhr, voraussichtlich 4 Euro, Anmeldung bis 10. Juli

Sommerfest
mit dem Gitarrenduo Saitengesang.
Montag, 20. Juli, 15 Uhr

Begegnungszentrum Riederwald, Treffpunkt

Am Erlenbruch 26, 60386 Frankfurt, Frau Roth, Telefon 0 69/42 24 44

Impressionen aus dem Botanischen Garten
Filmnachmittag mit Gerd Wunderlich
Dienstag, 15. September, 16 Uhr

Lesung
Der Buchautor Meddi Müller liest aus seinem zweiten Roman „Der Türmer".
Mittwoch, 16. September und Dienstag, 29. September, jeweils um 16 Uhr

Senioreninitiative Höchst

Gebeschussstr. 44, 65929 Frankfurt, Telefon 0 69/30 97 46

Die Senioren-Initiative Höchst des Frankfurter Verbandes feiert mit einem Gartenfest ihr 20-jähriges Bestehen. Gäste sind herzlich willkommen. Freitag, 28. August, ab 16 Uhr

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Das Bürgerinstitut ist aufgrund seiner Neugestaltung bis auf Weiteres unter folgender Adresse zu erreichen: Weißfrauenstraße 9, 60311 Frankfurt. Telefon 0 69/97 20 17-0.
Die postalische Anschrift bleibt bestehen: Oberlindau 20, 60323 Frankfurt. Die Veranstaltungsorte entnehmen Sie bitte den Veranstaltungshinweisen.

Treffpunkt Rothschildpark

Reihe „Literatur und Film"
In diesen Doppelveranstaltungen werden ein Buch oder die Biografie einer berühmten Persönlichkeit erst mit einer Lesung vorgestellt – ein paar Tage später wird der Film gezeigt.

„Drachenläufer" von Khaled Hosseini, **Buchvorstellung**
Der Roman erzählt das Schicksal zweier Jungen und ihrer unglücklichen Freundschaft. Eine dramatische Geschichte von Liebe und Verrat, Trennung und Wiedergutmachung vor dem Hintergrund der jüngsten Vergangenheit Afghanistans. Referentin: Sibylle Kempf von der Gruppe „Lesefreuden" Mittwoch, 22. Juli, 15 Uhr; Haus der Begegnung, Gärtnerweg 62, 60322 Frankfurt

„Drachenläufer", Filmvorführung
Erinnerung an eine glückliche Kindheit in Kabul bis zur Herrschaft der Taliban. David Benioffs Verfilmung des Buches von Khaled Hosseini; USA, 2007, 122 min.; Film im Gespräch mit Gustav G. Pressel. Freitag, 24. Juli, 14 Uhr; Brentanoklub, Brentanostraße 23, 1.OG, U-Bahn Station Westend

„Casanova" von Giacomo Girolamo Casanova, **Buchvorstellung**. Elke Jatzko von der Gruppe "Lesefreuden" berichtet über den kosmopolitschen Venezianer, Abenteurer, vielseitigen Geist und großen Liebhaber. Lesung über sein bewegtes Leben im 18. Jahrhundert. Mittwoch, 19. August, 15 Uhr, Haus der Begegnung, Gärtnerweg 62, 60322 Frankfurt

„Fellinis Casanova", Filmvorführung
Fellinis Verfilmung von Casanovas Memoiren mit Donald Sutherland, Italien, 1976, 148 Min. (mit Pause!). Film im Gespräch mit Gustav G. Pressel , Freitag, 21 August, 14 Uhr; Brentanoklub, Brentanostraße 23, 1.OG, U-Bahn Station Westend

„Der Besuch der Madame Bovary", Buchvorstellung
Ein literarisches Duett frei nach Gustave Flauberts Roman „Madame Bovary" von und mit Carola Volkmann und Gustav G. Pressel von den Lesefreuden. Dauer 90 Minuten (mit Pause). Dienstag, 8. September, 15 Uhr ; St. Ignatiusgemeinde, Gemeindesaal, Gärtnerweg 60, 60322 Frankfurt

„Madame Bovary", Filmvorführung
Claude Chabrols Verfilmung des gleichnamigen Literaturklassikers mit Isabelle Huppert, Frankreich 1990, 142 Min. (mit Pause). Film im Gespräch mit Gustav G. Pressel. Freitag, 11. September, 14 Uhr; Brentanoklub, Brentanostraße 23, 1.OG, U-Bahn Station Westend

Workshop: Servietten falten leicht gemacht
Maria Oltsch zeigt, wie Sie mit Bischhofshut, Lilie, Falte und Fächer ihrer Tafel eine besondere Note verleihen können. Material ist vorhanden, 1 Euro Materialkosten; Dienstag, 14. Juli, 15 Uhr; Bitte bis Freitag, 10. Juli, anmelden! St. Ignatiusgemeinde, Gemeindesaal, Gärtnerweg 60, 60322 Frankfurt

Cafeteria für Jung und Alt
Auch während des Umbaus findet weiterhin die Cafeteria des Treffpunkt Rothschildparks statt. Alle vier Wochen verwöhnen ehrenamtliche Mitarbeiterinnen die Gäste mit selbst gebackenem Kuchen und Kaffee; Haus der Begegnung, Gärtnerweg 62, 60322 Frankfurt
Mittwoch, 8. Juli und 16. September, jeweils 14 bis 16.30 Uhr
Information bei Frau Rohde, Telefon 0 69/97 20 17-40

Können Menschen mit Demenz autonom sein?
Immer wieder stehen Betreuende von Menschen mit Demenz vor Situationen, welche die Frage stellen, ob ein autonomer Entscheid vorliegt oder nicht. Damit verbunden ist die Frage, ob man gegen den Willen eines Menschen etwas entscheiden darf. Der Vortrag formuliert Kriterien für autonome Entscheide. Referent: Michael Schmieder, Master für angewandte Ethik, Heimleiter Sonnweid Wetzikon, Schweiz. Vortrag und Diskussion im Rahmen der Reihe: „Verstehen Sie Demenz", Mittwoch, 9. September, 19.30 h; im Saalbau Bornheim, Arnsburger Straße 24, 60385 Frankfurt
Demenzforum: Wenn die Demenz beginnt...
11. Demenzforum am 10 September. Nähere Informationen unter Telefon 0 69/ 97 20 17-0

Ehrenamt in der Hospizarbeit

Seit Beginn der Hospizbewegung hat das Engagement von Ehrenamtlichen eine große Rolle gespielt. Auch in Frankfurt gibt es viele verschiedene Möglichkeiten, sich ehrenamtlich in der Sterbebegleitung zu engagieren und sich dafür zu qualifizieren. Eine unverbindliche, einführende Information gibt Monika Müller-Herrmann, Koordinatorin der Hospizgruppe im Bürgerinstitut und Leitung des Arbeitskreises Hospiz Rhein-Main. Donnerstag, 17. September, 18 bis 20.15 Uhr, Volkshochschule Sonnemannstraße 13, 60314 Frankfurt. Anmeldung unter Telefon 0 69/97 20 17 24. Das nächste Hospizhelferseminar des Bürgerinstituts beginnt am 9. Oktober und bereitet in zwei Wochenenden (9. bis 11. Oktober und 30. Oktober bis 1. November) und sieben Abendterminen auf die ehrenamtliche Hospizarbeit vor. Ein persönliches Vorgespräch mit Frau Monika Müller-Herrmann ist erforderlich.

Anzeige

Seniorenrestaurants

Preis 4,70 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

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

Eckenheim Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-216
U 5 Richtung Preungesheim oder Bus Nr. 34 Richtung Bornheim-Mitte, Haltestelle Marbachweg/Sozialzentrum,
Öffnungszeit: 12.00 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 14.00 Uhr

Praunheim Pflegeheim Praunheim
Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-744
U 6 bis Endstation Heerstraße und Bus Nr. 60 Richtung Heddernheim, Haltestelle Graebestraße,
Öffnungszeit: 12.00 bis 13.00 Uhr

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

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

Seckbach Hufeland-Haus
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/47 04-3 44, Fax 0 69/4 70 43 15
Bus Nr. 38 Richtung Burgstraße oder Bus Nr. 43 Richtung Bergen Ost, Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: 12.00 bis 13.00 Uhr

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

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

Essen auf Rädern

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

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

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Florianweg 9, 60388 Frankfurt am Main
Telefon 0 61 09/30 04 29, 0 69/30 05 99 91
Fax 0 61 09/30 04 28

Diakoniestationen gGmbH / 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
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/30 05 99-92, Fax 0 69/30 05 99-96

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

Der Eigenanteil für die Inhaber der „Grünen Karte" wurde auf 2,40 Euro festgelegt.

Anzeige

Vertrauen Sie auf über 50 Jahre Erfahrung

Mit dem Angebot vom Menübringdienst „apetito zuhaus" können alle, die keine Zeit oder keine Lust haben selber zu kochen, täglich ein Mittagessen genießen – auch an Wochenenden und Feiertagen. Das Menüangebot reicht von Hausmannskost über Genießermenüs bis hin zu regionalen Spezialitäten. Auch diabetikergeeignete Menüs und Schonkost stehen zur Wahl.
Für eine individuelle Beratung oder eine unverbindliche Menübestellung stehen die freundlichen Mitarbeiterinnen von „apetito zuhaus" gerne zur Verfügung: Montag bis Freitag 8 – 18 Uhr. Tel. 069 – 24 79 50 24

Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante 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

▶ **BuV Bockenheim und Nordweststadt,** Rödelheim, Westend, Kuhwald, Carl-Schurz-Siedlung, Postsiedlung, Praunheim, Heddernheim, Römerstadt, Hausen, Westhausen, Niederursel: 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 63-31, Fax 95 96 63 50

▶ **BuV Sachsenhausen,** Oberrad: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e. V., Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt, Tel. 62 80 66 und 62 80 67, Fax 61 99 01 84

▶ **BuV Obermain,** Ostend, Altstadt, Innenstadt, Südliches Nordend, Westliches Nordend: Arbeiterwohlfahrt, Henschelstr. 11, 60314 Frankfurt, Tel. 59 99 15 und 59 99 31, Fax 29 89 01 10

▶ **BuV Eschersheim und Am Bügel,** Preungesheim, Dornbusch, Ginnheim, Eckenheim, Berkersheim, Frankfurter Berg, Nieder-Eschbach, 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, Schwanheimer Straße 20, 60528 Frankfurt, Tel. 6 78 70 03, Fax 6 78 70 28

▶ **Koordinierungsstelle Wohnen und Pflege zuhause,** Jugend- und Sozialamt, Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Tel. 2 12-7 06 76, Fax 2 12-3 07 41

Anzeige

Vorschau auf das Kursangebot für ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer

VHS VOLKSHOCHSCHULE FRANKFURT AM MAIN

Telefonische Auskunft über das gesamte Kursangebot:
Tel. 0 69/212-715-01

Anmeldung: Volkshochschule, Sonnemannstraße 13
Sie erreichen uns mit den S-Bahn-Linien S1–S6, S8+S9 Station Ostendstraße. Straßenbahnlinien 11, 14: Haltestelle S-Bahnstation Ostendstraße
Kundenservice: Sonnemannstraße 13, Mo 13–18 Uhr, Di 10–13 Uhr, Mi 13–18 Uhr, Do 10–19 Uhr,
Information und Beratung zum Angebot für aktive Seniorinnen und Senioren erhalten Sie unter Telefon: 0 69/2 12-3 79 63 und 0 69/2 12-4 12 62

Volkshochschule, Sonnemannstraße 13

Gedächtnistraining	Do	10.45–12.15
Gedächtnistraining	Mo	10.45–12.15
Gedächtnistraining am PC	Mo	14.00–15.30
Gemeinschaftliches Wohnen	Sa + So	10.00–15.15
Kostbarkeiten in Frankfurt	Mi	10.00–12.15
Wirbelsäulengymnastik	Di	10.00–11.00
Sturzprävention	Di	11.00–12.00
Feldenkrais	Fr	10.30–12.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.00–16.30
Gewalt sehen und Helfen	Sa	14.00–18.00
PC-Grundlagen, Internet	Di + Do	14.00–17.15
Internet	Mo + Mi	14.00–17.15
Digitale Fotografie	Mo + Mi	14.00–17.15
eBay	Mo	16.45–19.00

Unterrichtszentrum, Leipziger Straße 67

Ölmalerei	Do	14.00–16.15
Englisch Anfänger	Do	12.00–13.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	08.45–10.15
Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	12.00–13.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Di	10.15–11.45
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.30–17.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Di	15.45–17.15
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mi	10.30–12.00
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mo	14.00–15.30
Englisch conversation	Mo	15.45–17.15
Englisch conversation advanced	Do	10.45–12.15
Französisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	09.00–10.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Fr	09.30–11.00
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	10.45–12.15
Italienisch geringe Grundkenntnisse	Fr	10.30–12.00
Italienisch gute Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Spanisch gute Grundkenntnisse	Di	14.30–16.00

BIKUZ-Höchst, Michael-Stumpf-Str. 2

Spanisch Anfänger	Mo	18.15–19.45
PC-Grundlagen, Internet	Di + Do	14.00–17.15

Stadtbücherei, Hasengasse 4

Kunstgeschichte – Kunst der Hochrenaissance	Do	11.15–12.45
Kunstgeschichte – Kunst zwischen Tradition und Session	Fr	11.15–12.45
PC-Grundlagen, Internet	Mi + Fr	14.00–17.15
Internet	Mi + Fr	14.00–17.15
Das Internet als Wissensbibliothek	Mi + Fr	14.00–17.15

GDA Wohnstift, Waldschmidtstraße 6

Englisch ohne Lehrbuch	Mo	14.30–16.00
Freude an klassischer Literatur	Mo	16.15–17.45

Begegnungsstätte Bockenheim, Am Weingarten 18–20

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mi	Vormittag
Französisch gute Grundkenntnisse	Do	09.15–11.45
Französisch gute Grundkenntnisse	Do	11.45–12.30

Begegnungsstätte Bornheim, Wiesenstraße 20

Malen und Aquarellieren für Anfänger und Fortgeschrittene	Di	09.30–11.45

Begegnungsstätte Heddernheim, Aßlarer Straße 3

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	09.30–11.00

Brentano Klub, Brentanostraße 23

Bridge für Anfänger	Mi	15.45–17.15
Bridge Grundkurs 1	Di	15.45–17.15
Bridge Grundkurs 2	Di	14.00–15.30
Bridge Fortgeschrittene II	Mi	14.00–15.30

EV Angelischen Frauenbegegnungszentrum, Römerberg 9

Atmung und Bewegung (Frauen)	Mi	10.00–11.30
Pilates (Frauen)	Mi	11.30–13.00

Eckenheim, Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstraße 6

Zeichnen und Malen	Di	10.00–11.30
Tanzen in Gruppen	Fr	14.00–15.30
Wassergymnastik	Di	Nachmittag
Schwimmen	Di	16.00–17.00

Eckenheim, Ev. Kreuzgemeinde, Weinstraße 37

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag

Begegnungsstätte Hausen, Hausener Obergasse 15a

Wirbelsäulengymnastik	Mo	Vormittag

Begegnungsstätte Ginnheim, Ginnheimer Landstr. 172–174

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag
Wirbelsäulengymnastik	Mi	10.00–11.00

Nachbarschaftszentrum Ginnheim, Ginnheimer Hohl 14h

Englisch conversation	Do	Vormittag

Begegnungsstätte Ostend, Rhönstraße 89

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	10.00–11.30

Bibliothek Schwanheim, Alt-Schwanheim 6

Englisch conversation	Di	Nachmittag

Praunheim, Altenwohnanlage, Heinrich-Lübke-Straße 32

Wirbelsäulengymnastik	Mo	10.00–11.00

Harheim, Grundschule, In den Schafgärten 25

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Nachmittag

Zentrum am Bügel, Ben-Gurion-Ring 110a

Wirbelsäulengymnastik	Do	Nachmittag

Bethaniengemeinde, Wickenweg 60c

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mörfelder Landstr. 210

Malen mit Pastellkreide und Aquarellfarben	Mi	14.15–16.15
Französisch 6 Conversation	Mo	09.30–11.00

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mittlerer Hasenpfad 40

Englisch conversation	Di	Vormittag

Depot Oberrad, Offenbacher Landstraße 357

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Stadthalle Bergen-Enkheim, Marktstr. 15

Wirbelsäulengymnastik	Do	10.30–11.30

Gemeindehaus St. Aposteln, Ziegelhüttenweg 149

Wirbelsäulengymnastik	Do	Vormittag

Pestalozzischule, Vatterstraße 1

Wirbelsäulengymnastik	Mo	Vormittag

Ev. Gemeindehaus, Zentgrafenstr. 23

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Hufelandhaus, Seckbach, Wilhelmshöherstraße 34

Wassergymnastik	Mo	Vormittag
Wassergymnastik	Di	Vormittag
Wassergymnastik	Fr	Vormittag

Begegnungsstätte, Gebeschusstraße 44

Aquarellieren und Zeichnen	Fr	10.00–12.00
Englisch conversation	Mi	09.30–11.00

Otto-Hahn-Schule, Urseler Weg 27

PC-Grundlagen, Internet	Di + Do	16.45–19.00
Essen und Trinken im Alter	Sa	10.00–16.00

OSC Höchst, Johannesallee 39

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Saalbau Nied, Heinrich-Stahl-Straße 3

Wirbelsäulengymnastik	Mo	09.00–10.00

Begegnungsstätte Frankenallee 206 - 210

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag

Bildungsschuppen Höchst, Königsteiner Straße 49

Englisch conversation	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Nied, Birminghamstraße 20

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag
Englisch conversation	Di	09.30–11.00

August-Stunz-Heim, Röderbergweg 82

Wassergymnastik	Mo	Vormittag

Bei Angaben „Vormittag" oder „Nachmittag" gibt es mehrere Kurstermine zu dieser Tageszeit. Bitte ggf. die genauen Uhrzeiten unter oben angegebenen Telefonnummern telefonisch erfragen.

Wichtige Telefonnummern

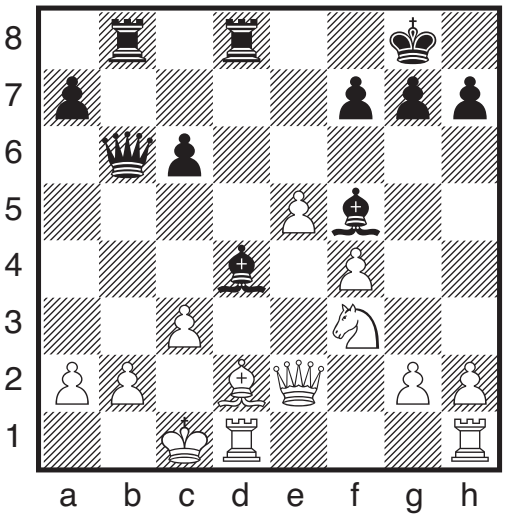
Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31 / 1 92 40
Ärzte-Notdienst	1 92 92
Zahnärztlicher Notruf	6 60 72 71
Apothekennotruf	0 18 01/55 57 77 93 17
Zentrale für Krankentransporte	42 60 10
Hausnotruf	6 09 19 60
ASB (Servicenummer)	08 00/1 92 12 00
DRK	7 19 19 10
Mainova-Service (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	01 80/118 88 11
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	01 80/33722550
Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	212-01
Römertelefon	2 12-4 00 00
Seniorentelefon	2 12-3 70 70
„Not sehen und helfen"	2 12-7 00 70
Kinder- und Jugenschutztelefon (kostenfrei)	08 00/2 01 01 11
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12-4 99 11
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12-3 43 43
Koordinierungsstelle Wohnen und Pflege zuhause	2 12-7 06 76
Wohnungsberatung für Körperbehinderte und Senioren	2 12-7 06 76
Betreuungsstelle	2 12-4 99 66
Zentrale Koordinierungsstelle stationäre Pflege / Kostenregelung vor Heimaufnahme	2 12-4 99 22
Soziale Hilfen für Heimbewohner – Wirtschaftsdienst	2 12-4 99 33
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	2 12-3 57 01
Seniorenerholung	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 67-5 43
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Hobbybörse / Café Anschluss	55 09 15
Bürgerinstitut / BüroAktiv	97 20 17-0
AWO Kreisverband	29 89 01-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband	95 52 62-51
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- u. Seniorenhilfe Frankfurt	77 66 11
Elterntelefon (Erziehungsberatung) des Kinderschutzbundes	08 00/111 05 50
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
SoVD-Stadtkreisverband	31 90 43
Evangelische Seelsorge	08 00/111 01 11
Katholische Seelsorge	08 00/111 02 22
Telekom-Auskunft	11 8 33
Verbrauchertipps	0 18 05/97 20 10
EC-Karten-Sperre	0 18 05/02 10 21

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

Sozialrathaus Gallus	2 12-4 27 08
Sozialrathaus Bockenheim	2 12-3 56 47
Sozialrathaus Bornheim / Obermain	2 12-3 45 49
Sozialrathaus Sachsenhausen / Goldstein	2 12-3 38 11
Sozialrathaus Höchst	2 12-4 66 37
Sozialrathaus Nordweststadt	2 12-3 22 79
Sozialrathaus Bergen-Enkheim	2 12-4 12 17
Sozialrathaus am Bügel	2 12-3 80 65
Sozialrathaus Dornbusch / Eschersheim	2 12-4 02 60

Nichts-tuer	Frosch-lurch	Vermerk im Buch	von ge-nannter Zeit an	Flug-hafen (engl.)		luftfür-miger Stoff	deutsche Vorsilbe	Hptst. Grie-chen-lands	sächliches Fürwort	verneinend, ergeb-nislos	Trink-gefäß für Saft	ugs.: schreien, lärmen	
zu keiner Zeit				Denk-sport-aufgabe								etwas be-dauern	
kleiner Kerl							Ge-müse-pflanze		Spende, Ge-schenk				
				im Wasser schwimmen		Ge-schwätz, Rederei							
freund-lich	chirur-gisches Messer		Misch-farbe						Schwer-metall		Skat-aus-druck		
Misch-speise						kleiner Keller-krebs		hasten					
Abk.: Kilo-gramm			Fehl-betrag, Verlust		Gegen-teil von passiv						Stadt in Italien (Landes-sprache)		Haar-tracht
von ge-ringer Größe		Ver-kaufs-aus-stellung						Bewe-gungs-form		mobiles Einsatz-komman-do (Abk.)			
					Gebieter		Lotto-treffer						
ein-tönige Musik		Dezem-ber (Abk.)		nach oben bewegen / kosmet. Mittel						Abge-kochtes		Abk.: österr. Bundes-land	
							Abk.: per Adresse		nicht hungrig				
Bücher-freund						Zier-pflanze							
Abk.: Leitzahl			innerer Körper-teil						spitzer Pflan-zenteil				

Schachaufgabe



Kontrollstellung: **Weiß:** Kc1, De2, Td1, Th1, Ld2, Sf3, Ba2, b2, c3, e5, f4, g2, h2 (13)
Schwarz: Kg8, Db6, Tb8, Td8, Ld4, Lf5, Ba7, c6, f7, g7, h7 (11)
Warum konnte Weiß hier mit dem Verteidigungszug b2 - b3 das Matt nicht abwenden?

Die Lösungen finden Sie auf Seite 22

Anschrift und Impressum

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

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

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

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Evangelische Blindenarbeit im Diakonischen Werk für Frankfurt, Haus am Weißen Stein, Eschersheimer Landstraße 565–567, Telefon: 0 69/53 02-244, Fax: 0 69/53 02-266, E-Mail: eb@integrationshilfen.de

Anzeigenleitung/Gesamtherstellung/Gestaltung: Kreativwerkstatt, Agentur und Verlag, Oeder Weg 9, 60318 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69/42 08 27 85, Fax: 0 69/42 08 27 86, Mobil: 0 172/682 80 20, E-Mail: agentur@kreativwerkstatt-frankfurt.de

Anzeigenschluss für die Ausgabe 4/2009 ist der 28. August 2009.

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

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

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

Foto: STU GRA PHO

Liebe Leserinnen und Leser,

ich habe einen Freund, der noch relativ jung ist und mit der Diagnose Krebs konfrontiert wurde.
Das ist in jedem Alter ein schwerer Schicksalsschlag. Wie geht man damit um, wenn man die Nachricht bekommt? Welche Zeit bleibt einem noch, was muss man noch tun? Fragen über Fragen. Woher kann man Hilfe erwarten? Kann einem irgend etwas Hilfe geben?
Wir sprechen sehr oft miteinander. Ich hab ihm vor kurzem gesagt, wie toll er mit seiner Krankheit umgeht, und er sagte mir: „Ich stelle keine negativen Fragen, die mich belasten. Meine Gedanken sind positiv. So sage und denke ich nicht: Ich habe den Kampf aufgenommen. Der Krebs ist ein Teil von mir, und wenn ich einen Kampf führe und Hassgefühle entwickle, richtet sich das schwächend direkt gegen mich selbst. Die Kraft, die ich habe, nutze ich, mich mit der Situation anzufreunden. Ich hadere nicht, sondern gehe ganz offen damit um und spüre, dass ich alle Maßnahmen wie Chemo-Therapie und so weiter dadurch besser vertrage und sie auch besser wirken, als ich es erwartet habe."
Dies wollte ich für alle erzählen, die in einer vergleichbaren Situation sind. Sicher kann nicht jeder uneingeschränkt dieser Haltung folgen. Aber vielleicht ist das ein Anstoß, den eigenen Weg zu überdenken und neu zu gestalten.
Niemand kennt seine letzte Stunde. Deshalb sollten wir unsere Kraft stets nutzen, um für uns und andere Lebensqualität zu schaffen und keine Energie für negative Gefühle verschwenden.
Vielleicht hilft diese Geschichte dem Einen oder Anderen, sein persönliches Schicksal etwas leichter zu tragen und es gilt weiter: „Miteinander ist besser als gegeneinander." *Ihr Wolfgang Kaus*

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 nirgends hängt en griene Kranz
un zeicht, wo's Stöffche fließt.

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

RAINER WEISBECKER
GANZ EHRLICH

Mei Gärtche lieht direkt am Haus,
des is kommod un fei:
so fall ich aus de Tür enaus
direkt ins Grüne nei.

Ein Ischel dreht da als sei Runde
Oder die Nachbarskatz;
manchmal kimmt auch en Specht,
en bunte
Oder en klaane braune Spatz.

So sitz ich oft un träum
Im Gärtche ganz allaa
Unner de Äppelbäum
Un guck des alles aa.

Un doch, wann ich ganz ehrlich bin,
juckt mich kaa Planz, kaa Tier,
ich guck da in meim Gärtche drinn
am liebste nur mit dir.

ERICH FRIES
URLAUBSGRÜSSE

Duht Euer Fernweh ruhig stille,
Reist nunner bis nach Feuerland,
Surft aamal rund um die Antille,
Besteigt die schwierig Eiger-Wand!

Fliescht widder uff die Maledive,
Seht in Hawaii des Hula-Huppe,
Besucht den Pisaturm, 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.

ERICH FRIES
SOMMERPROGNOSE

Die Sommer
Der vergang'ne Jahrn,
War'n oft zum:
„Aus der Haut rausfahrn"
Und desdeweesche
Wüßt mer gern,
Wie wird de Sommer
Dies Jahr wer'n?
Hier mei Prognos":
(nemmt mich beim Wort)
Die Sonn' sie strahlt,
in einem fort!
Freut Euch, Ihr Leut!
Kaan Grund zum Fluche,
Drei(!)Monat'
Maledive buche!!!

BERTOLT BRECHT
MORGENS UND ABENDS ZU LESEN

Ich will mit dem gehen, den ich liebe.
Ich will nicht ausrechnen, was es kostet.
Ich will nicht nachdenken, ob es gut ist.
Ich will nicht wissen, ob er mich liebt.
Ich will mit ihm gehen, den ich liebe.

Anzeige

Diakoniestation
Frankfurt am Main
gemeinnützige GmbH
im
Evangelischen Pflegezentrum Frankfurt
Battonnstraße 26-28, 60311 Frankfurt am Main
Tel.: (089) 25 49 20 Fax: (069) 25 49 2-198
E-Mail: info@epzffm.de
www.diakoniestation-frankfurt.de

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.: (069) 25 49 21 61
Projekt Dementielle und psychische Erkrankungen
Tel.: (069) 25 49 21 13

Barrierefrei unterwegs

Den Leitfaden und den Liniennetzplan mit Informationen zur Barrierefreiheit

direkt zum Mitnehmen in der Verkehrsinsel an der Hauptwache

www.traffiQ.de

01805 069 960*

U S

*0,14 Euro/Min. aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise anbieterabhängig

traffiQ
Frankfurt am Main