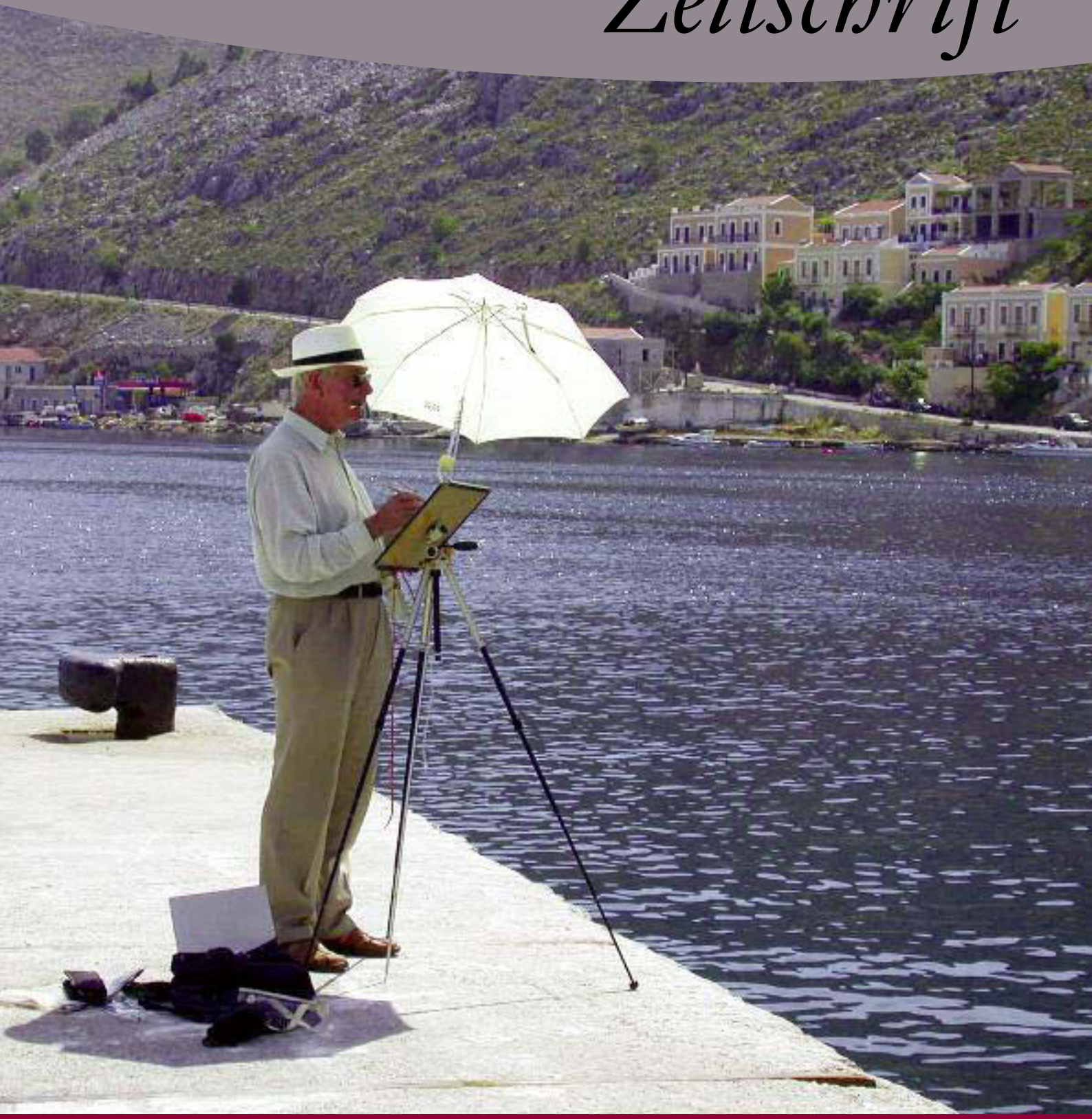
3 2012

SENIOREN Zeitschrift



Stadt Frankfurt am Main

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

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31 / 1 92 40
Ärzte-Notdienst	1 92 92
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	01805 / 60 70 11
Apothekennotruf (Bandansage)	0 18 01 / 55 57 77 93 17
Zentrale für Krankentransporte	800 60 100
Mainova-Service	08 00 / 114 44 88
Notruf (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	213 / 8 81 10
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	0180 / 33 72 25 50
Telekom-Auskunft	118 33
EC-Karten-Sperre	0 18 05 / 02 10 21
Behördennummer	115
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 Jugendschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 18
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12-3 59 73
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12-4 99 11
Zentrale Heimplatzvermittlung	2 12-4 99 22
Soziale Hilfen für Heimbewohner	2 12-4 99 33
Leitstelle Älterwerden	2 12-3 81 60
Wohnungsberatung für Körperbehinderte und Senioren / Wohnen im Alter	2 12-7 06 76
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	2 12-3 57 01
Seniorenreisen	2 12-4 99 44
Tagesfahrten	2 12-3 45 47
Theatervorstellungen	2 12-4 93 64
Senioren Zeitschrift	2 12-3 34 05
Betreuungsstelle	2 12-4 99 66
Pflegestützpunkt Frankfurt am Main	08 00 / 5 89 36 59
ASB (Servicenummer)	08 00 / 1 92 12 00

AWO Kreisverband	29 89 01-0
Caritas-Verband	29 82-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Ffm.	95 52 62-51
Diakonisches Werk für Frankfurt a.M.	9 21 05-66 20
Die Johanniter Service Center	36 60 06-6 00
DRK Bezirksverband Frankfurt	7 19 19 10
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Fahrgastbegleitservice VGF	21 3 2 31 88
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67-1
Malteser	71 03 37 70
SoVD-Stadtkreisverband (Sozialverband Deutschland)	31 90 43
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
Weißer Ring Frankfurt	23 35 81
Heißer Draht für pflegende Angehörige	95 52 49 11
Pflegebegleiter Initiative	78 09 80
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	77 66 11
Selbsthilfe-Kontaktstelle	55 93 58
Evangelische Seelsorge	08 00 / 111 01 11
Katholische Seelsorge	08 00 / 111 02 22

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

Bürgertelefon / Infostellen der Sozialrathäuser

Sozialrathaus Gallus	2 12-3 81 89
Sozialrathaus Bockenheim	2 12-7 43 04
Sozialrathaus Bornheim / Obermain	2 12-4 61 15
Sozialrathaus Sachsenhausen / Goldstein	2 12-3 38 11
Sozialrathaus Höchst	2 12-4 55 27
Sozialrathaus Nordweststadt	2 12-3 22 74
Sozialrathaus Bergen-Enkheim	2 12-4 12 11
Sozialrathaus am Bügel	2 12-3 80 38
Sozialrathaus Dornbusch / Eschersheim	2 12-7 07 35

Aus dem Inhalt

Was für ein Glück

Was heißt hier Glück? 4–5
Die immer noch populäre Lottofee 6
Hundertjährige besitzen besondere Stärken 8–9
Wenn die Medizin alleine nicht hilft 10–11
„Schwein gehabt“ 12–13

Das Sozialdezernat informiert

Seniorenbeirat im Bild – „Was macht Sie glücklich?“ 14–15
Seniorenbeirat Mai 2012 16
Winterreisen/Theater in der Vorweihnachtszeit 17–18
Aktionswochen Älterwerden 19–23
„Dankeschön“ an SZ-Abonnenten im Städel 24

Aktuelles und Berichte

Kopfkarussell – alles dreht sich um Demenz 26
Hier macht Muskelstärkung Spaß 27
Wohnen ohne Hindernisse 28
Keine Schmerzen auf dem letzten Weg 28–29
Liebevoll Respekt erweisen 30–31
Es muss kein Hamlet sein 32
Geselligkeit, Kultur, Betreuung 33
Gute Geister – preiswürdig 34
Der 10. Deutsche Seniorentag stellt sich dem demografischen Wandel 35
Das „Hirnradio“ abdrehen 36
Osteuropäische Hilfskräfte legal beschäftigen 37
Wieder Lust am Leben finden 38
Senioren sind mobil wie nie zuvor 39
Porträt: Annelore Biggs 40
Bargeldlos handeln 41

Freizeit und Unterhaltung

Das Paradies am Ende der Straße 42

Frankfurt und seine Partnerstädte

Shumai an Grie Soß’ 43

Begegnung der Kulturen

Griechisch tanzen auch mit über 60 Jahren 44
Nirgends so ganz zu Hause 45

Blick über den Tellerrand

Ein Museum kommt zu Besuch ... 46–47
Ehrenamtliche Helfer gewinnen und begleiten 48

Gesundes Leben

Tag der Zahngesundheit 2012 49

Kultur in Frankfurt

Das Historische Museum erstrahlt in neuem Glanz 50–51
Was – wann – wo? 59
Für Sie gelesen 60
Wie gut kennen Sie Frankfurt? 64

Früher und Heute

Auch Kirchturmuhren brauchen mal Erholung 52–53
Frankfurt und seine Plätze: Der Johanna-Tesch-Platz im Riederwald 54–55

Frankfurt und seine Stadtteile

Nieder-Eschbach 56–58

Ratgeber

Wichtige Telefonnummern 2
Mittagstisch für Senioren 61
Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante Hilfen 67
Tipps und Termine 62–68

Leserecke

Leserecke 69
Wo war’s – wer war’s? 69
Rätsel und Impressum 70
Wolfgang Kaus zitiert 71

Zum Titelbild:
Ganz versunken im Hier und Jetzt. Kreativ und entspannt, was für ein Glück? So lautet auch unser Schwerpunktthema in dieser Ausgabe. *Foto: Perino*

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

das Glücksgefühl steigt nach einem Tief in der Lebensmitte im Alter wieder an. Wissenschaftliche Untersuchungen haben das ergeben. Die Forscher erklären sich den Befund mit einer stärkeren Ausrichtung älterer Menschen auf positive Erlebnisse – Negatives bleibt ihnen weniger im Gedächtnis haften. Auch die Lebenserfahrung spielt eine wichtige Rolle; Seniorinnen und Senioren sehen vieles gelassener. „Was für ein Glück“, sagt die Redaktion der Senioren Zeitschrift und widmet den Schwerpunkt der Ausgabe diesem Thema.

Was uns glücklich macht, kann ganz unterschiedlich sein. Ich bin glücklich, wenn ich Zeit finde mich zu bewegen. Für andere sind es besondere Momente in der Natur, der wöchentliche Nachmittag mit dem Enkelkind, das Aufgehen im Ehrenamt – die Liste lässt sich unendlich fortsetzen. Wenn es der Senioren Zeitschrift ab und zu gelingt, Sie auf neue Ideen zu bringen und zu Ihrem Glück beizutragen, dann freuen wir uns besonders. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre und viele Anregungen in der aktuellen Ausgabe.

Genießen Sie den Sommer. Es gibt wieder viel zu erleben in unserer schönen Stadt.

Ihre

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

Was heißt hier Glück?

Je nach Lebenslage verändert sich das Glücksempfinden.

Glück ist kein stabiler Zustand, auch wenn wir das am liebsten gerne so hätten. Je nach Lebensphase verändert sich unser Glücksempfinden.

Ein Achtjähriger wird auf die Frage nach seinem Glück etwas völlig anderes antworten, als ein 80-Jähriger. Dem Jungen fällt ein Spielcomputer ein, auf den er schon lange spart, ein Nintendo DS. Wenn er den bekäme, ja, dann wäre er glücklich. Und der 80-Jährige? Er sei glücklich, wenn er etwas arbeiten kann, sagt Hermann, der mit 84 Jahren noch immer zusammen mit seiner Frau einen Schrebergarten auf dem Lohrberg hegt und pflegt. Und der 41 Jahre alte Rechtsanwalt wiederum ist glücklich, wenn er nicht arbeiten muss und Zeit für seine Freundin hat. Egal, was es ist, materielle Dinge, die Arbeit oder die Familie: Alle drei Bereiche haben offenbar Glückspotenzial.

Familie hat oberste Priorität

Ein Team am Institut für Psychologie der Universität Jena hat 2009 die Glückskonzepte verschiedener Altersgruppen untersucht. Die Auswertung der 33 Interviews ergab, dass soziale Kontakte für alle Altersgruppen gleichermaßen wichtig sind. Die Familie steht dabei ganz oben auf der Liste. Freunde und Bekannte sind für Elf- bis 18-Jährige von besonders großer Bedeutung. Die 19- bis 59-Jährigen schätzen ihre Partnerschaft am meisten. Die Generation 60plus wiederum gibt die Gesundheit als einen bedeutenden Faktor fürs Glücklichsein an.

Weiterhin fand das Team von Dr. Nicole Kämpfe heraus, dass mit wachsendem Alter das allgemeine Glücksempfinden zunimmt. Die Gruppe der über 60-Jährigen ist demnach am glücklichsten. Zusätzlich sind diese Menschen im Vergleich zu anderen Altersgruppen der Meinung, sie könnten ihr Glück selbst beeinflussen.

Im Ergebnis zeigt diese Studie, dass Glück kein stabiler Zustand ist. Das Glücksempfinden verändert sich während des Lebens. Am glücklichsten sind die Menschen mit 20 Jahren und dann wieder später, im Alter. Der Tiefpunkt des Glücks liegt in der Lebensmitte, also dann, wenn bei vielen im fünften Lebensjahrzehnt eine Krise einsetzt.

Ab 65 so glücklich wie mit 30

Bei den jungen Erwachsenen spielen Freunde eine große Rolle und der geringe Konkurrenzdruck. Das ändert sich mit dem Berufseinstieg, der für die meisten spätestens mit 30 Jahren beginnt. In dieser Lebensphase bleibt den Menschen weniger Zeit für Freundschaften. Gleichzeitig steigt der Wettbewerb unter den Kollegen. Das schlägt vielen auf die Stimmung.

Dieses ungute Gefühl verstärkt sich bei vielen bis Mitte, Ende 40 und nimmt dann wieder langsam ab. In ihren 50ern werden die Menschen wieder zufriedener und glücklicher. Ab 65 Jahren sind sie in etwa wieder so glücklich wie mit 30 Jahren.

Dass das Glücksgefühl mit dem Alter wieder steigt, hängt nach Ansicht der Glücksforscher mit der Lebenserfahrung zusammen. Ältere Menschen hätten während ihres Lebens gelernt, mit schwierigen Situationen umzugehen. Sie reagierten in Konflikten gelassener und milder als jüngere Testpersonen und könnten Schwierigkeiten besser meistern. Wenn der Partner stirbt, verkraften das ältere Menschen oftmals sehr viel besser als jüngere. Sie merken, dass ihre Kraft nachlässt und passen sich dementsprechend an.

Stärkere Reaktion auf Positives

Aber sind sie deshalb wirklich glücklich? Das erscheint auf den ersten Blick fraglich, denn im Alter verlieren die Menschen viel: Freunde und Verwandte sterben, sie werden krank und spüren sehr genau, dass sie sich im letzten Lebensabschnitt befinden. Das müsste sie eher unglücklich machen. „Im Vergleich zu Jüngeren reagieren Ältere oft stärker auf Positives als auf Negatives“, sagt die Entwicklungspsychologin Ute Kunzmann von der Universität Leipzig. Natürlich gebe es auch Miesepeter und Menschen, denen es tatsächlich schlecht geht. „Viele haben im Vergleich zu jungen Erwachsenen aber gute Strategien entwickelt, um ihre Probleme zu bewältigen.“ Sie erinnerten sich eher an die schönen Dinge und verdrängten oder beschönigten unangenehme Erlebnisse. Im Rückblick war dann eben doch alles nicht so schlimm. Dass sich ältere Menschen dabei das ein oder andere Mal selbst belügen, mache im Grunde nichts aus, finden Psychologen. Hauptsache, es hilft beim Glücklichsein.

Geld und Glück

Geld jedenfalls macht die Menschen nicht glücklich. Zwar glaubt jeder zweite Deutsche, dass er glücklicher wäre, wenn er mehr Geld zur Verfügung hätte. Das ergab eine Umfrage des Instituts für Demoskopie Allensbach. Allerdings sind es vor allem jüngere Menschen unter 30, die mit mehr Geld ein höheres Glücksempfinden verbinden (62 Prozent). Bei den über 60-Jährigen sind es nur 36 Prozent.

Der Berliner Sozialpädagoge Christoph Lau hat für eine Untersuchung 14 Lottomillionäre befragt. Sein Ergebnis: Ein Lottogewinn mache nur sehr kurzfristig glücklich. Länger als ein Jahr dauere der Zustand nicht an, sagte er Fokus-Online 2007. Lau nennt das „emotionale Inflation“, wenn sich der Traum vom Lottoglück erfüllt habe und sich anschließend eine „Erfüllungsmelancholie“ breit mache. Das sei vermutlich auch der Grund, weshalb alle Lottospieler sofort weiter gespielt hätten. Sie hofften auf einen neuen Lottogewinn, damit sie wieder eine Zeit lang das Glücksgefühl erleben.

Das Glücksgefühl steigt mit dem Alter.

Fotos (2): Oeser

Die 2009 erschienene Weltglücksumfrage der renommierten London School of Economics ergab, dass Menschen in Bangladesch am glücklichsten sind. Das Land gehört zu den ärmsten der Welt. Wohlhabende Nationen rangieren hingegen auf den hinteren Plätzen. England landete beispielsweise auf Rang 32.

Das Bruttoinlandsglück

Um der Bedeutung des Glücks für die Menschen gerecht zu werden, ermitteln Wissenschaftler das Bruttoinlandsglück eines Landes. Diese Alternative zum Bruttoinlandsprodukt wird mithilfe eines dicken Fragenkatalogs ermittelt. Es umfasst neun Bereiche, neben Gesundheit und Lebensstandard spielen auch spirituelle Bedürfnisse und Zeit eine Rolle.

Vorreiter in Sachen Glück ist das Himalaya-Königreich Bhutan. Dort ist das Recht auf Glück seit 2008 als Ziel in der Verfassung verankert.

Nicole Galliwoda

Anzeige

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

Leben im Alter: die Altenhilfezentren und die Ambulanten Dienste der Arbeiterwohlfahrt

Die immer noch populäre Lottofee

Karin Tietze-Ludwig „machte" Millionäre und schreibt übers Glück

Lottofee Karin Tietze-Ludwig hat schon vielen Menschen Glück gebracht und über das Glück ein Buch geschrieben. *Foto: privat*

Mehr als 30 Jahre lang war Karin Tietze-Ludwig an den Samstagen abends Gast in bundesdeutschen Wohnzimmern. Ein außerordentlich beliebter Gast. Denn Millionen von Fernsehzuschauern hingen stets an den Lippen der charmanten blonden Lottofee, in der Hoffnung, sie möge für sie die sechs „Richtigen" nennen. Fast schon legendär war der Satz „Der Aufsichtsbeamte hat sich vor der Ziehung vom ordnungsgemäßen Zustand des Ziehungsgeräts und der 49 Kugeln überzeugt", den sie bis Mai 1986 regelmäßig vorausschicken musste.

Eine der Pionierfrauen

Ungebrochen blieb ihre Popularität über all die Zeit. Eigentlich bis heute. „Manche Leute haben anscheinend noch immer nicht bemerkt, dass ich inzwischen längst im Ruhestand bin", wundert sich Karin Tietze manchmal, wenn jemand sie wieder einmal anspricht oder sie an ihrer Stimme erkennt. Kein Wunder, gehörte sie doch seinerzeit zu den wenigen Frauen im öffentlich-rechtlichen Fernsehen. Und dort 30 Jahre lang präsent zu bleiben – das gibt es heute wohl auch kaum noch.

Als Karin Ludwig 1964 als TV-Ansagerin im Hessischen Rundfunk antrat, „da konnte ich mich noch als eine Art Pionierin fühlen". Glück hatte sie überdies, denn nach ihrer dunkelhaarigen Vorgängerin wollte man diesmal gern eine Blondine für den Bildschirm. „Ich war einfach zum richtigen Zeitpunkt an der richtigen Stelle." Amüsiert erinnert sie sich an damals und die heute kaum noch nachvollziehbare Einstellung Frauen gegenüber. So durfte sie auf Anordnung des Chefs zum Beispiel nicht den Tod von US-Präsident Kennedy verkünden, weil es dafür „eine seriöse männliche Stimme" brauchte. Und als im Programm von Sternheims Schauspiel „Die Hose" die Rede war, hieß es, eine Hose sei „ein zu delikates Kleidungsstück", als dass man einer Dame zumuten könne, es zu erwähnen.

Stärker als zuvor

Drei Jahre später, 1967, begann dann die „Lotto-Karriere" der jungen Frau, die ursprünglich eigentlich Stewardess hatte werden wollen. Aber Vater war dagegen, und so erlernte sie zunächst den Beruf einer Fremdsprachensekretärin und nahm nebenher Sprech- und Schauspielunterricht, womit sie das Handwerk für ihre spätere Tätigkeit gründlich gelernt hat.

Ende der 90er Jahre zog sich die Lottofee aus der Öffentlichkeit zurück, und wenig später starb ihr Mann, der HR-Redakteur Hans-Jürgen Tietze, mit dem sie seit 1966 verheiratet war. Ein schwerer Schlag, nach dem sie sich mit eigener Kraft aus dem Tief wieder emporarbeiten musste. Es hat ihr dabei geholfen, meint sie, dass sie immer ein positiv denkender Mensch war. „Stärker als je zuvor", lautet passend der Titel eines Buches, in dem sie neben anderen Frauen darüber spricht, wie das Leben ohne Partner weitergeht. „Heute weiß ich, was ich will", heißt ein anderes, in dem „Frauen mit über 50 Jahren erzählen".

Inzwischen ist Karin Tietze, die im Vorjahr ihren 70. Geburtstag gefeiert hat, also durchaus in der Lage, „einsame Entscheidungen zu fällen". Zum Beispiel die, demnächst ihr Haus abreißen zu lassen. Besucher, die vom Blick durch die Glasfront des Wintergartens über die weiten Felder der Wetterau bis hin zur fernen Frankfurter Skyline am Horizont gefesselt sind, reagieren erstmal ungläubig auf diese Ankündigung. „Ein großes Vorhaben", gibt die Hausherrin zu. Um es einerseits sachlich damit zu begründen, dass in den Wänden des vor rund 40 Jahren errichteten Gebäudes Schadstoffe stecken, und andererseits die ganze Sache durchaus spannend zu finden. „Man muss immer mal wieder etwas Neues machen und nicht einrosten." Also sieht sie dem Berg an Arbeit gelassen entgegen und schmiedet eifrig Pläne für ihr geplantes Ökohaus, das sie noch in diesem Herbst beziehen will.

An Aktivitäten mangelt es der passionierten Golfspielerin ohnehin nicht. Immer wieder wird sie zu Vorträgen oder Talkrunden eingeladen. Und vor allem liebt sie es als begeisterte Reisende, die weite Welt zu erkunden. Sie möchte irgendwann ihre unterwegs sorgfältig geführten Reisetagebücher literarisch verwerten.

Zwei Bücher hat sie schon früher veröffentlicht: „Zusatzahl 13" und „Glück kommt nie zu spät". Übers Glück und Glücklichsein kann die „Fachfrau", die Woche für Woche Millionäre „machte", natürlich mitreden. Selbst hat sie allerdings nur ganz selten im Lotto gespielt und nie gewonnen. „Ich habe einfach kein Glück im Spiel." Aber im Leben, das gesund und, privat wie beruflich, „ohne größere Stolpersteine verlaufen ist. Und dafür bin ich wirklich sehr dankbar."

Lore Kämper

Kurzinformation

Caritas berät online zu „Leben im Alter“

Eine Online-Beratung zum Thema „Leben im Alter“ bietet der Deutsche Caritasverband seit April an. An dem Pilotprojekt beteiligt sich auch der Caritasverband Frankfurt. Erfahrene Fachberater der Caritas informieren über alle Fragen und Themen, die für alte Menschen von Bedeutung sind, wie zum Beispiel Wohnen im Alter, Hilfe und Unterstützung im Haushalt, Hausnotruf und technische Hilfsmittel zur Erleichterung des Alltags, Hilfen für Menschen mit Demenz, Unterstützung für pflegende Angehörige, Fragen zur Pflege zu Hause und im Heim, gesetzliche Regelungen und Leistungen, Finanzierung von Hilfen.

Häufig gestellte Fragen

Die wichtigsten Hintergrundinformationen sind bereits im Internet zusammengefasst unter der Überschrift „Häufig gestellte Fragen“. Interessierte können sich hier einen ersten Überblick zu den wichtigsten Themen verschaffen. Wenn die Fragen kompliziert sind und das persönliche Gespräch gesucht wird, können die Fachleute der Caritas im Internet an Beratungsstellen und Fachkräfte vor Ort verweisen. Wer sich persönlich und online beraten lassen will, kann sich mit einem selbstgewählten Benutzernamen und einem Passwort anmelden und seine Frage formulieren. Eine E-Mail-Adresse ist nicht unbedingt erforderlich.

Die Antwort gibt es innerhalb von 48 Stunden auf der Internetseite www.caritas.de/onlineberatung/lebenimalter. Man kann auch über die Seite des Frankfurter Caritasverbandes einsteigen: www.caritas-frankfurt.de und dort in der linken Spalte auf den Link „Online-Beratung der Caritas“ klicken.

wdl

Anzeige

Das kleinste Hörgerät der Welt

Unsichtbar
aufgrund seiner Platzierung im Gehörgang!

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

Vereinbaren Sie einfach einen Termin!

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

Hundertjährige besitzen besondere Stärken

Zwar sind Hundertjährige gesundheitlich stark eingeschränkt, können damit aber besser umgehen als jüngere Menschen. Das ergab die erste Heidelberger Hundertjährigen-Studie der Ruprecht-Karls-Universität. In einer zweiten Studie wollen die Forscher jetzt herausfinden, wie sehr alte Menschen ihre psychologischen Stärken entwickelt haben.

Es sind die psychologischen Stärken, die Hundertjährigen dabei helfen, sich gut zu fühlen. Das ergab eine Studie der Heidelberger Ruprecht-Karls-Universität.

Foto: Barbara Schöning, München

Hundertjährige sind genauso glücklich wie 40-Jährige. Das ist ein Ergebnis der ersten Untersuchung zur Befindlichkeit von Hundertjährigen von einem Professorenteam der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. Für die Forscherin Professor Dr. Daniela Jopp ist das erstaunlich, „denn Hundertjährige sind gesundheitlich sehr stark eingeschränkt, die meisten haben ihren Partner verloren, oftmals sind sogar schon ihre Kinder gestorben“. Ein weiteres überraschendes Ergebnis der Studie: Die Hundertjährigen bewerten ihr Leben wesentlich positiver als 90- bis 94-Jährige. Dabei könnte man doch vermuten, dass mit den zunehmenden gesundheitlichen Schwierigkeiten bei sehr hochbetagten Menschen auch deren Lebenszufriedenheit abnimmt. Doch die Studie zeigt, dass für die Hundertjährigen Gesundheit gar nicht mehr so wichtig ist. Oder anders ausgedrückt: Sie passen ihre Erwartungen ihrem Alter entsprechend an. „Sie vergleichen sich mit anderen älteren Menschen und berücksichtigen dabei, dass sie mit 100 Jahren eben nicht mehr so fit sind.“ Altersforscherin Jopp vermutet, dass sehr alte Menschen gesundheitliche Probleme besser aushalten. Sie schließt daraus, dass Hundertjährige im Lauf ihres Lebens besondere psychologische Stärken entwickelt haben.

Hochbetagte sind gute Problemlöser

Doch welche Faktoren tragen dazu bei, dass diese Menschen trotz ihrer gesundheitlichen Probleme glücklich sind? Nach Auffassung von Jopp sind es die psychologischen Stärken, die Hundertjährigen dabei helfen, sich gut zu fühlen. „Diese Stärken helfen ihnen, mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen“, sagt Jopp. Eine davon ist beispielsweise die Fähigkeit, gut mit Problemen fertig zu werden. Den glücklichen Hundertjährigen gelinge es beispielsweise besser als Jüngeren mit Niederlagen umzugehen. Wenn sie gesteckte Ziele nicht erreichen, schließen sie damit in Frieden ab. Außerdem besitzen sie durch ihr langes Leben einen reichen Erfahrungsschatz und viele verschiedene Strategien für unterschiedlichste Situationen.

Optimisten leben länger

Eine weitere Erkenntnis der Studie: Wem es gelingt, dem Leben im Alter einen Sinn abzugewinnen, der lebt länger und hat eine höhere Lebensqualität. Auch eine optimistische Grundhaltung helfe den sehr alten Menschen, zufrieden zu sein. Ein starker Lebenswille gehört ebenfalls zu den psychologischen Stärken von sehr alten Menschen. In der aktuellen von der Robert Bosch Stiftung und der Dietmar Hopp Stiftung finanzierten zweiten Hundertjährigen-Studie fragen die Heidelberger Forscher deshalb gezielt nach Tod und Sterben. Erste Ergebnisse zeigen: „Keiner hat Angst vor dem Tod, wenige haben Angst vorm Sterben“, sagt Studienleiterin Daniela Jopp. Fast 80 Prozent der Hundertjährigen sagen, dass sie auf den Tod gut vorbereitet sind. Sie haben beispielsweise ein Testament verfasst und eine Patientenverfügung formuliert. Und obwohl 67 Prozent an ein Leben nach dem Tod glauben, sehnen sich fast 90 Prozent nicht danach. „Hundertjährige haben weiterhin einen starken Lebenswillen und genießen jeden Tag. Sie freuen sich auf das nächste Konzert, das sie noch besuchen wollen, oder auf die Geburt eines Urenkels, die bevorsteht.“ Natürlich seien es tendenziell kurzfristige Ereignisse, auf die sie sich freuen, „aber sie erleben die Zukunft als positiv und sind offen“.

Ein weiterer Schwerpunkt der zweiten Studie ist, nicht nur die Hundertjährigen, sondern auch ihre Kinder zu befragen. Im Zuge des demografischen Wandels kommt es zu einem neuen Phänomen: Familien erreichen gemeinsam ein hohes Alter. Alte oder sogar sehr alte Kinder kümmern sich dann um ihre noch viel älteren Eltern. Das Forscherteam möchte gerne mehr über diese Konstellation erfahren und herausfinden, welche Herausforderungen und positiven Aspekte damit verbunden sind. „Wir wollen wissen, welche Unterstützung sehr alte Menschen und ihre Kinder brauchen.“

Anzeige

Sie wollen Ihre Biografie schreiben?
Niederschrift • Lektorat • Beratung • Kurse • **Michaela Frölich** • **Publizistin M.A.**
Telefon 0 69 - 95 73 31 57 • **www.schreibatelier-froelich.de**

Mit den Studien über Hundertjährige wollen die Heidelberger Forscher möglichst viele Informationen zusammentragen, um ein realistisches Bild davon zu erhalten, wie hochbetagte Menschen leben, denn darüber gibt es kaum verlässliche Daten. Fast alles, was man darüber zu wissen glaubt, stammt aus den Medien. Da gibt es auf der einen Seite die Berichte von Johannes Heesters, der noch mit 100 Jahren auf der Bühne stand. Auf der anderen Seite berichten die Medien über die bedrohliche Welle von Demenzkranken, die auf uns zurollt. „Beides bildet nicht ab, wie es den meisten Menschen mit 100 Jahren geht“, sagt Jopp. Viele glaubten etwa, dass die meisten über 90-Jährigen in Pflegeheimen leben. „Das stimmt aber gar nicht“, so Jopp. Es sei nur etwa die Hälfte. Das zeige, dass die Organisation der alternden Gesellschaft ganz anders laufen müsse, meint sie. „Statt vorrangig Pflegeheime zu bauen, müssen vielmehr die Serviceleistungen und die Betreuungsangebote für zu Hause ausgebaut werden.“

Ihr Forscherteam braucht noch viel mehr Informationen von Hundertjährigen. Leider seien die Deutschen eher zurückhaltend. „Es antworten nur wenige auf unsere Anfragen.“ In Amerika, wo die deutschen Forscher die Fordham-Hundertjährigen-Studie zwecks internationalem Vergleich parallel durchführen, sei die Beteiligung der Hundertjährigen sehr viel größer. Eine Studie in Portugal beginnt demnächst. Für eine Hundertjährigen-Studie in Japan suchen die Forscher noch Geldgeber. In Brasilien gibt es bereits Kooperationspartner.

Nicole Galliwoda

Ärzte finden – es gibt Hilfen

Wer einen Arzt braucht, kann zunächst bei Freunden und Bekannten nachfragen, mit welchem Mediziner sie gute Erfahrungen gemacht haben. Beurteilungen im Internet können aber auch eine erste Entscheidungshilfe sein.

Katrin Pihan von der Hamburger Beratungsstelle der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD) erklärt: „Online-Bewertungen bieten einen guten Überblick, wenn sie gut gemacht sind.“ Sie empfiehlt zum Beispiel die „Weisse Liste“ (www.weisse-liste.de/arzt). Sie wurde von der Bertelsmann Stiftung und den Dachverbänden der größten Patienten- und Verbraucherorganisationen initiiert. Weitere Partner sind die drei größten Krankenkassen AOK, Barmer GEK und die Techniker Krankenkasse. Wichtige Qualitätskriterien für Bewertungsportale sind, „dass sie ein Impressum haben, damit jeder weiß, wer das Portal betreibt, und dass keine Mehrfachbeurteilungen möglich sind“, betont Katrin Pihan.

Bei der „Weissen Liste“ seien Mehrfachbewertungen weitgehend ausgeschlossen, erklärt die UPD. Die Bewertung erfolge anonym und bislang nur von den Versicherten der drei Krankenkassen. Einsehen können sie alle Nutzer. Wer mitmachen möchte, muss sich mit seiner Krankenkassen-Versicherungsnummer registrieren. In den Arzt- und Praxisbewertungen kann dann jeder eintragen, wie er den Arzt fand. Dazu sollten sich Patienten nicht nur auf ihr Bauchgefühl verlassen, sondern sich Fragen stellen wie beispielsweise: Ist der Arzt auf mich und meine Beschwerden eingegangen? Hat er mir die Diagnose und Behandlung verständlich erklärt? Ist die Praxis gut organisiert?

Standardmäßig bieten viele Bewertungsportale eine Suchfunktion an, damit man Ärzte in der Nähe des Wohnortes, ihre Sprechzeiten und zusätzliche Qualifikationen findet. Die regionalen Beratungsstellen der UPD beantworten unter www.upd-online.de gesundheitliche und gesundheitsrechtliche Fragen.

Wer will, kann auch beim kostenlosen Beratungstelefon anrufen, das in drei Sprachen geführt wird:

Deutsch: 08 00 / 0 11 77 22
Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr, Donnerstag bis 20 Uhr;

Türkisch: 08 00 / 0 11 77 23,
Montag und Mittwoch von 10 bis 12 sowie von 15 bis 17 Uhr;

Russisch: 08 00 / 0 11 77 24,
Montag und Mittwoch von 10 bis 12 sowie von 15 bis 17 Uhr.

Gal

Anzeige

caritas frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

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

Wohnen und Pflege in unseren Altenzentren
Vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

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

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

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

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!
www.caritas-frankfurt.de

Wenn die Medizin alleine nicht hilft

Musiktherapie bei Demenzkranken

Einfach Klänge erzeugen – auch mit bewegungseingeschränkten Händen. *Foto: EVIM*

Wo man singt, da lass dich ruhig nieder" – man muss nicht die alten Sprichwörter bemühen, um den Wert der Musik zu schätzen. Es ist schwer vorstellbar, dass sich ein Mensch nicht von Musik berühren lässt. Musik kann fröhlich und belebend wirken und Erinnerungen wachrufen oder Gefühle wecken.

Wissenschaftler erforschen, wie Musik etwa bei an Demenz erkrankten Menschen eingesetzt werden kann. Dabei können sie sich auf die Erfahrungen derjenigen stützen, die in der Altenpflege tätig sind. Gemeinsam gesungene Lieder gehören dort zum Zusammensein in geselliger Runde. Die Musik schafft oft einen Zugang zu den Kranken, wo ihn die Sprache nicht mehr findet. Bisweilen erbringen alte an Demenz erkrankte Menschen auch Gedächtnisleistungen, die man bei ihnen nicht mehr vermutet hätte. So singen sie etwa, wenn alte Lieder angestimmt werden, fehlerlos etliche Strophen mit. Auf ganz besondere Weise wird hier sogar wieder Kommunikation möglich – wenn auch nicht in gesprochener Form. Selbst herausforderndes Verhalten kann sich nach den Feststellungen der Forscher um bis zu 30 Prozent verringern, wenn regelmäßig mit den Betreffenden Musik gemacht wird.

Solche Ergebnisse hat auch das Projekt „Klangbrücken" gezeigt, das zwischen 2008 und 2010 in Frankfurt gemeinsam von der Fachhochschule und der Alzheimer Gesellschaft durchgeführt wurde (siehe Bericht in SZ 3/2009). Unter der Projektleitung von Inga Auch-Johannes und Professor Dr. Eckhard Weymann wurde erforscht, wie eine Musiktherapie bei diesem Personenkreis wirken könne – und zwar im privaten Umfeld. Über zwei Jahre hinweg wurden die Menschen in ihren Familien besucht. Parallel dazu gab es monatlich ein Treffen für die pflegenden Angehörigen, mit denen ebenfalls musiktherapeutische Übungen gemacht wurden.

Musik weckt Lebensfreude

Frau Sch. zum Beispiel hat die Musik wiederentdeckt. Die Gitarre, die die Therapeutin mitbringt, erregt ihre Bewunderung, die gemeinsam gesungenen Volkslieder bereiten ihr großes Vergnügen. Zwar kann sie die Texte nicht mehr artikulieren, versteht aber den Inhalt offenbar genau, denn bisweilen illustriert sie die Lieder durch ihre Mimik. Gemeinsam mit der Therapeutin erfindet sie sogar eigene Melodien. Ja, sie spricht sogar wieder, obwohl sie dies bereits ein ganzes Jahr nicht mehr getan hat. Ihr Mann sagt, sie zeige wieder etwas von der Lebensfreude, die früher ihr Wesen kennzeichnete: „Wir haben sogar zusammen in der Küche gesungen."

Freude am Dasein

Zumindest zwei der Forschungshypothesen, die am Anfang dieser Studie standen, haben sich am Beispiel von Frau Sch. bestätigt: Sie kann wieder besser Beziehungen aufnehmen und daher mehr Freude am Dasein empfinden. Und ihr Mann erlebt eine Entlastung in seinem schweren Pflegealltag – auch durch die begleitenden Angehörigentreffen. Diese dienten nicht nur dem Austausch der Betroffenen untereinander. Unter Anleitung einer Musiktherapeutin haben auch sie musikalische Möglichkeiten für sich entdeckt, die beruhigen, entspannen, aber auch das Zusammengehörigkeitsgefühl stärken und Stolz auf neu entdeckte Fähigkeiten hervorrufen können.

Die Frankfurter Studie ist nun Gegenstand einer Promotionsarbeit und soll auch in einen Leitfaden für Musiktherapie im privaten Umfeld münden. Den Masterstudiengang Musiktherapie, wie ihn die Fachhochschule seit 2002 – einzigartig in Hessen – angeboten hatte, gibt es in Frankfurt allerdings nicht mehr.

Musiktherapie bei an Demenz Erkrankten ist inzwischen auch in manchen stationären Einrichtungen Teil

Anzeige

des Alltags. Ein Beispiel dafür ist das Katharinenstift in Wiesbaden, das vom Evangelischen Verein für Innere Mission in Nassau betrieben wird. Dorthin kommt Karola Langguth, von Hause aus Sängerin mit einer Weiterbildung in Musiktherapie, einmal in der Woche mit ihrer „Musik auf Rädern“. Dann schiebt sie einen mit Instrumenten beladenen Rollwagen durch die Gänge. Wenn sie mit Gitarre, Klangschalen und anderen Klangerzeugern das Zimmer betritt, gehört die Aufmerksamkeit ihr. Je nach den Bedürfnissen der Patienten gibt sie ihnen ein Saiteninstrument in die Hand, dem auch Menschen mit gichtknotigen Fingern noch Töne entlocken können. Oder sie schlägt eine Klangschale an und hält sie einer Patientin ans Ohr, die vor sich hindämmert. Und häufig öffnet diese dann die Augen und zeigt ein wenig Wachheit.

Auch die Angehörigen spüren oft die positive Wirkung der Musik auf ihre demenzkranken Pflegebedürftigen. Frau H. etwa, die meist mit unbewegtem Gesicht im Rollstuhl sitzt, nimmt mit ihrem Körper den Rhythmus auf und entspannt sich. Ihr Mann erinnert sich: „Sie hat als junges Mädchen so gerne getanzt. Später hat sie immer mit den Enkelkindern zusammen gesungen.“ Und mithilfe der Musik kann sie vielleicht etwas von der Freude ihrer jungen Jahre wieder empfinden.

Lieselotte Wendl

Kurzinformation

Angst vor der OP? – Musik beruhigt ganz ohne Pillen

Ist Musik gut für die Gesundheit? Chorsänger oder Menschen, die ein Instrument spielen, werden diese Frage meist mit Ja beantworten. Auch Wissenschaftler haben begonnen, solche Fragen zu stellen. Kann Musik etwa zur Beruhigung vor schweren Operationen beitragen? Und kann man das belegen oder gar mit Apparaten überprüfen?

Bei einem Vortrag im Amt für Gesundheit berichtete der Musikwissenschaftler Gunter Kreutz von der Universität Oldenburg von etlichen Studien, die genau das zum Ziel hatten. Und sie haben Erstaunliches zutage gefördert. So hätten sich bei untersuchten Personen im Gehirn ähnliche Aktivierungen gezeigt, wie sie auch nach Drogeneinnahme oder gutem Essen aufträten. Wenn spezielle „Gänsehautmusik“ ausgewählt werde, also Musik, die der Proband bevorzugt, so seien auch bei der Herzrate, beim Muskeltonus und der Atmung solche positiven Reaktionen festzustellen gewesen. Besonders bemerkenswert und in der Therapie einsetzbar könnten sich die Auswirkungen von Musik auf Herz und Kreislauf erweisen, meinte Kreutz. Bei richtiger Auswahl der Musikstücke – etwa langsamen Stücken der Klassik, die der kulturellen Prägung und dem Kulturkreis der Kranken entsprächen – habe Musik Angst lösende Wirkung gezeigt, zum Beispiel vor schweren Herzoperationen. Die körperlichen Reaktionen seien ähnlich messbar gewesen wie bei der Gabe von Beruhigungsmitteln. Diese beruhigende Wirkung, zu der auch die Stille nach dem Ende der Musik beitrage, machten sich in Frankreich bereits etliche Krankenhäuser zunutze, berichtete Kreutz. Sie beschäftigten professionelle Musiker für die Behandlung von Langzeit- und Intensivpatienten. Wird also künftig vielleicht der Verbrauch an Beruhigungsmitteln reduziert werden können? Da sind wohl noch weitere Studien nötig.

Bei dem Vortrag im Amt für Gesundheit konnten die Zuhörenden sich zumindest von der kommunikativen Kraft der Musik überzeugen. Der Musiktherapeutin Ursula Mühlberger gelang es schnell, mit kurzen Phrasen zu Texten wie „Harmonie und süßer Frieden“ oder „Ich habe recht“ und „Halt den Mund“ musikalisch mit den Besuchern „ins Gespräch“ zu kommen.

Lieselotte Wendl

Anzeige

Senioren-Wohnanlage und Pflegeheim

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

Ein würdevolles Leben im Alter für Menschen jüdischen und christlichen Glaubens, das war 1920 der Wunsch des Stifterehepaares Henry und Emma Budge.

Stadtnah und dennoch im Grünen liegen die 2003 neu erbaute Wohnanlage mit über 170 Ein- und Zweizimmerwohnungen und das moderne Pflegeheim, das in sonnigen Ein- und Zweibettzimmern qualifizierte Pflege und Betreuung anbietet.

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Über die Möglichkeiten jüdischen Lebens in der Stiftung informiert Sie gern unser Rabbiner Andrew Steiman. Das Haus verfügt über eine eigene Synagoge und eine koschere Küche. Eine Kapelle bietet Raum für christliche Gottesdienste.

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

„Schwein gehabt"

Glücksbringer können beruhigen, aber auch in die Irre führen

Die winkende Katze ist für Sonia Martins etwas ganz Besonderes. „Sie hat mir von Anfang an Glück gebracht", sagt die junge Friseurin aus dem Nordend. Tagein, tagaus steht die kleine Figur im Schaufenster und winkt mit ihrer linken Pfote den Passanten zu. „Ich habe die Katze zur Eröffnung meines Ladens von einer Kundin bekommen", erzählt Martins. Anfangs stand sie an der Rezeption. Aber dann kam die Kundin und sagte, Martins solle die Katze ins Fenster stellen, „damit sie die Leute in den Laden winkt". Martins folgte dem Rat und musste nicht lange warten. „Zuerst kamen die Kinder", sagt sie. Die begrüßten die Katze auf ihrem Weg in den Park und verabschiedeten sich von ihr auf ihrem Nachhauseweg. Durch die Kinder lernte Martins die Eltern kennen – viele sind jetzt ihre Stammkunden. „Ohne die Katze wäre das nie so schnell gegangen", sagt sie.

Maneki Neko wird die kleine Porzellan-Katze genannt, die in Japan als Glücksbringer gilt. Winkt sie mit rechts, bedeutet das Wohlstand. Winkt sie mit der linken Pfote, bedeutet das Glück. Sie soll die Leute von der Straße hereinwinken und somit das Glück.

Auch in Deutschland gibt es viele Glücksbringer, die die Menschen seit Urzeiten begleiten, in ihrem Alltag verankert sind, Fest- und Feiertage prägen. Selbst bei rationalen Menschen, die sich frei von jedem Aberglauben wähnen, findet sich manchmal das Maskottchen im Auto oder der Edelstein in der Reisetasche. „Glückssymbole sind in", sagt Alfred Bellebaum, Soziologe und Leiter des Instituts für Glücksforschung in Vallendar bei Koblenz. Vor allem zum Jahreswechsel werde er stets dazu befragt, wenn Schornsteinfeger, Schweinchen, Fliegenpilze, Glücksklee-Töpfchen und Mini-Hufeisen Hochkonjunktur haben. „Aber nur die wenigsten wissen noch, was es mit den Symbolen auf sich hat", sagt Bellebaum.

Hufeisen schätzten schon die Römer

Ein Blick in die Historie zeigt: Ein Talisman oder Amulett sollte zu Glück, Wohlstand, Gesundheit und einem langen Leben verhelfen sowie Böses fernhalten. Zu den ältesten Glücksboten zählt wohl das Hufeisen. Es schützt das Pferd, das von jeher Symbol für Stärke und Kraft ist. Nachdem die Römer anfingen, ihre Pferde zu beschlagen, entwickelte sich das Hufeisen bei fast allen Völkern zu einem Glücksbringer. Wer eins fand, nagelte es an einen Türbalken, um Haus und Hof vor bösen Geistern zu schützen oder hängte es über der Tür auf, damit es dem Teufel auf den Kopf falle, wenn dieser in Menschengestalt das Haus betreten sollte.

Glück hatte auch, wer eine Hasenpfote oder besser noch ein Schwein besaß. Der Besitz eines Schweines signalisierte Wohlstand und Reichtum, symbolisierte Fruchtbarkeit und Stärke. Wer viele Schweine hatte und damit über reichlich Nahrung verfügte, galt schon bei den Griechen und Römern als privilegiert. Bei Wettbewerben im Mittelalter bekam der Letzte als Trostpreis ein Schwein. Er hatte damit das Glück, „Schwein gehabt" zu haben.

Ein Symbol für Reichtum ist auch der Glückspfennig, heute das 1-Cent-Stück. Wer ihn verschenkt, wünscht dem anderen, dass ihm niemals das Geld ausgehen möge. Glückspfennige wurden als kleinere Ausgabe des goldenen Tauftalers oder Weihgroschens angesehen, den der Täufling von seinem Paten erhielt. Sie sollten Hexen, böse Geister oder Krankheiten vertreiben und wurden an die Stalltür genagelt oder in einem Säckchen stets mitgeführt.

Seltenes bringt Glück

Das vierblättrige Kleeblatt indes kommt als Mutation sehr selten in der Natur vor. Man braucht schon Glück, um es am Wegesrand aufzuspüren. Die Überlieferung sagt, dass es den Reisenden behütet und in Kleidung eingenäht vor dem Bösen schützt. Die biblische Eva soll ein vierblättriges Kleeblatt als Andenken aus dem Paradies mitgenommen haben.

Religiösen Ursprung hat auch der Marienkäfer. Er gilt als Himmelsbote der Muttergottes, soll Kinder schützen und Kranke heilen, wenn er ihnen zufliegt. Der Siebenpunkt-Marienkäfer, dessen Punkte sich auf die sieben Tugenden der heiligen Maria beziehen, wurde einst wegen seiner Nützlichkeit für die Landwirtschaft von den Bauern geschätzt. Mit der Marienkäferinvasion, die saisonal zur Plage werden kann, ist die Liebe zu ihm heute etwas abgekühlt. Auf Postkarten, als Aufkleber, als süßer Schoko- oder Marzipangruß indes bleibt der Käfer ein Glücks-Klassiker.

Ebenfalls ein Klassiker, aber eigentlich zu giftig für einen Glücksbringer ist der Fliegenpilz. Weshalb er zum Glückssymbol avancierte, ist nicht bekannt. Vermutlich wurde er wegen seiner psychoaktiven Wirkung früher mit Zauberei in Verbindung gebracht. Misteln dagegen schützen vor Hexen, sagt der Volksglaube. Sie wurden in Häusern und Ställen aufgehängt, um Mensch und Vieh zu bewahren. Denn den Halbschmarotzern, die oft in der Krone von Bäumen wachsen, wurden Heilkräfte nachgesagt.

Glück bloß beim Anblick verspricht der Schornsteinfeger, ein Symbol eher jüngeren Datums. Noch vor knapp 100 Jahren sehnten ihn sich die Men-

Foto: Oeser

schen herbei, wenn der Kamin nicht zog, das wärmende Feuer erlosch und keine warme Mahlzeit mehr zubereitet werden konnte. „Ein Glück“, wenn er zur Stelle war, um den verstopften Kamin wieder frei zu kehren. Denn angestauter Ruß konnte sich entzünden und das Haus in Brand setzen.

Mit Symbolen Gutes wünschen

Heute reicht es den Menschen, wenn sie überhaupt einen Schornsteinfeger auf der Straße sehen: Das bringt Glück, glaubt zumindest Stephanie Riechwald. Die 60-Jährige aus dem Nordend dreht immer an einem Knopf, wenn sie einen sieht. Und wenn sie ein vierblättriges Kleeblatt bei einem Spaziergang im Wald findet, dann schickt sie es an Freunde, um ihnen Glück zu wünschen. „Ich finde es schön, mit Symbolen zu arbeiten“, sagt sie. Auch sie kam auf diesem Weg zu ihrem Glücksbringer. „In einer Phase, in der es mir gar nicht gut ging, schenkte mir eine Freundin ein kleines mundgeblasenes Schwein mit einem Pfennig drin“, erzählt sie. „Danach wurde alles besser.“ Das Schwein steht jetzt in ihrer Vitrine. „Eigentlich glaube ich an so was nicht“, sagt sie, „es kann auch Zufall gewesen sein.“

Wissenschaftlich erwiesen ist die Wirkung von Glückssymbolen nicht. Auch wenn fast die Hälfte aller Deutschen an ihre glücksbringende Kraft glaubt, wie eine Studie des Instituts für Demoskopie in Allensbach ergab. Forscher der Uni Köln ließen Studenten mehrere Leistungstests machen, die dafür ihren persönlichen Glücksbringer mitbringen sollten. Nur die Hälfte der Teilnehmer durfte ihren Talisman während der Prüfung behalten, die andere musste ihn abgeben. Das Ergebnis: Die Probanden mit Talisman erreichten die höchste Punktzahl.

„Der Glaube daran, sein Schicksal ein bisschen kontrollieren zu können, ist gesund und hilfreich“, schreibt Eckart von Hirschhausen in seinem Buch „Glück kommt selten allein“. „Aber wenn Kräfte, die nicht in unserer Macht stehen, es einmal nicht so gut mit uns meinen, kippt dieser psychologische Vorteil ins Gegenteil.“ Der Mediziner und Kabarettist plädiert daher für eine Auffrischung unserer Vorstellungen vom Glück, die mental im Mittelalter verhaftet seien. Denn wenn jemand lange kein Hufeisen auf der Straße findet, sei er noch lange kein Pechvogel. Es könne auch daran liegen, dass die Fortbewegungsmittel von heute keine Hufeisen, sondern Feinstaub verlören.

Anton Bucher, Buchautor von „Psychologie des Glücks“, indes warnt davor, Symbole vorschnell abzutun. „Glücksbringer wirken, wenn die Leute daran glauben, und diese Glaubenskraft ist nicht zu unterschätzen“, meint der Schweizer Theologe und Pädagoge. Glücksbringer geben Halt und Orientierung, sie schaffen Zusammenhänge und beruhigen den Menschen – vor allem in Situationen, die mit Angst verbunden sind, sagt Stephan Lermer, Psychologe und Bestsellerautor aus München, der selbst ein Amulett als Glücksbringer trägt. Den Talisman habe er in Thailand von einem alten Mönch zum Schutz geschenkt bekommen.

Lermer dazu: „Glück ist dort vorhanden, wo man ihm einen Landeplatz bietet. Der ideale Weg glücklich zu werden ist, anderen eine Freude zu machen.“

Dr. Stephan Lermer
Foto: Christopher Thomas

Das weiß auch Sonia Martins zu schätzen. Als Dank, dass die winkende Katze ihr zum schnellen Erfolg ihres Friseurladens verholfen hat, will sie der Tierfigur jetzt nicht nur Kostümchen nähen – sondern auch ein kleines Sofa bauen lassen. „Ich finde, die Katze hat es verdient, auf einem Thron zu sitzen“, sagt sie.

Judith Gratza

>> 3 Fragen an Wolff Horbach

Wolff Horbach, Autor des Buches „77 Wege zum Glück“, forscht seit zehn Jahren zum Thema Glück und trat in Talkshows unter anderem bei Michel Friedmann auf. Der 62-jährige Diplom-Ingenieur aus dem Großraum Köln berät Unternehmen, wie Mitarbeiter motivierter und zufriedener werden. Zudem schuf er die Internetplattform www.gluecksnetz.de, die alle Forschungsergebnisse zusammenfasst sowie Tipps und Übungen zum Glücklichsein gibt.

SZ: Haben Sie einen Glücksbringer?

Wolff Horbach: Nein. Ich brauche keinen, ich trage das Glück in mir.

SZ: Wie machen Sie das?

Wolff Horbach: Ich mache mir bewusst, was mir guttut. Das kann ein Spaziergang sein, schöne Musik, der Kontakt zu Freunden, ein gutes Essen. Diese Momente versuche ich sooft es geht zu fördern, damit ich glücklich bin. Daher finde ich, dass Glücksbringer auf eine falsche Fährte führen. Sie suggerieren, das Glück kommt nur von außen und ist etwas Seltenes. Sie hindern mich daran, die wahren Ursachen zu erkennen, warum ich in dem Moment glücklich bin. Die Menschen können aber sehr viel für sich selbst tun, um Glück zu erleben, sogar täglich. Das hat nichts mit Symbolen zu tun. Wie heißt es so schön? Ich bin meines Glückes Schmied. Glück kommt von innen, dafür gibt es in der Forschung viele Beweise.

SZ: Wie sieht es mit dem Glück im Alter aus?

Wolff Horbach: Normalerweise sagt man ja, im Alter geht es bergab. Aber das Gegenteil ist der Fall. Betrachtet man eine Glückskurve, so ist die bei Kindern und Jugendlichen relativ hoch. Ab 45, 50, sinkt sie, weil wir Bilanz ziehen, uns vergegenwärtigen, was wir im Leben erreicht haben oder nicht. Ab 55 Jahren geht es dann wieder bergauf. Wir werden gelassener, haben uns mit unserem Leben abgefunden, brauchen nichts mehr hinterherzujagen. Oft erreicht die Glückskurve dann einen Pegel wie in der Jugend und das bis weit über die 80 hinaus. Das ist doch eine gute Nachricht!

Judith Gratza

Seniorenbeirat im Bild – „Was macht Sie glücklich?"

Der zehnte Seniorenbeirat ist im Februar in Frankfurt neu gewählt worden. 1973 wurde das Gremium auf Initiative des damaligen Sozialdezernenten Martin Berg ins Leben gerufen.

Der Seniorenbeirat besteht aus 16 Mitgliedern und 16 Stellvertretern. Sie kommen vier Mal im Jahr zusammen, diskutieren aktuelle Probleme und laden dazu Fachleute ein. Außerdem nehmen sie an den monatlichen Sitzungen ihres jeweiligen Ortsbeirats teil und an verschiedenen Ausschusssitzungen der Stadtverordnetenversammlung.

Die engagierten Beiräte, die sich in den nächsten fünf Jahren für Ältere einsetzen, bringen für ihre Aufgaben reiche Erfahrung mit. Erworben haben sie diese während ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit in einem der 16 Ortsbeiräte, als Gemeindevertreter, als Ortsbezirks- oder Sozialbezirksvorsteher oder in kirchlichen Einrichtungen.

Eine kurze Vorstellung des neu gewählten Gremiums erschien bereits in der SZ 2/2012 auf den Seiten 20 bis 21. Diesmal werden nun alle 16 Bilder der ordentlichen Mitglieder samt deren Anschriften und die Namen und Anschriften der Vertreter veröffentlicht. *per*

Ortsbeirat 1

Kostheimerstraße 21
60326 Frankfurt
Telefon: 0 69/73 36 47
Fax: 0 69/75 84 58 38
E-Mail: gisbert.trimborn@gmx.de

Gisbert Trimborn

>> *„Gottes Segen"*

Heide-Rose Schulz (Vertreterin)
Weckmarkt 3, 60311 Frankfurt
Telefon: 0 69/43 52 35
E-Mail: Heide-Rose.Schulz@web.de

Ortsbeirat 2

Kiesstraße 28
60486 Frankfurt
Telefon: 0 69/7 07 31 52
E-Mail: georggabler@gmx.net

Hans Georg Gabler

>> *„Als behinderter Mensch macht es mich glücklich, wenn ich sehe, dass wieder ein Hindernis, eine Stolperfalle, eine Barriere in meinem Umfeld weggeräumt worden ist, und alle finden die Erleichterung gut!"*

Otto Böhm (Vertreter)
Solmsstraße 46, 60486 Frankfurt
Telefon: 0 69/27 29 68 86

Ortsbeirat 3

Weberstraße 83
60318 Frankfurt
Telefon: 0 69/5 97 19 32
E-Mail: pieter.zandee@web.de

Pieter Zandee

>> *„Ich fühle mich glücklich während eines Strandspaziergangs im winterlichen Holland. Menschenleer und Geräusch von Wellen: Kraft tanken, um wieder weiter zu machen." – Das ist die Antwort auf die Frage der beiden Künstler – Peter Fischli und David Weiss – findet mich das Glück?*

Hans-Joachim Habermann (Vertreter)
Zeißelstraße 5, 60318 Frankfurt
Telefon: 0 69/59 50 60
E-Mail: JoHabermann@web.de

Ortsbeirat 4

(Stv. Vorsitzender des Seniorenbeirats)
Telefon: 0 69/45 37 14
E-Mail: heinrich@trosch-ffm.de

Heinrich Trosch

>> *„Das Glück steht am Wege; der eine nimmt es, und der andere geht daran vorbei." (Schweizer Sprichwort)*

Jürgen Oslislok (Vertreter)
Butzbacher Straße 1
60389 Frankfurt am Main
Telefon: 0 69/45 46 19,
Mobil: 01 72/6 92 29 94
E-Mail: juergen.oslislok@t-online.de

Ortsbeirat 5

Walldorfer Straße 9
60598 Frankfurt
Telefon: 0 69/63 95 04
E-Mail: marlis.gutmann@gmx.de

Marlis Gutmann

>> *„Glück ist für mich, ohne Grundsicherung leben zu können, wenn die Kinder Arbeit und die Enkel einen Ausbildungsplatz haben. Glück ist aber auch, wenn die Gesundheit es zulässt, auch im Alter noch aktiv sein zu können."*

Horst Kriehn (Vertreter)
Kelsterbacher Straße 44
60528 Frankfurt
Telefon: 0 69/67 72 40 90

Ortsbeirat 6

Libellenweg 48
60529 Frankfurt
Telefon: 0 69/6 66 33 93
E-Mail: aj.bahlecke@t-online.de

Jürgen Bahlecke

>> *„Mit meiner Frau, ohne gesundheitliche Sorgen, liebevoll und harmonisch zu leben und möglichst jeden Tag eine, wenn auch kleine, gute Tat zu vollbringen."*

Christel Götz (Vertreterin)
Cuxhavener Straße 9
65933 Frankfurt
Telefon: 0 69/38 65 37

Ortsbeirat 7

Alt Rödelheim 32
60489 Frankfurt
Telefon: 0 69/7 89 22 52
Fax: 0 69/78 51 31
E-Mail: Ulla-Kelety@web.de

Ursula Kelety

>> *„Glück ist, gesunde Kinder und gesunde Enkel zu haben. Das reine Glück im April 2012! Als Geburtstagsgeschenk für mich: Ein gesunder Urenkel!"*

Jolanda Ross (Vertreterin)
Große Nelkenstraße 50
60488 Frankfurt
Telefon/Fax: 0 69/78 72 81

Damit man ein bisschen mehr über die neuen Seniorenvertreter erfährt, stellte die Redaktion die Frage: „Was macht Sie glücklich?" Die Antworten dazu stehen unter den Fotos.

Ortsbeirat 8

(Schriftführer)
Gerhart-Hauptmann-Ring 94b
60439 Frankfurt
Telefon: 0 69/57 53 48
E-Mail: josef-ullrich@t-online.de

Josef Ullrich

>> *„Wenn ich mir etwas vornehme, und es gelingt mir, dann bin ich glücklich."*

Volker Zimmer (Vertreter)
In der Römerstadt 152
60439 Frankfurt
Telefon: 0 69/58 26 07

Ortsbeirat 9

Am Schwalbenschwanz 29
60431 Frankfurt
Telefon 0 69/51 68 72
E-Mail: doris.achenbach@freenet.de

Doris Achenbach

>> *„Zum Glücklichsein gehört eine große Portion Gelassenheit. Ich bin glücklich, wenn es mir zusammen mit meinen Lieben gut geht."*

Helga Scholz (Vertreterin)
An der Nachtweide 20
60433 Frankfurt
Telefon: 0 69/51 48 86
E-Mail: Scholz36@web.de

Ortsbeirat 10

Homburger Landstraße 105
60435 Frankfurt
Telefon: 0 69/54 33 34,
Fax: 069/95 41 62 14
E-Mail: j.schaefer@nomen-verlag.de

Joachim Schäfer

>> *„Glück wäre für mich, wenn jeder Mensch auf der Erde alle anderen Menschen, Tiere, Pflanzen und auch die übrige Natur respektieren würde."*

Paul Marx (Vertreter)
Am Honigberg 14, 60435 Frankfurt
Telefon: 0 69/5 48 23 24
E-Mail: Inge_Lorenzen und Paul-Marx@t-online.de

Ortsbeirat 11

Baumertstraße 58
60386 Frankfurt
Tel./Fax: 0 69/41 35 79
Mobil: 01 70/6 14 86 97

Magdalena Grana

>> *„Den Menschen helfen zu dürfen als Seniorenbeirätin und Sozialbezirksvorsteherin sowie Gesundheit in der Familie."*

Johanna Sittler (Vertreterin)
Starkenburger Straße 100
60386 Frankfurt
Telefon/Fax: 0 69/42 25 85

Ortsbeirat 12

Elly-Heuss-Knapp-Straße 30
60438 Frankfurt
Telefon: 0 69/58 55 43

Walter Cornel

>> *„Glücklich ist, wer vergisst, was einmal nicht mehr zu ändern ist."*

Beate Noske (Vertreterin)
Kalbacher Hauptstraße 47
60437 Frankfurt
Telefon: 0 69/50 62 10

Ortsbeirat 13

Alte Fahrt 15
60437 Frankfurt
Telefon: 0 61 01/4 81 95
E-Mail: norbert@emde.name

Norbert Emde

>> *„Glück ist für mich, mit Freunden zusammenzusein, morgens aufzuwachen und nichts tut weh und die Vögel singen, und ein gutes Essen."*

Elly Krüger (Vertreterin)
Am Siegesbaum 1
60437 Frankfurt
Telefon: 0 61 01/54 25 15
Fax: 0 61 01/54 25 16
E-Mail: wolfgangkrueger@gmx.net

Ortsbeirat 14

Hochfeldstraße 15
60437 Frankfurt
Telefon: 0 61 01/4 16 01
E-Mail: g.v.altrock@gmx.de

Gabriele von Altrock

Günther Teichert (Vertreter)
Bürgerstraße 43
60437 Frankfurt
Telefon/Fax: 0 61 01/4 38 36

Ortsbeirat 15

(Vorsitzende)
Leo-Tolstoj-Straße 8
60437 Frankfurt
Telefon: 0 69/5 07 46 93
Fax: 0 69/40 76 64 23
E-Mail: renate.sterzel@gmx.de

Dr. Renate Sterzel

>> *„Glück bedeutet für mich, mit meiner Enkeltochter im Grünen Fahrrad zu fahren."*

Helga Plank (Vertreterin)
Albert-Schweitzer-Straße 92
60437 Frankfurt

Ortsbeirat 16

Speierlingweg 28
60388 Frankfurt
Telefon: 0 61 09/50 98 81
E-Mail: seniorenbeirat-bergen-enkheim@t-online.de

Dr. Klaus Schaeffer

>> *„Ich halte es mit Theodor Fontane: ‚Glück, Glück! Wer will sagen, was du bist und wo du bist.' Auch Google liefert Treffliches, etwa: ‚Neugierig, experimentierfreudig, entdeckungsfreudig und offen sein für Neues' macht glücklich – vielleicht eine Erklärung, warum sogar der Seniorenbeirat glücklich machen kann."*

Rainer Luckhaus (Vertreter)
Victor-Slotosch-Straße 5c
60388 Frankfurt
Telefon: 0 61 09/36 99 66
Fax: 0 61 09/36 99 77
Mobil: 01 70/2 15 28 51
E-Mail: stv-seniorenbeirat-be-enkheim@t-online.de

Seniorenbeirat Mai 2012

Rege, engagiert und ein wenig streitlustig: So präsentierte sich der Seniorenbeirat in seiner ersten Sitzung, nachdem er sich wenige Monate zuvor neu konstituiert hatte.

Zentrale Themen der Sitzung waren unter anderem die Präsentation des Rathauses für Senioren, der Abbau von Briefkästen in den Stadtteilen, die geplante Überprüfung von seniorengerechten Geschäften für die Broschüre Stadtteil-Service sowie die neuen Signalanlagen für Fußgänger an den U-Bahn Haltestellen.

Struktur, Angebotspalette und Aufgabenbereiche des Rathauses für Senioren stellte Leiterin Elke Golde in den Mittelpunkt ihres Vortrags. Untergliedert sei die zentrale Anlaufstelle an der Hansaallee 150, die noch über zwei Dependancen in der Sandgasse 6 und in der Bolongarostraße 109 verfügt, in fünf Bereiche. Der „Servicebereich Verwaltung" gibt als Infostelle allgemeine Auskünfte und unterstützt Bürger bei der Suche nach dem zuständigen Ansprechpartner. Ein weiterer Bereich ist die „Zentrale Heimplatzvermittlung/Soziale Hilfen für Heimbewohner". „Unsere Mitarbeiter können sich oft nicht mit dem Betroffenen unterhalten, sondern mit den Angehörigen oder Bevollmächtigten", erläutert Golde. Die „Betreuungsstelle" informiert über rechtliche Betreuung, während das „Versicherungsamt" Ansprechpartner bei Fragen zur Sozialversicherung ist.

Das jüngste Standbein ist die vor eineinhalb Jahren gegründete „Leitstelle Älterwerden", über die Leiterin Pia Flörsheimer informierte. Bis zu diesem Zeitpunkt wurde an verschiedenen Stellen innerhalb der Verwaltung zum Thema Altenhilfe gearbeitet. „Um künftig eine gute Orientierung zu bieten, hat man sich gedacht, diese Bereiche im Rathaus für Senioren in einer eigenen Anlaufstelle zu bündeln", erklärte Flörsheimer. Schwerpunkte sind die Aktionswochen Älterwerden, Kultur und Erholung, Wohnen im Alter, Selbstständig leben, das Frankfurter Programm „Würde im Alter" und neuerdings der Pflegestützpunkt.

Mit Blick auf ein zu entwickelndes Blindenleitsystem für Bergen-Enkheim fragte Dr. Klaus Schaeffer (Ortsbeirat 16) nach, wo sich Ältere über Möglichkeiten bürgerschaftlichen Engagements informieren können. Umfassend und stadtteilbezogen sei dies auf den Bürgerforen möglich, zu denen die Sozialrathäuser einladen. Zudem verwies Flörsheimer auf die von der Leitstelle angebotenen Sprechstunden bei Hör- und Sehverlust im Alter.

Auch beklagte Schaeffer, dass offenbar immer mehr Briefkästen in den Stadtteilen verschwinden: „Gerade für ältere Bürger, die nicht so mobil und mit dem Rollator unterwegs sind und oft keinen E-Mail-Anschluss haben, ist das nicht hinnehmbar." Dem pflichteten auch die übrigen Seniorenbeiräte bei. Jedoch machte Seniorenbeirats-Vorsitzende Dr. Renate Sterzel Schaeffers Forderung, dagegen bei der Post zu protestieren, wenig Hoffnung auf Erfolg: „Von der Post bekommt man dann immer eine niederschmetternde Antwort. Die Post lehnt solche Forderungen mit dem Hinweis auf wirtschaftliche Erwägungen ab."

Daneben informierte Pia Flörsheimer das Gremium, dass nach vielen Jahren stabiler Preise sich die Theaterkarten für die Senioren-Vorweihnachts-Vorstellungen um einen Euro auf dann elf Euro verteuern.

Aktualisierungsbedarf sieht Pia Flörsheimer bei den in den Broschüren „Stadtteil-Service" aufgelisteten „seniorengerechten Geschäften". Im August soll mit der Erhebung in Eschersheim und Bornheim begonnen werden, da die Broschüre dort vergriffen sei. Irritiert über die Auswahl an Geschäften, die sie mit Blick auf die damals neue Broschüre unter die Lupe nahm, zeigte sich Marlis Gutmann (Ortsbeirat 5): „Da waren einige Läden dabei, die zwar zentral liegen, aber nicht barrierefrei waren", monierte sie. Auch Hans Georg Gabler (Ortsbeirat 2) erlebt es immer wieder, „das Geschäfte neu renoviert sind, aber trotzdem erst einmal eine Stufe in den Laden haben". Er forderte im Sinne von mehr Barrierefreiheit mehr Aufklärung und Beratung von Seiten des Stadtplanungsamtes. Hans-Joachim Habermann (Ortsbeirat 3) plädierte indes für einen neuen Begriff: „Seniorengerecht betrifft nur eine Bevölkerungsgruppe. Aber auch für Eltern mit Kinderwagen oder Körperbehinderte stellen Stufen Barrieren dar. Daher halte ich ‚generationenfreundlich' für eine bessere Bezeichnung."

Unterschiedlich bewerteten die Seniorenpolitiker die Umrüstung der Signalanlagen für Fußgänger an den U-Bahn-Haltestellen. „Doppelrot" signalisiert den Passanten stehen zu bleiben. Erlischt das Licht, ist das Queren der Schienen gestattet. Rainer Luckhaus (Ortsbeirat 16), der den Seniorenbeirat im Fahrgastbeirat vertritt und kurz über die geplante Neugestaltung der Stationen an der Strecke der U5 berichtete, sieht in dieser neuen Regelung „einen großen Erklärungsbedarf und eine Unfallträchtigkeit für Senioren". Wie auch Kinder seien ältere Menschen daran gewöhnt, bei „rot" stehen zu bleiben und bei „grün" zu gehen. Auch Johanna Sittler (Ortsbeirat 11) hält die neuen Signalampeln für „einen Wahnsinn". Renate Sterzel findet „es ungut, dass es so unterschiedlich ist". Volker Zimmer (Ortsbeirat 8) hält die neuen Ampeln für „hervorragend. Das Doppelrot ist viel deutlicher. Und ‚dunkel' heißt zwar, man darf gehen, muss aber aufpassen. So habe ich das auch meinen Enkeln beigebracht". *Sonja Thelen*

Rätselauflösung

Schwedenrätsel

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

Schach

1. fe5: Le3: (1. ... f6 2. hg7:!) 2. Se7+! Kh8 3. hg7:+ Kg7: 4. De3: nebst Matt in 5 Zugen!

Winterreisen 2012/2013

Wie auch in den vergangenen Jahren, bietet das Rathaus für Senioren wieder Reisen über Weihnachten und Silvester an. Diese Reisen richten sich vorwiegend an Alleinstehende, die die Weihnachtstage und die Jahreswende ansonsten allein für sich verbringen würden.

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 748 Euro/Ehepaare 1.010 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 überschreitenden Betrags zu zahlen. Bei noch höherem Einkommen ist die Mitfahrt nur als Selbstzahler möglich. Zuzüglich zum Reisepreis ist eine Anmeldegebühr in Höhe von 20 Euro pro Person zu entrichten, die im Hotel zu zahlen ist.

Wie und wo anmelden?

Wer teilnehmen möchte, braucht zunächst einen sogenannten Terminschein. Dieser kann mit dem unten eingefügten Coupon schriftlich gegen Einsendung eines mit 0,55 Euro frankierten und mit der eigenen Adresse versehenen Rückumschlags beantragt werden (Bestelladresse: siehe Kasten).

Auf diesem Terminschein, der im August im Rahmen des verfügbaren Zimmerkontingents versendet wird, ist das Datum vermerkt, an dem die Buchung persönlich im Rathaus für Senioren vorgenommen werden kann. Dazu sollten unbedingt die Sprechzeiten beachtet werden. Des Weiteren sollten auch die Hinweise auf wichtige Unterlagen, die zur Buchung mitgebracht werden müssen, beachtet werden. Selbstzahler benötigen zur Buchung nur den gültigen Personalausweis oder einen Reisepass mit aktueller Meldebescheinigung (nicht älter als 14 Tage). Wer einen Schwerbehindertenausweis hat, sollte auch diesen vorlegen.

Anschrift
Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren,
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main.
Fragen zu den Reisen werden unter der Telefonnummer 0 69/21 24 99 44 beantwortet.
Sprechzeiten Montag und Donnerstag jeweils von 8 bis 12 und 13 bis 15 Uhr.

Reiseziele und Preise
Haus-zu-Haus-Verkehr
(Änderungen vorbehalten)

- **Bad Brückenau/Rhön** (Unterbringung im Gästehaus)
  vom 21.12.12 – 04.01.13 14 Tage = 746,00 Euro
- **Bad König/Odenwald**
  vom 21.12.12–04.01.13 14 Tage = 574,00 Euro
- **Bad Mergentheim/Taubertal**
  vom 20.12.12–03.01.13 14 Tage = 763,00 Euro
- **Reinhardshausen/Nordhessen**
  vom 19.12.12–02.01.13 14 Tage = 609,00 Euro

Die angegebenen Preise beinhalten die Vollpension, das Sonderprogramm für Weihnachten und Silvester sowie die Fahrtkosten. Hotelbeschreibung: siehe SZ 1/2012

- **Achtung: Dieses Jahr finden keine Reisen mit Großbussen statt!**

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 20_____

Ort / Datum _____ Unterschrift _____

(frankierten Rückumschlag mit Ihrer Adresse nicht vergessen!)

Ankündigung:

Sommerreisen 2013

Wer im nächsten Sommer an einer der Reisen teilnehmen möchte, sollte jetzt schon schriftlich einen Terminschein anfordern. Hierfür den Coupon von Seite 17 ausfüllen und „Sommererholung“ ankreuzen. Einen frankierten Rückumschlag mit eigener Adresse nicht vergessen!

Die Terminscheine werden Ende Oktober an die angegebene Anschrift geschickt. Sollten danach noch Terminscheine vergeben werden können, werden diese am 5. November im Rathaus für Senioren ausgegeben. Dieser Termin sollte jetzt schon einmal vorgemerkt werden.

Vorhang auf

Theater in der Vorweihnachtszeit

Auch in diesem Jahr organisiert das Rathaus für Senioren wieder unterhaltsame Nachmittagsvorstellungen, die um 14 Uhr stattfinden. Frankfurter Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren können sich auf Vorstellungen im Volkstheater Frankfurt – Liesel Christ, Die Komödie und im Fritz Rémond Theater freuen. Der diesjährige Kartenpreis beträgt elf Euro. 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 vorheriger Bedarfsmeldung abgegeben. Am Montag, 5. November 2012, werden im Freiverkauf die noch zur Verfügung stehenden Theaterkarten im Rathaus für Senioren verkauft.

Weitere Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter der Rufnummer 0 69/2 12-4 99 44 oder - 4 93 64.

Wer hat Ergänzungswünsche für die Stadtteil-Service-Broschüren?

Die neun Broschüren „Stadtteil-Service; Serviceleistungen, Bringdienste und seniorengerechte Geschäfte“ werden von August an nach und nach aktualisiert und erweitert. Begonnen wird mit den Sozialrathausbereichen Bornheim und Dornbusch. Änderungs- und Ergänzungswünsche nimmt die Leitstelle Älterwerden unter Telefon 0 69/2 12-3 81 60 sowie 0 69/2 12-3 36 07 entgegen. *red*

Kurzinformationen

Hilfe bei Gewalt gegen alte Menschen

Der Frankfurter Verein Initiative gegen Gewalt im Alter – Handeln statt Misshandeln ist seit April in neuen Räumen zu finden (Frankenallee 104, 60326 Frankfurt). Alte Menschen, denen etwa bei der Pflege Gewalt angetan wurde, aber auch pflegende Angehörige oder Pflegepersonal können sich dorthin wenden, wenn sie Gesprächsbedarf haben oder Beratung brauchen. Auch Nachbarn, Freunde oder Pflegeeinrichtungen können sich beim Beratungstelefon melden, das von Montag bis Freitag jeweils von 10 bis 12 Uhr besetzt ist (außerhalb dieser Zeit nimmt ein Band die Anrufe entgegen). Die Beratung, bei der Anonymität gewährleistet wird, richtet sich ausdrücklich auch an Menschen, die sich etwa von der Pflege überfordert fühlen und befürchten, selbst gewalttätig zu werden. Das Beratungsteam besteht aus einer Sozialpädagogin, einer Psychologin und qualifizierten Ehrenamtlichen. Telefon 0 69/24 24 06 66. *wdl*

Sprechstunde Seh- und Hörverlust

Die nächsten offenen Sprechstunden Seh- und Hörverlust finden an folgenden Terminen im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, statt:

Sehverlust im Alter
Dienstag, 10. Juli, 7. August, 4. September, 2. und 30. Oktober, 27. November, jeweils von 14 bis 16 Uhr
Beraterin: Katharina Metzler, Mitarbeiterin der Frankfurter Stiftung für Blinde und Sehbehinderte

Hörverlust im Alter
Dienstag, 31. Juli, 28. August, 9. Oktober, 23. Oktober, 20. November, jeweils von 14 bis 16 Uhr
Berater: Horst Buchenauer, Vorsitzender der Frankfurter Stiftung für Schwerhörige und Gehörlose

Trilogie

Foto: May

Eine richtige Geschichte erzählt Ute May mit ihren drei Bildern. Ihr zweites Bild und der Text „Mit der Senioren Zeitschrift lässt es sich gut träumen“ hat sie dazu angeregt, ein weiteres Bild zu malen. „Und wovon träumt er?“, fragt sie sich. „Natürlich von IHR. Jetzt ist mein allerletztes Bild fertig.“ Die Redaktion der Senioren Zeitschrift bedankt sich für das freundliche Abdruckrecht – und möchte auch den Lesern die „Trilogie“ nicht vorenthalten. *red*

2012 Älterwerden in Frankfurt

Bildgewordene Träume vom Älterwerden

Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt mit Vernissage eröffnet

Wünsche, Hoffnung, Träume. *Fotos (2): Oeser*

Dunkles langes Haar umrahmt das schmale Gesicht mit den ernst blickenden braunen Augen. Ein Farbtupfer ist das rote Kleid, das die junge Frau trägt. Die in ihren Händen „verwelkende Blume versinnbildlicht das sich allmählich verschlechternde Befinden und den Gesundheitszustand“, erklärt Jolanta Weltschek ihr Gemälde mit dem Titel „Das Mädchen im roten Kleid“. Dieses Bild der 66-jährigen früheren Rechtsanwältin wurde bei dem 2011 ausgelobten Kunstwettbewerb mit dem ersten Preis für Krakau prämiert. Ältere Menschen aus Frankfurt und aus der polnischen Partnerstadt hatten daran teilgenommen. Mit dem Motto „Älterwerden – Wünsche, Hoffnung, Träume“ hatten sie sich kreativ auseinandergesetzt. Die Vernissage bei der Volkshochschule fand zum Auftakt der „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt“ statt.

„Zeit für mich“ lautet in diesem Jahr das Thema der Aktionswochen. „Oft findet man diese ‚Zeit für mich’ erst im Ruhestand. So war es auch bei vielen der Künstler, die erst nach Ende der Berufstätigkeit die Zeit zum Malen gefunden haben“, sagte Seniorendezernentin Daniela Birkenfeld in ihrer Ansprache zur Eröffnung, die musikalisch von den Klarinettisten Barbara Steuer und Lothar Wallstädt von der Musikschule begleitet wurde. Josefa Godecka, die für die Krakauer Stadtverwaltung mit einigen der Künstler angereist war, griff in ihrer Rede das Motto der Schau auf: „Junge Menschen haben ebenso Wünsche, Hoffnungen, Träume. Auch wenn das Alter etwas Besonderes ist, sollten wir alle träumen, hoffen und Wünsche haben.“

Beeindruckt von der Aussagekraft der 50 Bilder (jeweils 25 aus beiden Städten) zeigte sich VHS-Leiterin Barbara Cikar-Wahl. Sie spiegelten die „Verspieltheit, die Hoffnung und die Träumereien der Künstler“ wider, regten zum Nachdenken an, zeigten die Lebenssituationen älterer Menschen: „Und einige Bilder zaubern uns einfach ein Lächeln ins Gesicht.“

Die Idee zu dem Wettbewerb hatte Pia Flörsheimer von der Leitstelle Älterwerden im Seniorenrathaus. „Wir wollten einfach einmal eine neue Form des Austauschs zwischen den Partnerstädten“, erklärte Flörsheimer. Umgesetzt hat die Schau Gerd Becker von der Leitstelle Älterwerden. Bis zum 13. Juli ist die Ausstellung im VHS-Bildungszentrum (Sonnemannstraße 13) zu sehen. *Sonja Thelen*

Zeit für mich

Auch fürs Ausruhen ist gesorgt...

Das Motto der diesjährigen Aktionswochen lautete: „Zeit für mich“. Sozialdezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld dazu: „Für viele Menschen eröffnen sich erst in den späteren Jahren Freiräume, um anderen Interessen nachgehen und neue Neigungen entdecken zu können.“ Die vorherigen Lebensabschnitte sind geprägt von Ausbildung durchstehen, Karriere planen, Kinder aufziehen, sich um kranke Eltern kümmern. Während der Aktionswochen konnten sich die Frankfurter über die zahlreichen Möglichkeiten, die es in dieser Stadt im Alter gibt, informieren – und nicht nur das. Sie konnten mitmachen, Schnupperkurse, Workshops und Fachvorstellungen besuchen. Zum Mitdiskutieren war auch in diesem Jahr wieder im Römer geladen (siehe Seite 21). Und die Dezernentin hatte während des Bunten Nachmittags im Rathaus für Senioren, das in diesem Jahr in die „fünfziger Jahre“ entführte, wieder prominente Gäste zu ihrer bekannten Gesprächsrunde geladen (siehe Seite 20). *per*

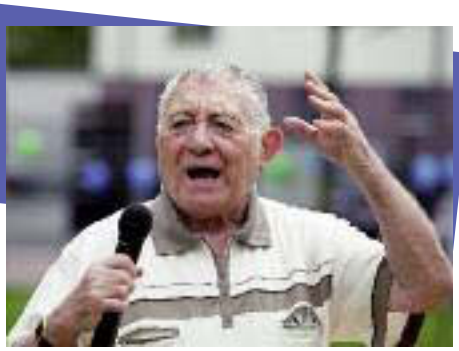
Mit Elvis und Petticoat

Bunter Nachmittag im „Flair der 50er Jahre"

Mit Elvis träumen...

Elvis Presley in Frankfurt? Unverkennbar drang die Stimme des einstigen Teenie-Idols an die Ohren derjenigen, die an diesem sonnigwindigen Juninachmittag der von blauen Luftballons umrahmten „Festwiese" am Rathaus für Senioren zustrebten. Allerdings war's dann Olav Wischulke, laut Ankündigung „bester Elvis-Imitator der Welt", der mit schmelzendem Timbre sein „Love me tender" sang.

Aber es passte gut zum Motto „Im Flair der 50er Jahre", das über dem Bunten Nachmittag innerhalb des umfangreichen Veranstaltungsprogramms der Aktionswochen „Älterwerden in Frankfurt" stand. Vor allem viele Damen unter den zahlreichen Gästen hatten das wörtlich genommen und offenbar mit Wonne in ihren Kleiderschränken gekramt. So sah man sich plötzlich wie einst in Jugendzeiten inmitten wippender Petticoats, bunter Rüschenblusen und kecker Caprihosen.



„Klaa Rölfche": Frankfurter Bub mit Leib und Seele.

Talkrunde zum Thema „Ehrenamt"

Entspannt und fröhlich ging's zu auf Liegestühlen oder bei Bratwurst an Biertischen. Nachdem Rolf Schmitz, besser bekannt als „Klaa Rölfche", gewohnt locker vom alten Frankfurt erzählt und die Band „Blind Foundation" eine musikalische Einstimmung geboten hatte, konnte Moderator Jacomo die Talkrunde mit Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld und ihren Gästen ankündigen, die sich zum Thema Ehrenamt und Engagement äußerten.

Sammeln für gute Zwecke

Als „berühmte Sammlerin" von Sponsorengeldern setzt sich zum Beispiel Ingrid Pajunk für verschiedene Projekte ein, darunter Hilfe für Multiple-Sklerose-Kranke, sportliche Aktivitäten und den jährlichen Pfennigbasar, dessen Erlös Bedürftigen zugute kommt.

Wie Schwimmen fit hält

Erstaunliches berichtete der einstige Schwimmmeister Walter Minnich, Jahrgang 1919, seit achtzig Jahren Mitglied im Ersten Frankfurter Schwimmclub, seit mehr als zwei Jahrzehnten Vizepräsident des Hessischen Schwimmverbandes und – auch nicht selbstverständlich – seit 69 Jahren verheiratet. Sein Einsatz für den Sport nutzte nicht nur anderen, sondern auch ihm selbst. Sein Rat an alle Älteren: Mindestes einmal pro Woche sollte man sich im Wasser bewegen. So wie er, der noch immer seine zwei- bis dreihundert Meter schwimmt.

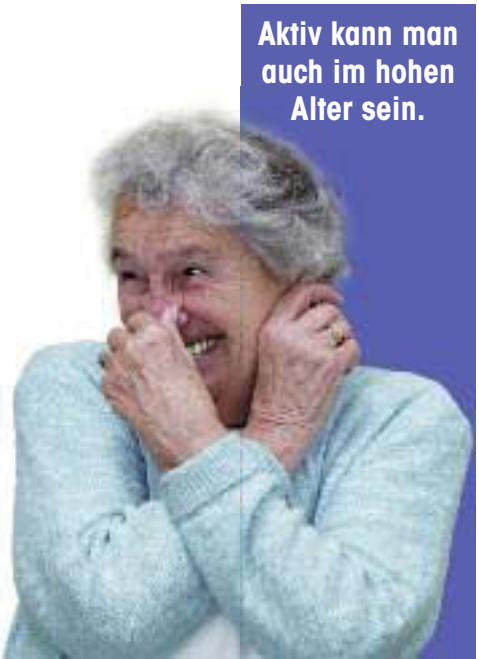
Für die Stadträtin Dr. Renate Sterzel begann ihr Engagement zunächst im Elternbeirat, denn „ich bin altmodisch und habe mich erst einmal um meine Kinder gekümmert". Später erkannte die kultur- und theaterbegeisterte, aus Niedersachsen zugereiste Kommunalpolitikerin, wie man mit Parteiarbeit „Dinge bewegen" kann, und seit Kurzem amtiert sie zudem als Vorsitzende des Seniorenbeirats.

„Seid mal e bissche ruhig dahinne" ermahnte schließlich Wolfgang Kaus munter plaudernde Gäste, ehe er aus seinem Leben berichtete. Von seiner Kindheit in Hofheim, seiner Zeit als Messdiener, seinem nicht ganz leichten Weg zur Schauspielerei und natürlich den Jahren als künstlerischer Leiter des Volkstheaters. Heute erfreut er Bewohner von Altenheimen- und -tagesstätten mit Lesungen und Rezitationen. Und – wie unsere Leserinnen und Leser natürlich wissen – betreut er seit rund zehn Jahren die bunte Seite der Senioren Zeitschrift.

Dem Appell der Sozialdezernentin, sich ehrenamtlich zu engagieren, fügte Ingrid Pajunk ihre Erfahrung hinzu: „Die Menschen immer wieder ansprechen, dann bewegt sich was."

Lore Kämper

Gäste und Mitarbeiter des Rathauses für Senioren kleiden sich ganz im Stil der süßen 50er Jahre. *Fotos (4): Oeser*



Das Thema „Wohnen im Alter" ist immer aktuell

Daniela Birkenfeld und Olaf Cunitz (im Vordergrund) stellten sich den Fragen der Bürger zum Leben und Wohnen im Alter. *Foto: Oeser*

Olaf Cunitz hat sich wahrlich etwas vorgenommen. Er nennt es selbst eine „titanische Aufgabe". Der Planungsdezernent möchte Frankfurt nicht nur zur „Grünen Hauptstadt Europas" machen, sondern die Mainmetropole auch zur „barrierefreien Hauptstadt" umbauen. Das sei „ein gesamtgesellschaftliches Thema, das mit der gleichen Intensität diskutiert werden müsse wie etwa die Energieeffizienz", sagte Cunitz anlässlich der Bürgeranhörung „Leben und Wohnen im Alter", zu der das Sozialdezernat mit der Leitstelle Älterwerden anlässlich der Aktionswochen „Älterwerden in Frankfurt" in den Römer eingeladen hatte.

Im Plenarsaal, wo sonst die Stadtverordneten die Weichen für die künftige Stadtentwicklung stellen, hatten diesmal aufgeschlossene Bürger an den Pulten Platz genommen. Interessiert folgten sie den Ausführungen von Seniorendezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld über die wohnlichen und sozialen Herausforderungen, denen sich jeder mit zunehmenden Alter konfrontiert sieht. Der Planungsdezernent mutmaßte, möglicherweise griffe das Thema barrierefreies Wohnen und Leben nicht, weil es vielleicht nicht so sexy sei. „Älterwerden ist eben ein Thema, das man gerne vor sich herschiebt, solange es für einen noch nicht aktuell ist."

Dass man sich mit dem Thema aber nicht erst befassen sollte, wenn sozusagen das Kind in den Brunnen gefallen ist, verdeutlichte indes Stadträtin Birkenfeld. Die Seniorendezernentin berichtet auch aus ihrer eigenen Familie. Ihre heute 86-jährige Mutter hatte im Winter 2010/2011 die leidvolle Erfahrung gemacht, dass sie durch den heftigen Schneefall und die stadtweit nur eingeschränkt erfolgte Schneeräumung nicht wie gewohnt ihre Einkäufe erledigen und ihre Kontakte pflegen konnte. Das war der Anstoß, über eine Veränderung nachzudenken. Mittlerweile ist die Mutter aus dem ersten Stock in einem Mehrfamilienhaus in eine barrierefreie Wohnung umgezogen, in der sie bei Bedarf Hilfeleistungen in Anspruch nehmen kann. Dank einer guten Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr kann sie von dort aus auch ihre früheren Kontakte pflegen und Freunde besuchen.

Kaum einer will im Alter umziehen

Wie wichtig der nachbarschaftliche Kontakt, die nah gelegenen Einkaufsmöglichkeiten, die Möglichkeiten zum Begegnen und der Verbleib im Viertel seien, verdeutlichte Professor Frank Oswald von den Fakultät „Interdisziplinäre Alterswissenschaften" an der Universität Frankfurt. Innerhalb des Projekts „Wohnen bleiben im Quartier" hatten Wissenschaftler knapp 600 ältere Menschen in den Stadtteilen Nordweststadt, Schwanheim und Bockenheim daheim besucht und detailliert nach ihren Vorlieben bezüglich des Wohnens befragt.

Über Impulse, die das „Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft" liefern kann, berichtete Leiter Horst Schulmeyer. Die von den Menschen vor Ort initiierten Projekte trügen so Schulmeyer zu mehr Verständnis untereinander und zu einem generationsübergreifenden Miteinander bei.

Netzwerk hilft weiter

Wer in der näheren Umgebung liegende Begegnungsstätten für neue Initiativen sucht, sollte sich an das „Netzwerk Neue Nachbarschaften" und den Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe wenden, empfahl Sozialdezernentin Birkenfeld zwei Gruppen, die auf der Suche nach Räumen sind. Beim Thema Seniorenangebote im Stadtteil kündigte die Dezernentin an, dass der „Infoatlas 50+" künftig über das Internet aktualisiert werde. Denn die Erfahrung habe gezeigt, dass die Daten bei Drucklegung oft schon veraltet sei.

Damit die Menschen in den Vierteln, die für sie zur Heimat geworden sind, auch im Alter wohnen können, sei es eine zentrale kommunale Aufgabe, den öffentlichen Raum barrierefrei umzubauen, auch die U- und Straßenbahnhaltestellen, so der Planungsdezernent. Die öffentliche Hand müsse Anreize schaffen, damit private Bauträger barrierefrei bauen. Zudem plädierte Cunitz für Barrierefreiheit als Standard im Neubau. Einbauten von Aufzügen im Bestand der städtischen Wohnungsbaugesellschaft ABG seien aus baulichen Gründen jedoch nur begrenzt möglich, sagte Olaf Cunitz auf Nachfrage einer Besucherin. Bislang sei jede vierte ABG-Wohnung über einen Aufzug erschlossen. Jedoch beim Thema „Bezahlbarer Wohnraum" machte Cunitz den Gäste wenig Hoffnung, dass die Stadt die Preise regulieren kann: „Auch wenn wir in den öffentlichen Wohnungsbau investieren und die Mieten der ABG niedriger sind als auf dem freiem Markt, werden wir immer der großen Nachfrage hinterherhecheln." *Sonja Thelen*

Bunter Nachmittag

Ein Bunter Nachmittag mit Tanz und Musik.

Die 50er Jahre locken: Fast jeder Platz ist besetzt.

Lachen kann man lernen: zum Beispiel beim Lach-Yoga-Training.

Im Gespräch mit der Stadträtin (Bildmitte): Ingrid Pajunk, Wolfgang Kaus, Walter Minnich, Renate Sterzel.

Da rockt das Rathau

Gäste ergreifen die Gelegenheit, sich an den zahlreichen Infoständen zu informieren.

„Zeit für sich", die galt es zu nutzen, auf dem Bunten Nachmittag vom Rathaus für Senioren.

Musik bringt gute Laune.

Die Band Blind Foundation sorgt für gute Stimmung.

us für Senioren.

Den Gästen gefällt das Programm.

Zeit für einen netten Plausch.

Musikschule Frankfurt: „Offenes Singen" für Männer und Frauen.

Fotos (alle): Oeser

2012 Älterwerden in Frankfurt

„Dankeschön" an SZ-Abonnenten im Städel

Die SZ-Leser werden von der Seniorendezernentin begrüßt. *Fotos (3): Oeser*

Die Dankveranstaltung der Senioren Zeitschrift an ihre Abonnenten führte im Frühjahr ins Städel. Frankfurts Dezernentin für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, Prof. Dr. Daniela Birkenfeld, begrüßte die Teilnehmer und erinnerte daran, dass die Stadt das „Silberblättchen" 1974 gründete. Unter seiner leitenden Redakteurin sei es in jüngster Zeit noch „bunter und interessanter" geworden. Auch die Zahl der Abonnenten sei gestiegen.

Rund zwei Dutzend Teilnehmer nahmen zeichnend und malend an Workshops teil. Die Mehrheit aber zog eine Führung durch die Städtische Galerie vor und bekam von der Museumsführerin sogleich ein Modell der Galerie im Aufriss gezeigt. Von außen ist vom Neubau der Architekten Till Schneider und Michael Schumacher wenig zu sehen, und doch hat das Städel, als es im Februar seine Gartenhallen eröffnete, seine Ausstellungsfläche fast verdoppelt. Unterirdisch ausgestellt ist Gegenwartskunst seit 1945, für die es zuvor an Platz fehlte. Das hat sich mit einem Schlag geändert. Von der Idee bis zur Einweihung brauchten die Gartenhallen nur sechseinhalb Jahre, für die Finanzierung sorgten die städtische Bürgergesellschaft und ihre Stadt. Kein Wunder, dass Museumsdirektor Max Hollein mit Stolz feststellte: „Wir haben jetzt ein grundsätzlich erweitertes und verbessertes Museum, eine bedeutend weiterentwickelte Sammlung mit vielen herausragenden neuen Werken und ein deutlich verbessertes Kulturangebot in der Stadt."

Senioren erkunden „Grünen Hügel"

333 Objekte, so hörte man, seien in den Gartenhallen ausgestellt. Unter der gewölbten Rasenfläche von außen nur an den 195 „Bullaugen"-Fenstern erkennbar. Bisher am besten gefällt den Architekten „Frankfurts Grüner Hügel" – eine Anspielung auf Richard Wagner, der die Bayreuther Anhöhe seines Festspielhauses nach dem Grünen Hügel in Zürich benannte, wo er zuvor im Gartenhaus „Tristan und Isolde" komponiert hatte.

Unter Frankfurts „Grünem Hügel" liegt ein spektakulärer Bau, der sich nicht vor die Werke drängt. Er lässt sie atmen. Wer über die breite Treppe in die weißen Räume hinabsteigt oder dort aus dem Aufzug kommt, wähnt sich nie in einem Keller. Die Deckenfenster lassen Tageslicht durch, spenden mit LED-Kränzen, aber auch regulierbarem Licht, um jeden Winkel der riesigen Halle individuell zu beleuchten, Zeichen- oder Fotopapier zu schonen und Atmosphäre zu erzeugen. Getragen wird die Halle von einem Kranz von zwölf Säulen, die derzeit in den Wänden von „Häusern" verschwinden, an denen innen wie außen Bilder gehängt sind. Das Galeriesystem ist provisorisch. Es passt sich der Auswahl und Darbietung der Werke an.

Überall sind Ein- und Ausblicke möglich, tun sich Öffnungen und Blickachsen auf. Kein abstrakter Würfel also und keine leere Riesenhalle, sondern eine Wandelhalle mit Zentralplatz und Innenhöfen, in denen Leser der Senioren Zeitschrift sich nicht ganz ohne Eile und doch mit Vergnügen in die Sammlung von Kunst seit 1945 einführen ließen. Im Mittelpunkt steht das Tafelbild, also die Malerei in ihrer Wiederkehr als Gegengewicht zum Schwund des Sinnlichen und endlosen Theoriespiralen. Ein Hauptstrang, so lernte man, ist das In- und Gegeneinander von gegenständlicher Kunst und abstrakter Kunst: Das gemalte Objekt kehrt hartnäckig wieder, egal wie oft es aus dem Bild abstrahiert wird. Inmitten der Malerei gehängt ist die Fotokunst. Zwischen den Alten Meistern und den Zeitgenossen bekam man auch Anekdotisches zu hören – so etwa über Max Beckmann, der sich 1923 in „Doppelbildnis" den Scherz erlaubte, der Frau seines Professors dessen Geliebte zur Seite zu setzen.

Marcus Hladek

Erst wird erklärt, dann selbst gemalt.

Kreativ im Städel sein zu dürfen, das macht Spaß.

Optimisten leben länger

Foto: Mangostock – Fotolia.com

Die Frau, die eine Sonne an den grauen Himmel malt, ist bestimmt eine Optimistin.

Ob ein Glas halb voll oder halb leer ist, ist keine Frage der Physik, sondern der inneren Einstellung. Es kommt weniger darauf an, wie unsere Lebensumstände sind, sondern vielmehr darauf, wie wir selbst sie einschätzen. Wer optimistisch durchs Leben geht, genießt die positiven Dinge und hadert nicht ständig mit den Schattenseiten. Diese positive innere Einstellung hilft zudem auch noch, gesund zu bleiben und länger zu leben.

In Deutschland stirbt jeder Fünfte an den Folgen einer koronaren Herzkrankheit (KHK). Bei den Ursachen denkt man an Übergewicht, Bluthochdruck, Stress und Rauchen. Doch auch Depressionen gelten inzwischen als Risikofaktor.

Persönlichkeiten, die oft unglücklich und nach innen gekehrt sind, haben die Neigung, verstärkt auf psychische Belastungen zu reagieren. Privatdozentin Dr. med. Cora Weber, Oberärztin an der medizinischen Klinik mit Schwerpunkt Psychosomatik an der Charité in Berlin, erklärt: „Je ausgeprägter Pessimismus, Reizbarkeit und Frust, je geringer Selbstvertrauen und Kontaktfreude, desto belastender für das Herz.“ Studien zeigen, so Weber, dass dies mit einem 2,5- bis über 3,8-fachen Risiko für Herztod oder Herzinfarkt verbunden ist.

Optimismus hingegen ist ein guter Schutz gegen Herzkrankheiten. Der Zusammenhang zwischen positiver Lebenseinstellung und besserer Gesundheit wurde in einer umfangreichen Beobachtungsstudie in den USA belegt. Danach senkt eine optimistische Lebenseinstellung das Risiko für Herzerkrankungen deutlich.

Bei dieser Studie der Universität Pittsburgh wurden über einen Zeitraum von acht Jahren knapp 100.000 Frauen im Alter von 50 bis 79 Jahren beobachtet, die anfangs weder an Herzproblemen noch an einer Krebserkrankung litten. Durch Tests und Fragebogen wurde ermittelt, ob die Frauen eher optimistisch oder pessimistisch durchs Leben gingen. Nach acht Jahren zeigte sich, dass das Risiko der optimistischen Frauen für eine Herzerkrankung um neun Prozent geringer war als bei den pessimistischen. Das allgemeine Sterberisiko lag bei ihnen sogar um 14 Prozent niedriger, bei den Pessimistinnen dagegen um 16 Prozent höher als beim Durchschnitt. Außerdem litten die optimistischen Frauen generell seltener an Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck, hohen Cholesterinwerten und Depressionen. Aber selbst wenn optimistisch eingestellte Frauen erkrankten, wirkte sich ihre zuversichtliche Lebenseinstellung noch positiv auf ihre Heilung und Gesundheit aus.

Die Ursachen des Phänomens, dass Pessimismus das Leben verkürzt und Optimismus es verlängert, sind noch nicht genau erforscht. Es ist aber bekannt, dass ablehnende, negative Gefühle im Körper bestimmte Stoffe und Stresshormone freisetzen, die das Risiko einer Herzerkrankung erhöhen können. Außerdem könnte eine pessimistische Haltung mit ungesunden Verhaltensmustern wie Rauchen oder schlechter Ernährung einher gehen, die die Gesundheit des Herzens ebenfalls nachteilig beeinflussen.

Wer dazu neigt, sich zu ärgern und zu grübeln, sollte bewusst beginnen, auf die positiven Dinge des Lebens zu achten. Es gibt sie! *red*

Kurzinformation

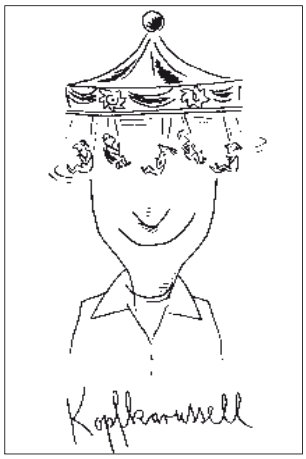
Zeitzeugen gesucht!

Das Amt für Wohnungswesen wird dieses Jahr „100 Jahre alt“. Für eine Veranstaltung im Oktober 2012 werden Zeitzeugen gesucht, die etwas zur Wohnungssituation nach 1945 und die damalige Wohnungszwangsbewirtschaftung sagen können und bereit sind, an einer Podiumsdiskussion teilzunehmen. Ansprechpartner im Amt für Wohnungswesen: Erika Dietz-Berk, Telefon 069/212-3 53 95, Amt für Wohnungswesen, Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt. *red*

Anzeige

Kopfkarussell – alles dreht sich um Demenz

Manchem Menschen, bei dem sich eine Demenz bemerkbar macht, mag es tatsächlich wie ein Karussell vorkommen, was sich da in seinem Kopf abspielt. Für einen Gesunden ist es nahezu unmöglich, nachzuempfinden, was dieser Mensch fühlt: seine Angst und Unsicherheit, seine Anstrengung und seine manchmal nur noch bruchstückhaften Erinnerungen. Aber man kann dafür Verständnis wecken und Menschen dazu anregen, Demenzkranke als Mitmenschen an- und aufzunehmen. Das sagt Martin Berner, Geschäftsführer des Bürgerinstituts. Im Mai 2011 hatte sich Gunter Sachs, früher als Playboy und Lebemann bekannt, das Leben genommen, weil er Angst vor einem Alter mit Alzheimer oder Demenz hatte.



Zeichnung: Phillip Waechter

„Das war ein Auslöser, sich speziell mit der Angst vor Demenz auseinanderzusetzen“, sagt Berner. Der Frankfurter Arbeitskreis Demenz, der seit rund zehn Jahren besteht, hat nun für den Oktober Aktionstage zum Thema organisiert. Sie sollen auch einen anderen als nur den ängstlichen und verzweifelten Blick auf die Demenz ermöglichen. Oft werde in Patientenverfügungen angesprochen, dass jemand mit Demenz das Leben unerträglich finde und nicht damit weiterleben wolle, stellt Berner fest. Dabei werde übersehen, dass Demenz nicht nur Verlust, sondern bisweilen auch neue Entdeckungen bringen könne. So habe er von einem Betroffenen im Frühstadium gehört, dass dieser ein „neues feines Gespür“ gegenüber seinen Mitmenschen entwickelt habe. Andere sprechen davon, dass sie im Zusammensein mit dem langjährigen Partner neue Nähe erfahren könnten. Manch einer entwickle auch künstlerische Fähigkeiten, die vorher nicht da gewesen seien.

Bei den Aktionstagen vom 2. bis 12. Oktober wird Kunst eine große Rolle spielen. So werden die Bilder des Grafikers Carolus Horn ausgestellt, der mit 60 Jahren an Alzheimer erkrankte, aber das Malen nicht aufgab. Viele Kulturschaffende in Frankfurt haben sich bereit erklärt, an den Aktionstagen mitzuwirken.

Kunst steht im Mittelpunkt

Das Gallus Theater will das Tanz-Theater-Stück „Der Tag, an dem Hera ihr Haustier von der Leine ließ“ realisieren. Michael Quast wird zusammen mit einem Jazzmusiker ein Theaterstück präsentieren. Dazu kommen Fotoprojekte, Filme und Lesungen, Kleinkunstaufführungen oder Konzerte. Zwischen Demenz und Musik nämlich gibt es eine ganz besondere Beziehung, wie viele Angehörige von Erkrankten berichten können (siehe auch Beitrag „Wenn die Medizin alleine nicht hilft“, Seiten 10 und 11).

Eröffnet werden die Aktionstage am 2. Oktober (15 Uhr im Amt für Gesundheit, Breite Gasse 28) mit einem Forum. Es wird eingeleitet mit einem Vortrag von Prof. Johannes Pantel, der die Stiftungsprofessur für Gerontopsychiatrie an der Goethe-Universität innehat. Sportler können am 3. Oktober ab 10 Uhr beim „Lauf gegen das Vergessen“ mitrennen. Am 6. Oktober findet um 16 Uhr im Dom ein ökumenischer Gottesdienst statt.

Dass das Bild des Karussells für die Aktionstage gewählt wurde, ist kein Zufall. Für manchen Erkrankten sind die Bilder im Kopf, die durcheinanderwirbeln und die Realität verändern, wie ein Karussell, das sie nicht selbst steuern können. Aber das Karussell steht auch für wechselnde Perspektiven und verschiedene Blickrichtungen, die neue Lebensfreude vermitteln können. Bei den Aktionstagen sollen Menschen mit Demenz selbst zu Wort kommen und zeigen können, welche Potenziale erhalten bleiben oder sogar neu entstehen.

Man schätzt, dass allein in Frankfurt rund 10.000 Menschen mit einer Demenz leben, viele von ihnen alleine. Rund ein Drittel werden von ihren Angehörigen versorgt. Im Arbeitskreis Demenz haben sich verschiedene Träger von ambulanten Angeboten für Menschen mit Demenz zusammengeschlossen, darunter die Alzheimer Gesellschaft Frankfurt und der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe. Der Kreis wird vom Amt für Gesundheit moderiert.

Lieselotte Wendl

Nähere Informationen unter
www.kopfkarussell.com

Kurzinformation

Leckere Rezepte für alte Menschen

Altdeutsches Schnitzel, saure Nierchen, Königsberger Klopse – die Klassiker der bürgerlichen Küche wecken bei manchem nostalgische Erinnerungen. Mit den Erinnerungen stellt sich auch Appetit auf diese Gerichte ein. Wieder mal so essen wie bei Muttern? Warum nicht selber machen? Doch wie war das Rezept? Das Buch „Mir schmeckt’s wieder“ hilft nicht nur dabei, alte Gerichte wieder zu entdecken. Es gibt auch Tipps, wie man sich im Alter abwechslungsreich ernährt, selbst wenn der Hunger manchmal nicht groß ist, und der Appetit ausbleibt.

Tipps und Tricks, wie man etwa bei Schluckbeschwerden oder Problemen mit den Zähnen trotzdem lecker essen kann, wie man Verdauungsprobleme und Allergien vermeidet, finden sich ebenfalls. Und unter den vielen Rezepten sind nicht nur die „Klassiker“, sondern auch vieles von dem, was Migranten zur deutschen Küche beigetragen haben. Dieses „Kochbuch für alte Menschen“ ist durchaus auch für jüngere Menschen geeignet.

Claudia Menebröcker, Jörn Rebbe, Udo Keil: Mir schmeckt’s wieder – Das Kochbuch für alte Menschen, Trias Verlag 2012, 140 Seiten, 19,99 Euro. *wdl*

Hier macht Muskelstärkung Spaß

Beim Ausprobieren der Geräte im neuen Fitnessraum der Emma und Henry Budge-Stiftung: Agnes Greif (rechts) und Erika Buder. *Foto: Oeser*

„Jede Bewegung stärkt die Muskulatur. Daher ist jeder Schritt, den wir auch im hohen und höchsten Alter machen, ein Beitrag zur physischen und psychischen Gesundheit", sagte die Vorsitzende der Henry und Emma Budge-Stiftung, Prof. Dr. Daniela Birkenfeld, bei der Eröffnung der neuen Fitnessräume der Budge-Stiftung.

Jede zusätzlich ausgeführte Bewegung trage dazu bei, die Lebensqualität und den Erhalt der eigenen Autonomie zu stärken, führte sie fort. Die Errichtung der neuen Räume für Bewegungsangebote sei unter anderem durch eine großzügige Spende der in Frankfurt ansässigen Hannelore Krempa-Stiftung möglich geworden.

Die Geräte seien geeignet, die wichtigsten Muskelgruppen auch des älteren Menschen zu trainieren, um sicher durch den Alltag zu gelangen, sagte Inge Regelin vom Deutschen Turnerbund. Man könne die Oberschenkelmuskulatur trainieren, die Bauchmuskulatur und die Muskulatur der Arme. Durchschnittlich trainierte Muskeln erhöhen deutlich die Fähigkeit, Stürze und deren bedrohliche Folgen zu vermeiden. Mit dem Ausbau der Fitnessräume einher ging die Erneuerung der Räumlichkeiten der Physiotherapie.

Auch für Anwohner

Heinz Rauber, Direktor der Henry und Emma Budge-Stiftung, lud Angehörige und Freunde der Bewohner ein, das Fitnessstudio für gemeinsame Aktivitäten mit den Eltern und Großeltern zu nutzen. Auch das Personal und die Bewohner der umliegenden Stadtteile können das neue Fitnessstudio kostenfrei nutzen. Dazu wird allerdings eine vorherige telefonische Anmeldung zu den üblichen Geschäftszeiten erbeten unter Telefon 0 69/47 87 10. *red*

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

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

- Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift in Druckform (für 12 Euro 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 0 69/212-3 0741 oder per Post an:
Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

Wohnen ohne Hindernisse

Ausstellung an der FH Frankfurt neu gestaltet

Die Ausstellung zu barrierefreien Wohn- und Lebensformen an der Fachhochschule Frankfurt ist neu gestaltet worden. Auf zirka 150 Quadratmetern werden im Gebäude zwei Hilfsmittel und Assistenzsysteme gezeigt, die ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden erleichtern können. Die VdK-Fachstelle für Barrierefreiheit zeigt in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit der Fachhochschule Räume und Ausstattungen, die stetig erneuert und von Besuchern nach Anmeldung besichtigt und getestet werden können. Die „Lern- und Beratungswerkstatt Barrierefreies Wohnen und Leben“ des Fachbereichs stellt ihre Aktivitäten von Zeit zu Zeit unter bestimmte Themenbereiche. So geht es etwa um Hilfsmittel speziell für Menschen mit Demenz, für Rollstuhlfahrer oder Schlaganfall-Patienten. Parallel zu den Themenschwerpunkten finden auch Expertenforen statt. Der Ausstellung angegliedert ist ein Veranstaltungsbereich, in dem ebenfalls Diskussionsforen und Workshops angeboten werden. Ein Austausch mit anderen Institutionen, die an ähnlichen Fragestellungen arbeiten, wird gepflegt. Begegnun-gen finden auch auf Messen und während Exkursionen statt.

Die Ausstellung für barrierefreie Wohn- und Lebensformen an der FH ist neu gestaltet worden. *Foto: privat*

Wie etwa die Messepräsentation von neuesten technischen Entwicklungen aussehen kann, war auf der Fachmesse Light and Building im April zu sehen. Dort zeigte das Elektrohandwerk sein 100 Quadratmeter großes „E-Haus“. In sieben Zimmern war alles installiert, was die moderne Hauselektronik zurzeit zu bieten hat – etwa Rollläden, die sich auch aus dem Urlaub per Handy oder Tablet-Computer steuern lassen. Zum Einsatz kam stromsparende LED-Technik.

Gebäude-Automation ist jedoch nicht alles. Wer wissen will, wie er seine Wohnung barrierefrei einrichten und sich die angemessenen Hilfsmittel beschaffen kann, der kann sich bei der VdK-Fachstelle beraten lassen. Im Bedarfsfall kann diese Beratung auch zu Hause erfolgen.

Lieselotte Wendl

Anmelden bei:
VdK Fachstelle für Barrierefreiheit
Telefon 0 69/15 33-26 04, -29 70,
E-Mail: barrierefreiheit.ht@vdk.de

Keine Schmerzen auf dem letzten Weg

Palliativteams stellen medizinische Betreuung Schwerstkranker sicher

Der 86 Jahre alte Patient hat einen bösartigen Tumor in der Bauchspeicheldrüse. Er weiß, es geht zu Ende. Er möchte, dass ihm die Schmerzen genommen, seine Übelkeit und Atemnot gelindert werden. Und er will zu Hause sterben. Ein klarer Fall für die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV), die seit dem Jahr 2010 drei Teams in Frankfurt anbieten. Palliativmedizin setzt in einem Stadium ein, wenn die Krankheit ständig voranschreitet und nicht mehr aufzuhalten ist.

Da ist aber auch die 25-jährige Krebspatientin, deren Ärzte sich eingestehen müssen, dass trotz Chemotherapie nichts mehr zu machen ist. Schwierig für die Mediziner, die heilen wollen, und ihrer Patientin sagen müssen, dass Hilfe nur noch im Lindern der Schmerzen bestehen kann. Die Patienten selbst sind häufig innerlich sehr aufgewühlt und hin- und hergerissen, sagt Christian Schütte-Bäumner vom Palliativteam Frankfurt. Umso wichtiger ist es, dass sie ihre Sorgen und Ängste aussprechen können und sich auch in Krisen von Fachpersonal gut unterstützt fühlen.

Für viele Patienten, die den Einsatz eines SAPV-Teams anfordern, endet damit eine Phase, in der sie sich bei nächtlichen Schmerzschüben oder Atemnot immer wieder mit dem Notarzt ins Krankenhaus bringen lassen mussten. Ein unbefriedigender Drehtüreffekt. Seit einer Gesetzesänderung aus dem Jahr 2007 und dem Inkrafttreten der Richtlinie für die spezialisierte ambulante Palliativversorgung Mitte 2010 sind in Hessen rund 20 SAPV-Teams entstanden, sagt Schütte-Bäumner. Sie kommen bei Bedarf auch nachts um drei Uhr zu den Patienten nach Hause. Sie leisten, was Hausärzte, Pflegedienste und ehrenamtliche Hospizgruppen auf Dauer nicht alleine stemmen können: den Einsatz rund um die Uhr im häuslichen Umfeld.

Der Weg dahin ist manchmal steinig. Helene Weitzel, die das zwölfköpfige Team des von der Stadt geförderten Hospiz- und Palliativtelefons im Bürgerinstitut leitet, weiß von den verzweifelten Anrufen Angehöriger, die ihrem Ehepartner in die Hand versprochen haben, ihn zu Hause sterben zu lassen, und die nun nicht wissen, wie sie das bewältigen sollen. „Viele versuchen immer noch, alles alleine zu schaffen, vielleicht aus Unkenntnis oder aus Scheu, auf jemanden zuzugehen“, sagt Weitzel. Dabei weist nicht nur das eigens dafür eingerichtete Hospiz- und Palliativtelefon den Weg, auch

Schwerstkranke können ambulant von Palliativteams medizinisch betreut werden.
Foto: djd/Cefasel Ocean

der Pflegestützpunkt und die Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren, die Beratungs- und Vermittlungsstellen in den Stadtteilen, Ärzte oder die SAPV-Teams selber helfen weiter. Haus- oder Krankenhausärzte können die spezialisierte ambulante Palliativversorgung verordnen, ohne dass dies ihr Budget belastet. Sie haben ein entsprechendes Formular dafür, das Muster 63. Je genauer sie es ausfüllen, desto eher genehmigen die gesetzlichen Krankenkassen die Versorgung, sagt Schütte-Bäumner.

Dass es in Frankfurt gute Versorgungsmöglichkeiten für das Endstadium lebensverkürzender Krankheiten gibt, hat sich herumgesprochen, meint Helene Weitzel. Allerdings glaubten viele Patienten, sie könnten in einer der drei Palliativstationen in Frankfurter Krankenhäusern versorgt werden, bis sie sterben. Angehörige wie Patienten seien „sehr enttäuscht“, wenn sie im Schnitt nach rund zehn Tagen Aufenthalt in stabilisiertem Zustand entlassen werden. Menschen, die alleinstehend sind, wünschen sich nach dem Krankenhausaufenthalt oft die Aufnahme in eines der beiden stationären Hospize in der Stadt. Die Kosten übernimmt zwar die Krankenkasse, doch es gibt Wartelisten, sagt Weitzel. Manchmal ist eine Interimslösung nötig oder die Aufnahme in ein Pflegeheim. Die Fachfrau fordert daher: „Die Heime müssen sich ins Boot schwingen.“ Sie bietet Palliativberatung in zehn Heimen an; Ziel ist es, eine dem jeweiligen Pflegeheim eigene Abschiedskultur zu entwickeln. Es gibt Arbeitsgruppen und Weiterbildung, die Ambulanten Palliative-Care-Teams versorgen auch Patienten in Pflegeheimen. Ebenso müsse die ambulante Versorgung zu Hause besser koordiniert, die Zusammenarbeit mit den Hausärzten weiter gestärkt werden, fordert Weitzel. (Weitere Informationen unter www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de unter „Hintergründe“)

Susanne Schmidt-Lüer

Palliativmedizin bedeutet die Behandlung von Schmerzen und anderen körperlichen, psychosozialen und spirituellen Problemen bei lebensbedrohlich Erkrankten.

Das Hospiz- und Palliativtelefon ist Wegweiser durch die Angebote für Schwerkranke in Frankfurt. Fachkräfte beraten täglich zwischen 9 und 21 Uhr unter 0 69/97 20 17 18. Die Stadt finanziert das am Bürgerinstitut angesiedelte Projekt. http://www.buergerinstitut-ffm.de/Unsere-Angebote/Hospiz-und Palliativtelefon

Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) mit multiprofessionellen Teams für gesetzlich Krankenversicherte basiert auf einer Gesetzesänderung von 2007. Seit 2010 gelten Richtlinien für die Verordnung von SAPV. www.g-ba.de/informationen/richtlinien/64/
In Frankfurt sind drei Teams anerkannt, die die Versorgung ausreichend abdecken sollen: Das Palliative Care Team Nordwest (Krankenhaus Nordwest), 0 69/76 01 44 04, das Mobile Palliativ Team Frankfurt (Agaplesion Markus Krankenhaus), 0 69/95 33 46 21 oder 01 73/9 47 47 30, und das Palliativ-Team Frankfurt gemeinnützige GmbH, 0 69/13 02 55 61 00. *ssl*

Anzeige

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen & Pflege im Zeichen der Nächstenliebe

- Betreutes Wohnen im Premium-Ambiente, Seniorenwohnungen, vollstationäre Pflege, Wohngemeinschaft, Tagespflege und ambulante Pflege
- Spezielle Pflegeangebote für Menschen mit Demenz
- Behagliches Wohnambiente mit viel Liebe zum Detail
- Vernetztes Leistungsangebot: Medizin, Therapie, Pflege und Betreuung
- Unsere Standorte: HAUS SAALBURG, SCHWANTHALER CARRÉE, SchlossResidence Mühlberg, OBERIN MARTHA KELLER HAUS, AGAPLESION CURATEAM Ambulante Pflege
- **Neu:** TAGESPFLEGE im OBERIN MARTHA KELLER HAUS

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

Liebevoll Respekt erweisen

15 Jahre

Seit 15 Jahren besteht das Justina von Cronstetten Stift, ein überschaubares und familiäres Altenpflegeheim nahe dem Palmengarten im Frankfurter Westend.

Als das Haus am 16. Juni 1997 feierlich eröffnet wurde, wies OB Petra Roth auf die lange Tradition der mannigfaltigen Stiftungen Frankfurts hin. Sie hob hervor, dass sich in vielen der Gedanke bewahrt habe, alten und kranken Menschen beizustehen. Dies gelte auch für das Justina von Cronstetten Stift.

15 Jahre Cronstetten-Stift: Feierstunde mit Dezernentin Birkenfeld. *Foto: Oeser*

Geschichtliches

Warum Justina, eine Tochter aus wohlhabendem Hause, die von 1677 bis 1766 in Frankfurt lebte, eine Stiftung gründete, erklärte der damalige Geschäftsführer der Stiftung, Christoph von Gemmingen-Guttenberg, folgendermaßen: Im Alter von 21 Jahren sei Justina auf dem Nachhauseweg von der Katharinenkirche von einem Mann entführt worden. Der stimmstarken jungen Frau sei es jedoch gelungen, auf sich aufmerksam zu machen und somit der Gewalt des Entführers zu entkommen. Dieses Erlebnis habe sie so schockiert, dass sie ledig geblieben sei. Im Alter von 76 Jahren habe sie sich dann entschieden, ihr ganzes Vermögen in eine Stiftung zu überführen. Davon profitiere das heutige Altenpflegeheim seit 1997, so steht es in einem Beitrag der Justina-Nachrichten vom März 2012. Diese monatlich erscheinende Hauszeitung informiert über die vielfältigen kulturellen Aktivitäten des Hauses, über Wissenswertes etwa aus Frankfurts Geschichte sowie über Ausflüge für die Bewohnerschaft. Michael Graber-Dünow, der das Haus leitet, verantwortet das Blatt redaktionell und ist maßgebend für die Gestaltung des Lebens im Hause seit 1997 zuständig.

Einheit: Kultur und Leben

Was das heutige Pflegeheim auszeichnet, das ist die Kombination aus individuell zugewandter Pflege und Betreuung sowie gelebter Kultur. Beim Besuch des Hauses kann es sein, dass gerade der große Flügel gestimmt wird, der im Veranstaltungs- und Speiseraum steht. Der Stimmer sorgt nicht nur für die richtigen Töne, er spielt auch Beatles-Titel. Dieses Mal war er da, um das Piano für das Osterkonzert der „Gospel Combination“ vorzubereiten. Der Chor verbreitete am Ostersonntag Begeisterung unter den Zuhörenden, von denen auch viele aus dem Stadtteil kamen. Unter den Sängern auch Toni Lorenzo, aus der Formation des legendären „Golden Gate Quartetts“.

Pro Jahr werden – neben vielen weiteren Kulturveranstaltungen – 17 jahreszeitliche Feste gefeiert. Für all diese Aktivitäten erhielt die Stiftsgemeinschaft in der Arndtstraße 38 im Jahr 2005 den Preis für vorzügliche Freizeitprogramme von der Stadt Frankfurt verliehen. Stadträtin Daniela Birkenfeld hob in ihrem Grußwort bei der Jubiläumsfeier

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

den „würdevollen Umgang mit den Bewohnerinnen und Bewohnern“ hervor. Die überschaubare Größe des Hauses ermögliche ein „hohes Maß an individueller Ansprache“. Gleichzeitig werde aber auch das Gemeinschaftsgefühl gefördert, lobte die Sozialdezernentin: „Zu den Festen, Lesungen, Vorträgen und Konzerten im Haus sind immer auch Angehörige und die Bürgerinnen und Bürger aus dem Stadtteil eingeladen.“

Betreuung und Pflege

Ein weiteres Highlight stellt die Kultur der Speisen dar. Sie spielt eine der Hauptrollen im Leben der Menschen des Justina Stifts. Die hauseigene Küche bereitet täglich reichhaltige Büffets für die Mahlzeiten morgens, mittags und abends. Zudem geht die Bewohnerschaft kulinarisch auf Reisen: Es werden Länderwochen geboten, in denen typische Gerichte zum Beispiel aus Indien, China, der Türkei serviert werden. Wer dies nicht mag, kann andere Menüs wählen. Angrenzend an den Speiseraum gelangt man in den Garten, in dem man bei warmem Wetter sitzen und feiern kann. Kaninchen und manchmal auch der Therapiehund Joe sind dort anzutreffen. Der verspielte Joe gehört zu Ulrike Kremer, die im Haus unter anderem Gymnastik und Gedächtnistraining anbietet. Sie motiviert die Bewohnerinnen, den langmütigen Hund zu streicheln, was diesen Freude bereitet.

Seit 2001 nimmt das Haus am „Frankfurter Programm Würde im Alter“ teil, das vorwiegend für demenziell beeinträchtigte Menschen vorgesehen ist. Es dient im Haus Personen, die bettlägerig sind und am Gemeinschaftsleben nicht mehr teilnehmen können.

Von den 47 Bewohnern trifft dies auf 20 Personen zu, so Projektleiterin Angelika Heise. Dieses kommt auch der sechs Personen umfassenden Betreuungsgruppe für schwerst Desorientierte zugute. Erste Priorität des Hauses für Pflege und Betreuung lautet: „Das Angebot soll den Menschen gefallen und ihnen persönlichen Nutzen bringen“, so Leiter Graber-Dünow.

Es stehen nun weitere Veränderungen an. 2011 erteilte das Land Hessen den Bewilligungsbescheid für die Umwandlung der 15 Doppel- in 30 Einzelzimmer, was nun im Hause baulich umgesetzt wird. *Beate Glinski-Krause*

Kurzinformation

Zum Hirschgarten wandern

Besonders für Senioren geeignet ist eine Wanderung mit dem Taunusklub Stammklub am Mittwoch, dem 1. August 2012, von der Hohemark zum Hirschgarten. Auf der Wanderstrecke von zirka fünf Kilometern kommt die Gruppe am Thuja-Wald von 1888, dem Forellengut und dem Naturdenkmal Krausbäumchen vorbei. Im Hirschgarten ist dann eine gemütliche Schlussrast vorgesehen. Treffpunkt ist um 14 Uhr an der Hohemark, zu erreichen mit der Linie U3. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnehmergebühr beträgt zwei Euro plus RMV-Fahrtkosten. Infoseite: www.taunusklub-stammklub.de *red*

Jetzt gibt es auch Theater

Der Uniscripta Verlag, in dem Menschen nach der Rente seit einiger Zeit ihre eigenen Verleger sind (siehe SZ 2/2011) und Krimis und Kurzgeschichten veröffentlichen, hat jetzt auch ein Theaterstück herausgebracht. Autorin von „Spieleabend“ ist Astrid Hennies, die seit 2011 als freie Dozentin an der Universität des 3. Lebensalters der Frankfurter Goethe-Universität Kreatives Schreiben unterrichtet.

Bei ihr haben die Autoren von Uniscripta das Schreiben gelernt, nun verlegt sie selbst bei ihren ehemaligen Schülern ein Buch. In dem Stück geht es um eine lange zurückliegende Schuld, um Eheprobleme und Lebenslügen. Eingebettet ist die Handlung in das regelmäßige Treffen dreier Ehepaare zum Kartenspiel. Als die Paare ein gemeinsames Wohnprojekt planen, brechen unterschwellige Konflikte und verdrängte Probleme auf. Zu lange haben sie jeweils nur die äußere Fassade des anderen gesehen. Affären, alte Rechnungen und unangenehme Wahrheiten kommen ans Licht und wollen ausgetragen werden. Schließlich kommt noch ein Besucher aus der Vergangenheit – es wird ein sehr emotionaler Abend. *wdl*

Astrid Hennies: Spieleabend, Schauspiel, 9,80 Euro. Die Aufführungsrechte können beim Verlag erworben werden. www.uniscripta.de

Anzeige

Es muss kein Hamlet sein

Frankfurter Seniorentheater sucht noch Mitspieler

Theaterspielen macht Spaß. Dies bestätigt die Seniorentheatergruppe 41 bei der Probe zu dem Stück „Männer – eine Bestandsaufnahme".
Foto: Rolf Oeser

Irmine Kästner schlüpft gerne in andere Rollen, auch wenn es ihr manchmal schwerfällt. „Einmal musste ich einen Clown spielen, das finde ich bis heute schwierig, weil der so neben sich steht." Es kostet sie auch Überwindung, mal zickig oder hochmütig zu sein: „Eigentlich bin ich gar nicht so", sagt die 76-Jährige. Trotzdem stellt sie sich immer wieder der Herausforderung. „Das tut man viel zu selten im Alter", findet sie. Und wenn der Vorhang fällt und der Applaus erklingt, „dann hat man es geschafft, das ist etwas ganz Wertvolles."

Seit knapp drei Jahren spielt Irmine Kästner nun schon im Frankfurter Seniorentheater Gruppe 41 mit. Die anfängliche Scheu ist überwunden, man kennt sich untereinander, das regelmäßige Theaterspiel vermittelt ihr ein neues Körper- und Geistgefühl: „Man geht achtsamer mit sich um." Im Sommer starten in Niederursel die Proben für die nächste Produktion. Irmine Kästner ist dabei und kann jedem empfehlen, es auch zu tun.

Tatsächlich sucht Regisseurin Lenka Wolf weitere Mitspielerinnen – und vor allem Mitspieler. „Bei uns haben die Männer nie bis zur Aufführung durchgehalten", bedauert die gelernte Theater- und Tanzpädagogin. An den meist sieben Laien-Darstellerinnen des Ensembles könne es nicht liegen. Zwar sind sie alle sehr starke Persönlichkeiten, so Wolf, aber offen und herzlich.

Eine Produktion pro Jahr

Auch die Themen, die die 40-jährige Freiberuflerin der Truppe vorgibt, sind nicht typisch weiblich, sondern stets aktuell und generationsübergreifend. Da geht es um Neid, Missgunst und Vorurteile zwischen Jung und Alt, um Erotik im Alter und um die Frage: „Wie wäre mein Leben verlaufen, wenn ich mich damals anders entschieden hätte?" Es sind alles Eigenproduktionen, pro Jahr eine, in die die Kreativität und Lebenserfahrung der Senioren stets miteinfließen. „Bei uns geht es nicht darum, Hamlet auswendig zu rezitieren", sagt Wolf, wie so mancher Mann annahm, der sich der Gruppe anschließen wollte. „Wir entwickeln zusammen die Themen weiter, jeder entscheidet für sich, wie stark er seine persönlichen Erlebnisse mit einbringen möchte."

An Improvisationsvermögen mangelt es den Spielerinnen, auch angesichts fehlender Kollegen, nicht. Als ein Mann mal während den Proben die Truppe verließ, ließen die Seniorinnen ihn kurzerhand auf der Bühne sterben. Unter dem Titel „Der Hugo trägt kein Brustbukett" ging es um den Umgang mit Trauer, Tod, den Verlust des Partners. Ein anderes Mal traten alle Frauen in Hosen auf und erzählten dem Publikum: „Was Sie noch nie über Männer wissen wollten."

Sieben Todsünden

In diesem Jahr, dem siebenjährigen Bestehen des Ensembles, inszenierten die Frauen die sieben Todsünden, die der katholische Katechismus benennt: Zorn, Neid, Wollust, Habsucht, Trägheit, Maßlosigkeit und Hochmut – übertragen auf die heutige Welt, in der das Geld regiert. Irmine Kästner spielte den Hochmut. „Das war das Beste für mich", sagt sie rückblickend. Auch wenn sie lange üben musste, wie man sich eiskalt über alle hinwegsetzt. „Ich habe mir sogar den Film ‚Der Teufel trägt Prada' angesehen und viel von Meryl Streep gelernt."

Kontakt
Seniorentheater Gruppe 41 Lenka Wolf und Maja Borko, Telefon 069/40 15 33 25 und 0174/4 62 33 32, E-Mail: info@colorato-frankfurt.de

Weitere Seniorentheatergruppen in Frankfurt

- Mobiles Senioren-Theater Frankfurt, Siegfried Wein, Kurzröderstraße 17, Telefon 069/37 40 83 13 und 0176/49 52 95 00, E-Mail: senioren-theater@gmx.de
- Theatergruppe Höchster Silberdisteln, Konstanze Braun, Telefon 069/39 63 78, E-Mail: h-k.braun@gmx.de oder Angelika Schmidt, Telefon 06171/58 62 07 E-Mail: marie-angelika.schmidt@t-online.de
- Seniorentheater „Wir für Euch" der Budge-Stiftung, Wilhelmshöher Str. 279. Die Gruppe ist für jeden offen, geprobt wird immer mittwochs, von 16.30 bis 18.30 Uhr. Kontakt: Helga Heise, Telefon 069/47 32 61, E-Mail: helga-heise@gmx.de.
- Theaterprojekt mit alten Menschen im Alten- und Pflegeheim Bockenheim, Friesengasse 7. Kontakt: Ulrike Dempewolff, Clownin und Theaterpädagogin, Telefon 069/55 25 39, E-Mail: info@clown-und-theater.de,www.clown-und-theater.de.

Mit Atem-, Sprech- und Bewegungsübungen hilft Lenka Wolf ihren Mitspielerinnen, in ihre Rolle hineinzufinden. Wolf hat Erfahrung, arbeitete mit Pina Bausch in Wuppertal und bietet heute im Rhein-Main-Gebiet Firmen an, über Theater die Ausdruckskraft ihrer Mitarbeiter zu stärken. Bei solch einer Übung kam damals auch der Name Seniorentheater Gruppe 41 zustande. „Wir stellten fest, dass die meisten Frauen die Schuhgröße 41 hatten – es war der größte gemeinsame Nenner“, erklärt Wolf. Die Schuhgröße ist aber keine Bedingung, um bei der Gruppe mitzumachen. Auch schauspielerische Erfahrung ist nicht vonnöten. Wolf: „Wichtig ist die Lust am Theaterspiel und offen für Experimente zu sein.“

Judith Gratza

Geselligkeit, Kultur, Betreuung

Das Deutsche Sozialwerk bietet ein vielseitiges Programm

„Helfen macht Freude.“ Dieser sicherlich nicht neuen Erkenntnis folgend engagieren sich die Mitglieder im Deutschen Sozialwerk (DSW) bereits seit mehreren Jahrzehnten. Im Februar 1952 von 22 Gleichgesinnten in Hamburg gegründet, bildeten den Schwerpunkt der Vereinsarbeit ursprünglich karitative Ziele und das Bestreben, die Not der Menschen in den Nachkriegsjahren zu lindern, sie mit Kleidung und Nahrung zu versorgen und in schwierigen Lebenssituationen zu beraten. Rasch entwickelte sich in der Folge ein weit gespanntes Netzwerk sozialer Kommunikation, das sich bald über ganz Deutschland erstreckte und mittlerweile in einen Landesverband und 30 Gruppen aufgegliedert ist.

Unter dem Motto „Helfen macht Freude“ engagiert sich auch die Frankfurter Gruppe im Deutschen Sozialwerk (DSW) seit 50 Jahren. Verena Dachrodt (li.), Beauftragte für Kultur, und Ulla Weber, Beauftragte für Presse und Öffentlichkeitsarbeit, freuen sich auf die Feier. *Foto: Oeser*

50 Jahre Gruppe Frankfurt

Am 18. August feiert nun die Gruppe Frankfurt im DSW ihr 50-jähriges Bestehen mit einer Festveranstaltung samt Ehrung verdienter Mitglieder, Ansprachen und Musik. Rund 500 Vereinsmitglieder umfasst diese Gruppe zurzeit, darunter allerdings – kleine Randbemerkung – lediglich 48 Männer. „Wir würden gern noch ein wenig bekannter werden“, sagt Ulla Weber, die Beauftragte für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, „denn wir tun sehr viel gerade für ältere Menschen.“

Vielseitiges Programm

In der Tat erwarten Interessierte zahlreiche Angebote, deren Bandbreite von unterhaltenden Unternehmungen über gemeinsame Wanderungen bis hin zu kulturellen Events reicht. So organisiert etwa Verena Dachrodt als Kulturbeauftragte Museums- und Ausstellungsbesuche und Lesungen. Es gibt Wanderungen in der Nähe, wie etwa in den Schwanheimer Dünen oder durch einen der Frankfurter Parks. Zu den festen, sogenannten Kleinen Aktivitäten zählen Literaturgesprächskreise, englische, französische und italienische Konversationen, Skat- und Bridgerunden und gelegentliche Treffs beim Wein.

Beliebte Ausflüge

Besonders gern beteiligen sich die Mitglieder an gemeinsamen Busfahrten in die nähere und weitere Umgebung, bei denen sich geselliges Beisammensein mit dem Kennenlernen neuer Ziele und Sehenswürdigkeiten verbinden lässt. Im vergangenen Juni ging’s zum Beispiel nach Speyer zu den Schätzen Ägyptens aus dem Museum in Turin. Für Ende Juli und ab Mitte Oktober ist eine jeweils achttägige Reise nach Bad Pyrmont angekündigt.

Hilfe und Betreuung

Neu im Angebot ist seit einiger Zeit ein Sorgentelefon für Hilfsbedürftige und Einsame, „wobei wir immer besonderen Wert auf eine individuelle Betreuung legen“, so Ulla Weber. In diesen Bereich fallen ebenso Gespräche über Rentenfragen oder Patientenverfügungen wie Hilfe bei Behördengängen oder Krankenbesuche. Wie gut das Miteinander-Füreinander funktioniert, beweisen durch Mundpropaganda neu gewonnene Mitglieder. Deren jährlicher finanzieller Beitrag beträgt 31 Euro pro Person. „Stabil“, wie Ulla Weber betont. Dass sich alle im DSW ehrenamtlich engagieren, sei ebenfalls noch unterstrichen.

Lore Kämper

Informationen bei Renate Rothenhöfer, Berger Straße 38, 60316 Frankfurt am Main oder unter www.dsw-ev.de, Telefon 0 69/44 33 00.

Gute Geister – preiswürdig

Dezernentin verleiht Nachbarschaftspreis 2011

„Rat und Tat" heißt das Beratungsangebot der Nachbarschaftshilfe im Gallus, das Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld (3. v. l.) mit dem Nachbarschaftspreis auszeichnete.

Foto: Rainer Rüffer

Es waren diesmal „die guten Geister aus der Nachbarschaft", die im Mittelpunkt standen und die Stadträtin Daniela Birkenfeld für ihren Einsatz für das Gemeinwohl lobte und auszeichnete. Zum zwölften Mal verlieh die Stadt im Rahmen des „Frankfurter Programms – Aktive Nachbarschaft" den Nachbarschaftspreis. Gut 200 Bürger und Vertreter der Stadtverordnetenversammlung, des Magistrats, Wohnungsbaugesellschaften und verschiedener sozialer Institutionen waren der Einladung der Sozialdezernentin in die Römerhallen im Rathaus gefolgt. Es waren sowohl einzelne Bürger als auch Gruppen, die mit ihren Aktivitäten zu einem besseren Miteinander und interkulturellen Austausch in den Vierteln beitragen und auch verschiedene Generationen zusammenbringen.

„Dass Frankfurt eine so lebens- und liebenswerte Stadt ist, haben wir nicht nur dem traditionellen regen Vereins- und Gemeindeleben zu verdanken. Vor allem die zahlreichen Initiativen und engagierten Einzelpersonen geben den Siedlungen ihren besonderen Charakter, sie tragen dazu bei, dass wir uns zu Hause fühlen", sagte die Stadträtin in ihrer Ansprache zu Beginn der Preisverleihung und ermunterte zur Nachahmung.

Mit 61 Bewerbungen und einer Vielzahl innovativer und vielseitiger Ideen hatte sich die Jury zu befassen. Stadträtin Daniela Birkenfeld überreichte die Auszeichnungen und das Preisgeld von insgesamt 3.000 Euro an die fünf Hauptpreisträger – bereits etablierte Gruppen (Kategorie I) und solche, die geplant sind oder sich im Aufbau befinden (Kategorie II) – sowie fünf kleinere Anerkennungspreise.

Multikulturell und generationenübergreifend: Das zeichnet die Sieger in beiden Hauptkategorien aus, die sich jeweils über 750 Euro freuen durften. „Rat und Tat" heißt das seit September 2010 bestehende niedrigschwellige Beratungsangebot der Nachbarschaftshilfe im Gallus. Neun bürgerschaftlich engagierte Frauen und Männer unterstützen – auch in verschiedenen Sprachen – Ratsuchende in Krisensituationen. Sie helfen bei Behördengängen, vermitteln, geben bei Bedarf Gutscheine für Bekleidung, Lebensmittel oder Fahrkarten aus. „Wir gehen offen auf die Menschen zu. Es ist unser Glück, ihnen geholfen zu haben", sagte Monika Müßig, eine der Engagierten in dem ökumenischen Projekt. Sieger in der Kategorie II ist das Projekt „Alt trifft Jung", das Quartiersmanager Oliver Göbel vom Nachbarschaftsverein Unterliederbach mit Bewohnern aus der Taufe gehoben hat. Die Initiative soll zu einem besseren Miteinander der Generationen im Stadtteil beitragen. Daher sind Treffen, bei denen beispielsweise Alte und Junge zusammen kochen, aber auch andere Aktionen geplant. „Viele Kinder leben heutzutage nicht mehr mit älteren Menschen zusammen, dabei ist dieser Austausch sehr wichtig. Und auf der anderen Seite gibt es viele Ältere, die vereinsamen. Wir möchten einen Ort schaffen, wo man sich begegnet, kennenlernt und liebevoll miteinander umgeht", erläutert eine der Mitstreiterinnen, Friedrun Hegazi.

Sonja Thelen

Kurzinformation

Frauennotruf wird 30 Jahre alt

Seit 1982 können Frauen und Mädchen, die Opfer sexueller Gewalt geworden sind, beim Frauennotruf Beratung und Hilfe bekommen. Mehrere Tausend Frauen haben sich im Lauf der Jahre an den Notruf gewandt, allein seit 1998 (Beginn der Datenerhebung) 7.000 Personen. Die Betroffenen kämen aus allen sozialen Schichten und allen Altersgruppen, teilte der Frauennotruf anlässlich des 30-jährigen Bestehens mit. Es gäbe keine Anzeichen, dass das Ausmaß sexueller Gewalt geringer geworden sei, sagte Gudrun Wörsdörfer vom Frauennotruf. Allein in den vergangenen zehn Jahren hätte sich die Zahl der Ratsuchenden von 336 im Jahr 2001 auf 668 im vergangenen Jahr nahezu verdoppelt. Wurde die Beratung anfänglich noch von wenigen Aktivistinnen sichergestellt, so arbeiten heute vier festangestellte Mitarbeiterinnen und ein großer Kreis von Ehrenamtlichen für die Betroffenen. Ärztinnen, Anwältinnen, Polizei und städtische Einrichtungen arbeiten mit dem Notruf zusammen und vermitteln viele betroffene Frauen dorthin.

Die Beratungsstelle erhält Unterstützung von der Stadt Frankfurt und vom Land Hessen, ist aber auch auf Spenden angewiesen, um ihre Arbeit leisten zu können. Die Notrufnummer lautet 0 69/70 94 94, weitere Informationen auf der Internetseite www.frauennotruf-frankfurt.de.

red

Das Bewusstsein steigt

Der 10. Deutsche Seniorentag stellt sich dem demografischen Wandel

VW hat ein Auto entwickelt, in das man den Rollstuhl mithilfe einer Rampe bequem hineinfahren kann.

Die Politik zeigt deutlich mehr Interesse am Thema Senioren“, so lautet die Bilanz, die Prof. Dr. Dr. h.c. Ursula Lehr beim 10. Deutschen Seniorentag in Hamburg zog. Noch nie seien so viele hochrangige Politiker auf dem Seniorentag präsent gewesen wie in diesem Jahr, sagte die Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren (Bagso), die die Bundeskanzlerin, den Bundespräsidenten sowie die Bundesfamilienministerin begrüßen konnte. In Politik und Gesellschaft habe sich ein ausgeprägtes Bewusstsein für den demografischen Wandel entwickelt.

Die dreitägige Veranstaltung bot ein reichhaltiges Veranstaltungsprogramm mit Fachvorträgen, Diskussionsrunden und Workshops. Zugleich konnten sich die Besucher auf einer Ausstellungsfläche von 5.000 Quadratmetern an über 230 Informationsständen über vieles informieren, was das sogenannte Dritte Lebensalter betrifft. Dies ging vom klassischen Treppenlift über Neuentwicklungen in der Autobranche bis zur Hilfe bei Rentenanträgen und Vorstellung diverser Reiseangebote mit und ohne ärztliche Begleitung.

„Das Recht auf Bildung ist im Grundgesetz festgeschrieben“, sagte Ernst Dieter Rossmann, Bundestagsabgeordneter der SPD. Das gelte auch für ältere Menschen. Bewegungsangebote, gesunde Ernährung und Servicewohnen reichten für ein erfülltes Leben nicht aus, man müsse auch den Geist trainieren. So könnten die Jahre nach der Pensionierung derart genutzt werden, dass man länger unabhängig und selbstständig leben könne.

Die Körber-Stiftung setzte in ihrer Veranstaltung „Alter neu erfinden“ darauf, ein neues „Drehbuch“ für diesen Lebensabschnitt zu schreiben. Dies erfordere bereits ein Umdenken während der Arbeitsphase. Menschen sollten ihre Träume „wie etwa drei Monate in Mexiko Rad zu fahren“ nicht bis ins Rentenalter aufschieben. Es müsse möglich sein, in Form von verlängerten Auszeiten solche Wünsche auch während des Arbeitslebens zu erfüllen, damit man dann wieder befriedigt produktiv werden könne. Wenn die Arbeitsatmosphäre stimmt und der Beruf Berufung ist, werde die Forderung nach Rente im 67. Lebensjahr oder später nicht zu einer Bedrohung.

„Wenn man umfällt, wieder aufstehen!“

Mit ihrem mitreißenden Vortrag zum Motto „Was mir immer wieder auf die Beine hilft“ gab Barbara Rütting erfrischende Einblicke in ihr bewegtes Leben. Ihre positive Lebenseinstellung, ihre Liebe zu Tieren, Umwelt und Menschen ließen die Zuhörer kaum glauben, dass eine 84 Jahre alte Frau vor ihnen steht. Mit dem Rezept „Einmal mehr aufstehen als umzufallen“ hat Barbara Rütting bislang ihr Leben mit all seinen Herausforderungen positiv bewältigt.

Auf dem 10. Deutschen Seniorentag in Hamburg konnte man sich umfassend über viele Aspekte des dritten Lebensalters informieren, das noch länger als 30 Jahre nach der Verrentung andauern kann. *Jutta Perino*

Anzeige

Das „Hirnradio" abdrehen

Trauergruppen können bei der Verlustbewältigung helfen

Beim Tanzen kann man Gefühle verarbeiten. Das Foto zeigt einen Tanzgottesdienst in der Lukaskirche. *Foto: Oeser*

Wer den Verlust eines geliebten Menschen verkraften muss, kann Mitleid am allerwenigsten brauchen. Es lindert weder Verzweiflung noch Schmerz. Wenn die gewohnte Welt zusammenbricht und der Sinn des Seins verloren zu gehen droht, ist vielmehr ein Ventil vonnöten, das verhindert, immer tiefer im Strudel der Hoffnungslosigkeit zu versinken.

Magdalene Lucas, die seit 2007 Trauernde begleitet, weiß: „Die Leute wollen reden, reden, reden." Es gehe darum, das „Hirnradio abzudrehen", der Trauer einen Platz zu gewähren und einen Weg zurück ins Leben zu finden. Ob in Einzelgesprächen oder seit 2010 auch in den von ihr angebotenen Gruppen hält sich die Gestaltpädagogin mit Worten eher zurück. Rezepte hat sie ohnehin nicht zu verteilen. Verstärkten Einsatz finden bei Lucas dagegen Ohren und Herz sowie einige Rituale, die das Loslassen erleichtern.

Verlust wird in Phasen verarbeitet

Zu Beginn der meist zweistündigen Sitzungen bekommen die Trauernden beispielsweise kleine Steine in die Hand, denen sie den Kummer anvertrauen können. Mitunter wird auch mit Achtsamkeitsübungen in den Körper hineingehört. Nach den Einstiegsrunden setzt sich nach Lucas' Erfahrung der Bewältigungsprozess fast von allein in Gang. Zumal die Entscheidung für eine Trauerbegleitung zugleich die Absage an das Verdrängen bedeute. Die emotionalen Abgründe, in die die Hinterbliebenen dabei stürzen, sähen zwar so unterschiedlich aus wie die Personen selbst. Dennoch durchliefen alle die gleichen Phasen: das Nicht-wahrhaben-Wollen, das Annehmen des Verlustes, das Erinnern, die Fragen nach dem Warum und das Keimen einer neuen Identität.

Das von Fachleuten beobachtete Reaktionsmuster bekam Lucas von einer Gruppenteilnehmerin unlängst als Bild präsentiert. Die aus Indien stammende Frau hatte den Tod ihres Mannes mit einem alles verwüstenden Tsunami verglichen. Als sich die Wellen zurückzogen, sah sie sich inmitten eines Trümmerhaufens stehen, in dem sie die versprengten Teile wieder zusammenfügen musste. Das sei ihr nicht zuletzt durch die Trauergruppe gelungen, wie Lucas verfolgen konnte. Die hier geschlossenen Freundschaften hätten nicht nur für ein soziales Umfeld und neuen Lebensmut gesorgt – einige Damen würden sich noch immer regelmäßig treffen und unter anderem wandern gehen –, sondern der Frau auch gezeigt: „Ich bin nicht allein mit meiner Trauer."

Diese Erkenntnis sowie zu begreifen, dass der Tod zum Leben gehört, hält Lucas für die wesentlichen „Knackpunkte der Trauerbewältigung". Eine Gesellschaft, die den Tod am liebsten ausklammern würde, mache solche Einsichten freilich schwer. Dabei seien sie die Voraussetzung, um wieder Kraft zu schöpfen und den Alltag auch ohne den geliebten Menschen zu organisieren. Eine Weile könne man es vielleicht schaffen, sich um die Auseinandersetzung zu drücken. Irgendwann bahne sich die Trauer aber ihren Weg, ist sich Lucas gewiss. So habe sie erlebt, wie eine Frau zehn Jahre nach dem Tod ihrer Mutter von der verdrängten Trauer regelrecht überrollt worden sei und sich in der Gruppe dann doch der Herausforderung stellte.

Doris Stickler

Die Trauerbegleitung bietet Magdalene Lucas im Rahmen der Evangelischen Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit an. Wer sich dafür interessiert, kann sich unter 069/34 20 75 mit ihr in Verbindung setzen. Am Tag des Friedhofs (16. September) informiert Lucas über ihre Arbeit auch im Zelt auf dem Rasen vor der Trauerhalle.

Anzeige

Kistner + Scheidler
Bestattungen

Zeit zum Abschiednehmen

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

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

Telefon: 069-153 40 200
Tag und Nacht

Osteuropäische Hilfskräfte legal beschäftigen

Caritasverband Olpe entwickelt Vermittlungsmodell

Anzeige

Heißer Draht

für Pflegende Angehörige

Erschöpfung – Sorgen – Fragen zur Pflege?
Wir hören zu und geben Orientierung!

069–955 24 911

caritas frankfurt

Parallel zum Thema „Pflegegerechtigkeit" konnten die Teilnehmer der Veranstaltung im Haus am Dom die Ausstellung mit Bildern des Alterns anschauen. *Foto: Oeser*

Die Pflege von behinderten oder gebrechlichen alten Menschen findet nach wie vor meist im privaten Umfeld statt. Überwiegend sind es Frauen, die sich darum kümmern, die häufig auf eigene Berufstätigkeit verzichten und damit eine mangelhafte eigene soziale Absicherung in Kauf nehmen. Viele Familien behelfen sich mit osteuropäischen Hilfskräften, um die Betreuung sowie die pflegerische und hauswirtschaftliche Versorgung ihrer Angehörigen sicherzustellen.

Dass dies noch immer häufig in Schwarzarbeit oder in einer arbeitsrechtlichen Grauzone geschieht, offenbart ein Dilemma: Gebraucht wird oft eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung, die mit deutschen Kräften unbezahlbar bleibt. Die Osteuropäerinnen erzielen zwar im Vergleich zum Verdienst in ihren Heimatländern ein gutes Einkommen, sind aber hier nicht sozial abgesichert. Oft lassen sie selbst eine Familie zurück, die sie braucht.

Nach Feststellungen des Instituts für angewandte Pflegeforschung aus dem Jahr 2008 ist dieser Schwarzmarkt der Pflege keineswegs ein Nischenphänomen. Viele Pflegedienste hätten Klienten – meist hochbetagte alte Frauen –, in deren Familie auch eine osteuropäische 24-Stunden-Kraft lebt und arbeitet, heißt es dort.

Der Caritasverband Olpe hat den Bedarf für eine solche „Doppelversorgung" zum Anlass genommen, nach einem Kooperationsmodell zu suchen, das dieses Dilemma auflöst. Christoph Becker, Geschäftsführer des Caritasverbandes Olpe, stellte es bei einer Veranstaltung zum Thema „Pflegegerechtigkeit" in Frankfurt vor. Man habe einerseits den betroffenen Familien helfen, andererseits die Pflegetätigkeit der Osteuropäerinnen aus der rechtlichen Grauzone herausholen wollen, sagte er bei der Veranstaltung, die die hessische Landeszentrale für politische Bildung, die katholische Erwachsenenbildung Frankfurt, das Cornelia Goethe Centrum sowie das Haus am Dom organisiert hatten.

Deutsche und polnische Caritaspartner arbeiten dabei eng zusammen. Die polnischen Partner, so berichtete Becker, qualifizierten und begleiteten die Frauen vor Ort und dienten ihnen als lokale Ansprechpartner. Der polnische Caritasverband kümmere sich zum Beispiel auch darum, wenn in den Familien der vermittelten Frauen ein Notstand eintritt – wenn etwa die kinderbetreuende Großmutter ausfällt – oder wenn eine Betreuungskraft krank wird und die Familie der deutschen Pflegebedürftigen einen Ersatz braucht. Caritas Olpe beziehungsweise Paderborn vermittelt, vernetzt, begleitet und koordiniert die Arbeit in Deutschland. Die Vermittlung ist formalisiert, indem zum Beispiel ein Erhebungsbogen über die Bedürfnisse der Familien erstellt und ein Vertrag mit den Familien abgeschlossen wird, der die angemessene Bezahlung und soziale Absicherung der polnischen Frauen sicherstellt.

Man lege Wert darauf, die Frauen nur in Haushalte zu vermitteln, in denen auch ein Caritas-Pflegedienst im Einsatz ist, sagte Becker. So könne die professionelle Pflege sichergestellt und im Bedarfsfall eingegriffen werden, wenn die Arbeitsbedingungen der polnischen Hilfskraft nicht eingehalten würden. Die Kosten liegen für die deutschen Auftraggeber bei rund 1.800 Euro im Monat zuzüglich freier Kost und Logis für die Hilfskraft. Hinzu kommen die Kosten für die An- und Abreise in Höhe zwischen 80 und 130 Euro. Für Becker zeigt dieses Modell, dass ein legaler Weg möglich sei, Pflegebedürftige zu Hause zu betreuen und gleichzeitig die betreuenden Frauen zu schützen und ihrer Restfamilie in der Heimat zu helfen.

Den Fachkräftemangel in der Altenpflege sprach Sozialdezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld in ihrem Grußwort an. Im Jahr 2020 werde Frankfurt rund 350 Fachkräfte zusätzlich brauchen, sagte sie. Als einen Weg, diesen Mangel zu decken, nannte sie das im vergangenen Jahr mit städtischer Hilfe aufgelegte Programm Aiqua, das Pflegehelferinnen eine berufsbegleitende Ausbildung zur examinierten Altenpflegerin möglich macht (siehe Senioren Zeitschrift 4/2011).

Lieselotte Wendl

Wieder Lust am Leben finden

Wanderungen sind Bestandteil der „Reise ins Leben". Das Foto zeigt Teilnehmer am Strand auf Madeira. *Foto: TUI*

Mit dem neuen Angebot „Reise ins Leben" sollen trauernde Frauen und Männer jeden Alters auf dem Weg zurück in ein aktives Leben begleitet werden. Die Reise führt an Orte, an denen die Teilnehmer die Kraft der Erneuerung mit jedem Atemzug spüren sollen. Zudem soll sie helfen, die Schönheit des Lebens und der Natur mit allen Sinnen neu zu entdecken. Entwickelt hat das Programm der Reiseveranstalter TUI gemeinsam mit der privaten Trauer-Akademie Fritz Roth. Über dessen Projekt „101 Koffer für die letzte Reise", das auch in Frankfurt gezeigt wurde, hat die SZ berichtet. Diese neue Idee möchte den Trauernden helfen, wieder Lust am Leben zu finden und Lebensfreude zuzulassen: zu lachen, zu genießen und neue Zuversicht zu tanken. Ein Bestandteil der Reise sind Workshops und Rituale sowie Zeit mit Gleichgesinnten.

Das Programm „Reise ins Leben" bietet in Deutschland, neben Boltenhagen an der Ostsee und Füssen im Allgäu, auch Reisen auf der Donau und dem Rhein. Rund ums Mittelmeer ist Zypern im Programm in Ergänzung zu den Inseln Madeira und Teneriffa.

Die Gruppen sind jeweils auf maximal 14 Teilnehmer begrenzt. Sie werden von zwei Trauerbegleitern begleitet und geleitet. Informationen zum Reisekonzept und zur Trauerbegleitung telefonisch bei der Privaten Trauerakademie unter 0 22 02/93 58-180 und unter www.reiseinsleben.de. *per*

40 Jahre Abenteuer auf der Schiene

Mit der Bahn durch 19 Länder Europas reisen, das war vor 40 Jahren das große Abenteuer für Reisende unter 21 Jahren. Die Inter-Rail-Bahnpässe wurden 1972 eingeführt, und das rasch wachsende Phänomen des „Inter-Railing" wurde zu einer Art Initiationsritus für junge Menschen, die Europa auf der Schiene erkunden wollten. Das Konzept der unbegrenzten Bahnreisemöglichkeiten fand großen Anklang, obwohl es ursprünglich nur ein Nischenprodukt für Reisende unter 21 Jahren war.

Der ursprünglich für eine jüngere Personengruppe ausgearbeitete Fahrschein wurde über die Jahre immer weiter entwickelt. Inzwischen erlaubt der Inter-Rail Global Pass unbegrenzten Zugang zu Bahnreisen durch 30 europäische Länder und kann von verschiedensten Kundenkreisen genutzt werden. Er hat sich nach Angaben der Deutschen Bahn zu einem Pass für alle Altersgruppen gemausert. Sowohl Schüler als auch Familien, Geschäftsreisende und sogar Senioren haben die Möglichkeit, den Inter-Rail-Pass zu nutzen. Für alle erhältlich: der Inter-Rail Global Pass und der Inter-Rail One Country Pass.

Wer sich noch an die Reisen von damals erinnert, kann anderen davon erzählen. Denn die Bahn sucht zum 40-jährigen Jubiläum dieses speziellen Tickets Menschen, die 1972 zu den ersten zählten, die mit dem neuen Inter-Rail-Pass Europa erkundeten.

Des Weiteren werden Reisende gesucht, die Lust haben, die Chronik über die 40-jährige Geschichte mitzugestalten. Die Mühe wird belohnt, denn unter allen Teilnehmern wird neben anderen Preisen ein Inter-Rail-Pass für die erste Klasse verlost. Die Kontaktaufnahme ist per E-Mail möglich: interrail@-bahn.de. Mehr Informationen zum Inter-Rail gibt es im Internet unter: www.40-jahre-interrail.de. *per*

Anzeige

JULEMA

Agentur für Lebensgestaltung im Alter

Inh. Frank Albohn, Diplom-Pflegewirt (FH)

Stundenweise qualifizierte Seniorenbetreuung zu Hause, Beratung und Begleitung.

Bei Demenz Kostenübernahme durch Pflegekasse möglich!

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

www.julema.de

Senioren sind mobil wie nie zuvor

Viel Engagement, aber Altersarmut droht

Bilder des Alterns wie sie im Haus am Dom gezeigt wurden, sind so unterschiedlich wie die Menschen selbst. *Foto: Oeser*

In 50 Jahren wird in Hessen jeder dritte Bürger älter als 60 Jahre sein und sich bis 2030 die Anzahl der Pflegebedürftigen verdoppeln. Angesichts solcher Prognosen hält es Hejo Manderscheid vom Caritasverband der Diözese Limburg für eine „Katastrophe, dass die Pflegeversicherungsreform immer wieder verschoben wird“. Völlig schwarz sieht er für die kommenden Jahre trotzdem nicht. Bei der Tagung „Die Zukunft des Alterns in Hessen“ im Frankfurter Haus am Dom ermahnte er dazu, von dem „defizitorientierten“ Blick auf alte Menschen Abschied zu nehmen. Obgleich die Zahl der Hochbetagten wachse und damit die Gebrechlichkeit, bildeten Senioren insgesamt einen „äußerst aktiven und motivierten Teil der Bevölkerung“. So sei bei ihnen im Vergleich zu anderen Altersgruppen der Anteil ehrenamtlich Engagierter am stärksten gestiegen.

Dass Senioren nie zuvor so betriebsam und mobil gewesen sind, belegt auch der sechste Altenbericht des Bundesfamilienministeriums. Als Mitverfasser der Erhebung hat Gerhard Wegner vom Sozialwissenschaftlichen Institut der Evangelischen Kirche in Deutschland zwischen den heutigen Senioren und jenen früherer Generationen Welten ausgemacht: „Alter ist kein Indikator mehr für Haltungen und Lebensstile.“ Alt sei man mittlerweile frühestens ab 80, die meisten 60-Jährigen sähen noch ein gefühltes halbes Leben vor sich liegen. Das erklärt dem Theologen unter anderem den „explosiven Anstieg von 60- bis 75-Jährigen in den Scheidungsberatungsstellen“. Spielten für die Befindlichkeit im Alter Bildung, Sport und Beziehung eine maßgebliche Rolle, sehe die Zukunft freilich vor allem für die Wohlhabenden rosig aus.

Bei der von den beiden Kirchen und dem Deutschen Gewerkschaftsbund anlässlich des europäischen Jahres „Aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“ organisierten Tagung wies Wegner auf die um sich greifende Altersarmut hin. Die wirke sich nicht nur negativ auf die Gesundheit aus. Bei Hartz-IV-Empfängern und Beamten differiere die Lebenserwartung bereits um ein ganzes Jahrzehnt. Die Altersarmut verhindere auch die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Seinem Urteil nach ist die Zukunft des Alterns „nicht vom Kampf der Generationen, sondern von einer neuen Prekariatslage“ gezeichnet. Da hier Teilhabegerechtigkeit zum zentralen Thema werde, sei es entscheidend, ob die finanziell abgesicherten Senioren ihre Potenziale sozial oder egoistisch zum Einsatz bringen. Wegner hofft, dass „solidarische Allianzen“ entstehen, die der Verelendung bedürftiger Senioren entgegenwirken.

Dass mittlerweile jedem achten Arbeitnehmer Altersarmut droht, schreibt Stefan Körzell vom Landesverband Hessen-Thüringen des Deutschen Gewerkschaftsbundes insbesondere dem Ausbau des Niedriglohnsektors zu. Schon jetzt erhielten Männer eine durchschnittliche Rente von lediglich 961 Euro, bei Frauen fielen die Bezüge noch deutlich niedriger aus. Außerdem sei in den ostdeutschen Bundesländern demnächst eine Welle von Neurentnern mit einer 20-jährigen Erwerbslosenbiografie zu erwarten. Auch in Hessen fänden derzeit bereits rund 50.000 Menschen über 50 Jahren keine Arbeitsstelle mehr.

Einen weitgehend ignorierten Sachverhalt brachte auf der Tagung Corrado di Benedetto von der Arbeitsgemeinschaft der Ausländerbeiräte in Hessen zur Sprache: die Situation alter Migranten. Die hätten meist Schwerarbeit geleistet und seien körperlich entsprechend kaputt. Obwohl ihnen Deutschland einen großen Teil des Wohlstands verdanke, habe sich die Politik um deren Probleme bisher kaum gekümmert. Was die Zukunft des Alterns von Migranten anbelangt, sieht di Benedetto dringenden Handlungsbedarf. Längst überfällig sei beispielsweise eine Regelung von Rentenbezügen und Krankenversicherungen für jene, die zurück in ihr Geburtsland gehen.

Doris Stickler

Anzeige

Seit 1989 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
Rudolf Maier
Büro: Kaiserstraße 39 • 60329 Frankfurt
Tel. 069/23 37 77 • Handy 0171/8 39 80 69
Mail: rudolf.maier.ffm@t-online.de
Fax 069/23 92 85

Mit US-Offizieren auf Du und Du

Die heute 85-jährige Annelore Biggs heiratete einen der US-Offiziere, die nach Kriegsende in dem Elternhaus in Lampertheim lebten.
Foto: privat

Als junge Frau lernte Annelore Biggs hochrangige US-Generäle und -Offiziere kennen. Sie wohnten nach Kriegsende in ihrem Elternhaus in Lampertheim. Einen von ihnen heiratete sie. Ihre Geschichte erzählte die heute 85-jährige Zeitzeugin dem „Gedächtnis der Nation“.

Annelore Biggs sah sich die zeitgeschichtlichen Dokumentationen des Journalisten Guido Knopp im Fernsehen gerne an. Besonders von der Porträtreihe im Nachtprogramm des ZDF „Zeugen des Jahrhunderts“ ließ sie nach Möglichkeit keine Folge aus. Die Sendungen liefen in loser Reihenfolge zwischen 1979 bis 2004. Darin berichteten Personen der Zeitgeschichte über ihr Leben. Vor gut fünf Jahren schrieb Annelore Biggs an Guido Knopp einen Brief und berichtete von ihren Erlebnissen mit den Amerikanern Ende des Zweiten Weltkrieges. „Ich dachte, das könnte ihn interessieren“, erzählt die 85-jährige Witwe, die in Lampertheim an der Bergstraße wohnt.

Post vom Geschichtsverein

Die Antwort kam dann erst 2011. Knopps Kollegen schickten ihr eine Einladung, beim „Gedächtnis der Nation“ mitzumachen. Das ist eine Aktion, die der Journalist Guido Knopp 2010 mit seinem Verein „Unsere Geschichte. Das Gedächtnis der Nation“ ins Leben gerufen hat. Das bundesweit einmalige Projekt sammelt Erzählungen von Zeitzeugen zu Alltagserfahrungen und zentralen Momenten der deutschen Geschichte (siehe dazu SZ 2/2012, Seiten 12 bis 13). Die Berichte werden auf Videoclips gespeichert, um sie für künftige Generationen aufzubewahren. Die Erlebnisse von Annelore Biggs gehören jetzt dazu. Als eine von 230 Personen setzte sie sich 2011 in den sogenannten Jahrhundertbus. Der fuhr durch 15 Städte in Deutschland. Im November machte der Bus zwei Tage in Frankfurt Station. Annelore Biggs ist für kurze Zeit eingestiegen, um ihre Geschichte zu erzählen.

Hoher Besuch von General Patton

Die alte Dame erinnert sich an damals, als sei es gestern gewesen: Sie ist in einer Villa in Lampertheim aufgewachsen. Ihr Vater Franz Haas ist Zigarrenfabrikant. Amerikanische Soldaten kommen gegen Kriegsende aus Mainz über Oppenheim nach Worms über den Rhein nach Lampertheim. „Zwei Offiziere kamen zu uns ins Haus, die Tür war offen. Einer von ihnen war verwundet. Meine Mutter versorgte seine Verletzung. Am nächsten Morgen war er wieder weg“, erinnert sie sich. Annelore ist damals 18 Jahre alt. Kurze Zeit später zieht General George Smith Patton ins Haus der Familie ein. „Wir haben in dieser Zeit bei unseren Nachbarn geschlafen“, erzählt Annelore Biggs. General Patton ist eine herausragende Persönlichkeit. Als er im April 1945 das KZ Buchenwald befreit, ist er von der Grausamkeit der Nazis dermaßen schockiert, dass er der Militärregierung befiehlt, 1.000 Bürger der Stadt Weimar durch das Konzentrationslager zu führen, damit sie die Grausamkeiten mit eigenen Augen sehen.

Heimweh nach Deutschland

Nach General Smith Patton kommen noch weitere Offiziere in das Quartier, das die amerikanischen Soldaten im Elternhaus in Lampertheim eingerichtet haben. „Wir mussten insgesamt sechsmal aus unserem Haus ausziehen“, erinnert sie sich. Abends geht Annelore mit ihrer Familie ab und zu rüber ins besetzte Elternhaus und trinkt mit General Louis ein Glas Wein. Sie unterhalten sich angeregt, und das noch bevor der Krieg offiziell beendet ist. „Der General sprach gebrochen Deutsch“, erzählt sie. Manche Offiziere wohnen mehrere Wochen in dem Haus. In einen von ihnen, James Dean Biggs, verliebt sich die junge Frau. Im Oktober 1948 heiraten die beiden und ziehen drei Monate später nach Ohio. Sechs Jahre lebt das Paar in Amerika. Ein Sohn wird dort geboren. Dann hat Annelore Biggs Heimweh nach Deutschland. „Wir sind 1955 zurück nach Lampertheim gekommen und haben ein Haus gebaut.“ In den nächsten Jahren bekommt die Familie noch zwei weitere Kinder. Ihr Mann arbeitet in Frankfurt bei einer amerikanischen Firma, die Geschäfte, Bars und Clubs unter anderem mit Whiskey aus den USA beliefert. Viel zu jung, mit 49 Jahren, stirbt James Dean Biggs 1972 an Herzversagen.

Tausend Videoclips im Zeitzeugenportal

Annelore Biggs’ Geschichte und die von mittlerweile mehreren Tausend anderen Zeitzeugen, die ihre Erlebnisse selbst auf Video aufgenommen und sie an den Mitmachkanal des Projektes geschickt haben, hat das Redaktionsteam des Vereins „Gedächtnis der Nation“ historisch geordnet. Sie sind im Zeitzeugenportal auf der Internetseite www.gedaechtnis-der-nation.de zu sehen und zu hören.

Nicole Galliwoda

Anzeige

Für ältere Männer, die Männer lieben

Café Karussell (im Switchboard, Alte Gasse 36)

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

Infotelefon und Beratung
0 69 / 299 80 76 27
jeden Dienstag von 19 bis 21 Uhr

Bargeldlos handeln

Vor über zwölf Jahren gründeten elf Leute den Bockenheimer Tauschring. Mittlerweile gehören rund 150 Mitglieder zu diesem nachbarschaftlichen Netzwerk, das es auch in anderen Stadtteilen gibt.

Sie bezahlen den Haarschnitt oder die Näharbeiten nicht in Cent und Euro – wer sich im Zeittauschring Bockenheim engagiert, tauscht Dienstleistungen und Waren, Fähigkeiten und Talente gegen Zeit. Dieses nachbarschaftliche Netzwerk existierte anfangs schwerpunktmäßig in den Stadtteilen Bockenheim und Rödelheim. Mittlerweile kommen die Mitglieder aus allen Stadtteilen. Es arbeitet nicht gewinnorientiert gegen Geld, sondern verrechnet sogenannte Bocki-Punkte. Eine Stunde sind 20 Bockis wert. Wer jemandem beispielsweise die Haare schneidet und dafür etwa eine Stunde braucht, bekommt 20 Bockis in seinem Tauschheft gutgeschrieben. Diese Bockis können dann gegen Dienste, die man selbst in Anspruch nimmt, eingetauscht werden.

Komplett ohne Geld kommt der Tauschring aber nicht aus. Mitglieder zahlen pro Kalenderjahr zehn Euro Mitgliedsbeitrag sowie 36 Bockis in einen Gemeinschaftstopf. Mit den gesammelten Bockis werden die Zeitstunden der verschiedenen Arbeitsgruppen entlohnt. Das Geld fließt vorrangig in die Mitgliedszeitschrift „Bocki-News“, die alle zwei Monate erscheint. Darin können die derzeit 157 Mitglieder kostenlos so viele Inserate aufgeben, wie sie wollen. Zusätzlich erscheint in der Zeitschrift eine Liste mit allen aktiven Mitgliedern.

Inserate in Internet und Mitgliedszeitschrift

Jederzeit können die Zeittauscher ihre Angebote oder Anfragen online stellen, mithilfe einer internetbasierten Inserate-Verwaltungssoftware, für die jedes Tauschring-Mitglied einen Zugang erhält. Inserate können aber auch schriftlich per Post oder per E-Mail verschickt werden. Die Zahl der Mitglieder hat sich im Laufe der Jahre ständig erhöht.

Und auch der Kreis der Tauschpartner ist deutlich größer geworden. Seit einigen Jahren gibt es Kooperationen mit den Tauschringen Peanuts und Dribbdebach.

Stammtische fördern Austausch

Bei regelmäßigen Treffen lernen sich die Mitglieder persönlich kennen. Stammtische und Sonntagsfrühstücke finden in Bockenheim, Rödelheim und am Dornbusch statt. Während dieser Treffen organisieren die Teilnehmer mal einen Flohmarkt oder ein Büfett, zu dem jeder Gegenstände oder etwas zum Essen mitbringt. Infos bekommen Interessierte bei Roswitha Seck unter Telefon 0 69/7 20 00 oder per E-Mail unter mail@tauschringbockenheim.de oder im Internet unter www.tauschringbockenheim.de.

Andere Tauschringe in der Stadt funktionieren nach dem gleichen Prinzip. So etwa der Zeittauschring Pluspunkt, der im Nord- und Ostend in Bornheim und den angrenzenden Stadtteilen aktiv ist. Auch in diesem Zeittauschring wird die aufgewendete Zeit in Punkten gutgeschrieben. Alle Tätigkeiten haben den gleichen Wert: 15 Minuten ergeben einen Punkt. Getauscht werden die unterschiedlichsten Fähigkeiten und Dinge, beispielsweise Hilfe bei kleinen Reparaturen, Gartenarbeiten oder beim Umzug, aber auch leere Marmeladengläser und Bilderrahmen.

Nicole Galliwoda

Die Monatstreffen in der Pizzeria Schlaflos, Höhenstraße 32/Ecke Heidestraße, sind in den geraden Monaten immer dienstags, in den ungeraden mittwochs jeweils ab 18.30 Uhr. Infos unter www.zeittauschring-pluspunkt.de. Kontakt-E-Mail: zeittauschring.plus-punkt@web.de. Weitere Infos zu Tauschringen gibt es unter www.tausch-ring-portal.de.

Anzeige

Lohnsteuerhilfe Bayern e.V. informiert:

Kompliziertes Steuerrecht für Rentner

Diese Nachricht war ein Schock für viele Rentner: Rund eine Million Senioren haben nach Expertenschätzungen die Steuererklärung falsch ausgefüllt und im Schnitt rund 250 Euro zu viel Steuern gezahlt. „Die Zahl hat uns nicht überrascht, das Steuerrecht für Laien ist sehr kompliziert und kaum zu durchschauen“, so Carola Enke von der Beratungsstelle der Lohnsteuerhilfe Bayern in Frankfurt/Sachsenhausen.

Kleine Unachtsamkeiten kosten Geld

Aus ihrer Erfahrung in der Beratungstätigkeit weiß Carola Enke: „Viele Senioren beziehen mehrere Renten. Bei Selbst-Ausfüllen der Steuererklärung kann es leicht passieren, dass die gesetzliche Rente z.B. im Feld für Pensionen eingetragen wird. Allein dadurch könnten bereits zu viele Steuern bezahlt werden, weil die Altersrente nicht zu beispielsweise 50, sondern zu 100 Prozent versteuert wird.“ Es gibt Beträge, die von dem steuerpflichtigen Teil der Rente abgezogen werden können – wie z.B. Versicherungsbeiträge, Spenden oder Krankheitskosten. Weiterhin sagt sie: „Aus Unkenntnis verzichten Rentner auf Rückzahlung der Zinsabschlagsteuer bzw. der neuen Abgeltungsteuer – und zahlen Steuern auf die Zinsen ihrer Ersparnisse.“

Der Lohnsteuerhilfeverein übernimmt die Steuererklärung und die gesamte Abwicklung mit dem Finanzamt, prüft den eingegangenen Steuerbescheid und legt – wenn nötig – Einspruch ein.

Alle Leistungen erfolgen im Rahmen des § 4 Nr. 11 StberG und sind dabei durch einen jährlichen Mitgliedsbeitrag abgegolten, der sich nach dem Einkommen richtet und bei 56 Euro im Jahr beginnt.

Mehr Informationen und eine Liste mit den Beratungsstellen gibt es unter www.lohi.de.

Das Paradies am Ende der Straße

Botanischer Garten in Frankfurt gehört jetzt zur Stadt und zum Palmengarten

Lieselotte Wendl hat entdeckt, dass das Bienenhotel bewohnt ist.

Aaronstab *Foto: Wendl*

Das Beet mit den Giftpflanzen.

Fotos (2): per

Seit Beginn dieses Jahres ist der Botanische Garten der Goethe-Universität Frankfurt an die Stadt Frankfurt übergegangen und gehört nun zum Palmengarten. Er ist von März bis Oktober geöffnet und kostenlos zugänglich. Gleich gegenüber vom Palmengarten am Ende der Siesmayerstraße biegt man hinter Kindertagesstätte und Jugendverkehrsschule rechts ab und findet sich in einem Paradies wieder.

Im Alpinum und am sonnigen Kalkhang blüht es jetzt besonders schön. Dort kann der Besucher Wildpflanzen einer Pflanzengesellschaft bewundern, die nur auf ganz bestimmtem Untergrund und bei besonderen klimatischen Bedingungen gedeihen. Spannend ist es auch, die Wildformen der Rosen kennenzulernen, aus denen die prächtigen Edelrosen ursprünglich herkommen, deren Farben, Duft und Gestalt sie zur „Königin der Blumen“ gemacht haben.

Kräuterliebhaber führt die Nase noch vor dem Teich nach rechts zum Arzneipflanzengarten. Neu angelegt in Hochbeeten, die von Natursteinmauern gestützt werden, lockt je nach Jahreszeit der Duft von Salbei, Lavendel oder Maiglöckchen. Geordnet nach Wirkungsbereichen wie etwa „Atemwege“, „Krämpfe“ oder „Verdauung“ lernt der Besucher vieles über Heilkräuter und Arzneipflanzen, die manch einer nur noch dem Namen nach kennt. Wie intensiv etwa ein Blättchen Thymian duftet, wenn man es mit den Fingern nur leicht reibt, kann man dort erproben. Aber Vorsicht: Manche Pflanzen sind giftig. Und selbstverständlich ist abpflücken nicht erlaubt, sagt Manfred Wessel, der den Botanischen Garten seit 1993 leitet.

Im Botanischen Garten Frankfurt finden Pflanzenliebhaber zu jeder Jahreszeit etwas Besonderes – und dazu Ruhe und Erholung. Daneben dient er wissenschaftlichen Zwecken, auch wenn die Botaniker der Universität nun an den Riedberg gezogen sind und dort einen eigenen Garten erhalten werden. „Nur Erholung, das würde den Aufwand nicht rechtfertigen“, sagt Wessel. Immerhin pflegen 20 Gärtner dieses etwas verborgene Paradies. Der Übergang an die Stadt und den Palmengarten habe keine Personalverluste gebracht, freut sich der gelernte Gärtner und Gartenbau-Ingenieur. Künftig solle der Garten noch stärker als bisher ein Ort der Lehre für alle Interessierten sein.

Regelmäßig finden daher Führungen statt, etwa zur Vogelwelt oder den Bienen im Garten, zu Nutzpflanzen oder Wildfrüchten, zu Pilzen oder Heilpflanzen und zu Frankfurter Besonderheiten wie Apfelwein und Grüner Soße. Offene Führungen, zu denen man einfach hingehen kann, sind in der Regel kostenlos, Gruppenführungen bis zu 20 Personen kosten 50 Euro und können nach Wunsch gebucht werden. Die Zusammenarbeit mit dem Palmengarten, wo es die „Grüne Schule“ gibt, soll intensiviert werden.

Der Botanische Garten nahm 1763 seinen Anfang in einer Stiftung Johann Christian Senckenbergs, der damit in erster Linie die medizinische Wissenschaft fördern wollte. Fertiggestellt wurde der Garten wahrscheinlich erst 1774, damals am Eschenheimer Tor. Im Laufe seiner Geschichte erfuhr der Garten Umgestaltungen und Erweiterungen, bis er schließlich 1958 seine heutige Form erlangte, nämlich die Darstellung nach einem pflanzengeografischen Konzept. Es werden Pflanzengesellschaften gezeigt, wie sie etwa in typischen Wäldern Deutschlands vorkommen. So gleicht sich der in Deutschland weitverbreitete Buchenwald längst nicht überall. Es gibt 20 verschiedene Typen von Buchenwäldern, erläutert Manfred Wessel, etwa den Orchideenbuchenwald auf Kalkgestein oder den Waldgerstenbuchenwald, der höchste Ansprüche an den Boden stellt und im Frühjahr durch ein violettes Blütenmeer der Frühlingsplatterbse am Fuß der mächtigen Bäume besticht.

Was gibt es im Juli und August Besonderes zu sehen? Wessel empfiehlt das Alpinum und den sonnigen Kalkhang, den es übrigens auch auf Frankfurter Gemarkung gibt. Im August zeigt die Zwergstrauchheide viele Blüten. Und im Arzneipflanzengarten gibt es immer etwas zu riechen.

Lieselotte Wendl

Shumai an Grie Soß'

Die Städtepartnerschaft Yokohama – Frankfurt setzt nicht nur kulinarische Impulse

Die japanische Hafenmetropole ist seit September 2011 Frankfurts Partnerstadt.

Bild: Yokohama Convention & Visitors Bureau

Die japanische Hafenmetropole ist seit September 2011 Frankfurts Partnerstadt. Höchste Zeit – denn es gibt bereits seit Langem zahlreiche Verbindungen zwischen den Bürgern beider Städte.

Petra Roth und ihre Amtskollegin aus Yokohama, Fumiko Hayashi, besiegelten die Partnerschaft im vergangenen Herbst. Damit schufen sie einen offiziellen Rahmen für diese Verbindungen.

„Es ist immer eine besondere Herausforderung, eine Städtepartnerschaft auf einem anderen Kontinent mit Leben zu füllen", meint Eduard Hechler vom städtischen Referat für Internationale Angelegenheiten. Frankfurt hat damit jedoch bereits Erfahrung durch die Partnerschaften mit Toronto (Kanada), Guangzhou (China) und Granada (Nicaragua). Für die neue Partnerschaft mit Yokohama haben die Delegierten beider Städte vier Schwerpunkte festgelegt: Beide Städte fördern die wirtschaftliche und kulturelle Zusammenarbeit, den Austausch zwischen den Bürgern allgemein sowie den Umwelt- und Klimaschutz.

Partner im Umweltschutz

Gerade was die Energiewende, also die Abkehr von der Atomkraft angeht, ist der Austausch rege. Auch an der Energieeffizienz öffentlicher Gebäude, beispielsweise durch Passiv-Haus-Bauweise, ist das Interesse auf beiden Seiten sehr groß. Dabei steht die Vermittlung von Know-how im Mittelpunkt. „Die Japaner interessieren sich zum Beispiel für die Energieeffizienz im sozialen Wohnungsbau. Die Frankfurter ABG Holding hat damit Erfahrung", berichtet Eduard Hechler. Im Herbst 2012 ist eine gemeinsame Messebeteiligung der verschwisterten Städte Frankfurt, Lyon und Yokohama auf einer Umweltmesse in Lyon geplant.

Yokohama am Main

Bereits seit 1997 gibt es eine Vertretung der 3,5-Millionen-Stadt in Frankfurt (The City of Yokohama Frankfurt Representative Office). Ziel des Büros ist die gegenseitige Ansiedlung von Unternehmen. „Es war ein Kristallisationspunkt bei der Entwicklung der Partnerschaft", sagt Eduard Hechler. Das Büro treibt bereits seit mehr als zehn Jahren die Vernetzung der Städte im wirtschaftlichen Bereich voran. Einige große Frankfurter Unternehmen haben einen Sitz in Yokohama, beispielsweise der Reifenhersteller Continental. „Beide Städte haben ähnliche wirtschaftliche Schwerpunkte", erklärt Maria Deutsch von Yokohamas Vertretungsbüro: „Es gibt in beiden Städten viel Logistik und Biotech Cluster. Und hier wie da nimmt man die Unterstützung von Start-ups ernst." Gerade in der Biotechnologie spielten kulturelle Unterschiede höchstens eine untergeordnete Rolle. „Die fachlichen Fragen überbrücken kulturelle Distanzen", erzählt Maria Deutsch.

Die Partnerschaft mit Leben füllen

Damit die Partnerschaft der beiden Städte auch bis zu ihren Bürgern durchdringt, hat sich Ende 2011 der Städtefreundschaftsverein Frankfurt-Yokohama Citizens Network gegründet. Unter den acht Gründungsmitgliedern sind zwei deutsch-japanische Paare – eine große Hilfe bei der Vermittlung zwischen beiden Kulturen. „Wir möchten einen Rahmen schaffen, um auch Leute zu erreichen, die bisher keine Verbindung zu Japan haben, und sie für das Land interessieren", erklärt Marcus Gärtner. Deshalb setzt der Verein auf kleine, lokale Projekte, wie Kimono- oder Koch-Workshops. Marcus Gärtner fasziniert an Japan das Nebeneinander von Tradition und Moderne. „Das Leben dort ist schnelllebig und pulsierend. Gleichzeitig nehmen die Menschen ihre Traditionen sehr ernst", beschreibt er seine Eindrücke. In Yokohama gebe es viele Tempel und Gärten, in denen die Leute sich erholen könnten. Schließlich lebten dort viermal so viele Einwohner pro Quadratmeter wie in Frankfurt.

Gemeinsam essen verbindet

Zeit nehmen sich die Japaner fürs Essen. „Es hat einen hohen Stellenwert", berichtet Marcus Gärtner. Weil Essen auch verbindet, hat der Städtefreundschaftsverein ein Rezept aus traditionellen Gerichten beider Städte kreiert. Shumai, kleine Maultaschen gefüllt mit Hackfleisch, werden mit Frankfurter Grie Soß' serviert. Wem dabei das Wasser im Munde zusammenläuft, der kann das Rezept auf der Facebook-Seite des Frankfurt Yokohama Citizens Network e.V. anfordern.

In Yokohama selbst kann man diese Eindrücke vertiefen. „Japan ist ein tolles Reiseland gerade für Ältere", meint Marcus Gärtner. Die Infrastruktur ist gut ausgebaut, alles ist zu Fuß leicht zugänglich und meistens barrierefrei. Die Menschen sind sensibel für die Bedürfnisse Älterer. Für 2013 ist eine Bürgerreise nach Yokohama geplant. Da kann man sich davon überzeugen.

Claudia Šabić

Griechisch tanzen auch mit über 60 Jahren

Viele Nationen können ausgelassen tanzen. Wie hier auf einem Straßenfest in Frankfurt.

Foto: Oeser

Tanzen ist mein Leben, ohne Tanzen bin ich nichts", erkärt Fotini Koutsouridou. Dabei strahlen die Augen der lebhaften Frau, die vor 40 Jahren als junges Mädchen mit ihren Eltern aus Griechenland nach Frankfurt kam. Mittlerweile ist sie 56 Jahre alt und stellvertretende Vorsitzende der Griechischen Gemeinde in Frankfurt und Umgebung.

In den Räumen des Vereins in der Stiftstraße 22 trifft Fotini jeden Samstag von 18 bis 20 Uhr auf Gleichgesinnte: Frauen aus Griechenland und anderen Nationen, die der Faszination griechischer Volkstänze verfallen sind. So auch die 57-jährige Eleni. Zwar klingt ihr Vorname griechisch, aber sie ist Deutsche, und wenn es ihre Zeit erlaubt, schaut sie beim Tanztreff vorbei: „Griechenland, seine Kultur und die Tänze haben mich schon immer interessiert."

Fotini und Eleni gehören zu den jüngeren Teilnehmerinnen des Tanztreffens. Die meisten Damen sind über 60, die älteste ist 74 Jahre alt. Unter fachkundiger Anleitung des Sport- und Tanzlehrers Michalis Kapsalis lernen sie die Schritte und Kombinationen der Kreistänze aus unterschiedlichen Regionen des Landes und zu verschiedenen Anlässen wie Hochzeit, Ostern oder Kirchweih kennen. „Manchmal sind es zehn, manchmal aber auch 30 Tänzerinnen", erzählt Tanzlehrer Kapsalis. „Es ist ein offener Treff, jede Frau kann mitmachen. Wir hatten auch schon Damen aus Italien, Kroatien und der Türkei." Einzige Voraussetzung sei die Freude an Bewegung und Begegnung.

Verständigung auch ohne Sprache

Das sieht der erste Vorsitzende Evlampios Betakis genauso: „Der Tanz ist wesentlicher Bestandteil der griechischen Kultur, er braucht aber keine Sprache, ist eine gute Gymnastik und bringt die Menschen in Kontakt." Und Völkerverständigung sei schon immer ein Schwerpunkt in der Arbeit des Vereins gewesen.

Im Jahr 1964 wurde die Griechische Gemeinde in Frankfurt und Umgebung als Treffpunkt für die erste Generation der „Gastarbeiter" aus Griechenland gegründet. Das satzungsgemäße Ziel war und ist der Erhalt der Tradition bei gleichzeitiger Unterstützung der Multikultur. So gibt es außer der Frauentanzgruppe mehrere Tanzgruppen für Kinder und Jugendliche, die bereits bei zahlreichen Straßen- und Kulturfesten im gesamten Rhein-Main-Gebiet aufgetreten sind. Zusätzlich beteiligt sich der Verein regelmäßig an der Parade der Kulturen sowie dem Museumsuferfest in Frankfurt. Dieses Engagement wurde 2010 mit der Verleihung des Integrationspreises der Stadt Frankfurt honoriert.

Seit knapp zehn Jahren sieht sich der Verein aber auch einer neuen Aufgabe gegenüber. „Die Zahl der Kinder und Jugendlichen ist rückläufig", erläutert Betakis, „dafür geht die erste Generation mittlerweile in Rente." Reagiert habe man darauf mit dem Aufbau eines Seniorenclubs zu Austausch und Information über Themen rund um Alter, Gesundheit, Rente und Pflege. Zudem fungiert der erste Vorsitzende des Öfteren als Dolmetscher bei Behördengängen und hilft beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen.

Dennoch kommen auch im Seniorenclub Freizeit und Geselligkeit nicht zu kurz. Man trifft sich werktags ab 13 Uhr zu Kaffee und Gesellschaftsspielen oder um gemeinsame Ausflüge zu planen. Und der Tanztreff am Samstag steht dann wieder ganz im Zeichen der Multikultur.

Beispiele für weitere interkulturelle Angebote finden sich in der untenstehenden Infobox. *Sylvia Hilcher*

„Interkultureller Seniorentreff OASI" Albanusstraße 3 in Höchst. Montags bis donnerstags von 10 bis 13 Uhr geöffnet. Telefon 0 69 / 30 05 97 31.
„infrau – Interkulturelles Zentrum für Frauen, Mädchen und Seniorinnen", Höhenstraße 44 in Bornheim. Telefon 0 69 / 45 11 55.
Angebote der **„Kreativwerkstatt"** des Frankfurter Verbandes für Alten- und Behindertenhilfe oder des Bockenheimer Treffs siehe Tipps und Termine, Seite 62.
Internationales Familienzentrum, Ostendstraße 70, jeden Dienstag von 14 bis 18 Uhr. Telefon 0 69/943 444 0.
Gelegenheit zu Begegnung und Austausch bieten auch die zahlreichen Frankfurter Migrantenvereine.
Weitere Informationen beim Amt für multikulturelle Angelegenheiten, Telefon 0 69/212-3 87 69. *Syh*

Nirgends so ganz zu Hause

Ülkü Schneider-Gürkan *Foto: Oeser*

Eigentlich wollte Ülkü Schneider-Gürkan in Frankfurt nur Zahnmedizin studieren. Die Zeitläufte sahen anderes vor. Die Militärputsche in der Türkei machten den vorübergehenden Aufenthalt zum dauerhaften, statt defekter Zähne füllte sie die Lücken des Sozialsystems. Zwei Drittel des Lebens hat die 76-jährige Politikwissenschaftlerin in der Mainmetropole verbracht und dabei einiges bewegt. Unter anderem gründete sie das Türkische Volkshaus als Treffpunkt und Bildungsstätte, setzte sich bei der Arbeiterwohlfahrt und der IG Metall lange Jahre für die Interessen türkischer Arbeitnehmer ein, entwickelte Sprachprogramme für Frauen und Spielnachmittage für Kinder. Dieses Engagement hat die Bundesregierung 1993 mit dem Großen Bundesverdienstkreuz gewürdigt, der Frankfurter Magistrat verlieh ihr ein Jahr später die Ehrenplakette der Stadt. Als erste Person, die nicht in Deutschland geboren wurde, erhält Schneider-Gürkan nun auch in der „Bibliothek der Alten“ (siehe Kasten) einen Platz. Ihre Erinnerungen, ein Teil der wissenschaftlichen Arbeiten sowie ein Filmporträt über sie werden dort künftig jedem zugänglich sein.

Wer sich darin vertieft, stößt nicht nur auf eine bemerkenswerte Persönlichkeit. Die Überschneidungen mit zeitgeschichtlichen Ereignissen reihen sich auf Schneider-Gürkans Lebensweg wie die Perlen auf der Kette. In ihrem weltoffenen Elternhaus an der Schwarzmeerküste gingen die vor den Nazis in die Türkei geflüchteten Emigranten ein und aus, Freiheit und Gerechtigkeit waren allgegenwärtige Themen. Als die 19-Jährige 1957 nach Frankfurt kam, fand sie sich denn auch bald in jenen Studentenkreisen wieder, die gegen die restaurative Politik der Adenauer-Ära protestierten. Später besuchte sie die Vorlesungen des Widerstandskämpfers und Politologen Wolfgang Abendroth und trat dem Sozialistischen Deutschen Studentenbund (SDS) bei. Die Weichen für Schneider-Gürkans beruflichen Werdegang stellte der Zuzug türkischer Arbeitsmigranten. Was Anfang der 1960-er Jahre mit gelegentlichen Übersetzungen begann, wuchs sich zur Vollzeitbeschäftigung aus. Außerdem organisierte sie in Frankfurt zahlreiche Demonstrationen, als in ihrer Heimat die Militärjunta 1971 und 1980 die Macht an sich riss. Das blieb dem türkischen Geheimdienst nicht verborgen. Über 20 Jahre lang entzog er Schneider-Gürkan den Pass und vereitelte die Rückkehr in die Türkei. Am schlimmsten war für sie, deswegen nicht an den Sterbebetten ihrer Eltern sitzen zu können. Seit 1992 kann sie zwar wieder ungehindert reisen und pendelt heute zwischen den Wohnungen in Frankfurt und Istanbul. Das räumliche Hin und Her spiegelt jedoch vor allem ihre innere Zerrissenheit wider. Schneider-Gürkan fällt es schwer, den Begriff Heimat noch mit einem Ort zu verbinden.

Weil ihr die Türkei fremd geworden ist, fühlt sie sich dort nicht mehr richtig wohl, und Frankfurt ist für sie auch nicht mehr das, was es einmal war. Nahm sie sich früher nie als Ausländerin war, spürt sie heute immer wieder Ressentiments. Ülkü Schneider-Gürkan bereitet es große Sorgen, wie stark sich das Türkenbild verändert hat – in Frankfurt wie im Rest des Landes.

Doris Stickler

Die „**Bibliothek der Alten**“ ist ein von der Hamburger Künstlerin Sigrid Sigurdsson und dem Historischen Museum auf den Weg gebrachtes Langzeitprojekt. Seit 2004 werden in diesem Rahmen biografische, historische oder wissenschaftliche Rückblicke von Menschen gesammelt, die mit der Stadt Frankfurt verbunden sind. Der Öffentlichkeit schon zugänglich sind gegenwärtig Tagebuchnotizen, Briefe, Zeichnungen, Forschungsarbeiten sowie Fotos, Tonbänder und Filme von 70 Frauen und Männern. Womit die Autorinnen und Autoren das Buch oder die Kassette bislang füllten oder noch füllen werden, ist ihnen völlig freigestellt.

Bis 2055 stößt jedes Jahr eine weitere Person hinzu, sodass die bis 2105 angelegte „Bibliothek der Alten“ am Ende 150 Beiträge umfassen und etwa 200 Jahre erinnerte Stadtgeschichte enthalten wird. Dieser Fundus bietet kommenden Generationen die Möglichkeit, Frankfurt aus ganz unterschiedlichen Perspektiven kennenzulernen. Interessierte können im Historischen Museum jederzeit Einsicht in die Sammlung erhalten. Bücher händigt die Aufsichtsperson direkt aus, für Kassetten ist eine Voranmeldung nötig unter Telefon 069/212-351 54. Eine alphabetische Übersicht informiert zudem über alle am Projekt beteiligten Autorinnen und Autoren, auf einem Monitor kann man Interviews und Filme sehen. *sti*

Ein Museum kommt zu Besuch

Das Hessische Landesmuseum geht neue Wege in der Bildungsvermittlung

Walter Crane: Die vier Jahreszeiten *Fotos (2): Wolfgang Fuhrmannek © HLMD*

Seit Mai 2010 besucht eine Mitarbeiterin des Hessischen Landesmuseums Darmstadt Senioreneinrichtungen im Rhein-Main-Gebiet. Im Gepäck hat sie Aufnahmen von Kunstwerken und ein Konzept, das die Menschen auf der emotionalen Ebene anspricht. Auch Frankfurter Einrichtungen können den Service buchen.

Pflegeheime, Tagespflegebörsen oder Wohnstätten können Veranstaltungen des Programms „Museum zu den Besuchern“ zu sich einladen. Das Land Hessen subventioniert das Projekt. Deshalb betragen die Kosten 50 Euro pro Veranstaltung für öffentliche Einrichtungen. Die Bestände des Landesmuseums sind digitalisiert und werden mit einem hochauflösenden Beamer auf eine Großleinwand projiziert.

Bilder wecken Emotionen

„Die Veranstaltungen sind so angelegt, dass Folgetermine möglich sind“, erklärt Dr. Lutz Fichtner, Kunsthistoriker und Leiter der Abteilung Bildung und Vermittlung des Landesmuseums in Darmstadt. Es gibt eine Kunstreise durch die vier Jahreszeiten oder Frauenbilder aus verschiedenen Jahrhunderten. Die neueste Veranstaltung beschäftigt sich mit Darstellungen von Menschen bei der Arbeit.

„Die älteren Menschen reagieren auf Porträts oder auf Abbildungen von Tieren, auf Lebendiges“, hat die Theaterpädagogin und Theologin Birgit Reibel, die die Veranstaltungen durchführt, beobachtet.

Behutsam fordert sie die Gruppe auf, sich zu den Bildern zu äußern. Was drückt ein Gesicht aus? Was beschäftigt die Menschen auf den Bildern? „Am Anfang sind die Teilnehmer eher zurückhaltend“, erzählt sie, „aber dann tauen sie auf, und ich merke, dass die Bilder sie erreichen.“ Erst nachdem die Bilder auf der sinnlichen Ebene gewirkt haben, lässt die Pädagogin auch Informationen zu den Werken, Künstlern und der jeweiligen Zeit einfließen.

Die Fantasie anregen

Birgit Reibel hat festgestellt, dass die Menschen länger über die angesprochenen Themen nachdenken. Das zeige sich bei den Folgeterminen. „Dann hat sich die Gruppe gefestigt“, sagt sie. Jetzt haben die Teilnehmer Vertrauen gefasst und teilen mehr von sich mit. Sie stellen Verbindungen zu eigenen Situationen her, sprechen von ihren Gedanken und Gefühlen.

Weil das Konzept der Theaterpädagogin die sinnliche Ebene in den Vordergrund stellt, ist die Veranstaltung auch für Menschen mit Gedächtnisgrenzen ein Gewinn. Birgit Reibel hat das Angebot entsprechend angepasst. „Die Gruppen sind kleiner, die Verarbeitungszeit ist etwas länger als früher“, erklärt sie. Sie zeigt dann weniger Bilder, um sich mehr Zeit lassen zu können. „Die Reaktionen sind häufig sehr fantasievoll“, ergänzt sie.

Das Museum kommt wieder

Diesem Angebot folgen die Bewohner des Altenzentrums Seeheim der Mission Leben in Seeheim-Jugenheim nur zu gern. Seit zwei Jahren lädt die Einrichtung das Landesmuseum etwa viermal im Jahr zu sich ein. Simone Hörauf, Mitarbeiterin des Sozialdienstes der Einrichtung, fallen die durchweg positiven Rückmeldungen auf. „Auch die Bewohner mit Demenz freuen sich auf die Veranstaltung. Es ist inzwischen ein Wiedererkennungswert da“, sagt sie. Die Gruppe der geistig Regeren freue sich über die Anregungen. „Ein Bewohner kannte das Museum sehr gut aus seiner Kindheit, weil sein Onkel dort arbeitete. Es hat mich sehr berührt, dass er seine Erinnerungen geteilt hat“, erzählt sie.

Museen im Wandel

Museen gestalten ihre Angebote zunehmend kreativer. Mitmachmuseen bieten Erfahrungen aus erster Hand. Interaktive Ausstellungen locken die Museumsbesucher aus ihrer früheren

Lovis Corinth, Bildnis Marga Moll, 1907

Passivität. In Düsseldorf und Umgebung bringt das Projekt „Kultur im Koffer“ Kunst in die Haushalte älterer Menschen. Und das Hessische Landesmuseum zeigt mit seinem Programm, dass es seinen Bildungsauftrag ernst nimmt. „Das Museum soll kein Selbstzweck sein“, meint Dr. Lutz Fichtner. Das Angebot „Museum zu den Besuchern“ hat sich etabliert und bleibt auch nach der Wiedereröffnung des Hessischen Landesmuseums im Jahr 2013 bestehen.

Am kulturellen Leben teilhaben

In Frankfurt gibt es den Kulturbegleitdienst des Malteser Hilfsdienstes. Die „Malteser Begleiter“ sorgen dafür, dass auch ältere Menschen und Behinderte an der kulturellen Vielfalt der Mainmetropole teilnehmen können. 2012 stehen noch ein Ausflug zum Alten Flughafen Bonames, ein gemütlicher Nachmittag im Schrebergarten, ein Besuch des Obsthofes Niedererlenbach und ein Opernabend auf dem Programm. Auch das Bürgerinstitut bietet einen solchen Kulturbegleitservice an.

Claudia Šabić

Museum zu den Besuchern: Hessisches Landesmuseum Darmstadt
Anmeldung und Beratung unter paedagogik@hlmd.de, telefonisch unter 06151/165741. Kosten: 50 Euro für öffentliche Einrichtungen in gemeinnütziger Trägerschaft, privatwirtschaftliche Institutionen zahlen 90 Euro.
Kulturbegleitdienst des Malteser Hilfsdienstes
Informationen und Anmeldung unter Telefon 069/94210 50.
Kulturbegleitservice für Senioren beim Bürgerinstitut,
Informationen bei Barbara Jakob, Telefon 069/97 20 17 36. *Sab*

Momentaufnahmen „Museum zu den Besuchern“. *Foto: Alice-Heim, Darmstadt © HLMD*

Anzeige

Ehrenamtliche Helfer gewinnen und begleiten

Erste Ausbildung für Freiwilligenmanager beim Diakonischen Werk

Freiwilligenmanager Steffen Schmidt und Gaby Schima, Leiterin des Kindergartens der Offenbacher Schlosskirchengemeinde, besprechen den nächsten generationsübergreifenden Waldtag.

Foto: Thelen

Diese Kirchengemeinde im Offenbacher Mathildenviertel tickt irgendwie anders. In dem Quartier leben Menschen verschiedenster Kulturen und Religionen, aus unterschiedlichen Schichten und Generationen zusammen. Kein Wunder, dass die örtliche evangelische Schlosskirchengemeinde nicht die klassische Gemeindearbeit verkörpert. Sie versteht sich als Diakoniekirche und möchte ein Ort für alle Menschen im Quartier sein. Pfarrer und Sozialarbeiter arbeiten eng zusammen, bieten Beratungsdienste, Seelsorge im Alltag, bringen die Konfessionen zusammen. Ein enges Netzwerk zwischen sozialen, kulturellen und religiösen Einrichtungen im Viertel ist so entstanden. Um den Ausbau nachbarschaftlicher Beziehungen auszubauen, hat sich Sozialarbeiter Steffen Schmidt jetzt zu einem Freiwilligenmanager weiterqualifizieren lassen.

Erstmals haben sich 15 hauptamtliche Mitarbeiter des Diakonischen Werks in Hessen und Nassau (DWHN) in einer gut einjährigen Qualifizierung gezielt darin ausbilden lassen, Freiwillige für die Mitarbeit in Projekten oder in der Gemeindearbeit zu gewinnen, diese selbst anzuleiten und sie bei ihrem Einsatz kontinuierlich zu begleiten, erläutert Ursula Brendel. Die Fachreferentin für „Freiwilliges Engagement, Tafelarbeit und Schuldnerberatung“ beim DWHN hatte die Qualifizierung in Kooperation mit der Ehrenamtsakademie der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN) und der Landesehrenamtsagentur Hessen durchgeführt. Denn in vielen gemeinnützigen Organisationen sei eine Weiterbildung Hauptamtlicher schon länger üblich, damit sie Freiwillige ausbilden und begleiten können, berichtet Brendel. Die Notwendigkeit einer solchen Qualifizierung haben auch Diakonie und Kirche erkannt. Denn immer mehr Menschen möchten etwas für das Gemeinwohl tun. Diese Bereitschaft wachse auch in den Kirchengemeinden. Aber die Motivation, sich zu engagieren, die Art der Partizipation und die Zusammenarbeit zwischen Ehren- und Hauptamtlichen habe sich sukzessive in den letzten Jahren verändert. Ehrenamtliche lassen sich nicht mehr einfach so nebenher gewinnen, sondern müssen gezielt angesprochen und entsprechend ihren Fähigkeiten eingebunden werden, sagt Brendel. Das könne ein Freiwilligenmanager leisten, der Projekte von Freiwilligen zunächst anstößt, koordiniert – bis diese sie selbstständig leiten.

In der Offenbacher Schlosskirchengemeinde hat sich mittlerweile im Zentrum für Integration und Organisierte Nachbarschaft (Zion) die Zions-Ehrenamtsgruppe gebildet. Gut einmal im Monat kommt die Gruppe zusammen, berichtet Freiwilligenmanager Schmidt. Es sind Senioren, Eltern aus dem angeschlossenen Kindergarten, Bewohner aus dem Viertel oder Gemeindemitglieder – Menschen mit ganz unterschiedlichen Hintergründen und Fähigkeiten. „Wir überlegen, wo wir etwas im Sinne sozialer Nachbarschaft starten können und wer dazu entsprechend seiner Begabung etwas beitragen kann“, sagt Schmidt.

Was zunächst noch sehr theoretisch klingt, wird immer mehr mit Leben gefüllt. „Von Eltern aus der Ehrenamtsgruppe kam der Wunsch, dass sich ihre Kinder aus dem Kindergarten und ältere Menschen begegnen“, erklärt der 42-Jährige. Viele der Jungs und Mädchen hätten einen Migrationshintergrund, sodass der Austausch auch der sprachlichen Förderung nützen könnte. Zwei Projekte sind aus dieser Idee in Kooperation mit der Kita Schlosskirchengemeinde und der benachbarten AWO Altenwohnanlage entstanden, freut sich Freiwilligenmanager Schmidt. Gemeinsam mit Kita-Leiterin Gaby Schima werden sie nun umgesetzt. „Bei einem Spielnachmittag in der Wohnanlage werden die Älteren mit den Kindern auch moderne, elektronische Spiele ausprobieren.“ Das zweite Projekt ist ein Waldtag. Dann begleiten Senioren die Mädchen und Jungs bei ihren Streifzügen durch den Wald und erklären den Kindern Flora und Fauna.

Sonja Thelen

Bei den Maltesern ist Lioba Abel-Meiser Ansprechpartnerin für Freiwillige. Sie organisiert unter anderem den Malteser Social Day, bei dem Teams aus Unternehmen in einer sozialen Einrichtung ein Projekt realisieren (www.malteser-frankfurt.de). Beim Frankfurter Caritasverband bietet die Fachstelle Ehrenamt Information, Beratung und Vermittlung, www.caritas-frankfurt.de. Weitere Informationen über freiwillige Engagementmöglichkeiten in Hessen finden sich im Internet unter www.gemeinsam-aktiv.de und von der EKHN unter www.ehrenamtsakademie-ekhn.de.

Parodontitis: ein Risiko für Diabetiker

Tag der Zahngesundheit 2012

Gesund beginnt im Mund – mehr Genuss mit 65 plus

Der Tag der Zahngesundheit, der jährlich am 25. September gefeiert wird, steht in diesem Jahr unter dem Motto **„Gesund beginnt im Mund – mehr Genuss mit 65 plus“.**

Die Zahngesundheit älterer Menschen soll an diesem Tag in den Mittelpunkt gestellt werden. Prophylaxe ist nicht nur ein Thema für junge Leute. In jedem Alter sind gesunde Zähne ein Stück Lebensqualität und haben einen wesentlichen Einfluss auf die Gesundheit des ganzen Körpers.

Mit dem Erhalt der eigenen Zähne nehmen die Zahnbett-, d.h. Parodontalerkrankungen (Parodontitis) deutlich zu. Eine gute Mundhygiene und regelmäßige professionelle zahnärztliche Hilfe können das Parodontitisrisiko deutlich senken und so einen wertvollen Beitrag zur Erhaltung der Allgemeingesundheit leisten.

Mehr Informationen zum Thema Parodontitis und Prophylaxe gibt es bei einem Vortrag von Dr. Katrin Nickles von der Universitätszahnklinik Frankfurt anlässlich des Tages der Zahngesundheit.

Mittwoch, 19. September, 16 bis 17.30 Uhr, im Amt für Gesundheit, Breite Gasse 28, Frankfurt am Main.

Wenn das Zahnfleisch blutet, kann eine bakterielle Entzündung dahinterstecken. Das ist für Diabetiker riskant, weil es ihre Beschwerden deutlich verschlimmern kann.

Frau Schmidt putzt ihre Zähne morgens und abends gründlich und säubert die Zahnzwischenräume regelmäßig mit Zahnseide. Manchmal schimmert dann der weiße Faden rötlich. Dann hat sie die Zahnseide etwas zu tief ins Zahnfleisch gedrückt. Das ist nicht weiter schlimm und geht meist ganz von alleine wieder weg. „Wenn das Zahnfleisch aber öfter blutet und weh tut, geschwollen ist, die Zähne länger erscheinen und sich lockern, könnte eine von Bakterien ausgelöste Entzündung dahinterstecken“, sagt Dr. Katrin Nickles von der Universitätszahnklinik in Frankfurt. Diese entzündliche Veränderung nennt sich Parodontitis, es ist ein chronischer Prozess. Das Tückische daran ist, dass sie erst in einem fortgeschrittenen Stadium Schmerzen bereitet.

Wie man seine Zähne am besten pflegt, kann nicht früh genug gelernt werden.
Foto: Techniker Krankenkasse

Schädliche Bakterien

Im Mund tummeln sich viele Bakterien. Das ist ganz normal und die meisten sind harmlos. Durch unzureichende Mundhygiene nimmt die Menge der Bakterien aber zu, und dann können gefährliche Arten vermehrt auftreten. Es bildet sich sogenannter Zahnbelag (Plaque), der anfänglich eine Entzündung des Zahnfleisches verursacht.

Wird die Entzündung nicht behandelt, kann sich die Erkrankung auf den Zahnhalteapparat (Parodont) ausdehnen. Die Bakterien dringen tiefer ins Zahnfleisch ein und zerstören die Fasern, die den Zahn fest verankern. Durch den Abbau von Gewebe bilden sich Zahnfleischtaschen, in denen es zur starken Vermehrung der Bakterien kommt. Das kann dazu führen, dass der Kieferknochen angegriffen wird, sich abbaut und im schlimmsten Fall Zahnverlust zur Folge hat.

Wem starkes Zahnfleischbluten auffällt oder ein schlechter Geschmack im Mund, sollte einen Zahnarzt aufsuchen. In der Praxis wird die bakterielle Plaque vollständig beseitigt, die Tiefe der Zahnfleischtaschen wird beurteilt und dann können die entsprechenden weiteren Behandlungsmaßnahmen eingeleitet werden. Verordnete Mundspüllösungen und individuelle Tipps für die Mundhygiene zu Hause unterstützen die Therapie.

Heftiger Verlauf

Diabetiker sollten besonders auf Zähne und Zahnfleisch achten. Diabetiker, die schlecht eingestellt sind, haben ein etwa dreimal so hohes Risiko an einer Parodontitis zu erkranken, als gut eingestellte Diabetiker oder Gesunde. Bei einem zu hohen Blutzuckerspiegel können die entzündungsauslösenden Stoffe im Mund nicht reduziert werden. Die Parodontitis kann stärker ausgeprägt sein und schneller voranschreiten.

Umgekehrt beeinflusst eine nicht erkannte oder nicht behandelte Parodontitis die Folgeerkrankungen der Diabetes und erschwert es, den Blutzucker richtig einzustellen. Die Parodontitis-Bakterien können beispielsweise eine Insulinresistenz an den Zellen auslösen. Das bedeutet, dass Insulin nicht mehr ausreichend wirkt und der Blutzucker steigt. Ein nicht korrekt eingestellter Blutzucker erhöht jedoch das Risiko insbesondere für Nierenschäden und Durchblutungsstörungen in den Gefäßen der Beine.

Weil die Parodontitis eine Belastung für den Organismus ist und andere Organerkrankungen begünstigen kann, sollte der Mund- und Zahnpflege große Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Dr. Sibylle Bausback-Schomakers / Nicole Galliwoda

„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

Ein modernes Stadtmuseum entsteht

Das Historische Museum Frankfurt erstrahlt in neuem Glanz

Saalhof und Stauferbau, Burnitzbau, Bernusbau und Rententurm öffneten im Mai ihre Pforten für die Besucher. Der Neubau auf dem Römerberg soll 2015 fertig sein.

Frisch renovierte Räume, neue Ausstellungen und ein modernes Konzept – die Neueröffnung der sanierten Altbauten war ein erster Schritt zur neuen Präsentation Frankfurts. Die Leser der SZ können sich davon bei einer kostenlosen Führung überzeugen.

Saalhof und Stauferbau, Burnitzbau, Bernusbau und Rententurm öffneten ihre Pforten im Mai für die Besucher. Die geplante Eröffnung des Neubaus am Römerberg im Jahr 2015 schließt Umbau und Neubau des Museums ab.

Bürger werden Stadt-Experten

„Die renovierten Altbauten reflektieren 800 Jahre Stadtgeschichte", sagt Dr. Jan Gerchow, Direktor des Historischen Museums Frankfurt. Das Museum präsentiert Frankfurts Geschichte auf eine neue Weise. Denn es trägt nicht nur der Vergangenheit, sondern auch der Gegenwart und der Zukunft der Stadt Rechnung. Und neben den Gebäuden und Objekten spielen auch die Bürger eine wichtige Rolle. Deshalb versteht Dr. Jan Gerchow alle Bürger der Stadt als Experten für ihre Geschichte. Damit integriert das Museum die „Oral History" in sein Konzept. Diese Strömung in der Geschichtswissenschaft, die sich in den 1990er Jahren zunehmend etabliert hat, erkennt nicht nur Schriftstücke, sondern auch mündliche Überlieferungen und Erinnerungen als Quellen an. So zeigt das Museum nicht nur die wissenschaftlichen Reflexionen der Vergangenheit, sondern bezieht mit den Projekten „Stadtlabor" und „Bibliothek der Alten" die Erinnerungen und Sichtweisen der Bürger mit ein. „Mit diesen Projekten entstehen im Laufe der Zeit zwei Panoramen der Stadt, eines aus der Sicht von Gruppen und eines aus der von Einzelnen, die ihre Erinnerungen bewahren und überliefern", erklärt Dr. Jan Gerchow.

Weltstadt mit Tradition

Der Saalhof ist das älteste noch stehende Gebäude Frankfurts. Seine Sanierung verlief deshalb besonders sorgfältig. Das Gebäude war in der Stauferzeit Mittelpunkt der Stadt und Sitz der staufischen Könige und Kaiser. Sie wurden hier vom Jahr 1152 an gewählt und begründeten damit die Tradition Frankfurts als Wahlort der deutschen Könige und als Weltstadt. Das Gebäude selbst ist ein zentrales Element der im Mai eröffneten Ausstellung „Stauferzeit". Die Besucher können das älteste Gebäude Frankfurts durch einen besonderen Rundgang kennenlernen. Ein Steg, der etwa einen Meter über dem Boden verläuft, führt über die frei gelegten Fundamente und Mauerreste aus dem Mittelalter.

Kunstschätze der Bürgerstadt

Im ersten Geschoss von Staufer- und Burnitzbau öffnet im August die Ausstellung „Frankfurter Sammler und Stifter". Frankfurt zeigt sich damit als Bürgerstadt. Während es andernorts häufig Fürstenhäuser waren, die Kunstschätze und Raritäten sammelten, waren es hier Kaufleute, Bankiers oder Forscher. Ihre Interessen und Neigungen sollen sich in der Ausstellung widerspiegeln. Denn die ausgestellten Objekte sind eng mit der Biografie ihrer Sammler verknüpft. Zwölf Räume stehen für diese Schätze aus der Zeit vom 17. bis zum 19. Jahrhundert zur Verfügung. Darunter sind Stücke des Kaufmanns und Gemäldesammlers Johann Georg

Das „Leben am Main" steht im spätgotischen Rententurm aus dem 15. Jahrhundert im Mittelpunkt (ganz links). Im Rententurm gibt es jetzt Stahlplattformen statt Betondecken.
Alle Fotos: Historisches Museum Frankfurt | J. Baumann

Christian Daems (1774 bis 1856), des Konditormeisters und Universalsammlers Johann Valentin Prehn (1749 bis 1821), des Degussa-Gründers und Münzsammlers Friedrich Ernst Roessler (1813 bis 1883), des Afrikaforschers Eduard Rüppell (1794 bis 1884) sowie des ersten Stadtbibliothekars Martin Waldschmidt (1650 bis 1706). „In einem 13. Raum zeigen wir aktuelle Sammlungen von Bürgern der Stadt", berichtet Dr. Jan Gerchow. Den Beginn macht die Sammlung früher Kunststoffobjekte der Kulturwissenschaftlerin Eva Stille. In bürgerlicher Tradition steht auch, dass für diese Dauerausstellung zahlreiche Stiftungen die Patenschaft übernehmen.

Publikumslieblinge an exponierter Stelle

Der Bernusbau westlich vom Burnitzbau ist seit Mai nach fast vier Jahren Bautätigkeit wieder zugänglich. Im Erdgeschoss befindet sich ein lichtdurchfluteter Veranstaltungssaal mit Panoramablick auf den Main. Eine Etage höher werden einige der Publikumslieblinge des Museums präsentiert: die Stadtmodelle. Neben dem bekannten Altstadtmodell der Brüder Treuner stehen hier das Zerstörungsmodell der Altstadt (1946 bis 49) und das Innenstadt-Modell von 1985. Außerdem zeigt ein neues Umgebungsmodell die Alt- und Neubauten des Historischen Museums, wie sie für 2015 vorgesehen sind. Auch die „Bibliothek der Alten" hat im ersten Stock des Bernusbaus ihren neuen Standort gefunden. 150 bis 200 Auserwählte haben 50 Jahre Zeit, ihre Kassette, die in einem Mahagoni-Regal steht, mit ihren Erinnerungen zu füllen. „Die Autoren schreiben Texte, legen Dokumente und Fotos ab und fügen auch Objekte hinzu", erklärt Dr. Jan Gerchow. Diese persönlichen Erinnerungen müssen einen Bezug zu Frankfurt haben. Wer Teil dieses öffentlichen Archivs der Frankfurter Erinnerungen werden möchte, kann sich beim Museum melden. Jedes Jahr kommt bis zum Jahr 2055 ein neuer Autor dazu. 2105 ist das Projekt dann abgeschlossen (siehe auch Seite 43).

Von dem Stockwerk der „Bibliothek der Alten" blickt man auf den Rententurm, der dieses Jahr erstmals für Besucher zugänglich ist.

Schöne Aussicht

Im Turm hat man die Betondecken aus der Nachkriegszeit entfernt. Stattdessen gibt es Stahlplattformen, sodass man nicht nur einen Durchblick in andere Geschosse hat, sondern auch die Höhe des spätgotischen Turms aus dem 15. Jahrhundert erleben kann. Auf einer Wendeltreppe steigt man aufwärts und beschäftigt sich mit dem „Leben am Main". Im Untergeschoss ist der Fluss selbst Thema. Historische Fotografien und Filmsequenzen werden mithilfe eines Beamers an das Mauerwerk projiziert. Lichtmarken veranschaulichen die Hochwasserstände. Im nächsten Geschoss, wo sich seit Ende des 15. Jahrhunderts das „Rentamt" befand, steht die Frankfurter Wirtschafts- und Handelsgeschichte im Mittelpunkt. Die Objekte zeigen die Verbindung zwischen Hafen und Handel, Zoll- und Steuerabgaben sowie der Tätigkeit des Rentamts. Im ersten Obergeschoss befindet sich eine „Uhrenstube" mit einem historischen Turmuhrwerk. Zur obersten Ebene schließlich hat jeder freien Zugang, um die schönste Aussicht auf die Umgebung und das Flussufer zu genießen.

Die renovierten Altbauten reflektieren 800 Jahre Stadtgeschichte.

Sehen und Erleben

Historisches Museum Frankfurt Dauerausstellungen: Stauferzeit, Rententurm und Mainpanorama, seit Mai, Frankfurter Sammler und Stifter, ab August.
Die Altbauten sind lediglich in Teilen barrierefrei.
Eine kostenlose Führung für SZ-Leser findet am 19. August um 16 Uhr statt.
Anmeldung bitte telefonisch unter 0 69/21 23 51 54 bei Frau Angetter. Die Teilnehmerzahl ist auf 25 begrenzt.

Anzeige

Auch Kirchturmuhren brauchen mal Erholung

Warum öffentliche Uhren manchmal verschwinden

Die Kirchturmuhr der Katharinenkirche wurde im September 2011 zur Sanierung abgehängt und jetzt wieder montiert. *Foto: Oeser*

So Renaissancezifferblätter hawe aach gar de Zweck nicht, neuschierige Mensche Auskunft iwer alle Zeitverhältnisse ze gewe", meint Friedrich Stoltze 1888 angesichts der viel zu hohen und nicht entzifferbaren altmodischen Uhr am neuen Justizgebäude in der Hammelsgasse. Sie veranlasst ihn über die Sinnlosigkeit öffentlicher Uhren überhaupt nachzudenken, die eine allgemeine Zeitverwirrung verursachen, weil jede anders geht. Dabei denkt er vor allem an die drei Uhren des Turms der Katharinenkirche, die nie im Gleichklang schlagen und gehen, und an die Uhr der alten Dreikönigskirche, deren Zeiger in den Dachkennel gefallen waren.

Wind und Wetter setzen den Zeigern zu

Fast könnte man meinen, Friedrich Stoltze kommentiere satirisch-humoristisch unsere Zeit. Denn vor Kurzem waren die Türme der Katharinenkirche und der Dreikönigskirche uhrenlos. Fremd kamen sie uns vor, der gewohnte Blick nach oben war gestört. Aber Türme müssen gelegentlich saniert, Uhren und Uhrwerke repariert werden. Turmuhren sind Wind und Wetter ausgesetzt. Schneemassen und Eiszapfen drücken auf die bis über zwei Meter langen Zeiger, der Sturm zerrt an ihnen. So waren jüngst bei der Turmsanierung der Katharinenkirche Korrosionsschäden an den Zifferblättern festgestellt worden. Vor noch gar nicht so vielen Jahren hatten auch einmal Laufwerk und Steuerung der Uhr der Katharinenkirche versagt. Sie ist eine der wenigen mechanischen Uhren in einem Frankfurter Kirchturm. 250 Kilogramm schwere Gewichte sorgen für ihren Gang, und die müssen hochgezogen werden – heute freilich durch einen Motor.

Zuschauen, wie eine Turmuhr tickt

Wie ein mechanisches Turmuhrwerk tickt, kann man jetzt im Rententurm sehen und hören. Im Zuge der Sanierung des Saalhofs, der Altbauten des Historischen Museums, für Ausstellungen und Veranstaltungen wurde der spätgotische Rententurm an Fahrtor und historischem Hafen für die Öffentlichkeit zugänglich. Im 1. Stock wurde ein historisches Uhrwerk installiert, das die Zeiger und das Schlagwerk der beiden gleichfalls wieder angebrachten Uhren am Turm antreibt.

„Der Gang der hiesigen Stadtuhren war von jeher nichts weniger als geregelt", so schrieben die Frankfurter Jahrbücher 1837, „allein so alles Maas übersteigend, wie in den letzten 14 Tagen, ist es doch noch nicht vorgekommen." Und sie empfahlen, die Stadt möge doch ihre Uhren, um nicht hinter weit unbedeutenderen Städten zurückzubleiben, nach der mittleren Zeit regulieren. Dabei führte damals der Physikalische Verein im Auftrag des Senats die Zeitbestimmung durch.

Strom ist das Geheimnis moderner Uhren

Heute ist das Problem der „Zeitverwirrung" eigentlich gelöst. Die Uhren werden durch die Signale der Physikalisch-Technischen Bundesanstalt funkgesteuert, und die Hauptuhr Frankfurts im Rathaus gibt den Impuls. Trotzdem gibt es bisweilen Probleme. So kann beispielsweise der Stromkreis einer Uhr durch Bauarbeiten und der Impuls von der Zentrale durch Blitz unterbrochen sein oder das Uhrwerk ist ermüdet.

Wie pflegeleicht und – wenn die Sonne scheint und es nicht die Sommerzeit gäbe – zuverlässig sind doch Sonnenuhren: die an der Fassade der Liebfrauenkirche oder die auf der Fischerfeldwerft (ehedem im Nizza) oder im Bürgergarten in der Eschenheimer Anlage.

Der Wunsch nach öffentlichen Uhren ist uralt und das Engagement der Bevölkerung für sie groß: 1417 wünschten die Anwohner eine Schlag- und Zeituhr für die alte Peterskirche und ließen sie auf eigene Kosten anbringen. Die 1625 für die Kapelle des Katharinenklosters

Anzeige

Pietät am Dornbusch
Bestattungen aller Art
einfühlsam professionell individuell

Isabelle Lubnow

Nicole Stephan

Tag und Nacht: **069/77 03 57 57**
Auf Wunsch besuchen wir Sie auch gerne zu Hause!
Eschersheimer Landstraße 278 60320 Frankfurt/Main
Eckenheimer Landstrasse 187 60320 Frankfurt/Main

gestiftete Uhr wurde 1681 am neuen Turm angebracht. Weinhändler Gustav Manskopf stiftete zur 25-jährigen Tätigkeit in seiner Firma ein repräsentatives „Uhrtürmchen“, einen 13 Meter hohen Turm, der 1895 an der Kreuzung Kaiserstraße und Gallusanlage aufgestellt wurde. Sogar die Tram musste einen Bogen um ihn machen. 1925 wurde er abgebaut, und er verschwand, denn er entsprach nicht mehr dem Zeitgeschmack. Das 1894 vom Ostendverein an der Friedberger Anlage aufgestellte Uhrtürmchen dagegen steht noch heute, ebenso das in Bornheim. Bürgerschaftliche Initiative ließ in unserer Zeit auch die Stundenglocke der Römeruhr und die Glocke hoch oben im Eschenheimer Turm wiederbeleben.

Die Uhr an der Hauptwache nahm eine besondere Stellung ein. Sie war mehr als eine Zeituhr, sie war der klassische Treffpunkt der Frankfurter und Frankfurterinnen, ja die „Liebesuhr“. Haben sich ihr Aussehen und ihre Bedeutung auch erheblich gewandelt, so gibt es sie immerhin noch. Manch andere Uhr an wichtigen Stellen dagegen ist verschwunden, denken wir an die vor dem Haus Bienenkorb oder am Willy-Brandt-Platz (Theaterplatz).

Im städtischen Steuerbuch des Jahres 1361 werden erstmals Ausgaben für einen Uhrmacher für die Stadt erwähnt. Wenige Jahre später hören wir sogar von einem städtischen Uhrglöcker oder Uhrglockenmeister. Die städtischen Uhren befinden sich heute in der Obhut des Hochbauamts. Dazu gehören auch die Turmuhren der innerstädtischen Dotationskirchen. Gelegentlich kann man auf dem Zifferblatt einer „Runduhr“, beispielsweise an der Kreuzung Glauburgstraße und Eckenheimer Landstraße, einen kleinen Frankfurter Adler als Kennzeichen einer städtischen Uhr erkennen. Viele von ihnen wurden aber inzwischen an die Deutsche Städte-Medien abgegeben.

Etwa 20 Gotteshäuser in Frankfurt besitzen eigene Uhren. Kaum zu zählen sind die öffentlichen Uhren, die von der VGF an den Stationen oder von der Deutschen Bahn unterhalten werden. Auch private Uhren für die Allgemeinheit gibt es: Das Schlagwerk einer solchen Uhr ist ein melodisch-belebendes Moment der Zeil.

Der Domturm hatte bis ins 19. Jahrhundert eine der ältesten Turmuhren überhaupt. 1379/83 war sie von Johann Schnitzler aus Hagenau geschaffen worden. Sie blieb allerdings damals oft stehen, weil nur der Meister sie in Ordnung bringen konnte, und der war viel beschäftigt. Friedrich Stoltze lässt den Domturm, den „Pathorn“, als die höchste Persönlichkeit der Stadt denken: „Ich wern mich doch nicht mit meine Zifferblätter nach der Kathrinethornsuhr richte sölle? Nach so em e eebsche geschmacklose Uhrkaste, wie der Kathrinethorn e Uhrkaste is.“ Dem schließen wir uns nicht an, sondern freuen uns, dass er wieder neu erstrahlt und seine Uhren uns die Zeit künden.

Hans-Otto Schembs

Anzeige

Wir stiften Wohlbefinden

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
Am Sonntag, den 29. April 2012, um 15:00 Uhr

Tag der offenen Tür
– wir feiern unser 20 jähriges Bestehen –
Am Sonntag, den 24. Juni 2012, um 15:00 Uhr

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!

GDA
Genieße Dein Alter

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

Offizieller Partner Zoologischer Garten Frankfurt

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

www.gda.de

10 x in Deutschland

Frankfurt und seine Plätze

Der Johanna-Tesch-Platz im Riederwald

Benannt ist der Platz nach der Politikerin und Widerstandskämpferin Johanna Tesch, die im Riederwald gelebt hat. *Foto: Oeser*

Mit belebten innerstädtischen, auch altehrwürdigen oder urbanen modernen Plätzen, mit dörflichen Markt- oder Kirchplätzen kann der Johanna-Tesch-Platz in der Siedlung Riederwald nicht konkurrieren. Aber auch vielen Nicht-Riederwäldern ist er doch bekannt: als Name einer Station der U 7 – nun mit dem Zusatz „Volksbank Stadion“, was auf das nahe FSV-Stadion am Bornheimer Hang weist. Manche U-Bahn- und auch Tramfahrt endet sogar hier, wenn die Züge in den Betriebshof fahren.

Der Johanna-Tesch-Platz führt uns hinein in die Siedlung Riederwald, die im vergangenen Jahr ihr 100-jähriges Bestehen feierte und als erstes größeres Beispiel für neue Vorstellungen von Wohnen in der Stadt, von „Gartenstädten“ oder Stadtrandsiedlungen, gilt. Sein Name, den er zwar nicht von Anfang an, aber doch nun viele Jahrzehnte trägt, erinnert an „die berühmteste Riederwälderin und eine der bekanntesten Frankfurterinnen“, wie einmal geschrieben wurde.

Was kaum ein Bürger 1866, als Frankfurt preußische Provinzstadt wurde und seine Selbstständigkeit verlor, erwartet hatte: Die Stadt nahm in den Gründerjahren nach 1871 einen enormen Aufschwung. Notwendige Voraussetzungen dafür waren die Erschließung neuer Gebiete für Wohnen und Industrie, die Erweiterung des Stadtgebiets durch Eingemeindungen, wie es in der Politik von Franz Adickes, Frankfurts Oberbürgermeister von 1890 bis 1912, zum Ausdruck kam. So entstand im Osten der Stadt der 1912 eingeweihte Osthafen nebst Gewerbe- und Industriegebiet bis hin zur Seckbacher Gemarkung. Auch Naherholungsgebiete wie der gleichfalls 100-jährige Volkspark Ostpark gehörten dazu.

Erschwinglicher Wohnraum für Arbeiter

Um den Arbeitern, die in großer Zahl nach Frankfurt kamen, angenehmen und erschwinglichen Wohnraum zu schaffen, entstanden ums Jahr 1900 Wohnungsbaugenossenschaften, darunter der Volks-, Bau- und Sparverein. Dieser baute erste Wohnungen 1902 in der Rohrbachstraße, 1909 erwarb er von der Stadt ein 74.000 Quadratmeter großes Gelände zwischen Erlenbruch, einem eiszeitlichen Seitenarm des Mains, und dem Riederwald, dem Rest eines Auenwaldes. Dort errichtete der Verein von 1910 an eine „Kolonie“, wie man damals sagte, also keine von hohen dichten Mietshäusern, sondern eine von Einfamilien- und Mehrfamilienhäusern in weitläufiger niedriger Bauweise, von Spielplätzen, Gärten und Grünanlagen geprägte Siedlung. Die einzelnen Wohngruppen wurden unterschiedlich gestaltet, erhielten verschiedene Steildachformen und wurden mit formschön ausgebildeten Fassaden ausgestattet.

Ein dreieckiger Platz bildet das Entree zur Kolonie Riederwald, von dem die drei Längsstraßen abgehen, die nach Protagonisten des Gewerkvereins- und Genossenschaftswesens benannt wurden: Friedrich Wilhelm Raiffeisen, Max Hirsch und Hermann Schulze-Delitzsch. Zentrum des Platzes – damals Schulze-Delitzsch-Platz, heute Johanna-Tesch-Platz – bildet eine Grünfläche, von Birken und Buchenhecken gesäumt. Zur heute ungemein verkehrsreichen Straße Am Erlenbruch hin ist ihm ein kleinerer, mit Kastanien bestandener Platz vorgelagert. Von Anfang an verbindet die Straßenbahn (heute U-Bahn) die Kolonie mit der Stadt, ebenso mit dem Industriegebiet bis hin nach Bergen.

Säumen heute nur Wohnhäuser den Platz, die aus verschiedenen Epochen von der Anfangszeit bis zu modernen Hochhäusern stammen, so waren ursprünglich an seiner Westseite zunächst Schulbaracken und 1922/23 ein Schulgebäude errichtet worden, ehe dann wenige Jahre später die noch bestehende Konrad-Haenisch-Schule (Pestalozzischule) entstand. Denn die Riederwaldkolonie war inzwischen gewachsen, und sie wuchs weiter, dehnte sich nach Osten aus. Auch christliche Gemeinden waren entstanden. Der Gottesdienst der Protestanten hatte anfangs in einer Schulbaracke am Schulze-Delitzsch-Platz stattgefunden; 1928 konnten sie ihre Kirche einweihen, 1930/32 folgte der Bau der katholischen Kirche.

Anzeige

SeniorenCura24 Pflegevermittlung
legale & zuverlässige Pflegekräfte aus EU
24 Stunden Seniorenbetreuung
Tel. 06181/4349373 • www.seniorencura24.de

Von den Nazis verfolgt

Im Jahre 1913 zogen ins Haus Max-Hirsch-Straße 32 Richard und Johanna Tesch mit ihren Söhnen ein. Johanna Tesch, geboren am 24. März 1875, war die Tochter des Sachsenhäuser Schneidermeisters Carollin und hatte 1899 den Schneider und Gewerkschafter Richard Tesch (1870 bis 1962) geheiratet. Mit großem Engagement setzte sich Johanna Tesch für die Rechte der Frauen, für Verbesserung der Bildung der Arbeiterklasse und für soziale Gerechtigkeit ein. Sie gehörte zu den Initiatoren des Bildungsvereins für Frauen und Mädchen der Arbeiterklasse und der Frankfurter Ortsgruppe des Zentralverbandes der Hausangestellten und Büroangestellten. Früh wurde sie Mitglied der SPD, seit 1917 gehörte sie zur Preßkommission der „Volksstimme“. Im Januar 1919 wurde sie für den Wahlkreis Hessen-Nassau in die Verfassungsgebende Nationalversammlung in Weimar gewählt, von Juni 1920 bis Mai 1924 in den Deutschen Reichstag.

Als im Zweiten Weltkrieg eine Brandbombe das Haus traf, flogen Flugschriften, Material und Bücher aus den Jahren vor 1933 auf die Straße: Das war der Anlass, dass die Nazis Johanna Tesch verhafteten, zunächst in der Lindenstraße festhielten, am 18. September 1944 ins KZ Ravensbrück verbrachten. Dort starb sie, völlig entkräftet, am 13. oder 14. März 1945.

Außer dem Platz und der U-Bahn-Station hält seit 1995 auch eine Gedenktafel am ehemaligen Wohnhaus, nunmehr Am alten Volkshaus 1 nummeriert, die Erinnerung an Johanna Tesch wach, ebenso auch seit 2005 ein von AWO und SPD Riederwald für soziales Engagement verliehener Preis.

Im Erzählcafé des Instituts für Stadtgeschichte, in dem sich übrigens der Nachlass Tesch befindet, gedachte vor Kurzem Johanna Teschs Enkelin ihrer Großmutter.

Hans-Otto Schembs

Anzeige

Anzeige

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

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

Wir bieten Ihnen mit unseren Urlaubsreisen Erholung, Gesundheit, Entspannung, Freude und Abwechslung.

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

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

Sie möchten gerne über Weihnachten und Silvester eine schöne Zeit verbringen?

Fahren Sie mit, nach Bad Kissingen, Bad Bocklet, Bad Wörishofen oder Bad Salzschlirf.

caritas frankfurt

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenerholung
Buchgasse 3 • 60311 Frankfurt/M.
Telefon 069 / 29 82 89 01

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an!
Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2012 zu.

Ländliche Idylle

FRANKFURTS STADTTEILE

Nieder-Eschbach

Vom eigenständigen Dorf zum Frankfurter Stadtteil

Die Älteren erzählen noch von dem Protest. Jenem erbitterten Widerstand, den die Bürger des Dorfes nördlich von Frankfurt der Eingemeindung zur benachbarten Großstadt entgegengesetzt hatten: Auf Traktoren hatten die Bauern Schilder befestigt, die den verwaltungspolitischen Akt mit deutlichen Worten missbilligten. Die ländlichen Gefährte seien sogar bis nach Frankfurt gerattert, um das Rathausportal am Römerberg mit Misthaufen zu schänden. Das Herz des bäuerlich geprägten Dorfes hing fest am Status der eigenständigen Gemeinde: Am Tag der Eingemeindung bekränzten Bewohner die Ortsschilder mit Trauerflor.

Das war vor 40 Jahren. Heute erinnern sich die Nieder-Eschbacher Bürger an die widerständige Vergangenheit mit Humor. „Man pflegt seine Vorurteile“, sagt Dr. Renate Sterzel: „Aber das ist nicht mehr ernst gemeint.“ Die 70-Jährige hat ihr Sportprogramm an diesem frühen Vormittag schon hinter sich gebracht. Eine Stunde Walking durch die Felder und Wiesen, die den Stadtteil unmittelbar umgrenzen. Die ländliche Vor-Taunus-Lage macht es möglich.

Ländliche Lage in Stadtnähe

Die Nähe zur Natur ist nur einer der Vorzüge, den die Seniorenbeauftragte des für Nieder-Eschbach zuständigen Ortsbeirats aufzählt, wenn sie über die angenehmen Seiten des Lebens im Stadtteil Auskunft geben soll. „Es gibt hier eine tolle Vereinsstruktur“, sagt die Seniorin, die sich auch als stellvertretende Vorsitzende des örtlichen Vereinsrings engagiert. „Wer will, kann jedes Wochenende auf ein Vereinsfest gehen.“ Überhaupt, die Feste: Darunter sind manche mit besonderem Charme. Beispiel Weihnachtsmarkt: Statt Büdchen an einem Platz, sind die adventlichen Angebote auf die alten Bauerngehöfte verteilt. Dabei engagieren sich auch die Vereine. Die DLRG brät Fische, der Förderverein Heimatmuseum hängt alte Schulbilder auf. Allgemeines Staunen der Betrachter und großes Hallo beim Wiedererkennen der jungen Gesichter von damals inbegriffen.

Vereine prägen den Stadtteil

Auch sonst prägen die Vereine das Freizeitleben. 26 gemeinnützige Interessengemeinschaften sind im Vereinsring organisiert. Vom Bauernverband bis zum Vespaclub. Die Verdienste des Sportvereins hebt Sterzel hervor. „Dort können Ältere sich gut betätigen, es gibt viele altersgerechte Angebote“, sagt sie. Wenn es in puncto Freizeitgestaltung etwas zu bemängeln gäbe, dann sei es das kulturelle Angebot, so die Nieder-Eschbacherin, die auch als ehrenamtliche Stadträtin und Vorsitzende des Frankfurter Seniorenbeirats tätig ist. Zwar organisierten die Kirchengemeinden zum Beispiel Konzerte, doch insgesamt sei das Angebot bescheiden.

Aber der Mangel wiegt nicht schwer. Sitzen die Nieder-Eschbacher dank öffentlicher Verkehrsmittel doch trotzdem an der Quelle. In nur wenig mehr als 20 Minuten können sie per U-Bahn die Hauptwache erreichen. Bis zum Frankfurter Hauptbahnhof dauert es eine halbe Stunde. Der Zugang zu den U-Bahn-Wagen, die an der Station „Nieder-Eschbach“ abfahren, ist zudem barrierefrei gestaltet.

Beim Bieberparkfest in Nieder-Eschbach tritt der Männergesangsverein auf.

Das erleichtert nicht nur das Teilnehmen am kulturellen Leben der Großstadt, sondern ist für die älteren Bewohner auch eine Notwendigkeit. Denn: Die Möglichkeiten, die alltäglichen Einkäufe zu erledigen, sind nicht für alle Nieder-Eschbacher gut. Für jene Bewohner, die nördlich der U-Bahntrasse leben, ist zum Beispiel der nächste Lebensmittelladen zu Fuß alles andere als bequem erreichbar. Zwar existiert dort zum Beispiel eine Drogeriemarkt-Filiale, ein Bekleidungsdiscounter hat hier einen Laden und ein Gemüsehändler. Aber Lebensmitteldiscounter und Supermarkt siedelten sich im alten Ortsgebiet unterhalb der U-Bahngleise an. Ein leichtes Gefälle macht den Gang ins „Tal“ und mit

Anzeige

Hilfe für Jung und Alt

Senioren Alltagshilfe e. K. Frankfurt

Inh. Petra Topsever

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

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

- Wohnungspflege
- Einkäufe
- Arztbesuche
- Spaziergänge
- Familienentlastende Dienste z. B. Frisörbesuche, Schwimmen etc.

Rufen Sie uns einfach an.
Telefon: 069/97 94 88 59
Fax: 069/97 78 33 47
Mobil: 0173/9 81 20 75
e-mail: p.topsever@web.de

Alt und Neu nah beisammen

Evangelische Kirche Nieder-Eschbach

Zwei Schwimmer im Freibad Nieder-Eschbach
Fotos (5): Oeser

Taschen beladen wieder zurück für so manchen älteren Nieder-Eschbacher beschwerlich.

Seniorenwohnanlagen fehlen

Dass unter den rund 12.000 Nieder-Eschbachern auch zahlreiche Ältere sind, die zum Teil nicht mehr gut zu Fuß gehen können, weiß zum Beispiel Otto Pühl. Seit dem Jahr 1993 engagiert sich der heute 55-Jährige als Vorstand des örtlichen VdK. Rund 600 Mitglieder zählt der Ortsverband. Das sind vergleichsweise viele. Rat finden diese dort unter anderem in Schwerbehinderten- und Rentenangelegenheiten oder bei Fragen, wenn das Thema Pflege akut wird. Hier benennt Pühl einen Mangel: „Es fehlt die Möglichkeit zum altengerechten Wohnen im Stadtteil“, sagt er. Zwar existiert eine Seniorenwohnanlage am Ben-Gurion-Ring in der Siedlung am Bügel. „Die älteren wollen aber lieber hier bleiben“, weiß er. Das Quartier Am Bügel gehört teils zur Gemarkung Bonames, teils ist es auf Nieder-Eschbacher Gebiet angesiedelt. Es gibt nicht viele Berührungspunkte zwischen der Siedlung, die als sozial schwierig gilt, und dem dörflich geprägten Nieder-Eschbach. Begegnungen an der U-Bahnstation, die auch Jugendlichen aus der Siedlung Am Bügel als Treffpunkt dient, helfen nicht, die Gegensätze zu überbrücken. „Die Älteren gehen nicht gern bei Dunkelheit an der U-Bahnstation vorbei“, sagt Pühl.

Das Lebensgefühl der Nieder-Eschbacher trübt das aber nicht. Hier versteht man sich als Einheit, trotz, und auch mit dem Rest der Welt.

Katrin Mathias

Anzeige

3 Fragen an: Otto Pühl

Durch sein Ehrenamt als Vorsitzender des VdK Ortsverbands pflegt er intensiven Kontakt zu den älteren Nieder-Eschbachern.

SZ: Was macht den Stadtteil Nieder-Eschbach zu einem guten Ort für Ältere?

Otto Pühl: *Zuerst einmal ist da die Atmosphäre: In Nieder-Eschbach leben nette und freundliche Menschen, und viele Leute kennen sich untereinander. Das zeigt sich im Alltag zum Beispiel frühmorgens. Da halten viele nach dem Zeitungholen am Kiosk noch ein Schwätzchen bei einem Kaffee. Und die älteren Nieder-Eschbacher nehmen am regen Vereinsleben teil und feiern gerne. Das gilt auch für vereinsübergreifende Aktivitäten, die immer wieder organisiert werden. Die Wirkung dieser Geselligkeit kenne ich aus meiner Erfahrung beim VdK. Immer wieder sagen mir Senioren, dass sie zum Beispiel unsere Tagesfahrten oder auch Veranstaltungen wie die Weihnachtsfeier sehr genießen. Gerade auch, wenn sie ihren Alltag zum großen Teil allein verbringen, weil zum Beispiel der Ehepartner bereits verstorben ist.*

SZ: Und welche Schwierigkeiten bringt das Leben für Senioren hier mit sich?

Otto Pühl: *Oft genannt werden die Einkaufsmöglichkeiten, die im oberen Teil des Stadtteils weniger gut sind, als im alten Ortskern. Es fehlt auch ein spezielles Altenpflegeheim, das sich gerade die in Nieder-Eschbach aufgewachsenen Bürgerinnen und Bürger sehr wünschen. Meiner Meinung nach ist für einen Stadtteil dieser Größe nicht ausreichend Gastronomie vorhanden. Manche Ältere erzählen auch, dass sie sich beim Vorbeigehen an der U-Bahnstation von Jugendlichen aggressiv angesprochen fühlten.*

SZ: Heißt das, es gibt ein Problem im Zusammenleben von Alt und Jung?

Otto Pühl: *Nein, das Zusammenleben der Generationen klappt hervorragend. Man lernt sich zum Beispiel über das Vereinsleben kennen. Aber darüber hinaus gibt es nicht so viele Freizeitmöglichkeiten für Jugendliche in Nieder-Eschbach, und die U-Bahnstation ist ein Aufenthaltsort von Jugendlichen geworden. Meiner Meinung nach ist mehr Prävention nötig, für Jugendliche und für Ältere. Hier freut es mich speziell, dass der örtliche Präventionsrat auf uns als VdK zugegangen ist, um uns in seine Arbeit einzubinden.*

Katrin Mathias

Porträt:

Förderverein Heimatmuseum Nieder-Eschbach

Ein Pferdegeschirr von anno dazumal, ein Esstisch aus einem alten Bauernhaus, dazu ein Kupferkessel zum Wäschekochen oder ein Waschbrett als Zeugnis längst vergangener Tage, in denen der Hausfrauenjob knochenharte Schwerarbeit bedeutete – so sollen sie aussehen, die Exponate des künftigen Heimatmuseums. Dinge, die den Alltag im historischen Nieder-Eschbach lebendig werden lassen. Geschichte zum Anfassen, so der Gedanke, der hinter dem Traum vom eigenen Stadtteilmuseum steht. „Wir stellen uns nichts Kompliziertes vor, wir wollen die schöne, lange Geschichte unseres Ortes auf einfache Weise weitergeben, zum Beispiel für Kinder“, sagt Beate Lamb.

Bis es so weit sein kann, wird es noch dauern. „Wir haben Schwierigkeiten, Räumlichkeiten zu finden, die sich für ein Museum eignen“, berichtet die 49-Jährige. „Wir“, das ist der Förderverein Heimatmuseum, den engagierte Nieder-Eschbacher Bürger im Jahr 2006 gegründet haben. Beate Lamb wurde als Vorsitzende gewählt. Die Mitglieder kommen vor allem aus den Reihen der Senioren, die in dem nördlichen Frankfurter Stadtteil leben. Im Durchschnitt sind sie zwischen 60 und 75 Jahre alt. „Ich kann verstehen, dass nicht so viele Jüngere dabei sind“, sagt die Vorsitzende. „Schließlich hat man mit 25 andere Dinge zu tun, als sich mit Geschichte zu befassen.“

Für Beate Lamb dagegen begann die Reise in die Vergangenheit schon vor zwölf Jahren. Damals betrieb die Mutter von vier Töchtern Familienforschung, stellte fest, dass die Familie mehrere Jahrhunderte alte Wurzeln in Nieder-Eschbach besitzt. Seitdem hat sie auch das Sammelfieber gepackt. Und sie ist fündig geworden. Auf dem Speicher, in Büro und Keller ihres Hauses lagern Bücher, Bilder, Kleidungsstücke und Feldpostbriefe, die Nieder-Eschbacher Männer im Ersten Weltkrieg nach Hause schickten.

Auch deshalb sucht der Verein dringend Museumsräume. „Vielleicht haben wir Glück und jemand vermacht uns sein Häuschen“, scherzt die Vorsitzende.

Bis es so weit ist, können Interessierte bei Beate Lamb nähere Informationen zu den Aktivitäten des Heimatvereins bekommen oder ihm historische Bilder, Dokumente und Gebrauchsgegenstände als Leihgabe zur Verfügung stellen. Telefon 0 69/5 074 769. *Katrin Mathias*

Anzeige

Ankauf von modernen Möbeln
& Design Klassikern

Wir kaufen Ihre Wohnklassiker
der Epochen 50er bis 70er Jahre.
Dänische Teak- und Palisandermöbel, Büro & Praxiseinrichtungen. Gerne auch Restaurierungsbedürftig.

Herr Fritz • Dreieich • Telefon 06074 / 803 34 34
Mobil 0178 / 140 85 34 • E-Mail moderne-moebel@hotmail.de

Kurzinformationen

Tetanus-Impfung auffrischen

Der Sommer ist da und mit ihm die Gartenarbeit und der Aufenthalt im Freien. Die Landesapothekerkammer Hessen nimmt dies zum Anlass, um darauf hinzuweisen, dass Tetanus-Impfungen alle zehn Jahre aufgefrischt werden sollten. Auch heute noch könne Tetanus eine tödlich verlaufende Krankheit sein, gegen die die Impfung schütze, heißt es in einer Mitteilung der Kammer. Schon eine kleine Verletzung etwa bei der Gartenarbeit reiche aus, um sich mit den Erregern zu infizieren. Diese vermehrten sich im Körper und sonderten Giftstoffe ab, die dann Nervenzellen schädigen und zu Krämpfen und Lähmungserscheinungen führen könnten.

Fragen zu Impfungen, Impfstoffen und Impfrhythmen beantworten Hausarzt oder Apotheker. *wdl*

Quartiersmanagement in Höchst

Für die nächsten drei Jahre übernimmt die „NH Projekt-Stadt” der Nassauischen Heimstätte das Quartiersmanagement im Stadtteil Frankfurt-Höchst. Eine der Hauptaufgaben werde sein, den Stadtteil als Standort für Wirtschaft und Kultur und als lebendigen Stadtteil zu stabilisieren und zu entwickeln, teilte die Nassauische Heimstätte mit. Die Modernisierung von Immobilien und Wohnungen sei in diesem Zusammenhang eine der zahlreichen Aufgaben, die es anzugehen gelte. Alle in diesem Bereich Betroffenen und Handelnden sollen angesprochen werden.

Das Quartiersmanagement wird weiterhin im Stadtteilbüro in der Bolongarostraße 135 ansprechbar sein, und zwar dienstags von 13 bis 16 Uhr, mittwochs von 13 bis 19 Uhr und freitags von 10 bis 13 Uhr. *wdl*

Regenbogendienst muss Arbeit einstellen

Der Regenbogendienst, ein Pflegedienst der Aids-Hilfe für HIV-Infizierte, muss zum Jahresende seine Arbeit einstellen. Die Aids-Hilfe könne die Arbeit trotz vieler Spenden nicht mehr finanzieren, sagte der Geschäftsführer der Aids-Hilfe, Achim Teipelke. Vor mehr als 20 Jahren war der Pflegedienst gegründet worden, um Menschen zu betreuen, die sich mit dem Aids-Virus infiziert hatten und erkrankt waren. Da der Dienst nicht kostendeckend arbeiten konnte, war unter anderem der „Lauf für mehr Zeit“ ins Leben gerufen worden, der jährlich große Summen zusammenbrachte, zuletzt im vergangenen Jahr mehr als 140.000 Euro. Die Aids-Hilfe hofft nun, dass ein anderer Pflegedienst sowohl Mitarbeitende als auch Pflegebedürftige übernimmt. *wdl*

Was – wann – wo?

Der Sommer ist eine Zeit der **Freiluftvergnügungen**. In Frankfurt-Höchst begeht die „Fliegende Volksbühne“ mit Molière und dem „Karneval der Tiere“ den **„8. Barock am Main“** (8. August bis 2. September). Das **Stalburg-Theater** geht mit „Stoffel“ (Musik, Comedy, Fressalien) in den Günthersburgpark (13. Juli bis 12. August). **Das Jazz- und Weltmusikfestival** des Mousonturms findet statt, legt aber den Namen „Summer In The City“ ab (22. Juli bis 21. August). Die **Burgfestspiele Bad Vilbel** zeigen acht Eigenproduktionen (bis 4. September), jene von **Dreieichenhain** dauern noch bis 5. August. Jenseits der engeren Region locken diverse Sommerfestspiele in Bad Hersfeld (Schauspiel: ab 5. August, Oper: 8. bis 22. August), Worms (3. bis 19. August), Heppenheim (25. Juli bis 9. September), Eltville (3. August bis 2. September) und Oppenheim (25. August bis 23. September).

Zum 8. Mal ist „Barock am Main“ in Frankfurt-Höchst *Foto: Veranstalter*

Die **Oper Frankfurt** beginnt die neue Spielzeit im September mit Samuel Barbers „Vanessa“ (am 2. September), einer Übernahme aus Malmö. Weiter geht es am 30. mit Humperdincks Märchenoper „Königskinder“. Musikalisch ist auch die **Alte Oper** eine Topadresse, wo man nach einem „Stomp“-Gastspiel (ab 28. August) wie gewohnt mit einem reichen Konzertprogramm Saison-Auftakt feiert (3. September bis 5. Oktober). Im Oktober kommen auch das Bundesjazzorchester (2.), das London Symphony Orchestra (10.), die Pianistin Evgenia Rubinova (13.), die Violinistin Julia Fischer (14.) und andere mehr.
.

Das **Schauspielhaus** will mit zwölf Uraufführungen bei 30 Neuproduktionen eine offensive Saison auf die Bretter stellen. Start ist am 23. August mit „Bouncing In Bavaria“ vom Duo „Auftrag: Lorey“. Weiter geht es Mitte September mit dem „Faust“-Schwerpunkt dieser Saison: Inszenierungen von Stefan Pucher („Faust 1“) und Benedikt von Peter („Faust 2“), ergänzt um Elfriede Jelineks „Faust In And Out“ (Regie: J. von Sell) und Christopher Marlowes „Doktor Faustus“ als Puppenspiel. So lernte ja schon Klein-Goethe seinen Welttheaterstoff kennen (Regie: Moritz Sostmann). Im September haben auch Dennis Kellys „Die Opferung des Gorge Mastromas“ (Christoph Mehler) und David Mamets „Hanglage Meerblick“ Premiere (Robert Schuster), im Oktober Felicia Zellers „X-Freunde“ (Regie: Bettina Bruinier). Das **Frankfurter Volkstheater** geht in die letzte Saison überhaupt, denn die Erben von Liesel Christ geben den Betrieb Ende Mai 2013 auf. Erste Saisonpremiere ist „Der Bürgermeister und seine Lieben“ (6. Oktober), die letzte passenderweise Shakespeares „Ende gut, alles gut“ (im April). Die **Komödie** zeigt ab 4. Oktober die Schlagerrevue „Musik ist Trumpf“.

Feste, Messen, Märkte. Frankfurt ist immer eine **Buchmesse** wert (10. bis 14. Oktober). Ehrengast ist diesmal Neuseeland, oder auf Maori: Aotearoa, sein Motto: „Bevor es bei Euch hell wird“. Ein klassisches Volksfest ist das **Mainfest** am Mainkai mit Live-Musik am Römer (3. bis 6. August), Höhepunkt: das Feuerwerk am 6. Dem **Apfelweinfestival** am Roßmarkt (10. bis 19. August) folgt als großes Kulturfestival das **Museumsuferfest** mit Museumskarte zum Schnupperpreis, Künstlerständen und Leckereien aus aller Herren Länder (24. bis 26. August). Danach der **Rheingauer Weinmarkt** zwischen Freßgass’, Großer Bockenheimer und Opernplatz (29. August bis 7. September) und die Herbst-**Dippemess** (ab 7. September). Kurz vor der Buchmesse verjazzt der **Jazz zum Dritten** auf dem Römerberg den Jahrestag der Wiedervereinigung: den 3. Oktober. Ansonsten gibt es am Eisernen Steg den **Flohmarkt** (Südseite, immer samstags), die **Bernemer Kerb** von Bornheim (10. bis 15. August), das **Sachsenhäuser Brunnenfest** (17. bis 20. August) und den **Berger Markt** nebst Stadtschreiberfest zur Eröffnung (1. bis 4. September).

Der Rheingauer Weinmarkt lädt zwischen 29. August und 7. September auf die Freßgass’ ein.

Zu den Höhepunkten unter den Frankfurter **Museumsausstellungen** zählt die erste große Übersichtsausstellung des Künstlers Thomas Scheibitz im **Museum für Moderne Kunst** (29. September bis 13. Januar). Der Steinmetzsohn gestaltete 2005 den deutschen Pavillon in Venedig. Ausgehend von Vorlagen der Alltags- und Popkultur, alter Kunst und der klassischen Moderne sucht Scheibitz nach der menschlichen Figur zwischen Abstraktion und Figürlichkeit. Große Dinge sind in Bewegung, wo der Kulturfonds Frankfurt-RheinMain mitfördert, so auch in der Ausstellung „Schwarze Romantik – Von Goya bis Max Ernst“ im **Städel** (26. September bis 20. Januar). Es handelt sich um die erste deutsche Schau dieser Größe über die dunkle Seite der Romantik und deren Fortleben in Symbolismus und Surrealismus. Mehr als 130 Werke lassen die Faszination für das Abgründige, Geheimnisvolle und Böse spüren. Der **Frankfurter Kunstverein** stellt in der Schau „Malerei der ungewissen Gegenden“ die vier figurativen Maler Tilo Baumgärtel, Susanne Kühn, Antje Majewski und Hannes Michanek vor (27. Juli bis 16. September). Zur Buchmesse zeigt der Kunstverein dann Maori- und „weiße“ Kunst aus Neuseeland („Contact“, 5. Oktober bis 25. November). Das **Goethe-Haus** nimmt sich „Goethe und das Geld“ zum Thema (13. September bis 16. Dezember). Den 90. Geburtstag der Karikaturistin Marie Marcks feiert das **Caricatura-Museum** (9. August bis 21. Oktober). Und sonst? Das private **Dialogmuseum** (Hanauer Landstr. 137–145) folgt seit 2005 der zeitlosen Idee, Sehende das Blindsein erleben zu lassen. Unter vielen **Frankfurt-Führungen** mit Start an der Touri-Information am Römer (samstags und sonntags ab 10.30 Uhr) ist gleichfalls eine, die Blinde rund um den Römerberg „Frankfurt begreifen“ lehrt. Eine weitere Führung hat Frankfurts Kriminalgeschichte seit dem Mittelalter zum Thema. *Marcus Hladek*

Für Sie gelesen

Rosen, nichts als Rosen

„Oh, wer um alle Rosen wüsste, die rings in stillen Gärten stehen – oh, wer um alle wüsste, müsste wie im Rausch durchs Leben gehen.“ So Christian Morgenstern, der sich damit unter die Preisdichter der „Königin des Blumenreichs“ (Goethe) einreihte, statt diese, mit Gertrude Steins Satz „Eine Rose ist eine Rose ist eine Rose“, aufs pure Zeichen zu reduzieren. Dem Ziel, um alle Rosen zu wissen, nähert sich Ann Chapman, die ein wichtiges Rosen-Gartenmuseum in Neuseeland besitzt, in „Frauen in meinem Rosengarten“. Wer also verbirgt sich hinter „sub rosa“? Wer waren Cornelia Africana und „die schöne Sultanin“? Chapmans Recherchen ergaben fundierte Antworten, dazu kommen herrliche Rosen-Fotos von Paul Starosta, Porträts der Namenspatinnen und anderes Material. Das Buch ist unterhaltsam, voller Farbräusche und ergibt sich nur einmal, bei Lady Hillingdon („.. und denke an England ...“), dem viktorianischen Herrenwitz.

Ann Chapman: Frauen in meinem Rosengarten – alte Rosen und die Geschichten ihrer Namen.
Knesebeck, 2012. Geb., 176 S., 29,95 Euro

Leben von der Rente des Vaters

Der ungarische Schriftsteller György Dalos (69), Sohn eines KZ-Überlebenden, studierte in Moskau Geschichte, wurde als Mitunterzeichner der „Charta77“ verfolgt und lebt seit bald 30 Jahren in Wien und Berlin. Sein Roman „Der Fall des Ökonomen“ erzählt vom Ökonomen Gábor Kolozs, dessen Leben von abgewürgten Aufbrüchen in die Freiheit, Dissidenz und Berufsverbot überschattet wird. 1990 rückt Gábor Kolozs ins Parlament ein, steht 1994 wieder vor dem Nichts und kommt beim Vater unter, der aus Schweizer Stiftungsgeldern eine Opferrente bezieht. Eingerahmt ist der fiktive Lebensbericht vom Tod des Vaters und dem Auffliegen Gábors, der dessen Rente einfach weiterkassiert hat, bis die Presse plötzlich den 100. Geburtstag des „letzten Überlebenden“ feiern möchte. Dalos sagt, er habe „das Elend eines gewissen Typus von Intellektuellen“ beschreiben wollen. Wenn ungewollt Humor daraus entstehe, müsse das Lachen in der Welt stecken. Von ihm stamme es nicht.

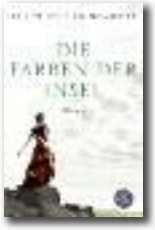
György Dalos: Der Fall des Ökonomen,
Rotbuch, 2012. Geb., 192 Seiten, 18,95 Euro

Ikone des Nachkriegsjournalismus

Auf alten Fotos gleicht die heute 73-jährige Journalistin Wibke Bruhns mit ihrer großen Brille einem Computer- oder Comicsüchtigen „Nerd“ von heute – oder doch nur einem Juso von damals? Tochter eines nach dem Hitler-Attentat vom Staat ermordeten Offiziers und einer Diplomatin, ist sie eine Ikone des Nachkriegsjournalismus, auch als erste Nachrichtensprecherin im deutschen Fernsehen. Die Liaison mit Kanzler Willy Brandt, die man ihr nachsagte, bestreitet sie hier. Als Brandt sie auf seiner Israel-Reise ins Hotelzimmer holte, habe er sich nur seine verhohlene Skepsis über die bilateralen Beziehungen (mit Israel, nicht mit Bruhns) von der Seele geredet. Jenseits der Anekdoten bietet „Nachrichtenzeit“ zum Glück einen uneitlen Aufriss deutscher Geschichte mit Charakterbildern, Ausflügen ins sogenannte Palästinenserproblem oder zur sektiererischen, oft bigotten Religiosität in den USA. Kulturjournalismus war kaum ihre Stärke. Wie sie etwa Alexander Kluges Fernsehsendungen tadelt, kommt einem nach einem ersten Fünkchen Schadenfreude denn doch nur banausisch vor. Wie auch immer – eine lohnende Lektüre. Nachrichtenzeit.

Wibke Bruhns: Meine unfertigen Erinnerungen,
Droemer, 2012. Geb., 422 S., 22,99 Euro

Poetischer Roman einer Malerin



Schon auffällig, wie sehr es Künstler und Autoren von der Feuerinsel Island ans Mittelmeer nach Rom, natürlich auch nach Paris zieht. Man denke nur an Thor Vilhjálmssons zuvor in der SZ 4/2011 rezensierten Mittelalter-Roman „Morgengebet“. Kristín Marja Baldursdóttirs Roman „Die Farben der Insel“ spielt demgegenüber im 20. Jahrhundert. Baldursdóttirs Leser kennen ihre Protagonistin, die Künstlerin Karitas, bereits aus ihrer „Eismalerin“, wo es um Menschen in karger Natur geht. Jetzt, in der Fortsetzung, lebt sie zwar weiter im Küstendorf, trotzt der Gesellschaft aber die Freiheit von Rollenzwängen ab, um malen zu können. Mit ihrer düsteren Kunst, ihren persönlichen Ecken und Kanten beeindruckt sie anfangs nur die Frauen um sich herum, dann aber reist sie der Kunst halber nach Paris und hat Erfolg. Rätselhafte Bildbeschreibungen liefern grelle Außenbilder zu ihren Seelenkämpfen. Ein poetischer Entwicklungsroman, in dem Kunst mehr als Metapher ist.

Kristin Marja Baldursdóttirs: Die Farben der Insel, übers. v. Coletta Bürling,
Fischer Tb., 2011. 558 S., 9,99 Euro

Stoltze für Kinder

Michael Quast dichtet nicht, leitet aber die „Fliegende Volksbühne Frankfurt“ und das Höchster Festival „Barock am Main“. Näher lässt sich dem demokratisch gesinnten Mundartdichter Friedrich Stoltze (1816–1891) kaum kommen. Kein Wunder, dass Quast & Co. das Büchlein „Eenen, denen, dippen, dappen – Friedrich Stoltze für Kinner un Kenner“ zusammengestellt haben. Auf der CD liest Quast Texte, und der Holzhausen-Kinderchor der Frankfurter Bürgerstiftung singt. Das Buch ist mit dem Blick auf die Kinder liebevoll gestaltet. Sechs Abschnitte umfassen Lieder und Kinderreime, Rätsel und das Familienleben nicht nur bei Stoltzes. Unaufdringlicher als hier, eingebettet in Sabine Kranz' witzige Illustrationen, können erklärende Fußnoten gar nicht daherkommen. „Und nun, Kinder“, ruft Quast ihnen im Vorwort zu, „schnappt Euch das Büchlein! Eltern, ermutigt die Sprösslinge, den Reichtum der Mundart zu entdecken! Großeltern, zeigt, was Ihr draufhabt beim Vorlesen!“

Michael Quast u.a.: Eenen, denen, dippen, dappen – Friedrich Stoltze für Kinner un Kenner,
Henrich Editionen, 2012. Geb., mit 1 CD, 104 S., 19,95 Euro

Markus Hladek

Seniorenrestaurants

Preis 4,70 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

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

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

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

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

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

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

Seckbach Hufeland-Haus
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/47 04-3 44, Fax 0 69/4 70 43 15
Bus Nr. 38 Richtung Burgstraße oder Bus Nr. 43
Richtung Atzelberg Ost, Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: Mo–Fr 08.00 bis 16.00 Uhr,
Sa 11.30 bis 16.00 Uhr, So 11.30 bis 17.00 Uhr

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

Haben Sie Fragen zum Mittagstisch?
Telefon: 212-3 57 01

Essen auf Rädern

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

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

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

Essen auf Rädern von verschiedenen Cateringfirmen vermitteln folgende Sozialverbände:

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

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

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

Anzeige

Die frische Küche vom Land, die zu Hause am besten schmeckt

Immer mehr Menschen genießen den Komfort, sich ein gutes Essen ins Haus liefern zu lassen. Frisch und ausgewogen sollte es sein, abwechslungsreich und geschmackvoll. All das bietet die Landhausküche aus dem Hause apetito. Frische Zutaten, beliebte Rezepte und erfahrene Köche machen die Qualität der Gerichte aus.

Um es den Gästen der Landhausküche so bequem wie möglich zu machen, liefern freundliche Kuriere das Bestellte direkt ins Haus.
Für mehr Informationen sind die freundlichen Mitarbeiterinnen der Landhausküche telefonisch erreichbar: Montag bis Freitag 8.00 – 18.00 Uhr
Tel. 0 69 – 24 79 50

LANDHAUS KÜCHE
Für mich gekocht.
Für mich gebracht.
Von apetito

Landfrische, köstliche Gerichte,
mit dem Liefer-Service ins Haus

PROBIER-ANGEBOT
Jetzt bestellen und selbst überzeugen!

Rufen Sie uns an! Tel. 0 69 - 24 79 50 24
www.landhaus-kueche.de

Vorschau auf das Kursangebot für aktive Seniorinnen und Senioren 2012-2

Telefonische Auskunft über das gesamte Kursangebot:
Telefon: 069/212–71501
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,
Das vollständige Programm mit allen Daten und Preisen, sowie Information und Beratung zum Angebot für aktive Seniorinnen und Senioren erhalten Sie unter Telefon: 069/212-37963 und 069/212-41262

Volkshochschule, Sonnemannstraße 13

Autobiographisches Schreiben	Do	Vormittag
Schreibatelier für Fortgeschrittene	Do	13.30–15.00
Gedächtnistraining	Mo	Vormittag
Gedächtnistraining	Do	Vormittag
Museums-/Ausstellungsbesuche	Mi	10.00–12.15
Handykurs (15.10., 10.12.)	Mo	10.15–12.00
Wirbelsäulengymnastik	Di	09.30–10.30
Feldenkrais	Fr	10.30–12.00
Gewalt sehen und Helfen (29.09.)	Sa	14.00–18.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	14.45–16.15
PC-Grundlagen, Internet (WIN 7)	Di+Do	14.00–17.15
Apple MAC Grundlagen (ab 03.12.)	Mo,Mi,Fr	14.00–17.15
Google Dienste (ab 19.11.)	Mo,Mi,Fr	14.00–17.15
Weblogs mit Blogger (ab 29.10.)	Mo,Mi,Fr	14.00–17.15
Facebook und Co. (ab 12.11.)	Mo,Mi,Fr	14.00–17.15
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung (ab 08.10.)	Mo–Fr	14.00–17.15
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung (ab 17.12.)	Mo–Fr	14.00–17.15
Android (ab 26.11.)	Mo+Mi	14.00–17.15
Wikipedia Einführung (ab 03.09.)	Mo+Fr	14.00–17.15
Wikipedia - Autoren (ab10.09.)	Mo+Fr	14.00–17.15

Unterrichtszentrum, Leipziger Straße 67

Ölmalerei	Do	14.00–16.15
Englisch Einsteiger	Mi	15.30–17.00
Englisch geringe Grundkenntnisse	Di	14.00–15.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	12.00–13.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	08.45–10.15
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	12.00–13.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Di	10.15–11.45
Englisch gute Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.30–17.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mo	14.00–15.30
Englisch ohne Lehrbuch Fortgeschritten	Do	14.00–15.30
English conversation	Mo	15.45–17.15
English conversation advanced	Do	10.45–12.15
Französisch geringe Grundkenntnisse	Fr	09.00–10.30
Französisch geringe Grundkenntnisse	Fr	10.45–12.15
Französisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	09.00–10.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	10.45–12.15
Italienisch geringe Grundkenntnisse	Fr	09.15–10.45
Italienisch geringe Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Italienisch gute Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mi	15.45–17.15
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mo	14.00–15.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Spanisch gute Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Spanisch gute Grundkenntnisse	Di	14.00–15.30

BIKUZ-Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2

Wirbelsäulengymnastik	Mo	09.00–10.00
Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	15.45–17.15
English conversation	Mi	Vormittag

Stadtbücherei, Hasengasse 4

Kunstgeschichte: Kunst um 1800	Do	11.15–12.45
Kunstgeschichte: Der Impressionismus und die „Väter der Moderne“	Fr	11.15–12.45
Alltagsaufgaben mit dem PC meistern	Di+Fr	14.00–16.15
Internet (ab 05.10.)	Fr+Di	14.00–16.15

Haus der Jugend, Deutschherrnufer 12

Vortrag: „Engländer“, Königinnen – Dichter – Gotteslästerer – Aufrührerinnen	Mi	18.15–19.45
Vortrag: Gerhart Hauptmann zum 150. Geburtstag (29.08., 24.10.)	Mi	18.15–19.45

Begegnungsstätte Bockenheim, Am Weingarten 18–20

Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	09.00–10.30
English conversation	Mi	10.45–12.15
Französisch Conversation	Do	Vormittag

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 Infonachmittag (28.08)	Di	14.15–15.45
Bridge Minibridge	Di	14.15–15.45
Bridge Forum D1	Mo	14.00–15.30
Bridge Forum D2	Mo	15.45–17.15
Bridge Fortgeschrittene Alleinspiel	Di	16.00–17.30
Bridge Fortgeschrittene Gegenspiel	Mi	11.00–12.30
Bridge Fortgeschrittene Reizung 1	Di	10.45–12.15
Bridge Fortgeschrittene Reizung 2	Mi	13.30–15.00
Bridge Fortgeschrittene Reizung 2	Mi	15.15–16.45

EVA Frauenbegegnungszentrum, Saalgasse 15

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

Eckenheim, Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstraße 6

Zeichnen und Malen	Di	10.00–12.00
Tanzkreis	Fr	14.00–15.30
Wassergymnastik	Di	Nachmittag
Wassergymnastik und Schwimmen	Di	16.00–17.00

Begegnungsstätte Praunheim, Heinrich-Lübke-Straße 32

Wirbelsäulengymnastik	Mo	10.00–11.00

Preungesheim, Ev. Kreuzgemeinde, Alt-Preungesheim 22

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag

Begegnungsstätte Hausen, Hausener Obergasse 15a

Wirbelsäulengymnastik	Mo	Vormittag

Begegnungsstätte Ginnheim, Ginnheimer Landstraße 172–174

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag
Wirbelsäulengymnastik	Mi	10.00–11.00
Englisch ohne Lehrbuch	Mo	Vormittag

Nachbarschaftszentrum Ginnheim, Ginnheimer Hohl 14h

English conversation	Do	Vormittag

Begegnungsstätte Ostend, Rhönstraße 89

English conversation	Di	10.00–11.30

Bibliothek Schwanheim, Alt-Schwanheim 6

English conversation	Di	Nachmittag

Grundschule Harheim, In den Schafgärten 25

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Nachmittag

Zentrum am Bügel, Ben-Gurion-Ring 110a

Wirbelsäulengymnastik	Do	Nachmittag
Gitarrenensemble	Mo	18.15–19.45

Bethaniengemeinde, Wickenweg 60c

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mörfelder Landstraße 210

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

Dreikönigsgemeinde, Tucholskystraße 40

English conversation	Di	Vormittag

Depot Oberrad, Offenbacher Landstraße 357

Wirbelsäulengymnastik	Mi	10.15–11.15
Wirbelsäulengymnastik mit Yogaelementen	Mi	09.00–10.00

Stadthalle Bergen-Enkheim, Marktstraße 15

Wirbelsäulengymnastik	Do	09.45–10.45

Gemeindehaus St. Aposteln, Ziegelhüttenweg 149

Wirbelsäulengymnastik	Do	Vormittag

Ev. Gemeindehaus, Zentgrafenstraße 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

Begegnungsstätte Gallus, Frankenallee 206–210

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag
Wirbelsäulengymnastik mit Yogaelementen	Di	11.30–12.30

Begegnungsstätte Nied, Birminghamstraße 20

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag
English conversation	Di	09.30–11.00

August-Stunz-Heim, Röderbergweg 82

Wassergymnastik	Mo	Vormittag

Saalbau Gallus, Frankenallee 111

Bridge Turnierspiel für Fortgeschrittene	Do	10.30–14.00

Anzeige

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

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts

Wohnen und Leben im Wiesenhüttenstift ist einfach angenehm!

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

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

Zertifiziert nach IQD

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

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Sommerzeit, da tut Erfrischung gut. Dieser Schwimmer auf seiner Luftmatratze fühlt sich allerdings auch ohne Wasser ganz wohl. Das Foto entstand nämlich im Herbst, dies zeigt das herumliegende Laub. Die Rätselfrage lautet diesmal: Wo ist dieses Foto aufgenommen? SZ-Leser können ihre Ideen dazu gerne schriftlich an die Redaktion weiterleiten. Zu gewinnen gibt es 20 CDs des Glücksforschers Stephan Lermer „Einfach glücklich sein, eine Anleitung". Die Gewinner werden gezogen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 10. August 2012.

Viel Spaß beim Rätseln und Gewinnen wünscht das Team der Senioren Zeitschrift!

Auflösung des Preisrätsels aus SZ 2/2012

Putto genannter Kinderengel
Zeigt sich südlich an dem Steg.
Engelknaben keine Bengel
Schmücken den beliebten Weg.
Der für Skyline-Blick bekannt,
„Hibb und Dribb de Bach" verbindet:
EISERNER STEG wird er genannt,
am Ufer man Museen findet.
Herbert Hoffmann

Unter den richtig eingesandten Antworten wurden fünf Gewinner gezogen. Je ein Buch „Der schnelle Weg zum gesunden Rücken" von Dr. med Reinhard Schneiderhan haben gewonnen: Wolfgang Behrens, Anneliese Feuser, Nils Granqvist, Manfred Kühn und Brigitte Wölbing.
Wir gratulieren!

Kurzinformation

Sozialrathaus Gallus zieht im Juli um

Das Sozialrathaus Gallus, bisher Krifteler Straße 84, zieht im Juli in ein neues Domizil. Die Bürger finden dann die gewohnten Dienstleistungen im neuen Dienstgebäude in der Rebstöcker Straße 8. *red*

Anzeige

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

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum „Bockenheimer Treff"

Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt
Telefon 069/77 52 82

Ü-50 Party

mit Gerald Schneider; Gesellschaftstanz und offenes Disco-Tanzen im Wechsel
Freitag, 14. September und 19.Oktober, jeweils 16.30 bis 19.30 Uhr

Gesund leben – Gesund bleiben

immer freitags 16 bis 18 Uhr
21. September: „Neurodermitis – Quälender Juckreiz / erfolgreiche Therapien
12. Oktober: „Niereninsuffizienz – Dialyse und Transplantation"

Sommerfest mit Tombola

Tanzvorführung und weiteren Attraktionen,
Musik Gerald Schneider, Mittwoch, 22. August, ab 14 Uhr

Weinprobe

mit Winzer Erwin Kerz, geboten werden acht Weine und ein deftiger Winzerteller.
13 € pro Person, Mittwoch, 29. August, ab 16 Uhr

Autoren-Lesung

Bettina Weber liest aus ihrem Fantasy-Roman „Der Rosenmagier", Freitag, 28. September, 15 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Alt Fechenheim 89, 60386 Frankfurt
Telefon 069/97 69 46 92

Tanztee

im Rahmen des Fechenheimer Fischerfestes,
mit Live-Musik, Samstag, 1. September, 14.30 Uhr

Lesung

Meddi Müller liest aus seinem neuen historischen Frankfurt- Krimi „Glanzgold".
Musikalische Begleitung: Patrick Hemling
Mittwoch, 12. September, 16 Uhr, 2 €

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt
Telefon 069/6 03 23 1 oder 20 17 20 49

Lachen kann nicht schaden!

Lustige Erlebnisse und komische Geschichten um Loriot
Dienstag, 4. September, 16 bis 17 Uhr, 2,50 € Gäste (Mittlerer Hasenpfad 40)
Donnerstag, 13. September, 16 bis 17 Uhr, 2,50 € Gäste (Seniorenwohnanlage Lettigkautweg 41, Eingang Ecke Wendelsweg)

Märchen für Erwachsene

Dienstag, 18. September, 16 bis 17 Uhr, 2,50 € Gäste

Dämmerschoppen mit Live-Musik

Jeden 1. Freitag im Monat von 16.30 bis 20 Uhr, Verzehrkosten

Gemeinsames Mittagessen

Jeden 1. Montag im Monat, 12 bis 13.30 Uhr
(Auswahl aus 5 Menüs) Anmeldeschluss eine Woche zuvor

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – Maintreff

Walter-Kolb-Straße 5–7, 60594 Frankfurt
Telefon 069/153 92 14 15

Hatha Yoga 50+
Neuer Yoga-Kurs für Anfänger/ Wiedereinsteiger und Geübte
Einstieg jederzeit möglich ab 18. Juli, mittwochs, 12.30 bis 13 Uhr, 50 € für 5 Termine à 90 Min.
Anmeldung Telefon 069/29 14 92 oder 069/153 92 14 15

Frühstück mit Ausflug
Mittwoch, 1. August und 5. September, 10 Uhr
Anmeldung bis jeweils 1 Woche zuvor, Kosten: 3,50 €

Eine Reise in die Kindheit
Nostalgienachmittag mit Anne und Simone
Montag, 20. August, 14.30 bis 16.30 Uhr, 5 €
(inkl. Kaffee und Kuchen), Anmeldung bis 13. August

„Der ganz normale Wahnsinn“
Sketche der Theatergruppe „Höchster Silberdisteln“
Donnerstag, 6. September, 18.30 bis 19.30 Uhr
Einlass: 18 Uhr, 5 €, Kartenvorverkauf bis 23. Juli

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
Infoveranstaltung mit Richard Kunze, Beratung 50+
Montag, 17. September, 13.30 bis 14.30 Uhr, kostenlos

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298, 60439 Frankfurt
Telefon 069/29 98 07-55 22

Buntes Sommerfest
mit Grill und Live-Musik, Kaffee und Kuchen
Donnerstag, 2. August, 12 Uhr, Praunheimer Weg 169,
Anmeldung bitte bis 26. Juli

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206–210, 60326 Frankfurt
Telefon 069/738 25 45

Oktoberfest mit Live-Musik
Donnerstag, 4. Oktober, 15 Uhr,
Anmeldung bis 1. Oktober, begrenzte Teilnehmerzahl.
Eintritt: 7 € für Musik,
Kaffee u. Stück Kuchen, Brotzeit

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11, 60435 Frankfurt, Telefon 069/540 05 55

Zahn- und Mundpflege im Alter
Vortrag von Dr. Sibylle Bausback-Schomakers,
Amt für Gesundheit
Donnerstag, 23. August, 16 Uhr, ab 15 Uhr Cafeteria

Humor der 20er Jahre mit Otto Reuter
Vortrag von Herbert Sprenger
Donnerstag, 13. September, 16 Uhr, ab 15 Uhr Cafeteria

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt, Telefon 069/57 71 31

Gesprächskreis für Menschen mit Gedächtnisschwäche
Selbsthilfegruppe mit fachlicher Leitung
Freitag, 31. August, alle 14 Tage, 10 Uhr

Demenz: Zusammen leben
Vortrag und Diskussion zum Welt-Alzheimertag 2012
Freitag, 21. September, 10 Uhr,
Veranstaltung der Initiative „Demenzfreundliches Quartier“

Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg

Dörpfeldstr. 6, 60435 Frankfurt, Telefon 069/2 99 80 72 68

Dämonen, Wächter & Co.
Fotografien von Dietrich Langner. Sakrales und Profanes aus China, Vietnam und Europa.Vernissage Montag, 23. Juli, 15 Uhr

Offene Bühne
für Zuschauer und Akteure mit Herbert Sprenger und Ahouva Peri. Talentschuppen für Poesie und Musikalisches vor einem kleinen wohlwollenden Publikum
Donnerstag, 26. Juli, 30. August, 27. September
jeweils 15 bis 17 Uhr

„Sehen Sie, das war Berlin!“
Filmmusik und Schlager der 20er bis 40er Jahre mit dem Interpretenpaar Mika Degaita (Klavier) und Heinz Hepp (Klarinette und Gesang), Montag, 20. August, 17 Uhr, 6 €

Erste Hilfe bei Hausnotfällen
Vortrag von Helmuth Schmitt in der Selbsthilfegruppe Bluthochdruck Frankfurt Rhein-Main
Dienstag, 25. September, 17.15 Uhr

Kegeln mit der Wii
vor der großen Leinwand mit Alexander Ehlert
Donnerstag, 9. und 23. August, jeweils 14.30 Uhr

Qigong – Fit über 50
mit Philip Stanley.
Chinesische Heilgymnastik für Menschen mit oder ohne gesundheitliche Einschränkungen
Mittwoch, 12. September, 10.30 bis 12 Uhr, 10 x, 65 €

Yoga für jedes Alter
mit Annemie Pauli
Mittwoch, 1. August, 17.15 Uhr 10 x 1 Std., 50 €

Otto Reuter – Humor der 20er Jahre
vorgetragen von Herbert Sprenger
Mittwoch, 29. August, 15.30 Uhr

Anzeige

RMV-Ausflüge & zu Fuß unterwegs
mit Rainer Ladach,
Anmeldung mit Vorkasse für Führung und RMV jeweils freitags.
Freitag, 17. August: Sagenhafte Burg Rodenstein im Odenwald
Freitag, 28. September: Wanderung im Hintertaunus mit Weinprobe

Offenes Aktivangebot
Führungen mit Monika Franz, mit Anmeldung, jeweils dienstags:
24. Juli: Jüdischer Friedhof
7. August: Wetterpark Offenbach
21. August: Samendarre im Forstamt Hanau-Wolfgang
4. September: Puppenmuseum Hanau
18. September: Schlosshotel Kronberg

Internet-Café Kontakt im Haus der Begegnung

Öffnungszeiten Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 14 bis 16.30 Uhr

Hilfe bei Computer- und Internetnutzung
bringen Sie auch Ihr eigenes Laptop/ Notebook mit.

Einführungskurs in PC und Internet für Anfänger
mit Dagmar Krönung
Ab Montag, 6. August, jeweils 10 bis 12 Uhr, 4 x 2 Std., 30 €

Mut zum Handy
In Einzelterminen zeigt Laila Schmid, wie das Handy funktioniert, jeweils Freitag 10 und 11.30 Uhr mit telefonischer Anmeldung, 5 €

Hilfe, mein Computer hat die Grippe!
Sicherheit im Internet und auf dem Handy.
Eine Einführung mit Markus Reuter
Mittwoch, 8. August, 14 Uhr

Lesecafé des Netzwerkes „Neue Wege ins Alter“
Mit Jutta Blech, 15. September, 14.30 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Dornbusch / Café Anschluss

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 069/550915

Vor dem PC-Kauf
Vortrag von Rudi Reiffert
Donnerstag, 26. Juli, 9.30 Uhr; ohne Anmeldung, 5 €

Nordic Walking
mehr als nur „Gehen mit Stöcken“.
Vortrag von Heike Fritsch, Kursleiterin Nordic Walking
Mittwoch, 18. Juli, 10 Uhr; ohne Anmeldung, 2 €

Alfa-Nordic-Walking – Basiskurs
Mit Heike Fritsch
Mittwoch, 25. Juli, 1., 8., 15. und 29. August, 5. September, jeweils 10 bis 11.30 Uhr; Anmeldung bis 20. Juli, 20 €

Besuch der Frankfurter Wallanlagen im Internet und real
Internetrecherche und Spaziergang
Mittwoch, 8. August, und Donnerstag, 9. August, 10 bis 13 Uhr, Anmeldung bis 3. August, 15 €

Besuch der Molière-Komödie „Der Geizige“
im Bolongarogarten in Frankfurt-Höchst
Sonntag, 26. August, 16.30 Uhr, Anmeldung bis 3. August, 24 €

Spaziergang – Naturpark „Buga“ / Niddapark
Freitag, 31. August, 15 Uhr; Anmeldung bis 24. August, 2 €

Nordic-Walking-Ausflug – Niddapark „Buga“
Freitag, 31. August, 15 Uhr; Anmeldung bis 24. August, 2 €

Feierabend-Radtour – Niddapark „Buga“
Freitag, 31. August, 16 Uhr; Anmeldung bis 24. August, 2 €

Mein Sehvermögen lässt nach – was kann ich tun?
Vortrag von Katharina Metzler von der Frankfurter Stiftung für Blinde und Sehbehinderte
Dienstag, 18. September, 10 Uhr; ohne Anmeldung, 2 €

Begegnungs- und Servicezentrum Dornbusch: Die Kreativwerkstatt

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 069/5971684

Line Dance für alle Generationen
Donnerstag, ab 6. September, jeweils 18.30 bis 20 Uhr, 10 x, 50 €

Improvisationstheater
Sich erproben mit Bewegung – Text – Emotion – Musik
Freitag, ab 7. September, jeweils 11 bis 13 Uhr, 6 x, 50 €

Lust auf Singen
Singgruppe des Netzwerkes Neue Nachbarschaften lädt auch vermeintlich „Unbegabte“ zum Singen ein
Freitag, 7., 21. September, 5., 19. Oktober, 2. November, jeweils 17 bis 18.30 Uhr

Endlich Noten lesen können!
Singen wird einfacher: für ChorsängerInnen und solche, die es werden wollen oder InteressentInnen, die ein Instrument lernen wollen
Donnerstag, ab 6. September, 17.15 bis 18.15 Uhr, 6 x, 30 €

Wolle zu Filz machen
Nass-Filzen kennenlernen! Es werden Perlen, Schnüre später auch Taschen und Gefäße gefilzt.
Dienstag, 4. und 11. September, 14 bis 17 Uhr, 15 € Materialkosten

Ich gehe in Rente! Und was beschäftigt mich dann?
Workshop zum Übergang in das Rentnerleben.
Mittwoch, ab 5. September, 17.30 bis 20 Uhr, 4 x, 40 €

Gemeinsame Projekte

Café Anschluss und Kreativwerkstatt
Weiterhin Ehrenamtliche für Bunte Barke/Alt für Jung gesucht. Nachmittagsbetreuung für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Montag, Dienstag und Donnerstag von 14 bis 17 Uhr, ganzjährig

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt am Main
Telefon 069/2998 07-243/246

Ostpreußen
Auf den Spuren der deutschen Vergangenheit im heutigen Polen. Dia- Vortrag mit Dr. Christa Winterberg
Dienstag, 7. August, 16 Uhr, 2 € (Ben-Gurion-Ring 20)
Donnerstag, 9. August, 16 Uhr, 2 € (Deuil-La-Barre-Straße 2)
jeweils ab 15 Uhr, Anmeldung erbeten

Schlager aus den 20er, 30er und 40er Jahren
gespielt am Akkordeon von Gisela Nymann
Dienstag, 11. September, 16 bis 17.30 Uhr, 3.50 €, Anmeldung erbeten

Pflegeheim Bockenheim

Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main

Gesprächskreis
der Selbsthilfegruppe für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen
Montag, 6. August, und Dienstag, 4. September, jeweils von 17 Uhr bis 19 Uhr

Interessenten weiterer Angebote können die Programme „50+ und Ausflüge“ anfordern unter Telefon 069/2998 07-243/-246.

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, Alte Mainzer Gasse 10, 60311 Frankfurt, Tel. 2 98 24 03, Fax 2 98 24 20

▶ BuV Sachsenhausen, Oberrad: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e. V., Große Bockenheimer Straße 33–35, 60313 Frankfurt, Tel. 15 34 23 66, Fax 15 34 23 68

▶ 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, 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 Straße 34, 60389 Frankfurt, Tel. 47 04-281, 47 04-229, 47 04-344, Fax 4 70 42 62

▶ BuV Goldstein, Schwanheim und Niederrad: Diakonisches Werk für Frankfurt am Main, Schwanheimer Str. 20, 60528 Frankfurt, Tel. 6 78 70 03, Fax 6 78 70 28

▶ Pflegestützpunkt, Jugend- und Sozialamt, Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Tel. 08 00/5 89 36 59

Anzeige

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

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

Sterbende Menschen mit Demenz begleiten
Demenzforum am 20. September von 10.15 bis 16.30 Uhr

Sterben Menschen mit Demenz anders?
Mit fortschreitender Demenz zerfällt die verbale Sprache zunehmend, sodass Betroffene ihre Wünsche nicht mehr klar formulieren können. Für die Begleiter ist es jetzt wichtig zu wissen, wie der sterbende Mensch mit fortgeschrittener Demenz sein Leben und Sterben sieht und erlebt, um eine angemessene Sterbebegleitung anbieten zu können.

Die letzte Lebensphase achtsam gestalten
Um Menschen mit Demenz in Würde bis zuletzt zu begleiten, sind Wissen und die Bereitschaft, sich auf die Betroffenen einzulassen, wichtig. Doch auch die Angehörigen und Nahestehende brauchen Unterstützung und Ermutigung.
Sie sollten mit einbezogen werden, damit Abschiednehmen gelingen kann.
Informationen bei: Maren Kochbeck, Arbeitsbereich HILDA, Telefon 0 69/97 20 17-37 oder kochbeck@buergerinstitut.de
Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich.

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

Kultur-Begleitservice für Senioren
Ein Besuch im Palmengarten, im Museum oder bei einem Konzert ... Wer sich dies nicht allein zutraut, weil er vielleicht nicht mehr gut laufen oder sehen kann, oder weil es schöner ist, etwas in Gesellschaft zu unternehmen, der kann den Kulturbegleitservice in Anspruch nehmen. Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen begleiten zu Kulturveranstaltungen und halten auch Vorschläge und Anregungen für Veranstaltungen bereit, die kostenlos oder sehr preiswert sind. Die Übernahme von Kosten muss im Einzelfall geklärt werden. Der Service selbst ist kostenlos.
Informationen bei Barbara Jakob, Telefon 0 69/97 20 17 36.

Treffpunkt Rothschildpark
Bürgerinstitut e.V., Oberlindau 20, 60323 Frankfurt

Thema China
Zauber des Pinselstrichs / Chinesische Tuschmalerei und Kalligraphie von Claudia Fassbender
Die traditionelle chinesische Malerei entwickelte sich aus und mit der Kalligraphie, der chinesischen Schrift, die in der bildlichen Darstellung von Gegenständen ihren Ursprung hatte. In der Ausstellung werden Tuschebilder mit traditionellen Motiven gezeigt.
Ausstellung bis 21. September, Besichtigung Mo–Fr von 9 bis 16 Uhr, Einschränkungen durch Veranstaltungen.

Literatur am Nachmittag
mit Monika Vogel.
„Manna“ und „Was machst du, wenn ich aus dem Haus gehe?“ von Doris Dörrie, aus „Mitten ins Herz“, Diogenes Bibliothek 2004. Montag, 9. Juli, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Cafeteria
für Jung und Alt
mit selbst gebackenem Kuchen.
Mittwoch, 11. Juli, 14 bis 16.30 Uhr

15.00 Uhr Thema China
Eine Welt aus Zeichen – Chinesische Schrift (wenzi) und chinesische Kultur (wenhua)
Der Vortrag stellt eine Verbindung her zwischen der chinesischen Welt, die seit Jahrtausenden nach bestimmten Prinzipien, Normen und Gewohnheiten funktioniert und der chinesischen Schrift, die das verbindende räumliche und zeitliche Element dieser Kultur bildet.
Marie-Luise Beppler-Lie spricht über die Struktur und Funktionsweise chinesischer Schriftzeichen und deren Bedeutung für die chinesische Kultur. 2,50 € Gästebeitrag

Tag des offenen Buches
Die Gruppe „Lesefreuden“ feiert ihr 15-jähriges Bestehen unter dem Motto „Die mit den Büchern tanzen“. Zu jeder halben Stunde finden neue Lesungen statt – über die Vorzüge der Dunkelheit, die Begleitung zweier Rentner ins Café und vieles andere. Samstag, 21. Juli, 13 bis 18.00 Uhr, Einlass ab 12.30 Uhr, Eintritt frei

Unbekannte Märchen und Geschichten
für Erwachsene, gelesen von Irmgard Rütten
Montag, 27. August, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Thema China / Qigong
Qigong hat als Übungsmethode der traditionellen chinesischen Heilkunst eine lange Tradition. Die positiven Effekte von Qigong sind unter anderem die Förderung der Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit. Menschen jeden Alters können Qigong erlernen und üben.
Dr. Klaus Wersche, Allgemeinarzt mit Zusatzausbildung in traditioneller chinesischer Medizin, wird nach einer

Wer kennt diese Mädchen?

Für den Frankfurt-Teil in der Ende September beginnenden neuen Ausstellung „Die Dritte Welt im Zweiten Weltkrieg“ sucht das Historische Museum Zeitzeugen. Im Zweiten Weltkrieg kämpften in Europa auf beiden Seiten Soldaten aus Amerika, Afrika, Asien oder Ozeanien. Wer erinnert sich zum Beispiel an ausländische Soldaten während der Besatzungszeit in Frankfurt? Oder welche (Neu-)Frankfurter aus diesen Weltgegenden haben von ihren Eltern oder Großeltern von ihren Erfahrungen während des Kriegs erzählt bekommen? Auch wüsste Benedikt Burkard vom Historischen Museum zu gerne mehr über die links abgebildeten Mädchen, die im Sommer 1946 in der Gallusanlage fotografiert wurden. Wer kennt diese, oder kann weiterheilfen? Hinweise nimmt Benedikt Burkard, unter Telefon 0 69/212-3 51 54 entgegen.

red

Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Wo war's – wer war's?

Sportplatz, Bauplatz, Abriss? Hinweise zu diesem Gebäude mitsamt Gelände nimmt die SZ gerne schriftlich entgegen. Es steht nur so viel fest: Die Aufnahme entstand in den 50er Jahren.

Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Tipps und Termine | Bürgerinstitut

theoretischen Einführung einige praktische Übungen zeigen. Die Übungen finden im Rothschildpark neben dem Bürgerinstitut statt. Dafür bitte bequeme Kleidung mitbringen.
Dienstag, 28. August, 11 Uhr, 2,50 €
Gästebeitrag zzgl. 2 € Unkosten. Bitte anmelden!

Autorenlesung
Die Autorengruppe „Springender Punkt“ betrachtet Seitenwechsel im menschlichen Leben von allen Seiten.
Moderation: Renate Traxler
Freitag, 7. September, 16 Uhr 2,50 € Gästebeitrag

Yehudi Menuhin Live Music Now
Wir laden Sie zu einem klassischen Konzert in den Treffpunkt Rothschildpark ein. Es spielen für Sie Anselma Breer (Flöte) und Jacob Bussmann (Klavier), zwei Musiker, die von Yehudi Menuhin Live Music Now gefördert werden und in sozialen Einrichtungen auftreten.
Mittwoch, 12. September, 14.30 Uhr, Eintritt frei

Ausstellungsgespräch im Städel Museum
Der linke Künstler: Malerei und Politik als Symbiose
Besprochen werden soll das Bild von Wolfgang Mattheuer: „Der Koloß II“ (1970) – auch im Verhältnis zu den anderen in diesem Raum ausgestellten Werken. Wolfgang Mattheuer (1927–2004) gehörte neben Werner Tübke und Bernhard Heisig zu den Hauptvertretern der „Leipziger Schule“.

Donnerstag, 20. September, 15 Uhr, Treffpunkt 14.50 Uhr im Eingangsbereich des Städel Museums, Dürerstraße 2.
12 € bzw. ermäßigt 10 € für den Eintritt, RMV-Ticket.
Bitte anmelden

Johanna Schopenhauer, Mutter des Philosophen
Zwischen Spätromantik und Realismus: Leben, Werk und ihre Zeit. Vortrag von Angelika Tüchelmann.
Mittwoch, 26. September, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

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.

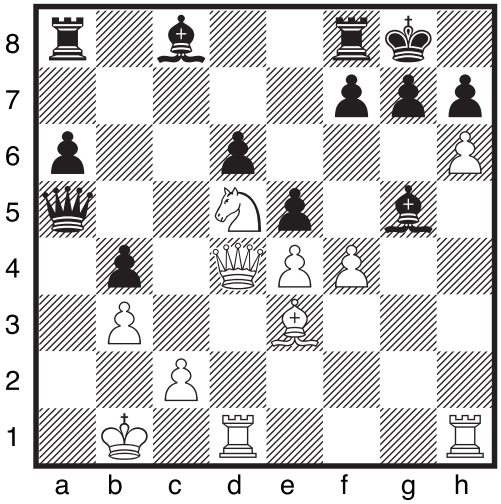
FRATERNITÄT
Behinderten-Selbsthilfe eV
Fahrdienst

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

japan. Gaststätte	holl. Käsesorte	metallhaltiges Mineral	laut weinen	Nebenfluss d. Rheins	Abk.: United States	Felsstück	sich extrem beeilen		Unterarmknochen	Textilbetrieb		hin und...	schrieb „Pippi Langstrumpf"
							bindender Auftrag						
Büromöbel										in der Nähe von			
blaue Farbe des Himmels					Menschen		Vater und Mutter						
seine Lage verändern (sich ...)		Fragewort		Verzeichnis						Verlobte		Wettsportauto	
							milchig		Erhebung im Gelände				
				starker Wind		Rassehund							
Fett von Meeressäugern, Fischen	Ort der Olymp. Spiele 2012		Teil der Kopffront						Geräusch beim Gewitter		Zeichen für Neon		
Zündschnur						Bewegungsform		nicht dick					
			Futterbehälter		Preisvorschlag						Bezeichnung, Benennung		Märchengestalt
Hauptkirche		Pflanzenspross / Ausruf						Klostervorsteher		unweit			
Verdauungskanal					Kfz-Z. Libanon		Beigefügtes						
Ausruf des Unwillens				Küchengerät						Abk.: mexikanisch			
mit Nägeln befestigen							Augenflüssigkeitstropfen						

3

Schach



Kontrollstellung:
Weiß: Kb1, Dd4, Td1, Th1, Le3, Sd5, Bb3, c2, e4, f4, h6 (11)
Schwarz: Kg8, Da5, Ta8, Tf8, Lc8, Lg5, Ba6, b4, d6, e5, f7, g7, h7 (13)
Wie kann Weiß den schwarzen Schutzwall auf dem Königsflügel in 5 Zügen zertrümmern?

Die Lösungen finden Sie auf Seite 16.

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 Landstr. 565–567, 60431 Frankfurt am Main, 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 7–9, 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 4/2012 ist der 29. August 2012.

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

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,

Ende Mai 2013 fällt zum letzten Mal der Vorhang beim Volkstheater. 1971 hat es Liesel Christ gegründet, ich kam dann 1974 dazu. Wir entwickelten zusammen das „literarische Volkstheater“, und es ist uns gelungen, Millionen Zuschauer ins Theater zu bekommen, die sonst nie ins Theater gegangen wären. Dies war für mich immer die wichtigste Aufgabe eines Volkstheaters. Über 130 Stücke habe ich inszenieren können, von Goethe bis Adolf Stoltze, von Molière bis Brecht, die alten Frankfurter Stücke bis hin zu Fitzgerald Kusz. Nachdem 1996 Liesel Christ nicht mehr da war, wussten wir, Gisela Dahlem-Christ, Bärbel Schöne-Christ und ich, nicht wie es weitergehen sollte. Das Publikum hat das Volkstheater nicht im Stich gelassen. Es hat uns die Treue gehalten. Wir mussten auch das Theater nicht neu erfinden, Liesel Christ hat uns den Weg gezeigt, den wir nur weitergehen mussten. Wir haben immer ein volksnahes Theater gemacht und nie ein volkstümelndes. Ein großartiges Ensemble stand zur Verfügung, das wir durch Gäste ergänzen konnten.

Heinz Schenk war ein wunderbarer Komödiant, Lia Wöhr unerreicht in ihrer kraftvollen Darstellung, Margit Sponheimer, Tony Marshall war ein überragender Tevje in „Anatevka“. Ralf Bauer spielte, um auch die jüngeren Zuschauer zu interessieren, den „Urfaust“ und den „Romeo“. Vor zwei Jahren dann der „Jedermann“ mit Helmut Markwort als „Tod“ vor dem Dom im „Historischen Garten“, der jetzt als ältestes Zeugnis der Stadt mit einem „Stadthaus“ überbaut wird, „weil es mal so war“.

Jetzt verschwindet wieder ein Stück Frankfurt. Die Stadt setzt auf ein anderes Volkstheater, das für viel Geld neu erstehen soll, in Sachsenhausen. Ein Theater, das auch den Jüngeren den Weg zum Dialekt öffnen soll. Und wo bleiben die „Alten“, die immer mehr werden, die nicht so den intellektuellen Zugang sehen. Sie wollen ein Theater, das etwas mit ihnen zu tun hat. Man schließt jetzt einen großen Teil der Frankfurter aus.

Es kommt hinzu, dass das jetzige Theater abgerissen wird und man einen neuen Spielort suchen muss. Der finanzielle Spielraum wurde eng, das Nachfolgeproblem war nicht gelöst. Mit gutem Willen hätte sich sicher eine Lösung finden lassen. Zwei Volkstheater kann die Stadt nicht finanzieren.

Was kann man tun? Ich fürchte, die Würfel sind gefallen. Diese Art von Volkstheater hat ihren offiziellen Fürsprecher verloren.

Liesel Christ wurde es während ihrer Zeit nicht immer leicht gemacht, nur hatte sie an den wichtigen Schaltstellen ihre Unterstützer. Vergessen wird, dass Dialekt etwas mit dem Herzen zu tun hat, und Goethe sagte schon, der „Dialekt ist doch eigentlich das Element, in welchem die Seele ihren Atem schöpft“.

Gehen Sie ins Volkstheater solange es noch besteht, stellen Sie fest, was Ihnen und Frankfurt verloren geht.

Ein Stück Frankfurt stirbt. Ich bin darüber sehr traurig.

Ihr Wolfgang Kaus

Im Goldsteinpark

In des Parkes stiller Runde
Sitze ich zur letzten Abendstunde
Auf der alten Bank am Weg,
die unter der alten Eiche steht.
Von hier schweifte schon oft mein Blick
Gen Osten in meine Heimat zurück.
Grad schau ich nach oben – durch lichtes Geäst,
Wo sich still ein Krähenschwarm niederlässt.
Ist er auch müde oder wie ich gar betrübt?
Nein – er gleich weiter gen Osten fliegt.
Auch meine Gedanken, sie fliehn hinterher.
Oben im Osten liegt Pommern, ganz dicht am Meer!
So geh ich heimwärts den Schwarzbach entlang,
der früher bis oben voll Wasser stand.
Doch schon lange tat ihm das Wasser versiegen,
aber Gottlob – der Park ist geblieben!
Mein Park, wenn man so will,
Ist für Kinder und Alte ein stilles Idyll.
Auch die Jugend im Mondscheinglanze
träumte hier schon ihre erste Liebesromanze,
und sie denken heute noch voller Glück
als alte Siedler daran zurück.
Wo in die Rinde der Buche ein Herz geschnitzt,
es war für die Liebste von Kurt, Karl und Fritz,
und hatten dazu ihre Buchstaben geschrieben.
Doch die Buche ist fort – aber der Park ist geblieben!
Ich gehe gedankenvoll meinen Weg,
der gute Mond über dem Park nun steht
und blickt von oben durch das lichte Geäst
auf meine Bank, die nun unbesetzt.

(Werner Mahlendorf)

„Liebesgruß an Frankfurt“

Wolfgang Kaus: Es sind jetzt genau zehn Jahre, dass ich die Freude hatte, eine Seite in der Senioren Zeitschrift gestalten zu dürfen, die jahrelang, die von mir bis heute hochgeschätzte Liesel Christ betreut hat. In diesen zehn Jahren hat die Welt sich verändert, aber geblieben ist bei den Lesern und Leserinnen, deren Gedichte ich ausgewählt hatte, die Liebe zu Frankfurt. Und da immer wieder die Frage auftauchte: Kann man denn die Gedichte nicht mal in einem Büchlein zusammenfassen? Und so habe ich aus dem großen Repertoire der erschienenen Gedichte, die von lebenden und nicht mehr unter uns weilenden Frankfurtern geschrieben wurden, Texte zusammengefasst. Ich habe natürlich meine ganz persönlichen Lieblingsgedichte ausgewählt. Es ist daraus ein „Liebesgruß an Frankfurt“ entstanden. Ich habe das Büchlein gegliedert in Gedichte über die Jahreszeiten, über Frankfurt, über das Alter, über die Liebe.

Zu den Dichtern gehören natürlich Friedrich Stoltze, Erich Fries,Karl Ettlinger, Walter Weisbecker, aber auch noch lebende Frankfurter, wie Änne Zimmermann, Mathilde van der Laake, Jutta W. Thomasius, Reinhold Brückl, Heinz Böttger, Kurt Sigel. Es ist nur eine Auswahl von Namen, alle kann ich nicht nennen. Nur haben sie alle etwas gemeinsam: ihre Liebe zu Frankfurt, die sie in ihren Gedichten zum Ausdruck bringen. Hedi Karl schreibt. „Was ist nur dran an dieser Stadt, dass jeder sie so gerne hat.“

Das Buch ist im Societätsverlag erschienen und kostet 12,80 Euro. Diese Ode an Frankfurt ist ein „Muss für jeden hibb de Bach un dribb de Bach“.

Früher war alles besser!

nicht

Das Programm 50+

Über 60 Mal in Frankfurt mit über 200 Veranstaltungen jeden Monat

www.frankfurter-verband.de • Tel. 069 / 299 807 - 0

Aktuelle Veranstaltungshinweise gibt es jetzt auch auf Facebook:
www.facebook.com/frankfurterverband