Senioren Zeitschrift

April Mai Juni

2 | 2017

Stadt Frankfurt am Main

Seniorentelefon 212-370 70 www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

„Wo das Olio den Handkäse umarmt. Allen, die schon lange und immer in der Kleinmarkthalle einkaufen, und allen, die sie zum ersten Mal betreten wollen, ist dieses Buch zu empfehlen.“

Frankfurter Rundschau

Die Kleinmarkthalle kocht

150 Rezepte, Tipps und viele Bilder aus der Frankfurter Kleinmarkthalle

240 Seiten · 120 Abbildungen · Hardcover · 24,90 Euro

Im Buchhandel, in den Hessen Shops, oder direkt beim Verlag: www.nizzaverlag.de

Nizza Verlag

Inhalt

Vermischtes 4–7

Grußwort

Daniela Birkenfeld 5

Wenn einer eine Reise tut …

Fotos (2): Oeser

Es braucht Mut für die Entdeckung der Fremde, aber sie macht offen und stark 8
Vorurteile bleiben auf der Strecke 10
Training für die grauen Zellen 12
Fortbewegung auf zwei Rädern 14
Was heißt schon Urlaub? 17
Die Welt erkunden und alles ausprobieren 19

Das Sozialdezernat informiert

Aus dem Seniorenbeirat – neue und bekannte Gesichter 21
Aktionswochen Älterwerden
„Orient trifft Okzident – Tanzen kennt kein Alter“ 22
30 Jahre Hobbyrunde 23

Aktuelles und Berichte

In der Trauer nicht allein 24
Vorsorge für die eigene Bestattung 26
Alles, was das Leben erleichtert, wenn das Alter naht 27
Was ist eigentlich eine Posamentengalerie? 28
Kontakt und Kommunikation beim Essen 30
Ehrenamtliche in der Bewährungshilfe 45
Wünschen kann man sich alles 46

Porträt

Nele Neuhaus 32

Kultur

Benjamin und seine Väter 33
Was – wann – wo? 52
Für Sie gelesen 53
Göttlich Golden Genial. Weltformel Goldener Schnitt? 54

Blick über den Tellerrand

Arbeiten und Pflege bei Ford 34
Austausch im „Männerschuppen“ 35

Glosse

Was trug Luther auf dem Kopf? 37

Gesundes Leben

Alles reine Nervensache (Teil 5) 38
Altern Frauen anders? 40
Gesundheitsamt wird 100 Jahre alt 41

Begegnung der Kulturen

Ein Museum für Fília 42
Demenz Partner kann jeder sein 44

Verbraucher und Recht

Rechtstipps 47
Hausnotruf auch mit neuer Technik auf der sicheren Seite 48

SZ-Leser und ihre Hobbys

Die Welt auf 12 Quadratzentimetern 50

Frankfurt und seine Stadtteile

Oberrad – Heimat der Grie Soß 56

Früher und heute

Mit dem Reisigbesen gegen Frankfurter Straßendreck 59
Vor 200 Jahren geboren:
der Gartenkünstler Heinrich Siesmayer 60

Leserecke 62–65

Ratgeber

Wichtige Telefonnummern 73
Rätsel 36, 74
Mittagstisch für Senioren / Essen auf Rädern 66
Tipps und Termine 67
Impressum 74
Wolfgang Kaus zitiert 75

Titelcollage: OPAK. Postkarten von Frankfurt in alle Welt – und aus aller Welt nach Frankfurt, Foto: Paul Claessen

Bundesweiter Wettbewerb startet in die 8. Runde

Das Alter mit all seinen Facetten positiv besetzen, das möchten die Initiatoren des Wettbewerbs „Zuhause hat Zukunft“. Sie freuen sich auf eine Vielzahl von Bewerbungen unterschiedlichster Projekte, die das Leben im Alter freundlicher, fröhlicher und gemeinschaftlicher gestalten können, und die es ermöglichen, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu leben. Der Startschuss ist gefallen, und bis zum 30. April können die Bewerbungen eingereicht werden. Mitmachen lohnt sich: Der Erstplatzierte erhält ein Preisgeld von 2.000 Euro, der Zweitplatzierte 1.500 Euro, der Drittplatzierte 750 Euro. Ein Sonderpreis von 750 Euro geht an das beste Projekt der Generationen. Alle Informationen und die Bewerbungsunterlagen gibt es unter http://www.zuhause-hat-zukunft.de/. *red*

Foto: oeser

Auf andere zugehen kann man auf verschiedene Arten üben. Unser Foto zeigt eine Methode beim Lachyoga.

Flirten für Senioren – Herren gesucht

Sich selbst und andere zu mögen, Kontakte zu pflegen, Sympathie und Liebe zu spüren – das sind ganz wesentliche Faktoren, um auch im Alter gesund und lebensfroh zu bleiben. Dennoch fällt es auch oder gerade Menschen mit viel Lebenserfahrung nicht immer leicht, auf andere zuzugehen und sich neuen Begegnungen zu öffnen, obwohl die Sehnsucht danach oft sehr lebendig ist. Flirtkurse können die Lust wecken, andere Menschen mit offenen Sinnen wahrzunehmen und Lebensfreude zu wecken.

Das Programm zum Flirten beginnt am 19. April von 16 bis 17.30 Uhr mit einem Schnupperkurs „gekonnt flirten“ im Gesundheitsamt Frankfurt, Breite Gasse 22, 60313 Frankfurt.

Am 9. Mai von 16 bis 18 Uhr startet dann Flirtkurs Teil 1 im Bockenheimer Treff, Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt. Am 16. Mai von 16 bis 18 Uhr folgt der Flirtkurs Teil 2 „Männer und Frauen – der kleine Unterschied, unter dem wir manchmal leiden und den wir doch so lieben“, ebenfalls im Bockenheimer Treff.

Und am 30. Mai von 17 bis 19 Uhr gibt es ein Slowdating, zu dem speziell noch Herren gesucht werden.

Zum Slowdating in der Pankuka-Bar Baltique, Heiligkreuzgasse 31, 60313 Frankfurt, ist eine Anmeldung erforderlich. Die Kursgebühr beträgt 10 Euro. Die anderen Kurse sind offen und kostenfrei.

Veranstaltet werden die Flirtkurse von Claudia Hohmann und Werner Szeimis von Pro Familia Frankfurt in Zusammenarbeit mit Matthias Hüfmeier vom Frankfurter Verband und dem Gesundheitsamt Frankfurt. *red*

Weitere Informationen gibt es bei Pro Familia Ortsverband Frankfurt unter Telefon 069/90 74 47 44, www.profamilia.de/frankfurt-main, beim

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheimer Treff unter Telefon 069/77 52 82 und beim

Gesundheitsamt Frankfurt, Telefon 069/212 345 02, www.frankfurt.de/gesundheit-im-alter.

Die Senioren Zeitschrift Frankfurt sucht neue Freunde

Seit 1974 erfreut die Senioren Zeitschrift ihre Leserinnen und Leser viermal im Jahr mit einem interessanten Mix aus informativen Beiträgen, unterhaltsamen Reportagen, Geschichten aus Frankfurt und Veranstaltungstipps. Gerne möchten wir mit unseren Themen noch mehr Menschen in Frankfurt erreichen.

Vielleicht kennen Sie einen Ort, der geeignet ist, um die Senioren Zeitschrift auszulegen. Das kann Ihr Stammcafé sein, eine Arztpraxis, Ihre Apotheke oder ein Geschäft. Wenden Sie sich bitte an uns. Wir stellen den Kontakt her und liefern die Zeitschrift kostenfrei aus.

Ansprechpartnerin ist Jutta Perino, jutta.perino@stadt-frankfurt.de, Fax 069/212-307 41.

Wir freuen uns auf neue Leserinnen und Leser.

Seien Sie dabei!

Das nächste Forum Älterwerden in Frankfurt wird am 8. Mai im im Café Anschluss, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, veranstaltet. Einlass ist um 16 Uhr. Im Eingangsbereich findet bis 17 Uhr der „Markt der Möglichkeiten“ statt.

Von 17 bis 18.30 Uhr gibt es dann die Veranstaltung „Forum Älterwerden in Frankfurt“ mit der Sozialdezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld. Der Familienchor Eschersheim sorgt für den musikalischen Rahmen. Zum Ende von 18.30 bis 19 Uhr kann wieder der „Markt der Möglichkeiten“ besucht werden. Der Eintritt zum Forum ist frei. *Gerd Becker*

Reden Sie mit!
FORUM ÄLTERWERDEN IN FRANKFURT

Zwei Frauen für Fechenheim

Foto: Oeser

Mit der Eröffnung eines Nachbarschaftsbüros in der Leo-Gans-Straße hat der Frankfurter Stadtteil Fechenheim auch zwei neue Quartiersmanagerinnen bekommen. Die Architektin und Stadtplanerin Leonore Vogt (53, im Bild links) und Nora David (36), Politologin mit Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit, werden künftig mit je einer Dreiviertelstelle die Aufgabe haben, die vielfältigen Angebote der Stadt im Quartier sowie die Aktivitäten von Vereinen, Initiativen und Bürgern zu bündeln und zu koordinieren. Es gehe nicht nur darum, das Wohnumfeld zu verbessern und das Image eines Stadtteils aufzuwerten, sagte Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld anlässlich der Eröffnung des Nachbarschaftsbüros. Vielmehr sollten die Menschen vor Ort gestärkt und dazu ermutigt werden, sich selbst an der Gestaltung des Lebens im Stadtteil zu beteiligen. Die Quartiersmanagerinnen seien unter anderem auch dazu da, zuzuhören und Wünsche und Anliegen aufzunehmen. Auch wenn nicht alle Wünsche erfüllt werden könnten, solle doch ein Rahmen dafür geschaffen werden, gemeinsam nach Lösungen zu suchen, sagte die Dezernentin. Träger des Quartiersmanagements ist das Diakonische Werk Frankfurt am Main. Finanziert wird das Projekt im Rahmen eines hessischen Landesprogramms zur Förderung der Gemeinwesenarbeit in speziellen Stadtteilen. *wdl*

Das Nachbarschaftsbüro befindet sich in der Leo-Gans-Straße 48. Nora David und Leonore Vogt sind dort montags von 16 bis 18 Uhr und donnerstags von 10 bis 12 Uhr zu sprechen. Telefon 069/247 51 49 69 11.

Grußwort

Liebe Frankfurterinnen
und Frankfurter,

in unserem neuen Heft geht es um das Reisen. Sobald die Sonne öfter und länger am Himmel steht, verspüren viele unter uns eine große Lust, die vertraute Umgebung hinter sich zu lassen und Neues zu erleben. Der große Wilhelm Busch, der uns allen als Schöpfer der Figuren Max und Moritz bekannt ist, reimte einmal:

„Viel zu spät begreifen viele die versäumten Lebensziele: Freude, Schönheit der Natur, Gesundheit, Reisen und Kultur. Darum, Mensch, sei zeitig weise! Höchste Zeit ist's! Reise, reise!“

Wilhelm Busch war ziemlich viel unterwegs. Er hatte sich nicht nur dem Dichten, sondern auch dem Zeichnen verschrieben. Buschs Bruder Otto lebte in Frankfurt am Main und Wilhelm stattete ihm einen Besuch ab. Daraus wurden schließlich ein paar Jahre, die er hier verbrachte. Sie gelten als diejenigen, in denen Busch malerisch am aktivsten war. Hier fand er viele Freundinnen und Freunde, und so kam es, dass er der Stadt zeitlebens verbunden blieb.

Wenn einer eine Reise tut, dann kann er was erzählen! Ich glaube, oftmals muss es gar nicht weit sein. Mit einem Pausenbrot das Haus verlassen, einen neuen Weg im Grüngürtel einschlagen, schon das kann unsere Seele sehr erfreuen!

Ihre

Daniela Birkenfeld

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

Foto: Agaplesion

Was ist das Schöne am Pflegeberuf?

Diese Frage stellte Agaplesion im Vorfeld einer Werbekampagne für Auszubildende in der Gesundheits- und Krankenpflege sowie in der Altenpflege. Die Kampagne will manchen Vorurteilen gegenüber der Alten- sowie Gesundheits- und Krankenpflege etwas entgegensetzen und die Attraktivität der Pflegeberufe vermitteln. Das Ergebnis ist eine Kampagne, die von Pflegenden für Pflegende entwickelt wurde – zu sehen ist sie online unter http://bit.ly/2jyQ95w. Weitere Infos zur Kampagne sowie zu den Ausbildungsmöglichkeiten bei Agaplesion gibt es unter: www.agaplesion.de.

red

Hiwa wird 25 Jahre alt

Sein 25-jähriges Jubiläum kann das Projekt Hiwa in diesem Jahr feiern. Der Bezirksverband Frankfurt des Deutschen Roten Kreuzes bietet in dem Projekt Migrantinnen und Migranten Beratung zu alltäglichen Fragen wie Gesundheit, Pflege, Rente oder Wohnen an. Das Beratungsteam macht auch Hausbesuche und hilft beim Ausfüllen von Anträgen. Yasemin Yazici-Muth und Dr. Hüseyin Akpinar beraten daneben Angehörige und Menschen, die an Demenz erkrankt sind. Jeden Mittwoch gibt es um 10 Uhr ein offenes Angebot für alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen (müssen) und Informationen und Hilfe benötigen.

Zum Jubiläumsjahr ist im Frühjahr in der Beratungsstelle eine kleine Feier mit den Wegbegleitern des Projekts geplant und im Herbst eine große Fachtagung zum Thema Migration und Demenz. *wdl*

DRK Sozialdienste Frankfurt am Main gGmbH, HIWA! Beratungsstelle für ältere Migrantinnen und Migranten
Gutleutstr. 17a, 60329 Frankfurt am Main
Telefon 069 / 23 40 92
E-Mail: hiwa@drkfrankfurt.de *wdl*

Beim Singen kommen die Erinnerungen

Menschen, die an Demenz erkrankt sind, können oft besonders gut durch Musik erreicht werden. Gerade Lieder, die aus der Kindheit bekannt sind, wecken das Langzeitgedächtnis und lassen Vertrautes wieder aufleben. Diese Erkenntnis, die auch von Wissenschaftlern bestätigt wird, nutzen die Liederbücher von „Singliesel“. Drei Volkslieder werden jeweils mit einer doppelseitigen Abbildung vorgestellt. Diese enthält auch immer ein Tastelement, etwa die blonden Zöpfe eines Mädchens, oder ein Mühlrad, das sich drehen lässt. Um das dazugehörige Lied zu hören, muss nur ein roter Knopf gedrückt werden. Da die Lieder in etwas tieferer Tonlage und langsamem Tempo abgespielt werden, können alte Menschen gut folgen und sollen so zum Mitsingen angeregt werden. Die Bücher werden laut Aussage des Verlags bereits in etlichen Senioreneinrichtungen mit gutem Erfolg eingesetzt: Viele an Demenz Erkrankte sängen mit und zeigten oft zum ersten Mal seit langer Zeit wieder ein Lächeln, so die Angaben. Die Bücher gibt es zum Beispiel mit Volksliedern, Frühlingsliedern oder auch Stimmungs- und Schunkelliedern. Ein Buch kostet 29,95 Euro. Der Verlag bietet auch Liederbücher mit Texten und Noten, CDs, Puzzles und Gesellschaftsspiele an: www.singliesel.de.

wdl

Mit Bildern und einem Tastelement werden die Lieder lebendig.

Foto: Singliesel

Bye-bye Bornheim

Der ökumenische Familien-Markt wird im Frühjahr in den Stadtteil Bergen-Enkheim, in die Röntgenstraße 10, umziehen. In unmittelbarer Nähe der U-Bahn – Haltestelle Hessen-Center gelegen, ist der neu und modern gestaltete Familien-Markt in der Röntgenstraße 10 mit der U4 und U7 gut an den öffentlichen Nahverkehr angeschlossen und auch mit dem Auto prima zu erreichen. „Der Umzug eines kompletten Sozialkaufhauses inklusive Lager und Verwaltung ist eine große Herausforderung für alle Beteiligten“, sagt Leiterin Verena Schlossarek. „Wir freuen uns auf den neuen Standort in der Röntgenstraße. Spendenannahme, Sortierung, Lager und Verkauf werden dann mitarbeiter-, teilnehmer- und kundenfreundlich in einem Gebäude und auf einer Ebene im Erdgeschoss stattfinden.“ *red*

Selbsthilfegruppe gestartet

Foto: Johanniter

Im Februar wurde die neu eingerichtete Bibliothek der Johanniter in Frankfurt-Eckenheim, Karl-von-Drais-Straße 20, 1. OG, eröffnet. Jeden Mittwoch können sich dort von 17 bis 18.30 Uhr Angehörige, Freunde und Betroffene von Demenzerkrankten treffen und ihre Erfahrungen austauschen. Das wöchentlich stattfindende Treffen soll ein Gefühl des „Verstandenwerdens“ vermitteln. Im Mittelpunkt werden die Erfahrungen bei der Bewältigung von schwierigen Situationen stehen. Aus einer gemeinsamen Betroffenheit heraus können sich so Solidarität, Verständnis und vielleicht gegenseitige Hilfe entwickeln. In Gesprächen bieten die Johanniter Informationen zur Krankheit und ihrem Verlauf und einen Austausch über die praktischen Erfahrungen im Pflegealltag.

Betreut wird die Gruppe von der Johanniter-Mitarbeiterin Kathrin Weiss-Reichert. Die Bibliothek ist montags und donnerstags von 14 bis 16.30 Uhr geöffnet. Sie ist als offener Bücherschrank gedacht: Es dürfen Bücher entnommen und auch wieder hineingestellt werden – oder man setzt sich einfach gemütlich hin und liest ein Buch. Mehr Informationen erteilt Stefanie Sy unter Telefon 069/36 60 06-600. *red*

Anzeige

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.
- Wenn Sie krank werden, erwartet Sie kompetenter, individueller und menschlicher Service – durch unseren GDA-Betreuungs- und ambulanten Pflegedienst. Oder Sie bleiben stationär bei uns im Wohnpflegebereich, in dem wir auch Kurzzeitpflege, z. B. nach einem Krankenhausaufenthalt, anbieten.

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

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

Unsere Info-Nachmittage:
jeweils sonntags um 15.00 Uhr,
29. Januar, 26. Februar und 26. März 2017

Offizieller Freund Zoologischer Garten Frankfurt

DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

GDA
Raum für Persönlichkeit

Dass Menschen gerne verreisen, das bezeugen die vielen Postkarten, die beim Internationalen Postzentrum am Flughafen Frankfurt sortiert und weitergeleitet werden.

Es braucht Mut für die Entdeckung der Fremde, aber sie macht offen und stark

Licht und Schatten der Single-Reisen im Alter

Als Herrmann B. starb, war seine Frau Hilde erst 72 Jahre alt und topfit. Da Herrmann lange Jahre lungenkrank gewesen war, wurden die Urlaube an der Nordsee oder in den Mittelgebirgen verbracht. „Und ich hätte so gern mal das Mittelmeer gesehen", erinnert Hilde B. sich heute. „Es hat gedauert, bis ich mich getraut habe, Pläne für eine eigene Reise zu machen. Meine Freundin, die ebenfalls alleinstehend ist, hat mich in ein Reisebüro geschleppt." Die beiden buchten gemeinsam eine Reise nach Mallorca – 14 Tage im Februar. Zur Gruppe gehörten nur acht Leute, die meisten über 60. Sie wanderten, saßen bei Wein und Fisch zusammen und kamen miteinander ins Gespräch. „Das war ein schönes erstes Mal. Die Mandelblüte und das tiefblaue Meer! Das hat so gut getan", sagt die heute 81-Jährige.

Seitdem hat sie Andalusien und die Toskana kennengelernt, war an der Algarve und in Venedig. „Noch kann ich das alles." Doch die letzte Reise hat ein Arzt begleitet. Dazu hatte die Angestellte im Reisebüro geraten, wegen Hilde B.s Angina pectoris. „Das hat mich ungemein beruhigt – und es ist auch alles gut gegangen."

Foto: per

Gemeinsam unter Land und Leuten.

Das erste Mal allein auf Reisen zu gehen, ist für ältere Menschen ein großer Schritt, der oft Überwindung kostet. Und Geld, das viele Senioren nicht übrig haben. Als Sozialbezirksvorsteherin im Ostend kennt Hannelore Mees die Sorgen der Menschen: „Eine Reise verschlingt eine Monatsrente, mindestens. Wenn ich allein reisen muss, macht der Einzelzimmerzuschlag alles noch teurer. Ein halbes Doppelzimmer, also ein Zimmer mit einer Fremden zu teilen, ist meist eine zu hohe Hürde. Die Einzelkabine auf einer Kreuzfahrt kostet oft 70 oder 80 Prozent Aufschlag, das ist doch unerschwinglich." Die frühere Buchhalterin, seit mehr als 40 Jahren im Ehrenamt, hat gerade eine

unerfreuliche Erfahrung gemacht: Drei Tage über Weihnachten mit ihrer Schwester in die Lausitz, nach Bautzen und Görlitz. „Die organisierte Reise war ein Desaster“, erinnert sie sich. Die über 80-Jährige ist in ihrem Leben viel gereist, hat eine solche „Abzocke“ noch nie erlebt: „Wenn das die erste Erfahrung für allein reisende Senioren ist, fehlt ihnen der Mut für die nächste Buchung.“

Hildegard Gabriel-Malaika dagegen hat 58 Länder der Erde auf allen Kontinenten gesehen. Die 87-Jährige war in einer Klinik angestellt, hat Ärztekongresse organisiert, spricht fließend Englisch. Seit 59 Jahren arbeitet die Sozialbezirksvorsteherin Westend Süd/Nord ehrenamtlich. „Heute sind die Menschen länger fit, interessiert, neugierig. Hier im Westend ist auch mehr Geld vorhanden.“ Der Frauenkreis ihrer Gemeinde St. Ignatius biete Ausflüge für Seniorinnen an. Da man sich kenne, sei die Unterbringung im Doppelzimmer problemlos. Sie selbst leistet sich inzwischen, da ihre Augen sehr schwach sind, Reisen mit Studiosus und einem privaten Guide. „So kann ich mich trotz meines Handicaps auf fremde Menschen und Kulturen einlassen. In Australien habe ich mit einer Aborigine einen Wurm gegessen, schmeckt wie eine Erdnuss. Die Welt ist so schön.“ *Angelika Brecht-Levy*

Foto: Oeser

Foto: per

In fremde Länder reisen, kann in der Gruppe interessant und erfrischend sein.

Mehr Infos zu: Wer bietet welche Reisen an/Gemeinsam mehr erleben/ Was macht das Reisen leichter? auf: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de/Hintergruende *red*

Deutsche wollen wieder mehr reisen. Trotz politischer Unsicherheit und Terrorgefahr sind die Deutschen auch 2017 reisefreudig. Wie eine Umfrage der Post-Reisen ergab, planen viele der 3.800 repräsentativ Befragten, in diesem Jahr öfter zu verreisen. Ein Drittel will länger im Urlaub bleiben. Das Reisebudget dagegen bleibt mehrheitlich gleich. Nur jeder Vierte hat vor, 2017 mehr Geld für Reisen aufzuwenden. Terrorgefahr und politische Instabilität spielen für immerhin 65 Prozent der Befragten eine Rolle bei der Entscheidung für ein Reiseziel. Deshalb wollen sie lieber innerhalb Deutschlands verreisen (74 Prozent) oder im europäischen Ausland Urlaub machen. Laut Befragung sehen die Deutschen Urlaub als ein „Grundbedürfnis“ an und wollen daher dort vor allem eine „heile Welt“ erleben, in der sie sich entspannen und erholen können. Am meisten zieht es die Best Ager in die Städte (45 Prozent), zu Wander- und Natururlauben (40 Prozent) und an den Strand (38 Prozent). *wdl*

Vorurteile bleiben auf der Strecke

Zwei Frankfurter fuhren vor 50 Jahren per Anhalter bis nach Japan

Die alte Journalistenwahrheit „Ein Bild sagt mehr als 1.000 Worte“ gilt nicht für Armin Beier. Wann immer er eines seiner digital bearbeiteten Dias anklickt, strömen die Geschichten nur so aus ihm heraus. Der Harheimer hat sich vor über 50 Jahren mit seinem Freund und Kollegen August Seck aufgemacht, die Welt kennenzulernen. Ihre Reise dauerte fast ein Jahr, und all die Erlebnisse, die oft abenteuerlichen Begegnungen haben sich in die beiden eingebrannt: der wahnsinnige Busfahrer in Afghanistan, der zu langsame Lastwagen kurzerhand in den Straßengraben beförderte, das Duschwasser in Herat, das aus einem Ententeich kam, die im Gepäcknetz sitzenden Fahrgäste im indischen Zug. Die Polizisten in Japan, die einen Autofahrer anhielten, damit er die beiden „Rundaugen“ weiterbeförderte. In Kathmandu hielt man die beiden Tramper für Mitglieder des amerikanischen Peace Corps (Entwicklungsdienst), das sich in der Stadt traf, und quartierte sie im ersten Haus am Platz ein.

Die beiden kannten sich zehn Jahre, als sie ins Unbekannte aufbrachen. Sie hatten ihre Ausbildung zum Bankkaufmann bei der Nassauischen Sparkasse gemeinsam absolviert. August Seck konnte ein Jahr unbezahlten Urlaub nehmen, Armin Beier musste kündigen (und wurde später wieder eingestellt). Was hat sie dazu gebracht, die Rucksäcke zu packen? Armin Beier: „Ich hatte Fernweh, so lange ich denken kann. Wir haben vorher schon große Fahrradtouren gemacht, einmal bis nach England. Mit den Falken war ich 1958 in Norwegen, auch auf der Insel Utoya, wo 2011 das Massaker geschah. 1962 besuchte ich die Weltjugendfestspiele in Helsinki. Wir wurden nach Leningrad eingeladen, also St. Petersburg, da kam damals noch keiner hin. Wir trafen Jugendliche aus Kuba, aus der damaligen UdSSR, dem gesamten Ostblock – das war so international wie die Olympischen Spiele.“ 1963 leistet er seinen Zivildienst beim Deutschen Roten Kreuz, als im heute mazedonischen Skopje die Erde bebte. 1.000 Tote, 200.000 Obdachlose. Mit Trinkwasseraufbereitungsanlagen, Zelten und Decken fuhren die Rotkreuz-Helfer in die Katastrophenstadt. Die Zivis wurden vor allem zur Verteilung des Wassers eingesetzt. Staatschef Tito kam persönlich vorbei, um ihnen zu danken.

Foto: Brecht-Levy

Fotos (11): privat

Porträt in Felljacke: Februar 67 in Isfahan/Iran – wir kamen aus dem bitterkalten Afghanistan, dort kauften wir die Felljacken – sie stanken fürchterlich, aber sie wärmten.

Japan: Studentinnen, die wir in der Jugendherberge trafen – immer und überall große Freude und Interesse.

Juni 66 vor dem deutschen Generalkonsulat in Lahore/Pakistan – wir warteten in Lahore fast zwei Wochen, um über die Grenze nach Indien zu kommen – vergeblich.

Japan: Gifu-City, von der Straße lud uns Dr. Kawai (Chirurg und Hospitalbetreiber) in sein Haus ein – er sprach etwas Deutsch, war zuvor in Europa und Deutschland bei Bekannten gewesen. Wir waren bei ihm und seiner Frau zwei Tage (Zeitungsinterview, etc.) – später kam der Zeremonienmeister des japanischen Kaiserhauses, der uns die traditionelle Art des Kormoranfischens zeigte.

Japan: traditionelles Kormoranfischen im Nagara-Fluss (die Aktion wurde von vielen Touristen auf Booten beobachtet). Dabei große „Sake-Seligkeit“ – der Nagara-Fluss gilt als der „japanische Rhein“.

Heute ist „Waschtag“ – Indien Januar 1967 „Jugendherberge“ am südlichen Rand von Delhi/New Delhi

Armin Beier (li) und August Seck denken gerne an ihre früheren Reisen.

Cola als Umrechnungskurs

Wie kamen sie als Banker mit dem Geld auf der Reise klar? August Seck lacht verschmitzt: „Unsere Währung war immer der Preis für eine Cola. Wenn du weißt, wie viel die kostet, hast du eine Grundlage fürs Umrechnen.“ Für die Tour, die sie bis nach Japan führte, hatten sie lange gespart. Ihr Etat sah eine tägliche Ausgabe von zehn Mark vor. Ab und an füllten sie ihr Budget mit einer Blutspende auf: „Leider war nur Armins Blutgruppe 0 gefragt, mein AB negativ wollte keiner“, erinnert sich August betrübt.

Was hat die 51 Wochen währende Reise mit ihnen gemacht, wie hat sie sich auf ihr weiteres Leben ausgewirkt? August Seck sieht den Effekt ganz nüchtern: „Ich fand später immer sehr schnell Kontakt, im Beruf traf ich auf viele internationale Kunden. Das war für die Kollegen immer was Besonderes, nicht für mich.“ Armin Beier ist da enthusiastischer: „Wir sind ja losgezogen, weil wir Land und Leute richtig kennenlernen wollten. Und wir waren oft allein unter den Einheimischen, Touristen waren noch Mangelware. Wir mussten uns irgendwie verständlich machen, uns aus manch schwieriger Lage retten. Ich war sehr blond, August sehr groß – in Kuwait und im Irak gab es großes Interesse, von männlicher Seite. Das musst du regeln, ohne dass irgendwer dabei sein Gesicht verliert.“

Der Horizont wird weiter

Wer solche Situationen meistert, gewinnt Selbstsicherheit. Armin spricht vom „erweiterten Horizont“, Angst und Vorurteile blieben im wahrsten Sinne des Wortes auf der Strecke. Die Reiselust ist ihnen geblieben: August Seck fuhr mit dem Schiff nach Kapstadt, trampte zurück Richtung Norden. Als er nach Uganda kam, putschte dort Idi Amin. Er war heilfroh, dass er die Flucht nach Nairobi schaffte, wo das Flugzeug nach Frankfurt wartete. Er war auch in Südamerika, Indonesien, in der Karibik. Vor zehn Jahren bestieg Armin die Transsibirische Eisenbahn, unterbrach die Reise in Irkutsk, am Baikalsee, in der Mongolei, in China und machte einen Abstecher nach Japan, wo er Freunde von 1966/67 traf. Drei Monate Zeit zum Entdecken.

Beide schauen sich an und lachen: „Unser ursprüngliches Ziel war 1966 Australien. Das haben wir beide bis heute nicht geschafft.“

Angelika Brecht-Levy

Thailand: Bangkok – Schülerinnen und Schüler waren immer interessiert, mit uns zu sprechen.

Thailand: Bangkok – Besuch von US-Präsident Lyndon B. Johnson

Irgendwo am Meer – die Tagesration (Bananen) – so gesund habe ich später zu Hause nicht mehr gelebt.

Türkei – Kappadozien/Göreme-Gegend: Bei einem Ausflug in die Mondlandschaften fanden wir einen „herrenlosen“ Esel. August nutzte die Gelegenheit, mit dem friedlich-folgsamen Tier zu unserer Herberge zu reiten.

Belutschistan/Pakistan – menschenleere, trockene, unwirtliche Gegend. Kaum Verkehr – mit dem Lkw reisten ca. 30 Menschen – allein sechs im Führerhaus des Fahrzeugs – dann noch etliche Ziegen – jeder hielt sich an jedem fest – halb sitzend, halb stehend. Noch gut 200 km bis zur Grenze zum Iran. Der Lkw fährt nur noch wenige km bis zur nächsten Siedlung – wie gehts dann weiter?

Schreiben Sie uns!
Sie reisen auch gerne oder sind früher viel auf Achse gewesen? Sie möchten lustige oder spannende Geschichten über das Unterwegssein erzählen? Dann schreiben Sie doch Ihre Geschichte am besten kurz auf und schicken diese zur Veröffentlichung an: Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main. Wir freuen uns auf Ihre Beiträge! *red*

Training für die grauen Zellen

Unter Gleichaltrigen lernt es sich leichter.

Wer rastet, der rostet“ heißt es gemeinhin. Für viele Ältere ist dieses Motto Antrieb, sich auch jenseits der 50 weiter zu bilden. Vor allem Sprachkurse und Sprachreisen sind gefragt. Zwar erinnern sich viele mit Grausen an den Englisch- oder Französischunterricht während der Schulzeit, für den man Vokabeln pauken und Grammatikregeln auswendig lernen musste. Doch sobald der Ruhestand näher rückt oder man bereits in Rente ist, bekommt der ein oder die andere Lust, verschüttete Fremdsprachenkenntnisse aufzufrischen oder eine gänzlich neue Sprache zu erlernen. „Eine Dame hat zum Beispiel Enkelkinder in den USA, die sie besuchen möchte, oder ein anderer hat ein Haus auf Mallorca und möchte sich dort mit den Einheimischen unterhalten können“, berichtet Julia Shirtliff. Daher schrieben sich insbesondere Senioren gerne für Fremdsprachenkurse bei der Volkshochschule (Vhs) Frankfurt ein. Wie die Leiterin des Vhs-Programms „Aktiv im Alter“ berichtet, machen die etwa 50 Fremdsprachenkurse in Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch gut ein Drittel des gesamten Kursangebots aus, das die Frankfurter Vhs für Ältere zusammengestellt hat.

Tatsächlich sind diese Kurse anders konzipiert als die Fremdsprachenkurse, die allen Altersklassen offenstehen. Die Freude am Erwerb der Sprache soll dabei im Vordergrund stehen. Die Lernmethode ist zwar die gleiche, aber das Tempo etwas langsamer. Das hat sich bewährt. Für einige Kurstermine hat sich schon ein fester Teilnehmerstamm herausgebildet, wenngleich auch immer wieder neue Lernwillige dazustoßen.

Einen ähnlichen Ansatz verfolgt die Sprachschule „Elka“, die sich auf die Vermittlung von Fremdsprachen speziell an Ältere spezialisiert hat. Elka ist bundesweit vertreten und seit fünf Jahren in Frankfurt in der Walter-Kolb-Straße zu Hause. Durchschnittlich 100 Männer und Frauen, vor allem zwischen 60 und Ende 70 Jahre alt, nehmen wöchentlich die Kursangebote in Englisch und Französisch wahr. „Wir sprechen sehr viel, lernen in kleinen Gruppen und machen die Grammatik

Vhs-Programm „Aktiv im Alter“ - Fremdsprachenkurse, Ansprechpartnerin Julia Shirtliff, Telefon: 069/212-37963, E-Mail j.shirtliff.vhs@stadt-frankfurt.de, www.vhs.frankfurt.de/desktopdefault.aspx/tabid-105/192_read-1973/

Elka Frankfurt, Sprachkurse und –reisen, Ansprechpartner: Michael Schmidt, Telefon: 069/15391157, E-Mail: frankfurt@elka-lernen.de, www.elka-lernen.de

Language & Progress Fremdsprachenakademie: Die vor zwei Jahren von Paulina Boinska und Ljiljana Ivankovic gegründete Fremdsprachenschule mit Sitz im Sandweg bietet ebenfalls Fremdsprachenkurse für Senioren an – dieser Bereich ist aber noch im Aufbau, berichtet Ljiljana Ivankovic. Interessierte können sich aber gerne melden, Telefon: 069/27247410, E-Mail: info@language-progress.de, www.language-progress.de.

Sprachreisen oder -urlaube für 50+ nach England, Malta, Italien, Spanien und Frankreich mit speziellem Kultur- und Ausflugsangebot bietet auch das GLS Sprachenzentrum mit Sitz in Berlin an, Kastanienallee 82, 10435 Berlin (Prenzlauer Berg), Telefon: 030/7800 89-10, www.gls-sprachenzentrum.de. *the*

nicht zu kompliziert. Wir nutzen im Unterricht viele Bildelemente oder Spiele“, erklärt Institutsleiter Michael Schmidt. Wie bei den Vhs-Kursen sind es meist persönliche Motive, warum sich Interessierte für einen Kurs anmelden. „Die meisten sind im Ruhestand, haben Zeit, möchten reisen und sich dann vor Ort verständigen können“, erklärt Schmidt. Es gehe den Teilnehmenden nicht um ein Diplom.

Ein langjähriger Elka-Teilnehmer ist Adi Jensen. Nach dem Ende der aktiven Berufszeit und der Scheidung wünschte sich der pensionierte Oralchirurg geistige Nahrung. „Ich hatte keine familiären Verpflichtungen und Zeit. Also wollte ich endlich einmal meine lange vernachlässigten Englischkenntnisse auffrischen“, erzählt Jensen und sagt: „Die waren so erbärmlich, dass ich mir noch nicht einmal auf Englisch ein Brot hätte kaufen können.“

Fit im Kopf bleiben

Doch in einer Lerngruppe mit jungen Leuten hätte sich der heute 74-Jährige unwohl und unter Stress gefühlt. Und so lernt Jensen seit vier Jahren bei Elka Englisch. Auch private Kontakte haben sich – ähnlich wie auch bei den Vhs-Teilnehmern – gebildet, etwa bei gemeinsamen Theater- oder Restaurantbesuchen. Zudem will Jensen auch im Alter fit im Kopf bleiben: „Das Lernen einer Sprache ist bestes Gedächtnistraining.“

Das i-Tüpfelchen und Belohnung zugleich sind für Adi Jensen die Sprachreisen, die Michael Schmidt vom Frankfurter Elka-Standort seit drei Jahren anbietet. Das habe seine Sprachgruppe noch mal mehr zusammengeschweißt. Durch diesen Zusammenhalt, der Sicherheit gibt, habe er sich getraut, sich in England auf Englisch zu unterhalten. „Ich bin verblüfft, wie gut ich schon sprechen kann.“ Auch in diesem Jahr ist Adi Jensen wieder mit an Bord. Cornwall, Dänemark und Elsass sind die Destinationen in diesem Sommer von Elka, berichtet Michael Schmidt.

Sonja Thelen

Fotos (2): Oeser

Übungsaufgaben stärken das Sprachgefühl.

Anzeige

Sicherheit rund um die Uhr schon ab 0 €.
Wir informieren Sie gerne unter 069 6091960.
www.hausnotruf-deutschland.de

FRANKFURTER VERBAND

Fortbewegung auf zwei Rädern

Die Erfindung des Fahrrads vor 200 Jahren und Frankfurt

© Technoseum

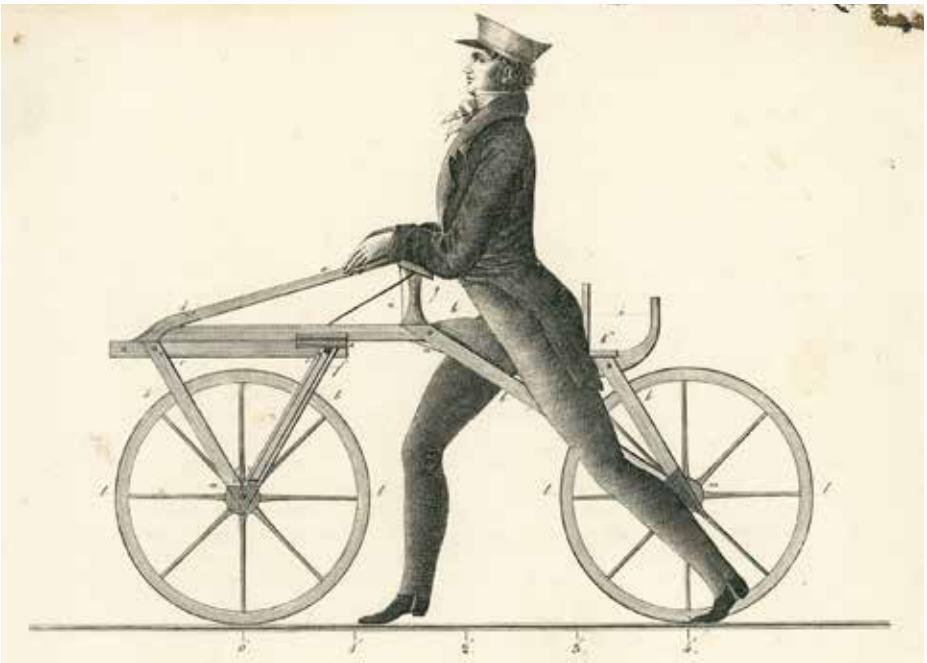


Abbildung aus der technischen Beschreibung der Laufmaschine von Karl von Drais, publiziert im Herbst 1817. Damit Nachbauer es nicht allzu leicht hatten, verdeckte der Fahrer auf der Zeichnung mit seinem Bein die Bremse.

Vor einigen Tagen kamen hier Herr Baron von Drais aus Mannheim und sein Diener auf Laufmaschinen an. Beide hatten den Weg von Darmstadt bis Frankfurt (6 Stunden) ohngefähr in 2 Stunden zurückgelegt. Noch ein Paar Maschinen wurden auf einem Wagen nachgeführt.“ So berichtete die Presse am 11. April 1818 über ein vielbeachtetes Ereignis: Karl Drais stellte den Frankfurtern sein Laufrad, die Urform des Fahrrads, vor. Im Sommer 1817 hatte er seine Erfindung auf einer „Fahrt“ von Mannheim nach Schwetzingen erstmals öffentlich gezeigt.

Den Anstoß zu seiner ureigenen, genialen Idee eines Fortbewegungsmittels durch Muskelkraft mag die Explosion des Vulkans Tambora in Indonesien 1815 gegeben haben: Sie hatte auch in Deutschland 1816 zu einem Jahr ohne Sommer mit Missernten, Hungersnöten und fehlendem Futter für Pferde geführt. Drais konstruierte einen Holzrahmen mit vorn und hinten je einem Rad, einem Sattel und einer Lenkstange. Inspiriert von der Beinbewegung beim Schlittschuhlaufen, diente ihm wechselweises Abstoßen mit den Füßen vom Boden zum schnellen Vorwärtskommen.

Professor der Mechanik

Am 5. April 1818 stellte der 1785 in Karlsruhe geborene Karl Friedrich Christian Ludwig Freiherr Drais von Sauerbronn, badischer Oberforstmeister, nun auch wegen vieler anderer Erfindungen als „Professor der Mechanik“ angekündigt, in der Polytechnischen Gesellschaft in Frankfurt seine Laufmaschine vor. Mehrere Tage blieb er hier und erregte mit seinen Fahrten auf der Zeil Aufsehen und Begeisterung. Seinen Wunsch auf Patentgewährung und Produktion in Frankfurt erfüllte der Senat allerdings nicht.

So rasch die Draissche Erfindung weltweit Interesse weckte, so rasch nahm es ab. Manche verspotteten die Erfindung als Hirngespinst, als unnatürliche, nichtige Bewegungsart. Erste Fahrverbote gab es. Die wirtschaftliche Situation besserte sich und damit stieg wieder die Rolle des Pferdes. Enttäuscht ging Drais 1822 nach Brasilien. Als er 1827 zurückkehrte, waren er und sein Rad vergessen. Entmündigt, verarmt, geächtet und ohne Wissen von dem bald einsetzenden Siegeszug seiner Erfindung starb er 1851.

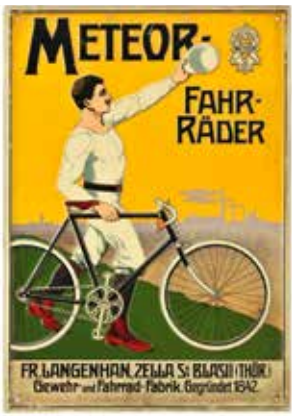
Noch nicht gesehenes Schauspiel

In Frankreich und England wurde die Draissche Idee weiterentwickelt zum Hochrad mit einem 1,5 bis zwei Meter hohen Vorderrad (auch mit zwei Rädern), Tretkurbel und Pedal und winzigem Hinterrad. Es war ein gefährliches, akrobatische Fähigkeiten erforderndes Gerät. Dennoch ge-

Werbeschild um 1910

© Technoseum

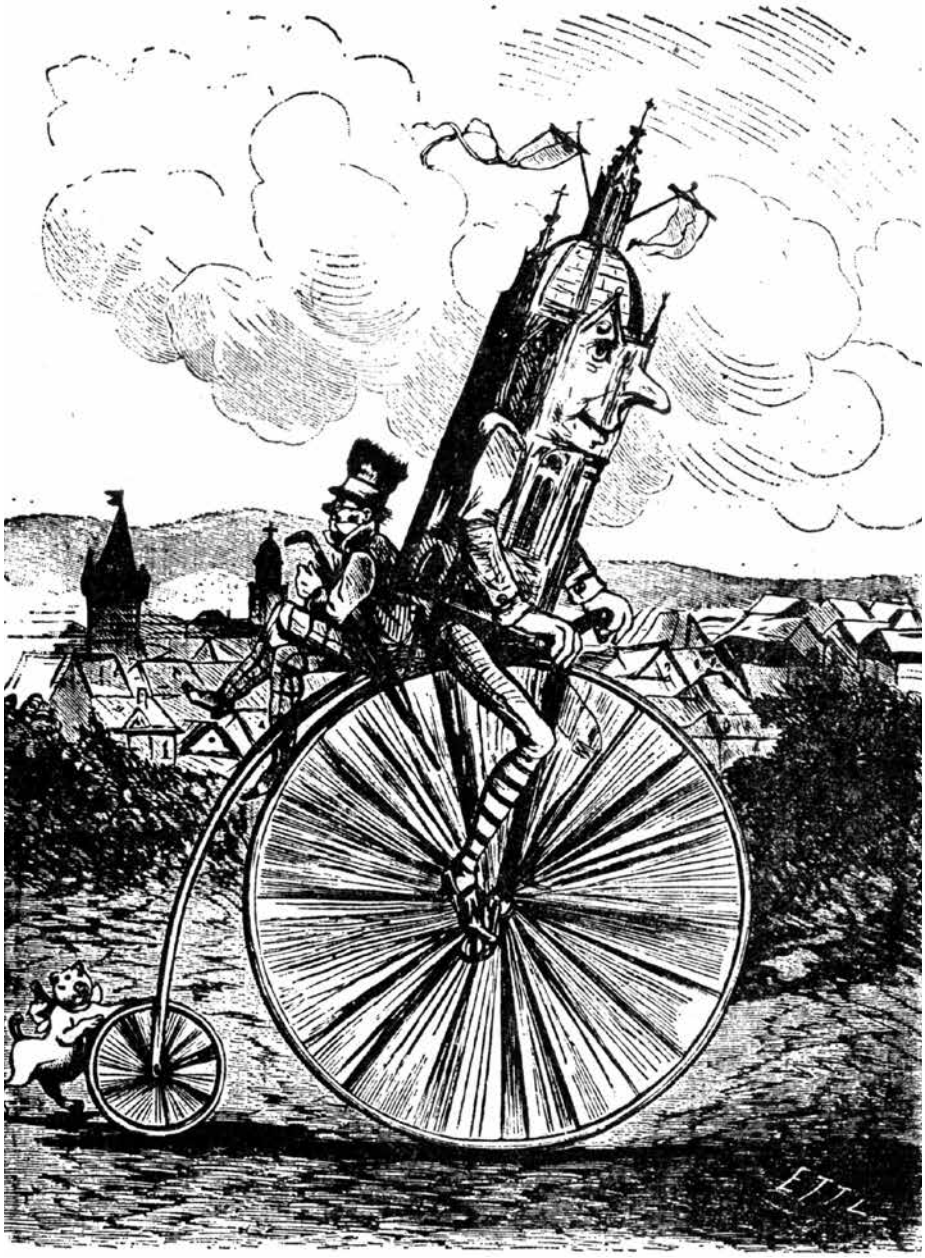
Werbeschild 1900



© Technoseum

Arbeiter-Radfahrer-Bund „Solidarität“, um 1905

© Privatarchiv Uli Speick, Berlin-Spandau



© Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

„Zum IV. Bundesfest des Deutschen Radfahrer-Bundes zu Frankfurt a.M." im Jahre 1887. Karikatur aus der „Frankfurter Latern".

wann es – auch in Frankfurt – Sportbegeisterte. Am 10. Oktober 1869 fand in der landwirtschaftlichen Halle im Ostend ein „hier noch nicht gesehenes Schauspiel“ statt: ein Velocipede-Wettrennen, was viele Zuschauer anlockte und wo es wie beim Pferderennen zuging.

In der weiteren Entwicklung des Fahrrads erlangte Frankfurt durch Heinrich Kleyer und seine Adler-Werke Bedeutung. Der 1853 in Darmstadt als Sohn eines Maschinenfabrikanten geborene Kleyer lernte am 4. Juli 1879 in Boston (USA) das moderne „Bicycle“ kennen, ein verbessertes Rad gegenüber dem in Deutschland verwendeten, nach dem französischen Wagenbauer Pierre Michaud benannten „Velociped“. „Ich beschloß daher die Einführung dieses neuesten Fahrzeugs in meinem Heimatlande.“ Nach Deutschland zurückgekehrt, eröffnete Kleyer am 1. März 1880 in der Bethmannstraße in Frankfurt eine „Velocipedhandlung“ mit zunächst Rädern aus England, dann nach seinen Zeichnungen bei Spohr & Krämer in Frankfurt produzierten. 1881 gründete Heinrich Kleyer den „Bicycle-Club“. 1883 entstand der Konkurrenzverein „Velociped-Club“.

Kutscher und Reiter in einer Person

Seit 1884 fanden auf einem Velodrom am Oberforsthaus Wettfahrten statt. 1887 faszinierte das 4. Bundesfest des Deutschen Radfahrer-Bundes in Frankfurt auch Friedrich Stoltze, der sich öfters mit dem „Wunner, e Fuhrwerk herzustelle, wo mer Kutscher un Reiter in aaner derselwige Person is“, beschäftigte.

1887 produzierte Heinrich Kleyer selbst die ersten zukunftweisenden niederen Räder in Deutschland im eigenen Haus Gutleutstraße 9, in dem sich ein Lagerraum für 5.000 Räder

Dame mit Fahrrad im Fotostudio, um 1910

© Privatarchiv Uli Speick, Berlin-Spandau

Radfahrer aus Durlach, 1897

© Technoseum

„Radlerinnen Picknick“, Zeichnung von Emmanuel Bachrach-Barée für die „Allgemeine Illustrierte Zeitung“ von 1897

© Deutsches Fahrradmuseum Bad Brückenau

Radrennen, undatiert

Rushhour in Kopenhagen, um 1925

© (2) Deutsches Technikmuseum Berlin

und im Dachgeschoss ein 300 Quadratmeter großer Saal als Übungsraum befanden. 1889 erfolgte der Umzug in das Werk an der Höchster Straße (Kleyerstraße). Mit der Erfindung des Pneumatikreifens durch Dunlop 1890 wurde das Radfahren wieder ein Stück komfortabler. Im Jahr 1898 stellte Kleyer sein 100.000. Fahrrad her. Damals begann er auch mit der Produktion von Motorrädern, Automobilen und Schreibmaschinen.

Protest gegen Radfahrverbot

Die Hochstimmung der Radfahrer erfuhr freilich einen Dämpfer, als am 1. April 1895 der Polizeipräsident jegliches Radfahren in der Frankfurter Innenstadt und auf den Brücken verbot. Die Proteste waren so groß, dass nach drei Jahren das Verbot aufgehoben werden musste. Radrennbahnen oder Velodrome gab es außer am Oberforsthaus auch im Rebstöcker Wald und im Palmengarten. Für viele Jahrzehnte bildete später die Radrennbahn im 1925 eingeweihten Waldstadion einen Treffpunkt der Rennfahrer bei Einzel-, Tandem- oder Steherrennen. Damals wurde an der Radrennbahn dem Frankfurter August Lehr ein Denkmal gewidmet, der anlässlich der Antwerpener Weltausstellung 1894 die Weltmeisterschaft im Radrennen gewonnen hatte.

In der Wirtschaftswunder- und Wiederaufbauzeit nach dem Zweiten Weltkrieg hatte das Fahrrad in Frankfurt als unabhängiges, schnelles, umweltschonendes Fortbewegungsmittel einen schweren Stand. Andererseits waren die Begeisterung am Radsport und auch das Interesse am Fahrrad groß, wie die Sechstagerennen und die IFMA (Internationale Fahrrad- und Motorradausstellung), beide erstmals 1951, zeigen. Von da spannt sich der Bogen zum Rennen „Rund um den Henninger-Turm“ (seit 1962 bis heute, inzwischen unter anderem Namen), zu manchen Volksradfahrten und Amateurrennen, zu Fahrraddemonstrationen gegen Ausbau der Straßen (1979), zu Frankfurt als Startort der Tour de France 1980 und mehr. Karl Drais jedenfalls hätte sicher seine Freude gehabt, welche Entwicklung seine Erfindung vor 200 Jahren hier nahm. *Hans-Otto Schembs*

Hochrad, um 1885

Sicherheitsniederrad „Rover III“, um 1888. Eine Gerte am Lenker diente zur Abwehr angriffslustiger Hunde.

© Technoseum

Zwei Räder – 200 Jahre

Im Technomuseum in Mannheim wird noch bis zum 25. Juni eine Ausstellung über die „Evolution“ des Fahrrads gezeigt. Karl Freiherr von Drais ist diese Erfindung zu verdanken, die für die Fortbewegung nicht mehr wegzudenken ist. Vor 200 Jahren unternahm er die weltweit erste Fahrradtour mit seiner Draisine, einer hölzernen Laufmaschine ohne Pedale. Die Besucher können die Geschichte von den ersten Laufrädern bis zu den modernsten E-Bikes mitverfolgen und teilweise ausprobieren.

Technomuseum, Museumsstr. 1, 68165 Mannheim, Telefon 0621/42 98-9, E-Mail: info@technoseum.de, geöffnet täglich 9.00 bis 17.00 Uhr, Eintritt: 8 Euro, ermäßigt 5 Euro, Familien 16 Euro, Kinder bis 6 Jahre frei. *per*

Was heißt schon Urlaub?

Foto: Stjepan Maleš

Martin Ćivić vor dem Modell seines Elternhauses

Einen Reisekatalog hatte Martin Ćivić noch nie in der Hand. Auch die Frage „Wo fahren wir denn dieses Mal hin?“ ist ihm fremd. Was manche wochenlang in Atem hält, sieht der 79-Jährige vollkommen gelassen. Urlaub stellt ihn weder vor die Qual der Wahl, noch muss er sich um Buchung oder Planung kümmern. Seit bald einem halben Jahrhundert in Deutschland lebend, gab und gibt es für den gebürtigen Kroaten nur eine Option: sein Heimatdorf in der Region Slawonien. Wer das um 1900 errichtete Elternhaus sieht, versteht sofort, dass er nur ungerührt mit der Schulter zuckt, wenn andere von ihren Reisezielen schwärmen. Das in einer ländlichen Gegend gelegene Ensemble aus Wohnhaus und Wirtschaftsgebäuden ist ein wahres Idyll.

Bis zum Ende seines Arbeitslebens auf dem Bau beschäftigt, setzt zu Martin Ćivićs Leidwesen die Gesundheit regelmäßigen Besuchen inzwischen Grenzen. Angeregt durch eine Fernsehsendung über historische Bauten, verlagerte er daher nach dem Berg-Prophet-Prinzip seinen Urlaubsort in erreichbare Nähe. Ein paar Treppen tiefer baute der handwerklich versierte Ruheständler in seinem Hobbykeller das gesamte Anwesen vom Wohnhaus über Scheune und Stall bis zum Backhaus und diversen Trockenhäusern für Obst, Getreide, Fleisch und Kartoffeln nach. In Frankfurt besitzt Martin Ćivić nun eine detailgetreue Miniaturversion jenes geliebten Domizils, das zu seiner Freude nun sein Sohn und dessen Familie bewohnen.

Wie das Original nur aus Holz gefertigt, sägte er in akribischer Kleinarbeit für die Dächer über 400 winzige Schindeln zu, schnitzte unzählige Balken und Streben und bildete sogar die Verzierungen der Fensterläden nach. Kein Wunder, wenn seine Frau ihren Gatten rund eineinhalb Jahre lang tagsüber nur zum Mittagessen zu Gesicht bekam. Kaum war der letzte Bissen vertilgt, entschwand er schon wieder in den Keller. „Für mich ist das wie Therapie gewesen“, sagt Martin Ćivić, der die ersten Jahre in Deutschland seine vertraute Umgebung schmerzlich vermisste. „Das Haus hatte ich immer im Kopf dabei.“ Jetzt kann er es jederzeit auch mit den Händen greifen. Demnächst knöpft er sich überdies den

Anzeige

Anzeige

Schöner Urlaub in Österreich...

*...besuchen Sie mit uns **Wien** und **Salzburg** bei abwechslungsreichen Städtereisen*

- **Wien** 10.05. - 14.05.2017 oder 01.11. - 05.11.2017
- **Salzburg** 07.06. - 11.06.2017

ab 560 €

*...erholen Sie sich am **Traunsee** in der wildromantischen Bergwelt des Salzkammerguts vom 30.07. - 06.08.2017*

ab 860 €

Erleben Sie die Gemeinschaft mit anderen Reisenden aus Frankfurt! Begleitet werden Sie dabei von unseren kompetenten Reiseleitungen.

Weitere Reiseziele finden Sie in unserem Katalog 2017 oder auf unserer Webseite: www.ervreisen.de
evangelisch reisen — Rechneigrabenstraße 10 — 60311 Frankfurt am Main — Telefon: 069 92105 6790

Fotos (2): Stjepan Maleš

Vom Wohnhaus bis zur Backstube, detailgetreue Miniaturversionen des geliebten Domizils

Nachbau der in Slawonien üblichen Sommerresidenz vor. Eine solche „Salaš“ besaß in dem landwirtschaftlich geprägten Gebiet früher jede Familie auf ihrem Ackerland.

Ich baue mir ein Haus

Bis vor Kurzem war der passionierte Tüftler noch in eine Gemeinschaftsarbeit seiner Männerseniorengruppe im Internationalen Familienzentrum (IFZ) involviert, zu der er selbst den Anstoß gab. Sein Holzkunstwerk löste in der Gruppe eine derart große Begeisterung aus, dass Leiter Stjepan Maleš umgehend eine Ausstellung organisierte und das Projekt „Ich baue mir ein Haus“ ins Leben rief. Über Monate hinweg ließen rund zehn Hobbyarchitekten ihrer Fantasie freien Lauf und brachten am Ende einen realitätstauglichen Entwurf zu Papier. Klein, aber fein und gründlich durchdacht, verfügt das natürlich auch dreidimensional verewigte Traumobjekt über alles, was man so braucht. Nach dem Modell könnte man unter anderem ein optimales Urlaubsrefugium errichten.

Aktivurlaub

Wer weiß, ob es nicht einen der aus verschiedenen Ländern des Balkans stammenden Männern dazu inspirieren wird. Wie Martin Ćivić verbringen sie nämlich allesamt die jährliche Auszeit in ihrer Heimat, wo sie entweder ein eigenes Domizil besitzen oder bei Verwandten unterkommen. Um den Frankfurter Entwurf zu verwirklichen, würde bereits ein Stück Garten reichen. Für Sozialarbeiter Stjepan Maleš wäre der Nachbau des Bungalows jedenfalls ein Klacks. Das Wort Urlaub ebenfalls als Synonym für Reisen in sein Geburtsland begreifend, mauerte er sich in Kroatien bereits ein stattliches Haus aus Stein. Auch Elektrik, Klempnerarbeiten oder Fenster und Türen sind das Produkt seiner eigenen Hände. Derzeit sei er dabei, eine solide Gartenmauer anzulegen. „Ich werkele gern, das ist für mich reine Erholung. Aktivurlaub eben“, wie der im IFZ mit der Sozial- und Seniorenberatung von Migrantinnen, Migranten und Deutschen betraute 64-Jährige witzelt. Ein paar Tage verbringe er allerdings auch immer bei seinem Bruder an der Adriaküste.

Auch wenn sich in der Männerseniorengruppe die Vorstellung deutlich von dem, was man hierzulande gemeinhin unter Urlaub versteht, unterscheidet, sind nach der Rückkehr die Reaktionen sehr ähnlich. Die Männer erzählen, bringen Fotos mit und tauschen Erlebnisse wie Erinnerungen an früher aus, weiß Stjepan Maleš, der die Gruppe seit 16 Jahren leitet. Obgleich alle im Ruhestand, würde dennoch niemand die regelmäßigen Reisen zum Daueraufenthalt machen wollen. In absehbarer Zeit das Arbeitsleben beendend, befasste er sich bereits mit dieser Frage, schob sie jedoch als „äußerst kompliziert“ zur Seite. So gern er auch den Urlaub in seiner alten Heimat verbringt: „Wenn ich zurückkehre, bin ich ein Fremder.“ Er denke daher, dass er in Deutschland bleiben wird. „Aber“, räumt Stjepan Maleš ein, „man weiß ja nie.“ *Doris Stickler*

Die Männer sind vom Bau begeistert.

Die Welt erkunden und alles ausprobieren

Reisen war für Kurt Henkel nicht nur ein Kindheitstraum

Foto: privat

Ein Foto wie aus einem Film: Elisabeth Henkel auf Reisen.

Es ist ein Foto wie aus einem Film der 1950er Jahre: Eine elegante junge Frau lehnt an einem Auto und lächelt in die Kamera. Das war auf der ersten gemeinsamen Urlaubstour von Elisabeth und Kurt Henkel. Es ging vom Bodensee an den Königssee. „Wir haben einfach die Reiseroute genommen, die wir im Prospekt eines Frankfurter Reiseunternehmens gesehen hatten.“ Für den Taxifahrer Kurt Henkel natürlich Ehrensache, mit dem eigenen Auto zu fahren und gemeinsam mit seiner Frau die Bergwelt zu erleben. Jedes Jahr gab es von da an eine Urlaubsreise, mal an die See, mal in die Berge. Und bald kamen auch Städtereisen hinzu.

„Ich war die Triebfeder für unsere Reisen“, sagt Kurt Henkel. Schon als Kind hatten ihn Landkarten fasziniert. Er war noch sehr jung, als er eine ungewollte große Reise unternehmen musste. Noch keine 17 Jahre alt, fiel er im Sauerland, wo er sich zusammen mit einigen Gleichaltrigen in der Endphase des Zweiten Weltkrieges durch die Wälder geschlagen hatte, den amerikanischen Truppen in die Hände: „Sie hatten uns überrollt, da haben wir die weiße Fahne gezeigt und uns schnappen lassen.“ Zu seiner Verwunderung wurde er dort „extrem gut“ behandelt, auch wenn ihm der Transport durch Belgien und Frankreich nach Cherbourg, von wo aus die Überfahrt nach New York erfolgte, in schlechter Erinnerung ist: „Wir wurden in offenen Waggons transportiert, und die Menschen standen in Belgien auf den Brücken und bewarfen uns mit Steinen.“

Auch die dreiwöchige Überfahrt war schwer für den halbwüchsigen Jungen. Ältere deutsche Kriegsgefangene machten ihm den Platz in seiner Hängematte streitig, sodass er die Nächte unter einem Tisch verbringen musste. Dafür erwartete ihn nach der Entlausung auf der Einwandererinsel Ellis Island ein Platz in einem komfortablen Waggon und später in einem POW-Camp in Delaware (Prisoners of War = Kriegsgefangene) fast das Paradies: Essen, Komplettausstattung mit Kleidung und weiß bezogene saubere Betten. Schließlich durfte er beim Küchenkommando arbeiten und hatte fast niemals Hunger. Noch heute hat er Kontakt zu einem Amerikaner, der ein Buch über die POW-Camps geschrieben und auch Kurt Henkel darin erwähnt hat. Zurzeit sitzt er gerade daran, Briefe, die in deutscher Schrift geschrieben sind, für diesen Mann zu übersetzen.

Nach einem Jahr ging es zurück nach Deutschland, wo er nach verschiedenen Stationen und Arbeitseinsätzen im Oktober 1946 entlassen wurde. „Da konnte ich endlich meine Lehre fertigmachen“, erinnert sich Kurt Henkel. Und dann kam die Zeit, die von vielen als „die schlechte“ erinnert wird. Essen musste organisiert werden. Er selbst ging „Kippen stechen“, sammelte weggeworfene Zigarettenstummel ein, damit der Vater, der starker Raucher war, bei Laune gehalten wurde.

Kurt Henkel jammert nicht über schlechte Zeiten, er erzählt lieber von den schönen. Und dazu gehören zweifellos die 68 Jahre seines Lebens, die er mit seiner geliebten Frau Elisabeth verbrachte. 1948 hatten sie

Foto: privat

Kurt Henkel, der Abenteurer.

sich in Eckenheim beim Fasching kennengelernt. Seitdem haben sie sich bis zu ihrem Tod im vergangenen Jahr nicht wieder getrennt.

Die Erinnerung an die USA ließ ihn nicht los. Dreimal besuchte das Ehepaar Henkel daher das Land der unbegrenzten Möglichkeiten. Dass dabei auch Delaware nicht ausgespart wurde, war selbstverständlich.

Als Abenteurer unterwegs

Es war immer ein bisschen Abenteuer dabei, wenn die Henkels verreisten. Denn Pauschalreisen mit Reiseleitung und deutschem Essen vor Ort war nicht ihr Ding. In der Schweiz erstaunten er und seine Frau ein Ehepaar, das feststellte: „Man kann ja mit den Deutschen reden und sogar Freundschaft schließen.“ Seine Abenteuerlust führte sogar dazu, dass er einem weiteren Interesse, dem Segeln, nachgab und dort einen Segelschein machte, den er später in Glücksburg an der Ostsee erweiterte.

Am Inheidener See in der Wetterau lag sein eigenes Segelboot vor einem Wochenendhäuschen. Segeltörns auf Charterbooten etwa auf der Adria waren ihm ebenfalls ein großes Vergnügen.

Doch bei allen Reisen blieb das Ehepaar stets bodenständig. „Meine Frau war sehr häuslich, und unser Häuschen in Sprendlingen war ihr Ein und Alles“ – Kurt Henkel kommen die Tränen, wenn er davon erzählt. Denn 2012 mussten sie dieses geliebte Heim schweren Herzens aufgeben. Er konnte nicht mehr Auto fahren, seine Frau war zu krank, er selbst zu schwach, um noch Haushalt und Pflege alleine zu bewältigen. Den Umzug ins GDA-Stift im Frankfurter Nordend hat er aber nicht bereut. Die gemeinsamen Jahre dort haben sie genossen. Und wenn er erzählt, dass er diese Bekannte und jenen Freund angerufen hat, dass er hin und wieder nachforscht, was aus früheren Weggefährten geworden ist, dann spürt man, dass er sich bei aller Trauer um seine Frau nicht unterkriegen lässt.

Lieselotte Wendl

Bestellcoupon + Geschenkcoupon

Lassen Sie sich die kostenfreie Senioren Zeitschrift bequem nach Hause schicken oder erfreuen Sie einen interessierten Menschen damit.

Sie bezahlen nur die Versand- und Bearbeitungskosten für vier Ausgaben im Jahr. Dafür erhalten Sie von uns eine Rechnung, die Sie bitte per Banküberweisung begleichen. Die Bestellung 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.

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

Ja, ich bestelle die kostenfreie Senioren Zeitschrift ab der nächstmöglichen Ausgabe: Versand- und Bearbeitungskosten für vier Ausgaben im Jahr.

☐ gedruckt (12 Euro im Jahr) ☐ als Hör-CD (12 Euro im Jahr) ☐ gedruckt und als Hör-CD (18 Euro im Jahr)

Rechnungsadresse

Vorname ..... Name .....

Straße/Hausnr. .....

PLZ/Ort ..... Telefon .....

Datum ..... Unterschrift .....

Lieferadresse (nur ausfüllen, wenn Rechnungs- und Lieferadresse nicht identisch sind)

Vorname ..... Name .....

Straße/Hausnr. .....

PLZ/Ort ..... Telefon .....

Ausgefüllten Coupon per Fax an 069/212 307 41 oder per Post an: Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main

Seniorenbeirat Februar 2017

Neue und bekannte Gesichter

Der neu gebildete Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt hat seine Arbeit aufgenommen und sich in seiner Februar-Sitzung konstituiert. Das Gremium setzt sich aus Seniorenvertretern zusammen, die von den 16 Frankfurter Ortsbeiräten und der Kommunalen Ausländervertretung (KAV) ernannt worden sind. Zur Vorsitzenden wählte das Gremium erneut Dr. Renate Sterzel (Ortsbeirat 15). Sie erhielt 13 Ja- und zwei Gegenstimmen. Die Stadträtin hatte das Amt bereits in der vergangenen Wahlperiode bekleidet. „Ich bin überwältigt von Ihrem Zutrauen“, sagte die Vorsitzende. Bei der Wahl zum stellvertretenden Vorsitzenden hatten die 15 anwesenden stimmberechtigten Mitglieder die Wahl zwischen dem bisherigen Stellvertreter, Heinrich Trosch (4), und Bernd-Dieter Serke (6). Eine Mehrheit von elf Mitgliedern votierte für Trosch. Komplettiert wird der Vorstand des Seniorenbeirats von Pieter Zandee (3), der einstimmig zum Schriftführer und damit zum Nachfolger von Josef Ullrich gewählt wurde. Ullrich hatte diese Funktion viele Jahre inne und war zum Ende der Legislaturperiode aus dem Seniorenbeirat ausgeschieden. Renate Sterzel und Pieter Zandee sind zudem die Vertreter des Seniorenbeirats im Redaktionsteam der Senioren Zeitschrift.

Zentrales Thema des Seniorenbeirats wird zunächst die Satzungsänderung sein, die dem Gremium künftig mehr Rechte, Beteiligungsmöglichkeiten und eine eigenverantwortliche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit einräumen soll. Darauf wies Seniorendezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld hin, als sie die Mitglieder zu Beginn der Sitzung begrüßte. „Im Koalitionsvertrag ist festgeschrieben, dass der Seniorenbeirat mit mehr Aufgaben und Rechten ausgestattet werden soll“, betonte die Seniorendezernentin. Dementsprechend werde ihr Dezernat jetzt mit den Koalitionären einen Entwurf vorbereiten. Danach soll der Seniorenbeirat – voraussichtlich in seiner Mai-Sitzung – darüber beraten. Zu guter Letzt befindet die Stadtverordnetenversammlung über die Satzungsänderung. Um das Dezernat beim Ausarbeiten des Entwurfs zu unterstützen und eigene Vorstellungen einzubringen, wird sich eine Arbeitsgruppe mit Mitgliedern aus dem Seniorenbeirat bilden. Diese sind Doris Achenbach (9), Bernd-Dieter Serke, Hans Georg Gabler (2), Pieter Zandee, Hans-Joachim Habermann (3), Dieter Ruppert (5) und Volker Burkhardt (12).

Zudem entsendet der Seniorenbeirat Vertreter in folgende Stadtverordnetenausschüsse: Planung, Bau und Wohnungswesen, Recht, Verwaltung und Sicherheit, Soziales und Gesundheit, Umwelt und Sport sowie Verkehr. Auch bildet das Gremium zu diesen Themen weitere interne Arbeitsgruppen: Wohnen, Verkehr und Gesundheit. Zudem möchte sich der Seniorenbeirat demnächst mit dem Thema „Ältere Flüchtlinge“ befassen und eine Übersicht von öffentlichen möglichst barrierefreien Toiletten im Stadtgebiet erstellen lassen.

Sonja Thelen

Die Mitglieder des Seniorenbeirats:

Gisbert Trimborn (Ortsbeirat 1, Altstadt, Bahnhof, Europaviertel, Gallus, Gutleut, Innenstadt)
Hans Georg Gabler (Ortsbeirat 2, Bockenheim, Kuhwald, Westend)
Pieter Zandee (Ortsbeirat 3, Nordend)
Heinrich Trosch (Ortsbeirat 4, Bornheim, Ostend)
Dr. Dieter Ruppert (Ortsbeirat 5, Niederrad, Oberrad, Sachsenhausen)
Bernd-Dieter Serke (Ortsbeirat 6, Frankfurter Westen, Goldstein, Griesheim, Höchst, Nied, Schwanheim, Sindlingen, Sossenheim, Unterliederbach, Zeilsheim)
Karin Rebenstock (Ortsbeirat 7, Hausen, Industriehof, Praunheim, Rödelheim, Westhausen)
Ludolf Müller (Ortsbeirat 8, Heddernheim, Niederursel, Nordweststadt)
Doris Achenbach (Ortsbeirat 9, Dornbusch, Eschersheim, Ginnheim)
Wolfram Breitkreuz (Ortsbeirat 10, Berkersheim, Bonames, Eckenheim, Frankfurter Berg, Preungesheim)
Magdalena Grana (Ortsbeirat 11, Fechenheim, Riederwald, Seckbach)
Gisela Stamm (Ortsbeirat 12, Kalbach, Riedberg)
Norbert Emde (Ortsbeirat 13, Nieder-Erlenbach)
Günther Teichert (Ortsbeirat 14, Harheim)
Dr. Renate Sterzel (Ortsbeirat 15, Nieder-Eschbach)
Oskar Pfreundschuh (Ortsbeirat 16, Bergen-Enkheim)
Kasim Odabas (Kommunale Ausländervertretung)

Kontakt:
Geschäftsstelle Seniorenbeirat, Karola Kunz, Eschersheimer Landstraße 241–249, Frankfurt, Tel. 069/212-377 22.

Rätselauflösung

Schwedenrästel S.74

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

Schach S.74

1. f7 - f8T! Kd7 x d6; 2. Tf8 - d8† (Obwohl der schwarze König nun vier Auswege hat, immer wird er vom Läufer d2 mattgesetzt.) Also entweder 3. La5, 3. Lg5, 3. Le3 oder 3. Lc3 matt.

Original und Fälschung S.36

Das Kind links oben ist weggelaufen. Darunter ist eine Radfahrerin dazu gekommen. Etwas weiter rechts auch noch ein Radfahrer. Noch ein wenig weiter rechts ist der Radler schon ein Stück weiter gekommen. Beim Auto fehlt das Nummernschild. Der Polizist hält das falsche Schild hoch. Der Radfahrer vorn in der Mitte hat einen Hut aufgesetzt.

„Orient trifft Okzident – Tanzen kennt kein Alter“

Frankfurt entwickelt viele Facetten

Fotos (4): Oeser

Tänze zum Mitmachen spielt die Gruppe Blind Foundation.

Aktionswochen
Älterwerden in Frankfurt
vom 19. Juni bis 02. Juli 2017

Frau Flörsheimer, welche Termine sollten sich die Frankfurter für die Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt unbedingt vormerken?

Wir haben in diesem Jahr ämter- und kulturübergreifend zwei neue Kooperationspartner. Der eine ist das Senckenbergmuseum, das sich erstmalig an den Aktionswochen beteiligt und in diesem Jahr „200 Jahre Senckenberg“ feiert. Dazu passend laden wir mit dem Museum für den 23. Juni zu einer historischen Führung ein. Außerdem ist mit dem Senckenbergmuseum eine Veranstaltung am 26. Juni zu dem Thema „Die dünne Haut der Erde und ihre Böden“ geplant. Unser zweiter neuer Kooperationspartner ist der Palmengarten. Dort findet in diesem Jahr die Eröffnungsveranstaltung der Aktionswochen statt: der Rosenball, passend zur Rosenblüte, am 19. Juni in der Villa Leonhardi, die den festlichen und barocken Rahmen hierfür bietet. Um 16 Uhr geht es los. Es wird ein wunderbarer Mix aus Gruppen-, Tanzschul- und Mitmachangeboten sein.

Zu dem Rosenball und zum Angebot eines Tanzcafés hatten Sie vonseiten der Leitstelle auch einen Fragebogen formuliert. Wie war die Resonanz hierauf?

Die Resonanz war überwältigend. Insgesamt haben wir ca. 500 Fragebögen verteilt, von denen fast 100 Prozent ausgefüllt worden sind. Das Ergebnis war sehr deutlich und hat mich sehr gefreut. Denn 70 Prozent befürworteten den Rosenball zur Eröffnung und ein Tanzcafé als ein ständiges Angebot im Palmengarten in der Villa Leonhardi. Sowohl Tänzer als auch Nicht-Tänzer haben sich dafür ausgesprochen, und zwar mindestens einmal im Monat. Die meisten teilten mit, dass vor allem Standard- und lateinamerikanische Tänze ihre Steckenpferde sind.

Heißt das, dass der Rosenball Auftakt zum neuen Tanzcafé sein wird?

Ja, das wird so sein. Wegen der Sommerferien werden wir zudem während der Aktionswochen noch einen zweiten Ball anbieten. Wir beschließen die erste Woche der Aktionswochen mit dem „Kornblumenball“ bei der Tanzschule Bauer in der Kaiserstraße. Dieser Ball wird ein bunter Mix aus Standardtanz, Swing und Walzer sein. Da wird für jeden etwas dabei sein. Die Tanzschule Monika Bauer wird in der Folge für das Tanzcafé unser Kooperationspartner sein. Dieses wird Ende August in der Villa Leonhardi voraussichtlich mittwochs starten.

Welche weiteren Tipps haben Sie noch für die Aktionswochen?

Ganz wichtig ist noch die Fachtagung am 23. Juni zum Thema „Alter braucht Vielfalt und Kooperation“. Die Methodik der Fachtagung wird diesmal anders sein. Statt drei großer Referate wird es viele kürzere Vorträge über die vielfältigen Möglichkeiten des Wohnens geben wie „Service-Wohnen“, „Wohnen unter einem Dach“, „Stationäre Pflege“, „Betreutes Wohnen“ oder „Quartierswohnen“. Wir möchten dem umfassenden und unterschiedlichen Informationsbedarf der Besucher zu dem Thema gerecht werden. Sowohl für Nutzer als auch für Professionelle soll die Tagung einen Überblick liefern. Zudem möchten wir anlässlich der Aktionswochen das neue Beratungsangebot „Krisen- und Lebensberatung für Menschen 60+“ vorstellen. Dazu gehören altersbe-

Das Programmheft für die Aktionswochen „Älterwerden in Frankfurt 2017“ vom 19. Juni bis 2. Juli soll ab Ende Mai erhältlich sein. Es wird im Rathaus für Senioren (Hansaallee 150) wie auch in den Bürgerämtern und anderen öffentlichen Stellen ausgelegt. Zudem steht es online unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de/aktionswochen-2017.

Weitere Information auch zum Frankfurt-Quiz gibt es unter Telefon 069/212-45058, E-Mail: aktionswoche@stadt-frankfurt.de

the

gleitende Themen wie Wohnen, Tanzen, Interkultureller Dialog, Alter und Benachteiligung, Operationen, Hochaltrigkeit, Theaterübungen für Ältere.

Und welches Highlight steht noch ins Haus?

Applaus für die Musik.

Last but not least ist noch unser Bunter Nachmittag – das beliebte Highlight unserer Wochen – am Freitag, 30. Juni, zu erwähnen, der ganz unter dem Motto „Orient trifft Okzident und Tanzen kennt kein Alter“ steht. Tanzen und Rocken wird leicht zu der rhythmischen Musik der Gruppe Blind Foundation. Die Band schöpft ihr Potenzial aus einem vielseitigen Programm der Pop-, Rock-, Blues, Funk- und Soulhits. Hier reicht das Spektrum von Oldies bis zu den aktuellen Charts. Wirbel aufs Parkett bringen auch die originell arrangierte Tanzmusik und die fetzigen Schlager. Die Sozial- und Seniorendezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld wird den Event eröffnen und wichtigste Akteurin im Frankfurt-Quiz sein, zu dem sie jetzt schon echte „Frankfortkenner“ zum Mitmachen einlädt.

Pia Flörsheimer ist Leiterin der Leitstelle Älterwerden in Frankfurt. Mit ihr sprach Sonja Thelen.

Zeit für Gespräche.

30 Jahre Hobbyrunde

Seit 30 Jahren treffen sich im Café Anschluss zweimal monatlich Hobby-Partnerinnen und -Partner. Dort kann man Gleichgesinnte treffen und neue Bekanntschaften knüpfen.

Aus diesem Anlass wurde im Februar mit Musik der Senioren Seven Swingband bei Kaffee und Kuchen ausgiebig gefeiert.

Die Hobbybörse vermittelt kostenfrei Hobby-Partnerinnen und -Partner. Einfach anrufen, oder vorbeikommen – gleich, ob man noch mitten im Berufsleben steht, jünger oder älter ist.

Begleitend bieten Mitarbeiter der Hobbybörse Kennenlerntreffs zu besonderen Interessengebieten an.

Infos unter Telefon 069/55 09 15 oder per Mail info@cafe-anschluss.de, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, U-Bahn 1, 2, 3, 8 (Haltestelle Dornbusch) ***red***

30 Jahre Hobbyrunde: Ein guter Grund zum Feiern.

In der Trauer nicht allein

Trauerseelsorge ist nicht mehr nur Sache der Kirchengemeinden

Wer einen nahen Menschen durch den Tod verliert, fällt oft sinnbildlich in ein tiefes Loch. Manchen quält der Gedanke, wo die geliebte Person nach dem Tode ist. Werde ich ihn einst wiedersehen?, fragt sich der eine. Die andere treibt vielleicht eher die Frage um, wie sie künftig ohne Unterstützung den Alltag bewältigen kann.

„So individuell, wie das Leben jedes Einzelnen ist auch die Trauer“, weiß Simone Ripke, die sich als Trauerseelsorgerin mit dem Thema praktisch, aber in ihrer Doktorarbeit auch wissenschaftlich beschäftigt. In ihrer Praxis, in der sie Menschen in Trauer seelsorgerlich begleitet, sind ihr unterschiedliche Formen der Trauer begegnet: „Viele sind erst einmal ohnmächtig und passiv.“ Das Gefühl, in einen Abgrund gestürzt zu sein, sei manchmal so stark, dass sie etwa nicht die Kraft fänden, Essen zu kochen. Wenn dann die Freundin mit einer heißen Suppe vorbeikomme, könne das schon eine große Hilfe sein und die trauernde Person einen Schritt weiterbringen. Es gebe auch Menschen, die zunächst die Trauer komplett verdrängten, um vielleicht erst Jahre später Hilfe zu suchen.

Nach der Erfahrung Simone Ripkes ist Trauer ein Prozess, der den ganzen Menschen betreffe: „Trauerarbeit ist leibliche wie seelische Arbeit.“ Der Begriff „Trauerarbeit“ ist von Sigmund Freud hergeleitet, der davon ausging, dass diese „Arbeit“ auch irgendwann abgeschlossen sei,

Foto: Oeser

Manche Menschen finden aus der Trauer nicht heraus.

und man sich dann Neuem zuwenden könne. Er habe seine Theorie jedoch selbst bei sich nicht komplett umsetzen können, indem er die Trauer um seine an der Spanischen Grippe gestorbene Tochter niemals ganz bewältig habe, weiß Ripke.

Wie verläuft die Hilfe?

Wie aber kann Trauerbegleitung einem Menschen helfen? Simone Ripke, die evangelische Diplom-Theologin sowie Heilpraktikerin für Psychotherapie ist und einen Bachelor Minor in Psychologie hat, führt mit ihren Klienten zunächst ein Erstgespräch, in dem geklärt wird, was die Person braucht. Geht es etwa um die Frage nach den Hintergründen eines Suizids, oder die existenzielle Frage, ob es ein Jenseits gibt, in dem man dem Verstorbenen begegnen kann? Was kann in besonders schwierigen Phasen helfen? „Da spreche ich auch ganz bewusst biblische Impulse an.“ Denn die Trauerbegleitung, das ist der Theologin bewusst, ist längst nicht mehr allein Sache der Seelsorge etwa durch den Gemeindepfarrer. Vielmehr habe sie sich weitgehend außerhalb der Kirchen positioniert und werde heute vielfach von Bestattern oder auch freien Trauerseelsorgern, wie sie selbst eine ist, geleistet. Aber auch Seniorenheime, Ehrenamtliche in Kirchengemeinden, ja sogar Unternehmen richteten sich darauf ein, Menschen in ihrer Trauer zu begleiten. Sie selbst bietet daher neben der individuellen Trauerseelsorge auch Fortbildung und Coaching für die entsprechenden Einrichtungen an.

Manche Menschen finden aus ihrer Trauer nur schwer oder gar nicht heraus und werden davon krank – körperlich wie seelisch. „Trauer ist keine Krankheit, kann aber krank machen“, sagt Simone Ripke. In solch einem Fall sei es wichtig, sich aktiv Hilfe zu suchen. Sonst bestehe die Gefahr, dass die durch unbewältigte Trauer ausgelöste Krankheit – das kann eine Depression sein, aber auch etwa Rückenschmerzen – sich verfestigt, und die betroffene Person in einen Teufelskreis gerät, aus dem sie nicht mehr herausfindet.

Aber nicht jeder trauernde Mensch braucht eine persönliche Begleitung oder die Seelsorge durch einen Profi. So empfiehlt die Seelsorgerin auch manchen Klienten nach dem Erstgespräch, sich einem Trauergesprächskreis anzuschließen oder eines der anderen Angebote wahrzunehmen, das in Frankfurt Trauernden offensteht. Eines davon ist das Trauercafé des Bürgerinstituts, das jeden zweiten Sonntag im Monat ab 15 Uhr für Besucher geöffnet ist. Dort können sich Menschen, die einen erwachsenen Menschen verloren haben, in einem geschützten Rahmen treffen und austauschen.

Wer vor Ort nach solchen Angeboten sucht, ist gut beraten, etwa in den Kirchengemeinden anzufragen oder auch im Internet zu suchen. Der Friedhofswegweiser der Stadt Frankfurt, der auch Anzeigen von Trauerbegleitern enthält, ist in allen Friedhofsverwaltungen kostenlos erhältlich. Weitere Informationen auch unter www.friedhof-frankfurt.de.

Simone Ripke ist zu erreichen unter Telefon 069/798 23476, im Internet unter www.trauerundseelsorge.de.

Lieselotte Wendl

Glücklich leben im „Artis Service-Wohnen“

Neubau in Bad Homburg am Schloss

Selbstbestimmt und eigenständig bis ins hohe Alter in gewohnter Umgebung wohnen entspricht der Vorstellung vieler Senioren. Aber was tun, wenn Alltagsarbeiten schwer fallen, Barrieren Aktivitäten verhindern oder Kommunikation fehlt? Der Umzug in eine ganzheitliche komplett barrierefreie Wohnform für die Generation 65plus gibt hier die Antwort.

Im Herbst 2017 eröffnet im Zentrum der Kurstadt Bad Homburg Artis Service-Wohnen für Senioren. 64 hochwertig ausgestattete Mietwohnungen mit 2 oder 3 Zimmern, Küche und Balkon verfügen über Wohnflächen von 54 bis 137 qm. Als lebendiger Mittelpunkt bietet Artis für alle Bewohner die gemütlich eingerichteten Gemeinschaftsbereiche wie Kommunikations-Foyer, Artis-Bistro, Clubraum und Service-Center. Artis Service-Mitarbeiter sind Ansprechpartner rund ums Wohnen und bieten täglich ein umfangreiches Serviceangebot und Veranstaltungsprogramm. Bei Bedarf steht professionelle Pflege in der eigenen Wohnung über das hauseigene Pflege-Center bereit und ist über das 24-Std. Notrufsystem erreichbar.

Wohnungsvermietung und
Termin Musterwohnung unter:
Tel 06172/67 95 65,
badhomburg@artis-senioren.com
www.artis-senioren.com

artis®
Service Wohnen

Ganzheitliche Wohnform für die Generation 65+

Da lebe ich im Alter!

Artis Service-Wohnen Bad Homburg am Schloss

- Zentrale Lage – alles Wichtige ist zu Fuß erreichbar
- 64 barrierefreie 2 - 3 Zimmer Mietwohnungen mit Küche von 54 bis 137 qm
- Barrierefreiheit in der gesamten Artis Service-Wohnanlage
- Geselliges Miteinander in den eingerichteten Gemeinschaftsflächen
- Umfassender Basis-Service und individueller Wahl-Service durch aufmerksame Artis Service-Mitarbeiter
- Ambulante Pflege bei Bedarf über das Pflege-Center im Haus mit 24-Stunden-Notrufsystem
- Vielfältige und abwechslungsreiche Veranstaltungsprogramme mit Aktivitäten für Geist & Körper
- Gastro-Service im Artis-Bistro
- Rolli-Depot und Tiefgarage

Artis Service-Wohnen am Schloss
Engelsgasse 2, 61350 Bad Homburg v.d.H.
Tel 06172 - 67 95 65
e-mail: badhomburg@artis-senioren.com
www.artis-senioren.com

Eröffnung Herbst 2017
Terminvereinbarung für Musterwohnung!

Vorsorge für die eigene Bestattung

Es ist eine Herausforderung, sich mit dem Tod zu befassen, noch konkreter werden diese Überlegungen, wenn die eigene Beerdigung geplant wird. Trotzdem ist es für viele – besonders ältere – Menschen ein Bedürfnis, für den Todesfall vorzusorgen und die eigenen Wünsche zu dokumentieren.

„Der Gang in ein Bestattungsinstitut braucht schon etwas Überwindung“, weiß Nikolette Scheidler vom Frankfurter Bestattungsinstitut Kistner + Scheidler. Aber jede Woche kommen zwei bis drei Personen in die Räume in der Hardenbergstraße 11, um sich zu informieren, wie sie für die eigene Beerdigung vorsorgen können. Die mehr als zehnjährige Erfahrung hat gezeigt, dass es besonders Frauen sind, die ein Leben lang unabhängig für sich gesorgt haben, die auch diesen letzten Schritt selbst in die Hand nehmen wollen. Die Vorsorge hat einmal den Aspekt, dass die Wünsche für Ort und Ablauf vorab festgelegt werden. Außerdem gibt es den finanziellen Aspekt, denn das Geld für die Beerdigung kann auf einem Treuhandkonto hinterlegt werden. Dies sichert im Falle einer Insolvenz des beauftragten Bestattungsunternehmens das eingezahlte Guthaben. Für jene, die die Beerdigung organisieren, erleichtert ein Treuhandkonto die Abwicklung. Eine weitere Möglichkeit, die Kosten abzusichern, bietet die Sterbegeldversicherung. Auch für die Grabpflege können bereits zu Lebzeiten Vorsorgeverträge mit Friedhofsgärtnereien abgeschlossen werden. Ein solcher Vertrag kann nicht von den Erben angetastet werden.

Zwei Seiten lang ist die Liste, die Nikolette Scheidler durchgeht, wenn es zu einem Beratungsgespräch kommt. Erde oder Feuer? Wer sich Gedanken um seine eigene Beerdigung macht, muss sich dieser grundlegenden Entscheidung stellen. „Die meisten Kunden, die zu uns kommen, wissen bereits, ob sie eine Erd- oder Feuerbestattung wünschen.“ Aber schon bei den vielen Varianten, die es für Gräber mittlerweile gibt, dürften viele Menschen erst einmal Beratungsbedarf haben. Eine Aufstellung informiert über die Kosten der unterschiedlichen Bestattungsarten, die es in Frankfurt gibt. Davon unabhängig kann auch eine See- oder Baumbestattung gewählt werden. Zu klären ist auch, welcher Sarg gewünscht wird. Es geht um die Gestaltung der Trauerfeier ebenso wie um Zeitungsanzeigen und Karten. Wo soll die Trauerfeier stattfinden? Welche Musik? Welche Blumen?

Wenn die Wünsche dokumentiert sind, haben es die Hinterbliebenen leichter, die Beerdigung zu organisieren. Sie wissen, was im Sinne des Verstorbenen zu tun ist. Gleichzeitig regt Nikolette Scheidler jedoch an, nicht nur an die eigenen Wünsche, sondern auch an die der Hinterbliebenen zu denken. Vielleicht möchten diese ein Grab als Erinnerung haben, möchten dies auch gern pflegen. Viele ältere Menschen haben jedoch die Vorstellung, dass die Grabpflege als Belastung empfunden werden könnte. Ein gemeinsames Gespräch kann hier für Klarheit sorgen, sodass die Entscheidungen im Sinne aller Beteiligten getroffen werden können.

Birgit Clemens

Mit Grabpflege und Blumenschmuck kann man eine Gärtnerei beauftragen und die Bezahlung über ein Treuhandkonto bereits zu Lebzeiten abwickeln.

Fotos (2): Oeser

Wer seine Beerdigung selbst regeln möchte, muss sich mit der Frage auseinandersetzen, ob er eine Erd- oder eine Feuerbestattung wünscht. Eine Auswahl von Särgen und Urnen ist bei Bestattungsunternehmen wie etwa bei Kistner + Scheidler ausgestellt.

Alles, was das Leben erleichtert, wenn das Alter naht

Familie Schambach-Stiftung fördert regionale Projekte der Alternsforschung

Als der Mediziner Hansjörg Werner 1964 seinen ersten Arztkittel für einen Anatomiekurs im Berufsbekleidungsgeschäft Schambach an der Fahrgasse kaufte, wusste er noch nicht, dass er fast 50 Jahre später intensiv mit dem Namen Schambach zu tun haben würde. Hannelore Schambach, Besitzerin des einstigen traditionsreichen Fachgeschäfts in der Nähe der Konstablerwache, hatte nämlich 2007, zwei Jahre vor ihrem Tod, ihren gesamten Besitz in eine Stiftung eingebracht. Die Familie Schambach-Stiftung fördert seit 2013 palliative Einrichtungen und Institutionen in Frankfurt und Umgebung.

Als der Stiftungsvorstand 2012 einen erfahrenen Altersmediziner suchte, wurde er mit Hansjörg Werner, dem ehemaligen Chefarzt der Klinik für Geriatrie am Agaplesion Elisabethenstift in Darmstadt, fündig. „Ich war Rentner“, sagt Werner auf die Frage, warum er für die Stiftung arbeitet. Im Vorstand überprüft er, ob medizinische Projekte, für die Stiftungsgelder beantragt werden, mit den Zielen der Stiftung übereinstimmen.

In den ersten Jahren war das Artemis-Projekt „herausragend“, sagt Werner. Das Städelmuseum und die Altersmedizin der Goethe-Universität arbeiteten von 2014 bis 2016 in dem Pilotprojekt für Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz zusammen. Artemis bedeutet „Art Encounters: a Museum Intervention Study“ und ist die erste umfassende wissenschaftliche Studie zu den therapeutischen Potenzialen von Kunsttherapie bei Demenz in Deutschland. Sie untersucht, wie sich Museumsbesuche auf das Wohlbefinden und die Kommunikation von Menschen mit Demenz auswirken und ob sich die Beziehung zu betreuenden Angehörigen verbessert (siehe SZ 1/2015, S. 43). Menschen mit der Diagnose Demenz, die vielfach unter dem Blickwinkel Verlust und Defizit betrachtet werden, zeigten „einen guten Blick für kleinste Details, die anderen entgangen sind“, erinnert sich Hansjörg Werner. 50 dieser Arbeiten aus dem Städel-Atelier zeigt das Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, derzeit in einer Ausstellung.

Foto: Oeser

Hilft Sport gegen Demenz?

Während das erfolgreiche Projekt für die Familie Schambach-Stiftung abgeschlossen ist, plant das Städel, Artemis fortzusetzen, sagt Hansjörg Werner. Genau solche Folgeprojekte strebt die Stiftung an: „Wir leisten die Anschubfinanzierung, die Projekte sollten anschließend nachhaltig weitergeführt werden.“ Die Familie Schambach-Stiftung förderte auch ein anderes hochrangiges Forschungsprojekt der Universitätsklinik Frankfurt, das der Frage nachging, ob Sport präventiv gegen Demenzerkrankungen wirkt. Auch hier liegt inzwischen ein positives Ergebnis vor. „Bewegungstherapie hilft gegen Demenz“, sagt Stiftungsvorstand Werner. Auch die mobile Demenzberatungsstelle des Bürgerinstituts, das Hilda-Mobil, und die Malteser Migranten Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung wurden mit Mitteln der Familie Schambach-Stiftung unterstützt.

In diesem Jahr wird der Vorstand der Stiftung ein Haus aus dem Besitz von Hannelore Schambach im Westend renovieren und ein benachbartes Grundstück bebauen lassen, um durch Vermietungen Gelder für die Stiftung zu generieren. Zudem fördert er ein Pilotprojekt der Palliativstation der Universitätsklinik. Es soll geprüft werden, ob die Zentrale Leitstelle der Feuerwehr Frankfurt Anfragen nach Palliativbetten bearbeiten kann. „Palliativbetten braucht man manchmal sehr schnell“, sagt Hansjörg Werner. Werden sie nicht zentral über die Leitstelle vergeben, muss weiterhin jeder einzeln die Krankenhäuser wegen eines freien Bettes auf der Palliativstation abtelefonieren. Wenn sich das Pilotprojekt bewährt, soll es fortgeführt und wissenschaftlich begleitet werden. Die Fördermittel beantragte Dr. Christiane Gog, die Leiterin der Palliativstation an der Frankfurter Universitätsklinik.

Wenn medizinische Projekte sich um Stiftungsgelder bewerben, prüft Hansjörg Werner die Anträge. Im persönlichen Kontakt erklärt er Interessenten, was die Stiftung erwartet, zum Beispiel, nachhaltig und zukunftsweisend zu arbeiten. Den Begriff „Palliativmedizin“ versteht der Geriater dabei „nicht nur als Medizin am Lebensende, sondern Palliativmedizin umfasst alles, was das Leben erleichtert, wenn das Alter naht“. Dieses erweiterte Verständnis, setzt er hinzu, sei ganz im Sinne von Hannelore Schambach.

Susanne Schmidt-Lüer

Kontakt: über die Geschäftsstelle der Schambach-Stiftung
c/o Beiten Burkhardt Rechtsanwaltsgesellschaft mbH
Gerrit.ponath@bblaw.com

Was ist eigentlich eine Posamentengalerie?

Wer bei dem Wort Kordel nur eine simple Schnur vor Augen hat, sollte Lars Kuhlemann besuchen. In seinen Regalen stapeln sich sieben Tonnen Garne, aus denen er Kordeln für Polstermöbel, Urkunden und Speisekarten, Raffkordeln und Leonische Kordeln kreiert. Wahlweise matt oder glänzend, glatt oder geperlt sowie in jeder gewünschten Dicke und Farbe, kann man bei ihm sogar Kordeln aus metallisiertem Brokat erstehen. Der 52-Jährige ist Herr über ein Reich, in dem sich auch Borten, Quasten, Fransen und Seile tummeln, und das heute viele Menschen nicht einmal mehr beim Namen kennen: das der Posamenten. Zugegebenermaßen hält sich das Faible für kunstvoll verzierte Interieurs mittlerweile auch eher in Grenzen. „Die Branche stirbt seit 100 Jahren“, bedauert Lars Kuhlemann. Einst in jeder größeren Stadt zu finden, seien bundesweit nur eine Handvoll Posamentierwerkstätten übrig geblieben.

Fotos (6): Oeser

Dicke und dünne Fäden ergeben eine Kordel.

Exoten in diesen Zeiten

Darunter die sich seit vier Generationen in Familienhand befindende Firma „Scheuerle Posamenten“. Wenn Lars Kuhleman, Urenkel des Gründers Julius Scheuerle, durch den Betrieb in Frankfurt Sossenheim führt, spürt man seine Liebe zum Metier. Posamenten sind für ihn mehr als eine dem bloßen Broterwerb dienende Familientradition. Nicht von ungefähr verfügt er über „das europaweit größte Sortiment an Möbelgimpen“ (Borten für Polster), erfüllt er so gut wie jeden Kundenwunsch, rattern trotz sinkender Nachfrage fleißig seine Maschinen. Wie das, was sie produzieren, wirken auch diese wie Exoten in einer auf Schnelligkeit und Funktionalität gebürsteten Zeit. Nichts wird hier vom Computer ge-

Eine Kordel entsteht aus vielen einzelnen Fäden: Franc Hajdarovic weiß, wie's geht.

Musterexemplare aller Posamenten sind im Ladengeschäft, Westerbachstraße 161, zu sehen. Öffnungszeiten: Mo–Do 8–12 und 13–16 Uhr, Fr 8–13 Uhr. Weitere Informationen unter 069/342 349 oder www.posam.de. *sti*

Das Ausgangsmaterial: Garn in vielen Farben.

steuert, alles basiert auf solider Mechanik und bedarf einer lenkenden Menschenhand. Angesichts von Geräten, wie etwa des handgetriebenen Schnurdrehrads oder der aus Vorkriegszeiten stammenden Häkelgalonmaschine, fühlt man sich ins Museum versetzt.

Geheimnisvolle Maschinen.

Lars Kuhlemann studierte außer Betriebswirtschaftslehre denn auch drei Semester Maschinenbau, um reparieren zu können. Sein Vater habe sogar Spezialkonstruktionen gebastelt, die „noch immer einwandfrei funktionieren“. Die werden unter anderem bei Sonderanfertigungen gebraucht. „In der Werkstatt produzieren wir nur das, was im Handel nicht erhältlich ist“, so Lars Kuhlemann. „Den Rest kaufen wir von großen Herstellern zu.“ Ersteres wissen nicht allein Polsterer, Dekorateure oder Raumausstatter zu schätzen. Theater und Schlösser beziehen bei ihm stilgemäße Handlauf- und Absperrseile, Modedesigner die für Schaustücke nötigen Accessoires, und auch so manchen Filmausstatter hat er schon gerettet. In der jüngsten „Heidi“-Adaption zum Beispiel ist Klaras großbürgerliche Frankfurter Wohnung mit unzähligen Posamenten aus der Sossenheimer Werkstatt bestückt. Hin und wieder schauen sogar Lkw-Fahrer vorbei, die ihren Truck mit Quastenbordüren wohnlicher machen.

Während die mithilfe von Maschinen entstehen, sind große Raffhalter- oder Bindequasten reine Handarbeit. Stets kunstvoll mit Flechtwerk oder Häkelborten verziert, brauchen selbst die geübten Finger der Quastenherstellerin hierfür rund zwei Stunden. Neben der in Heimarbeit tätigen Dame bedient ein fester Mitarbeiter die Häkel- und Webmaschinen. Durchschnittlich einen Tag in der Woche kommt ein Ruheständler, um Zierseile zu drehen. Lars Kuhlemann ist froh, dass er trotz gesunkener Nachfrage den Umsatz weitgehend stabil halten – nicht zuletzt durch das Aufgeben anderer Wettbewerber – und sich bei der Produktion auf das, was ihm am Herzen liegt, konzentrieren kann: „exklusive Einzelteile oder Kleinserien in engem Kontakt mit den Kunden fertigen“.

Doris Stickler

Möbelborten in allen Farben und Breiten zeigt Amro Abdalla.

Quasten sind reine Handarbeit.

Kontakt und Kommunikation beim Essen

Mittagstisch für Senioren

Seit Januar haben Frankfurter Senioren eine neue Möglichkeit, sich beim bezahlbaren Mittagessen kennenzulernen und auszutauschen. Das Bürgerinstitut im Westend serviert dienstags von 12 bis 13.30 Uhr in seinem Saal ein Zwei-Gänge-Menü. „Die Probeessen im Dezember 2016 sind vielversprechend angelaufen und wir haben mit der Cook Company der Praunheimer Werkstätten den richtigen Partner, jetzt stellen wir ein Team von Ehrenamtlichen zusammen, das den Mittagstisch organisiert und auch serviert“, sagt Michael Beckmann, der die Freiwilligenagentur betreut.

Anfangs spielte die Leiterin des Treffpunkts, Nicole Blumenthal, noch die Gastgeberin. Bislang kennt sie alle Gäste mit Namen. Sie kommen aus dem Umkreis des gemeinnützigen Vereins. Einige Teilnehmer des Gymnastikkreises haben das Mittagessen gleich an den Kurs drangehängt. Andere haben den Weg aus anderen Stadtteilen an den Rand des Rothschildparks gefunden, eine braucht nur ein paar Schritte um die Ecke zu gehen.

Auch beim ersten gemeinsamen Mahl im neuen Jahr fühlten sich alle wohl. Das Essen – ein Gemüseauflauf und Rote Grütze als Dessert – schmeckte, die Portionen waren reichlich, und Gesprächsstoff gab es unter den zehn Gästen auch genug. Etwa die guten Erinnerung an die Schulspeisung der Amerikaner nach dem Krieg, den Dottenfelder Hof, vegetarisches Essen oder Yoga. Man war sich einig, wie schön so eine gesellige Abwechslung ist und die Entlastung, die warme Mahlzeit weder planen noch kochen zu müssen. Einige verabredeten sich gleich zur nächsten Tafelrunde am Donnerstag, an dem es traditionell jeweils in ein anderes Lokal geht.

„So etwas wollten wir mit unserer neuen Initiative auch erreichen“, sagt Beckmann, „beim gesunden Essen ins Gespräch kommen und Abwechslung in den Alltag bringen.“ Dass es gelungen ist, durch den Cateringpartner der Praunheimer Werkstätten zwei soziale Unternehmungen zu verzahnen, freut das Team des Bürgerinstituts besonders. Die Ziele sind allerdings noch weiter gesteckt: „Wir denken an einen intergenerativen Austausch.“ Angestellte aus den umliegenden Bürogebäuden können zukünftig den Mittagstisch auch als Abwechslung in ihrem Büroalltag nutzen.

Mit dem Preis zwischen 4,50 bis 6 Euro fügt sich der Mittagstisch des Bürgerinstituts in das Preisniveau der bestehenden Angebote für Senioren in den Zentren und Pflegeheimen ein (siehe Seite 66), wo Inhaber der „grünen Karte“ der Stadt Frankfurt sogar noch günstiger essen können.

Karin Willen

Auch hier sind Sie willkommen!

In der Evangelischen Paul-Gerhard-Gemeinde in Niederrad speisen Senioren einmal monatlich dienstags ab 11.30 Uhr sogar für nur 3 Euro (Telefon 01575 635 40 91). In der Kaffeestube Gutleut der Evangelischen Hoffnungsgemeinde in der Nähe des Hauptbahnhofs servieren Marianne Schröder und Bernd Habeth montags bis mittwochs sowie freitags zwischen 11.30 und 17 Uhr Kaltes und Warmes für 3,50 Euro. Die Kaffeestube ist auch eine feste Einrichtung für Wohnsitzlose (Telefon 069/24 24 94 84). Auch der Montagstreff des Nachbarschaftsvereins Unterliederbach, der sich seine Hauptmahlzeit frisch vom Bistro Krümelbox liefern lässt, bleibt öfter unter 5 Euro (Telefon 069/30 03 48 70).

Im Caritas-Altenzentrum Santa Teresa in Hausen und St. Josef in Niederrad kostet das Menü 6,50 Euro. Hier kaufen die Gäste montags in der Verwaltung eine Wochenkarte mit oder ohne Wochenende (Telefon 069/247 86 00). Das Lebenshaus St. Leonhard in der Stadtmitte, das wie Santa Teresa eine eigene Küche hat, serviert ein Drei-Gänge-Menü für 9 Euro (Telefon 069/ 29 82 85 00). Das ist etwa das Preisniveau, das auch einer der sechs Seniorenclubs in Sindlingen jeden ersten Mittwoch im Monat in einer Gaststätte pro Person verlangt. „Bei uns sind Gäste jederzeit willkommen“, sagt die ehrenamtliche Organisatorin Christel Fribolin (Telefon 069/37 27 67).

Gänzlich kostenfrei servieren Ehrenamtliche in der Evangelischen Michaelisgemeinde in Berkersheim in der Regel dienstags einmal im Monat

ab 12.30 Uhr im Gemeindehaus ein Mittagessen (Telefon 069/54 43 85). In Höchst wünscht sich die Evangelische Kirchengemeinde bei ihrem Mittagstisch „Gemeinsam kochen – gemeinsam essen“, dass die Senioren auch mitschnibbeln. Der Unkostenbeitrag für den dreimal jährlich veranstalteten Event beträgt 5 Euro (Telefon 069/41 07 85 00). *Karin Willen*

Gemeinsames Frühstück

Mehr als sechs evangelische Gemeinden veranstalten mindestens einmal im Monat Frühstückstreffs für Senioren ab 2 Euro. „Diese Frühstücke sind so reichhaltig, dass sie als Mittagsversorgung durchgehen können“, sagt Barbara Hedtmann vom Evangelischen Regionalverband. „Mitesser sind uns willkommen!“ (Telefon 069/921 05 66 78). *wil*

Restaurant im Viertel

Zu einem festlichen, spendenunterstützten Drei-Gänge-Menü für 4 Euro lädt der Frankfurter Verband alle zwei Monate abends um 18 Uhr in die Begegnungszentren in Nieder-Eschbach und Praunheim ein. Ehrenamtliche bewirten die Gäste. „50 bis 70 Personen kommen da locker zusammen“, sagt Christian Meyer-Wolf. Zwischen den Gängen werden die Gäste über Neues in der Umgebung informiert oder an Bewährtes erinnert. Das Modell, das der Frankfurter Verband von den Niederlanden mitgebracht hat, läuft so gut, dass in diesem Jahr das dritte „Restaurant im Viertel“ im Haus der Begegnung in Eckenheim aufgemacht wird (Telefon 069/29 98 07-22 99).

wil

Ein gemeinsames Essen ist eine gesellige Abwechslung zum Alltag.

Foto: Oeser

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 2982-8500

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

Foto: Gaby Gerster

Nele Neuhaus

„Wie können Menschen 40 Jahre mit einer Lüge leben?“

Nele Neuhaus über ihren frisch erschienenen Kriminalroman „Im Wald“

Vor sieben Jahren musste sie quasi noch Klinken putzen. Heute sieht die Welt für die Kelkheimer Krimiautorin Nele Neuhaus ganz anders aus. „Manchmal habe ich das Gefühl, daneben zu stehen und zu denken, das bin nicht ich, der das alles passiert“, meint die 49-Jährige und strahlt. 2009 musste sie ihre Bücher noch als Books-on-Demand veröffentlichen, ging von Buchhandlung zu Buchhandlung, um die Krimis anzubieten. Eine Buchhändlerin war es denn dann auch, die beim Besuch einer Vertriebsvertreterin vom Ullstein-Verlag dermaßen von Nele Neuhaus und ihren Büchern schwärmte, dass die Verlagsmitarbeiterin neugierig wurde. Damit begann eine ungeheure Erfolgsgeschichte. Ihr aktueller Kriminalroman „Im Wald“, der achte Band in der Bodenstein-Sander-Reihe, kletterte schon kurz nach Erscheinen an die Spitze der Bestsellerlisten. Doch trotz des immensen Erfolgs ist sie sich treu geblieben: „Ich bin immer noch die Nele Neuhaus von früher. Das liegt auch sicherlich daran, dass ich schon über 40 war, als ich den Durchbruch hatte, und mit beiden Füßen auf dem Boden stand.“

In ihrem aktuellen Krimi erzählt sie eine „Geschichte, die schon länger im Kopf herumgeisterte. Es geht um Oliver von Bodenstein, seine persönliche Geschichte, sein Leben in Ruppertshain, was ihn bewegt. Fasziniert hat mich vor allem die Frage, wie Menschen über 40 Jahre mit einer Lüge leben können.“ Selbstverständlich steht dabei wieder der Taunus, genauer gesagt der Kelkheimer Ortsteil Ruppertshain, im Fokus, der Nele Neuhaus dank ihres früheren Mannes bestens vertraut ist. Im Wald geht auf einem Campingplatz ein Wohnwagen in Flammen auf, und eine Leiche wird geborgen. Oliver von Bodenstein und Pia Sander (ehemals Kirchhoff) vom K11 in Hofheim ermitteln. Kurz darauf wird eine todkranke alte Frau ermordet, die Bodenstein seit seiner Kindheit kannte. Die Ermittlungen führen Pia und ihn in den Sommer 1972, als Bodensteins bester Freund Artur spurlos verschwand. Nele Neuhaus gelingt es, den Leser zu packen und in diesen dramatischen Fall hineinzuziehen. Man leidet mit Oliver von Bodenstein und seinen traumatischen Kindheitserinnerungen, fühlt mit ihm, wie er Schicht um Schicht offenlegt, was sich damals wirklich in dem kleinen Ort zugetragen hat. Mit grausamen Konsequenzen bis heute. Geschickt verbindet Nele Neuhaus diese extrem spannende Geschichte mit tatsächlichen Geschehnissen vor 42 Jahren wie die Fahndung im Taunus nach der Terroristin Ulrike Meinhof, deren Zwillingstöchter 1972 in der Nähe ihrer früheren Schwiegermutter lebten.

Wenngleich Nele Neuhaus eine fleißige Autorin ist, die zudem Jugend- und Pferderomane verfasst, findet sie noch Zeit für bürgerschaftliches Engagement. So unterstützt sie das Frankfurter Mädchenhaus in Eschersheim und hat eine Stiftung gegründet, um die Lese-, Schreib- und Sprachkompetenz von Kindern und Jugendlichen zu fördern: „Ich bin in einer katholischen Familie eines früheren Landrats aufgewachsen. Da wurde mir vermittelt, dass es eine Selbstverständlichkeit ist, etwas für die Gesellschaft zu tun. Daher liegt es mir sehr am Herzen, etwas für junge Menschen zu tun, die nicht das Glück hatten wie ich in einer Familie groß zu werden, in der man zum Lesen motiviert wird.“

Sonja Thelen

Nele Neuhaus „Im Wald“, erschienen im Ullstein-Verlag, Hardcover, 560 Seiten, 22,90 Euro.

Anzeige

Heißer Draht
für Pflegende Angehörige
Erschöpfung – Sorgen – Fragen zur Pflege?
Wir hören zu und geben Orientierung!
069–955 24 911 – auch anonym
Mo.–Fr. 9–17 Uhr
Mi. bis 19 Uhr
Di 15–18 Uhr auch
in türkischer Sprache
caritas frankfurt

Bücherverlosung

Benjamin und seine Väter – Frankfurt liest ein „Frankfurt-Buch“

Wer war Herbert Heckmann? Das Lesefestival „Frankfurt liest ein Buch“ nimmt sich jetzt seinen Roman „Benjamin und seine Väter“ vor (24. April bis 7. Mai). Grund genug, sich den melancholischen Humoristen und sein Buch anzuschauen.

Herbert Heckmann (1930–1999) studierte in Frankfurt Geisteswissenschaften, wurde promoviert und Professor in Offenbach. Er präsidierte der Deutschen Akademie für Sprache und Dichtung, war Journalist für den Hessischen Rundfunk und erhielt ein Stipendium für Roms Künstlervilla Massimo.

Sein Zeit- und Schelmen-, Abenteuer- und Jugendroman von 1962 folgt dem Titelhelden von der unehelichen Geburt bis zur Beerdigung des Ersatzvaters Fritz Bernoulli alias Jonas. Parallel rückt deutsche Zeitgeschichte seit dem Versailler Vertrag in den Blick. Nach und nach wird das Politische bedrückend, bis hin zum Tod des jüdischen Freundes. Im Epilog trifft der 22-jährige Benjamin seinen leiblichen Vater: einen Zirkusclown.

Der lebenskluge Jonas, ein Anwalt, nimmt in der Not Benjamins Mutter auf (Bergerstraße 57). Er versorgt das Kind mit Lesestoff, befeuert seine Fantasie, wacht über ihn. Bald flitzt Benjamin ständig durch die Gassen. Morgens hören wir Milchkannen und Fahrradklingeln, tags den Lumpensammler: „Eise, Flasche, Babierrrr!“ Kinder peitschen ihre Kreisel.

Benjamin unternimmt Streiche, doch treibt auch Heckmann literarische Spiele mit uns. Vor allem lädt er Frankfurt aber magisch auf. Gleich hinter der Konstablerwache liegt für Benjamin Amerika, unter den Füßen köchelt für den katholischen Bub die Hölle. Als Schlafwandler erlebt er die Bergerstraße als „lunarische Welt“. Den Taunus malt Jonas ihm als „Berge von geriebenem Käse“. Selbst das einstige Pissoir am Eisernen Steg birgt „Höhlenmalereien“. Im Osthafen gräbt er nach Schätzen, in der Friedberger Anlage hausen Gefahren wie der Bettler Bilderbuch: einer wie Queequeg aus „Moby Dick“. In der Kleinmarkthalle verliert er sich wie im Labyrinth des Mythos. Das Herz eines Hahns kauft ihn frei.

Kindheit, ein verlorenes Paradies? Benjamin ist die Probe aufs Exempel. *Marcus Hladek*

Herbert Heckmann

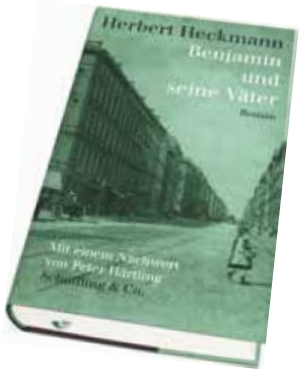
Foto: privat

Frankfurt liest ein Buch
24. April bis 7. Mai 2017

Frankfurt liest ein Buch geht in die achte Runde. Vom 24. April bis 7. Mai gibt es Lesungen, Stadtspaziergänge, Ausstellungen, Theater- und Opernabende, Filmvorführungen, Schulveranstaltungen und Diskussionsrunden mit Weggefährten des Autors in Frankfurt, Bad Vilbel, Offenbach und der ganzen Region. Mehr unter: www.frankfurt-liest-ein-buch.de/2017/ *red*

Verlosung:

Der Schöffling & Co. Verlag stellt den Leserinnen der Senioren Zeitschrift drei Bücher von Herbert Heckmann „Benjamin und seine Väter“ zur Verlosung zur Verfügung. Wer Interesse an einem Buch hat, kann bis zum 5. Mai eine Postkarte an: Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt/M. oder eine E-Mail schreiben an info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de unter dem Stichwort Schöfflingverlag. Viel Glück! *red*



Arbeiten und Pflege

Kinder wollen ihre Eltern unterstützen, wenn sie pflegebedürftig werden. Oft ist dieser Wunsch mit einem Vollzeit-Job nur schwer unter einen Hut zu bringen. Die Ford-Werke haben deshalb einen Pflegeservice eingerichtet, um ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei der Pflege von Angehörigen zu entlasten.

Ganz wichtig: Es sind nicht die zu pflegenden Menschen, die belasten, sondern die Situation", betont Elisabeth Pohl. Die Leiterin der Internen Kommunikation bei den Ford-Werken in Köln hatte schon 2003 begonnen, ehrenamtlich Kollegen zu beraten, die plötzlich vor der Frage standen, wie sie gleichzeitig arbeiten und pflegebedürftige Angehörige versorgen können. „Das Thema Pflege ist wie der Gedanke an den Zahnarzt – man beschäftigt sich erst damit, wenn es notwendig wird." Denn den Pflegefall vorauszuplanen würde bedeuten, dass man sich mit der Vergänglichkeit des Lebens konfrontiert – Elisabeth Pohl versteht gut, dass deshalb meist nicht vorgesorgt wird. Doch plötzlich ist die Situation da, als Angehöriger ist man nicht vorbereitet und in der Regel berufstätig – was dann? Aufgrund ihrer eigenen Betroffenheit gründete Elisabeth Pohl zusammen mit dem Kollegen Kai Neborg, Ingenieur im Bereich Recycling, und zwei weiteren Kolleginnen und Kollegen die Mitarbeiterinteressengruppe „Arbeiten & Pflegen".

Mitarbeiterinteressengruppen können bei Ford zu verschiedenen Themen vorgeschlagen werden, werden nach Prüfung, ob sie den Unternehmenswerten entsprechen, von der Geschäftsführung genehmigt und ermöglichen den beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unter anderem, in ihrer Arbeitszeit, sich für „ihr Thema" zu engagieren. So konnten Elisabeth Pohl und ihre Kollegen 13 Jahre lang beraten, wenn Anrufe kamen wie: „Ich habe gerade erfahren, dass meine Mutter an einem fortschreitenden Nervenleiden erkrankt ist. Ich will mich um sie kümmern – was kann ich tun?"

Immer mehr Unternehmen bieten ihren Beschäftigten Dienstleistungen wie den Pflege-Service, oft auch Eldercare genannt, an. Bei Bedarf in der Personalabteilung nachfragen oder im Intranet suchen.

Leitfaden entwickelt

Im Laufe der Jahre entwickelten sie einen Pflegeleitfaden für die Ford-Beschäftigten, arbeiteten sich in die Pflegegesetzgebung ein und hatten ein offenes Ohr für alle, die sich neu in ihrer Rolle als pflegende Angehörige zurechtfinden mussten. „Es gibt verschiedene Phasen: erst der Schock, dann die Akzeptanz", so Elisabeth Pohl. Akzeptanz bedeute, dass man die Situation annehme und sich daranmache, das Leben für alle neu zu gestalten. Pflege erfordere Engagement, man müsse eine Haltung dazu entwickeln. Aus ihrer Erfahrung weiß Elisabeth Pohl aber auch, dass es „immer gute Gründe gibt, wenn sich jemand nicht für die Pflege verantwortlich fühlt". Doch wer sich verantwortlich fühlt, findet mit dem bei den Ford-Werken eingeführten Pflegeservice Unterstützung.

Der neue, erweiterte Pflegeservice bietet den Beschäftigten eine 24-Stunden-Hotline, eine bundesweite Vor-Ort-Beratung, eine Pflegesprechstunde sowie verschiedene Pflegekurse an. Die Ford-Werke kooperieren dabei mit dem Dienstleister Wds.care, der verschiedene Arten von Pflegeservices für Unternehmen anbietet. Seit Oktober 2016 ist ein Experte von Wds.care auf dem Kölner Werksgelände des Automobilherstellers zwölf Stunden pro Woche für Fragen der Beschäftigten zur Pflege ansprechbar. Falls der Bedarf größer sein sollte, wird die Stundenzahl ausgeweitet und die Vor-Ort-Beratung auch an weiteren Standorten angeboten. Der Pflege-Experte berät zum Beispiel, wenn es um das Ausfüllen von Pflegegeldanträgen geht, hilft bei der Suche nach einer Pflegekraft oder einem Pflegeheimplatz oder kennt sich bei den Anforderungen an den altersgerechten Umbau einer Wohnung aus. Außerdem können pflegende Beschäftigte und auch pflegende Angehörige von Beschäftigten zwischen 21 unterschiedlichen Pflegekursen wählen. Diese Kurse sind kostenlos und werden im Falle

Foto: Ford-Werke

90 Prozent der rund 18.000 in Köln Beschäftigten sind Männer – der Großteil der Anfragen bezüglich des Pflegeservices kam in der Vergangenheit von Männern. Die Mehrheit der Beschäftigten bei Ford ist über 40 Jahre alt.

der Beschäftigten zur Hälfte auf die Arbeitszeit angerechnet. Zudem können sich pflegende Beschäftigte vorübergehend zur Kurz- oder Langzeitpflege freistellen lassen, in Teilzeit gehen oder (teilweise) mobil arbeiten.

Laut Ute Mundolf, Pressesprecherin der Ford-Werke, reagiert das Unternehmen mit dem Pflegeservice auf den steigenden Bedarf bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Die Mehrheit der Beschäftigten bei Ford ist über 40 Jahre alt, also in einer Lebensphase, in der ein Pflegefall in der Familie immer wahrscheinlicher wird. Alte Pflegemodelle wie das der Hausfrau und Mutter, die sich, wenn die Kinder aus dem Haus sind, der Pflege von Angehörigen widmen kann, existieren heute so gut wie nicht mehr. „90 Prozent unserer Mitarbeiterinnen kehren nach der Elternzeit in den Beruf zurück“, sagt Ute Mundolf.

Ist Pflege ein Thema der Frauen? 90 Prozent der rund 18.000 in Köln Beschäftigten sind Männer – der Großteil der Anfragen kam deshalb in der Vergangenheit von Männern, weiß Elisabeth Pohl aus ihrer langjährigen Arbeit zu berichten.

Wie der neue, erweiterte Pflegeservice von den Beschäftigten angenommen wird, wird sich in den kommenden Jahren weisen. Auf jeden Fall sind die Ford-Werke bereit, auf den Bedarf flexibel einzugehen, auch an Standorten außerhalb von Köln. „Ich freue mich sehr, dass vielen Kollegen geholfen werden kann“, so Elisabeth Pohl. *Dagmar Rees*

Werkbank und Kaffeekränzchen

In Birminghams „Männerschuppen“ kann man werken, basteln – und sich austauschen

Älteren Männern fällt es oft schwer, aus der Isolation zu kommen“, sagt Peter Travis, Vorsitzender des „Men’s Shed“ (Männerschuppen) in Frankfurts Partnerstadt Birmingham. Im Männerschuppen können sie in ihrem eigenen Tempo basteln und werken und dabei ins Gespräch kommen.

„Manche unserer Mitglieder haben einen beruflichen Hintergrund in einem Handwerk oder der industriellen Produktion, andere waren immer Hobbybastler, wieder andere haben gar keine Erfahrung“, berichtet Peter Travis, „insgesamt zählen wir etwa 70 Mitglieder, nicht alle aktiv, fast alle im Rentenalter. Etwa zwei Drittel sind Männer.“

Die Werkbank lädt zum Basteln ein.

Fotos (2): Paul Tyrell, Birmingham, Moseley & Kings Heath Shed.

Raus aus der Isolation

„Das Wichtigste an dem Projekt ist der soziale Aspekt“, erklärt Peter Travis weiter, „hier lernen sich Menschen kennen, die ohne den Schuppen auf der Straße aneinander vorbeigegangen wären.“

Die Isolation zu brechen, das war auch der Ausgangspunkt dieser aus Australien stammenden Projektidee, die inzwischen einen Siegeszug um die Welt feiern kann. Ihre Wurzeln reichen zurück in die 1990er Jahre: Ein Schuppen, ähnlich einer größeren Gartenlaube, mit Werkbank, Werkzeug und Material steht älteren Männern zur Verfügung. Über das Basteln und Werken entstehen Gespräche und Kontakte. Die Australier nutzten die Schuppen auch, um bei Männern unpopuläre Themen, wie den Gesundheitsbereich, anzusprechen.

Inzwischen existieren auf dem kleinsten Kontinent knapp 1.000 dieser Schuppen. In Neuseeland, Irland, Großbritannien, Dänemark, Finnland und Griechenland sind ebenfalls Männerschuppen entstanden. In Deutschland steckt das Projekt noch in den Kinderschuhen. Während in Großbritannien seit 2009 etwa 300 Schuppen aus der Taufe gehoben wurden und weitere 100 in Planung sind, gibt es hier nur vereinzelt ähnliche Projekte: In Bamberg liegt dabei der Schwerpunkt auf Reparaturen, in Leinfelden-Echterdingen richtet sich der Schuppen speziell an Männer mit Demenz.

Vom Vogelhäuschen bis zur Brosche

Der Männerschuppen in Birmingham hat erst seit eineinhalb Jahren seine Türen geöffnet. „Dem ging eine lange Vorbereitungszeit voraus. Wir mussten einen geeigneten Ort finden, entrümpeln und die Werkstatt einrichten. Dank unserer Kontakte

zu Birminghams Industrieunternehmen haben wir eine hochwertige Ausstattung. Eine der Werkbänke ist auch für Menschen mit Behinderung geeignet“, schildert Peter Travis. Besonders wichtig war es, schon bei den Vorbereitungen eine Gruppe Mitglieder zu gewinnen und sie einzubinden. Der Verband der Männerschuppen empfiehlt, möglichst früh potenzielle Mitglieder anzusprechen: über Mundpropaganda, Aushänge in Vereinsräumlichkeiten, eine Anzeige in der Zeitung, die sozialen Medien – all das hilft, eine Gruppe zusammenzubekommen.

Die Mitglieder in Birmingham, die einen Beitrag von etwa 28 Euro im Jahr zahlen, beschäftigen sich mit ganz unterschiedlichen Ideen: „Bei den Holzarbeiten sind Vogelhäuser sehr beliebt. Wir bieten auch spezielle Kurse an, beispielsweise in der

Knifflige Feinarbeit

Schmuckherstellung. Unsere Betreuer zeigen, wie man die Werkbänke und Werkzeuge bedient. Die Mitglieder helfen sich aber auch gegenseitig.“

Eine tolle Erfahrung war das „First Shed Festival“, zu dem im Oktober 2016 Vertreter der Männerschuppen aus ganz Großbritannien in Birmingham zusammenkamen. „Wir als eher junge Einrichtung konnten sehr von den Erfahrungen der anderen profitieren“, erinnert sich Peter Travis. Seine Ziele für 2017? „Wir wollen uns besser vernetzen und auch mit anderen lokalen Projekten zusammenarbeiten. Wir könnten Dinge bauen, die anderen wohltätigen Organisationen nutzen.“

Claudia Šabić

Die Seite http://menssheds.org.uk/ informiert über das Projekt in Großbritannien und verzeichnet die einzelnen Männerschuppen.
Den Birminghamer Männerschuppen findet man unter http://moseleyandkingsheathshed.org.uk/, Adresse: Moseley and Kings Heath Shed, Kings Heath Park, Vicarage Road, Kings Heath, Birmingham B14 7TQ.

Finden Sie 7 Fehler

Die Lösung finden Sie auf Seite 21

© Deutsches Technikmuseum Berlin

Original

Fälschung

Was trug Luther auf dem Kopf?

Wer jetzt sagt: „Na, die Luthermütze!“, der irrt. Denn eine Luthermütze gibt es gar nicht, ebenso wenig wie den Lutherrock. Auf den meisten Gemälden wird Martin Luther entweder barhäuptig oder mit dem Barett dargestellt. Das ist ein schwarzes flaches Gebilde mit einem am Kopf anliegenden heruntergeklappten Stoffstück und ähnelt ein wenig der heute als Baskenmütze bekannten Kopfbedeckung, die von Frauen wie Männern getragen werden kann. Damals war das Barett schlicht und einfach Luthers Berufskleidung. Der Reformator war Professor an der Universität von Wittenberg. Sowohl das Barett als auch der Talar gehörten zur Amtstracht der Gelehrten. Die Geistlichen der reformatorischen Kirchen wollten sich von der Pracht katholischer Pfarrgewänder bewusst durch Bescheidenheit abheben und machten so den schwarzen Talar später zu ihrer liturgischen Bekleidung. Die Kopfbedeckung, das Barett, blieb dabei auf der Strecke. Evangelische Pfarrer sind heute im Alltag in der Regel weder an der Kopfbedeckung noch an der sonstigen Kleidung erkennbar. Allenfalls der weiße Stehkragen, das Kollar, manchmal despektierlich „Kalkleiste“ genannt, findet bisweilen bei hochgestellten lutherischen Geistlichen noch Anwendung wie übrigens auch bei katholischen Priestern. Der Lutherrock, ein schwarzer einreihig geknöpfter Gehrock mit Stehkragen, hat mit Luther gar nichts zu tun. Er wurde erst im 19. Jahrhundert erfunden und diente lange als Alltagskleidung der evangelischen Pfarrerschaft. Aber in diesem Jahr, in dem es zum 500. Jahrestag des Thesenanschlags zu Wittenberg nahezu überall „luthern“ wird, könnten auch diese Kleidungsstücke wieder zu Ehren kommen – und sei es nur, um die Historie wieder zum Leben zu erwecken.

Lieselotte Wendl

Martin Luther

Foto: Von Atelier / Werkstatt von Lucas Cranach der Ältere - Selbst fotografiert, Gemeinfrei, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=53582482

Anzeige

Wohnen und Pflege am Frankfurter Stadtwald

Seniorenwohnanlage Oberrad mit angegliederter Pflegeeinrichtung

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

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

Der Rücken will gestärkt werden.

Gut ist es deshalb, mit Rückentraining anzufangen, wenn man beschwerdefrei ist.

Alles reine Nervensache (Teil 5)

Sei gut zu deinen Nerven …

… es könnte sein, dass sie es dir danken!

Unser Nervensystem ist sehr kompliziert aufgebaut, höchst differenziert entwickelt und dementsprechend auch anfällig für Störungen. Es gibt kaum eine Stelle in unserem Körper, wo keine Nerven ihren vielfältigen Aufgaben nachkommen. Alle lebenswichtigen Funktionen werden durch sie gesteuert und beeinflusst. Ohne ein funktionierendes Nervensystem gäbe es kein Leben. Alle Bewegungen, unser Denken, unsere Gefühle, unsere Psyche, also all das, was uns als Menschen, als Individuum so besonders, so einzigartig macht, gründet auf der Funktion des Nervensystems.

Ohne Nerven kein Leben

Mit zirka zwei Kilogramm Gesamtmasse ist das Nervensystem beim Menschen ein relatives Leichtgewicht. Den größten Teil davon bildet unser Gehirn. Im Vergleich dazu sind rund drei Kilogramm Bakterien in unserem Magen-Darm-Trakt schon ziemlich viel. Auch wenn es auf den ersten Blick vielleicht etwas eklig klingt, was und wie viel wir von diesen kleinen Lebewesen in uns tragen, so wissen wir seit ein paar Jahren, dass die Bakterien ebenso lebensnotwendig für uns sind wie etwa das Nervensystem. Die Wissenschaft steht zu diesem Zeitpunkt noch fast am Anfang von einem in den nächsten Jahren ganz sicher an Bedeutung zunehmenden Forschungsgebiet. In diesem Zusammenhang haben die Medizin und die Biochemie einen Schwerpunkt auf ein komplexes Geflecht von Nervenzellen im gesamten Magen-Darm-Trakt gelegt, das bisher eher stiefmütterlich behandelt wurde. Die Bedeutung dieses Systems – man spricht heute vom sogenannten Darm- oder Bauchgehirn, fachlich Enterisches Nervensystem – kann derzeit noch nicht komplett abgeschätzt werden. Viele Wissenschaftler vermuten allerdings eine Revolution in der Medizin. Das Verständnis für Krankheiten, deren Entstehung und Behandlung könnte einen immensen Sprung nach vorne machen.

Ohne Bakterien kein Leben

Dabei spielen Qualität und Quantität der Bakterien eine wichtige Rolle. Denn es gibt wohl Zusammenhänge zwischen unseren guten und nützlichen „Mitbewohnern“, den Bakterien, dem Nervengeflecht und unserer Gesundheit bzw. Krankheit. Welche, das werden die nächsten zehn bis 20 Jahre zeigen müssen. Die bisherigen Ergebnisse sind sehr vielversprechend. So hat man Hinweise gefunden, die auf Interaktionen zwischen chronischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Neurodermitis, Allergien, Alzheimer Demenz, Diabetes mellitus, Multiple Sklerose, Tumoren oder auch Übergewicht, sowie einigen weiteren Erkrankungen hinweisen, und erste erfolgversprechende Versuche durchgeführt. Manchmal wirken diese Versuche auf den ersten Blick etwas ungewöhnlich, vielleicht sogar abstoßend, aber auf jeden Fall spannend. So nahmen Wissenschaftler sogenannte „Stuhltransplantate“ vor. Der Stuhl von gesunden Menschen wurde Patienten mit Diabetes mellitus „übertragen“. Die Ergebnisse waren zum Teil erstaunlich positiv. Nach Absetzen der Transplantation war der ursprüngliche Zustand leider wiederhergestellt. Es ist jedoch schon sehr bemerkenswert und gibt Grund zur Hoffnung, dass zumindest für einige Zeit durch diese Übertragung eine Besserung hergestellt werden kann. Somit hat die Wissenschaft einen Ansatzpunkt, um weiter über die Zusammenhänge und Ursachen zu forschen. Daraus werden Therapiemöglichkeiten zur Be-

Fotos (2): Oeser

handlung entstehen, die wir uns so heute noch nicht vorstellen können.

Ohne Risiko kein Leben

Auch wenn wir noch so vorsichtig und bedächtig durch das Leben schreiten, sind wir immer Gefahren ausgesetzt, die auch unsere Nerven beeinflussen, beschädigen, verletzen oder zerstören können.

Entzündungen und Infektionen können entstehen, die wir heute, wie zum Beispiel bei der Multiplen Sklerose, zwar behandeln, aber in manchen Fällen noch nicht heilen können. Bei der Alzheimer Demenz sind die Schutzhüllen der Nerven betroffen. Auch hier besteht derzeit noch keine wirklich durchgreifende Therapiemöglichkeit. Verletzungen durch Unfälle und Durchtrennungen, Quetschung und Beschädigung von Nerven kommen häufig vor. Hier ist die Lokalisation ganz entscheidend. Am bekanntesten und auch mit am schlimmsten sind Verletzungen des zentralen Nervensystems. Im Gehirn und im Rückenmark liegen die Nerven und Nervenfasern so dicht zusammen, dass eine Zerstörung fast immer schwerwiegende Folgen nach sich zieht. Eine Verletzung des Rückenmarks kann zur Querschnittslähmung führen. Im Gehirn können fast alle Störungen entstehen, je nachdem wo und wie schwer die Verletzung ist. Auch Störungen der Versorgung mit Blut und damit ein Absterben von Nervenzellen, wie zum Beispiel bei einem Schlaganfall, können vielfältige Folgen haben. Von der vollständigen Wiederherstellung, über eine Lähmung bis hin zum Tod sind alle Varianten möglich. Ähnliche Folgeerscheinungen gibt es bei der Gehirnblutung, die durch eine Druckerhöhung (das Blut außerhalb der Gefäße im Gewebe fordert seinen Platz) oder aber durch verminderte Blutversorgung im Gebiet nach der Blutungsquelle entsteht. Selbst eine kleine Operation mit Durchtrennung der Hautoberfläche oder von Gefäßen und Muskeln, durchtrennt unweigerlich Nervenstrukturen. Jeder, der so etwas schon einmal erlebt hat, kennt das Taubheitsgefühl in der Operationsregion. Je nach Art und Ausmaß der Operation hat die Natur einen Reparaturmechanismus eingebaut. Die Nervenenden fangen wieder an zu wachsen und suchen ihren ehemaligen anderen Teil. Manchmal klappt es, doch meistens finden sie eine andere Stelle, an der sie andocken können. Da die Nervenfasern sehr langsam wachsen (im Durchschnitt ein Millimeter pro Tag), kann es Wochen bis Monate dauern, bis sie Anschluss finden. Sie merken es daran, wenn langsam wieder Gefühl in die Narbenregion kommt. Allerdings wird es in der Regel nicht mehr so, wie ursprünglich.

Ohne Fleiß kein Preis

Sehr viele Menschen haben heute „Rücken“, also Schmerzen in der Hals-, Brust- oder Lendenwirbelsäule. Manchmal steckt eine Bandscheibenvorwölbung dahinter. Hier werden Nervenstrukturen ab- bzw. eingeklemmt. Sehr häufig sind es aber auch muskuläre Verspannungen und Verhärtungen, die dahinterstecken. Regelmäßig beteiligt sind die kleinen, tief liegenden Muskelgruppen, die vom autonomen Nervensystem gesteuert werden. Fast immer sind diese Nerven in irgendeiner Weise mitbetroffen. Neben medikamentöser Therapie sind physiotherapeutische Maßnahmen heute Standard. Wie bei vielen Dingen im Leben, so auch in diesem Fall, ist vorbeugen besser als später therapieren. Wer zu sich und seinen Nerven gut sein möchte, der sollte neben Kräftigung und Dehnung der Muskulatur (Bewegung, Sport) auch Entspannungsverfahren einüben. Wichtig ist, dass dieses Üben und Trainieren in Zeiten von Beschwerdefreiheit und möglicher Gesundheit stattfinden sollte und nicht erst, wenn die Schmerzen schon vorhanden sind. Es lohnt sich immer, gut zu seinen Nerven zu sein.

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

Anzeige

Hilfe beim Helfen

Alzheimer Gesellschaft Frankfurt am Main e.V.

Beratung und Seminare zu Demenz

069 67 73 66 33

www.frankfurt-alzheimer.de

Anzeige

Altern Frauen anders?

Frauen leiden anders, sagt die Statistik. Sie sind öfter depressiv, haben häufiger rheumatische Beschwerden und klagen öfter über Darmprobleme. Es heißt, sie reagieren auf viele Medikamente anders als Männer. Ein Herzinfarkt ist bei ihnen auf den ersten Blick nicht so gut erkennbar wie bei Männern. Altern Frauen auch anders? Die SZ hat den Chefarzt der Medizinisch-Geriatrischen Klinik des Agaplesion Markus-Krankenhauses, PD Dr. med. Rupert Püllen, gefragt.

Ja, die Geriatrie ist weiblich", antwortet Püllen. Etwa zwei Drittel seiner Patienten sind Frauen. Sie alterten zwar insgesamt erfolgreicher, weil sie im Durchschnitt sechs Jahre länger leben. Die Kehrseite der Medaille sei aber, dass sie auch länger pflegebedürftig seien.

Dass Frauen länger leben, gilt nach seinen Worten kulturübergreifend. Und Annäherungen in der Sterblichkeit gingen momentan eher zuungunsten der Frauen. Lebensstiländerungen im Laufe der Zeit, etwa dass mehr Frauen rauchen, erhöhten beispielsweise die Sterblichkeit durch Bronchialkarzinome.

Weniger Knochendichte, Muskelmasse und Kraft beeinträchtigen die weibliche Gesundheit im Alter in besonderem Maße. Osteoporose mit ihrer Anfälligkeit für Brüche ist die Ursache Nummer 1, warum Frauen in der Geriatrie behandelt werden. Erst dann folgen Tumorerkrankungen und die Herz-Kreislauf-Probleme, die bei Männern die Krankheitsliste des Alters anführen.

Frauen sind im Schnitt zehn Jahre früher von Osteoporose betroffen als Männer. Sie kommen nach einem Knochenbruch aber tendenziell langsamer wieder auf die Beine als Männer, die über mehr Muskelmasse und -kraft verfügen. Sarkopenie, also der alterskorrelierte Abbau von Muskelmasse und -kraft, beginnt bei beiden Geschlechtern schon im mittleren Alter und beschleunigt sich ab dem 70. Jahr. Muskeln und Kraft sind aber gerade im Alter entscheidende Voraussetzungen, um nach einer Erkrankung rasch wieder alltagsfähig zu werden und einer Gebrechlichkeit zu entgehen.

Püllen ermuntert Frauen deshalb ausdrücklich, etwas mehr für die Muskulatur zu tun, um einen Kräfteverfall zu verlangsamen. „Dazu muss man nicht unbedingt ins Fitnessstudio gehen. Treppe statt Aufzug oder beim Fernsehen öfter mal aufstehen sind auch schon Schritte in die richtige Richtung." Sein Tipp: sich die Bewegungsart suchen, die man gerne macht und die vielleicht auch noch mit Geselligkeit verknüpft ist, „zum Beispiel Seniorengymnastik".

Was jetzt biologischer Unterschied ist, also Anatomie, Hormone oder Gene, oder was auf psychosoziale Faktoren wie unterschiedliche Lebenswelten, Kultur und Umwelt zurückzuführen ist, das wüsste Püllen auch gern. „Es gibt unterschiedliche Erklärungsansätze", sagt er, etwa, dass Frauen Beschwerden eher wahrnehmen und rechtzeitig zum Arzt gehen, doch keine einzelne umfassende Theorie.

Für den klinischen Alltag spiele die Gendermedizin, also die geschlechtsspezifische Behandlung von Krankheiten, keine große Rolle. Nur bei der Arzneimittelbehandlung muss die Nierenfunktion der Frauen überprüft und anders berechnet werden. Und wie sich am Beispiel Demenz zeigt, hängt viel mit den ausgeübten Rollenmustern zusammen. Bei den sogenannten instrumentellen Aktivitäten des täglichen Lebens (IADL) hat es keine Aussagekraft, wenn ein Mann nicht kochen kann. Es sei denn, das hätte auch früher zu seinen Alltagstätigkeiten gehört. Kann eine Hausfrau das nicht mehr, ist es dagegen ein deutlicher Hinweis auf eine kognitive Einschränkung.

Ein paar Unterschiede gibt es aber dann doch: Seine Patientinnen seien häufiger alleinstehend. Da sei dann der Sozialdienst mehr gefordert. Und die Formen, aber nicht die Häufigkeit der Inkontinenz seien andere. Auch sei generell die Suizidrate älterer Männer höher als die der Frauen. Von Mangelernährung, einem häufigen Phänomen im Alter, seien die Geschlechter aber gleichermaßen betroffen. *Karin Willen*

Privatdozent Dr. med. Rupert Püllen ist Chefarzt der Medizinisch-Geriatrischen Klinik am Agaplesion Markus-Krankenhaus. Seit 2003 ist er an der Goethe-Universität verantwortlich für die Lehre „Medizin des Alterns und des alten Menschen". Der 58-Jährige ist Mitherausgeber der Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie.

Gesundheitsamt wird 100 Jahre alt

Gesundheitsamt Frankfurt am Main

Das Gesundheitsamt begeht ein großes Jubiläum: 100 Jahre wird es alt. „Das wollen wir feiern, über das Jahr verteilt und mit 100 ganz verschiedenen Veranstaltungen“, so Gesundheitsdezernent Stefan Majer und Prof. René Gottschalk, Leiter des Gesundheitsamtes: „Um die Bandbreite der verschiedenen Aufgaben unseres international angesehenen Gesundheitsamtes sowohl für die Frankfurterinnen und Frankfurter als auch für die Fachleute im öffentlichen Gesundheitswesen erlebbar zu machen, braucht es ganz unterschiedliche Formate und Angebote.“

Zum Veranstaltungsprogramm für das erste Halbjahr zählt auch „Slow Dating“ am 19. April (siehe dazu auch Seite 4). Das Programm unter dem Motto „100 x Gesund mit uns!“ ist ab sofort im Gesundheitsamt erhältlich und kann unter www.frankfurt.de heruntergeladen werden. Am Samstag, 24. Juni, wird es von 11 bis 17 Uhr einen Tag der offenen Tür geben, an dem unter anderem Manuel Andrack zu Gast sein und sein Buch „Schritt für Schritt – Wanderungen durch die Weltgeschichte“ vorstellen wird. *red*

Das Körpernetzwerk trainieren

Kristin Adler, Arndt Fengler: Gesunde Faszien – Ihr Trainingsprogramm, Trias Verlag, 182 Seiten mit vielen Abbildungen, dazu eine DVD mit Anleitungen zu den Übungen, 19,99 Euro.

Foto: Oeser

Muskeln und Sehnen – das sind Begriffe, die immer wieder auftauchen, wenn es um die Gesundheit und um das Training des Körpers geht. Seit einiger Zeit ist ein Begriff hinzugekommen: Faszien. Bisher kaum im Blick, haben Physiotherapeuten nun entdeckt, dass dieses „Körpernetzwerk“ – wie sie es auch nennen – Schmerzen und Befindlichkeitsstörungen verursachen kann, wenn es nicht ausreichend trainiert ist. Da liegt es nahe, dass nun auch Ratgeberbücher dazu auf den Markt kommen. Das Buch „Gesunde Faszien – Ihr Trainingsprogramm“ ist jedoch keiner von diesen kleinen Ratgebern, die vorgeben, schnell alle Schmerzen zu heilen. Wer sich mit dem Thema beschäftigt, merkt, dass ohne Grundwissen über die Funktionen der Faszien wenig zu machen ist. Es lohnt daher, sich in die Erklärungen zu vertiefen und erst dann zu versuchen, langsam selbst sein Körpernetzwerk zu trainieren. Eine beiliegende DVD soll das Training erleichtern. *wdl*

Anzeige

HENRY UND EMMA BUDGE STIFTUNG

Senioren Wohnanlage und Pflegeheim

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

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

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Wilhelmshöher Str. 279 · 60389 Frankfurt/Main
Telefon 069/47871-0 · Fax 069/477164
www.budge-stiftung.de · info@budge-stiftung.de

DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

AGAPLESION MARKUS DIAKONIE

ANGEHÖRIGEN-AKADEMIE

Mi 19. April, 17:30–19:00 Uhr, Tagespflege im OMK
Wird jetzt alles besser? Die neue Reform der Pflegeversicherung

Fr 5. Mai, 17:30–19:00 Uhr, SchlossResidence Mühlberg (SRM)
Alois Alzheimer und seine Patientin Auguste Deter

Di 16. Mai, 13:30–16:30 Uhr, Oberin Martha Keller Haus (OMK)
Fachtagung „Sozialraum“ – Vorstellung der Studie und Gespräch
Unter Schirmherrschaft von Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld

Mi 14. Juni, 17:30–19:00 Uhr, Oberin Martha Keller Haus (OMK)
Krebs bei älteren Menschen – Palliativ Care

19. Juni – 2. Juli
Aktionswochen „Älter werden in Frankfurt“
in allen Häusern der AGAPLESION MARKUS DIAKONIE
siehe Programm Angehörigen-Akademie: www.markusdiakonie.de

Di 11. Juli, 15:00–16:00 Uhr, Haus Saalburg (HSB)
Wenn die Lust zur Sucht wird – Sucht im Alter

Mi 26. Juli, 15:00–16:00 Uhr, Oberin Martha Keller Haus (OMK)
Das Herz wird nicht dement – mit dementen Menschen fühlen

Veranstaltungsorte:
- OMK: Dielmannstr. 26, 60599 Frankfurt
- HSB: Saalburgallee 9, 60385 Frankfurt

Teilnahme kostenfrei
Anmeldung erforderlich: T (069) 46 08 - 572, akademie@markusdiakonie.de
www.markusdiakonie.de

April - Juli 2017

Männertreffpunkt: das Kafenion

Im Haus entdeckt: Parfumschatulle aus Paris

Fotos (4): privat

Ein Museum für Fília

Wie die Teilnehmer einer „U3L"-Exkursion es mit einem verfluchten Haus zu tun bekamen

Fília ist ein 650-Einwohner-Dorf auf der nordgriechischen Ägäis-Insel Lesbos, einen Katzensprung vor der türkischen Küste. Die Bevölkerung lebt von der Landwirtschaft, vom Tourismus profitiert Fília nicht. Sehenswürdigkeiten und Hotels? Fehlanzeige. Das Bergdorf strahlt „den Charme von Castrop-Rauxel" aus, beschreibt eine Teilnehmerin von Ulrike Krasbergs Vorbereitungsseminar „Sprache der Dinge" im öffentlich zugänglichen Reisebericht der Gruppe. Ethnologen ist solche Alltäglichkeit natürlich recht. Fílias zentraler Dorfplatz (die plateía) mit seiner mächtigen Morgenländischen Platane hat dennoch viel vom Dorfidyll.

Geht es nach Gerda Kröber-Wolf, auch sie Ethnologin, so könnte Fília als „Dorf im Spiegel seiner Objekte" bald Teil einer Museumstour sein. Die Sammlung und das Haus dazu hat Fília schon. Erstere war zuvor freilich unaufgearbeitet, und das Museum, ein Herrenhaus von 1874, scheint sanierungsbedürftig.

Wie kommen Studenten der „Universität des 3. Lebensalters" dazu, griechische Heimatmuseen in Form zu bringen? Der Vorschlag kam vom Popen, Papás Simeón. Die Vorgeschichte aber ist mit Ulrike Krasberg verknüpft. Die 66-jährige Privat- und „U3L"-Dozentin lebt seit den 1970ern phasenweise in ihrem Haus in Fília und forschte über ethnologische Themen, auch in Griechenland. Als sie Freunden in Fília von ihren Studenten im „besten Alter" erzählte, wunderte man sich zwar. Die Einladung nach Fília aber ließ nicht auf sich warten. Freundin Méni vom Kafenéion am Platz, wo viele Gespräche stattfinden sollten, organisierte die private Unterbringung und bekochte die Gruppe, die Ostern 2015 anreiste. Jeder hatte anhand von Seminarlektüren eigene Fragestellungen entwickelt, wie Ethnobotanik, Kirchenmusik, Migration und das Schulwesen.

Es wurde ein beglückendes Erlebnis und das Alter zu einer gemeinsamen Brücke. Als die Woche um war, hatten beide Seiten Lust auf mehr und griffen die Museums-Idee auf. Ein Seminar nebst Methoden-Einweisung im Weltkulturenmuseum bereitete die zweite Fília-Exkursion im September 2016 vor – länger und mit mehr Teilnehmern. Rund 500 Objekte wurden dort methodisch erfasst, fotografiert, beschrieben.

Wer in Raum K III der Neuen Mensa dem Exkursionsbericht lauschte, war beeindruckt von Abgeklärtheit und Niveau der Präsentation. Gerda Kröber-Wolf erzählte von der spontanen Vision, die sie überfiel, als Pápas die Museumsräume aufschloss: „Das ist Petrus, der uns an einer verschlossenen Welt teilhaben lässt." Verrottete Geländer und löchrige Böden beiseite, fanden sich in Seemannstruhen und Vitrinen beschädigte Sakralobjekte („Sie bleiben für immer sakral"), Fotos von Herrschaften in steifer Kleidung, Motten umflatterten Hochzeitskleidern, Geschirr.

Michael Scheier (Fotos) überließ es Ursula Boldt, Renate Goldbach und Katrin Swoboda, einzelne Objekte vorzustellen. Bestickte Samtschlappen entpuppten sich als Hochzeitspantoffeln nicht der Braut, son-

Der Pope im Ornat

Hinter der Brücke finden sich Reste einer Moschee.

dern des Bräutigams: das Willkommensgeschenk der Schwiegermutter an den neuen Mann im „Mitgifthaus“, das ihn verschönte und der Braut sanfter durch die Hochzeitsnacht helfen mochte.

Wie aber kann die weltmännische Pariser Parfumschachtel (um 1900) in Lesbos’ karge Berge gelangt sein? Einst muss das Parfüm der reichen, anhaltend verhassten Familie Karagiannópoulos gehört haben. Diese hatte Fília und seine Menschen bis 1912 in Pacht. Sie stellte bis 1912, als Lesbos nach Jahrhunderten an die Griechen zurückfiel, „Archonten“ der osmanischen Herrscher. Manche Archonten gingen pfleglich mit ihren Dörfern um. Nicht so die Familie Karagiannópoulos, die als Schinder, Geizkragen und Betrüger in Erinnerung blieben. Ihre Schuldknechte verfluchten sie seinerzeit; darum seien sie auch ausgestorben, glaubt das heutige Fília. Die vielen Dramen um die Vertreibung der Türken aus Griechenland und umgekehrt („kleinasiatische Katastrophe“ von 1922) ist immer noch ein hochemotionales Thema.

Der Fluch liege auch auf dem Haus, dem heutigen Museum, sind sich die Filioten sicher. Fast möchte man es glauben, denn wie Bernhard Weinmann vom 90-jährigen Panajotis erfuhr und in Frankfurt erzählte, wurde das herrenlose Herrenhaus späterhin zur Stätte für Gewalt und Folter: als Polizeiwache, Besatzungsquartier, im Bürgerkrieg. Eine klug kommentierte Ausstellung ausgesuchter Objekte soll auch davon einmal erzählen. Fília dürfte es mit einem Teil seiner Geschichte, der beim ersten Besuch noch unerwähnt geblieben war, versöhnen helfen.

Marcus Hladek

www.u3l.uni-frankfurt.de

Anzeige

Totalprothesen für ein angenehmes Leben

Viele zahnlose Menschen sind mit ihren Prothesen unglücklich. Sie sitzen nicht richtig, schaukeln, die Wahl des Essens will wohl überlegt 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 Verfahren 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

Demenz Partner kann jeder sein

Bundesweite Kampagne bietet auch in Frankfurt Kurse an

Eine Dame steht mit Hausschuhen und im Unterhemd an der Supermarktkasse und ist sichtlich verwirrt. Manche Leute beginnen nun verlegen zu kichern, andere stehlen sich peinlich berührt davon, wieder andere tun so, als wäre das völlig normal. Nur wenige Bürger wissen, wie man Menschen mit Demenz angemessen begegnet.

Um Unsicherheiten aus dem Weg zu räumen, brachte die Deutsche Alzheimer Gesellschaft im September vergangenen Jahres die Kampagne Demenz Partner auf den Weg. Gemäß dem Slogan „Demenz braucht Dich“ finden seither bundesweit Kurse statt, die dabei helfen sollen, Berührungsängste abzubauen, über die mit der Erkrankung einhergehenden Einschränkungen aufzuklären und zu vermitteln, auf welche Weise man Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen unterstützen kann. Oft erweisen sich bereits Kleinigkeiten wie ein kurzes Gespräch im Treppenhaus oder die Begleitung auf dem Nachhauseweg als große Hilfe. Nach Erfahrung der Alzheimer Gesellschaft können „das familiäre und soziale Umfeld sowie die unmittelbare Umgebung entscheidend dazu beitragen, dass eine Person auch mit Demenz weiterhin selbstbestimmt und sicher leben kann“.

Diese Beobachtung kann die Leiterin des Begegnungs- und Servicezentrums Heddernheim, Sybille Vogl, bestätigen. Mit Veranstaltungen und Aktionen bemühe sich die Einrichtung des Frankfurter Verbands seit vielen Jahren, den Stadtteil in ein demenzfreundliches Quartier zu verwandeln. In diesem Rahmen sei eine bislang wenig beachtete Gruppe ins Blickfeld gerückt: an Demenz erkrankte Migranten. Nach Einschätzung der diplomierten Pflegewirtin ist in diesem Personenkreis die Unwissenheit oft noch größer, als sie ohnehin ist. Das liege vor allem an sprachlichen Problemen und der Scheu, sich an Ämter zu wenden. Abgesehen davon sei die Landschaft der Hilfeangebote extrem unübersichtlich. Auch als Ausbilderin von Demenzbegleitern tätig, rief Sybille Vogl deshalb im Heddernheimer Zentrum einen entsprechenden Treff ins Leben. Der ist seit 2016 Teilnehmer am Bundesprogramm lokale Allianzen für Menschen mit Demenz und erhält Fördermittel für die Aufklärungsarbeit in Familien mit Migrationshintergrund.

Foto: Oeser

Das familiäre und soziale Umfeld trägt entscheidend dazu bei, dass ein Mensch auch mit Demenz weiterhin selbstbestimmt und sicher leben kann.

Hieraus erwuchs die Idee, im Zuge der Kampagne Demenz Partner gezielt Migranten anzusprechen. Da das Thema bei einer Informationsveranstaltung auf enormes Interesse bei Migrantenvereinen stieß, bot Sybille Vogl in Kooperation mit dem Amt für multikulturelle Angelegenheiten (AmkA) Anfang Februar im Amka erstmals einen Demenz Partner-Kurs als Ersthelferschulung an. Der widmete sich inhaltlich den gleichen Fragen wie alle der jeweils 90 Minuten dauernden Schulungen, die Bürger während der bis 2021 laufenden Kampagne besuchen können. Sybille Vogl zieht hier gern einen Vergleich mit Erste-Hilfe-Kursen: „Nach dem Motto ‚Demenz geht uns alle an’ werden einer breiten Bevölkerung Grundkenntnisse über die Krankheit vermittelt, Offenheit und Toleranz gegenüber Erkrankten gefördert und Tipps im Umgang mit Demenz erteilt.“ *Doris Stickler*

Kurse zum Thema Demenz standen in Deutschland zwar schon vor dem Start der Kampagne an vielen Orten auf dem Programm. Seit die Deutsche Alzheimer Gesellschaft Schulungsmaterial erstellte und ihre vom Bundesministerium für Gesundheit geförderte Initiative startete, bilden jedoch erstmalig Institutionen und Einrichtungen Demenz Partner aus. Zur Teilnahme an der kostenlosen, rund 90 Minuten dauernden Schulung ist jede Person willkommen, egal, ob Jung oder Alt, berufstätig oder im Ruhestand, egal, ob man einen Menschen mit Demenz persönlich kennt oder nicht. Zum Abschluss erhalten alle Absolventen einen Anstecker und ein Zertifikat.

Wer sich in seinem Wohnumfeld über Kursangebote informieren möchte, findet unter www.demenz-partner.de/startseite.html nach Eingabe der Postleitzahl die entsprechenden Adressen und Ansprechpartner.

In Frankfurt bieten unter anderem die Alzheimer Gesellschaft Frankfurt (Telefon: 069/67 73 66 33) und das Bürgerinstitut (Telefon: 069/97 20 17-37) regelmäßig Demenz Partner-Schulungen an, Institutionen wie Caritas oder Diakonie planen, dies ebenfalls zu tun.

Ressourcen leihen und Lebenserfahrung gewinnen

Drei ehrenamtliche Mitarbeiter in der Bewährungshilfe berichten

Foto: Oeser

Sind seit etlichen Jahren als ehrenamtliche Bewährungshelfer tätig: (v.l.) Monika und Manfred Hürtgen sowie Gerda Kaiser

Der Zeitungsbericht kam zur richtigen Zeit: Nach zehn Jahren Bereitschaftspflege fürs Jugendamt, in denen das Ehepaar neben den beiden eigenen Kindern bis zu fünf weitere umsorgte, wollten Monika und Manfred Hürtgen kürzertreten. Da war sie 59, er 64 Jahre alt. Der Artikel berichtete über die Möglichkeit, als ehrenamtlicher Mitarbeiter straffällig Gewordenen beim Weg zurück in die Gesellschaft zu helfen. Jetzt, sechs Jahre später, ist ans Aufhören gar nicht zu denken.

Dieses Ehrenamt war wie geschaffen für sie: Man kann das Ausmaß selber steuern, erhält interessante Einblicke in Lebensbereiche, die einem sonst nicht zugänglich wären, lernt andere Menschen kennen – und man kann etwas bewirken. Das hat auch Gerda Kaiser überzeugt, die wie das Ehepaar Probanden im Umkreis von Frankfurt unterstützt. Auch wenn ihre Erwartungen niedrig sind: „Wenn ich zwei von hundert wieder auf den richtigen Weg gebracht habe, habe ich etwas Sinnvolles für die Gesellschaft getan“, sagt die 68-jährige ehemalige Postbeamtin.

Alter ist bei diesem Ehrenamt kein Hindernis. „Wir haben auch vormittags Zeit für Behördengänge oder Arzttermine“, nennt Monika Hürtgen einen Pluspunkt von Rentnern und Pensionären. Die jüngste Ehrenamtliche ist eine 24-jährige Jurastudentin, der älteste ist 84 Jahre alt. Die drei sind sich einig, dass Geduld, Humor und Erfahrung wichtige Voraussetzungen für die Tätigkeit sind. Und: „Dankbarkeit kann man nicht unbedingt erwarten“, sagt Manfred Hürtgen, „und man muss auf der Hut sein.“ Als ehemaliger Zuständiger für das Innungswesen der Handwerkskammer ist sein Know-how öfter gefragt, wenn es darum geht, sich zu bewerben oder eine neue berufliche Perspektive zu finden.

Manchmal geht es um Schulabschlüsse, sogar um Alphabetisierung, oft auch um Vorbereitungen der Schuldenberatung, den Umgang mit Behörden und um die Wohnungssuche. Oder die Probanden wollen einfach nur reden. „Das Ehrenamt schließt die Lücken, die hauptamtliche Bewährungshelfer lassen müssen“, erläutert die Projektkoordinatorin des eingetragenen Vereins Förderung der Bewährungshilfe in Hessen, Katrin Miceli.

Die Diplom-Sozialpädagogin koordiniert die Arbeit mit dem Bewährungshelfer und steht den Ehrenamtlichen mit Rat und Tat zur Seite. Der Verein unterstützt mit monatlichen Praxisreflexionen in der Gruppe sowie Fortbildungen und Einzelcoaching bei Schwierigkeiten. Das Miteinander der Ehrenamtlichen kommt mit Festen und Ausflügen auch nicht zu kurz. Miceli betont, dass Frustrationstoleranz zu diesem Ehrenamt dazugehört: „Nicht jeder Proband nimmt die Hilfe an. Etwa zwei Drittel kommen nach dem dritten Treffen schon nicht mehr.“

Doch auch kleine Schritte sind ein wichtiger Beitrag zur Kriminalprävention. Und das Bewusstsein, anderen seine Ressourcen zu leihen, über die diese selber nicht verfügen, und mehr Verständnis für andersartige Lebenswirklichkeiten zu gewinnen, entschädigt. In den Worten von Manfred Hürtgen: „Man wird einfach differenzierter und gewinnt an Lebenserfahrung.“ *Karin Willen*

Die Ehrenamtlichen werden am Anfang in fünf Modulen fortgebildet und füllen dann einen Bogen aus mit ihren Erfahrungen und Fähigkeiten. Darin vermerken sie auch, ob sie zum Beispiel das Delikt gar nicht wissen wollen, lieber mit Frauen oder Männern arbeiten wollen oder Sexualstraftäter ausschließen. Bei einem Dreiertreffen von Proband, Bewährungshelfer und Ehrenamtlichen wird dann verabredet, ob und wie der Ehrenamtliche konkret hilft. Im Durchschnitt geht die Betreuung über ein Jahr und ist am Anfang intensiver. Weitere Informationen: Geschäftsstelle Förderung der Bewährungshilfe in Hessen, Telefon 069/264 88 80 14, E-Mail: ehrenamt@fbh-ev.de; Website: www.FBH-eV.de ***wil***

Wünschen kann man sich alles!

Wünsche gibt es viele – ob sie wahr werden, steht jedoch auf einem anderen Blatt. Einige Organisationen setzen sich dafür ein, älteren oder kranken Menschen Wünsche zu erfüllen. Denn nicht nur die Psychologie weiß, dass positive Gefühle die Lebenszufriedenheit fördern und das Immunsystem stärken können.

Foto: Ambulanz Mobile GmbH & Co KG

Mit dem Wünschewagen werden letzte Träume wahr.

Seit Februar rollt der „Wünschewagen“ des Arbeiter-Samariter-Bunds (ASB) durch Hessen und erfüllt schwerstkranken Menschen jeden Alters in der Schlussetappe ihres Lebens einen letzten Wunsch. Ein speziell dafür konzipierter Krankenwagen sorgt sowohl für die beste medizinische Ausstattung als auch für eine angenehme Atmosphäre für den Fahrgast und seine Begleitung während der Reise. Die Fahrt mit dem Wünschewagen ist kostenfrei.

Die Wünsche sind so individuell wie die Menschen. Das kann ein Ausflug ans Meer sein, ein Besuch im Fußballstadion oder ans Grab des bereits verstorbenen Partners. „Das Projekt wurde vor zwei Jahren in Nordrhein-Westfalen initiiert. Seitdem gibt es den Wünschewagen in mehreren Bundesländern“, sagt Jörg Gonnermann, Landesgeschäftsführer des ASB Landesverbands Hessen. „Wir freuen uns, dass wir den Menschen einen Herzenswunsch erfüllen und einen unbeschwerten Tag schenken können, bei dem die Krankheit nicht im Vordergrund steht.“

Verwirklicht wird das Projekt durch Spenden und Sponsorengelder sowie durch das Engagement Ehrenamtlicher. Als Schirmherrn für das Projekt in Hessen konnte der ASB Ministerpräsident Volker Bouffier gewinnen.

Wünsche geben Energie

„Wünsch dir was“, heißt es in den Pflegeheimen und Seniorenresidenzen des Dienstleisters Kursana bereits seit 2005. „Die Bewohner können sich mit ihrem Wunsch direkt an die Direktion der Einrichtung wenden“, erklärt Pressesprecherin Michaela Mehls, „besonders beeindruckt hat uns eine damals 95-Jährige, der wir 2010 einen Rundflug mit einer ‚Ju 52‘ ermöglichten. Mit so einem Flugzeug war die Dame 1939 zur Hochzeitsreise aufgebrochen. Mut brauchte sie für den wackeligen Flug schon. Mehr bewegten die Seniorin jedoch die Erinnerungen an ihren verstorbenen Mann und die damalige Zeit, die wieder lebendig wurde.“

Kann ein letzter Wunsch sein: Das Meer noch einmal sehen.

Foto: ASB Ruhr

Dass ältere Menschen die Möglichkeit haben, Leidenschaften nachzugehen, ist eines der Ziele. „Jede Wunscherfüllung hat einen Vorlauf von etwa zwei bis drei Monaten. In dieser Zeit wird die Aktion vorbereitet, auch mit den Bewohnern. Es gibt Themenabende oder Filmvorführungen, sodass alle etwas davon haben. Schon allein durch die Vorfreude wird jede Menge neuer Energie freigesetzt“, berichtet Michaela Mehls.

Der Eiswagen kommt!

Michael Reeder, Direktor der Kursana Villa in Frankfurt, erzählt aus dem Alltag seiner Einrichtung: „Einmal im Monat setzen wir uns zusammen und reden darüber, was die Bewohner vorhaben. 2016 kam dabei unter anderem die Idee auf, ein Eintracht-Spiel im Stadion anzusehen. Eine Firma aus Schmitten hat uns dafür ihre Business-Lounge zur Verfügung gestellt. Drei Bewohner plus Pflegekräfte konnten dann nicht nur das Spiel verfolgen, sondern sogar mit Spielern sprechen. Es gibt auch zahlreiche kleine Wünsche, die wir versuchen, zu erfüllen, und wenn es nur der Eiswagen ist, der vor der Tür steht. Das führt zu mehr Zufriedenheit. Schließlich stehen auch Senioren mitten im Leben.“ *Claudia Šabić*

Arbeiter-Samariter-Bund Landesverband Hessen e. V., Projekt Wünschewagen, Bierstadter Straße 49, 65189 Wiesbaden, Telefon 0611/18 18 225, E-Mail: wuenschewagen@asb-hessen.de, www.wuenschewagen.de.

Kursana Villa Frankfurt, Eschersheimer Landstraße 125, 60322 Frankfurt, E-Mail: kursana-frankfurt@dussmann.de. ***sab***

Enterben – geht das überhaupt?

Und du bekommst nichts …

Möchte der Erblasser einen nahen Verwandten vom Erbe ausschließen, so muss er dies im Testament deutlich zum Ausdruck bringen.

Engen Verwandten, dazu gehören Ehegatten, Kinder und in bestimmten Fällen auch die Eltern des Erblassers, steht allerdings ein Pflichtteil zu. Dieser Pflichtteil muss dem enterbten Familienmitglied von den Erben als Bargeld ausgezahlt werden.

Die Höhe dieses Pflichtteils entspricht der Hälfte des gesetzlichen Erbteils. Hat ein Erblasser beispielsweise keinen Ehegatten mehr, aber zwei Kinder, von denen er eines enterbt hat, so beträgt der gesetzliche Erbteil 50 Prozent. Die Höhe des Pflichtteils entspricht dann 25 Prozent.

Jemandem auch den Pflichtteil zu entziehen, ist nur in schwerwiegenden Fällen möglich. Zum Beispiel, wenn der Verwandte dem Erblasser nach dem Leben getrachtet, ihn körperlich misshandelt oder seine gesetzliche Unterhaltspflicht gegenüber dem Erblasser verletzt hat. Den Grund muss man im Testament ausdrücklich nennen.

Sind Erblasser und Pflichtteilsberechtigter zerstritten, kann ein Pflichtteilsverzicht beim Notar vereinbart werden. Hierbei stimmt der Pflichtteilsberechtigte zu, dass er im Erbfall auf den Pflichtteil verzichtet. Im Gegenzug erhält er zum Beispiel eine Abfindung, allerdings keine weiteren Zahlungen von den Erben.

Ihr gutes Recht

Organspendeausweis und Patientenverfügung in Einklang bringen

Viele Menschen möchten in Würde sterben und lehnen lebensverlängernde, intensivmedizinische Maßnahmen ab. Diesen Wunsch legen sie in einer Patientenverfügung fest.

Ist man gleichzeitig Organspender, entsteht daraus allerdings im Ernstfall ein Dilemma. Organe für Transplantationen dürfen nämlich erst bei einem nachgewiesenen Hirntod entnommen werden. Damit die Organe bis zur Entnahme nicht absterben, müssen die Ärzte die Lebensfunktionen des Organspenders bis dahin künstlich mithilfe von Maschinen aufrechterhalten. Sprich: Ohne intensivmedizinische Behandlung keine Organspende.

Diesen Konflikt, den im Fall des Falles die in der Patientenverfügung genannte Vertrauensperson lösen muss, kann man vermeiden. Wer Organspender ist, kann seine Patientenverfügung so gestalten, dass die Bereitschaft zur Organspende berücksichtigt wird.

Um dabei auf Nummer sicher zu gehen, kann man einen Notar zurate ziehen, der bei der Formulierung der Patientenverfügung hilft.

Testamentsvollstrecker vermeiden Streit

Wer vererbt und sich dafür entscheidet, den Nachlass von einem Testamentsvollstrecker regeln zu lassen, sollte den bereits im Testament oder Erbvertrag angeben.

Der Testamentsvollstrecker sollte neben wirtschaftlichem Sachverstand auch juristische und erbrechtliche Kenntnisse mitbringen. Denn er hat eine starke Stellung. Nur er kann über die Vermögenswerte des Nachlasses verfügen. Er vertritt die Erbengemeinschaft sowohl gerichtlich als auch außergerichtlich. Dabei sind die Erben grundsätzlich an seine Entscheidungen gebunden.

Damit der Nachlass auch rechtssicher verwaltet wird, sollten Erblasser und Testamentsvollstrecker vor dem Erbfall einen Beratungstermin beim Notar vereinbaren.

Da es keine gesetzlichen Vorgaben zur Bezahlung eines Testamentsvollstreckers gibt, sollte die Vergütung vom Erblasser oder Nachlassgericht festgesetzt werden.

sab
Quelle: Notarkammer Frankfurt

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

Foto: Oeser

Der Hausnotruf muss auch auf neue Technik umgestellt werden.

Hausnotruf – auch mit neuer Technik auf der sicheren Seite

Bis 2018 rüstet die Telekom ihre Anschlüsse um: Das bisherige analoge Festnetz entfällt. Es gibt nur noch das digitale Netz. Viele Verbraucher sind unsicher, ob ihre Endgeräte dann noch funktionieren. Neben Telefon und Fax gehören dazu auch die Hausnotrufsysteme.

Voice over IP“ (VoIP) heißt die neue Technik, die eine digitale Infrastruktur und das Internet-Protokoll (IP) nutzt. Die Telekom begründet die Umstellung damit, dass das analoge Netz in die Jahre gekommen und damit störanfälliger sei. Ein Netz für alle Dienste ist das Ziel.

Mit der Umstellung spart der Konzern nur Kosten, denn es ist günstiger, ein Netz zu betreiben und zu warten. Als Vorteile für die Verbraucher nennt die Telekom unter anderem schnelleres Internet und eine höhere Qualität bei der Sprachübermittlung am Telefon.

Hausnotrufsystem muss mit VoIP laufen

Konkret bedeutet die Umstellung für die Verbraucher: Zu Hause gibt es eine Buchse, an die ein sogenannter Router angeschlossen wird. An diesen Router wiederum kommen die verschiedenen Endgeräte des Haushalts. Diese Geräte, also Telefon, Fax und auch das Hausnotrufsystem, müssen zu der neuen Technik passen.

Von den schätzungsweise 700.000 Hausnotrufgeräten in Deutschland sind rund drei Viertel mit Anschlüssen der Deutschen Telekom verbunden. Aber auch andere Anbieter im Bereich Telekommunikation nutzen VoIP mehr und mehr. Es ist also keine Lösung, den Telefonanbieter zu wechseln, um im analogen Netz zu bleiben.

Hausnotrufanbieter tauschen Technik aus

Verbraucher, die bereits ein Hausnotrufsystem im analogen Festnetz nutzen, sollten vor der Umstellung überprüfen, ob das bisherige System mit dem IP-Netz funktioniert. Dafür kann man einfach beim Anbieter des Systems nachfragen. Falls man das versäumt, macht sich aber auch das Gerät selbst bemerkbar, wenn es keinen Notruf absetzen kann: Es meldet dem Anbieter, dass eine Störung vorliegt. Die Techniker der Hausnotrufanbieter kümmern sich dann darum.

Die Anbieter der Hausnotrufsysteme – die SZ sprach mit dem Malteser Hilfsdienst und der Johanniter-Unfall-Hilfe Regionalverband Rhein-Main – tauschen die Geräte für den Hausnotruf auf eigene Kosten aus. „Wir sind für die Umstellung auf VoIP gut gerüstet. Sie war lange angekündigt und wir konnten uns gut vorbereiten“, erklärt Florian Dernbach, Stadtgeschäftsführer beim Malteser Hilfsdienst in der Stadtgeschäftsstelle Frankfurt. Bereits seit 2009 bedienen die Geräte der Malteser die neue Technik.

Auch die Geräte der Johanniter laufen über Festnetz und IP, nur IP oder IP und Mobilfunk. „Bis Ende

Was tun, wenn die Telekom den Telefonanschluss auf VoIP umstellt?

- **Prüfen, ob alle Endgeräte zu dem neuen Anschluss passen. Das Hausnotrufsystem nicht vergessen.**
- **Beim Anbieter des Hausnotrufsystems nachfragen, ob das Gerät mit VoIP funktioniert.**
- **Beim Anbieter der Hausnotrufsysteme Informationen über alternative Geräte einholen.**
- **Abwägen: Kann ich die Umstellung verzögern? Lohnt sich der eventuell höhere Tarif (bei der Telekom nachfragen) dafür, noch bis 2018 im analogen Netz zu bleiben? Oder stelle ich mich mit neuen Geräten auf die Umstellung ein?**
- **Bei der Neuanschaffung von Hausnotrufgeräten: Ist das Gerät VoIP-fähig? Ist es akkugepuffert? Lege ich Wert auf die Verbindung zum Mobilfunk, um auch bei Stromausfall auf der sicheren Seite zu sein?**
- **Welche Kosten kommen auf mich zu?**

sab

2017 wollen wir alle Hausnotrufsysteme, die nicht VoIP-fähig sind, ausgetauscht haben“, sagt Christian Döll, Sachgebietsleiter Hausnotruf im Johanniter Unfallhilfe Regionalverband Rhein-Main.

Und wenn Internet oder Strom ausfallen?

Mit dem analogen Festnetz konnte man auch bei Stromausfall telefonieren. Außerdem hingen Internet und Telefonie nicht zusammen. Man konnte also telefonieren, auch wenn das Internet ausfiel. Jetzt ist das nicht mehr so. Bei Stromausfall funktioniert der Router nicht, alle Geräte sind folglich außer Betrieb. Und da das Telefon über das Internet läuft, kann man nicht telefonieren, wenn man kein Netz hat. In beiden Fällen können die Hausnotrufgeräte keinen Notruf absetzen.

Die Telekom beruhigt, indem sie auf die Sicherheit des deutschen Stromnetzes verweist. Zu 99,997 Prozent funktioniere es ohne Probleme, so die Telekom, sodass deutsche Haushalte im Durchschnitt lediglich ca. 15 Minuten im Jahr ohne Strom seien.

Dieses Restrisiko lässt sich durch eine unterbrechungsfreie Stromversorgung auffangen. Das heißt: Im Notfall sichert ein Akku die Stromversorgung der Hausnotrufsysteme. Sowohl Malteser als auch Johanniter bieten solche akkugepufferten Geräte gegen Gebühren an. „Der Akku sorgt dafür, dass das Gerät weitere zwei bis drei Tage funktioniert“, versichert Christian Döll von den Johannitern.

Wenn das Internet ausfällt, findet der Notruf seinen Weg über den Mobilfunk. Johanniter und Malteser haben Geräte im Programm, die den Notruf nicht nur über VoIP absetzen können, sondern alternativ auch über den Mobilfunk.

Weder Florian Dernbach noch Christian Döll kennen Probleme durch Strom- oder Internetausfall aus ihrem Arbeitsalltag. Julia Zirfas, Referentin Digitale Welt von der Verbraucherzentrale Hessen, berichtet zudem: „Bei uns melden sich die Leute nicht, wenn sie technische Probleme haben. Es geht eher um Vertragsschwierigkeiten, beispielsweise bei einem Anbieterwechsel und der damit verbundenen Umstellung auf VoIP.“ Auch wenn die Telekom ihre Umstellung ankündige, komme es in etlichen Fällen zu Problemen, sagt Zirfas. Denn oftmals funktionierten alte Endgeräte auf VoIP nicht mehr. „Wir raten in dem Fall, so lange wie möglich beim analogen Festnetz zu bleiben. Allerdings bedeutet das für die Kunden oft, dass sie teurere Tarife zahlen müssen.“ Letztlich muss man wissen: Ab 2018 wird es kein analoges Festnetz mehr geben.

Claudia Šabić

Anzeige

Die Welt auf 12 Quadratzentimetern

Nur etwa drei mal vier Zentimeter misst eine Motivbriefmarke, und sie kann doch so viel aussagen. Briefmarkensammeln – dem althergebrachten Hobby haftet der zweifelhafte Ruf an, etwas für Langweiler und Erbsenzähler zu sein. Zu Unrecht. Denn eine einzelne Briefmarke eröffnet manchem Betrachter eine ganze Welt.

Das scheint eine boesonders interessante Marke zu sein.

Freischwimmer“ zeigt die Lieblingsmarke von Jörg Rautenburg. Die Marke aus den Niederlanden ist eine Kinderzeichnung zu dem Schwimmabzeichen. „Man sieht genau die gemischten Gefühle des Kindes. Fast die gesamte Marke ist mit einer dunklen Wassermasse bedeckt, der Beckenrand ist rot gezeichnet – man darf ihn ja auf keinen Fall berühren. Sich selbst hat der Nachwuchsschwimmer ganz klein gemalt“, interpretiert der passionierte Briefmarkensammler. Aussagekräftig ist auch eine niederländische Marke zum Thema „Traumberuf“: Hier hat ein Mädchen eine Holzfällerin mit langen blonden Haaren und Minirock gemalt.

Seelenbriefe, die man lesen kann

Jörg Rautenburg zählt zu den sogenannten thematischen Philatelisten. Diesen Motivsammlern geht es nicht darum, vollständige Serien von Marken aus bestimmten Ländern, Postverwaltungsgebieten, zu sammeln, sondern vielmehr um Marken zu einem bestimmten Thema. In seinem Fall sind das Kinderzeichnungen. Seit zwölf Jahren trägt er seine Sammlung zusammen, die mittlerweile etwa 3.000 Marken umfasst. „Das Thema entspricht meiner Vorliebe für Kunst, Kunstgeschichte und Kindermalerei. Bilder von Kindern sind wie Seelenbriefe, man kann sie lesen“, sagt er, der bereits als junger Mann auf klassische Weise Briefmarken gesammelt hat.

Die Marken mit den Kinderzeichnungen hat er auf Messen und Ausstellungen erworben, aber auch auf Reisen. „In China habe ich gezeichnet, um mich zu verständigen. In Kambodscha habe ich auf einem Postamt nach einer bestimmten Serie von Marken mit Kinderzeichnungen gefragt. Die hatten tatsächlich noch einen alten Satz, den ich dann erwerben konnte“, berichtet er. Die ersten Marken mit Kinderzeichnungen gab es übrigens 1958 in der Tschechoslowakei. Zehn Jahre später veröffentlichte das damals zum Warschauer Pakt gehörende Land die älteste Kinderzeichnung, die es je auf eine Briefmarke geschafft hat: Das 1943 entstandene Bild eines Kindes aus dem Konzentrationslager Theresienstadt zeigt eine Blume hinter Gittern.

Querschnitt der Wissenschaften

Kunst und Kunstgeschichte sind also nicht alle Disziplinen, mit denen Jörg Rautenburg durch seine Sammelleidenschaft konfrontiert wird. Politik und Geschichte spielen ebenfalls eine Rolle – schließlich gibt es immer einen Grund, warum Staaten sich für bestimmte Motive auf ihren Marken entscheiden. Auch die Themen, zu denen Kindermalwettbewerbe ausgeschrieben werden, die Motive für Briefmarken ergeben sollen, unterliegen zumindest dem Zeitgeist und der „Imagepflege“ des jeweiligen Staates.

Bilder von Kindern ...

... sind wie Seelenbriefe.

Fotos(5): Oeser

Briefmarken mit Kinderzeichnungen gelten als Randthema.

Das Thema Kinderzeichnungen gilt unter Philatelisten eher als randständig. „Mit meiner Wettbewerbsteilnahme 2016 hat das Thema endlich etwas mehr Aufmerksamkeit erfahren“, erklärt Jörg Rautenburg, „bislang wurde es in der Fachwelt eher belächelt.“ Mögliche Sammlerthemen gibt es viele. Die eine sammelt Briefmarken zu Ludwig van Beethoven, der andere Marken zu Martin Luther, wieder andere zu Flugzeugen, Eiskunstlauf, Greifvögeln oder Wikingern.

Gut organisiert

Die Briefmarkensammler sind gut vernetzt und tauschen mehr als Marken aus. Dass das Sammeln ein einsames Handeln sei, wie der Philosoph und Kulturkritiker Walter Benjamin meinte, stimmt also nicht zwangsläufig. Der Verband der Philatelisten-Vereine Hessen, Rhein-Main-Nahe, vertritt die Interessen der Sammler und der ihm angeschlossenen Vereine. Das sind zurzeit etwa 100 Vereine und 4.000 Sammler in Hessen, Rheinhessen und der Region Aschaffenburg.

Auf Verbandstreffen, zu denen jeweils etwa zehn bis 15 Sammler erscheinen, können einzelne Philatelisten ihre Sammlungen präsentieren. „Konkurrenz gibt es kaum, denn alle sammeln zu anderen Themen“, erläutert Jörg Kiefer, der Vorsitzende des Vereins Thematische Philatelisten Hessen in Frankfurt. Die Sammler bekommen fachliche Beratung, auch für Ausstellungen.

Nicht zuletzt steht ihnen in Frankfurt die philatelistische Bibliothek, die Phila-Bibliothek Heinrich Köhler, zur Verfügung. Die betreibt der Verein für Briefmarkenkunde 1878 in Frankfurt am Main, der älteste philatelistische Verein der Mainmetropole und der zweitälteste in Deutschland.

Modewellen überstanden

Bereits 1841 gab es einen ersten Briefmarkensammler. Der junge Mann aus London wollte wohl sein Schlafzimmer mit den bunten Marken tapezieren. Das war nur ein Jahr, nachdem die erste Briefmarke 1840 im Vereinigten Königreich aufgegeben wurde. Aber auch das Sammeln um der Marken willen begann kurz darauf. Und mit ihm kam es zu den ersten Vereinsgründungen und der Herausgabe von Zeitschriften zum Thema. Das thematische Sammeln entwickelte sich in den 1920er Jahren. Waren Motive auf Briefmarken damals eher selten, fanden ab den 1950er Jahren alle Bereiche von Gesellschaft, Natur und Technik auf den Marken Platz.

Jörg Rautenburg besitzt seiner Meinung nach alle Marken, die es bisher mit Kinderzeichnungen gibt. Sein Ziel ist es, seine Sammlung aktuell zu halten und sie für Ausstellungen zu überarbeiten: „Ich erfreue mich an den Marken mit diesen zu Herzen gehenden Motiven. Es passiert mir immer wieder, dass ich auflachen muss, wenn ich Zeichnungen entdecke.“ *Claudia Šabić*

Die Marken zeigen zu Herzen gehende Motive.

Tipps

Die Philatelisten freuen sich über jeden, der ihr Hobby teilen möchte. Auf der Website des Verbands der Philatelisten-Vereine Hessen, Rhein-Main-Nahe, www.philatelie-hessen.de/vereine.html, findet man eine Liste mit allen ihm angeschlossenen Vereinen sowie Hinweise zu Terminen. Jörg Kiefer, Vorsitzender des Vereins Thematische Philatelisten Hessen in Frankfurt, steht unter seiner E-Mail-Adresse kimobil@t-online.de für Anfragen zur Verfügung.
Am Sonntag, 23. April, kann man auf dem Großtausch in Kontakt kommen: Saalbau, Bürgerhaus Ronneburg, Gelnhäuser Straße 2, Frankfurt, Großer Saal.
Vom 28. bis 30. Juli findet ein Großtausch, eine Wettbewerbsausstellung im Rang 3 sowie in der offenen Klasse statt, Hofgeismar, Stadthalle, Markt 1.
Wer seine Post individuell gestalten mag, kann das auch mit einer eigenen Briefmarke. Unter www.deutschepost.de/de/m/marke_individuell.html kann man seine eigene Marke entwerfen und damit seine Briefe verschicken.

Was – wann – wo?

Kultur- und Veranstaltungstipps

Der Frühling lockt zum **Festefeiern.** Religiös gehört der April Ostern (16.), Pessach (11.), dem Gedenken an die Nachtreise des Propheten (24.) und buddhistischen Feiertagen wie Songkran (13. bis 15.). Im Mai, der sowieso von Festen überbordet, leisten Stadt und Museumsmeile ihren Beitrag mit der **Nacht der Museen** (6. Mai). In Clubs und Sälen gastiert das **Women of the World Festival** mit internationalen Musikerinnen wie Ute Lemper, Rebekka Bakken, Imany und Dillon (24. bis 27. Mai). Den ersten Flügelschlag des Sommers lassen die **Sommerfestspiele** hören, so etwa die Burgfestspiele Bad Vilbel (6. Mai bis 10. September). Das geht zeitlos mit „Figaros Hochzeit" los, dann aber reagiert die „Burg" von Hessen kritisch auf den Populisten-Hype in der Politik. Außer dem „Tagebuch der Anne Frank" setzt man hier Ulrich Cyrans „Er ist wieder da" auf den Spielplan. Die bedrückende Grundidee im Heute, also: Hitler erwacht in Berlin Mitte, spiegelt gleichsam die Krypto-Naziwelle der „AfD" nebst Figuren wie Donald Trump. Die Möchtegern-Führers schallend auslachen, statt sich ins Bockshorn jagen zu lassen? Gutes Rezept!

Foto: Künstler

Ute Lemper

Das wahre Frankfurter Pfingsterlebnis ist der **Wäldchestag** (3. bis 6. Juni), bevor das romantische **Rosen- und Lichterfest** im Palmengarten (15. bis 18. Juni) die Königin der Blumen zelebriert und mit Lichterfest und Feuerwerk den Sommer einläutet. Das **Opernplatzfest** am Lucae-Brunnen (28. Juni bis 7. Juli) setzt zu Beginn der Sommerferien das Siegel drunter.

Fotos (2): Oeser

Opernplatzfest vor der Alten Oper

Die **Alte Oper** fügt ihrem „Transit"-Zyklus mit „Kulturfonds"-Weltmusik einen „Hauch des geliebten Syrien" mit dem Konservatoriumsleiter von Aleppo, Fawaz Baker, und seinem Ensemble hinzu (21. Mai). Ansonsten zollt das Haus zum Beispiel den Virtuosen Tribut: an der Violine Anne-Sophie Mutter (23. Mai mit Philharmonia Zürich und Weber, Bruch, Brahms) und dem gereiften Ex-Wunderkind Hilary Hahn (4. Mai), am Flügel der jungen Alice Sara Ott (28. April mit Liszt und Grieg), am 15. Mai dem Organisten Cameron Carpenter mit der Academy of St. Martin in the Fields, die das Universum J. S. Bach in überraschende Bezüge wie George Gershwin einbetten. Ein Wiedersehen mit alten Bekannten gibt es mit Max Raabe (2. und 3. Mai), dem Komiker Otto (12. bis 14. Mai) und Alan Parsons, dem Toningenieur des wahren Pink-Floyd-Sounds von der Rückseite des Mondes (16. Mai). Den Lupen-Modus ihres „Fokus" richtet die Alte Oper auf die Sopranistin und Barock-Expertin Anna Prohaska, die sich am 6. Juni auf Bach konzentriert.

Wenn ein Intendant geht und das Ensemble sich zerstreut, rücken oft letzte Stücke auf den Spielplan, die das motivisch aufgreifen. So auch am Ende der so erfolgreichen Intendanz Oliver Reese am **Schauspiel Frankfurt**. Wallace Shawns „Evening at the Talkhouse", inszeniert von Johanna Wehner, führt uns die letzte gemeinsame Produktion ehemaliger Kollegen vor: nicht ohne Wehmut, doch in klarer Einsicht in die Notwendigkeit des Wandels (Premiere: 24. Mai). Koproduziert ist das auch vom Berliner Ensemble, an das Reese ja wechselt, was auf künftige Austauschgastspiele hoffen lässt. Drückte sich sein Haus einst mit einem „Sommernachtstraum" im Zelt den Frankfurtern ans Herz, so geht Michael Thalheimers „Ödipus – vor der Stadt" von 2009, die allererste Produktion unter Reese, im Juni open-air auf die Weseler Werft, blickt also vom Ende auf den Anfang: vitales Schauspielertheater für die Stadt, das ihr von Krise und Pest spricht. Die **Oper Frankfurt** gibt drei Einakter Ernst Křeneks (30. April), vereint mit Debussys „La damoiselle élue" und Honeggers „Jeanne d'Arc au bûcher" zwei höchst ungleiche Werke nach Dante Gabriel Rosetti und Paul Claudel (11. Juni) und beschließt die Saison mit Mozarts Gottessuche nach Metastasio „Betulia Liberata". Im **English Theatre** hat „The Hound of the Baskervilles" Premiere (12. Mai).

Das **Liebieghaus** blickt anhand von zwölf Objekten auf eigene Erwerbungen zur NS-Zeit und auf die Geschichte dieser Skulpturen zurück (ab 4. Mai: „Eindeutig bis zweifelhaft"). Die Schirn überlässt ihre Rotunde der Ex-Städelschülerin Lena Henke, heute New York, zur Gestaltung (ab 28. April). Peter Saul wird mit dem ersten umfassenden Überblick seines Werks vorgestellt, das in wilder Stilkreuzung mit gewollt „schlechtem" Geschmack Schattenseiten des American Dream reflektiert (ab 2. Juni). Die Gruppenausstellung „Peace" sucht nach neuen, ästhetisch gültigen Perspektiven aufs Thema Frieden und setzt hierbei auch auf Poetry-Performances, Konzerte, Vorträge und Kochsessions (ab 30. Juni).

Marcus Hladek

Für Sie gelesen

Die Mühe lohnt

Bora Ćosićs Roman aus den 1970ern, „Die Tutoren“, trug Brigitte Döbert den Übersetzer-Preis der letztjährigen Leipziger Buchmesse ein. Es ist ein kaum übersetzbares Werk voller Wortspiele, Stilbrüche und hoher Komik, die durch 800 Seiten trägt. Im Jugoslawien Titos blieben „Die Tutoren“ unveröffentlicht, der Dichter (heute 84) schien nicht „positiv“ genug. Geboren im kroatischen Zagreb, lebte er im serbischen Belgrad und definiert sich weiter als Jugoslawe. Zum Glück verließ er die „Stadt, aus der der Krieg regiert wird“ (Ćosić), als Miloševićs links-faschistisches Kriegstreiber-Regime ihn anwiderte. Die Romanform seiner Familienchronik über 150 Jahre löst sich unentwegt in Bühnendialoge oder Lexikoneinträge auf, und immer sammelt der Erzähler Kuriosa und macht lächerlich, was partout nicht ausgelacht sein durfte. Skurriler Balanceakt zwischen Erhabenheit, Clownerie, Palaver.

Bora Ćosić: Die Tutoren. Roman. Mit einem Nachwort des Autors. Aus dem Serbischen von Brigitte Döbert. Schöffling & Co., 2015. Geb., 789 S., 39,95 Euro.

Keine leichten Geschichten

Einige Erzählungen Petros Markaris’ in „Der Tod des Odysseus“ kreisen um türkische Geschichte und entwerfen ein bedrückendes Bild. „Drei Tage“ erzählt vom griechischen Stoffhändler Vassilis in Istanbul im Jahr 1955, der nach einem Pogrom einen Geheimraum im Laden und den Goldschatz sowie die Leiche seines lang vermissten Großvaters findet. „Armenier, Griechen und Juden“, heißt es einmal, „sind in diesem Land so etwas wie die Drei Musketiere. Die anderen beiden sind immer mit verantwortlich für das, was der Dritte tut.“ Ähnlich gelagert ist „Der Tod des Odysseus“, worin ein Grieche im Istanbuler Altersheim den „Freiern“ in Gestalt türkischer Grauer Wölfe nicht zu wehren vermag. Andere Geschichten handeln vom Neid Athener Künstler oder einem Popen, den griechische Nazis um seiner Nächstenliebe für Flüchtlinge willen erschlagen. Herber Stoff.

Petros Markaris: Der Tod des Odysseus. Übers. von Michaela Prinzinger. Diogenes. Geb., Oktober 2016. 214 S., 22 Euro.

Ausflug in die bulgarische Schwermut

Die „Physik der Schwermut“ von Georgi Gospodinov spielt ein Gedankenexperiment durch. Sein Erzähl-Ich hat als Kind die Gabe extremer Einfühlung und durchlebt eine Erinnerung des Großvaters, der auf dem Jahrmarkt einem Kind mit Stierkopf begegnete. Für ihn ist dieser „Minotauros“ ein Bruder, und das Labyrinth wird zur umfassenden Metapher für das beengte Wohnen, für Langeweile und Redeverbote im alten Ostblock, aber auch Bulgariens römische Provinzlage. Das Erzählen entspinnt sich am Ariadnefaden, setzt sich im Stil der Sheherazade fort und auch Erzählmuster wie die Zeitkapsel oder das Gerichtsplädoyer ein. Manches zerfleddert, fühlbar bleibt eine mutmaßlich bulgarische Schwermut. Schöne Lektüre.

Georgi Gospodinov: Physik der Schwermut. Roman. dtv, 2016. Br., 335 S., 9,90 Euro

Marco Polos Reisen – immer wieder spannend

Zuletzt Oliver Plaschka: „Marco Polo – Bis ans Ende der Welt“. Das Handlungsgerüst des dichten 850-Seiten-Ziegels basiert auf der bekannten Reise des Venezianers zum Mongolenherrscher Kublai Khan, ihrer Niederschrift im Gefängnis und den Zweifeln am Wahrheitsgehalt. Fein das Spiel mit den Identitäten bis hin zum fiktiven Happy End. Überbordend!

Oliver Plaschka: Marco Polo. Bis ans Ende der Welt. Roman. Droemer. Geb., 857 S., 24,99 Euro

Marcus Hladek

Wer mittags schläft …

entzieht sich der Fremdbestimmung und widersetzt sich dem Rhythmus der Arbeitswelt sowie der Produktivitätsmoral. Siesta ist Individualität – ist Luxus. Thierry Paquot hat in seinem Buch „Die Kunst des Mittagsschlafs“ diese kleine Ruhe auf heitere Weise aufs Korn genommen. Das leicht zu lesende Buch beinhaltet viele farbige Illustrationen.

Thierry Paquot: Die Kunst des Mittagsschlafs, L.S.D.- Verlag (Lagerfeld, Steidl, Druckverlag), 92 S., 16 Euro.

Pieter Zandee

© Alfred Eisenstaedt/Getty Images

Marilyn Monroe

Das auf den Proportionen des Goldenen Schnitts basierende Gesichtsraster wurde von einem Schönheitschirurgen entwickelt und soll zeitlose Schönheit garantieren. Um dies zu verifizieren, wird die Maske an Schönheitsikonen wie Marilyn Monroe überprüft.

Foto: Foto-Hoerner, Hannover

„Der Goldene Schnitt –Anwendungs-Beispiel", Timm Ulrichs, 1969

Timm Ulrichs künstlerische Spezialität ist das Wörtlichnehmen von Begriffen. Hier setzt er den Goldenen Schnitt als praktisches Anwendungsbeispiel um, verdreht ihn – in bester Dadaistenmanier – ins Absurde und hinterfragt die Bedeutung, die dem Proportionsverhältnis für die Kunst gerne beigemessen wird.

Göttlich Golden Genial. Weltformel Goldener Schnitt?

bis zum 23. Juli im Museum für Kommunikation in Frankfurt am Main

Wer ihn sucht, wird ihn auch finden: Auf der Schale der Ananas, im Werk Leonardo da Vincis, im Gesicht Marilyn Monroes oder der Fassade des alten Leipziger Rathauses. Der Goldene Schnitt scheint allgegenwärtig. Seit der Antike geht von dem Proportionsverhältnis eine ungebrochene Faszination aus. Steckt hinter allem Schönen also ein mathematisches Prinzip? Oder ist die angebliche „Weltformel" nur ein schöner Mythos?

Erstmals geht nun eine Ausstellung dem Phänomen auf den Grund. „Göttlich Golden Genial. Weltformel Goldener Schnitt?" erkundet faszinierende Formwelten und hinterfragt theoretische Grundlagen des Goldenen Schnitts. Die Schau beginnt mit einer mystischen Wunderkammer. Hier treffen Objekte aus Kunst, Mathematik und Natur aufeinander: Ein Turboschneckenhaus steht neben dem Modell eines Dodekaeders. Zwischen goldener Ananas und Sonnenblumenblütenboden sitzt ein Kaninchen und lädt zum Wundern und Staunen ein.

Der anschließende Goldene Weg führt tiefer in die Formenwelt des Goldenen Schnitts, lokalisiert die vermeintlichen Anfänge in Antike und Renaissance, verfolgt die Entwicklung der mathematischen Formel und klärt zugleich über tradierte Fehlinterpretationen auf. Ein besonderes Augenmerk gilt Klassikern der Renaissancekunst, hinter deren kompositorischer Ausgewogenheit gerne Goldene Proportionen vermutet werden. So offenbart ein „Wackelbild" bei genauerem Hinsehen die angelegten Kompositionslinien in Dürers berühmtem Selbstporträt.

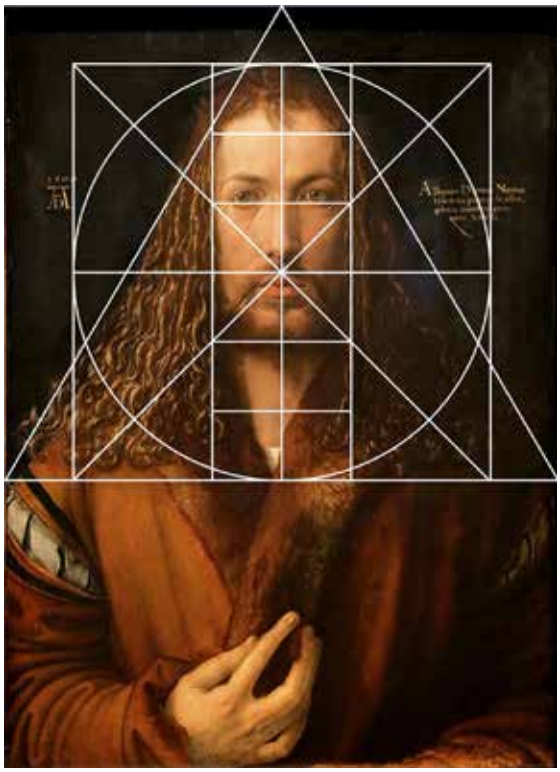
Der weitere Verlauf führt zu einer gehäkelten Ananas, deren aufgestickte Zahlen auf die Fibonacci-Folge verweisen. Schließlich endet der Weg im 19. Jahrhundert, in welchem die Formel zur universellen Konstante des Harmonischen erhoben wurde. Dies zeigt sich in der künstlerischen Praxis. Neben Originalen von Adolph von Menzel führt eine Collage der „Nachmesswut" vor Augen, wie groß die Sehnsucht nach einer Formel, die alles zu fassen vermag, im 19. Jahrhundert war und bis heute ist.

Welche Bedeutung hat die Formel Goldener Schnitt nun aber in der Gestaltungspraxis? Diese Frage beleuchtet die Ausstellung im Bereich der Werkschau. An einer Werkbank können die Besucherinnen und Besucher zunächst eine Goldener Schnitt-Schablone herstellen, mit der sie beim weiteren Rundgang die Objekte auf Goldene Proportionsverhältnisse hin überprüfen können.

Le Corbusiers „Modulor" muss sich hierbei genauso diesem Test un-

Sehen und erleben

Für die Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift veranstaltet das Museum für Kommunikation, Am Schaumainkai 53, 60596 Frankfurt, eine kostenfreie Führung – inklusive freiem Eintritt – zu der Wechselausstellung „Göttlich Golden Genial. Weltformel Goldener Schnitt?".
Termin ist Mittwoch, 26. April, um 15 Uhr. Treffpunkt 14.45 Uhr am Empfang.
Da die Teilnehmerzahl auf maximal 20 Personen begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich. Diese kann vom 11. bis 19. April unter Telefon 069/60 60 310 oder r.koelsch@mspt.de erfolgen. red



Selbstbildnis im Pelzrock, Albrecht Dürer, 1500, Nachbearbeitung mit eingezeichneten Kompositionslinien nach F. Winzinger

Wie ein Gemälde auf uns wirkt, hängt oft von Perspektive, Proportion und Symmetrie ab. In Dürers Selbstbildnis kann man folgendes Kompositionsschema erkennen: Die Basis des Dreiecks, in das sich der Kopf mit den Haaren einschreiben lässt, teilt die Bildfläche genau im Goldenen Schnitt. In der Ausstellung können die Gäste dies anhand eines Wackelbildes nachvollziehen.

terziehen lassen, wie ein Aston Martin. Gestaltete Artefakte aus den Bereichen Grafik- und Produktdesign, Architektur und Fotografie ermöglichen ein Eintauchen in faszinierende Formenwelten. Skizzen geben Einblicke in Entwurfs- und Entstehungsprozesse und lassen mathematische Grundlagen erkennen. Darüber hinaus wird der Goldene Schnitt in seiner Funktion als gezielt eingesetztes Marketinginstrument beleuchtet und hinterfragt, welche Rolle er im Dialog zwischen Designer und Konsument tatsächlich spielt.

Ist Schönheit vermessbar?

Eine Schönheitsinsel widmet sich dem Nachweis des Goldenen Schnitts am menschlichen Körper. Unter anderem wird dieser hier in den Gesichtszügen Marylin Monroes gesucht und gefunden. Inwieweit das eigene Gesicht „goldenen Regeln“ entspricht, können Besucherinnen und Besucher an einem „Rasterspiegel“ überprüfen. Einmal mehr stellt sich die Frage: Ist Schönheit vermessbar?

Neben den „Goldenen Proportionen“ gibt es weitere „Prägende Proportionen“, die die sichtbare Welt und unsere alltägliche Umgebung modellieren. Diese bilden den Ausgangspunkt für den abschließenden Bereich der Normung.

Nach den Ursprüngen des Goldenen Schnitts und seiner Relevanz für visuelle Kommunikations- und Gestaltungsstrategien geht es dort um die Frage, wodurch unsere ästhetische Wahrnehmung geprägt und beeinflusst wird. Warum orientiert sich ein Porzellanservice am genormten Papierformat? Welche Produkte leiten ihre Verpackungsmaße von der Europalette ab? Wie beeinflussen Bildschirmformate unsere Sehgewohnheiten?

Am Ende tauchen die Besucherinnen und Besucher ein in eine konsequent nach den Regeln des Goldenen Schnitts gestaltete virtuelle Realität. Ob diese das Versprechen ästhetischer Vollkommenheit einlösen kann? *Katharina Schillinger*

Anzeige

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen & Pflegen im Zeichen der Nächstenliebe

- In Bornheim und Sachsenhausen: drei vollstationäre Pflegeeinrichtungen, Tagespflege, Ambulante Pflege, Betreutes Wohnen im Premium-Ambiente, Seniorenwohnungen
- Demenz-zertifizierte Wohnbereiche in allen Häusern – Pflege und Betreuung nach dem Psychobiographischen Pflegemodell von Prof. Erwin Böhm
- Speisenversorgung ausgezeichnet mit „Fit im Alter“
- **NEU: Grüner Haken – bestätigte Verbrauerfreundlichkeit**
- **Neuer Kurs „moment! Sport mit Demenz“, Beginn: August 2017**
  Kostenerstattung durch die Pflegekassen möglich

ZUHAUSE IN CHRISTLICHER GEBORGENHEIT

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

Viele Erntehelfer sind gefragt, wenn in Oberrad die Kräuter grünen.

Oberrad **Heimat der Grie Soß**

Vor allem an Gründonnerstag darf sie auf keinem heimischen Teller fehlen. Die Rede ist von der „Grie Soß“, wie der Frankfurter zu sagen pflegt. Die traditionelle Kräutersoße, die kalt zu Kartoffeln und hart gekochten Eiern oder Tafelspitz gereicht wird, hat jetzt Saison und bringt einen Hauch von Frühling auf den Tisch. Das Originalrezept sieht sieben frische Kräuter vor: Borretsch, Kerbel, Kresse, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer und Schnittlauch. Gärtner wickeln sie in der richtigen Mischung schonend in Rollen aus weißem Papier und verkaufen sie derzeit auf den Wochenmärkten der Stadt. Der Name „Frankfurter Grüne Soße“ ist mittlerweile geschützt. Angebaut werden die Kräuter ebenfalls traditionell, und zwar in Oberrad.

Frankfurts grünes Dorf

Der kleine Stadtteil zwischen Sachsenhausen und Offenbach gilt als das Viertel der Gärtner. Nirgendwo in Frankfurt gibt es so viele Betriebe wie hier. Seit dem 16. Jahrhundert bewirtschaften sie die fruchtbaren Böden nahe dem Main, die mit rund 130 Hektar Fläche fast die Hälfte Oberrads ausmachen. Bei einem Gang durch die weitläufigen Felder, die sich vor den Hochhäusern des Stadtteils erstrecken, kann man die Gärtner im Frühjahr bei ihrer Arbeit beobachten. Neben den Kräutern für die Grüne Soße bauen sie weitere Kräutersorten und Gemüse an, um sie in Frankfurt und über die Grenzen der Stadt hinaus zu verkaufen. Am Rand der Felder, in der Speckgasse, stehen sieben kleine Gewächshäuser in verschiedenen Grüntönen, mit denen die Ludwigsburger Künstlerin Olga Schulz 2007 der Grünen Soße ein Denkmal gesetzt hat (die SZ berichtete). Hinter den Feldern am Stadtwald erstreckt sich die Ernst-May-Siedlung „Im Teller“, die 1927 für die Gärtnerfamilien errichtet wurde.

Geht man weiter in den Stadtteil hinein, gelangt man an den zentral gelegenen Buchrainplatz, von den Bewohnern auch „Dalles“ genannt, die Ortsmitte. Hier gehen die Menschen samstags auf dem Wochenmarkt einkaufen, treffen sich zum Flohmarkt und steigen in die Straßenbahn, um in die nahe gelegene Innenstadt zu fahren. An der Haltestelle „Buchrainplatz“ erinnern Plakate an den Scheiben des Wartehäuschens daran, dass sich dort 1884 das Depot einer der ersten elektrischen Straßenbahnen der Welt befand. Nicht weit davon entfernt steht ein Wappenbaum der Vereine, ein offener Bücherschrank sowie eine lebensgroße hölzerne Gärtner-

Sieben Kräuter – sortiert und verpackt für die „Grie Soß“.

Fotos (4): Oeser

frau und eine historische gusseiserne Pumpe zum Gedenken an Frankfurts Gärtnerdorf.

„Mir ist es wichtig, dass das, was Oberrad ausmacht, erhalten bleibt“, sagt Eugen Müller. Der Vorsitzende des Bürgervereins kümmert sich um die Verschönerung des Platzes, eine bessere Infrastruktur im Stadtteil und um Kulturangebote. Er habe die alte Gärtnerpumpe an einer Pferdekoppel gefunden und restaurieren lassen. Auch für andere Erinnerungsstücke auf dem Dalles habe er sich eingesetzt. „Der Krieg hat fast alles zerstört“, erinnert sich der 75-jährige Oberräder, der als Kind in den Trümmern spielte. „90 Prozent war weg, so schlimm war es sonst nur in der Altstadt.“ Historiker vermuten, die Alliierten hätten die Glasdächer der Gewächshäuser als Dächer von Industrieanlagen fehlinterpretiert und Oberrad daher für einen wichtigen wirtschaftlichen Standort für Frankfurt gehalten, den es zu zerstören galt. Das Ausmaß zeigen heute Fotos im Oberräder Heimatmuseum. „Ein Stadtteil, der so geschunden wurde, um den muss man sich kümmern“, findet Müller.

Kaum Geschäfte

Zu tun gibt es einiges. So werden die Bedingungen für die Kräuter- und Gemüsegärtner immer schlechter, je größer das Angebot an billigem Obst und Gemüse in den Supermärkten und Einkaufszentren wird. Von den einst mehr als 300 Gärtnereibetrieben im Jahre 1900 sind heute nur noch ein Dutzend übrig. In Oberrad selbst fehlt es wiederum an Geschäften. Wer vom Buchrainplatz in die Offenbacher Landstraße, die Hauptachse des Stadtteils, geht, sieht Wettbüros, Shisha-Bars und Kebab-Buden, wo früher Geschäftsinhaber Haushaltswaren und Kleider verkauften. Eine Drogerie, Metzgerei oder gar einen größeren Supermarkt sucht man vergeblich. Nur der Traditionsgasthof „Zum Hirsch“ aus dem Jahre 1708 hält sich dort tapfer als eines der wenigen alten Häuser im Ortsteil.

„Schlimm“, findet Christa Giar diese Entwicklung, dennoch würde die Oberräderin nie aus ihrem Stadtteil wegziehen. „Wir sind hier nah zur Stadt und doch im Grünen“, beschreibt die 74-Jährige die Vorzüge. Mit Bus und Bahn sei sie schnell in Frankfurt oder Offenbach und zu Fuß am Main oder im Stadtwald. Auch wenn der Goethe-Turm oder der Scheerwald streng genommen zu Sachsenhausen gehören, „geht man da als Oberräder gerne hin, um sich zu erholen“, sagt sie. Gleiches gelte für den Park der katholischen Hochschule Sankt Georgen in der Offenbacher Landstraße sowie den parkähnlichen Waldfriedhof Oberrad im Burgenlandweg – beide liegen im Nachbarstadtteil.

Garantiert in Oberrad und beliebt bei den Einwohnern ist das Rudererdorf: Fünf Vereine laden am Mainufer in ihre Lokale mit Biergarten ein. „Wer es gehobener mag, geht in die Gerbermühle“, so Giar. Das unter Denkmalschutz stehende Gebäude unweit der Ruderer aus dem Jahr 1520 diente als Gutshof, Wassermühle, Gerberei und Sommersitz der Bankiersfamilie von Willemer. Heute ist es ein Vier-Sterne-Hotel mit Restaurant und Sommergarten. Bekannt wurde die Gerbermühle durch Johann Wolfgang von Goethe. Der Dichterfürst feierte dort nicht nur seinen 66. Geburtstag, sondern pflegte auch eine innige Beziehung zur jungen Frau des Bankiers: Marianne von Willemer. Ihr Briefwechsel ist in Goethes Gedichtsammlung „West-östlicher Divan“ (1819) nachzulesen.

Daten & Fakten

Oberrad liegt im Südosten der Stadt, zwischen Sachsenhausen und Offenbach, eingebettet zwischen grünen Feldern in der Ebene am südlichen Mainufer und dem dunklen, kühlen Stadtwald oben am Ende des Hanges. In der Antike verlief eine Römerstraße durch Oberräder Gebiet, vermutlich zu einer vermuteten Mainbrücke bei Offenbach. Seinen Namen erhielt das Dorf von einer ausgerodeten Waldung. Im Jahr 1270 wird die „Oberrad“ im Reichforst Dreieich (in Abgrenzung zur Niederrod) in einer Urkunde erwähnt. Das Dorf hatte damals etwa 60 Einwohner. Gemüseanbau im großen Stil wird seit dem 16. Jahrhundert betrieben. Vorher dominierte die Viehzucht. Im 18. und 19. Jahrhundert wurde Oberrad zum Ausflugsziel und Sommersitz gut situierter Frankfurter. Eingemeindet wurde es im Jahr 1900. Heute leben im Gärtnerdorf 13.107 Menschen auf einer Fläche von 273,9 Hektar. Das Durchschnittsalter beträgt 42,9 Jahre. 15,1 Prozent sind jünger als 18 Jahre, 18,4 Prozent älter als 65 Jahre. 6,2 Prozent sind arbeitslos gemeldet. (Quelle: städtisches Bürgeramt, Statistik und Wahlen 2016). Zu erreichen ist der Stadtteil mit den Straßenbahnlinien 15, 16 und 18 sowie mit den Buslinien 81 und 82. *gra*

Nach Oberrad mit Bus und Bahn

Weitläufige Felder erstrecken sich vor den Hochhäusern.

„Früher war ich oft als Kind mit meiner Mutter an der Gerbermühle, da gab es einen Pavillon mit einer Musikkapelle im Garten“, erinnert sich Giar gerne zurück. Musik spielt von jeher eine große Rolle in ihrem Leben. „Da ich aus einer alten Oberräder Familie komme, in der alle Sänger waren, sang auch ich ab dem 16. Lebensjahr in gemischten Chören“, schildert sie. 1984 gründete sie den Singkreis Frohsinn, 1987 den Vereinsring Oberrad – seither ist sie in beiden Vereinen meist die Vorsitzende. „Oberrad hat seinen Bürgern einiges zu bieten“, findet sie. Eben nicht nur Grüne Soße. Aber die gehört natürlich dazu: „Selbstverständlich wird bei uns an Ostern – speziell am Gründonnerstag – Grüne Soße gegessen“, sagt sie. Auch wenn man sie mittlerweile das ganze Jahr über kaufen kann: „Grüne Soße schmeckt eben immer.“

Judith Gratza

Ausflugsziele & Angebote

Über Oberrads Gärtnerleben und seine Zerstörung während des Zweiten Weltkrieges informiert der Heimat- und Geschichtsverein anhand von Exponaten und Fotos in seinem Museum, Wiener Straße 120–122. Geöffnet: sonntags, 14 bis 17 Uhr (außer Oster- und Pfingstsonntag). Eintritt frei. Erreichbar mit den Straßenbahnlinien 15 und 16 sowie der Buslinie 82, Haltestelle: Wiener Straße. Sonderführungen für Gruppen sind nach Terminvereinbarung möglich. Telefon 069/65 78 72.

Über die Historie des Stadtteils informiert auch das Buch „Oberräder Erinnerungen: Der Wandel im Gärtnerdorf von 1600–2012“, das Mitglieder des Geschichtsvereins herausgegeben haben. Erhältlich ist es für zwölf Euro bei Blumenland Scondo, Burgenlandweg 15, im Gasthof "Zum Hirsch", Offenbacher Landstraße 289, bei Tommys Lottoladen, Offenbacher Landstraße 331 und im Heimatmuseum.

Der Vereinsring hat 25 Mitglieder. Einer der größten Vereine ist die Turn- und Sportgemeinde Oberrad mit etwa 1.000 Mitgliedern. Beim Skiclub Oberrad kann man sich im Winter für den Sport auf der Piste fit machen und im Sommer an Wandertouren und Lauftrainings teilnehmen. Infos unter Telefon 069/65 30 91 24. Der VdK feiert am 22. April sein Frühjahrsfest im Bürgertreff Depot, Offenbacher Landstraße 359; der Vereinsring am 10. Juni sein Stadtteilfest auf dem Festplatz Villa Bonn, nähe Spatzengasse.

Der Bürgerverein informiert unter www.buergerverein-oberrad.de über seine Kulturveranstaltungen, wie „Internationale Musik quer durch den Kräutergarten“. Die Awo bietet regelmäßig Ausflüge für Senioren an, unter anderem im Mai zu Bauer Lipp und über Pfingsten nach Fehmarn an die Ostsee. Auskunft gibt Erich Schlauch, Telefon 069/65 62 64.

Fotos (2): Oeser

Die Rudergesellschaft Oberrad war der erste Verein, der vor 130 Jahren sein Bootshaus am südlichen Mainufer errichtete. Heute bildet er mit vier weiteren Vereinen das sogenannte Rudererdorf am Mainwasenweg. Die Vereinslokale sind erreichbar mit der Buslinie 46, Haltestelle „Rudererdorf“.

Das Restaurant der Gerbermühle am Mainufer, Gerbermühlstraße 105, bietet täglich warme Küche von 11.30 bis 22 Uhr. Tischreservierung, Telefon 069/689 77 79 44.

Das „Willemer-Häuschen“, ein achteckiger, zweistöckiger Turm des Bankiers Johann Jakob von Willemer aus dem Jahr 1809, in dem Goethe auch 1814 zugegen war, ist von Ostersonntag bis Mitte Oktober, sonntags von 11 bis 16 Uhr im Hühnerweg 74 in Sachsenhausen zu besichtigen.

In den Felsenkellern in der Buchrainstraße 95 suchten die Oberräder früher Schutz vor den Bomben des Krieges. Die Keller sind heute Teil des Waldhotels „Hensel’s Felsenkeller“. Das angeschlossene Restaurant ist mittwochs bis sonntags, 12 bis 22 Uhr geöffnet, Telefon 069/65 20 86.

Der Gasthof „Zum Hirsch“, Offenbacher Landstraße 289, ist eines der ältesten Gasthäuser in Oberrad. Es gibt hessische und Frankfurter Küche. Im Biergarten lässt sich unter einer alten Kastanie bestens Apfelwein trinken. Geöffnet täglich von 11 bis 23 Uhr. Telefon 069/65 58 70.

Sozialbezirksvorsteherin Ursula Becker gibt monatlich einen Überblick über Angebote für Senioren in Oberrad und wurde dafür mit dem Nachbarschaftspreis der Stadt Frankfurt ausgezeichnet. Nachzulesen im Internet unter www.oberrad.net. Auskunft auch bei Ursula Becker, Telefon 069/69 76 96 53.

Eine der Traditionsgärtnereien in Oberrad ist die von Rainer Schecker. Zusammen mit 14 Kräutergärtnern hat er den Namen der „Frankfurter Grünen Soße“ schützen lassen. Auf einer Fläche von zehn Hektar baut sein Betrieb in der vierten Generation Gemüse und mehr als 50 verschiedene Kräuter an. In seinem Hofladen mit Café, Im Teller 21, werden regionale Produkte wie Milch- und Käsespezialitäten, Hausmacher Wurst und Apfelwein verkauft. Geöffnet: freitags, 8.30 bis 18 Uhr, samstags, 8 bis 15 Uhr. Mit seinem Stand ist er auf dem Erzeugermarkt an der Konstablerwache in der Frankfurter Innenstadt vertreten: donnerstags, 10 bis 20 Uhr, samstags, 8 bis 17 Uhr. Informationen auch zu Festen in Scheckers Gadde unter www.schecker.com

gra

Der besondere Tipp
Diesmal: Oma Scheckers Grüne Soße

(Rezept für 4 Personen)

Zutaten:
400 g Grüne-Soße-Kräuter
400 g saure Sahne
4 hartgekochte Eier
1 Prise Zucker
Salz und Pfeffer
1 TL Wein-Essig (kein Balsamico) oder ½ EL Zitronensaft

Zubereitung:
Vier Eier kochen und kalt werden lassen. Die Kräuter waschen, trocknen und fein hacken. Die Kräuter anschließend in eine Schüssel geben und einen Schuss Essig oder Zitronensaft zugießen. Mit Pfeffer, Salz und Zucker würzen und kurz stehen lassen. Die saure Sahne unterheben. Die vier gekochten Eier grob schneiden und mit in die Soße geben und verrühren. Nochmals abschmecken, fertig.

gra

Straßenreiniger binden ihr Werkzeug selbst von Hand

Mit dem Reisigbesen gegen Frankfurter Straßendreck

Fotos (2): Oeser

Michele Agovino sortiert das Reisig.

Michele Agovino sortiert. Der 63 Jahre alte Italiener – seit 43 Jahren bei der Frankfurter Stadtreinigung beschäftigt – sitzt in der Betriebshalle neben kleinen und großen Straßenkehrmaschinen und hat einen Haufen Reisig vor sich. Manche Büschel legt er nach links, andere nach rechts. Die Guten ins Töpfchen, die Schlechten ... Man muss sich schon auskennen, damit nur geeignetes Reisig zu Besen gebunden wird. Ja, die Frankfurter Straßenreiniger binden ihre Besen selbst.

Reisigbesen, die aussehen wie Hexenbesen aus dem Märchen – in der heutigen Zeit? Für Michele Agovino und Arbeitsgruppenleiter Ali Ertan in der FES-Betriebsstätte Frankfurt-Bornheim (FES = Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH) ist das keine Frage. Vieles haben sie schon ausprobiert, haben sich auf Kunststoffbesen oder Feger aus Bambusreisig eingelassen. Immer hat sich erwiesen: Die selbstgebundenen Besen aus italienischem Heidekrautreisig sind die besten. Ali Ertan sagt: „Damit geht es leichter und es wird sauberer.“ Das bestätigt auch Betriebsstättenleiter Christoph Rembow: „Wir wollen das beste Ergebnis, und zu teuer soll es auch nicht sein.“ Breitspurige Besen kosten zu viel Kraft, Kunststoffborsten sind – selbst wenn die asymmetrische Form der Reisigbesen nachgebaut wird, bei Splitt, nassem Laub und Gras den Naturmaterialien deutlich unterlegen. Und so kommt zweimal im Jahr ein Lkw und liefert rund 1.000 Bund Heidereisig an, das dann auf die fünf Standorte der Betriebsstätten verteilt wird. Und warum keine deutsche Heide? Immerhin wächst auch im Taunus die „Erika“, oder in anderen deutschen Heidelandschaften. „Viel zu kurz“, weiß Agovino. Nur die südliche Heide wächst in der erforderlichen Länge, damit der Besen auch mindestens vier Tage bis zu einer Woche hält. Kurze Besen sind viel schneller abgenutzt.

Mit diesen selbstgebundenen Besen kehren die Mitarbeiter der Stadtreinigung den Schmutz auf Frankfurts Straßen aus den Stellen hervor, an die die großen runden Bürsten der Kehrmaschinen nicht hinkommen. Sie arbeiten der Maschine quasi zu. Und dabei laufen die Männer und zwei Frauen, die inzwischen auch bei der Straßenreinigung eingesetzt sind, zwischen zwölf und 20 Kilometern am Tag. Kondition ist also gefragt. Da ist es nur gut, wenn die Besen gleichzeitig leicht, gut zu handhaben und noch dazu besonders effektiv sind.

Fünf Betriebsstätten hat die FES in der Stadt, die jeweils für einen ganz bestimmten Bereich zuständig sind. Die Betriebsstätte in Bornheim, der Agovino und Ertan zugeordnet sind, reinigt den gesamten Frankfurter Osten. Die Stadtbezirke werden in unterschiedlichen Schichten bedient. Während in den äußeren Vierteln nur tagsüber gereinigt wird, sind in Stadtmitte und Bahnhofsviertel auch in der Nacht Reiniger unterwegs. Insgesamt gibt es in Frankfurt rund 250 Mitarbeiter für die Straßenreinigung, dazukommen noch weitere 125 für die Stadtreinigung.

Die Arbeitsgruppen bestehen aus jeweils zwei Lkws, zwei Kleinkehrmaschinen jeweils mit Fahrer und vier bis sechs Straßenreinigern, die mit dem selbstgebundenen Besen vor den Kehrmaschinen her arbeiten. Christoph Rembow hat in seiner Betriebsstätte 78 Mitarbeiter für diese Reinigungsaufgaben. Einmal in der Woche sind einige von ihnen im Innendienst, das heißt, sie binden in der großen Halle neue Besen.

Der Besen ist gut geraten. Ali Ertan zeigt, wie gut der Besen kehrt.

Die Reisigbesen, die mancher wohl noch aus eigenem Gebrauch in Haus und Hof kennt, wecken auch schon mal Begehrlichkeiten. Aber Christoph Rembow sagt: „Wir wollen keinen Handel mit diesen Besen aufmachen, wir brauchen sie schließlich selbst.“

Lieselotte Wendl

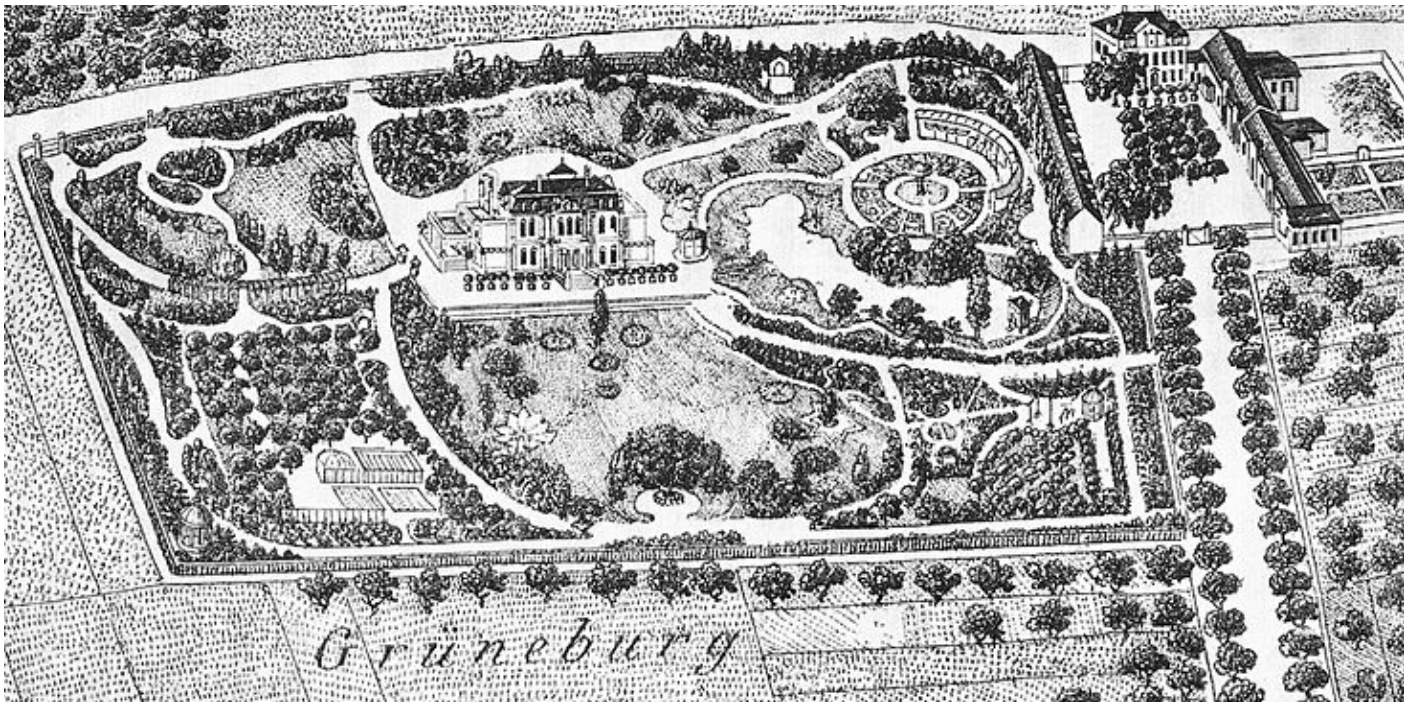


Abbildung: Wikipedia

Das Detail eines illustrierten Stadtplans aus dem Jahr 1864 von Friedrich Wilhelm Delkeskamp (1794–1872) zeigt das Grüneburg-Schlösschen, das für die Familie Rothschild erbaut wurde.

Vor 200 Jahren geboren: der Gartenkünstler Heinrich Siesmayer

Idee und Ausführung mehrerer 100 öffentlicher und privater Park- und Gartenanlagen der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in Frankfurt, im Rhein-Main-Gebiet und darüber hinaus stammen von Heinrich Siesmayer. Der Landschaftsgärtner, Gartenarchitekt und Gartenkünstler gehörte damals zu den Gefragtesten und Bedeutendsten seiner Branche und muss in einer Reihe mit Sckell, Pückler oder Lenné genannt werden. „Das breite Spektrum von Siesmayers gartenkünstlerischer Tätigkeit umfasste Planung und Ausführung landschaftlicher Anlagen wie Schloss- und Villenparks, städtische und Kuranlagen, aber auch zoologische Gärten, Friedhöfe, Stadtplätze, Wintergärten und Orangerien“, schreibt Gartendenkmalpflegerin Barbara Vogt, die sich der Erforschung von Leben und Werk Siesmayers verschrieben hat.

Heinrich Siesmayer wurde am 26. April 1817 in Mombach bei Mainz als Sohn des „Kunstgärtners“ Jakob Philipp Siesmayer geboren. Dessen Vater stammte aus einer bayerischen Gärtnerfamilie und hatte sich 1770 in Niederselters niedergelassen. Seine Kindheit verbrachte Heinrich an wechselnden Orten, im Besonderen in Karben. Seine erste Ausbildung erhielt er durch seinen Vater. 1832 trat er als Lehrling in die Handels- und Kunstgärtnerei von Sebastian Rinz in Frankfurt ein, dem Frankfurter Stadtgärtner und Schöpfer der Wallanlagen. Danach war er sechs Jahre dessen Mitarbeiter und wirkte beim Günthersburgpark und beim Nizza mit. 1840 machte er sich in Bockenheim selbstständig. Zwei Jahre später gründete er mit seinem Vater und seinem Bruder Nicolaus die Firma „Gebrüder Siesmayer“ in der Schloßstraße 23. Auch die beiden anderen Brüder erlernten das Gärtnerhandwerk.
Bruder Karl Friedrich wurde Hofgärtner der Zaren in St. Petersburg.

Abbildung: Institut für Stadtgeschichte, Frankfurt a. M.

Heinrich Siesmayer

Der erste Park

Die erste eigenständige Anlage Heinrich Siesmayers war 1846 der Park des Hofguts Goldstein der Gräfin von Bose. Es folgte der fürstlich-wittgensteinsche Schlosspark in Sayn. Es schloss sich 1857/59 der Kurpark von Bad Nauheim an, den er selbst hoch schätzte und andere wegen der ungekünstelten, von Effekthascherei freien Raumgliederung, Bodenmodellierung und Gehölzgruppierungen als seine bedeutendste Schöpfung ansahen. Über viele Jahrzehnte wurde der Park wie viele andere Anlagen auch von Gebr. Siesmayer gepflegt und betreut.

Siesmayer schuf Gartenlandschaften vorwiegend im Stil der englischen Landschaftsgärten. Geschwungene Wege, Teiche, lauschige Partien, Blumenschmuckanlagen, Terrassen um Gebäude, Pavillons, Arrangements

von Gehölzgruppen, Grotten, Wasserfälle, Felsen, Fontänen, aber auch freie Blicke in die Landschaft zeichneten sie aus. In Frankfurt können wir seine Gestaltungskunst im Palmengarten erleben und bewundern. Heinrich Siesmayer hatte den Erwerb der Pflanzensammlung des depossedierten Herzogs Adolph von Nassau aus Schloss Biebrich 1868 durch die von Frankfurter Bürgern gegründete Aktiengesellschaft vermittelt und die Anlage entworfen. Mit der Siesmayerstraße und dem Café wird ihres Schöpfers gedacht.

Foto: Rohnke

Im Palmengarten lässt es sich herrlich spazieren gehen. Unser Foto zeigt eine Führung speziell für Abonnenten der Senioren Zeitschrift.

Klare Handschrift

Zu Heinrich Siesmayers Schöpfungen gehören auch der Kurfürstenplatz und der Friedhof in Bockenheim, das 1895 nach Frankfurt eingemeindet wurde. Der Park des Rothschildschen Grüneburgschlösschens trägt seine Handschrift. In der näheren und weiteren Umgebung entwarf er den Stadtpark in Mainz, den Park des Schlosses Rauischholzhausen des Großindustriellen Ferdinand von Stumm bei Marburg, den Kurpark von Bad Schwalbach, den Park der Kur- und Heilanstalt in Falkenstein, den Schmuckplatz an der Promenade in Bad Homburg, den Park Hohenrode in Nordhausen in Thüringen, den Dietel'scher Park in Oberliederbach. Siesmayer war an der Gestaltung der Gartenanlage der Versuchsanstalt für Obst- und Weinbau in Geisenheim beteiligt und gestaltete Gärten von Rheingauer Villen. Nach 1871 nahm das Unternehmen Gebr. Siesmayer einen enormen Aufschwung und beschäftigte 350 und mehr Mitarbeiter. Ab 1877 wurde in Bad Vilbel eine große Baumschule angelegt, der „Elisabethenhain". Dieser erstreckte sich entlang der Main-Weser-Bahn beim Vilbeler Südbahnhof, was durchaus werbewirksam war und für die Geschäftstüchtigkeit Siesmayers spricht.

Gärten im Blut

Heinrich Siesmayer war mit Elise Klees aus Hanau verheiratet, die bereits 1872 im Alter von 35 Jahren starb. Sie hatten zwölf Kinder, von denen sechs Töchter und drei Söhne das Erwachsenenalter erreichten. Die drei Söhne Philipp (1862–1935), Josef (1866–1940) und Ferdinand (1868–1944) wurden ebenfalls Gartenarchitekten. Als der Vater in den 1880er Jahren zunehmend durch Krankheit am Arbeiten gehindert wurde, trat Sohn Philipp 1883 ins väterliche Geschäft ein, wurde 1890 Teilhaber und übernahm 1892 die Oberleitung. Unter seiner Leitung entstanden unter anderem der Park der Villa Rothschild in Königstein, die Erweiterung des Grüneburgparks und die Gartenanlage der Villa Stumpf-Brentano in Rödelheim.

Heinrich Siesmayer starb am 22. Dezember 1900, seine letzte Ruhe fand er auf dem Bockenheimer Friedhof. Den Weiterbestand des Unternehmens hatte er testamentarisch geregelt. Die beiden jüngeren Söhne traten als Teilhaber ein. Seniorchef Philipp Siesmayer war angesehen und geehrt und in Verbänden seiner Branche tätig. Nach seinen Plänen entstanden Anlagen wie der Park der Villa Mumm in Kronberg, die Erweiterung des Kurparks Bad Soden und der Jubiläumspark in Bad Homburg. Der Kulturgarten war 1904 nach Eschersheim und der Firmensitz 1905 in die Kaiserhofstraße verlegt worden. Immer mehr Kommunen und Kurorte übernahmen aber die Grünpflege in Eigenregie, und man wandte sich vom Landschaftsstil ab. Schließlich ließen Erster Weltkrieg, Inflation und Wirtschaftskrise die Aufträge zurückgehen. So ging Gebr. Siesmayer 1932 in Konkurs. Letztes bekanntes Werk war der Entwurf für den neuen Kurpark in Bad Vilbel.

Hans-Otto Schembs

Das historische Eingangshaus zum Palmengarten.

Foto: Palmengarten

Zwei Einladungen ins Museum

Das Museum Giersch der Goethe-Universität lädt Leserinnen der Senioren Zeitschrift zu einer kostenfreien Führung durch die Ausstellung „Ersehnte Freiheit. Abstraktion in den 1950er Jahren“ (bis 9. Juli) ein.

Foto: Archiv Baumeister © VG Bild-Kunst, Bonn 2017

Willi Baumeister: Phantom mit roter Figur, 1953, Öl mit Kunstharz auf Hartfaserplatte, 100 x 130 cm, Privatsammlung

Die 1950er Jahre stellten nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs und der nationalsozialistischen Diktatur eine Zeit des Aufbruchs dar. Innerhalb einer heftig geführten Auseinandersetzung um Abstraktion und Figuration setzte sich in der jungen Bundesrepublik die Abstraktion durch. Ziel der Ausstellung ist ein neuer und differenzierter Blick auf dieses viel diskutierte erste Jahrzehnt der Kunst im Westen.

Im Fokus der Ausstellung steht eine Gegenüberstellung der drei wichtigsten Künstlergruppen jener Zeit – „Zen49“ in München, „Junger Westen“ in Recklinghausen und „Quadriga“ in Frankfurt. Sie soll die Heterogenität dieser Aufbruchsphase und die Vielfalt abstrakter Positionen aufzeigen. Das Jahrzehnt des Neuanfangs und Wiederaufbaus offenbart sich als eine Dekade der Suche.

Sehen und erleben

Für die Leser der Senioren Zeitschrift gibt es am Mittwoch, 26. April und am Dienstag, 9. Mai, jeweils um 15 Uhr eine kostenfreie Führung (inklusive kostenfreiem Eintritt).
Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird um Anmeldung gebeten unter Telefon 069/13 82 10 10 oder per E-Mail an info@museum-giersch.de *red*

Tanzpartner gesucht

Im Winter 1942 war sonntags von 15 bis 17 Uhr Tanz in der Tanzschule Wernecke, Bockenheimer Landstraße 120. Wenn sich noch jemand an Mitglieder dieser Tanzschulklasse erinnert, würde sich Kurt Henkel über eine entsprechende Zuschrift oder einen Anruf freuen. Kurt Henkel, Waldschmidtstraße 6, App. 6010, 60316 Frankfurt, Telefon 069/40 58 50. *red*

SZ-Leser Heinrich Schönhut hat sich von dem Zeitungsartikel über 40 Jahre Ginnheimer Spargel zu folgenden Zeilen anregen lassen:

DAS WUNNER VOM VERSCHWUNDENE TORM

Als ich vor Jahrn mojens aus em Fenster schaute,
sah ich mit zu, wie sie den Fernsehtorm erbaute.
Von Dach zu Dach gings in die Höh
es war e Freud mit anzuseh.

Wie er dann fertisch war, ach war des schee
doch beim Gucke dat mer des Gnick ganz schee weh.
Ich habs abber gern in Kaaf genomme,
denn schließlich habbe mer e neu Wahrzeiche bekomme.

So stand der Torm nun schon e paar Jahr,
doch uff emal da war er nemmer da!
Denn neulich mojens wie ich uffgestanne,
bin ich wie immer gleich ans Fenster gange.
Ich guck un guck, ich war ganz baff,
der Torm war fort, ei mich laust de Aff.

Ei gestern stand er un des is werklich wahr
stolz in seiner ganzen Größ noch da.
Ei Mensch, ei bin ich denn meschucke,
Fraa steh mal uff, du du mal gucke.
Bin ich dann blind, ich kanns net glaube
Dat den Torm denn aaner raube?

Is da am End e Wunner bassiert,
da wärn mir Frankforter schee ageschmiert.
Um unser Stadt emal von obbe zu seh,
da müsse mer jetzt widder zum Goetheturm geh.

Habbe den vielleicht e paar Studente geklaut
un als Jux in de Uni uffgebaut?
Am End habbe die wie emal an em 1. April geschriwwe,
den Torm als U-Banröhr in die Erd eneigetriwwe.

Des is doch e richtich Spitzbüberei
mir will des garnet in de Kopp enei.
Doch da hilft kaa Schimpfe un kaa Schenne
un aach net, dass mer e paar Träne dribber flenne.
De Torm is halt fort, doch ich kanns afach net glaabe,
ich du emal selbst nach Ginnem niwwer laafe,
du mer die Sach emal von der Näh betrachte
un ergründe, was die mit unserm Fernsehtorm machte.

Doch als ich dann dort war, was soll ich euch sache,
da dat doch der Torm groß vor mir uffrache.
Mir fiel en Staa vom Herze, ich hab richtich gelacht,
denn des Wunner vom verschwundene Torm des hat
der Nebbel vollbracht,
so ist es nun seit 40 Jahren liebevoll als Ginnheimer Spargel
genannt als höchster Torm unserer Stadt bekannt.

SZ-Leserin Jutta-Andrea Kraft berichtet über einen 40 Jahr alten Traum.

Vor 40 Jahren hatte die Pfarrfrau Dore Zeiss einen Traum. Sie wollte eine Selbsthilfe-Wohngemeinschaft für ältere Menschen unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ ins Leben rufen. Der Traum konnte verwirklicht werden, da viele Entscheidungsträger zusammen dachten, handelten, Ideen zusammenbrachten und diese gemeinsam umsetzten: Die Evangelische Senioren-Wohnanlage in der Brentanostraße und der „Brentanoklub“ wurden gegründet. Miteinander leben und dabei selbstständig bleiben, war dabei das Ziel. In diesem Jahr werden die 40 Jahre gelebtes Miteinander gefeiert.

Wer sich informieren will, wie das damals zustande kam, dass Pfarrer Ernst Schäfer, der damalige Vorsitzende des Evangelischen Gemeindeverbandes (heute Evangelischer Regionalverband), die Aktionsgemeinschaft Westend, (AGW), Oberbürgermeister Willi Brundert (1912–1970), Architekt Otto Fresenius, der damalige Leiter des Städtischen Wohnungsamtes und viele andere das Neue wagten, kann sich wenden an: www.diakonischeswerk-frankfurt.de Brentanoklub: 069/723060.

Da ist er wieder: der verschwundene Turm.

Foto: Oeser

Leserbrief zum Artikel „Beste Freunde – für wenige Jahre oder für immer“ (SZ 1/2017, Seite 8)

Gertrud Backes erinnert sich: „Heute, mit 86 (geb. 1. März 1931) habe ich keine Freundschaften, die in die Hunderte gehen, wenn ich aber zurückblicke, dann kommt doch eine schöne Zahl zusammen. Die erste Freundschaft mit Klara im Kindergarten brachte auch eine der ersten Erfahrungen fürs Leben mit sich. Die Aufgabe war, ein rechteckiges Blatt zu einem Fächer zu falten.

Foto: Oeser

Klara ... bat mich, ihr zu zeigen, wie ich das gemacht habe und später brachte sie mich dazu, auch ihr Blatt zu falten ... Mittlerweile hat die Kindergärtnerin ... die Werke begutachtet. ... Klaras Fächer wurde gelobt ... – und meiner? ‚Na der sieht aber nicht sehr schön aus, da kannst du dir bei Klara was abschauen‘, ... hörte ich die Kindergärtnerin sagen. Klara sagte nichts und ich war auch still, innerlich sicher etwas traurig. Das war die erste Erfahrung, dass Freundschaft auch etwas aushalten muss, ...

In der Schule sitzt man natürlich mit der besten Freundin in einer Bank, lässt abschreiben oder fragt sie, macht die Hausaufgaben zusammen, ehe es zum Spielen nach draußen geht. Wir wohnten in einer Stadt, die viele Möglichkeiten zu Abenteuern bot, nicht allzu groß, so war man schnell in den Feldern – Maisfelder waren am interessantesten – oder am Fluss, wo wir im Freibad (auf Ponton-Fässern) schwimmen lernten ... Auch viele Abenteuer gab es zu bestehen, wenn wir im Ried, mit Eimer und Kescher bewaffnet, für die Enten der Nachbarin ‚Linsen‘ holten und so mancher Blutegel unsere Beine als ‚Tankstelle‘ benutzte.

Dann kam 1941 der Krieg auch zu uns ins Banat (ehemaliges Jugoslawien), und für uns begann die ‚reichsdeutsche‘ Zeit ... mit Wanderungen ... Freizeitlagern ... Sing- und Spielnachmittagen. Allerdings verschärften sich in den nächsten drei Jahren die Lage und das Verhältnis zur serbischen Bevölkerung, sodass es 1944 zur Flucht nach Deutschland kam.

Passau, die erste deutsche Stadt, die engen Gassen wirkten bedrückend. Da wir Schulkinder mit unseren Lehrern nach Deutschland kamen, waren wir danach – ja nach Kriegslage – ein Jahr in verschiedenen ‚KLV‘-Lagern (Kinderverschickungslagern) bis zum Kriegsende zusammen. Mit der besten Freundin von damals bin ich heute noch in reger Verbindung, obwohl sie seit Langem in Wien lebt.

Die Zusammenführung mit Mutter und Brüdern brachte uns nach Niederbayern, nach Deggendorf, da waren die alten Freundinnen weg, und in der neuen Schule wurden neue Freundschaften geschlossen. Im Gymnasium waren wir ein ‚Sixpack‘, immer drei Bänke hintereinander, die eine ein Ass in Mathe und Physik, die andere liebte die Chemie, die nächste Sport und Sprachen, wir waren ein gutes Team. Schwimmen in der Donau, Radtouren, Wanderungen und Zelten am Arbersee, was seinerzeit noch erlaubt war. Trotz der kargen Nachkriegszeit und Flüchtlingsschicksal eine schöne Zeit.

Der Übergang ins Berufsleben brachte wieder Trennungen und neue Freundschaften, doch einige ‚alte‘ überlebten trotz der räumlichen Trennung, nicht zuletzt durch die Teilnahme an den Klassentreffen. Da ein Studium für mich nicht möglich war, ich nach der Handelsschule nicht gleich Arbeit fand, habe ich 1950/51 die Möglichkeit zu einem Jahr ‚au pair‘ in der Schweiz am schönen Genfer See genutzt, um Französisch zu lernen. Beim sonntäglichen Kirchgang wieder neue Freundinnen gewonnen, mit denen es wöchentlich ein Treffen bei Frau Pfarrer gab, die die Mädchen zum fröhlichen Beisammensein einsammelte, nicht zuletzt um bei einigen vom Heimweh etwas abzulenken.

Später im Beruf da und dort Kolleginnen, mit denen die eine oder andere Verbindung bis heute geblieben ist, auch wenn mit einigen keine persönlichen Begegnungen oder gemeinsame Reisen wie in früheren Jahren mehr möglich sind, weil nicht mehr so mobil oder in aller Welt verstreut, so telefonieren wir doch oder schreiben uns. Es ist immer schön, Erinnerungen auszutauschen, und so kann ich sagen, dass mir in all den langen Jahren – kurz durchgezählt – immerhin noch so an die zehn Freundinnen erhalten geblieben sind, die auch helfen, wenn es nötig ist. Dabei ist es eben günstig, wenn die meisten jünger sind.“

Klassenkameraden gesucht

Man schrieb wahrscheinlich das Jahr 1939 oder 1940. Unser Foto zeigt eine Mädchenschulklasse in? Wer mehr über diese Klasse weiß oder sogar Mitschülerinnen erkennt, wendet sich damit bitte an Kurt Henkel, Waldschmidtstraße 6, App. 6010, 60316 Frankfurt, Telefon 069/40 58 50. *red*

Leserbrief zu „Nebenan Kontakte knüpfen“ SZ 1/2017, S.14

Sehr geehrte Damen und Herren,

In Ihrem Text wird ein Online-Portal vorgestellt.

Bei unserer Initiative handelt es sich aber um eine offene Gruppe, die sich real trifft, die Gelegenheiten schaffen will, sich kennenzulernen und den Stadtteil zu beleben. Wir machen eigene Angebote und die Angebote von anderen Veranstaltern in Eschersheim bekannt. Dazu geben wir jeden Monat einen Veranstaltungskalender heraus, den wir in Schaufenstern aushängen und auf unserer Homepage (www.liebenswertes-eschersheim.de) bekanntgeben.

Wir wollen über Verbesserungen im Stadtteil nachdenken und so weit wie möglich an deren Umsetzung mitwirken. Weltanschaulich und politisch sind wir unabhängig und offen für alle. Bei unserer Arbeit lernen wir uns auch persönlich kennen und es kommt entsprechend auch zu persönlichen Kontakten und Unternehmungen.

Foto: privat

Die Initiative entstand 2013 aus dem Forum Älterwerden in Frankfurt. Unser Treffpunkt ist in der Fontanestraße 1 an jedem 4. Mittwoch um 19 Uhr. An jedem 2. Donnerstag gibt es einen Dämmerschoppen in wechselnden Eschersheimer Lokalen.

Mit freundlichem Gruß
Barbara van de Loo, Teilnehmerin seit Beginn

Die Frankfurter Altsportler laden ein

Foto: privat

Die Frankfurter Altsportler freuen sich über Interessenten.

Seit 1948 gibt es die Frankfurter Altsportlervereinigung, gegründet vom ehemaligen Sportjournalisten der Frankfurter Rundschau, Bert Merz. Viermal im Jahr treffen sich die ehemaligen Ruderer, Schwimmer, Turner, Handballer, Fußballer und Radfahrer in Sachsenhausen zum Äppelwoi im „Klaane Sachsenhäuser“. Meist wird ein Referent zu aktuellen Sportthemen eingeladen. Die Weihnachtsfeier findet im Rudererdorf bei der Oberräder Rudergesellschaft statt. Dabei kommt für die alljährliche Schlappekicker-Sammlung der Frankfurter Rundschau immer eine ordentliche Summe zusammen. Einmal im Jahr unternehmen die Altsportler und Altsportlerinnen eine Busfahrt. Zurzeit zählen sie 110 Mitglieder.

Wer bis jetzt noch nicht von den Ehemaligen den Weg zu den Sportlerinnen und Sportlern gefunden hat und Interesse hat, ist herzlich willkommen. Kontakte: Norbert Leutz, Vorsitzender, Telefon 069/39 52 16 und August Seck, Kassenwart, Telefon 06171/216 37. *Josef Ullrich*

Lesergedicht von Karin Breitner (77 Jahre) aus Wehrheim zum Schwerpunktthema „Freundschaft“

Der Freundin Sieglinde

Und wieder ging ein schöner Tag zu Ende,
friedlich und von Sorgen los.
Du legst meine sanft in deine Hände,
Und ich fühl unsre Freundschaft, sie ist groß.

Du sprichst von Sonnenschein und Lachen,
von jener Milde, die uns hält!
Was aber dann, wenn alle diese Sachen
einmal vergehn in dieser Welt?

Laß uns nicht heute daran denken,
denn schöner war noch nie die Zeit!
Laß uns getrost auch andern Liebe schenken:
noch ist das Alter sehr, sehr weit.

Laß uns gemeinsam alles tragen,
Freude und Glück, auch Schmerz und Leid.
Gewinnen ja auch wir in schweren Tagen
an Größe mit der Zeit.

Laß uns gemeinsam, wenn wir das gefunden,
nur stets das Gute tun, im Ernst, im Spiel!
Dann kennen wir nach all den vielen Stunden
den Weg zum wahren Ziel.

Foto: privat

Essen auf Rädern

Preis 5 Euro zuzüglich Anlieferungspauschale von 1,50 Euro

Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband Mittelhessen, Rhönstraße 12, 63071 Offenbach
Telefon 069/985 44 49 11, Fax 069/985 44 49 15

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt, Florianweg 9, 60388 Frankfurt am Main
warmes Essen: Telefon 069/30 05 99 91,
Tiefkühlkost: Telefon 06109/30 04 29

Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/30 05 99-92, Fax 069/30 05 99-96

Hufeland-Haus Bergen-Enkheim, Riederwald, Seckbach, Bornheim, teilweise Nordend und Ostend
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 069/470 43 44, Fax 069/470 43 15

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

Anzeige

Menü SERVICE

Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus!

- Leckere Menüs ins Haus gebracht
- Große Menüauswahl, dazu Desserts und Kuchen
- Wertvolle Ernährung zum Wohlfühlen, auch für Diäten

Jetzt unverbindlich beraten lassen!

Im Auftrag von
Deutsches Rotes Kreuz
DRK Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.
Tel.-Nr. 069-30059991
Menüservice apetito AG · Bonifatiusstr. 305 · 48432 Rheine

Seniorenrestaurants

Preis 5 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

Bockenheim Pflegeheim Bockenheim
Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-619, Fax 069/29 98 07-648
U 6 Richtung Heerstraße, U 7 Richtung Hausen, Haltestelle Kirchplatz
Öffnungszeit: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Eckenheim Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-218, Fax 069/29 98 07-216
U 5 Richtung Preungesheim oder Bus Nr. 34 Richtung Bornheim-Mitte, Haltestelle Marbachweg/Sozialzentrum
Öffnungszeit: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Ostend Nachbarschaftszentrum Ostend
Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main
Telefon 069/43 69 45, Fax 069/43 69 72
Straßenbahn Linie 14, Haltestelle Waldschmidtstraße
Öffnungszeit: Mo–Fr 12 bis 14 Uhr
(Essensausgabe 12 bis 13 Uhr)

Praunheim Pflegeheim Praunheim
Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-744
U 6 bis Endstation Heerstraße und Bus Nr. 60 Richtung Heddernheim, Haltestelle Graebestraße
Öffnungszeit: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Rödelheim Sozial- und Reha-Zentrum West
Alexanderstraße 92–96, 60489 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 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 bis 13.30 Uhr

Sachsenhausen Bürgermeister-Gräf-Haus
Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/603 21 05
Bus Nr. 36 Richtung Hainer Weg oder Bus Nr. 47 vom und zum Südbahnhof, Haltestelle Wendelsplatz
Öffnungszeit: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Seckbach Hufeland-Haus
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 069/47 04-344, Fax 069/470 43 15
Bus Nr. 38 Richtung Atzelberg oder Bus Nr. 43 Richtung Bergen oder Bornheim Mitte, Haltestelle Hufeland-Haus
Öffnungszeit: Mo–Fr 8 bis 16 Uhr,
Sa 11.30 bis 16 Uhr, So 11.30 bis 17 Uhr

Sossenheim Victor-Gollancz-Haus
Kurmainzer Str. 91, 65936 Frankfurt am Main
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-453
Bus Nr. 55, Haltestelle Eltviller Straße
Öffnungszeit: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Sondersprechstunden im Rathaus für Senioren

Termine 2. Quartal (April bis August) – ohne Anmeldung

Sprechstunde Hörverlust im Alter – 13 bis 15 Uhr
Horst Buchenauer/Deutscher Schwerhörigenbund
8. Mai, 3. Juli

Sprechstunde Gedächtnisverlust im Alter – 9 bis 11 Uhr
Ruth Müller, Diplom-Psychologin
24. April, 15. und 29. Mai, 19. Juni, 3., 17. und 31. Juli

Sprechstunde Sehverlust im Alter – 13 bis 15 Uhr
Cintia Spellmeier, Diplom-Sozialpädagogin
15. Mai, 3. Juli, 14. August

Rathaus für Senioren
Hansaallee 150, 60302 Frankfurt, Haltestelle Dornbusch
Erdgeschoss, Raum 14
telefonische Auskunft zu den Sprechstunden:
Leitstelle Älterwerden, Telefon 069/212-393 43.

Anzeige

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim
Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt
Telefon 069/77 52 82

Sicher und selbstbewusst im öffentlichen Raum. Kurs – Umgang mit Gewalt und Aggression im Alltag für Menschen 60+ mit Jerome Gravenstein und Achim Winter (ZDF)
Donnerstag, 20. April, 10 bis 11.30 Uhr,
Kosten 10 € für fünf Termine (weitere Termine: 27. April, 4. Mai, 11. Mai und 18. Mai)

Ballroom-Line Dance - Standard-Tanz-Figuren in Reihe und ohne Tanzpartner mit unserer Tanzlehrerin Waltraut Kruse
Montag, 24. April, 15 bis 15.45 Uhr, Kosten 3 €

Eigene Trauer – fremde Trauer
Darstellung und Gespräch zum Thema „Trauer erleben und verarbeiten" mit Cläre Kunze
Montag, 19. Juni, 18.30 bis 19.30 Uhr, Kosten 5 €

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim/Ostend
Rhönstraße 89, 60385 Frankfurt, Telefon 069/44 95 82

Großmutters Suppen-Topf
Mit wechselnden Angeboten, immer am letzten Montag im Monat. Rufen Sie uns an!
Montag, 24. April, 10 bis 14 Uhr, Kosten zwischen 3,50 € und 4,50 € (weitere Termine: 29. Mai und 26. Juni)

„Kleine Hilfe – große Wirkung"
Wir möchten Senioren und Seniorinnen mit gesundheitlichen Einschränkungen unterstützen
Termin nach Vereinbarung

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung
Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt, Telefon 069/299 80 72 68

Heitere Deutschlandreise mit Musik und guter Laune von der Nordsee bis zum Alpenrand mit den Höchster Silberdisteln
Mittwoch, 10. Mai, 15.30 Uhr, Kosten 5 €

Nachbarschaftsfest mit Thorsten Schmitz alias „Big T" auf unserer Terrasse
mit guter Musik zum Genießen und Tanzen, leckerem selbst gebackenem Kuchen, sommerlicher Bowle, Leckereien vom Grill und interessanten Informationsständen
Freitag, 23. Juni, 14.30 bis 18 Uhr, Verzehrkosten

Internet, Tablet, Notebook, Smartphone im Alltag – wir zeigen Ihnen, wie es geht.
Persönliche Beratung zu Anwendungen, Hard- und Software, Anschluss, Verträge, Netzwerk etc. – Computerwissen auffrischen und Basiswissen vertiefen. Auch als individueller Computerkurs buchbar – legen Sie Ihre persönlichen Lernziele mit uns fest! 4 x 2 Stunden (1 x Einzelstunde, 1 x Übungsstunde), Anmeldung zur Terminvereinbarung erforderlich, Kosten 35 €

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim
Alt-Fechenheim 89, 60386 Frankfurt
Telefon 069/97 69 46 92

„Der Pizzamörder" aus der Reihe „Dinner à la Mord"
mit Sabrina Faber (Sprecherin/Gesang) und Hans-Josef Rautenberg (Sprecher/Autor)
Verfolgen Sie in gemütlicher Atmosphäre die Jagd nach dem Pizza-Mörder
Samstag, 29. April, 18 Uhr, Kosten 29 €

Demenz Partner werden – Demenz-Basiskurs mit Sybille Vogl
Informationen und Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz. Die Betroffenen brauchen eine sensible Nachbarschaft und Umgebung (siehe Bericht auf Seite 44)
Dienstag, 30. Mai, 10 bis 11.30 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus
Frankenallee 206–210, 60326 Frankfurt
Telefon 069/738 25 45

Nachkriegskindheiten – entbehrungsreiche Hungerjahre!
mit Elke Jatzko
Donnerstag, 22. Juni, 16 bis 17 Uhr,
Kosten 2,50 € zzgl. Verzehrkosten

Tagesfahrt nach Würzburg
Freuen Sie sich auf eine Stadtrundfahrt mit dem „City Train"
Donnerstag, 20. April, 10 Uhr, Kosten 23 € für Busfahrt und Fahrt mit dem City Train zzgl. Verzehrkosten

Anzeige

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim
Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt,
Telefon 069/57 71 31

Aktivsein für eine enkelsichere Zukunft
Nachbarschaftliches und klimaschonendes Handeln vor Ort. Vortrag von Imke Eichelberg (Transition Town Frankfurt e.V.)
Donnerstag, 22. Juni, 15 bis 17 Uhr, Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst
Bolongarostraße 137, 65929 Frankfurt,
Telefon 069/31 24 18

Fotos sortieren und bearbeiten unter Windows 10
Geeignete Programme, Sortierfunktionen, Bildbearbeitungswerkzeuge
Mittwoch, 19. April, 9.30 bis 12.30 Uhr, Kosten 2 x 3 Std. 35 €

Marienkäferchen – Hobbydichter Winfried Raddaz stellt seine humorvolle und romantische Lyrik vor
Montag, 15. Mai, 16 Uhr

Theaterprojekt: BusStop
Kooperation mit PakBann e.V. und dem Bunten Tisch Höchst Miteinander, Szenen zu Alltagsrassismus, Vorurteilen und dem alltäglichen Wahnsinn, Treffpunkt: Neues Theater Höchst, Emmerich-Josef-Straße 46
Sonntag, 11. Juni, 19 Uhr, Kosten 10 €

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein
Tränkweg 32, 60529 Frankfurt, Telefon 069/666 77 93

Hofgut-Schwof bei Kerzenschein
Live-Musik von Herrn Ratz
Donnerstag, 27. April, 17 bis 20 Uhr,
Kosten 2,50 € zzgl. Verzehrkosten

Kammermusik der Klassik und Romantik mit dem Lithos-Ensemble
Neue Reihe: Kultur im Stadtteil
Samstag, 13. Mai, 15 Uhr, Spende erbeten

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach
Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt
Telefon 069/36 60 38 27

Sounds und Songs mit Cocktails
Gitarrenklänge von dem Gitarrenduo „High Tension"
Freitag, 28. April, 18 bis 20 Uhr,
Kosten 3 € Unkostenbeitrag, zzgl. Verzehrkosten

„Sommerfeeling" Wir feiern!
Musikalisch begleitet von dem beliebten Musiker SAM
Dienstag, 27. Juni, 15 bis 18 Uhr,
Verzehrkosten, Kuchen- und Flohmarktspenden sowie Beiträge sind erwünscht

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

Veitshöchheim – eine ehemalige Sommerresidenz der Fürstbischöfe von Würzburg
Mittwoch, 10. Mai, 9.15 Uhr, Kosten 22 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Bad Wimpfen – ein romantisches Städtchen am Neckar
Mittwoch, 28. Juni, 8.45 Uhr,
Kosten 19 € Fahrpreis (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim – Auguste-Oberwinter-Haus
Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt, Telefon 069/78 00 26

Die Rödelheimer Stolpersteine: Rundgang mit Oberbürgermeister Peter Feldmann und Buchvorstellung
Ein Spaziergang durch den Stadtteil mit dem Oberbürgermeister und Hartmut Schmidt von der Initiative „Stolpersteine in Frankfurt". Um 14.45 Uhr Buchvorstellung „Stolpersteine in Frankfurt"
Sonntag, 28. Mai, 12.45 bis 15.45 Uhr

Führung zu „Frauenorten" in Frankfurt
Sabine Börchers, Autorin des Buches „101 Frauenorte", führt uns durch die Altstadt zu Häusern und Plätzen, an denen Frauen wirkten.
Mittwoch, 28. Juni, 13.45 bis 16.30 Uhr,
Kosten 4 € zzgl. RMV-Anteil

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen – West / Riedhof
Mörfelder Landstraße 210, 60598 Frankfurt
Telefon 069/631 40 14

Original Hamburger Fischmarkt in Aschaffenburg
Donnerstag, 27. April, 10 bis 19 Uhr,
Kosten 35 € inkl. Fahrt, Schiffsrundfahrt, Kaffee und Kuchen

Tanz in den Mai
Ritter Hannes sorgt für Stimmung und Live-Musik!
Sonntag, 30. April, 19 Uhr bis open End,
Kosten 8 € inkl. Eintritt und einem Getränk

Er sucht Sie – Sie sucht Ihn. Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.
Kennenlern-Tanz-Party 60+
Freitag, 2. Juni, 16 bis 20 Uhr, Kosten 3,50 € Eintritt

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen Maintreff
Walter-Kolb-Straße 5–7, 60594 Frankfurt
Telefon 069/29 98 07 22 95

Erlebnistanz
Eine Vielfalt an Tanzformen als Gruppe tanzen.
Jede/r ist eingeladen, mitzumachen.
Dienstag, 25. April, 17.30 bis 18.30 Uhr, Kosten 2 €

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst
Gebeschusstraße 44, 65929 Frankfurt, Telefon 069/31 75 83

Flohmarkt „Am Bunker" in Höchst
Samstag, 13. Mai, 8 Uhr, Ettighausenplatz (neben dem Wochenmarkt)

Radtour zur Käsmühle in Offenbach
unterwegs mit der Fahrradgruppe der SIH.
Treffpunkt Fähre Höchst. Montag, 15. Mai, 10 Uhr

Anzeige

Netzwerk pflegeBegleitung

Wir hören pflegenden Angehörigen zu, suchen gemeinsam nach Entlastung und bieten Unterstützung! Kontaktieren Sie uns!

pflegeBegleiter-Initiative Frankfurt
Telefon: 069/78 09 80 • Mobil: 0176/75 45 61 91
E-Mail: pflegebegleiter@frankfurter-verband.de

pflegeBegleiter-Infoladen in Bockenheim
Friesengasse 7 • 60487 Frankfurt am Main
Information und Begleitung in verschiedenen Sprachen.

Die Westendsynagoge
Besuch und Führung
Mittwoch, 7. Juni, 15 bis 16.30 Uhr, Freiherr-vom-Stein-Straße 30, Spende erwünscht

„Lachen ist die beste Medizin"
Sketche, Lieder, Gedichte aus unserer Hausapotheke
Dienstag, 20. Juni, 15 Uhr, Kosten 4 € (Frankfurt-Pass-Inhaber zahlen 2 €)

Begegnungszentrum Flörsheimer Straße
Flörsheimer Straße 16, 60326 Frankfurt
Telefon 069/36 60 62 97

Gedächtnistraining mit Ute Fey (Bundesverband Gedächtnistraining e. V.) mit Spaß und kreativen Übungen das Gedächtnis trainieren
Termine: 10. Mai und 7. Juni, 11.15 bis 12.15 Uhr,
Kosten 5 € pro Termin. Einstieg jederzeit möglich.

Begegnungszentrum Ginnheim
Ginnheimer Landstraße 172–174 (Eingang im Hof),
60431 Frankfurt
Telefon 069/52 00 98

„Easy English" mit René Scholz
Aufgrund der hohen Nachfrage starten wir „Easy English". Wir hören zu, wir sprechen langsam, wir haben Spaß. Einfach vorbeikommen und mitbabbeln.
Freitag, 21. April, 14 bis 15 Uhr,
Kosten 3 € zzgl. Verzehrkosten

Anzeige

Bestattungsvorsorge: Wir beraten Sie.
Es ist sehr wichtig, die persönlichsten Dinge selbst zu regeln. Wir informieren Sie über die Möglichkeiten.

PIETÄT GÜNTHER SCHELL GMBH
Mitglied im Bestatterverband Hessen e.V., Fachgeprüfte Bestatter
www.Pietaet-Guenther-Schell.de
info@Pietaet-Guenther-Schell.de
Frankfurt am Main
Tel. 789 43 45

Rechtzeitige Informationen über notwendige Maßnahmen helfen, Sie vor späteren Fehlentscheidungen zu bewahren. Vertrauen Sie unserer Facherfahrung, wir führen mit Ihnen ein persönliches und vertrauliches Gespräch in unseren Räumen oder auf Wunsch bei Ihnen zu Hause nach Terminvereinbarung.

Erd-, Feuer - und Urnen-Seebestattungen
Überführungen im In- und Ausland
Zuverlässige Erledigung aller Formalitäten

Begegnungszentrum Hausen
Hausener Obergasse 15a, 60488 Frankfurt
Telefon 069/789 27 38

„Wie lösche ich einen Brand?"
mit Hans Herrmann Müller (ehem. Berufsfeuerwehrmann)
Dienstag, 23. Mai, 14.30 Uhr, Kosten Waffeln/Kaffee und Vortrag 5 €, nur Vortrag 2 €

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad
Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt
Telefon 0152/22 66 22 99

Frau Schwalba von der Polizei informiert!
Sicher unterwegs als Fußgänger – auch mit Handicap und Rollator
Dienstag, 9. Mai, 15 bis 17 Uhr,
Kosten 3 € für Gäste (inkl. Kaffee und Kuchen)

Begegnungszentrum Praunheim
Heinrich-Lübke-Straße 32, 60488 Frankfurt
Telefon 069/76 20 98

Brunchen uff hessisch
Die Küche Hessens hat viel Kulinarisches zu bieten.
Probieren Sie es aus! Donnerstag, 11. Mai, 10 Uhr, Kosten 5 €

Begegnungszentrum Riederwald
Am Erlenbruch 26, 60386 Frankfurt
Telefon 069/42 24 44

Ein zauberhafter Abend mit Ragas (klassischer indischer Musik)
Bekannte Musiker aus Kalkutta entführen uns mit Gesang, Sarod und Tabla auf eine musikalische Reise nach Indien
Freitag, 21. April, 19 Uhr,
Spende erbeten + Verzehrkosten

Begegnungszentrum Sossenheim
Toni-Sender-Straße 29, 65936 Frankfurt
Telefon 069/34 68 94, Dienstag 10 bis 12 Uhr

Neue Pflegegrade, neue Begutachtung – wird alles besser?
Vortrag mit Dipl.-Jur. Inez Hützler der Pflege-Begleiter-Initiative Frankfurt
Mittwoch, 12. April, 16.30 bis 18 Uhr

„Begegnungszentren bei Kerzenschein"
Ende April beteiligen sich 14 Zentren sowohl Begegnungs- und Servicezentren als auch Begegnungszentren des Frankfurter Verbands bei einer ersten gemeinsamen Aktion „Begegnungszentren bei Kerzenschein".
Gäste werden zu einem vielfältigen Programm zur Abendstunde eingeladen: zum Krimi-Diner, Tanz in den Mai, Sounds & Songs mit Cocktails und kulinarischen Angeboten wie Kroatisches Abendessen oder Eritreisches Essen mit Begegnungen und mehr. Der Name für die Reihe „Kerzenlicht" steht für die Abendzeit und den stimmungsvollen und kommunikativen Charakter der Veranstaltungen.
Nähere Informationen erteilt Klaus Baumgarten vom Begegnungs- und Servicezentrum Höchst unter der Telefonnummer 069/31 24 18. *red*

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Bürgerinstitut, Oberlindau 20, 60323 Frankfurt
Information und Anmeldung unter Telefon 069/97 20 17-40
oder per E-Mail: treffpunkt@buergerinstitut.de
Bitte immer anmelden.

„Eigentlich hätte ich schon vor 10 Jahren tot sein sollen"
Vortrag von Dr. Dieter Nittel. Der Vortrag thematisiert das Erleben und das Lernverhalten von Menschen in der Lebensendphase. Welche Bildungs- und Veränderungsprozesse machen Menschen in den letzten Tagen und Stunden ihrer Existenz durch? Inwieweit wird der sonst vorherrschende Zukunftsbezug durch den Vergangenheitsbezug ersetzt? Haben Menschen in dieser Phase auch ein Recht auf Nichtlernen? Inwieweit muss die pädagogische Begleitung von Menschen in der Lebensendphase von übertriebenen Ansprüchen entkernt werden?
Donnerstag, 13. April, 18 Uhr, 8 €

Live Music Now
Chansons mit Benedikt Fox (Klavier) und Theresa Winterer (Gesang)
Das junge Chanson-Duo „Winterer & Fox" will das Genre Chanson einem breiteren Publikum präsentieren. Ihr Repertoire erstreckt sich von deutschen Chansons aus dem 20. und 21. Jahrhundert bis hin zu französischen Chansons von Edith Piaf. Im Oktober 2014 gaben Winterer & Fox mit dem Programm „Eine Katastrophe!" ihr Debüt im internationalen Theater Frankfurt.
Donnerstag, 20. April, 18 Uhr,
kostenfrei, um eine Spende wird gebeten.

Henning von Vieregge „Der Ruhestand kommt später. Neustart mit 60"
Vortrag und Diskussion. Nie gab es so viele 50-jährige Geburtstage wie 2014: Nach den 68ern fragen sich nun die Babyboomer, zumeist erfolgreich, rundum abgesichert, bruchlos und glücksverwöhnt: Was dann? Darauf gibt es keine Patentantwort, aber es gibt Erfahrungen, die anregen. Lassen Sie uns darüber reden!
Freitag, 28. April, 18 Uhr
kostenfrei – um eine Spende wird gebeten

Frankfurt liest ein Buch 2017
Herbert Heckmann, „Benjamin und seine Väter" , in sechs Teilen (drei Lesungen und drei Spaziergänge, Veranstalter: Lesefreuden – Bürgerinstitut)
Erste Lesung:
Teil 1: Die junge Anna bekommt 1919 einen Sohn. Der Vater ist weiß Gott wo, die Eltern weisen ihr die Tür. Ihr Chef, der 57-jährige Junggeselle Rechtsanwalt Dr. Fritz Bernoulli, genannt Jonas, gibt ihr eine Wohnung in seinem Haus Bergerstr. 57 und wird ein väterlicher Freund für Mutter und Kind.
Mit Sibylle Kempf, Carola Volkmann und Gustav Pressel
Donnerstag, 27. April, 17.30 Uhr, 3 €

Erster Spaziergang mit den Lesefreuden
Teil 2: Das Kind soll Benjamin Fritz heißen. Die Taufe ist in St. Josef, Bornheim und Jonas ist der Pate. Ganz wie ein stolzer Vater fühlt er sich. Das Kind kann ins Leben wachsen.
Mit Edelgard Börger und Maria Niesen
Samstag, 29. April, 15 Uhr
Treffpunkt U 4, Höhenstraße – Spaziergang zu den Schauplätzen
kostenfrei– um eine Spende wird gebeten

Zweiter Spaziergang mit den Lesefreuden
Teil 3: Go WEST! „Mein Vater ist in Amerika." Wo ist Amerika? Im Westen, Richtung Taunus. Benjamin macht sich mit seinem Freund Klaus, einer Hartwurst und einem Fernrohr auf den Weg. Sie kommen immerhin bis zur Hauptwache.
Mit Ricarda Grünberg und Maria Niesen
Sonntag, 30. April, 15 Uhr
Treffpunkt U4, Merianplatz – Spaziergang zu den Schauplätzen
kostenfrei – um eine Spende wird gebeten

Dritter Spaziergang mit den Lesefreuden
Teil 4: Benjamin, Gogo, Franz und Popel graben nach Gold. Allerlei Abenteuer in der Friedberger Anlage. Benjamin sucht immer noch seinen Vater. „Wetten, dass er größer, schöner, klüger ist als deiner?"
Mit Edelgard Börger und Maria Niesen
Montag, 1. Mai, 15 Uhr
Treffpunkt Bethmannpark, Eingang Berger Straße – Spaziergang zu den Schauplätzen
kostenfrei – um eine Spende wird gebeten

Zweite Lesung:
Teil 5: Seiltanz, Zirkus, Nachtwandeln und Mutproben. „Nein Mama, dein Freund Oskar wird nie und nimmer mein Vater!" Benjamin verliert seine Mutter bei einem Verkehrsunfall, lernt seine Großeltern kennen.
Mit Heidrun Freudenberger, Ursula Wittmütz und Arnfried Saddai
Montag, 1. Mai, 17 Uhr, 3 €

Dritte Lesung:
Teil 6: Benjamin zieht zu Jonas. Dieser adoptiert ihn – da können Benjamin jetzt alle möglichen Väter gestohlen bleiben. Jonas zelebriert sein „letztes Mahl", „Die Wohltat des Löffels" und stirbt. Benjamin zieht bis zum Abitur zu Dr. Schneeberger. Max rettet sich nach Amerika. Benjamin ist ein erwachsener junger Mann und allein.
Mit Bettina Buggle, Elke Jatzko und Ricarda Grünberg
Donnerstag, 4. Mai, 17 Uhr, 3 €

„Ich träumte von bunten Blumen, so wie sie wohl blühen im Mai …"
Hiltrud Beck über Schubert, Teil II
2017 ist Schubert-Jahr, über 600 Lieder hat der Frühvollendete komponiert.
Dienstag, 9. Mai, 14.30 Uhr, 5 €

Besuch der Westendsynagoge:
Mit der Kulturwissenschaftlerin Petra Schwerdtner
Die Westendsynagoge, 1908 bis 1910 erbaut, blieb als einzige der vier großen Synagogen der Stadt erhalten.
Zwar war sie durch die Pogromnacht und die Bombenangriffe des Zweiten Weltkriegs stark beschädigt, aber ein provisorischer Wiederaufbau stellte das Gotteshaus mit Jugendstilelementen und assyrisch-ägyptischen Anklängen in den 50er Jahren wieder her. Wir sind zu Gast in der Synagoge, bekommen Einblicke in den inzwischen original rekonstruierten Bau und in das jüdische Leben der Stadt.
Donnerstag, 11. Mai, 14.30 Uhr, 8 €
Treffpunkt: Freiherr-vom-Stein-Straße 30–32, am Eingang der Synagoge, nur mit Anmeldung

Die Frankforder Sing- un Babbelshow
In seiner kleinen Mundartshow präsentiert der Frankfurter Mundartdichter und Liedermacher Rainer Weisbecker auf unterhaltsame Weise traditionelle und zeitgenössische Frankfurter Mundart.
Für die Gäste aus anderen „Sprachregionen" gibt es im Laufe des Programms erkenntnisreiche und humorvolle Erläuterungen zum Frankfurter Dialekt.
Donnerstag, 11. Mai, 15 Uhr, 5 €

Lebensgemeinschaften
Die Frankfurter Künstlerin Beatrice Weineck beschäftigt sich hauptsächlich mit Tieren und ihren Beziehungen zu Menschen. Sie malt und fotografiert.
Die Künstlerin ist bei der Vernissage anwesend.
Freitag, 12. Mai, 18 Uhr Vernissage
Anmeldung bis spätestens 5. Mai, kostenfrei
treffpunkt@buergerinstitut.de oder 069/97 20 17-40

Zum 20-jährigen Jubiläum des Projekts „Lesefreuden"
Renate Traxler liest Brecht und die Frauen
„Er ist so treu, der Herr Brecht, leider zu so Vielen!"
Wenn es darum ging, Gattin oder Geliebte zu beruhigen, so wurde aus dem Weltveränderer ein ganz normaler Durchschnittsbürger.
Im Exil ab 1933 wird er seine wichtigsten Werke schreiben. Die Aufgaben seiner Ehefrau dagegen – die bedeutende Schauspielerin Helene Weigel – bestehen ausschließlich darin, ihm eine neue Heimat zu schaffen, die gemeinsamen Kinder großzuziehen, seine Nebenfrauen jeweils zu integrieren und bayerische Gerichte zu kochen.
Um Anmeldung wird gebeten, spontane Besuche sind möglich, allerdings ohne Gewähr bei kurzfristiger Änderung: Donnerstag, 18. Mai, 15 Uhr, 3 €

Camp King in Oberursel mit Sylvia Struck.
Erkunden Sie die Geschichte des Camp King von 1933 bis 1993 und erfahren Sie dabei Details zur Geschichte Deutschlands aus dieser Zeit.
Mittwoch, 31. Mai, 14 Uhr, 5 €
Treffpunkt: Restaurant „Waldtraut" an der U-Bahnstation Hohe Mark (U3) um 13 Uhr
Danach fahren wir um 14 Uhr gemeinsam mit der U-Bahn zum Treffpunkt der Führung.

Die Geschichte der Frankfurter Märkte
Führung mit der Historikerin Silke Wustmann. Seit dem Mittelalter erstreckte sich der Frankfurter Wochenmarkt über einen Großteil der Altstadt. Auch heute erinnern noch viele Straßennamen wie Weckmarkt, Kornmarkt usw. daran, dass einst in jeder Gasse nur ein Produkt verkauft wurde. In unserer Führung laufen wir die Wege ab, die die Kundinnen früher zurücklegten, erfahren dabei so einiges über die Ernährungsgewohnheiten der Frankfurter und die kernigen Marktweiber mit ihrem berühmt-berüchtigten Schlappmaul.
Montag, 12. Juni, 14.30 Uhr, Gäste: 8 €
Treffpunkt: Vor dem Haupteingang des Rathauses Römer, Römerberg. Ende: Kleinmarkthalle
Anmeldung und Vorauszahlung bis spätestens 5. Juni: treffpunkt@buergerinstitut.de oder 069/97 20 17-40

Baumspaziergang im Grüneburgpark
mit Gisela Becker. Der Grüneburgpark ist zu allen Jahreszeiten mit seinen Wiesenflächen, den rund 2.600 Bäumen und den Clumps (Gehölzinseln) ein beliebtes Erholungsgebiet. Er ist Landschaftsschutzgebiet und steht als englischer Landschaftspark unter Denkmalschutz. Rund 180 Bäume haben seit 2015 Schilder mit deutschem und botanischem Namen sowie Pflanzjahr erhalten, darunter der älteste Baum, die Sommerlinde von 1822 an der ehemaligen Grüneburg. Die Veranstaltung wird von der Bürgerinitiative Grüneburgpark durchgeführt.
Donnerstag, 22. Juni, 16 Uhr, 3 €
Treffpunkt: Park Café (gegenüber Koreanischer Garten)
Haltestelle Bus 36 und 75, Mitscherlichplatz.
Fußweg 7–10 Minuten August-Siebert-Straße bis Park Café

Trauercafé
Das Trauercafé ist ein Angebot für Trauernde, die einen nahestehenden erwachsenen Menschen verloren haben.
Es findet an jedem 2. Sonntag im Monat in den Räumen des Bürgerinstituts statt. Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenfrei. Ein Vorgespräch ist Voraussetzung zur Teilnahme. Die nächsten Termine in diesem Quartal sind: 9. April, 14. Mai und 11. Juni. Beginn: jeweils 15 Uhr mit einer gemeinsamen Runde und Raum für Austausch untereinander. Wir freuen uns über Spenden. Anette Rehor, Koordinatorin
Telefon 069/97 20 17-35, E-Mail: rehor@buergerinstitut.de

Anzeige

JULEMA
Agentur für Lebensgestaltung im Alter
Inh. Frank Albohn, Diplom-Pflegewirt (FH)

Stundenweise aufsuchende Betreuung und Verhinderungspflege für Menschen mit Hilfebedarf.
Wir sind von der Pflegekasse seit 2005 anerkannt.

Homburger Landstraße 82 · 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/747 31-552 · Mobil 0179/946 59 19
www.julema.de

Hilda-Mobil unterwegs

Das Hilda-Mobil, die mobile Demenzberatungsstelle des Bürgerinstituts, ergänzt die dauerhafte Beratung, die das Bürgerinstitut an seinem festen Standort in der Oberlindau 20, im Frankfurter Westend anbietet.

Unser Beratungsmobil finden Sie in den folgenden Frankfurter Stadtteilen:
Sachsenhausen, Diesterwegplatz vor dem Südbahnhof: 8. Mai, 19. Juni und 24. Juni, jeweils von 14 bis 18 Uhr
Höchst, Wochenmarkt, Melchiorstraße, jeweils am zweiten Dienstag im Monat von 9 bis 13 Uhr
Praunheim REWE-Center, Eugen-Hartmann-Straße 7, jeweils am zweiten Samstag im Monat von 11 bis 15 Uhr
Nord-West-Zentrum, Wochenmarkt, Walter-Möller-Platz, jeweils am letzten Mittwoch im Monat von 10 bis 14 Uhr

Sondereinsatz am 29. Juni von 14 bis 18 Uhr in Bornheim am Uhrtürmchen

Bitte beachten Sie im Programmheft der Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt 2017 die Termine unserer Sondereinsätze.
Witterungsbedingt können Einsätze kurzfristig abgesagt werden.
Evtl. Terminänderungen publizieren wir auf unserer Internetseite unter folgendem Link:
www.buergerinstitut.de/Unsere-Angebote/HILDA-Hilfe-fuer-Menschen-mit-Demenz-und-ihre-Angehoerigen/HILDA-Mobil

Das Beratungsteam des Bürgerinstituts steht vor und im Hilda-Mobil für alle Fragen rund um das Thema Demenz für alle Interessenten offen. Ebenso informieren wir über weitere Themen des Älterwerdens, wie zum Beispiel Vorsorgeberatung, Wohnraumanpassung für Senioren, Besuchsdienste, Hilfen im Alltag, intergenerative Wohnpartnerschaften, den Hospizbereich oder die Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements. Telefonisch erreichen Sie die Mitarbeiterinnen von Hilda unter: 069 / 97 20 17 - 37 oder per E-Mail: albrecht@buergerinstitut.de

Weitere Hilda-Angebote und den Hilda-Informationsfilm finden Sie auf unserer Homepage www.buergerinstitut.de/Hilda

Demenzbotschafter

Die Demenzbotschafter sind eine ehrenamtliche Gruppe ehemaliger und gegenwärtig betroffener Angehöriger, die eng mit den Fachkräften des Arbeitsbereiches Hilda kooperieren. Als Angehörige haben sie Erfahrung mit einem Menschen mit Demenz und bieten telefonische Beratung an unter Telefon 0151-14 82 91 81

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr	112
Giftnotruf	061 31 / 192 40

Bürgertelefon / Infostellen der Sozialrathäuser

Sozialdienste für Bürgerinnen und Bürger in den jeweiligen Sozialrathäusern bieten Beratung und Unterstützung bei Fragen und Problemen aller Lebensbereiche Älterer, Intervention, Konfliktberatung und Krisenbewältigung, Vergabe Frankfurt-Pass, Vermittlung und Koordination von Finanzierungsmöglichkeiten an.

Sozialrathaus Bockenheim	069 / 212-743 04
Sozialrathaus Dornbusch	069 / 212-707 35
Sozialrathaus Gallus	069 / 212-396 59
Sozialrathaus Höchst	069 / 212-455 27
Sozialrathaus Nord	069 / 212-322 74
Sozialrathaus Ost (Standort Bergen-Enkheim)	069 / 212-412 11
Sozialrathaus Ost (Standort Bornheim)	069 / 212-305 47
Sozialrathaus Sachsenhausen	069 / 212-338 11
Rathaus für Senioren, Infostelle	069 / 212-499 11

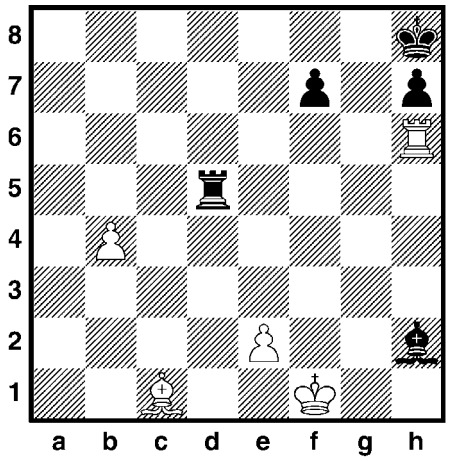
Apothekennotruf (Bandansage)	0800 / 00 228 33
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	069/212-384 28
Behördennummer Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	115
Betreuungsbehörde	069 / 212-499 66
EC-Karten-Sperre in Deutschland	116 116
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	069 / 212-357 01
FES (Hausrat-, Sperrmüll- und Sondermüllabfuhr) kostenfrei	0800 / 20 08 00 70
Hospiz- und Palliativtelefon	069 / 97 20 17 24
Kinder- und Jugendschutztelefon (kostenfrei)	0800 / 201 01 11
Leitstelle Älterwerden	069 / 212-381 60
Mainova-Service	0800 / 114 44 88
Notruf (Gasgeruch, Wasser)	069 / 21 38 81 10
„Not sehen und helfen“	069 / 212-700 70
Pflegestützpunkt Frankfurt	0800 / 589 36 59
Frankfurt hilft - Engagement für Flüchtlinge	069 / 680 97-350
Seniorentelefon	069 / 212-370 70
Senioren Zeitschrift	069 / 212-334 05
Soziale Hilfen für Heimbewohner	069 / 212-499 33
Tagesfahrten / Theatervorstellungen	069 / 212-499 44
Telekom-Auskunft (kostenpflichtig)	118 33
Wohnen und Leben im Alter	069 / 212-706 76
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	018 05 / 60 70 11
Zentrale Heimplatzvermittlung	069 / 212-499 22
Zentrale für Krankentransporte	069 / 800 60 100

ASB (Servicenummer)	069 / 314 07 20
AWO Kreisverband	069 / 298 90 10
Caritas-Verband	069 / 29 82 - 0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Frankfurt	069 / 95 52 62 - 0
Diakonisches Werk für Frankfurt	069 / 247 51 49 - 0
Die Johanniter	0180 / 510 11 99
DRK-Bezirksverband Frankfurt	069 / 719 19 10
Evangelische Telefonseelsorge	0800 / 111 01 11
Fahrgastbegleitservice VGF	069 / 21 32 31 88
Frankfurter Verband	069 / 29 98 07 - 0
Heißer Draht für pflegende Angehörige	069 / 95 52 49 11
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	069 / 15 67-1
Katholische Telefonseelsorge	0800 / 111 02 22
Malteser	069 / 94 21 05 - 0
Notmütterdienst, Familien- und Seniorenhilfe Frankfurt	069 / 951 03 30
Pflegebegleiter Initiative	069 / 78 09 80
Selbsthilfe-Kontaktstelle	069 / 55 94 44
Sozialverband Deutschland	030/ 72 62 22 - 0
VdK-Kreisverband Frankfurt	069 / 436 52 13
Weißer Ring Opfer-Telefon	11 60 06

Denksport

best. Antriebsmaschine	Figur in „Der Zarewitsch"	Pyrenäen-Fluss in Spanien		Rabenvögel		Rhein-Zufluss im Elsass	Zeichen für Thallium		Heidekrautgewächs	ein wenig, ein bisschen		Augenflüssigkeit/ Mz.	
ein Erzengel		französisches Kugelspiel		Name Gottes im Islam						Tretkurbel		Handfeuerwaffen	
							Jägersprache: Schulterstück		Hotelboy				
				Grenzfläche eines Körpers		literaturbewandert							
südostasiat. Zwergbüffel	gasförm. Verbindung		Psyche						südosteurop. Landschaft		engl. Fürwort: wir		
						Oper von Verdi		chem. Verbindungen					
große Räume			Unbeweglichkeit		Abtei in Oberbayern						Singvogel		mehrdeutiger Spruch
süßes Backwerk		niederdeutsch: Schwanz						Berufssportler (Kurzw.)		lat.: für, je			
					Feier, Party		Werkstoff						
Ausschmückungen		Kurzform v. Eduard		Reise, Ausflug						Kfz-Z. Ebersberg		weibl. Kosename	
							span. Artikel		erzählende Dichtkunst				
Adresse (Abk.)				Niederung									
Teile von Vogelfedern						freisinnig, vorurteilslos							

Schach



P. Sokolov
(Schachmaty 1952, 1. Preis)

Weiß am Zug gewinnt.

Kontrollstellung:

Weiß: Kf1, Th6, Lc1, Bb4, e2 (5)

Schwarz: Kh8, Td5, Lh2, Bf7, h7 (5)

Die Lösungen finden Sie auf Seite 21

Anschrift und Impressum

Herausgeber
Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht der Stadt Frankfurt am Main – Der Magistrat

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: 069/212-334 05, Fax: 069/212-307 41,
E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Abonnement | Leseranfragen und Vertrieb
Petra Lösch, Telefon: 069/212-492 89, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Gesamtherstellung | Gestaltung | Anzeigenverkauf
Opak Werbeagentur GmbH, Münchener Straße 45, 60329 Frankfurt, Telefon: 069/923 18 00, Fax: 069/92 31 80 33
www.opakwerbeagentur.de, E-Mail: info@opakwerbeagentur.de
Anzeigenschluss für die Ausgabe 3/2017 ist der 17. Mai 2017. Bitte wenden Sie sich für die neuen Buchungen in der 3. Ausgabe 2017 an: OPAK Werbeagentur, Telefon: 069/923 18 00.

Druck
Westdeutsche Verlags- und Druckerei GmbH, Kurhessenstr. 4–6, 64546 Mörfelden-Walldorf, Telefon: 06105 / 983-50 00, www.wvd-online.de, E-Mail: info@wvd-online.de (Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier)

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Deutsche Blindenstudienanstalt e.V. (blista), Am Schlag 2–12, 35037 Marburg, Telefon: 06421/606-0, Fax: 06421/60 64 76, E-Mail: info@blista.de; außerdem kann die Senioren Zeitschrift als Daisy-Buch im Internet heruntergeladen werden unter: http://www.blista.de/seniorenzeitschrift-frankfurt.

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

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

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

heute denke ich an etwas ganz Profanes. Zwei Schritte sind es oft, die uns Schwierigkeiten machen, beim Treppensteigen, bei der Teppichkante, wo wir die Füße nicht heben können. Und es ist leider so, dass, je älter wir werden, wir immer mehr auf uns aufpassen müssen. Die Kleinigkeiten sind, wie schon erwähnt, die beiden letzten Stufen. Wir denken, wir hätten die Treppe geschafft, und bei den letzten beiden Stufen verlieren wir die Konzentration und können froh sein, dass uns nichts Schlimmeres passiert. Die Kleinigkeiten sind es, die uns zu Fall bringen. Ich fiel Anfang Dezember aus dem Bett. Ich war eingezwängt zwischen einem Nachttisch und Bett und konnte mich nicht mehr bewegen. Mehrere Stunden befand ich mich wie in einer Schraubzwinge. Nichts ging mehr und niemand konnte mir helfen. Ich habe zwar einen Notrufknopf, dann kommt man und hilft dir aus deiner Situation und du bist froh, dass dir nichts Weiteres passiert ist. Aber was hilft dir, wenn gerade in dieser Nacht die Telekom nicht funktioniert, von sogenannten Hackern angegriffen ist und die Verbindung zur Zentrale nicht klappt. Das nennt man eben Pech oder Schicksal. Nach vielen Stunden ist es mir gelungen, mich aus meiner Zwangslage zu befreien und die Tür zu erreichen, damit mir jemand zu Hilfe kommen konnte.

In dieser Situation wurde mir wieder einmal bewusst, wie das Leben so an einem vorbeifließt. Ich kann nur jedem empfehlen, ich habe es schon öfters gesagt, unternehmen Sie, was Sie noch können, gönnen Sie sich all das, was Sie sich noch wünschen. Sagen Sie nicht morgen, sondern gehen Sie heute Ihre Pläne an. Denken Sie nicht an die nachfolgende Generation, die ist für sich selbst verantwortlich.

Foto: STU GRA PHO

Erleben Sie die Zeit in den Grenzen, die noch möglich sind. Denken Sie nicht an die politische Großwetterlage, die können wir nicht ändern. Das bestimmen andere. Unsere Politiker sind auch keine Übermenschen. Sie können auch nur das tun, was ihnen möglich ist. Den großen Zauberer, der alles richtet, den gibt es nicht. Die, die Ihnen versprechen, was alles anders sein muss, werden uns alle hinterher enttäuschen. Denken Sie immer daran, nur mit anderen zusammen werden wir die Probleme meistern können.

Ich bin nach wie vor ein Anhänger des Europäischen Gedankens, alleine gehen wir alle ins Unglück. Warum begreifen das so viele nicht? Bleiben Sie bei Ihren alten Werten. Dasein, helfen, wo man kann, und dankbar für jeden Tag, den wir in Frieden leben können. Alle wissen, Älterwerden ist nicht einfach, nehmen wir es an, dann haben wir es nicht schwerer. Und machen Sie nicht andere für Ihr Leben verantwortlich,

mit hoffnungsvollen Grüßen

Ihr Wolfgang Kaus

Ein Leser der SZ hat uns einige seiner Gedanken geschickt, die wir gerne veröffentlichen. Es ist Gerd Kehrer, ein Frankfurter, ein Maler, ein bildender Künstler und Autor, der seine Stadt sehr gut kennt. Die es dennoch wert ist, immer wieder aufs Neue gedacht zu werden. Kehrers Bilder und Gedichte gehen weit über seine Heimatstadt hinaus.

LEBENSQUALITÄT

Mit zunehmendem Alter
Ist die Vorstellung des Todes
Allgegenwärtig
Sie macht dennoch keine Angst
Weil sie das Wesentliche
Vom Unwesentlichen trennt
Und das Phänomen Zeit eine
Neue Qualität gewinnt.

GRAND SEIGNEUR

Alt ist keiner, der seine
„Enkelin“ ins Seniorenheim
Bestellt und ihren Liebesdienst
Mit seiner Anwesenheit
Plus einhundert Euro belohnt.

APFELMAIN

Köstliche göttliche Triebe und die
Liebe zu paradiesischen Äpfeln
Sind der Ursprung von himmlisch
Goldenem Apfelwein.

Auf sattgrünen blühenden Wiesen
Und Hängen gedeiht seine Frucht
Über weithin sichtbare Fluren an
Den Mäandern des Main.

TROST

Auch wenn wir mit Krücken
Vorm Jenseits stehen
Das Leben geht weiter
Das Leben ist schön.

Danke dem Autor für das Recht der Veröffentlichung.

Reisen Sie mit uns...

Es wird ein Erlebnis!

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

Wir reisen ebenfalls nach Österreich, Südtirol, Franzensbad und Spanien.

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

Bei uns finden Sie auch Reisen für pflegende Angehörige Demenzerkrankter, sowie Reisen für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer.

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

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

Qualität und Sicherheit ~ Haus zu Haus Service

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an! Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren **Reisekatalog 2017** zu.

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenreisen
Buchgasse 3
60311 Frankfurt am Main

Kontakt:
Tel. 069.29 82 89 01
Tel. 069.29 82 89 02
www.caritas-seniorenreisen.de

caritas frankfurt