

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 zuzu-

gehen 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*

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 069/212-30741.

Wir freuen uns auf neue Leserinnen und Leser.

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/gesundheits-im-alter.

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 Älterwer-

den 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 Pflegenden 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 Akpınar 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 sangen 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 Mittel-

punkt 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.

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

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

