



Fotos(2): Oeser

Fanden guten Anklang: die signalroten Taschen der Senioren Zeitschrift.

Höhepunkte der Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt

Was für eine Vielfalt an Angeboten es in Frankfurt für ältere Menschen gibt, belegt erneut eindrucksvoll das Programm der „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt 2018“. Unter dem Motto „Liebe kennt kein Alter“ lädt die Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren zwischen 4. und 17. Juni zu 155 Veranstaltungen ein. Auf dem Programm stehen Vorträge, Diskussionsrunden, Workshops, Foren, Gesprächsrunden, Schnupperevents, Lesungen, Erzählcafés, Filmvorführung, Ausstellungen, eine Fachtagung sowie als besonderes Highlight der Bunte Nachmittag am 15. Juni und vieles mehr zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten. „Vor allem das Motto ‚Liebe kennt kein Alter‘ stieß bei allen Be-

teiligten auf eine positive Resonanz. Das zeigt sich auch an den 15 unterschiedlich ausgerichteten Veranstaltungen, die passend zum Thema mit viel Kreativität und Sensibilität konzipiert worden sind“, freut sich Pia Flörshemer, Leiterin der Leitstelle Älterwerden sowie Initiatorin und Organisatorin der Aktionswochen.

Über „Liebe kennt kein Alter“ werden auch die Teilnehmer der Talkrunde zum Auftakt der Aktionswochen am Montag, 4. Juni, ab 14 Uhr miteinander diskutieren. Moderiert wird die Runde vom TV- und Hörfunk-Journalisten Jascha Habeck. Als Talkgäste geladen sind neben Seniorendezerntin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld, der Frankfurter Krimiautor Peter Zingler und der Urologe und Gynäkologe Dr. Hermann J.

Berberich sowie ein Überraschungsgast. Eine Ausstellung wird einen fotografischen Rückblick auf vergangene Aktionswochen im Rathaus für Senioren werfen.

Langlebige Beziehungen bedeuten Arbeit

Die Fachtagung am Dienstag, 12. Juni, an der der Sozialwissenschaftler Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt einen Vortrag halten wird, beleuchtet das Thema in all seinen Facetten. Es geht um die Herausforderung, die für Paare aber auch für Alleinstehende mit der Liebe, der Beziehung, den Gefühlen im Alter verbunden ist, auch um die Erotik und das Sexualleben. Der Frage, welche Bedeutung die Liebe im Alter bei schwulen Männern hat, geht in einer Diskussionsrunde



Dürfen auf keinem bunten Nachmittag fehlen: muntere Tänzerinnen.

der Journalist Matthias Frings nach, der unter anderem die Vox-Sendung „Liebe Sünde“ moderiert hat. Weitere Veranstaltungen zu „Liebe kennt kein Alter“ sind beispielsweise ein Dating-Nachmittag, zu dem Pro Familia aufgeschlossene Single-Seniorinnen während der Aktionswochen einlädt, sowie eine Lesung mit der Frankfurter Historikerin, Stadtführerin und Autorin Silke Wustmann, die aus ihrem Buch „Frankfurter Liebespaare“ vortragen wird. „Mit unserem Motto wollen wir motivieren und Hoffnung geben“, erklärt Pia Flörshheimer: „Langlebige Beziehungen

bedeuten auch Arbeit, wie bei einem Pflänzchen, das gehegt, gepflegt und gegossen werden muss.“ Als Single müsse man sich im Alter bewusst machen, dass die Möglichkeiten, Liebe zu erfahren und zu erleben, endlich sind und Chancen, sich noch mal zu verlieben, geringer werden. Aber auch der Aspekt, wie sich eine Partnerschaft etwa durch eine demenzielle Erkrankung verändern kann, soll angesprochen werden.

Neben diesem Schwerpunktthema finden ältere Frankfurter, Interessierte und Experten aus der Altenarbeit eine große Auswahl an Veran-

staltungen zu verschiedenen Themenbereichen. Bei „Gesundheit und Pflege“ reicht die Auswahl von Bewegungskursen über Gedächtnistraining und Sturzprophylaxe bis zu Prävention, Heilung und Erhalt der körperlichen Fitness. Bei „Kunst und Kultur“ gibt es Erzählcafés, Theater, Musikangebote, Malkurse, Yoga oder Tanzkurse in Kooperation mit der Tanzschule Bauer. Auch wird die Film-Dokumentation „Parcours d'Amour“ über Tanzballhäuser in Paris gezeigt mit anschließender Diskussion. „Das Tanzen hat sich mittlerweile etabliert und erfreut sich großen Zuspruchs“, betont Pia Flörshheimer.

Im Bereich „Leben, Wohnen, Mobilität“ stellt sich die neue Stadtteilgruppe „Für einander, Miteinander im Quartier“ auf dem Sachsenhäuser Mühlberg vor. Die Arbeiterwohlfahrt beleuchtet bei einer Gesprächsrunde gemeinschaftliche Wohnformen, während sich Interessierte im Caritas-Lebenshaus St. Leonhard in der Altstadt in einem Erzählcafé über

Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt

vom 4. bis 17. Juni 2018



Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt

vom 4. bis 17. Juni 2018



das Leben von Jung und Alt unter einem Dach informieren können. Bei „Politik und Bildung“ liegt der Schwerpunkt auf dem Umgang mit digitalen Medien, PC, Tablet, Smartphone und „Sicherheit im Internet“.

Unbedingt vormerken

Der „Bunte Nachmittag“ im Garten des Rathauses für Senioren wird sicher wieder eines der Highlights der Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt. Am Freitag, 15. Juni, darf ab 13 Uhr „gerockt werden, und zwar ganz im Rhythmus des Rock 'n' Roll und im Stil der 50er“, kündigt die Leiterin der Leitstelle an. Auf dem Programm stehen Auftritte der Travestie-Künstlerin Olga Orange sowie der Mundart-Comedian Petra Giesel als Hiltrud Hufnagel und die „Ama-

zing Elvis Show“ des Elvis-Imitators Olav Wischulke. Die passende rockige Live-Musik liefert „Blind Foundation“. Zudem sind Einrichtungen, Vereine, Organisationen aus der Altenarbeit, das Sozialdezernat und der Seniorenbeirat an dem Nachmittag mit Info- und Beratungsständen vertreten.

Sonja Thelen

Das Programm der „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt“ vom 4. bis 17. Juni 2018 steht im Internet unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de.

Eine gute Mischung: Unterhaltungsprogramm ...



... und Infotische.



Fotos(2): Oeser

Gemeinsam statt einsam

Reden Sie mit!
FORUM ÄLTERWERDEN
IN FRANKFURT

„Reden Sie mit uns!“

Ein „Forum Älterwerden“ findet am Montag, 28. Mai, im Titusforum im Nordwestzentrum statt. Das Forum beginnt um 17 Uhr mit Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld. Informationsmöglichkeiten zu den verschiedensten Themen rund ums Älterwerden an verschiedenen Ständen bestehen bereits eine Stunde früher, also um 16 Uhr. Dort auf dem „Markt der Möglichkeiten“ stehen Mitarbeiter der Stadt und viele weitere Initiativen und Organisationen für Fragen und Anregungen rund ums Älterwerden zur Verfügung. Wieder lautet die Aufforderung hierbei „Reden Sie mit uns!“

Gerd Becker

In einer Selbsthilfegruppe kommen Frauen und Männer, Junge und Alte zusammen. Sie sind ganz unterschiedlich, aber sie leiden alle unter den gleichen gesundheitlichen, sozialen oder psychischen Schwierigkeiten. In der Gruppe können sie voneinander lernen, ihre Probleme mit anderen Augen zu sehen. Sie können etwas bewegen und so zu ihrer eigenen Gesundheit und ihrem Wohlbefinden beitragen.

Wir unterstützen Sie!

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt bietet Beratung, Unterstützung und Information für betroffene Menschen, Angehörige und Selbsthilfegruppen.

Bei Interesse rufen Sie uns gerne an: Montag und Dienstag von 10 bis 14 Uhr und Donnerstag von 15 bis 19 Uhr. Telefon 069/55 94 44.

Herzliche Einladung:

Am Freitag, 6. Juni, findet von 11 bis 17 Uhr im Saalbau Südbahnhof der 35. Frankfurter Selbsthilfemarkt statt. Hier präsentieren sich Frankfurter Selbsthilfegruppen, außerdem sind Vorträge zu Gesundheitsthemen geplant. Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen:
www.selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**