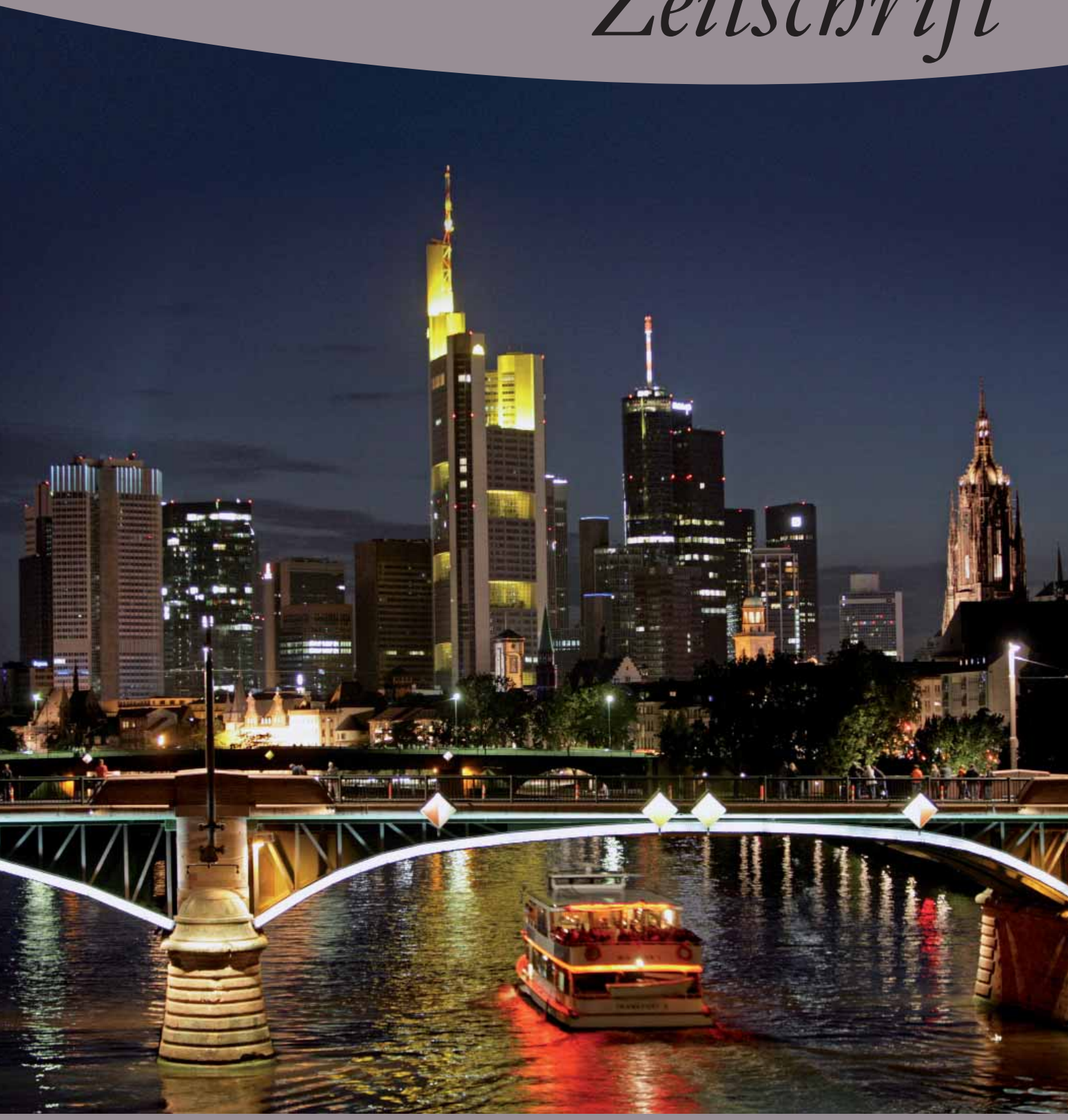
1 2010

SENIOREN Zeitschrift



Stadt Frankfurt am Main

Seniorentelefon 212-37070
www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

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

Für eine Woche, 14 Tage oder drei Wochen bieten wir Ihnen mit unseren Urlaubsreisen Erholung, Entspannung, Freude und Abwechslung.

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

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

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an! Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2010 zu.

Caritasverband Frankfurt
Seniorenerholung
Humboldtstraße 94
60318 Frankfurt am Main
Telefon 069 / 59 79 20 59

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

Petra Roth

noch sind die Auswirkungen der jüngsten Finanz- und Wirtschaftskrise, die wir alle nicht für möglich gehalten hätten, nicht überwunden. Daran ändern auch die ersten Anzeichen für eine Erholung der Wirtschaft nichts. Zu tief sind vor allem auch die Einschnitte in die öffentlichen Haushalte – vor allem durch enorme Einbußen bei den Steuereinnahmen. Gleichzeitig sind die von Bund, Ländern sowie Städten und Gemeinden zu erfüllenden Aufgaben umfangreicher geworden. Es muss mehr für Erziehung und Bildung getan werden, wir müssen den vom wirtschaftlichen Abschwung betroffenen Menschen helfen, und der Staat sieht sich plötzlich auch in der Pflicht, das von verantwortungslosen Managern beschädigte Finanz- und Wirtschaftssystem unseres Landes zu stabilisieren – im Interesse der Menschen, die um ihre Ersparnisse fürchten oder die um ihre Arbeitsplätze bangen müssen.

Dies alles ist nur mit Sparsamkeit nicht zu leisten. Notwendige Investitionen zum Beispiel in Erziehung, Bildung und Wissenschaft dürfen nicht der falschen Sparsamkeit zum Opfer fallen. Und das soziale Netz, das Deutschland stabil hält, und um das uns andere Länder beneiden, muss erhalten bleiben. Es muss also noch mehr darauf geachtet werden, dass das zur Verfügung stehende Geld in den öffentlichen Haushalten an der richtigen Stelle eingesetzt wird. Frankfurt hat dies bereits in der Vergangenheit beachtet. Deshalb haben wir in der Zeit hoher Steuereinnahmen Schulden abgebaut und Liquidität für notwendige Ausgaben geschaffen. Ob dies ausreicht, um die Auswirkungen der Wirtschafts- und Finanzkrise zu überwinden, ist nicht sicher. Wenn es notwendig wird, werden wir Investitionen in die Zukunft unserer Stadt und zum Erhalt ihrer sozialen Strukturen im vertretbaren Rahmen mit Krediten finanzieren. Aber wir werden die wirtschaftliche Stabilisierung und die damit zu erwartenden höheren Haushaltseinnahmen auch dazu nutzen, Kredite zurück zu zahlen und damit Schulden wieder abzubauen. So, wie wir es auch in vergangenen Jahren getan haben. Niemand braucht deshalb zu fürchten, dass Frankfurt angesichts der auch bei uns spürbaren Folgen der globalen Wirtschafts- und Finanzkrise seiner Verantwortung nicht gerecht werden wird. Frankfurt wird die soziale, wirtschaftsstarke, umweltbewusste und international anerkannte Stadt bleiben, die uns Anerkennung weit über unsere Grenzen erbracht hat. Wir haben bewiesen, dass dies die breite Grundlage für das Wohlergehen der Menschen in der Stadtgesellschaft ist.

Mit den besten Wünschen für das neue Jahr, vor allem Gesundheit, verbleibe ich Ihre

Petra Roth

Aus dem Inhalt

Grußwort: Petra Roth 3
Vorwort: Daniela Birkenfeld 4

Ältere Menschen im modernen Frankfurt

Stadtlicher Alterswohnsitz 5
Begegnungsort für alle 6
Im Gespräch: mit Albert Speer 8
Alternswissenschaft an der Goethe-Uni 9
Freizeitangebote für Mobile 10
Städtische Nachbarschaftshilfe 11
Wenn man nicht mehr so gut zu Fuß ist 12
Neue Wohnformen 14
Wohin mit Vase, Salzstreuer und Jacke? 15

Das Sozialdezernat informiert

Tagesausflüge 16–17
Seniorenreisen 18–25
Forum Älter werden 26–27
Messe „fit ab 60“ 27
Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt“ 28
Aus dem Seniorenbeirat 29

Soziales und Seniorenpolitik

Rentenbescheid prüfen! 30

Aktuelles und Berichte

Karl Oertl prominent durch Karneval 33
Gewaltprävention 34

Begegnung der Kulturen

„Wir haben vergessen zurückzukehren” – Teil 2 38–39
Königsberg ist Erinnerung 40

Kultur in Frankfurt

Neustart am Schauspiel 44–45

Gesundes Leben

Was ist Kreativität 42–43

Freizeit und Unterhaltung

Museum für Gehörlose 47
Hoch hinaus 48–49

Früher und Heute

Der Schweizer Platz 52
Sämann im Park 53
Leopold Sonnemann 54–55

Frankfurt und seine Stadtteile

Kuhwaldsiedlung 56–57

Ratgeber

Seniorenrestaurants, Essen auf Rädern 58
Beratungs- und Vermittlungsstellen 59
Tipps und Termine 7, 29, 60–64

Leserecke

Rätsel und Impressum 66

Zum Titelbild:
In einer größeren Stadt zu wohnen, bietet viele Vorteile: Kurze Wege, soziale Netzwerke und hoffentlich eine gute Infrastruktur. Dies alles findet sich in Frankfurt am Main. Darüber hinaus gibt es viele interessante Angebote etwas zu unternehmen oder sich zu betätigen. Der Schwerpunkt dieser Ausgabe lautet daher „Ältere Menschen in der modernen Stadt“. Foto Oeser

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

ich hoffe, Sie sind gut ins neue Jahr gestartet und haben bereits schöne Pläne für 2010 geschmiedet. Der Jahreswechsel ist ja eine ideale Gelegenheit, um einmal andere Wege zu begehen und Neues zu wagen. Wie heißt es im Volksmund so schön: neues Jahr, neues Glück. Haben Sie zum Beispiel schon einmal darüber nachgedacht, sich mit anderen Seniorinnen und Senioren zusammenzutun, um gemeinsam etwas in Ihrem Stadtteil zu bewirken? Mit den Foren „Älter werden in Frankfurt“ will ich genau solche Entwicklungen unterstützen. Und ich möchte im Rahmen dieser Veranstaltungsreihe von Ihnen wissen, wie Sie im Alter leben wollen.

Vielleicht haben Sie in Ihrer Tageszeitung vom ersten Forum „Älter werden in Frankfurt“ im November gelesen oder waren selbst da? Der Abend verlief äußerst spannend (siehe die Seiten 26/27), wenn auch leider nicht ohne Wermutstropfen: Der Andrang im Bürgerhaus Bornheim war so groß, dass mehrere Besucherinnen und Besucher enttäuscht gegangen sind. Daraus haben wir gelernt und für das nächste Forum in Bockenheim einen deutlich größeren Raum angemietet. Die Veranstaltung ist am 16. März um 17.30 Uhr (Einlass 17 Uhr) im Festsaal des Studierendenhauses auf dem Campus Bockenheim (Nähe Bockenheimer Warte). Eingeladen sind vor allem Bürgerinnen und Bürger aus den Stadtteilen Bockenheim, Rödelheim und Westend – und natürlich all diejenigen, die im Bürgerhaus Bornheim keinen Platz gefunden hatten. Auch der Termin danach steht schon fest: Am 5. Mai ist das Forum „Älter werden in Frankfurt“ zu Gast im Bildungs- und Kulturzentrum in Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2.

Auch wenn es immer Verbesserungsbedarf gibt – Frankfurt ist für Seniorinnen und Senioren durchaus attraktiv. In dieser Ausgabe der Senioren Zeitschrift beleuchten wir die Vorteile, die das Leben in einer modernen Stadt wie Frankfurt für ältere Menschen hat. Das beginnt mit der hervorragenden Facharztversorgung, reicht über ein gut ausgebautes Netz an öffentlichen Verkehrsmitteln und endet bei einer Vielzahl von Freizeitmöglichkeiten. Und weil wir inzwischen auch noch einen wunderbaren GrünGürtel haben, gibt es wahrlich keinen Grund mehr, im Alter aufs Land zu ziehen, wie es lange Zeit modern war.

Apropos: Sie erinnern sich vielleicht, dass wir im vergangenen Frühjahr von einer Befragung im Rahmen der Bedarfsanalyse seniorengerechtes Wohnen berichtet haben. Die Auswertung der rund 5.000 eingegangenen Antworten schreitet kräftig voran, so dass wir sie bald vorstellen können. Was sich jedoch schon jetzt abzeichnet: Die Frage des Wohnens spielt im Alter eine außerordentlich große Rolle. Das bestätigt meine Erwartungen. Hier zeichnet sich für die nächsten Jahre ein Schwerpunkt der Seniorenpolitik in Frankfurt ab.

Sie sehen, wir bleiben im neuen Jahr aktiv, um Frankfurt für Sie noch attraktiver zu machen. Nutzen Sie auch 2010 ausgiebig die Möglichkeiten, die Ihnen unsere schöne Stadt bietet. Ich wünsche Ihnen viele frohe Stunden mit Ihrer Familie, Freunden und Bekannten sowie zahlreiche schöne Erlebnisse, an die man beim Jahreswechsel gerne zurückdenkt. Lassen Sie sich nicht die Laune von der dunklen Jahreszeit verderben. Schon bald kommt der Karneval, dann ist der Frühling nicht mehr weit und die Unternehmungslust steigt. In diesem Sinne Ihnen alles Gute für 2010, vor allem Gesundheit!

Ihre

Daniela Birkenfeld

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

SENIOREN ZEITSCHRIFT IM ABO

Die SZ kommt dann bequem zu Ihnen nach Hause..

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

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

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

☐ Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift in Druckform (für 12 Euro im Jahr)
☐ Ja, ich abonniere die Senioren Zeitschrift als Hör-CD (für 12 Euro im Jahr)
☐ in Druckform und als Hör-CD (für 18 Euro im Jahr)

Vorname _____ Name _____

Straße/Hausnr. _____

PLZ/Ort _____ Telefon _____

Ort/Datum _____ Unterschrift _____

Ausgefüllten Coupon per Fax an 0 69/212-3 0741 oder per Post an:
Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

Stadtlicher Alterswohnsitz

Wohnen in der Stadt bietet viele Vorteile. Geschäfte, Ärzte und Vereine sind um die Ecke; Busse und Bahnen fahren alle paar Minuten. Frankfurt ist in dieser Hinsicht vorbildlich.

Das Stadtleben bietet nicht nur gefühlte, sondern wissenschaftlich erwiesene Annehmlichkeiten. „Die Vorteile des Innenstadtwohnens liegen in kurzen Wegen, sozialen Netzen und dichten Infrastrukturangeboten", fassen Gregor Jekel und Franciska Frölich von Bodelschwingh die Ergebnisse ihrer Studien im Auftrag des Deutschen Instituts für Urbanistik (Difu) in Berlin zusammen. Sie befragten zwischen 2006 und 2007 in verschiedenen deutschen Städten Mitarbeiter der Kommunalverwaltungen, Lokalpolitiker, Vertreter von Wohnungsgesellschaften, Miet- und Stadtteilvereinen.

Beim bunten Nachmittag während der Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt" lud die Seniorentanzgruppe der TG Bornheim zum Mitmachen ein. Foto: Oeser

Neue Kontakte knüpfen, alte pflegen

Sowohl die jungen Alten, die noch selbstständig und gesund sind, als auch weniger mobile Senioren sind in der Stadt am besten aufgehoben. Wer noch mobil und fit ist, kann das kulturelle Leben genießen und ausgefallene Veranstaltungen besuchen. In ihrer Mobilität eingeschränkte Menschen profitieren von vielfältigen Dienstleistungsangeboten wie ambulanter Pflege, Einkaufshilfen, Vorlesediensten und ähnlichem. Ältere Menschen, die in einer Stadt leben, haben noch einen weiteren Vorteil: Sie können nach dem Erwerbsleben, wenn die Zahl der Außenkontakte rapide sinkt, leichter neue soziale Kontakte knüpfen und alte aufrechterhalten.

Doch deswegen werde keiner extra in die Stadt ziehen, betont der Soziologe Walter Siebel. Die Bereitschaft umzuziehen sinke mit jedem Lebensjahrzehnt kontinuierlich bis auf den tiefsten Stand in den 60ern. Für ihn steht fest: „Die Bevölkerung wird dort alt, wo sie wohnt." Denn die Wohnung sei weit mehr als Ort von Freizeit und Erholung, betont Siebel. „(Sie) ist ein Stück Heimat, eine geschützte Sphäre der Geborgenheit, der Intimität, der Emotionalität und Körperlichkeit." Deshalb wollen die meisten Menschen in gewohnter Umgebung mit vertrauten Nachbarn alt werden.

Mit Gleichgesinnten zusammenwohnen

Aus diesem Grund sind neue Wohnformen wie Betreutes Wohnen, Senioren-WGs und Mehrgenerationenhäuser, aber auch Hausnotrufdienste, Fahr- und Wäschedienste stark im Kommen, wie die Difu-Wissenschaftler in ihrer Untersuchung unter anderem ermittelten. Vor allem das Zusammenleben im Alter mit Gleichgesinnten werde zunehmen. Menschen in einer ähnlichen Lebenslage und mit ähnlichen Wertvorstellungen könnten sich schlichtweg besser gegenseitig unterstützen.

Damit das auch gelingt, sei aber eine stadtteilbezogene kommunale Altenhilfeplanung notwendig, betont Ursula Kremer-Preuß, die Sozialwissenschaftlerin des Kuratoriums Deutsche Altenpflege (KDA) in Berlin. „Die Altenhilfe soll künftig nicht mehr schwerpunktmäßig (...) Versorgungsstrukturen sichern, sondern das normale Wohnen und die Entwicklung von Mitwirkungsstrukturen (...) in den Fokus rücken." Ziel müsse sein, die Wohnangebote so zu verändern und zu stärken, dass man hier auch bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit leben könne. Nicht das Versorgen, sondern Teilhabe und Wohnen rückten in den Mittelpunkt zukunftsorientierter Altenhilfepolitik.

Vorbild Frankfurt

Dafür gebe es drei Grundprinzipien: Kleinräumig denken, Partizipation ermöglichen und Kooperationen schaffen. Vorbildlich laufe das in der Stadt Frankfurt, findet das KDA. Die Mainmetropole betreibe eine stadtteilnahe Planung. Die städtischen Ämter, die Altenhilfeträger aus der Wohlfahrtspflege und engagierte Bürger hätten sich zusammengetan, Bedarfslücken ermittelt und gemeinsame Empfehlungen erarbeitet.

Angebote ambulanter Dienste

Jeder kann sich auch selbst beispielsweise über Angebote der ambulanten Dienste informieren. Tipps zu Pflege, hauswirtschaftlicher Hilfe, Essen auf Rädern, Einkaufsdiensten, Fahrdiensten und Wäschediensten geben die Pflegekassen, die Stadt Frankfurt, die örtlichen Stellen der Altenhilfe und das Projekt „Soziale Einrichtungen in Hessen" im Sozialnetz Hessen unter der Internet-Adresse www.sozialnetz-hessen.de. Im Sozialnetz Hessen gibt es auch ein weiteres Projekt zu „Hilfen bei der Auswahl von Pflegeeinrichtungen" unter der Adresse www.sozialnetz.de/Pflegeangebote.

Nicole Galliwoda

Das Sozialdezernat hat im Mai und Juni 2009 in zwei Schüben je 7.500 ältere Menschen ab 50 Jahren in Fragebögen zu ihrer Wohnsituation befragt. Erstes Ergebnis: Etwa jeder Dritte hat geantwortet. Die Rücklaufquote war mit 32,94 Prozent enorm. „Das hat keiner erwartet", freut sich Pia Bolz vom Sozialdezernat. Die Umfrage „Seniorengerechtes Wohnen in Frankfurt" lief schriftlich. Sämtliche rund 50 Fragen wurden in sieben Sprachen übersetzt. Mit den Fragen zur aktuellen und künftigen Wohnsituation will die Stadt ein Bild davon bekommen, wie ältere Menschen wohnen möchten. Inhaltliche Ergebnisse zur Umfrage gibt es in der nächsten Senioren Zeitschrift. *gal*

Foto: Oeser

Begegnungsort für alle

Im Mehrgenerationenhaus in Eschborn sollen Kontakte zwischen Jung und Alt gefördert werden.

Mehrfamilienhäuser kennt jeder. Jetzt entstehen auch Mehrgenerationenhäuser. Einrichtungen, in denen Menschen verschiedenen Alters Angebote finden und sich gegenseitig helfen. 500 Projekte fördert der Bund fünf Jahre lang mit 40.000 Euro pro Jahr. In Hessen gibt es 28 Mehrgenerationenhäuser – je eins in allen Landkreisen und kreisfreien Städten. Beispiel Eschborn im Main-Taunus-Kreis.

Das Herzstück des Hauses ist das Café Vis-À-Vis. In einer von Bürotürmen geprägten Stadt mit 20.000 Einwohnern und 30.000 Pendlern, in der es außer einer Eisdiele kein Café mehr gibt, erfüllt das Vis-À-Vis seit Herbst 2008 eine doppelte Funktion: Das Café ist Treffpunkt für die Bürger der Stadt und zugleich der Generationen. Ein Begegnungsort für alle, mitten an der Hauptstraße gelegen, in einer umgebauten Pfarrscheuer und behindertengerecht zugänglich. In einer Ecke des hellen Raumes sitzen Kinder auf einem Teppich und spielen, ein ehrenamtliches Team kümmert sich um die Gäste. „Hier treffen Senioren, die bei uns Englisch lernen, beispielsweise auf Mütter, die bei uns einen Babytreff besuchen“, beschreibt Beate Baum-Dill den generationsübergreifenden Moment. Es kommt zum Austausch und gegenseitigem Kennenlernen.

Das Café sei stets gut besucht, sagt die Leiterin des Anfang 2008 eröffneten Mehrgenerationenhauses. Zugleich sei es Türöffner für weitere Aktivitäten: Yoga, Sprachkurse, Internetcafé, Seniorennachmittag und eine Ausbildung zum Seniorenhelfer, der pflegende Angehörige entlastet, umfasst das breit gefächerte Programm für Senioren. Angebote, die die evangelische Kirchengemeinde und die Evangelische Familienbildung als Träger von Anfang an mit in das Haus einbrachten. „Manche Senioren suchen den Kontakt zu anderen und Anregungen für ihre Freizeit“, beobachtet Baum-Dill.

Das Mehrgenerationenhaus bietet aber noch mehr. Es fördert den Austausch und das Miteinander zwischen Jung und Alt. Etwa bei gemeinsamen Ausflügen sowie eingerichteten Mittagstischen. Oder beim Mehrgenerationenspaß: „Dabei haben Senioren die Gelegenheit, gemeinsam mit Kindern kreativ zu werden oder ihr Wissen weiterzugeben, beispielsweise wie man Getreidesträuße bindet“, erläutert Baum-Dill. Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die ganz unabhängig von ihrem Alter Freude am gemeinsamen Erleben und Tun haben und „wird sehr gut angenommen“.

Nicht alle Versuche, Generationen zusammen zu bringen, klappen auf Anhieb. „Gerade in den vielen jungen Familien, die in Eschborn leben, gibt es einen riesigen Bedarf an Ersatz-Großeltern“, beobachtet die Leiterin. Allerdings gäbe es bei Älteren eine gewisse Hemmschwelle. Versuche, Junge und Alte bei einem zweimal im Jahr stattfindenden Großeltern-Enkel-Rendezvous im Mehrgenerationenhaus zusammenzubringen, waren bislang nicht von großem Erfolg gekrönt. Es kamen nur wenige Senioren. Manche schreckten vor der Vorstellung der Verantwortung zurück. Andere hätten selbst Enkelkinder oder einfach andere Interessen. Gleichzeitig würden die „jüngeren Alten“ mit Angeboten regelrecht überschüttet. Zeit für Kinder bliebe da nicht.

Doch Beate Baum-Dill gibt nicht so schnell auf und hegt weitere Pläne, wie sie stete Kontakte zwischen Jungen und Alten vermitteln und fördern kann. „Das Ziel des Mehrgenerationenhauses, sich gegenseitig im Alltag zu helfen wie in einer Großfamilie, ist sehr hochgesteckt. Es braucht viel Zeit um so wahrgenommen zu werden.“

Einen etwas anderen Schwerpunkt verfolgt Frankfurts Mehrgenerationenhaus, das vom Verein „Kinder im Zentrum Gallus“ (KIZ) 2007 gegründet wurde. Der Verein, der vor 30 Jahren von spanischen Migranten und Studierenden der Goethe-Universität Frankfurt am Main initiiert wurde, setzt sich seit vielen Jahren besonders dafür ein, die Bildungschancen der Kinder von Zuwanderern zu verbessern.

In einem Stadtteil wie dem Gallus, in dem rund die Hälfte der Bewohner Migranten sind, ist es kein Wunder, dass sich das Mehrgenerationenhaus in der Idsteiner Straße vor allem für die Integration der Bewohner im Stadtteil einsetzt. So wird der Schulstart von Kindern durch Ausflüge und Info-Veranstaltungen gefördert, erhalten Frauen, die sich selbstständig machen wollen, Unterstützung, gibt eine Frau Nähkurse, während die Kinder in der Kita des Hauses gut versorgt werden. Schließlich erhalten die Menschen im Gallus in einem Familienrestaurant günstiges und gesundes Essen.

Geplant sind demnächst auch Angebote für Senioren und Tagespflegeplätze für ältere Migranten. Ein erster Schritt ist bereits getan: Die Beratungs- und Vermittlungsstelle Gallus der AWO bietet in der Idsteiner Straße jeden Montag von 13.30 bis 15.30 Uhr eine Sprechstunde an. Sie berät in Fragen rund um das Thema Älterwerden wie etwa häusliche Versorgung und Umgang mit Behörden. *Judith Gratza*

Eschbornhaus, Hauptstraße 20,
Telefon 0 61 96/9 31 48 23.
Kiz im Gallus, Idsteiner Straße 91,
Telefon 0 69/75 84 66 66.

Kurzinformationen

Vortrag: über die Rechte der Heimbewohner

Menschen, die in einem Alten- oder Pflegeheim wohnen, haben Rechte gegenüber der Heimleitung. Wenn sie sich selbst nicht mehr artikulieren oder ihre Angelegenheiten selbst nicht mehr wahrnehmen können, tritt ein gesetzlicher Betreuer für sie ein. Oft sind dies Familienangehörige. Um diese über die Rechte der Betreuten zu informieren, bietet die Betreuungsstelle Frankfurt einen Vortragsabend zu dem Thema an. Rainer Mangels vom Hessischen Amt für Versorgung (Frankfurt) wird über die Rechte von Heimbewohnern, ihre Vertretung gegenüber der Heimleitung sowie das neue Heimgesetz referieren. Der kostenfreie Vortrag findet am Dienstag, 23. Februar, 17 bis 18.30 Uhr im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, Raum, 106 statt. Informationen bei Barbara Herrmann, Telefon 0 69/ 2 12-36 173 oder Dagmar Kehrig, Telefon 0 69/2 12-3 62 34.

Veranstaltungsreihe im Amt für Gesundheit

Ilse Biberti und Henning Scherf, der ehemalige Bürgermeister von Bremen, lenken in ihrem ersten gemeinsamen Buch den Blick auf die Möglichkeiten, die das Alter bietet. Die Autoren beleuchten die Fragen, was im Alter auf einen zukommt und wie eine Gemeinschaft zwischen Jung und Alt entsteht.

Die Lesung „Lebenskonzepte heute für morgen – Autorenlesung mit Ilse Biberti und Henning Scherf“ findet am Montag, 18. Januar, statt. Am 10. Februar geht es um das Thema „Warum nicht...? Gekonnt flirten – auch im Alter.“ Am 10. März heißt es „Tabletten, Tropfen und Tinkturen – ein gefährlicher Medikamentencocktail“. Und am 14. April geht es ganztätig (Beginn 11 Uhr) um „Gutes Hören und scharfes Sehen – das geht auch im Alter“.

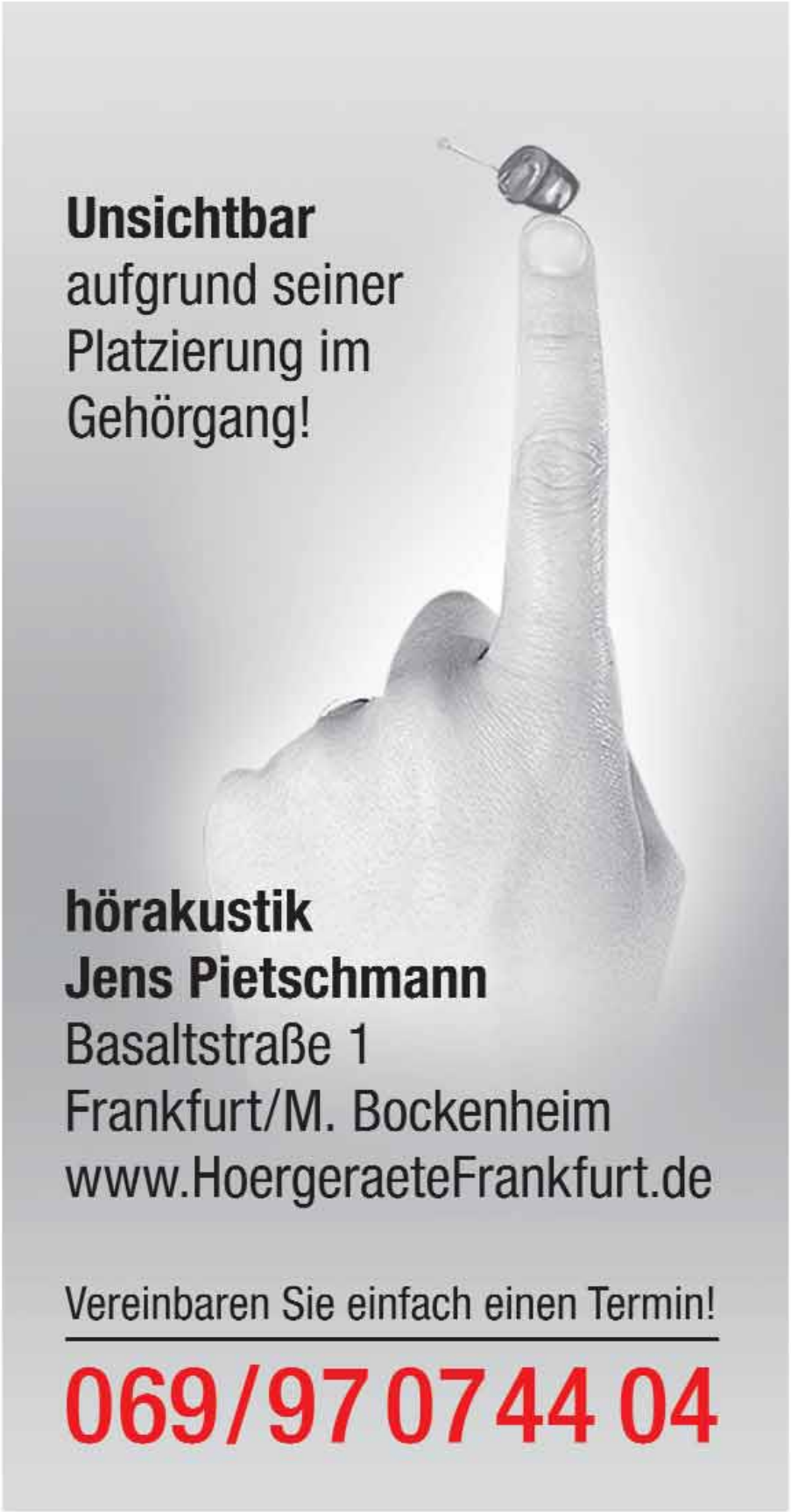
Die Veranstaltungen zum Thema „Gesundheit im Alter – den Jahren mehr Leben geben“ beginnen um 16 Uhr und finden im Amt für Gesundheit Frankfurt, Breite Gasse 28, statt. Mehr Infos unter Telefon 0 69/21 23 39 70.

Alte für Frankfurt

Die Initiative „Alte für Frankfurt, mitgestalten – mitbestimmen“ trifft sich regelmäßig am 3. Freitag im Monat um 17.30 Uhr (außer August und Dezember) im Café Anschluss, Hansaallee 150. *red*

Anzeige

Das kleinste Hörgerät der Welt.



„Rentner gehören genauso in die Stadt wie Jugendliche"

Albert Speer
Foto: Ute Schmidt, Frankfurt

Die Zukunftsstudie „Frankfurt für alle" gibt der Politik Handlungsempfehlungen, damit Frankfurt fit wird für 2030. Der Sozialverband VdK kritisiert, in der Untersuchung würden Behinderte, finanziell schlechter gestellte und ältere Menschen nicht erwähnt. Nicole Galliwoda hat beim Autoren und Architekten Professor Albert Speer nachgefragt.

SZ: In der Studie „Frankfurt für alle" wurden offenbar große Teile der Gesellschaft nicht berücksichtigt, darunter auch Rentner. Sind denn ältere Menschen in Zukunft nicht mehr wichtig für die Stadt?
Speer: Ganz im Gegenteil. Ich bin ja selbst 75 Jahre alt und nicht mehr der Jüngste. Und gerade vor kurzem habe ich gelesen, dass die Hälfte aller heute Geborenen 100 Jahre alt wird. Es gibt also immer mehr Alte. Sie bleiben länger aktiv und haben andere Ansprüche. Wir haben in der Studie keine Personengruppe gesondert behandelt, weil die Stadt zukünftig nur Erfolg hat, wenn sie für alle Bevölkerungsgruppen attraktiv ist.

SZ: Was ist denn die Kernaussage der Studie?
Speer: Der zukünftige Erfolg Frankfurts hängt von mehreren Aspekten ab: Die Stadt muss attraktiv sein für internationale Eliten der Wissensgesellschaft, sie braucht aber auch ein stabiles Gemeinwesen mit ausgeglichenen Sozialstrukturen, engagierten Bürgern und gut integrierten Zuwanderern. Bildungs- und Lebenschancen müssen für alle Menschen, die hier leben, gut sein. Deshalb heißt die Denkschrift auch „Frankfurt für alle".

SZ: Gibt es denn in der Studie beispielsweise einen Wohnstandort, der für alle Menschen in Frage kommt?
Speer: Ja, einen ganz konkreten sogar. Das 19-geschossige Union-Investment-Hochhaus am Main neben dem Interconti eignet sich hervorragend als Wohnhochhaus. Es wäre eine ideale Umnutzung von Büros in Wohnungen, verfügt über viele Aufzüge und liegt zentral mit Blick auf den Main.

SZ: Das wäre auch was für Ältere?
Speer: Na klar. Früher gab es die Auffassung, ältere Menschen, die nicht mehr arbeiten, sind am Stadtrand, mehr im Grünen, besonders gut aufgehoben. Das hat sich komplett verändert. Rentner gehören genauso in die Stadt wie Jugendliche. Sie brauchen barrierefreie Wohnungen, Mehrgenerationenhäuser, kurze Wege und Parks in der Nähe. Die Wohnungslandschaft muss sich in dieser Hinsicht anpassen und entsprechende Angebote machen.

SZ: Wie sieht das in Frankfurt aus?
Speer: Ich berate die Stadt seit 30 Jahren und muss sagen, Frankfurt macht sich ganz gut. Als unser Büro damals das Künstlerhaus Mousonturm, eine ehemalige Seifen- und Parfümfabrik, in den 80er Jahren umgestaltet hat, ist die Idee für ein Altenwohnprojekt in der Nachbarschaft entstanden. Und das Wohnstift der Gesellschaft Deutsche Altenhilfe am Zoo liegt ja auch zentral und hat Vorbildcharakter.

SZ: Welche Altenwohnprojekte sind aktuell attraktiv?
Speer: Das Schwanthaler Carrée gegenüber dem alten Straßenbahndepot in Sachsenhausen ist ein gutes Beispiel. Dort sind gerade 80 Eigentumswohnungen für Menschen ab 60 Jahren fertig gestellt worden. Manche werden sicher auch vermietet. Im ersten Stock betreibt die Diakonie eine Pflegestation mit 50 Plätzen. Bewohner können dort Pflegeleistungen einzeln bekommen oder, je nachdem wie es läuft, dorthin umziehen. Am Bürgerhospital im Nordend entsteht ein ähnliches Wohnstift. Wohnen in der Innenstadt ist allgemein ein großes Thema. Viel lässt sich zu Fuß, mit dem Rad, mit Bus und Bahn erledigen. Das ist auch vom ökologischen Standpunkt aus betrachtet wichtig.

SZ: Gibt es Ansätze auch für wenig zahlungskräftige ältere Bürger in der Stadt?
Speer: Generell muss es Ziel sein, dass viele Ältere möglichst selbstständig in der eigenen Wohnung bleiben können. Dazu müssen in großer Zahl barrierefreie Wohnungen zur Verfügung stehen, und über soziale Dienste, aber auch durch die Wohnungsbaugesellschaften sollten unterstützende Dienste (Einkaufen, Reinigung, Reparaturen etc.) organisiert werden. Das entspricht den Wünschen vieler alter Menschen und ist einfacher zu finanzieren, als Altenresidenzen für alle.

SZ: Wie sieht das in anderen Städten aus?
Speer: Ich war kürzlich in New York, und auch dort entstehen viele Wohnhochhäuser. In Manhatten werden alte Fabrikgebäude aufgestockt.

SZ: Wie wohnen Sie eigentlich?
Speer: Meine Frau und ich leben völlig selbstständig in Sachsenhausen.

SZ: Und wie würden Sie gerne später mal wohnen, wenn Sie nicht mehr so fit und aktiv sind?
Speer: So richtig fest steht das noch nicht. Wir haben ein Haus in Murnau am Staffelsee in Oberbayern. Vielleicht ziehen wir mal dorthin. Es kann aber auch ganz anders kommen. Bekannte von uns haben kürzlich in der Schloss-Residence Mühlberg in Sachsenhausen eine seniorengerechte Wohnung gekauft. Das könnte ich mir auch gut vorstellen. Mal sehen. *Nicole Galliwoda*

Wie soll der Stadtteil gestaltet sein, damit man lange darin wohnen kann?

Frank Oswald untersucht an der Frankfurter Goethe-Uni den Prozess des Alterns

Das kleine „n" macht den Unterschied. Die Interdisziplinäre Alternswissenschaft an der Frankfurter Goethe-Universität befasst sich mit dem Prozess des Alterns und bleibt nicht bei einer Zustandsbeschreibung des Lebens im Alter stehen. Seit August leitet Prof. Dr. Frank Oswald als Inhaber einer Stiftungsprofessur den neuen Arbeitsbereich, der am Fachbereich Erziehungswissenschaften angesiedelt ist.

Drei Aufgaben sieht er für die Professur, die für fünf Jahre von der BHF-Bank-Stiftung finanziert wird: Forschung und Lehre sowie Vernetzung beziehungsweise Koordination innerhalb verschiedener Disziplinen.

In der Forschung geht es auch darum, interdisziplinär zu sein, also Wissenschaftler verschiedener Disziplinen, die sich für Fragen der Gerontologie interessieren, ins Gespräch zu bringen. Zunächst könnten das kleine Gruppen aus etwa nur zwei Fachbereichen sein, bescheidet sich Oswald. Doch langfristig ist durchaus an eine breitere Basis gedacht. Und es ist wahrhaft ein breites Spektrum, das beim Thema Altern infrage kommt: Psychologen und Erziehungswissenschaftler, Soziologen und Mediziner, aber auch Ökonomen und Juristen.

„Wir gehen von der eigenen Disziplin aus, denken dann in die Nachbardisziplinen und schauen dann über den Tellerrand", sagt der Psychologe, der von der Universität Heidelberg kommt. Von dort bringt er auch verschiedene Projekte mit, die in Frankfurt weitergeführt werden – in enger Zusammenarbeit mit Professor Hans-Werner Wahl, Leiter der Abteilung für Psychologische Alternsforschung am Psychologischen Institut der Uni Heidelberg.

Eines der Projekte heißt „Sentra" (Abkürzung von: Senior Tracking). Es erforscht den Einsatz von moderner Technik, um Senioren im Vorfeld von Demenz und mit leichter Demenz „verfolgen" zu können. Ziel ist es, den Betroffenen so lange wie möglich ihre Mobilität und Lebensqualität zu erhalten und ihnen dennoch ausreichend Schutz zu bieten. „Wir wollen außerdem ausdrücklich alle Beteiligten dafür gewinnen, auch die damit verbundene ethische Diskussion zu führen", sagt Oswald.

Prof. Dr. Frank Oswald **Foto: wdl**

In der Lehre, dem zweiten Aufgabenbereich, geht es um die Weiterqualifikation des wissenschaftlichen Nachwuchses und ein Angebot an alle, die etwa im Rahmen des Themas „Lebenslanges Lernen" oder „Erwachsenenbildung" an gerontologischen Fragen Interesse haben.

Als dritte Aufgabe schließlich soll der Arbeitsbereich mit seinen Mitarbeitern – neben Oswald noch die Erziehungswissenschaftlerin Dr. Ines Himmelsbach und der Psychologe Dr. Roman Kaspar – eine zentrale Infrastruktur für Forschung und Kommunikation schaffen, auf die weitere Projekte aufbauen können. Dabei soll an die erfolgreiche Vorarbeit des „Forum Alterswissenschaften und Alterspolitik" angeknüpft werden.

Alltagsnahes Forschen

Wichtig ist Oswald dabei, dass in Lehre und Forschung problemorientiert und alltagsnah agiert wird: „Wir forschen nicht für die Schublade." Das gilt etwa für das Projekt „Insel" (Instrument zur praxisnahen Erfassung von Lebensqualität im stationären Kontext). Hierfür wurde ein Gesprächsleitfaden entwickelt, der es im Dialog mit Bewohnern wie auch Mitarbeitenden in Pflegeheimen möglich machen soll, Lebensqualität im Heim zu messen, um diese letztlich verbessern zu können.

Ganz praxisnah und für Frankfurter Senioren besonders spannend kann auch ein Projekt werden, das – wenn die BHF-Bank-Stiftung die Finanzierung übernimmt – im April starten soll. Darin geht es um die Bedeutung des Wohnalltags im Stadtteil. Dabei kommt ein Spezialgebiet Oswalds, die ökologische Gerontologie, zum Tragen. Diese befasst sich mit Fragen des baulichen und sozialen Umfelds alter Menschen, ihrer Bedeutung für die Person und den Möglichkeiten ihrer Verbesserung. Insbesondere die im Alter wichtiger werdende emotionale Bindung an die nähere Umgebung und die damit verbundenen Folgen für das Altern im Stadtteil sollen eine Rolle spielen.

Nach einer genauen Bestandsaufname etwa der Wohnverhältnisse alter Menschen, ihrer Alltagsaktivitäten und der Zugänglichkeit für sie wichtiger Orte soll dann geprüft werden, wie der Stadtteil gestaltet werden kann, damit die Bewohner dort so lange wie möglich verbleiben können. Dabei haben die Forscher vor allem die sogenannten Risikogruppen im Blick, also etwa gehbehinderte, von Demenz bedrohte oder alleinlebende Menschen. Am Ende soll ein Anwendungskatalog herauskommen, der noch einmal mit den Betroffenen überarbeitet wird und im Idealfall als eine Art Arbeitsbuch für die Stadtteilgestaltung dienen kann.

Dass dies nur in enger Zusammenarbeit mit den Betroffenen aber auch mit den Verantwortlichen der Stadt sowie weiteren engagierten kommunalen Akteuren erarbeitet werden kann, ist für Oswald selbstverständlich.

Im Rahmen seiner internationalen Aktivitäten auf Kongressen und im Austausch mit anderen Universitäten will Oswald dann Frankfurt auch als wichtigen Standort der Alternsforschung bekannt machen. *Lieselotte Wendl*

„Lass' uns doch mal etwas unternehmen"

Polizisten in Bornheim auf Streife raten den Frankfurtern: In Gefahrensituationen sollte man möglichst Distanz halten und die 110 wählen. Foto: Oeser

Wer als Senior noch mobil ist, kann sich glücklich schätzen, in einer Stadt wie Frankfurt zu leben, bietet sie doch generell viel Kultur, Freizeitmöglichkeiten und spezielle Angebote für ältere Bürger. Über sämtliche Stadtteile hinweg verteilt liegen Kinos, Theater, Museen und weitere interessante Einrichtungen.

Viele Veranstaltungen finden allerdings in den späteren Abendstunden statt, und so mancher Senior mag angesichts der Berichte von Überfällen Bedenken haben, in der Dunkelheit unterwegs zu sein, womöglich in einem ihm noch unvertrauten Teil der Stadt. Wer sich durch solche Ängste in seiner Entfaltung nicht einschränken lassen möchte, kann in „Gewalt – Sehen – Helfen"-Seminaren des städtischen Präventionsrates lernen, wie man möglicher Gewalt im öffentlichen Raum begegnen sollte, um sich und andere rechtzeitig in Sicherheit zu bringen.

Jürgen Stiemer leitet solche Seminare zum Beispiel im Auftrag der Volkshochschule. Im Gepäck hat er stets einen Trenchcoat, eine legere Jacke, eine Aktentasche, einen Herrenhut und eine Schirmmütze. Utensilien für Rollenspiele. Die Teilnehmer seiner Seminare sollen für wenige Minuten zu Tätern und Opfern werden, sollen spüren, wie es sich anfühlt, angerempelt, beschimpft, provoziert zu werden. Und sie sollen über mögliche Reaktionen nachdenken.

Distanz halten

Bloß nicht auf den Aggressor einreden und körperliche Nähe zu ihm suchen, lautet Stiemers dringender Rat. Man solle sich vielmehr distanzieren, durch zügiges Fortgehen etwa. Mindestens vier Meter Abstand solle man schaffen. Dabei gilt: „Je mehr Zeit bis dahin vergeht, desto schwieriger ist es, auszusteigen." Das Motto des Gewaltpräventionstrainers lautet: „Kein Einstieg ist der beste Ausstieg". Man sollte das Gegenüber außerdem auf keinen Fall duzen, sondern durch ein „Sie" ebenfalls Distanz herstellen.

Man sollte Passanten durch eindeutige Aussagen wie „Dieser Mann belästigt mich" auf die Situation aufmerksam machen und Verbündete suchen. Wird man Zeuge eines Übergriffes, sollte man sich auf das Opfer konzentrieren, über ein Thema mit ihm kommunizieren, „ihm eine Brücke bauen". Spitzt sich die Situation zu, sollte man Passanten direkt ansprechen, zum Beispiel zu ihnen sagen: „Sie da in der gelben Jacke, drücken Sie den Notruf!" Auf diese Weise gewönnen verunsicherte Passanten an Sicherheit.

Notrufnummer 110 wählen

„Grundsätzlich", sagt Stiemer, „muss man übrigens nicht immer helfen". Oft gebe es gute Gründe, nicht selber einzuschreiten. Besser sei es, die Notrufnummer 110 zu wählen, statt sich selber in Gefahr zu bringen, weil man nicht weiter wisse und deshalb womöglich experimentiere.

Grundsätzlich rät Jürgen Stiemer dazu, brenzlige Situationen von vornherein zu umgehen. So sollte man sich zu später Stunde am besten mit mehreren Freunden oder Bekannten in die Stadt begeben und nicht durch dunkle, unvertraute Gegenden gehen. Sein Tipp: sich ein Taxi teilen.

Annette Wollenhaupt

Eine Auswahl von Freizeitangeboten für mobile Senioren

Eine Auswahl von Freizeitangeboten für mobile Senioren:
Die Reihe „Naturgespräche 50 +" im Senckenbergmuseum, Termine: 26. Januar, 23. Februar und 30. März; www.senckenberg.de, Anmeldung erforderlich unter Telefon 0 69 / 75 42-13 57
„Kunstgenuss"-Führungen durch die Schirn mit Kaffee und Kuchen; www.schirn-kunsthalle.de, Telefon 0 69 / 2 99 88 21 12
„Kunstgenuss" im Städel; www.staedelmuseum.de, Telefon 0 69 / 6 05 09 82 00
„Kunstgenuss" im Liebieghaus; www.liebieghaus.de, Telefon 0 69 / 6 50 04 91 10
Seniorenkino im Metropolis mit Kaffee und Kuchen vorweg; www.cinestar.de, Kartenhotline 0 18 05 / 11 88 11 für 14 Cent pro Minute vom Festnetz aus
Theater Gerlich Raabe, Infos unter www.gerlich.raabe.de; Telefon 0 69 / 68 37 45
Senioreninitiative Höchst: u. a. das Laien-Theater „Die Höchster Silberdisteln", Infos unter Frankfurter Verband: „Programm 50 plus", www.frankfurter-verband.de, Telefon 0 69 / 2 99 80 73 22
Kreativwerkstatt des Frankfurter Verbandes, Infos siehe oben. Lachyoga für Senioren im Lachclub Frankfurt, Angebot in der Kreativwerkstatt , Trainerin Anna Primann, Telefon 01 72 / 6 86 06 90
Bürgerinstitut e.V., Oberlindau 20, Telefon 0 69 / 97 20 17-0; www.buergerinstitut-ffm.de
Seniorenangebote der VHS, Infos unter www.vhs.frankfurt.de, Telefon 0 69 / 2 123 79 63 und 0 69 / 21 24 12 62
Musikschule für Ältere „Zeit für Musik"; Telefon 0 69 / 21 23 98 62
„Aktiv im Alter": Seniorensport beim Deutschen Olympischen Sportbund, www.dosb.de
Die Universität des dritten Lebensalters (U3L), www.u3l.uni-frankfurt.de, Telefon 0 69 / 79 82 30 84.

wol

Jeder hat ein Talent

Tauschringe sind eine organisierte Form städtischer Nachbarschaftshilfe. Im „Pluspunkt" fürs Nord- und Ostend gibt es spezielle Angebote für Senioren.

Um ihren verwilderten Schrebergarten am Bornheimer Hang auf Vordermann zu bringen, brauchte Hella Wüst vor zwei Jahren jemanden, der zupacken kann, aber auch Ahnung von Pflanzen hat. In den Mitgliedsunterlagen vom Zeittauschring „Pluspunkt", dem sie kurz zuvor beigetreten war, fand sie dann auch den richtigen Helfer: Jörg Noll ist gelernter Gärtner. Für mehrere Monate kam er jede Woche für ein paar Stunden mit der 63-Jährigen auf das Grundstück. „Das hat gut gepasst. Wir haben viel entrümpelt und jede Menge Zeug aus der Hütte und vom Gelände weggeschafft", erinnert sich Hella Wüst noch genau. Auch seine Pflanzenkenntnisse waren hilfreich.

Pro Viertelstunde ein Punkt

Für seinen Einsatz im Schrebergarten bekam Jörg Noll Punkte von Hella Wüst, die in seinem Tauschring-Ausweis gutgeschrieben werden. Generell ist es ein Punkt pro Viertelstunde. Es kann aber auch sein, dass die Tauschpartner eine Pauschale vereinbaren. Das können die Beteiligten miteinander aushandeln. Wenn Jörg Noll dann mal etwas braucht, vielleicht jemanden, der sein plattes Rad wieder flickt, kann er das mit seinen Pluspunkten verrechnen.

In den meisten Tauschringen wird mit Zeit bezahlt. Bei „Pluspunkt" gibt es für alle ein Startguthaben von 80 Punkten. Alle Arbeiten haben den gleichen Wert. Getauscht werden Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen. Damit lässt sich Geld sparen und es entstehen im Idealfall Kontakte, die sich in der Stadt oftmals von selbst nicht ergeben. Davon profitieren im Zeittauschring „Pluspunkt" ganz besonders ältere Menschen. Für sie gibt es einen Solidaritätstopf. Darin landen beispielsweise Spendenpunkte von Mitgliedern, die ausscheiden oder wegziehen. Die Leiterin von Pluspunkt, Doris Letzgus, erklärt das Solidaritätsprinzip: „Mitglieder, die aus Gesundheits- oder Altersgründen keine Eigenleistung mehr erbringen können

Auch für das Backen eines Kuchens vergibt der Tauschring Zeitpunkte. Foto: Oeser

und somit auch keine Punkte mehr sammeln, mit denen sie handeln können, erhalten trotzdem Unterstützung." Der Helfer werde in solchen Fällen aus dem Solidaritätstopf bezahlt. Und wenn sich jemand nicht so recht traut, um Hilfe zu bitten, für den übernimmt Doris Letzgus auch gerne mal die Vermittlung.

Ältestes Mitglied über 80 Jahre

Dieses spezielle Hilfsprinzip für Senioren rührt daher, dass „Pluspunkt" 1999 mit Hilfe einer zweckgebundenen Spende aus dem Nachlass einer älteren Frau überhaupt erst gegründet werden konnte. Die Erbschaft sollte für die Verbesserung der Lebensbedingungen von älteren Menschen im Ostend verwendet werden. Und das passiere durch den Tauschring, sagt Letzgus. Dreiviertel der 75 Mitglieder seien Frauen, meist zwischen 40 und 60 Jahren alt. Die älteste Frau bei Pluspunkt ist über 80. Der Rest sind Männer, die gerne mal nach PC-Kenntnissen oder zu Umräumaktionen gefragt werden. Und wer glaubt, er könne gar nichts Großartiges anbieten, dem antwortet Letzgus: „Wie wäre es mit Briefkasten leeren, Blumen gießen oder Kuchen backen?" Selbst Strümpfe stopfen oder bei einem Fest hinter der Theke mithelfen seien Ideen. „Jeder hat doch irgendein Talent."

Der Tauschring lebt davon, dass sich die Mitglieder untereinander selbstständig kontaktieren. Damit sich alle etwas besser kennen lernen, gibt es jeden dritten Mittwoch im Monat immer um 18 Uhr ein Mitgliedertreffen in der Lutherge-meinde, Martin-Luther-Platz 1, im Nordend. Zwei Mal im Jahr treffen sich die Mitglieder auch im Nachbarschaftszentrum Ostend in der Uhlandstraße.

Und dort trifft Hella Wüst auch Jörg Noll wieder, den sie unbedingt fragen will, ob er mal wieder Zeit hat, um ihr im Garten zu helfen. „Da sieht es schon wieder wüst aus!" *Nicole Galliwoda*

Informationen über Tauschringe gibt es im Internet unter www.tauschring.de. In Frankfurt gibt es mehrere Tauschringe.
Eine Auswahl:
Pluspunkt: Uhlandstraße 50, Telefon 0 69 / 43 96 45, E-Mail: info@nbz-ostend.de.
Bockis, Tauschring Bockenheim: Roswitha Seck, Telefon 0 69 / 70 20 00, www.tauschringbockenheim.de.
Tauschring Dribbdebach: Mona Kaiser, Schulstraße 7, Telefon 0 61 81 / 3 02 51 32. E-Mail: tauschring-dribbdebach@web.de.

Anzeige

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

Evangelische Hauskrankenpflege
Tel.: (069) 25 49 21 21
- Qualifizierte Pflege
- fachgerechte Ausführung ärztlicher Verordnungen, z.B. Injektionen, Verbandswechsel, Verabreichen von Medikamenten
- Beratung und Anleitung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratungsgespräche nach dem Pflegeversicherungsgesetz

Diakonischer Betreuungsdienst
Tel: (069) 25 49 21 31
- Hilfen im Alltag etc.

und gefördert durch die Stadt Frankfurt:
Beratung für pflegende Angehörige und Patienten
Tel.: (069) 25 49 21 41
Projekt Chronische Wunden
Tel.: (069) 25 49 21 61
Projekt Dementielle und psychische Erkrankungen
Tel.: (069) 25 49 21 13

Immer unterwegs

Wer nicht mehr gut zu Fuß ist, kriegt einfach Besuch, vom Augenoptiker, dem Vorlese- oder Einkaufsdienst. Mit dem mobilen Seniorentheater kommt selbst die Kultur direkt ins Haus.

Bärbel Rasch (Marion Kayka), adrett mit hochgesteckten Haaren und Brille, sitzt im Vorzimmer von Ferdinand Panzer (Dietmar Müller) am Schreibtisch. Im Büro der Firma ist mächtig was los. Die Arbeiter streiken gerade. Der Chef nervt. Seine verwöhnte Tochter auch. Als das Telefon klingelt, greift die Sekretärin zum Hörer: „Hier ist die Panzer AG, was kann ich für Sie tun?" Das mobile Seniorentheater macht Station im Hufeland-Haus in Seckbach. Die Cafeteria ist voll an diesem Sonntagnachmittag. An die 100 Bewohner und Besucher verfolgen das Stück der Frankfurter Laienschauspieler. „Das Scheckheft" ist eine unterhaltsame Komödie über den allein erziehenden Unternehmer Panzer, seine geldgierige Tochter, die andauernd ihren Porsche sucht, und die gewissenhafte Sekretärin Bärbel Rasch.

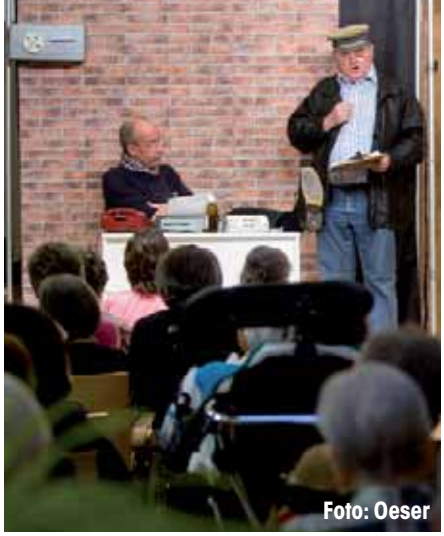
Deutlich, laut und langsam

Rund ein Dutzend Senioren haben ihren Rollstuhl zwischen den Stühlen geparkt und verfolgen gespannt die Aktionen der Schauspieltruppe. Die sind eifrig bei der Sache, sprechen auffallend deutlich, laut und langsam. Das Bühnenbild ist einfach gehalten, damit es schnell auf- und wieder abgebaut werden kann, aber mit Liebe zum Detail gestaltet. Die Backsteinmauer, Büroregale samt Ordner sind auf Tücher gedruckt und an Stangen aufgehängt. Herby Senf hat sich dafür große Mühe gegeben. „Gerade zimmert er eine Holzbank für unser nächstes Stück, ‚Kurhotel Haus Sonnenblick'", schwärmt Marion Kayka, Mitorganisatorin der zehnköpfigen Schauspielertruppe. Sie spielt auch selbst, ist aber irgendwie Mädchen für alles. Sie schleppt schon Mal die Requisiten vom Büro und Probenraum in der Kommunikationsfabrik in der Schmidtstraße zum Transporter und fährt zusammen mit einem Fahrer vom Stadtteilbüro Gallus zu den Spielorten. Sie baut dort mit auf und oft auch wieder ab. Seit einem Jahr gehört Marion Kayka zu dem mobilen Ensemble, das sich erst Anfang 2009 gegründet hat. Es läuft gut, die Nachfrage von Seiten der Heime und Senioreneinrichtungen ist groß.

Unterhaltung interaktiv

Initiator Siegfried Wein (68) macht sich dennoch etwas Sorgen. „Wir haben finanzielle Probleme, weil die Miete in der Kommunikationsfabrik nach dem Umbau steigt. Außerdem wäre ein eigenes Fahrzeug für die vielen Transporte wichtig." Von seinem Konzept ist er überzeugt. „Wir beziehen die älteren Zuschauer mit ein, stellen Zwischenfragen und singen auch mal zusammen ein Lied", sagt Wein. Nur einfach ein fertiges Stück aufführen, nein, das ginge nicht. Das Programm, die Sprechlautstärke und die Länge des Stücks werden mit der Heimleitung abgesprochen.

Damit alles klappt, proben die Darsteller zwei Mal in der Woche zwei Stunden. Ihr Ziel ist es, eine Vorstellung pro Woche in Heimen und anderen Seniorenresidenzen im Raum Frankfurt aufzuführen. „Viele Senioren-Einrichtungen liegen abgelegen am Stadtrand. Die meisten Bewohner gehen nicht mehr großartig aus, einige sitzen im Rollstuhl oder brauchen eine Gehhilfe. Damit sie auch mal Spaß und Unterhaltung haben, kommen wir direkt ins Haus", erklärt Marion Kayka das Prinzip. Für die Zuschauer ist der Theaternachmittag kostenlos. Die Darsteller stehen ehrenamtlich auf der Bühne und sind zum Teil selbst Rentner oder Ein-Euro-Jobber, die Spaß am Spielen haben. Mehr Infos unter www.senioren-theater.de oder übers Büro unter Telefon 0 69 / 74 73 06 54. Am Samstag, 23. Januar, spielt das Ensemble um 16 Uhr im Altenzentrum Santa Teresa in Hausen, Große Nelkenstraße 12–16.



Das Seniorentheater ist mobil und führt seine Stücke zum Beispiel im Hufeland-Haus vor.

Optikermeister on Tour

Besonders für die weniger mobilen alten Menschen sind solche Angebote Gold wert. Genauso wie die Besuche des mobilen Augenoptikers. Die Firma Optic66 verfügt über ein Team von zwölf Augenoptikern, die sie seit März 2007 deutschlandweit speziell in Pflegeeinrichtungen, Heime und Seniorenresidenzen schickt. Die Mitarbeiter, allesamt Optikermeister, werden speziell geschult, damit sie mit pflegebedürftigen und bettlägerigen Patienten sowie Menschen mit Demenz oder Alzheimer einfühlsam umgehen. Sie bringen zu ihren Besuchen ein Sortiment an Brillengläsern und Fassungen mit, kontrollieren kostenlos die Sehstärke und haben auch Etuis und Reinigungssets dabei. Kleinere Reparaturen etwa am Bügel werden direkt erledigt, sagt Optikermeister Grunewald, der im Frankfurter Raum unterwegs ist. Die Kunden können einen 24-Stunden-Reparaturservice nutzen. „Wir übernehmen die vollständige Abwicklung sowie das Bearbeiten von augenärztlichen Verordnungen", sagt Grunewald. Informationen unter www.meinmobileroptiker.de oder unter Telefon 0 67 21 / 15 35 10.

Nicole Galliwoda

Weitere Angebote als Beispiele

Die Stadt Frankfurt bringt Broschüren über Bring- und Serviceleistungen in den Stadtteilen für ältere Menschen heraus, die in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat entstanden sind. Einige gibt es schon, andere erscheinen im Frühjahr 2010. Infos unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de. Die Mobithek in der Nordweststadt ist ein mobiler Bücherlieferdienst vom Einkaufsservice 60plus und der Nordweststadtbibliothek. Die Mitarbeiter versorgen nicht-mobile Senioren mit Lebensmitteln, Büchern, Zeitschriften, Musik-CDs, CD-ROMs und DVDs. Telefon: 0 69 / 21 23 22 18. Der Landeswohlfahrtsverband betreibt Tagesstätten für Senioren. Fahrdienste übernehmen den Transport. Informationen: Frankfurter Werkgemeinschaft, Schopenhauer Straße 9, Telefon: 0 69 / 94 94 76 72 25. *gal*

Anzeige

Heute schon was vor?

Das neue Programm 50+ ist da.

Jetzt in unseren über 80 Treffpunkten & Begegnungszentren
und im Internet unter www.frankfurter-verband.de

FRANKFURTER VERBAND

Die Informationsbörse zum gemeinschaftlichen Wohnen war gut besucht. Am Stand: Birgit Kasper. Foto: FKK-Christ

Gemeinsam statt einsam

Immer mehr Menschen suchen nach neuen Wohnformen

Renate Rütten findet es spannend, sich mit vielen Menschen auseinanderzusetzen. Die 73-Jährige wohnt im generationenübergreifenden Wohnprojekt des Vereins „anders leben – anders wohnen“. 2002 in Bergen-Enkheim erbaut, war es das erste seiner Art in Frankfurt. Renate Rütten war von Anfang an dabei.

„Hier habe ich mehr Menschen kennen gelernt, als in 15 Jahren Eigentumswohnung in Niederrad”, sagt die pensionierte Lehrerin heute. In dem Haus mit acht Wohnungen leben derzeit zehn Erwachsene sowie sechs Kinder und Jugendliche. Die Jüngste ist vier, die Älteste 79 Jahre alt. Renate Rütten hat öfter Kinder aus dem Haus zu Gast. Wenn es ihr schlecht geht, begleitet einer der Hausbewohner sie zum Arzt oder erledigt den Einkauf. Ab und zu frühstückt die Hausgemeinschaft zusammen oder geht ins Kino.

Netzwerk für gemeinschaftliches Wohnen

So wie Renate Rütten gibt es viele Menschen in Frankfurt, die im Alter lieber gemeinsam statt einsam leben wollen. Im Wohnungsamt der Stadt Frankfurt gibt es seit März eine Koordinations- und Beratungsstelle des Vereins „Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen”, in dem sich eine Reihe von Initiativen zusammengeschlossen hat. Beispielsweise die Mitt- und Endvierziger der Gruppe „Alt, aber nicht kalt”, der Verein „Gewagt“, der in Niederrad ein Wohnprojekt inklusive Demenz-WG plant, die „Preungesheimer Ameisen”, die Senioren der „SenSe” oder die „Genossenschaft Fundament”, die auf dem Naxos-Gelände ihre Wohnpläne verwirklichen will.

Die Koordinationsstelle führte im ersten Halbjahr bereits 100 Beratungsgespräche mit Menschen, die sich für gemeinsames Wohnen interessieren. Insgesamt sind schon acht gemeinschaftliche Wohnprojekte zwischen Bockenheim und Preungesheim realisiert, Tendenz steigend.

Ansprechpartnerin für alle, die gerne in einer Hausgemeinschaft leben wollen, ist Birgit Kasper. Die Stadtplanerin berät zunächst befristet auf ein Jahr interessierte Bürger und stellt auf Wunsch Kontakte zu bestehenden Projekten her. Sie unterstützt die Initiativen des Netzwerks, vermittelt zwischen ihnen und den Ämtern der Stadt und sorgt mit Infobörsen, Arbeitskreisen und Öffentlichkeitsarbeit dafür, dass immer mehr Menschen ihren Traum vom Teilen verwirklichen können.

Drei Jahre dauert es mindestens, bis in der Stadt am Main ein alternatives Wohnprojekt bezogen werden kann, schätzt Birgit Kasper. Von der Gründung einer Initiative über die Planung bis zum Bau.

Nicht für jeden geeignet

„Hausgemeinschaften sind nicht für jeden geeignet”, gibt Kasper zu bedenken. Das Zusammenleben sei verbindlich, die gegenseitige Hilfe wie in Bergen-Enkheim vertraglich festgeschrieben. Im Unterschied zur Großfamilie wohne man zwar in getrennten Wohnungen, der regelmäßige Austausch sei aber ausdrücklich erwünscht. Wer sich also ein verbindliches Zusammenleben mit anderen Menschen vorstellen kann, der sollte spätestens mit 50 anfangen, es zu realisieren, rät Kasper. *Judith Gratza*

Zum Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen gehören acht Wohnprojekte, zehn Initiativen, 21 Einzelmitglieder, fünf Fördermitglieder. Die Koordinierungsstelle für gemeinschaftliches Wohnen ist im Erdgeschoss des Wohnungsamtes, Adickesallee 67–69. Sprechzeiten sind dienstags (16.30 bis 18.30 Uhr) und mittwochs (15 bis 17 Uhr) sowie nach Vereinbarung. Telefon 0 69 / 9150 10-60 oder -62. Infos im Internet unter www.gemeinschaftliches wohnen.de. *Gratza*

Anzeige

Die Fahrt ist das Ziel!

Behindertengerecht ausgestattete Fahrzeuge sind das Eine. Kompetente Fahrer mit einem Tick mehr Freundlichkeit, Wärme und Herzlichkeit das Andere. Damit Sie nicht nur sicher ankommen, sondern sich auch gut dabei fühlen – rund um die Uhr und auch am Wochenende.

FRATERNITÄT
Behinderten-Selbsthilfe eV
Fahrdienst

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

Wohin mit Dingen, die man selbst nicht mehr braucht?

Die Blumenvase ist wunderschön, doch eigentlich nur ein Staubfänger. Pfeffer- und Salzstreuer brauche ich auch nicht in zweifacher Ausführung. Und die Jacke vom vorigen Winter ist zwar hübsch, doch ich habe nichts, was so richtig zu ihr passt. Bloß: Wohin mit Vase, Salzstreuer und Jacke?

Es gibt gleich mehrere Möglichkeiten. Je nachdem, ob man für das, was man weggibt, noch ein wenig Geld zur Aufbesserung der vielleicht nur kleinen Rente haben möchte, oder es für einen guten Zweck auch spenden würde. Wer den Kontakt mit Menschen mag und zu Preisverhandlungen bereit ist, für den ist ein Flohmarkt genau das Richtige. Es gibt sie in ganz groß und ganz klein. Am bekanntesten ist die Riesenausgabe am Mainufer, aber auch der Flohmarkt vor der Höchster Jahrhunderthalle, der Flohmarkt am Ratsweg vor der Eissporthalle oder die überdachte Variante im Hessen-Center Bergen-Enkheim ziehen immer wieder, bevorzugt am Wochenende, Neugierige und Käufer an.

Wer es lieber klein mag, kann sich an Flohmärkten der Kirchengemeinden beteiligen. Die Standmieten sind hier günstiger als bei den Großen. Manchmal muss man nur einen Kuchen backen, der dann am Büffet für einen guten Zweck verkauft wird.

Selbst verkaufen

Nett kann es auch sein bei den vielen kleinen Flohmärkten anlässlich von Straßenfesten. Ein Tipp: Seit vielen Jahren besonders beliebt ist der Flohmarkt beim Rotlintstraßenfest der Grünen. Wer hier seine Sachen anbietet, kann sich eines großen Andranges von Schnäppchensuchern sicher sein.

Wer gerne Kontakt zu jüngeren, politisch und sozial engagierten Leuten hat und zugleich einen ungewöhnlichen Flohmark mit eigenem Charme kennen lernen möchte, der kann gegen eine Spende beim Nachtflohmarkt des Stadtteilprojektes Rödelheim mitmachen. Der Flohmarkt findet einmal im Monat in einem gemütlichen Hinterhof von 14 Uhr bis 22 Uhr statt. Wenn's dunkel wird, spenden Fackeln schönes Licht.

Schließlich ist es auch möglich, einen eigenen kleinen Trödelmarkt gemeinsam mit ein paar Nachbarn zu organisieren. Eine Idee, die sich im Stadtteil Hausen schon richtig etabliert hat. Hier laden die Bewohner gleich mehrerer Straßen ein Mal im Jahr zu einem Straßenflohmarkt ein.

Dafür gibt es ein paar Euro

Eine Alternative für alle, die Kleidung, Schuhe und Accessoires loswerden möchten, sind natürlich auch die Second Hand-Boutiquen im Stadtteil. Wer sich speziell von Büchern trennen möchte, kann es in einem Antiquariat versuchen, allerdings sollte man es mit realistischen Preisvorstellungen aufsuchen. Da der Antiquar am Verkauf der Bücher verdienen möchte, sollte man bei einer Internetpreisrecherche

Auch beim Flohmarkt am Museumsufer in Sachsenhausen zeigen Besucher Interesse für gebrauchte Gegenstände. Foto: Oeser

eher die niedrigen Preisnennungen zur Orientierung heranziehen. Tabu sind Bücherclubausgaben, weit verbreitete Unterhaltungsliteratur und Bücher mit Anstreichungen. Widmungen sind zwar wertmindernd, das Buch wird allein deshalb jedoch nicht grundsätzlich abgelehnt.

Sachspenden erwünscht

Wer nicht verkaufen, sondern spenden möchte, kann das im Bockenheimer DRK-Kleiderladen (Große Seestraße 30, Telefon 0 69/24 27 74 12) tun oder beim Second Hand-Warenhaus der Werkstatt Frankfurt (Lärchenstraße 135, Telefon 0 69/9 41 00 50), das auch gut erhaltene Möbel annimmt. Der „Familien-Markt" von Diakonie und Caritas in der Freiligrathstraße 37 nimmt auch Sachspenden entgegen und hilft bei Wohnungsauflösungen, Telefon 0 69/90 43 67 80 und im Internet: www.familienmarkt-frankfurt.de. Der Oxfam-Shop am Merianplatz (Telefon 0 69/44 69 62) nimmt neben gut erhaltener modischer Kleidung für Männer, Frauen und Kinder, auch Schuhe, Taschen, Bücher und Haushaltsartikel an. Ein weiterer Oxfam-Shop in der Töngesgasse (Telefon 0 69/21 99 71 36) nimmt ausschließlich sehr gut erhaltene Bücher und CDs an. Mit den Verkaufseinnahmen finanziert die Organisation Oxfam, die mittlerweile Shops in 22 deutschen Städten unterhält, Entwicklungsprojekte auf der ganzen Welt.

Annette Wollenhaupt

Anzeige

Rhein-Main-Residenz Frankfurt
Wohnkonzept 50 Plus
Eigentumswohnungen ab € 149.500,-

hochwertige Ausstattung, stufenfreie Zugänge, Aufzug, Parkettböden, Bibliothek, Kaminzimmer, Wellnessbereich, Sicherheitskonzept, Betreuungsdienst Diakonie im Haus

Beratung vor Ort: Di 14–17 Uhr, Fr 11–14 Uhr, Sa 11–14 Uhr
in der Altenhöferallee (gegenüber Riedberg Zentrum) Ffm-Riedberg

Telefon: 0 61 03/80 49 90 · www.rhein-main-residenz.de

Mit Bus und Schiff unterwegs

Tagesausflüge vom 26. Mai bis 9. September 2010

Für 64 Reisegruppen mit insgesamt 3.000 Frankfurter Bürgerinnen und Bürgern heißt es wieder, Tagesausflüge in netter Gesellschaft verbringen zu können. Es konnten erneut zwei reizvolle Reiseziele ausfindig gemacht werden.

▶ Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme an den Ausflügen ist nicht an eine Einkommensgrenze gebunden. Mitfahren können alle Frankfurterinnen und Frankfurter ab 65 Jahren, die nicht an den Seniorenreisen der Stadt Frankfurt 2010 teilnehmen. Bei gemeinsam teilnehmenden Ehepaaren kann ein Partner auch jünger (ab 60 Jahre) sein. Nach Möglichkeit sollen Alleinstehende bevorzugt werden. Falls mehr Nachfrage besteht als Karten vorhanden sind, werden vorrangig diejenigen berücksichtigt, die im letzten Jahr nicht an den Tagesausflügen teilgenommen haben. Wer über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „B" verfügt, kann auch für eine erwachsene Begleitperson eine Karte erwerben.

▶ Wo gibt es Karten?

Der Kartenverkauf erfolgt über die Sozialbezirksvorsteher (SBV). Wer eine Teilnehmerkarte reservieren möchte, muss sich bei dem je nach Stadtbezirk zuständigen SBV (siehe Liste unten) **telefonisch bis spätestens 5. Februar 2010** anmelden. Da es für jeden Stadtbezirk nur eine begrenzte Anzahl von Karten gibt, wird die Vormerkung nur unter Vorbehalt entgegengenommen.

Die Karte für beide Touren kostet 27 Euro. In diesem Preis sind sowohl der Land- als auch der Schiffsausflug mit jeweils Mittagessen und Kaffeegedeck enthalten. Wie gewohnt gibt es wieder eine musikalische Unterhaltung auf dem Schiff.

Busausflug nach Worms

In der Zeit vom 26. Mai bis 9. September (außer vom 5. bis 8. und vom 12. bis 14. Juli) startet der Reisebus werktags um 8 Uhr von der Abfahrtsstelle im jeweiligen Stadtteil nach Worms am Rhein.

In der Nibelungenstadt angekommen, ist ein Besuch des Wormser Tiergartens vorgesehen. In diesem Park (8,5 Hektar) leben über 350 Tiere 80 verschiedener Tierarten.

Anschließend wird man zum Mittagessen im „Hotel-Restaurant Kriemhilde", direkt im Stadtzentrum gegenüber dem Wormser Dom, erwartet. Zwischen Mittagessen und Kaffeetrinken kann man den Dom besichtigen oder die

Von der Altstadt bis Zeilsheim: Diese Sozialbezirks

Altstadt/Innenstadt (010, 040, 050, 060) Mariano Franchi, Tel. 23 34 16	**Eckenheim** (461) Ursula Plahusch, Tel. 54 18 11	**Harheim** (660) Alfred Vogel, Tel. 0 61 01/4 26 59
Bahnhofsviertel (090) Helga Lübke, Tel. 0179/6 20 00 09	**Eschersheim** (451, 452) Helga Scholz, Tel. 51 48 86	**Heddernheim-Ost** (431) Franz-Georg Reusch, Tel. 58 31 63
Bergen-Enkheim (680) Oskar Pfreundschuh, Tel. 0 61 09/37 140	**Fechenheim-Nord** (510) Günter Ebisch, Tel. 41 55 95	**Heddernheim-West** (432) Hans-Dieter Amthor, Tel. 95 73 30 16
Bockenheim (163, 341, 342) Ilse Glowacki, Tel. 7 07 24 46	**Fechenheim-Süd** (520) Margot Grana, Tel. 41 35 79	**Höchst** (570, 580, 591, 592) Dr. Johannes Harsche, Tel. 01 71/7 81 80 88
Bockenheim (350) Fritz Kromschröder, Tel. 70 43 79	**Frankfurter Berg** (492) Karl-Heinz Gau, Tel. 54 69 79	**Innenstadt** (070, 080) Margarete Bacherl, Tel. 29 34 83
Bockenheim (361, 362) Fritz Kromschröder, Tel. 70 43 79	**Gallus** (152, 153, 154) Renate Heurich, Tel. 73 27 45	**Kalbach-Riedberg** (650, 651) Klaus-Jürgen Hawer, Tel. 50 22 92
Bockenheim/Hausen (343, 410) Stefan Pfaff, Tel. 76 68 28	**Gallus** (161, 162, 164, 165) Hans-Jürgen Möller, Tel. 73 64 26	**Nied** (561, 562) Karin Willems, Tel. 39 27 79
Bonames (491) Paul Barth, Tel. 47 86 18 84	**Ginnheim/Dornbusch** (441, 442) Kurt Trinkner, Tel. 52 80 95	**Nieder-Erlenbach** (640) Barbara Libbach, Tel. 0 61 01/5 97 04 34
Bornheim (271, 272, 290) Elsbeth Muche, Tel. 44 88 75	**Goldstein** (532, 533) Helmut Frank, Tel. 6 66 51 09	**Nieder-Eschbach** (670) Dr. Jutta Mildner, Tel. 50 83 04 50
Bornheim (281, 282) Lieselotte Weber, Tel. 45 22 54	**Griesheim** (541, 542, 551, 552) Margret Winterer, Tel. 38 17 51	**Niederrad** (371, 372) Marita Schock, Tel. 6 66 36 34
Dornbusch-Ost (462, 463) Dora Sedlacek, Tel. 52 90 37	**Gutleutviertel** (151) Marlen Vahsel, Tel. 25 36 38	**Niederursel-Ost** (481, 483, 484) Ingrid Damian, Tel. 57 52 28

Der Dom zu Worms ist einen Ausflug wert. Foto: Stadt Worms, Presseabteilung

ganz in der Nähe liegende Fußgängerzone zu einem gemütlichen Spaziergang beziehungsweise zu einer Shoppingtour nutzen.

Kaffee und Kuchen werden ebenfalls in den Räumlichkeiten des „Hotel-Restaurants Kriemhilde" serviert.

Die Rückreise nach Frankfurt ist für 16.30 Uhr vorgesehen.

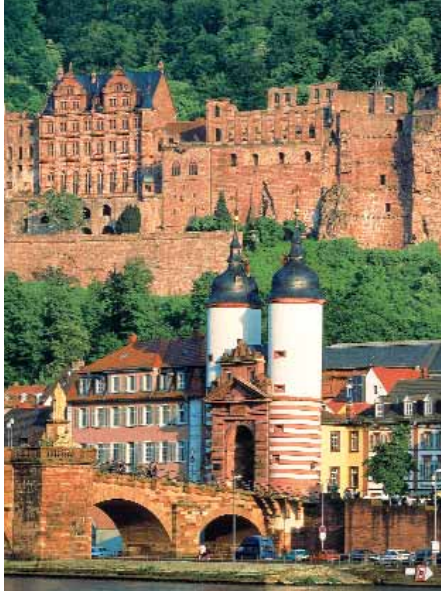
Schiffsausflug nach Heidelberg

Fahrttermine: vom 5. bis 8. und vom 12. bis 14. Juli.

Die Reisebusse starten um 7.30 Uhr von den Abfahrtsstellen aus verschiedenen Stadtteilen und steuern den Anlegeplatz in Neckarsteinach an.

Mit dem Personenfahrgastschiff „Franconia" geht es anschließend flussabwärts nach Heidelberg. An Bord des Schiffes wird ein leckeres Mittagessen um am Nachmittag Kaffee und Kuchen serviert. Heidelberg, die Stadt mit der ältesten Universität Deutschlands (gegründet 1386) liegt in landschaftlich reizvoller Lage am Austritt des Neckars aus dem Odenwald in die Rheinebene. Sie gehört zu Baden-Württemberg und wird 1196 erstmals urkundlich erwähnt.

Der Reisegruppe stehen nach Anlegen der „Franconia" zweieinviertel Stunden zur freien Verfügung, um zum Beispiel die historische Altstadt oder die berühmte Schlossruine zu besichtigen.



Alt Heidelberg du feine.... Foto: Heidelberg Marketing GmbH

Um 15.15 Uhr trifft sich die Gruppe für die Rückfahrt auf dem Schiff.

Gegen 17.45 Uhr legt das Schiff in Hirschhorn an. Anschließend erfolgt die weitere Rückfahrt mit dem Bus nach Frankfurt am Main zur jeweiligen Ausgangshaltestelle.

vorsteher nehmen Kartenwünsche entgegen

Niederursel-West (482) Ilse Kerssebaum, Tel. 57 00 02 13	**Praunheim** (422, 424, 425) Christa Jestädt, Tel. 76 41 77	**Sachsenhausen-Nord / Süd** (331, 332) Klaus-Dieter Ortlepp, Tel. 01 63/5 65 78 88
Nordend-Ost (130) Ilka Werner, Tel. 45 37 75	**Praunheim-Nord** (426) Klaus Knörzer, Tel. 58 71 71	**Sachsenhausen-Süd** (323, 326) Heike Stahnke, Tel. 61 99 50 50
Nordend-Ost (221, 222) Edeltraud Bien-Engelhardt, Tel. 45 67 58	**Praunheim-Westhausen** (423) Lieselotte Bollbach, Tel. 76 28 20	**Schwanheim** (531) Susan Spencer, Tel. 35 43 95
Nordend-Ost (230) Edith Müller, Tel. 43 03 88	**Preungesheim / Berkersheim** (470, 500) Paul Marx, Tel. 5 48 23 24	**Seckbach** (390) Marianne Friedrich, Tel. 47 12 73
Nordend-Ost (240) Arnulf Kühner, Tel. 01 60/90 20 74 48	**Riederwald** (262) Winfried Naß, Tel. 41 52 35	**Sindlingen** (601, 602) Gisela Lünzer, Tel. 37 14 53
Nordend-West (120) Barbara Hübner, Tel. 59 40 34	**Rödelheim-Ost** (401) Ingrid Kruske, Tel. 78 51 33	**Sossenheim** (631, 632) Eva Scholz, Tel. 34 32 39
Nordend-West (201, 202, 203) Ingo Pommerening, Tel. 49 81 64	**Rödelheim-West** (402) Barbara Reuff, Tel. 78 27 22	**Unterliederbach** (621, 622, 623) Heinz Alexander, Tel. 30 31 76
Nordend-West (211, 212, 213) Gerhard Schelbert, Tel. 55 52 42	**Sachsenhausen-Nord** (300) Karl-Günter Schneider, Tel. 65 91 74	**Westend-Süd / Nord** (110, 191, 192) Hildegard Gabriel-Malaika, Tel. 72 82 02
Oberrad (380) Ute Widdra, Tel. 65 23 13	**Sachsenhausen-Nord** (321) Hans Günter Joras, Tel. 60 60 54 65	**Westend-Süd** (100, 170) Christiane Gärtner, Tel. 74 56 52
Ostend / Osthafengebiet (140, 261) Gertrud Schuster, Tel. 49 35 26	**Sachsenhausen-Nord** (322) Irene Essenwanger, Tel. 6 31 13 38	**Westend-Süd** (180) Christa Kasper, Tel. 56 53 54
Ostend (251, 252) Hannelore Mees, Tel. 49 20 73	**Sachsenhausen-Nord** (324) Roswitha Girst, Tel. 61 82 94	**Zeilsheim** (604, 611, 612) Maria Berk, Tel. 36 29 40

Seniorenreisen 2010 von April bis September

Die Seniorenreisen der Stadt Frankfurt sind so begehrt, dass die Terminscheine größtenteils vergeben sind – außer für Selbstzahler (wie in der letzten SZ berichtet, konnten bereits Terminscheine beantragt werden). Diejenigen, die schon einen erhalten haben, können sich auf den folgenden Seiten über das umfangreiche Programm informieren, welches das Team vom Rathaus für Senioren wieder auf die Beine gestellt hat – und sich dann für eine Reise entscheiden. Denn mitten im Winter macht die Planung für „Sommerträume“ am meisten Spaß. Von April bis September stehen verschiedene Touren auf dem Programm.

Wie und wo anmelden?

Wie in der SZ angekündigt, benötigt man zur Anmeldung einen so genannten Terminschein. Dieser konnte vorab im Rathaus für Senioren angefordert werden. Es besteht jedoch die Möglichkeit, ab dem 10. März telefonisch unter der Telefonnummer 0 69/2 12-4 99 44 nachzufragen, ob Plätze nicht besetzt oder eventuell freigeworden sind.

Unterlagen mitbringen

Zur Buchung müssen der Terminschein und alle dort aufgeführten Unterlagen unbedingt mitgebracht werden (dabei bitte auf das angegebene Datum auf dem Terminschein und die Sprechzeiten im Rathaus für Senioren achten). Bei Selbstzahlern genügt es, den gültigen Personalausweis vorzulegen und den Terminschein mitzubringen. Wer im Besitz eines Schwerbehindertenausweises ist, sollte auch diesen vorlegen. Die bei der Buchung anfallende Bearbeitungsgebühr in Höhe von 20 Euro pro Person ist im jeweiligen Haus vor Ort zu zahlen.

Wer kann mitfahren?

Generell können alle Frankfurter Bürgerinnen und Bürger, die 65 Jahre oder älter sind, an den Seniorenurlauben teilnehmen. Für gemeinsam reisende Ehepaare gilt, dass zumindest ein Partner 65 Jahre, der andere älter als 60 Jahre sein muss. Alleinstehende sowie Ehepaare können auch teilnehmen, wenn sie entweder eine Erwerbsunfähigkeits-/Unfallrente oder eine Rente wegen voller Erwerbsminderung erhalten oder zu 50 Prozent schwer behindert sind.

Einkommensgrenzen und Kosten

Wer eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschreitet, hat die Möglichkeit alle zwei Jahre kostenbefreit mitzufahren. Selbstzahlern ist die Mitfahrt beliebig oft möglich. Die Einkommensgrenze für die kostenbefreite Mitfahrt beträgt zurzeit für Alleinstehende 718 Euro und für Ehepaare gemeinsam 970 Euro, jeweils zuzüglich der Miete inklusive Umlagen (jedoch ohne Heizkosten). Wird diese Grenze bis zu 76,70 Euro überschritten, ist ein Eigenanteil in Höhe des überschreitenden Betrags (bis maximal 76,70 Euro) zu zahlen. Bei noch höherem Einkommen müssen die Reisekosten selbst übernommen werden.

Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main; Sprechzeiten: montags und donnerstags von 8 bis 12 Uhr sowie 13 bis 15 Uhr. Hotline: 0 69/2 12-4 99 44

Haus-zu-Haus-Verkehr mit Kleinbussen

Bad Emstal / Nordhessen – Parkhotel „Emstaler Höhe“ ****

Bad Emstal liegt idyllisch im Naturpark Habichtswald etwa 20 Kilometer südwestlich von Kassel. Auf einem gut ausgebauten Wegenetz von 90 Kilometern durch die umliegenden Wälder genießt man traumhafte Aussichten und findet dort Rundwanderwege für alle Ansprüche vor.

Das Parkhotel „Emstaler Höhe” liegt direkt am Kurpark. Das Thermalbad, das aus einer 34 Grad warmen Mineralquelle aus fast 800 Metern Tiefe gespeist wird, erreicht man in nur fünf Gehminuten. Zum Ortszentrum gelangt man in etwa zehn Minuten.

Das komfortabel ausgestattete Haus bietet dem Gast eine behagliche Atmosphäre und einen individuellen und freundlichen Service. Ein Aufzug ist vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche oder Bad/WC, ein Sektfrühstück am Sonntag, ein Halbtagesausflug, eine Hydro-Jet-Massage, ein Kegelnachmittag (zwei Stunden) und ein nordhessisches Abendbuffet.

Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:

14 Tage = 828,24 Euro

Termine:

Mo. 07.06. – 21.06.2010 (14 Tage)
Mo. 21.06. – 05.07.2010 (14 Tage)
Mo. 05.07. – 19.07.2010 (14 Tage)
Mo. 19.07. – 02.08.2010 (14 Tage)

Bad Bocklet / Fränkische Saale – Kurpension und Sanatorium „Trümbach"

Bad Bocklet, das Biedermeierbad am Rande der bayerischen Rhön, liegt eingebettet in eine Saaleschleife. Das mit mineralischen Süßwasserquellen ausgestattete Staatsbad zeichnet sich durch sein gut temperiertes, sommerkühles Mittelgebirgsklima aus. Der Kurgarten ist eine Oase der Ruhe, und der Skulpturengarten vermittelt einen Hauch von Extravaganz. Ein Spaziergang entlang des romantischen Saaleufers belohnt mit einem herrlichen Blick auf Bad Bocklet. In der Rhön sind das „Rote Moor" und auch das „Schwarze Moor" einen Ausflug wert.

Die Pension „Trümbach" liegt inmitten eines großen Gartens mit altem Baumbestand, reizvoll, ruhig und nahe dem Wald. Das Haus verfügt über eine Liegehalle und einen Liegegarten mit schönem Weitblick sowie ein Hallen-Bewegungsbad mit konstanten 31 Grad. Eine medizinische Badeabteilung sowie ein Kosmetikstübchen sind ebenfalls vorhanden. Die staatlichen Kuranlagen erreichen Sie in wenigen Gehminuten.

Kurmaßnahmen bieten sich in Bad Bocklet bei folgenden Erkrankungen an: Herz- und Kreislauferkrankungen, Erkrankungen der Gefäße, des rheumatischen Formenkreises, des Nervensystems, ferner bei Wirbelsäulenerkrankungen und Frauenleiden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Telefon, TV, Begrüßung mit Sektempfang, ein Nachmittag mit Kaffee und Kuchen, einmal wöchentlich Wassergymnastik mit Physiotherapeut, hauseigene Hallenbadbenutzung.

Diäten: Diabetes, Schon-, Reduktionskost.

Kosten: VP; inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 737,80 Euro
21 Tage = 1.106,70 Euro

Termine:
Mo. 03.05. – 17.05.2010 (14 Tage)
Mo. 17.05. – 31.05.2010 (14 Tage)
Mo. 31.05. – 14.06.2010 (14 Tage)
Mo. 14.06. – 05.07.2010 (21 Tage)
Mo. 05.07. – 19.07.2010 (14 Tage)
Mo. 19.07. – 02.08.2010 (14 Tage)
Mo. 02.08. – 16.08.2010 (14 Tage)
Mo. 16.08. – 30.08.2010 (14 Tage)

Bad Mergentheim / Taubertal – Kurhotel „Alexa"

Bad Mergentheim, traditionsreicher Kurort mit heilklimatischen Quellen für Trink- und Badekuren, liegt an der „Romantischen Straße" im Taubertal, etwa 35 Kilometer südwestlich von Würzburg. Heilung ist unter anderem angezeigt bei Stoffwechselerkrankungen oder bei Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparates.

Das Haus Alexa befindet sich im ruhigen Hotelgebiet Taubergrund, eingebettet in einen parkähnlichen Garten mit altem Baumbestand. Die historische Altstadt und den Kurpark erreicht man auf ebenen, schattigen Wegen. Badefreuden kann man im städtischen Freibad oder im Bade- und Wellnesspark „Solymar" genießen.

In den gemütlich eingerichteten Zimmern herrscht Rauchverbot, jedoch steht ein Raucherzimmer zur Verfügung. Ein Aufzug ist vorhanden. Nach ärztlicher Verordnung können in der Bäderabteilung des Hauses medizinische Bäder, Massagen, Fangopackungen und Kneipp'sche Anwendungen genommen werden. Ein Arzt kommt regelmäßig ins Haus.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV, Telefon. Kostenlose oder ermäßigte Teilnahme an den Veranstaltungen der Kurverwaltung und des Verkehrsvereins.

Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost. Bei anderen Diäten ist ein Aufschlag zwischen 1,50 und 2 Euro pro Tag zu entrichten.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 756,00 Euro

Termine:
Fr. 02.07. – 16.07.2010 (14 Tage)
Fr. 16.07. – 30.07.2010 (14 Tage)
Fr. 30.07. – 13.08.2010 (14 Tage)
Fr. 13.08. – 27.08.2010 (14 Tage)

Bad Brückenau-Staatsbad / Bayerische Rhön – Kurpension-Hotel „Jägerhof"

Das bayerische Staatsbad Bad Brückenau liegt im Süden des Naturparks und Biosphärenreservats Rhön im malerischen Sinntal, umgeben von urtümlichen Wäldern und saftigen Wiesen.

Das größte Geschenk der Natur an Bad Brückenau sind die einzigartigen Heilwässer aus fünf Quellen, deren heilende Kraft hier seit mehr als 250 Jahren genutzt wird.

Die Kurpension „Jägerhof" liegt in unmittelbarer Nähe des Kurparks in einem großzügig angelegten, Garten mit Liegewiese. Hallenbad und Sauna befinden sich im Haus. Ganz- und Teilkörpermassage sind mit Voranmeldung gegen Rezept oder Selbstzahlung im Wellnessbereich möglich. Ein Aufzug ist vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Telefon, Radio und Kabel-TV, unentgeltliche Nutzung des Hallenbades und der Sauna, Begrüßungstrunk, ein festliches Menü bei Kerzenschein, Abschiedsabend, Musikabend sowie eine Halbtagesfahrt.

Reiseteilnehmer, die ein Zimmer mit Balkon wünschen, können dies nach Verfügbarkeit gegen einen Aufpreis von täglich 2,00 Euro vor Ort buchen.

Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Schonkost, Reduktionskost, lacto-vegetarische Kost.

Für Diabetikerkost, bei der die Einheiten genau auf 4 bis 7 Mahlzeiten berechnet werden müssen, ist ein Aufschlag von täglich 3 Euro zu zahlen. Er ist von jedem Teilnehmer selbst zu tragen. Die Stadt Frankfurt zahlt hierfür keinen Zuschuss.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 774,20 Euro

Termine:
Mi. 02.06. – 16.06.2010 (14 Tage)
Mi. 16.06. – 30.06.2010 (14 Tage)
Mi. 30.06. – 14.07.2010 (14 Tage)
Mi. 14.07. – 28.07.2010 (14 Tage)
Mi. 28.07. – 11.08.2010 (14 Tage)

Reinhardshausen / Nordhessen – „Fennels Aktivhotel" ***

„Fennels Aktivhotel" befindet sich in zentraler Lage von Reinhardshausen, einem Kurort und zugleich Stadtteil von Bad Wildungen. Das Kurzentrum mit Kurmittelabteilung, Kurpark und Wandelhalle liegt nur wenige Schritte entfernt. Vor einigen Jahren wurde der Kurpark nach Osten hin durch eine naturnahe „grüne Brücke" mit dem benachbarten Kurpark Bad Wildungens verbunden. Daher kann man heute durch den größten Kurpark Europas direkt nach Bad Wildungen spazieren.

Ein Mineralschwimmbad, die Quellen Therme mit 32 Grad warmem Wasser, ist nur etwa 100 Meter vom Hotel entfernt.

Im Hotel finden Sie zu jeder Jahreszeit Ruhe und Erholung in familiärer Atmosphäre. Im Sommer sind die Sonnenterrasse, Liegewiese und der gepflegte Garten beliebte Treffpunkte. Lese- und Raucherzimmer sowie Fernseh- und Aufenthaltsraum sind vorhanden. Neu hinzugekommen ist der Wellnessbereich mit Kosmetikstudio, Massagen, Sauna, Solarium und Whirlpool, welche gegen ein geringes Entgelt angeboten werden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Telefon und Kabel-TV. Fahrtkosten für regelmäßigen Linienbusverkehr zwischen Bad Wildungen und Reinhardshausen sind über die Kurkarte abgedeckt.

Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Schonkost sowie lacto-vegetarische Kost.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 616,00 Euro

Termine:
Mi. 09.06. – 23.06.2010 (14 Tage)
Mi. 23.06. – 07.07.2010 (14 Tage)
Mi. 07.07. – 21.07.2010 (14 Tage)
Mi. 21.07. – 04.08.2010 (14 Tage)

Bad Salzschlirf / Rhön – Haus „Hessenland"

Bad Salzschlirf liegt am Rande von Rhön und Vogelsberg, nahe der Barockstadt Fulda. Als Mineral- und Moorheilbad mit attraktiven Gesundheitsangeboten hat sich der Ort einen Namen gemacht. Liebevoll erhaltene Fachwerkhäuser, romantische Gassen und Jugendstilgebäude und der Kurpark mit seinem alten Baumbestand lassen den Gast hier schnell zur Ruhe kommen und immer wieder Neues entdecken. Besonders Patienten mit Herz- und Kreislauferkrankungen, Rheuma, Gelenkenbeschwerden und Wirbelsäulenerkrankungen sind hier in guten Händen. Ebenso gehört die Behandlung von Hauterkrankungen zum Spektrum der Heilanzeigen des Moor- und Mineralbades.

Das Haus „Hessenland", zeichnet sich durch seine zentrale Lage aus. Die Gäste können von hier aus den Kurpark und das Sole-Hallenbad mit Wellnessbereich und über 500 qm Wasserfläche (Innen- und Außenbecken, 28-32° C) auf kurzen Wegen ebenerdig und bequem erreichen.

Das Hotel verfügt über rauchfreie, hell und freundlich eingerichtete Zimmer und ist speziell auf die Bedürfnisse von Senioren zugeschnitten. Aufenthaltsräume, Terrasse, Etagenbalkon und Lift gehören zu den weiteren Merkmalen des Hauses.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche und WC, TV und Telefonflatrate ins deutsche Festnetz, ein Sektempfang, ein Kaffeenachmittag mit Windbeuteln im Garten, ein Eisbecher im Garten, ein Grillabend inkl. eines Getränks.

Diäten: Diabetes

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 728,00 Euro

Termine:
Di. 06.07. – 20.07.2010 (14 Tage)
Di. 20.07. – 03.08.2010 (14 Tage)

Bad König / Odenwald – Hotel Pension „Stadtschänke"

Das idyllisch gelegene Städtchen Bad König liegt im grünen Mümlingtal im Herzen des wald- und wildreichen Odenwaldes. In und um Bad König bietet sich dem Besucher ein unverwechselbarer Erholungsraum. Umgeben von herrlichen Mischwäldern finden Erholungssuchende oder aktive Wanderer ein weites Netz ebener Wege vor. Zum Verweilen bietet sich der große Kurpark mit seinen Seen, dem Rundwanderweg sowie der Minigolf- und Kneippanlage an.
Als besondere Attraktion wartet Bad König mit der einzigen Thermalquelle im Odenwald und dem dazugehörigen Gesundheits- und Freizeitbad, der Odenwald Therme, auf.

Die Hotel-Pension „Stadtschänke", ein familiär geführtes Haus, befindet sich in einer verkehrsberuhigten Zone, direkt gegenüber der Odenwald-Therme. Ein Aufzug ist im Haus vorhanden.

Die zentrale Lage des Hotels erlaubt es, das Kur- und Therapiezentrum inklusive Dialysezentrum, den Kurgarten, die Wandelhalle mit ihren regelmäßigen Kurkonzerten und Tanzveranstaltungen, zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten, Ärzte sowie kulturelle Veranstaltungen auf kürzesten Wegen bequem zu erreichen.

Bad König bietet ein breites Spektrum an Heilanzeigen (z. B. bei rheumatischen Erkrankungen, Stoffwechselerkrankungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates oder Störungen des vegetativen Nervensystems).

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche oder Bad/WC, Telefon und TV sowie ein Begrüßungsumtrunk.

Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, lacto-vegetarische Kost.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 660,80 Euro

Termine:
Do. 27.05. – 10.06.2010 (14 Tage)
Do. 10.06. – 24.06.2010 (14 Tage)
Do. 24.06. – 08.07.2010 (14 Tage)
Do. 08.07. – 22.07.2010 (14 Tage)
Do. 22.07. – 05.08.2010 (14 Tage)

Reiseziele mit Großbussen

Kofferservice bei Abfahrt inklusive

Bad Tölz / Oberbayern – Reha-Klinik „Frisia"

Bad Tölz, staatliches Heilbad, heilklimatischer Kurort und Moorheilbad, liegt im mittleren Isartal, knapp 60 Kilometer von München entfernt. In Bad Tölz leben ca. 17.500 Einwohner. Bunt und barock stellt sich die Stadt am Alpenrand dar. Rechts der Isar präsentiert sich die historische Altstadt mit schmucken Häusern und traditioneller Lüftlmalerei. Auf der anderen Seite des Flusses, im Badeteil, befinden sich das Kurhaus und die Kurzone. Oberhalb des Kurparks ist die „Frisia" Reha-Klinik gelegen, ein in familiärer Atmosphäre geführtes Hotel mit 96 gemütlichen Komfortzimmern. Die Frisia ist ein reines Nichtraucher-Hotel.

Das Haus verfügt über ein großzügig angelegtes Thermal-Schwimmbad (14x7m) mit bequemem Einstieg, Kneippbecken, Whirlpool, Sauna, Solarium, einer Himalaja-Salzgrotte und verschiedenen Freizeiträumen. Aufzüge sind im Haus vorhanden. Die historische Altstadt erreicht man in ca. 15 Gehminuten. Für den Notfall ist an allen Tagen rund um die Uhr eine medizinische Versorgung sicher gestellt. Hauptindikationen des Hauses sind Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, Herz- und Gefäßerkrankungen sowie Erkrankungen der Atemwege und des Stoffwechsels.

Hinweis: Die Lage des Hauses oberhalb des Kurparks erfordert einen kurzen Anstieg. Eingeschränkt Gehfähige sollten dies bei ihrer Planung berücksichtigen.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer. Alle Zimmer sind komfortabel mit Bad oder Dusche/WC, TV, Radio, Durchwahltelefon, Kühlschrank, Safe, Fön und Notruf ausgestattet.

Diäten: Diabetes, Schon-, Reduktions- und vegetarische Kost.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 13 Tage = 773,50 Euro

Termine:
Mi. 16.06. – 29.06.2010 (13 Tage)
Mi. 30.06. – 13.07.2010 (13 Tage)
Mi. 14.07. – 27.07.2010 (13 Tage)
Mi. 28.07. – 10.08.2010 (13 Tage)
Mi. 11.08. – 24.08.2010 (13 Tage)
Mi. 25.08. – 07.09.2010 (13 Tage)

Dahme / Ostsee – Hotel „Matinee"

Dahme, ein staatlich anerkanntes Heilbad, liegt am Südhang der holsteinischen Höhenkette in der Lübecker Bucht. Der Kurort ist bekannt für seinen schönen, 6,5 Kilometer langen, feinsandigen und flach abfallenden Strand. Von Strandpromenade und Seebrücke aus genießt man eine phantastische Aussicht auf die Ostsee. Der Ort bietet zudem ein Meerwasserhallenbad mit Außenbecken sowie zahlreiche Freizeitaktivitäten wie etwa Minigolf, Segeltörns oder Tier- und Freizeitparks.

Das familiär geführte Hotel liegt nur etwa zwei Gehminuten vom Strand entfernt. Zur Entspannung tragen ein Lese- und Gemeinschaftsraum und der offene Kamin bei. Alle Zimmer verfügen über einen großen Balkon, wovon einige einen herrlichen Blick auf die Ostsee gewähren. Das hauseigene Hallenbad (10x5m), der Fitnessraum und die Sonnenterrasse mit Strandkörben können kostenlos genutzt werden. Gegen Aufpreis werden Sauna, Solarium, Massagen, Kosmetik, Maniküre und Fußpflege angeboten. Ein Aufzug ist im Haus vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche / WC, TV, Telefon und Balkon.

Diäten: keine.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 819,00 Euro

Termine:
Di. 27.04. – 11.05.2010 (14 Tage)
Do. 27.05. – 10.06.2010 (14 Tage)
Do. 29.07. – 12.08.2010 (14 Tage)

Bad Wörishofen / Allgäu – Kneipphotel „Alpina" **s

Bad Wörishofen, der wohl bekannteste und älteste Kneipp-Kurort, liegt in einer der schönsten Urlaubsregionen Deutschlands. Hier wirkte Sebastian Kneipp als Pfarrer und begründete aus seinen Erkenntnissen von der heilenden Kraft des Wassers die nach ihm benannte, weltbekannte Kneipp-Kur.

Der Ort bietet vielfältige Erholungsmöglichkeiten unter anderem in der Therme oder dem großen Kurpark, einem echten Kleinod, der zu den schönsten Parkanlagen in Deutschland gezählt wird. Das moderne Kneipphotel „Alpina" liegt in der Nähe des Kurparks und des Eichwaldes, dem Ausgangspunkt schöner Wanderungen durch die reizvolle Allgäuer Landschaft. Das 4 x 8 m große Hallenbad mit Gegenstromanlage kann kostenlos benutzt werden und hat eine konstante Wassertemperatur von 28 Grad.

Vom Arzt verordnete Anwendungen (Kneippgüsse und Wickel, Heublumensäcke, Bäder oder andere Kneippanwendungen sowie Massagen) können vom Haus mit der Krankenkasse abgerechnet werden. Alternativ kann auch ein Badearztschein bei der Krankenkasse beantragt werden. Im Haus ist ein Aufzug vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV und Telefon.
Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 700,00 Euro

Termine:
Di. 18.05. – 01.06.2010 (14 Tage)
Di. 01.06. – 15.06.2010 (14 Tage)
Di. 15.06. – 29.06.2010 (14 Tage)
Di. 29.06. – 13.07.2010 (14 Tage)
Di. 13.07. – 27.07.2010 (14 Tage)

Bad Lauterberg / Harz – „Kneipp-Bund Hotel Heikenberg"

Bad Lauterberg, ehemalige Bergbaustadt, ist heute ein staatlich anerkanntes Kneipp-Heilbad und Schroth-Kurort mit rund 12.000 Einwohnern. Im Mittelgebirge des Südharzes gelegen, ist Bad Lauterberg ringsum von Bergen umgeben. Den Ortskern kennzeichnet die kleine Altstadt mit romantischen Gässchen und Fachwerkhäusern. Eine attraktive Bummelmeile lockt mit zahlreichen Geschäften zum Einkauf. Der im Ortszentrum gelegene Kurpark wurde bereits im 19. Jahrhundert angelegt und wartet daher mit einem beeindruckenden alten Baumbestand auf. Im Park befinden sich mehrere Teichanlagen sowie ein historischer Konzertpavillon und ein ebenfalls historischer Brunnenpavillon.

Das Kneipp-Bund Hotel Heikenberg liegt in Hanglage im ruhigen Teil des Zentrums von Bad Lauterberg etwa acht bis zehn Gehminuten vom Ortskern entfernt. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit, vier Mal täglich mit einem Shuttlebus in das Zentrum und zurück zu fahren. Ein Fahrstuhl ist im Haus vorhanden. Das Hotel verfügt unter anderem über einen Wellnessbereich mit Schwimmbad (12 x 6 m) und Sauna, eine Bücherei, ein kleines Filmstudio für Kino und Diavorträge, einen großen Aufenthaltsraum sowie über ein Internetstübchen.
Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV, Telefon und Radio. Begrüßung mit Willkommensumtrunk, freie Nutzung von Schwimmbad und Sauna, Freizeit- und Wanderprogramm, verschiedene Gymnastik- und Trainingsangebote, Gesundheits- und Fachvorträge.
Diäten: Auf Diätwünsche wird individuell eingegangen.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 823,00 Euro

Termine:
Fr. 02.07. – 16.07.2010 (14 Tage)
Fr. 16.07. – 30.07.2010 (14 Tage)
Fr. 30.07. – 13.08.2010 (14 Tage)
Fr. 13.08. – 27.08.2010 (14 Tage)

Werder / Havel – „Hotel zur Insel"

Die Stadt Werder liegt 35 km südwestlich von Berlin. Ihre reizvolle Lage verzaubert Gäste und Einwohner gleichermaßen zu jeder Jahreszeit aufs Neue. Ein Spaziergang führt hier stets ans Wasser. Mehrere Seen sowie ein Teil der Havel umsäumen das Stadtgebiet. Der älteste Stadtteil liegt auf einer Insel in der Havel. Daher rührt auch der Name der Stadt, denn Werder bedeutet Insel im Fluss. Über eine Brücke erreicht man die auf der Uferseite gelegene Neustadt. Potsdam, Berlin sowie die nähere Umgebung sind mit Bussen und S-Bahnen gut zu erreichen.

Auf eine lange Tradition blickt Werder als „Obstkammer der Mark" zurück. Rings um die Stadt breiten sich Anbauflächen für Erdbeeren, Kirschen, Äpfel und andere Früchte aus.

Das familiär geführte „Hotel zur Insel" liegt im Altstadtgebiet nahe dem Marktplatz. Die behaglichen Zimmer sind alle im märkischen Landhausstil ausgestattet. Auf dem Grundstück lädt der begehbare Nutzgarten mit Terrasse zum gemütlichen Verweilen ein; Sitzmöglichkeiten sind vorhanden. Im Haus befindet sich ein Aufzug.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV und Telefon, Havelrundfahrt mit dem Schiff, Stadtrundfahrt Berlin mit Stadtführer, Busfahrt nach Potsdam einschließlich Besichtigung Schloss Sanssouci, Inselrundgang mit Stadtbilderklärer / Guide.
Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle und lacto-vegetarische Kost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
13 Tage = 812,50 Euro

Termine:
Do. 08.07. – 21.07.2010 (13 Tage)
Do. 22.07. – 04.08.2010 (13 Tage)

Bad Pyrmont / Weserbergland – „Kursana Residenz"

Die ca. 21.000 Einwohner zählende Stadt Bad Pyrmont ist niedersächsisches Staatsbad und zugleich traditionsreiches Kurbad und liegt im Weserbergland. Neun Heilquellen stehen für Bäder und Trinkkuren zur Verfügung. Der historische Kurpark mit seinem Palmengarten und den subtropischen Gewächsen ist das Schmuckstück und zugleich die nördlichste Palmenfreianlage Europas. Die bekannte Stadt Hameln (20 km) lässt sich in 15 Minuten mit der S-Bahn gut erreichen. Interessant ist auch ein Ausflug nach Paderborn (60 km).

Die Kursana Residenz Bad Pyrmont befindet sich im erweiterten Bereich des Kurgebietes auf einem 19.000 qm großen Naturareal. Im Haus sind Friseurstübchen, Bankautomat, Bibliothek, mehrere Aufzüge, Clubraum, ein großes Sole-Gemisch-Bewegungsbad, Sauna und Solarium vorhanden. Den Kurpark erreicht man zu Fuß in etwa fünf Minuten, das Zentrum in sechs bis acht Minuten. Eine Bushaltestelle befindet sich direkt vor dem Haus.
Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Telefon, Minibar, Balkon und Kabel-TV. Freie Nutzung des Sole-Gemisch-Bewegungsbades und des Hausprogramms, wie z. B.: Gymnastik, Musikabende oder Lesungen.
Diäten: Keine speziellen Angebote (ein Mittagsmenü ist immer für Diabetiker geeignet).
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 812,00 Euro

Termine:
Mi. 28.04. – 12.05.2010 (14 Tage)
Mi. 12.05. – 26.05.2010 (14 Tage)
Mi. 26.05. – 09.06.2010 (14 Tage)
Mi. 09.06. – 23.06.2010 (14 Tage)

Windorf an der Donau – Hotel „Zum Goldenen Anker"

Der staatlich anerkannte Erholungsort Windorf liegt in der reizvollen, ebenen Landschaft des Donautals, 20 Kilometer nordwestlich von Passau.

Die Donau, ein ausgedehntes Wanderwegenetz sowie ein breites Aktivprogramm machen den Markt Windorf zu einem der beliebtesten Urlaubsorte in Niederbayern.

Der Ort ist ein idealer Ausgangspunkt zu zahlreichen Ausflugszielen in der Umgebung. Passau, die Dreiflüssestadt, oder das Bäderdreieck Bad Füssing, Bad Griesbach und Bad Birnbach liegen praktisch vor der Haustüre. Aber auch im Markt selbst gibt es viel zu entdecken. Die neu gestaltete Uferpromenade am romantischen Donau-Altwasser verlockt so richtig dazu, die Seele baumeln zu lassen. Hier an der Promenade liegt das Hotel „Zum Goldenen Anker". Der Wellnessbereich (Hallenbad mit Gegenstromanlage, Massagedüsen, verschiedene Saunen, Dampfbad) steht den Gästen ebenso zur Verfügung wie das hauseigene, beheizte Freibad. Ein Aufzug ist vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Fön, Sat-TV und Telefon, unentgeltliche Nutzung der neuen Bade- und Saunawelt, Italienischer Abend mit Schlemmerbuffet (montags), Heurigen-Abend mit Schmankerlbuffet (mittwochs), Europa-Abend mit kulinarischem Buffet (freitags), Gala-Menü-Abend (samstags).

Diäten: keine.

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 658,00 Euro

Termine:
Do. 17.06. – 01.07.2010 (14 Tage)

Zell-Unterharmersbach / Schwarzwald – Hotel „Klosterbräustuben"

Zu einer der schönsten Ecken im Schwarzwald gehört das Harmersbachtal. Zell ist Start- und Zielpunkt jeder Wanderung ins Harmersbachtal. Mit seinem Ortsteil Unterharmersbach erstreckt sich Zell weit in das Tal hinein. Die Gästekarte der Kurverwaltung erlaubt erschöpften Wanderern und solchen Urlaubern, die sich lieber mit öffentlichen Verkehrsmitteln bewegen, die kostenfreie Benutzung von Bussen und Bahn.

Das Hotel „Klosterbräustuben" liegt zwar in leichter Hanglage, ist aber ohne große Anstrengung zu erreichen. Es befindet sich inmitten eines ruhigen Wohngebiets und doch in unmittelbarer Nähe zur Stadtmitte. Das Haus verfügt über ein Hallenbad und eine großzügige Saunalandschaft, die auch trockenen Fußes vom Nebenhaus, welches mit einem Aufzug ausgestattet ist, erreicht werden kann. Der Aufenthalts- bzw. Speiseraum ist im gemütlichen Wintergarten untergebracht, in dem auch die Köstlichkeiten der badischen Küche serviert werden. Hinter dem Haus lädt der Garten zum Sonnenbad und Ausspannen ein.

Leistungen: Unterbringung in gemütlich und großzügig ausgestatteten Doppelzimmern (auch als Einzelzimmer) mit Du/WC, Sat-TV und Telefon, Tanzabend mit Alleinunterhalter, Schwarzwälder Bauernbüffet, kostenloser Fahrradverleih.

Diäten: keine

Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 749,00 Euro

Termin:
Di. 10.08. – 24.08.2010 (14 Tage)

Fotos (5): Oeser

Seniorenbeteiligung überwältigend

Das erste Stadtteil-Forum zum Themenkomplex „Älter werden in Frankfurt" in Bornheim war geradezu überlaufen

Wie möchten Sie im Alter leben? – Reden Sie mit!" Keine Frage, diesem Aufruf von Stadträtin Daniela Birkenfeld ins Bürgerhaus Saalbau in Bornheim auf 200 Plakaten und vielen verteilten Flyern folgten viele, meist ältere Bürger. Sehr viele sogar! Für die Planer der Auftaktveranstaltung war dieses Ausmaß an „erfreulicher Beteiligung" ein Erfolg, mit dem man in diesem Umfang keineswegs gerechnet hatte. Zumal nur im Wirkungskreis dieses einen Sozialrathauses überhaupt für diese Veranstaltung geworben wurde. Folglich erwies sich der Raum im Bürgerhaus Bornheim für diesen Ansturm als viel zu klein. Viele kehrten wieder um, da sie keinen Platz fanden, selbst die Stehplätze waren schnell vergeben. Mit dem Verweis auf weitere Veranstaltungen in anderen Stadtteilen und dem Angebot, alle erfolglos erschienenen Bürger erneut einzuladen, wurde versucht dieser Enttäuschung entgegen zu wirken.

Die knapp 200 Bürger, die dann noch blieben, erlebten unterdessen einen bunten Ritt durch einen Teil der Themenwelt von Senioren wie „Wohnen im Alter", „Pflege und Gesundheit", „Freizeit" und demokratische „Beteiligung" – auch Partizipation genannt .

Das Konzept der Veranstaltung sah vor, zu einer Einführung in die jeweiligen Themenwelten auch Betroffene zu hören, was die Themen von der Abstraktion in den Alltag münden ließ. Dort angekommen, hatten die Bürger dann breiten Raum für Fragen, Anregungen und Kritik zum Thema.

Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld griff als übergeordnetes Thema der Veranstaltung den Gedanken der Vernetzung der Bürger untereinander auf. Die solle mit diesen Foren jetzt und in der Zukunft forciert werden, „da in einer großen Stadt wie Frankfurt das nicht so gut von allein läuft wie beispielsweise in einem Dorf". Die Stadt gebe jährlich 110 Millionen Euro für Senioren aus, und diese Mittel sollten richtig eingesetzt werden, erläuterte Birkenfeld weiter. Hier müssten für die Zukunft Schwerpunkte zusammen mit den Bürgern gesetzt werden. „Grundlage für die Entscheidungen der Verwaltung und der Stadtverordneten muss das Gespräch mit den Bürgern sein", sagte Birkenfeld.

Sie nannte Stichworte wie die Barrierefreiheit der U-Bahnen oder die Vereinsamung alter Menschen: Im Einzugsbereich des Sozialrathausen Bornheim leben 42 Prozent der über 50-Jährigen allein. Im Publikum waren einige Vertreter von Wohninitiativen, die gemeinschaftliches Wohnen in eigenen Wohnungen, aber unter einem Dach, propagierten. Das „Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen" vereint diese Initiativen, die ihr zukünftiges Zuhause in einer Hausgemeinschaft suchen (siehe hierzu Seite 14). Daneben wurde das Modell „Wohnen für Hilfe" vorgestellt, bei dem der Studierende keine Miete an seinen älteren Vermieter zahlen muss, aber stattdessen in einem klar vereinbarten Umfang Hilfedienste leistet. Betroffene berichteten von Schwierigkeiten bei der Untervermietung und darüber, dass die Genehmigung dafür von den Vermietern schwer zu bekommen sei.

Der im Heimbeirat des August Stunz Heimes engagierte Paul Ulrich beendete seinen Erfahrungsbericht aus der Altenarbeit mit der Mahnung „Altenwohnheime sind keine Parkplätze, wo man den Opi mal rasch parken kann. Die Senioren sollen das Leben im Alter genießen können."

Zum Thema Gesundheit berichteten Betroffene von der Pflege Angehöriger und der Leiter des Sozialrathauses

Bornheim, Norbert Radgen, verwies auf das umfangreiche Beratungsangebot der Stadt hierzu. Pia Bolz von der Jugendhilfe- und Sozialplanung stellte zuvor die Ergebnisse einer Befragung vor. Hier hatten die Hälfte aller Senioren barrierefreie Sanitäreinrichtungen als eine Notwenigkeit bei Verbleib in der jahrelang zuvor bewohnten Wohnung bezeichnet.

Eine Diskussion um die Möglichkeiten, diesem immer größer werdenden Bedürfnis nach einem entsprechenden Bad durch entsprechende Bauvorschriften entgegen zu kommen, wurde kontrovers geführt.

Zum Thema Freizeit stellte Ulrike Hageleit vom Sozialdienst Altenhilfe die breite Palette der Möglichkeiten dar.

Zur „Beteiligung“ holte Gerd Becker von der Jugendhilfe und Sozialplanung der Stadt mit einem Blick auf die Vergangenheit aus: Das Verständnis der Verwaltung und der Politik habe sich grundlegend gewandelt. Die Bürger sollten nicht wie in der Vergangenheit bloß erlassene Vorschriften befolgen, sondern an deren Erstellung mitwirken. Die Behörden wollten heute vielmehr mit der Bevölkerung kooperieren und zusammen Lösungen erarbeiten.

Bei den nun anlaufenden Foren würden die Rückmeldungen ausgewertet und auch diejenigen, die nichts gesagt hätten, könnten sich in ausliegenden Rückmeldebögen artikulieren und ihre Aspekte einbringen. *Felix Holland*

Das nächste Forum „Älter werden in Frankfurt“ findet am 16. März um 17.30 Uhr (Einlass 17 Uhr) im Festsaal des Studierendenhauses auf dem Campus Bockenheim (Nähe Bockenheimer Warte) statt. Eingeladen sind vor allem Bürgerinnen und Bürger aus den Stadtteilen Bockenheim, Rödelheim und Westend – und natürlich all diejenigen, die im Bürgerhaus Bornheim keinen Platz gefunden hatten. Auch der Termin danach steht schon fest: Am 5. Mai ist das Forum „Älter werden in Frankfurt“ zu Gast im Bildungs- und Kulturzentrum in Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2.

Informationsmesse „Fit ab 60“ geht in die nächste Runde

Veranstalter will auch „gegen Isoliertheit älterer allein stehender Menschen angehen”

Die Zielrichtung der alljährlichen Seniorenmesse „Fit ab 60“ in der Höchster Jahrhunderthalle (diesmal am Wochenende des 17./18. April 2010) formuliert der Veranstalter, die Reichert GmbH, offen nach allen Seiten: Die Messe solle neben der Darstellung von Produkten und Dienstleistungen auch Ideen liefern und Möglichkeiten aufzeigen, „was man mit seiner Zeit Schönes und Sinnvolles anfangen kann, wo man neue Leute kennen lernen, Kontakte knüpfen, sich ehrenamtlich engagieren kann“. Vorgestellt wird ein breit gefächertes Angebot an Kursen aller Art für alle Interessen, Talente und Neigungen. Viele Anlaufstellen für offene Menschen bei Vereinen, Verbänden und öffentlichen Trägern werden nach Angaben des Veranstalters vor Ort sein.

Auch das Rathaus für Senioren der Stadt Frankfurt hat wieder einen Informationsstand aufgebaut. Die Fachleute der Koordinationsstelle Wohnen und Pflege Zuhause, der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats, des Teams für Erholungs- und Freizeitangebote, des Versicherungsamtes und der Zentralen Koordinierungsstelle Stationäre Pflege/Kostenregelung vor Heimaufnahme, sowie der Betreuungsstelle stehen für Fragen zur Verfügung. Selbstverständlich ist auch das Team der Senioren Zeitschrift anwesend – die Macherinnen des „Silberblattes” freuen sich darauf, ihre Leserinnen und Leser persönlich kennen zu lernen.

Auch der Frankfurter Verband ist mit verschiedenen Angeboten und gleich zwei Ständen auf der Messe zugegen. Einmal mit allen Informationen rund um den Hausnotruf und zum anderen informieren Mitarbeiter und Ehrenamtliche des Internet-Cafés Mouseclick die Senioren. Das Café bietet Computerkurse und Hilfestellungen im Dachgeschoss des Begegnungszentrums Höchst in der Bolongarostraße 137 an. Ebenfalls unter dem Dach des Frankfurter Verbands stellt sich die Senioreninitiative Höchst, Gebeschusstraße 44, vor und informiert über die zahlreichen Initiativgruppen mit dem Themenspektrum angefangen von Wandern über Spiele bis zum Lachyoga. Auf der Messe selbst ist die Gruppe „LeNa” („Lesung am Nachmittag”) zugegen und präsentiert eine Lesung mit Texten von Friedrich Schiller. Die Auszüge stammen von einem Programm, das aus Anlass des 250. Schiller-Geburtstages in diesem Jahr entstand.

Die Anzahl älterer Menschen in unserer Gesellschaft wächst stetig: Schon in 20 Jahren liegt das Durchschnittslebensalter der Frauen bei 90 Jahren, das der Männer bei immerhin noch 86 Jahren. Die Messe „Fit ab 60“, die seit 2003 im jährlichen Rhythmus in der Höchster Jahrhunderthalle veranstaltet wird, richtet sich nach Angaben des Veranstalters auch an die erstarkende Gruppe der genussorientierten Senioren. So wird die Zielgruppe zunehmend interessant für die Wirtschaft: Im vergangenen Jahr kamen etwa 3.000 Besucher zu 76 Ausstellern an beiden Messetagen und informierten sich über Angebote aus den Bereichen Reisen, Mobilität, Sport und Fitness, Recht und Finanzen, Mode, Bildung, Medizin und den Themen Gesundheit und Wohnen. *Felix Holland*

Das Team der Senioren Zeitschrift präsentiert auf der Messe ein neues Plakat.

Öffnungszeiten Seniorenmesse

„Fit ab 60“ in der Jahrhunderthalle Höchst, S-Bahnhof Farbwerke, Samstag, 17. April, 13 bis 18 Uhr und Sonntag, 18. April, 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Aktionswochen „Älter werden in Frankfurt"

Die Aktionswochen „Älter werden in Frankfurt" sind zu einem festen Ereignis im Terminkalender der Mainmetropole geworden. Für Bürgerinnen und Bürger, aber auch für Fachkräfte der Altenhilfe bietet der jährliche Veranstaltungsreigen ein ideales Forum, um sich über Themen rund ums Alter, die vielfältigen Angebote in Frankfurt für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen sowie fachliche Entwicklungen zu informieren. Damit die Aktionswochen auch im Jahr 2010 wieder attraktiv werden, laufen im Seniorendezernat bereits jetzt die Vorbereitungen.

„Am besten notieren sich die Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift schon heute den Termin der Aktionswochen", rät Stadträtin Daniela Birkenfeld. Vom 31. Mai bis zum 11. Juni will ihr Dezernat gemeinsam mit Trägern der Altenhilfe, Initiativen, Vereinen, städtischen Ämtern und anderen Institutionen im ganzen Stadtgebiet zahlreiche Mitmachange-bote, Informationsveranstaltungen, Diskussionen, Workshops, Tage der offenen Tür, kulturelle und sportliche Angebote organisieren.

Noch bis zum 12. Februar besteht die Möglichkeit, im Internet unter „www.aelterwerden-in-frankfurt.de/erfassungsformular" Veranstaltungen für die Aktionswochen 2010 anzumelden. „Ob ein Sportverein einen Schnuppertanzkurs für Senioren anbietet, eine Seniorenintiative ihre Arbeit vorstellt oder die Polizei zu einer Informationsveranstaltung über Trickbetrüger einlädt – die Möglichkeiten sind vielfältig", sagt Birkenfeld. Vor allem über Angebote, die zum diesjährigen Motto „miteinander – füreinander" passen, würde sich die Dezernentin freuen: „Das Motto lässt viele Interpretationen zu, es kann zum Beispiel um Generationen miteinander, ehrenamtliches Engagement für ein gemeinsames Anliegen oder den Einsatz für ein seniorenpolitisches Ziel gehen."

Fest steht bereits, dass die Bürgeranhörung am 10. Juni um 18 Uhr im Römer das Thema „Generationen miteinander" aufgreifen wird. „Die Idee kam von der Initiative ‚Alte für Frankfurt' und hat mich sofort überzeugt", verrät Birkenfeld. Seit Jahren verfolgt die Dezernentin zum Beispiel mit großem Wohlwollen die Kooperation des Altenpflegeheims des Versorgungshaus- und Wiesenhüttenstifts und der Carlo-Mierendorff-Schule in Preungesheim, in deren Rahmen Jung und Alt miteinander singen und vieles mehr. „Da gibt es bestimmt noch viele spannende Projekte, die im Stillen laufen und im Rahmen der Aktionswochen neue Aktive anwerben könnten", so die Stadträtin.

Ein weiterer Tipp der Dezernentin: Der Tag der offenen Tür am 11. Juni im Rathaus für Senioren ist verbunden mit einem bunten Nachmittag. Auch die Termine der Fachtagungen des Jugend- und Sozialamts stehen mit dem 2. und dem 8. Juni bereits fest. Thematische Schwerpunkte sind Alter und Behinderung sowie Sexualität im Alter. Darüber hinaus werden Chancen und Grenzen der Behandlung mit Psychopharmaka und Neuroleptika interdisziplinär und kritisch beleuchtet. „Die Auswahl der Themen verspricht wieder wichtige Anstöße für die fachliche Weiterentwicklung der Altenhilfe", lobt Birkenfeld. Verantwortlich dafür wie für die gesamten Aktionswochen ist Pia Flörsheimer. Die Gerontologin und Fachteamleiterin im Jugend- und Sozialamt steckt viel Herzblut in die Organisation der Aktionswochen. „Ohne so engagierte Menschen wie Frau Flörsheimer wären Projekte wie die Aktionswochen nicht möglich", weiß die Dezernentin.

Die Aktionswochen haben sich aus ihrer Sicht vollauf bewährt. „Der Vorteil ist, dass sich Interessierte kompakt über das Thema Alter informieren können", resümiert Birkenfeld. Außerdem gelte insbesondere für Mitmach- und Bewegungsangebote, dass es Menschen leichter falle etwas Neues auszuprobieren, wenn auch die anderen Teilnehmer Neueinsteiger seien. „Das Angebot birgt also viele Chancen, sich über neue Lebensformen, Aktivitäten sowie Forschungsthemen zu informieren", betont die Dezernentin. Die frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Älterwerden sei die beste Voraussetzung, um den dritten Lebensabschnitt genießen zu können und möglichst lange selbstständig zu leben.

Im Internet steht unter „www.aelterwerden-in-frankfurt.de/erfassungsformular" das Eingabeformular zur Anmeldung von Veranstaltungen zu den Aktionswochen „Älter werden in Frankfurt" bereit. Dort können Träger, Institutionen, Vereine, Initiativen und Ämter noch bis zum 12. Februar Veranstaltungen eintragen. Wem eine Anmeldung über das Internet nicht möglich ist, kann bei Pia Flörsheimer per Mail unter pia.floersheimer@stadt-frankfurt.de oder telefonisch unter 0 69/2 12-4 25 09 ein schriftliches Anmeldeformular anfordern.

Kurzinformation

Einheitliche Behördennummer: 115

Von April an soll die bundeseinheitliche Behördenrufnummer 115 in Frankfurt starten. Damit soll allen Bürgern der Zugang zur öffentlichen Verwaltung erleichtert werden. Ob Termine bei Ämtern oder Fragen zu Formularen oder Leistungen von Behörden – unter der Telefonnummer 115 erhalten Bürger Auskunft. Das Besondere dabei: Kommunen, Länder und Bund werden vernetzt, so dass von überall Informationen schnell abrufbar sein sollen. *red*

Aus dem Seniorenbeirat

Im Oktober tagte der Seniorenbeirat auf Einladung des Frankfurter Verbandes im Begegnungs- und Servicezentrum Riedhof. Dort stellte der Diplom Psychologe Matthias Roos sein Arbeitsfeld vor. Er ist seit April beim Amt für Gesundheit tätig – unter anderem für die Aktionswoche „Älter werden in Frankfurt“ und die gerade angelaufene Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Alter – den Jahren mehr Leben geben“. (siehe dazu S. 7)

Erna Brehl vom Ortsbeirat 11 stellte einen Antrag auf Einrichtung einer verkehrsberuhigten Zone in der Lange Straße. „Man bekommt den Eindruck, dass vor dem Hospital zum Heiligen Geist ‚regelrechte Rennen‘ gefahren werden“, sagte Erna Brehl. Der Verkehrslärm sei so stark, dass die Patienten selbst bei geschlossenen Fenstern keinen Schlaf finden könnten, schildert sie aus eigener Erfahrung. Neben dem Hospital liegen in der Lange Straße auch das Altenpflegeheim Franziska Schervier und ein städtischer Kindergarten.

Im Etat der Stadt Frankfurt sind freiwillige Zuschüsse für Seniorenreisen (200.000 Euro) und Tagesausflüge (87.000 Euro) für bedürftige Menschen vorgesehen. Der Seniorenbeirat hatte auf eine Erhöhung dieser finanziellen Mittel eingewirkt. Das Sozialdezernat hatte allerdings in einer Antwort darauf hingewiesen, dass es schon ein Erfolg sei, dass diese Mittel im neuen Etat nicht abgesenkt worden seien. Eine Erhöhung sei bei der derzeitigen Haushaltslage nicht drin.

Die traffiQ Frankfurt am Main sucht ältere Menschen, die sich zu ehrenamtlichen Mobilitätshelfern ausbilden lassen. Sie sollen zu Nahverkehrshelfern geschult werden, um Senioren bei der praktischen Nutzung von Bussen und Bahnen behilflich zu sein. Wer Interesse an dem Projekt „Senioren trainieren Senioren“ hat, kann sich bei Monika Haub unter Telefon 0 69/21 22 25 03 anmelden.

Vertreter des Radfahrbüros der Stadt Frankfurt sollen künftig mit dem Seniorenbeirat über das Problem der Fahrrad-Rowdies sprechen und Lösungen erarbeiten, fordert Seniorenbeirat Pieter Zandee vom Ortsbeirat 3. Wildes Radfahren auf Frankfurts Gehwegen sei insbesondere für ältere Menschen eine große Gefährdung und führe diese Gruppe gegebenenfalls aus Furcht zu einem unfreiwilligen Rückzug aus der Öffentlichkeit.

Bei der Wahl zu geeigneten Sitzbänken in der Stadt will der Seniorenbeirat an dem Modell „Frankfurter Bank“ weiterhin festhalten und diese Variante empfehlen. Es soll nun auf dessen Basis ein Prototyp durch die Werkstatt des Grünflächenamtes erstellt und ein Ort festgelegt werden, wo er testweise aufgestellt wird. Die Frankfurter Bank zeichnet sich vor allem dadurch aus, dass sie eine seniorengerechte, höher gelegene Sitzfläche (45 bis 50 Zentimeter) hat und eine gerade Rückenlehne, die es alten Menschen leichter macht, zu sitzen und wieder aufzustehen.

Felix Holland

Rätselauflösung

Schwedenrätsel:

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

Sudoku:

7	5	9	2	1	4	8	6	3
1	3	4	6	8	7	9	5	2
8	2	6	9	3	5	7	4	1
6	9	3	8	4	1	2	7	5
4	8	7	5	9	2	1	3	6
2	1	5	3	7	6	4	8	9
3	7	1	4	6	9	5	2	8
5	4	8	1	2	3	6	9	7
9	6	2	7	5	8	3	1	4

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Das Bürgerinstitut ist bis auf weiteres zu erreichen: Weißfrauenstraße 9, 60311 Frankfurt. Die postalische Anschrift: Oberlindau 20, 60323 Frankfurt. Infos zu den Veranstaltungen gibt es unter Telefon 0 69/ 97 20 17 40. Der Veranstaltungsort für die folgenden drei Termine ist jeweils um 15 Uhr, St. Ignatiusgemeinde, Gärtnerweg 60, Kosten: jeweils 2, 50 Euro.

Den Roman der **„Vorleser“** von **Bernhard Schlink** liest die Gruppe „Lesefreuden“ am 26. Januar. **„Die Entdeckung der Currywurst“** nach einer Novelle von **Uwe Timm** wird von Sibylle Kempf am 23. Februar gelesen. Marie-Luise Wener trägt **Theodor Fon-tanes „Effi Briest“** am 23. März vor.

Hinter die Kulissen der **Bahnhofsmission** wird am 3. Februar geschaut. Treffpunkt: Blumen Hanisch am Hauptbahnhof, 9.45 Uhr.

Gemeinsame **Wanderungen** gibt es am 4., am 18. Februar und am 4. März. Treffpunkt jeweils 9.30 Uhr an der Hauptwache, Eingang Kaufhof.

Universität des 3. Lebensalters

„Neue Erkenntnisse der Gerontologie“ ist der Titel einer Vortragsreihe, die die Universität des 3. Lebensalters im Hörsaal I der Universität in Bockenheim, Mertonstraße/Ecke Gräfstraße, jeweils um 14.15 Uhr veranstaltet. Referiert wird, was die Forschung zum Prozess des Älterwerdens beitragen kann. 18. Januar: Prof. Dr. Hans Werner Wahl: „Ressourcen für Lebensqualität im Alter; Heute und morgen. 1. Februar: Prof. Dr. Gertrud Backes zum Thema Alter(n) und Gesellschaft. 8. Februar: Prof. Gerhard Naegele zum Thema Altern und Arbeitswelt. *red*

Rentenbescheid

Hinschauen lohnt sich

Eine genaue Prüfung des Rentenbescheids ist im Zweifelsfall durchaus angezeigt

Die Nachzahlung an eine Rentnerin von 16.000 Euro war zwar nur die Spitze des Eisbergs, aber der Rentenskandal des vergangenen Herbstes war damit in aller Munde. Denn damals hatten sich bei einer stichprobenartigen Routineuntersuchung des Bundesversicherungsamtes von nur 450 Rentenfällen teils gravierende Fehler beim Auszahlungsergebnis gezeigt. Das ging aus dem Tätigkeitsbericht der Aufsichtsbehörde hervor. Ein anschließender Suchlauf nach den exemplarisch ermittelten Mängeln in breiterem Umfang bescherte schließlich 8.000 Rentnerinnen eine teils beträchtliche Nachzahlung.

„Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser“, sagte Wladimir Lenin einmal und hatte dabei den politischen Widersacher im Blick. Dieser Ausspruch hat im Volksmund als geflügeltes Wort seinen festen Platz gefunden. Bei der Deutschen Rentenversicherung sind bestimmt keine Widersacher zu finden, auch wenn die Rentenpanne vom Herbst vergangenen Jahres Politiker dazu veranlasst hatte, dies zu argwöhnen – aus billigem politischem Kalkül freilich.

Immer mehr Ausnahmen

Vielmehr ist es das komplizierte Rentensystem und die noch kompliziertere Berechnung, die diese Fehlerquellen hervorbringen. Die Komplexität entsteht vor allem daher, dass in einem Rentenfall vom ersten Arbeitstag, dem Beginn aller Einzahlungen, bis zum letzten Lebenstag, dem Ende aller Auszahlungen naturgemäß eine Menge Zeit vergeht. Dazwischen werden jede Menge neue Gesetze, Anpassungen und Verordnungen geschaffen. Sämtliche Gesetzesänderungen bewirken dann auch jede Menge Ausnahmen für die laufenden Fälle, weil jede laufende Rente oder Rentenanwartschaft auch einen Vertrauensschutz genießen soll.

Aber: Ein Recht, auf das gebaut wurde, darf nicht abrupt unter den Füssen weggezogen werden, um Rechtssicherheit und Berechenbarkeit für jede Rentenbiografie zu gewährleisten. Also gibt es Ausnahmen für jede Rentenart und für viele unterschiedliche Zeitabschnitte beim Geburtszeitpunkt, des Rentenbezugzeitraums oder der unterschiedlichen Art des Arbeitsverdienstes.

Keine Rente wird einfach nach Abschluss eines Erwerbslebens ausgezahlt, sondern erfordert einen aktiven Antrag. Da es unzählige Rentenarten gibt, müssen auch die richtige(n) Rente(n) beantragt werden. Und wenn es eine Auswahl mit „entweder oder“ gibt, muss die günstigste Rentenart gewählt werden. Welche das ist, lässt sich oft nicht pauschal sagen, sondern ist abhängig von verschiedenen Faktoren wie beispielsweise dem Bezugszeitraum. Die richtige Rentenart zu beantragen war eine häufige Fehlerquelle bei der oben zitierten fehlerhaften und nachteiligen Rentenermittlung.

Zudem muss jede Rentenbiografie „geklärt“ werden. Es müssen alle Beitragszeiten erfasst und dafür – gegebenenfalls von den Hinterbliebenen – aufwändig ermittelt werden. Das bedeutet, dass unter Umständen Akteneinsicht von Beteiligten, also Beitragszahlern oder Rentenempfängern, beantragt werden muss. Die zum Teil detektivisch zu nennenden Ermittlungen führen in aller Regel zu den Krankenkassen, zu Firmen, die als ehemalige Arbeitgeber in Frage kommen können, zu Einwohnermeldebehörden, die Aufschluss über die Wohnorte machen können, bis hin zu den Standesämtern.

Bei all diesen Fragen hilft das Versicherungsamt der Stadt Frankfurt (siehe Kasten). Selbst denjenigen, die nicht in der Mainmetropole gemeldet sind, sondern nur dort arbeiten, wird hier geholfen. Das Amt hilft auch bei einem eventuell gegebenen Widerspruch oder Überprüfungsantrag. Zu beachten ist hierbei, dass Widerspruch, Klage und Berufung kostenfrei sind und kein Anwaltszwang besteht. Jeder durch einen Bescheid Belastete kann sich selbst vertreten. Der Instanzenweg führt von einem Widerspruch beim Rentenversicherungsträger über die Klage beim Sozialgericht bis zur Berufung beim Landessozialgericht. Erst die Revision vor dem Bundessozialgericht muss durch einen Prozessbevollmächtigten (z. B. einen Rechtsanwalt) eingelegt werden. Als letzte Möglichkeit nach Ausschöpfung aller Instanzen besteht sogar die Option des Gangs vor das Bundesverfassungsgericht.

Felix Holland/Roman Fehr

Das Versicherungsamt, Sandgasse 6 (Sandhofpassage), Telefon 0 69/212-4 40 77, wird für alle Einwohner der Stadt Frankfurt am Main wie auch für dort Beschäftigte (auch ohne Wohnsitz in Frankfurt) tätig. Die Sprechzeiten beginnen Montag bis Freitag um 8 Uhr und enden Montag bis Mittwoch um 15 Uhr, Donnerstag um 18 Uhr und Freitag um 13 Uhr. Terminvereinbarungen sind möglich, aber nicht zwingend. Die Außenstelle Höchst in der Bolongarostraße 109 (Bolongaropalast) berät ebenfalls. Hier ist eine Vorsprache nur nach telefonischer Terminabsprache möglich.

Anzeige

Für ältere Männer, die Männer lieben

Café Karussell (im Switchboard, Alte Gasse 36)

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

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

Zum Schutz der Stadt gebaut

Freigelegte Kasematten sollen begehbar werden

In der Bleichstraße 8-10 baut die Waisenhausstiftung ein neues Betreuungszentrum. Das Gelände liegt im Bereich der Frankfurter Stadtbefestigung aus dem Mittelalter und der frühen Neuzeit (siehe Bericht in der Senioren Zeitschrift 3/2009, Seite 48). Dabei wurden als eindruckvolles Kulturdenkmal unterirdische Kasematten von 1628 entdeckt. Diese imposante Anlage ist nun freigelegt und wird erhalten und begehbar bleiben.

Stadtrat Edwin Schwarz und Peter Gerdon, Direktor der Waisenhausstiftung, stellten die Neuplanung vor. Das Denkmalamt hatte bei Bauarbeiten die Sternschanze entdeckt. Seither wurden diese und die unterirdischen Kasematten in mühevoller Kleinarbeit freigelegt. Die ehemaligen Befestigungsanlagen sind überwiegend vermessen, kartografiert, fotografiert und ihrer Bedeutung nach angemessen beurteilt.

Im 17. Jahrhundert waren die Befestigungsanlagen der Freien Reichsstadt Frankfurt am Main schon lange gänzlich veraltet, erklärte Edwin Schwarz. Ein mittelalterlicher Mauerring mit Wassergräben und zahlreichen Türmen bot keinen geeigneten Schutz gegen die neuen Schusswaffen. Nach langem Hin und Her begann der Rat der Stadt ernsthaft über eine Erneuerung und Modernisierung der Stadtbefestigung nachzudenken. Die Entscheidungsfindung war schwierig, denn die neuen Anlagen sollten preisgünstig und Platz sparend sein. Schließlich wurde der Festungsbaumeister Johann Wilhelm Dilich beauftragt. Er begann seine Arbeit am gefährdeten Friedberger Tor in der heutigen Bleichstraße.

1628 begannen die Arbeiten für die Sternschanzen, die heute als zickzackförmiger Anlagenring erhalten sind. Aber hier – und nur hier – an dieser Stelle baute Dilich einen „überdachten Gang". Was zunächst nicht sonderlich aufregend klingt, erwies sich in der archäologischen Ausgrabung als imposante, unterirdische Kasematte.„Dieses Denkmal besteht an keiner anderen Stelle in der Stadt", betonte der Stadtrat, „und ist daher von großer stadtgeschichtlicher Bedeutung." Alle wesentlichen Teile der Sternschanze und der größte Teil der Kasematten sollen auf Wunsch des Denkmalamtes erhalten werden. Der Baukörper soll reduziert, das darunter liegende Denkmal durch eine aufwändige statische Konstruktion geschützt werden. Die Freilegung des Denkmals hat bisher Mehrkosten von etwa 120.000 Euro verursacht. Der statische Mehraufwand für eine teilweise Überbauung des Denkmals verursacht Mehrkosten in Höhe von 219.000 Euro. Darin ist noch nicht der bauliche Schutz gegen Verwitterung und die Zugänglichmachung des Denkmals enthalten – dafür liegen noch keine konkreten Kostenschätzungen vor.

Die freigelegten, ehemaligen Befestigungsanlagen sollen begehbar werden. Foto: FKK-Christ

Die Umplanung des Neubaus der Waisenhausstiftung sieht den weitgehenden Erhalt des Kulturdenkmals vor. Dies sei ein Beispiel für die konstruktive Zusammenarbeit zwischen dem Dezernat Planung, Bauen, Wohnen und Grundbesitz und der Bauherrschaft für den Erhalt eines herausragenden Denkmals der Frankfurter Geschichte, so der Stadtrat. *red*

Anzeige

STRATMANN
hören
&
sehen

Andreas Stratmann
Hörgeräte-Akustikermeister
Augenoptikermeister

Tel. 069 / 90 50 18 06

Was können wir für Ihr gutes Hören & Sehen tun?

Gutes Hören und Sehen sind wichtige Voraussetzungen für Aktivität und Lebensfreude. Wir haben uns auf die Bedürfnisse von Senioren spezialisiert und führen in unserem Sortiment unter anderem

Hörgeräte und Hörhilfen
Brillen, Lupen und vergrößernde Sehhilfen

Wir überprüfen kostenlos Ihre Sehkraft oder Ihr Hörvermögen und beraten Sie ausführlich und bedarfsgerecht in allen Fragen des guten Hörens und Sehens. Hörgeräte können Sie selbstverständlich in Ihrer gewohnten Umgebung kostenlos und unverbindlich ausprobieren. Hausbesuche sind ebenfalls möglich.

Stratmann hören & sehen
Hörgeräteakustik und Augenoptik

Sternstr. 36 / Ecke Mittelweg – 60318 Frankfurt Nordend

Ehrung für „Die Gartenzwerge" und „Unser Dieter"

Wir wollen alle gute Nachbarn sein", trällerte einst ein recht populärer Schlager. Ein Motto, das in Frankfurt zahlreiche Menschen schon seit langem beherzigen. So konnte Ende Oktober vergangenen Jahres bereits zum neunten Mal innerhalb des „Frankfurter Programms – Aktive Nachbarschaft" der mit insgesamt 2.500 Euro dotierte Nachbarschaftspreis der Stadt Frankfurt vergeben werden.

Lebenswerte Quartiere

Diese Veranstaltung sei für sie eine der wichtigsten des Jahres, erklärte Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld in den vollbesetzten Römerhallen. „Auch eine so internationale Stadt wie Frankfurt besteht aus vielen kleinen Quartieren", so die Stadträtin, „und eben das macht sie liebens- und lebenswert". Von nachbarschaftlichem Einsatz und von der Tradition des ehrenamtlichen Engagements der Bürgerinnen und Bürger Frankfurts sprach Frank Junker, Vorsitzender der Geschäftsführung der ABG Frankfurt Holding GmbH in seiner Laudatio auf die Preisträger 2008. Auch dieses heute städtische Unternehmen gründe sich auf eine Initiative sozial gesinnter Bürger, die vor fast 120 Jahren der im Zusammenhang mit der fortschreitenden Industrialisierung steigenden Wohnungsnot in der Stadt begegnen wollten.

Soziale Mischung

„Wohnen ist mehr als eine Wohnung zur Verfügung zu stellen", unterstrich Junker. Deswegen setze die ABG Frankfurt Holding GmbH auf eine soziale Mischung im Stadtteil, was aber auch eine besondere Herausforderung hinsichtlich Toleranz und Kommunikation bei den Mietern bedeute. Wer sich in den Stadtteilen „vor Ort" engagiere, stelle sich dieser Herausforderung und bilde sozusagen „gelebte Stadtgesellschaft".

Grünpflege und Kochen

Aus insgesamt 43 eingereichten Bewerbungen mit vielen Ideen und Innovationen um den Nachbarschaftspreis 2008 hat eine Jury die Preisträger ermittelt, die ihre Ehrungen aus der Hand der Dezernentin entgegen nahmen. In der Kategorie I ging der 1. Preis in Höhe von 750 Euro an das Projekt „Die Gartenzwerge". Unter diesem hübschen Namen hat sich in einem Wohnhochhaus im Stadtteil Hausen eine Gruppe zusammen gefunden, die sich um die Außenanlagen kümmert. Mit sichtbarem Erfolg, denn sie heben sich deutlich von anderen Häusern der Straße „Am Niddatal" ab.

Den 2.Preis mit 500 Euro erhielt das Projektbüro „Unser Dieter". Dabei handelt es sich um ein Kochprojekt mit jungen Teilnehmern zwischen zehn und 18 Jahren mit und ohne Migrationshintergrund. Als Ergebnis des Projekts soll herauskommen, dass jeder ein Ziel erreichen und dass man lernen kann, anderen mit Rücksicht und Hilfsbereitschaft zu begegnen. Möglichst viele Menschen möchte man auf diese Weise erreichen und ihnen auch „ein kleines Zuhause" schaffen.

Bolzplatz und Frauencafé

In der Kategorie II geht es um Initiativen und Gruppeninitiativen, die sich in Planung und Aufbau befinden. Hier ging der 1. Preis an Rafael Cirpaci und Abdurrahim Berkani. „Tatort" ist ein Bolzplatz am Zentmarkweg in Rödelheim/West, der dringend einer Sanierung bedurfte. Die beiden Preisträger haben gemeinsam mit anderen Jugendlichen zunächst den Ortsbeirat kontaktiert. Dieser beteiligte sich mit eigenen Mitteln an der Instandsetzung des Platzes, und da die Jugendlichen fleißig mit arbeiteten, konnten erhebliche Kosten gespart werden.

Internationales Frauenfrühstück

Für das Projekt „Internationales Frauenfrühstück" wurde Özlem Bumin mit dem 2. Preis in Höhe von 500 Euro ausgezeichnet. Sie organisiert jeden Mittwoch in der Siedlung „Taunusblick" in Zeilsheim ehrenamtlich einen Café-Treff, den regelmäßig bis zu 40 Frauen verschiedensten Alters und unterschiedlicher Nationalitäten besuchen. Durch diese Treffen konnten zehn Migrantinnen in Sprachkurse vermittelt werden, es entstanden zudem zwei Nähkurse und ein Backkurs für junge Frauen. Für die Zukunft plant Özlem Bumin Veranstaltungen zu den Themen Bildung, Erziehung und Gesundheit.

Anerkennungspreise bekamen Wilfried Becker für die ehrenamtliche Moderation der wöchentlichen Radiosendung „Gallusfenster" und Oliver Göbel für die Organisation regelmäßiger Radtouren für Familien, Kinder und Senioren.

Lore Kämper

Nachbarschaftspreis der Stadt zum neunten Mal verliehen

Solche Gartenzwerge haben Bewohner in Hausen inspiriert: Sie benannten nach diesen fleißigen Gesellen ihre Gruppe und gewannen den Nachbarschaftspreis 2008.
Foto: Pilsak

Interessenten können sich informieren unter E-Mail:nachbarschaftspreis@frankfurt-sozialestadt.de oder www.frankfurt-sozialestadt.de

Anzeige

Ausflugsfahrten jeden Dienstag

Mehrtagesfahrten siehe Programm
Ihre Ein- und Aussteigestellen sind:
Opel-Rondell-Rödelheim-Praunheim-Heddernheim-Nordweststadt-Erschersheim-Eckenheim-Nordend-Konstablerwache-Südbahnhof.
Fordern Sie unser Fahrtenprogramm an!
RM-BUSREISEN
Kaiserstraße 39, 60329 Frankfurt/M.
Telefon 069/233777, Fax 069/239285

„Ei, den kennt ja jeder"

Karneval macht Karl Oertl zum Prominenten

Wer den Aktivisten Karl Oertl portraitiert, hat eigentlich eine doppelte Aufgabe: Er steht vor einem ganzen Team, ohne das das System Oertl so nicht funktionieren würde. Seine Frau Helga steht dem 70-Jährigen täglich mit Handreichungen jeglicher Art zur Seite, nimmt das Telefon ab, reicht ihm Unterlagen, hält ihm den Rücken frei.

Dabei ist es nicht unbedingt einfach zu sagen, was der Mann eigentlich macht. Er ist Aktivist, könnte über ihn gesagt werden – zu allgemein! Eine Aufzählung vielleicht? Weltenbummler, Karnevalist, Moderator, Sprechtrainer, Organisator, sogar als Magier ist er manchmal zu sehen.
Dabei ist aus seinem Berufsleben noch gar nichts erwähnt. Er arbeitete ebenso als Hufschmied auf dem Lande wie als Schweißer im Atomkraftwerk Kahl oder am größten Hochofen Europas in Duisburg, schließlich als Inspektor in den Bürgerhäusern der städtischen Saalbau AG. Sein Talent zur Unterhaltung hat Karl Oertl jedoch nie zum Beruf gemacht.

Doch zurück zur eilig hingeworfenen Aufzählung: Als Weltenbummler bereiste er 52 Länder teils auf Montage als Schlosser und Schweißer, dabei war er ein Jahr in Argentinien – aber größtenteils privat unterwegs. Darunter bereiste er Länder, die nicht unbedingt auf der Agenda des Normaltourismus stehen, wie beispielsweise Grönland.

Die Prominenz anderer genießt er, wenn er seine Bildergalerie mit Berühmtheiten der Weltgeschichte zeigt, mit denen er zusammen auf unzähligen Fotos abgelichtet ist. Darunter auch die Tochter des Freiheitskämpfers Che Guevara, Friedensnobelpreisträger Willy Brandt, Fußball-Legende Fritz Walter oder der langjährige Deutsche-Bank-Chef Josef Abs. Seine eigene Lokalprominenz nutzt er, wenn er Dinge bewirken oder durchsetzen will. „Mich kennt eigentlich jeder", sagt er mit einer Beiläufigkeit, die verblüfft, aber wohl eine Erfahrungstatsache ist.

Karl Oertl war 22 Jahre mit dem Hochamt des Karnevals im hessischen Fernsehen „Hesse lacht zur Fassenacht" verbunden und damit 22 Mal deren moderierender Sitzungspräsident von 1986 bis 2006. Aber nicht unbedingt diese Fernsehsozialisation weit über Frankfurt hinaus hat ihn zum lokalen Ausnahmeprominenten gemacht. Noch immer organisiert der aktive Karnevalist zusammen mit seiner Frau Helga alljährlich mehrere Karnevalssitzungen für Senioren für den Großen Rat und die Saalbau GmbH, die er auch selbst moderiert (siehe Kasten).

Wenn die Fastnachtzeit vorbei ist, hat der umtriebige Frankfurter keinesfalls Ruhepause. Er ist beispielsweise als Magier buchbar, lässt weiße Tauben in Luftballons erscheinen – und schließlich wieder verschwinden, um sie dann wieder aus dem Hut zu zaubern. Ebenso ist er Unterhalter und Moderator bei Privat-, Firmen- und Vereinsfeiern und tingelte sogar schon auf einem Kreuzfahrtschiff mit einem Programm.

Zu einer gelungenen Veranstaltung gehören eben viele Tätigkeiten, Karl Oertl beherrscht viele davon. So lehrt er auch die Grundlagen des Redens in der Bütt in einer vor 16 Jahren von ihm eigens gegründeten Rednerschule des Großen Rats, der Dachorganisation der 66 Frankfurter Karnevalsvereine, und der Saalbau. Hier unterrichtet er mit zwei weiteren Lehrern das Reden in der Bütt, den Umgang mit einem Mikrophon oder dem Lampenfieber, oder übt die Grundlagen für einen guten Redetext.

Da der Einsatz für die Fassenacht oder als Unterhalter oft untrennbar mit gesellschaftlichem Engagement verbunden ist, er sich für Alte und Behinderte stets eingesetzt hat, bekam er erst vor einem halben Jahr den „Hessischen Verdienstorden am Band" für soziales Engagement. Auf der Urkunde stand, dass sie vom Hessischen Ministerpräsidenten verliehen wurde, „aber machen wir uns nichts vor, der weiß davon

Karl Oertl in Aktion. Foto: Holland

wahrscheinlich gar nichts", sagt Oertl verschmitzt und lacht. Aber dennoch war die Verleihung ein tolles Ereignis, freut sich Karl Oertl, als er in seiner Erinnerung wühlt. Der zur Verleihung geeilte Staatsminister Michael Boddenberg begrüßte den zu ehrenden Frankfurter herzlich: „Ei Karl, schön Dich hier zu sehen", sagte er. Boddenberg war nämlich höchstselbst 1986 Frankfurter Karnevalsprinz. Karl Oertl kennt eben jeder. *Felix Holland*

Von Karl Oertl organisierte und moderierte Karnevalssitzungen „Helau für Senioren"
Mittwoch, 27. Januar ab 15.11 Uhr im Nordwestzentrum Bürgerhaus
Mittwoch, 3. Februar ab 15.11 Uhr im Bürgerhaus Harheim
Dienstag, 9. Februar ab 15.11 Uhr im Bürgerhaus Bornheim

Anzeige

Bei uns sind Sie Zuhause.

Seniorenzentrum Taunusblick im Detail

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

Was uns auszeichnet:

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

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

PHÖNIX
Senioren- und Pflegezentren

Anrecht auf 26 Minuten Pflege pro Tag – reicht das?

Die Tagung ist gut besucht. Foto: Rix

Gewaltprävention in Altenheimen

Auf der Tagung „Gewaltprävention in stationären Einrichtungen der Alten- und Behindertenhilfe" im September des vergangenen Jahres ging es um die großen Probleme: zu wenig Personal und zu wenig Zeit in der Pflege. Was muss unternommen werden, damit Gepflegte und Pflegende besser in Pflegeheimen leben und arbeiten können? Die Rahmenbedingungen von Pflegeberufen sind eng, darin liegt ein strukturelles Gewaltpotenzial. 120 Tagungsgäste – vorwiegend aus der Pflege – nahmen an der Veranstaltung teil.

Der Begriff Gewalt sei vielschichtig, sagte Volker Gussmann, Leiter Fachbereich Pflege der Hessischen Heimaufsicht. Pflegekräfte stünden oft unter Zeitdruck und könnten dem Einzelnen dadurch nicht die nötige Aufmerksamkeit schenken, die er brauche. Zeitdruck verursache ein Gefühl der Überforderung und Unzufriedenheit. Diese könnten sich in unterschiedlichsten Formen der Gewalt gegenüber den zu Pflegenden äußern. Daher müsse für eine entsprechende Personalstruktur gesorgt werden. Gussmann forderte beständige Weiterbildung von Pflegekräften und mahnte die Leitungskräfte an, die Pflegenden vor Überforderungen zu schützen. Komme es aber zu Übergriffen im Dienst, etwa weil sich eine Pflegekraft angegriffen fühlt und sich wehrt, so empfahl Volker Serth, Rechtsanwalt in Frankfurt, den Pflegenden, diesen Vorfall unmittelbar schriftlich zu dokumentieren und sofort die Heimleitung zu informieren. Um diese Problemlagen möglichst früh bewusst zu machen, sei in der Altenpflegeausbildung Hessens die Gewaltprävention im Rahmenlehrplan verbindlich, erklärte Dr. Marie-Luise Marx vom Hessischen Ministerium für Arbeit, Familie und Gesundheit. Zudem wolle man, dass freiheitsentziehende Maßnahmen grundsätzlich vermieden werden. Wenn sie aber unumgänglich seien, etwa im Falle der akuten Selbst- oder Fremdgefährdung, müssten sie fachlich, ethisch und rechtlich einwandfrei geregelt sein.

Fixierungen haben meist schädigende Wirkungen

Ein Plädoyer gegen Fixierungen in Heimen hielt Doris Bredthauer, Professorin an der FH Frankfurt. Den beruflichen wie ehrenamtlichen Betreuern gegenüber hätten Pflegekräfte zu begründen, warum eine Fixierung bei einem Bewohner notwendig sei. Axel Bauer, Betreuungsrichter in Frankfurt, äußerte sich über die Pflichten der Berufsbetreuer und beklagte die Kürzung der Betreuervergütung seit 2005. Seitdem werde eine bewohnerorientierte Entscheidungsfindung in kritischen Situationen erheblich eingeschränkt.

Würde ist nicht messbar

Im Grundgesetz formuliert der Artikel 1 die Achtung der Menschenwürde und gibt ihr den Vorrang vor allen anderen Normen. Das Heimgesetz habe die Würde der Bewohnerinnen und Bewohner in Heimen vor Beeinträchtigungen zu wahren, sagte Jutta Schwenkglenks, Leiterin des Hessischen Amtes für Versorgung und Soziales, Frankfurt. Das, was den Menschen in seinem Geist und Denken, seiner Freiheit und Innerlichkeit ausmache, ließe sich nicht messen, sondern nur achten. Wer achtet, erfährt, was einem alten Menschen wichtig ist, und vermag ihn wertzuschätzen.

Pflege unter Zeitdruck und ohne öffentliche Wertschätzung

„Wir müssen die Sicht der Pflege nach außen tragen und sagen, was 26 Pflegezeitminuten für den Pflegenden und für den Bewohner bedeuten", sagte Ruth Schwerdt, Professorin an der FH-Frankfurt. Sie bezog sich dabei auf eine beispielhafte Minutensumme, die für die Unterstützung bei Teilwäsche und beim Kleiden für einen Heimbewohner mit Demenz pro Tag zur Verfügung stehen kann. Je nach Situation sei eine bedürfnis- und bedarfsangemessene Pflege in dieser Zeit nicht zu erbringen. Zu wenig Pflegezeit erhöhe daher das Gewaltrisiko, so Schwerdt.

Dabei sind es nicht nur erdrückende Rahmenbedingungen und knappe Zeitressourcen, die den Pflegenden die Arbeit erschweren. Ruth Gärtner, die im Krankhaus Nord-West in Frankfurt die innerbetriebliche Fortbildung leitet, äußerte sich über die mangelnde öffentliche Wertschätzung: „Es wird Zeit, dass die Pflege in der Mitte der Gesellschaft ankommt."

Zur Veranstaltung eingeladen hatten das Hessische Versorgungsamt Frankfurt sowie die Hessische Heimaufsicht des Regierungspräsidiums Gießen. Sie wurden von ihren Kooperationspartnern, dem gastgebenden Versorgungshaus und Wiesenhüttenstift, der Fachhochschule Frankfurt, der Anwaltskanzlei FPS sowie dem Frankfurter Forum für Altenpflege unterstützt. *red*

„Das muss weitergehen"

Thea-Irene Heinich fordert Aufwertung des Pflegeberufs

„Es tut mir weh, zu sehen, wie Pflegekräfte verschlissen werden und wie schlecht sie dabei bezahlt werden." Die diplomatischen leisen Töne sind ihre Sache nicht. Thea-Irene Heinich greift schon mal zu drastischen Worten, wenn es um das geht, was ihr Lebensthema ist: die Pflege. Denn sie selbst ist abhängig davon, gepflegt zu werden. Seit ihrem 28. Lebensjahr leidet die heute 70-Jährige an Polyarthritis, einer Krankheit, die sie im Laufe der Jahre immer unbeweglicher werden ließ und häufig mit großen Schmerzen verbunden ist.

Thea-Irene Heinich
Foto: Wendl

Trotzdem hat sie sich nie darauf beschränkt, die Pflege ihrer Mutter, die mehr als 100 Jahre alt wurde, und Hilfen für sich selbst zu organisieren. Pflege als menschliche Zuwendung, die am Anfang und am Ende des menschlichen Lebens steht, muss aufgewertet werden. Das war und ist ihre Überzeugung. Und so hat sie schon vor mehr als 15 Jahren eine Kampagne „losgetreten", die zumindest in Frankfurt einiges verändert hat. Ihr Engagement zur Aufwertung des Pflegeberufs, damals vom Sprecherkreis der Heimleitungen aufgegriffen, hat Folgen gehabt. Die Frankfurter Altenpflegeschulen konnten einen beachtlichen Zuwachs an Schülerinnen und Schülern verzeichnen.

Damit ist aber noch längst nicht alles erreicht, was Thea-Irene Heinich in Sachen Pflege vorschwebt. Bei allem Lob für die Stadt Frankfurt, die sich „vorbildlich" hinter die Kampagne „Die Würde des Alters ist antastbar" gestellt habe, sagt sie: „Das muss weitergehen". Denn der Pflegenotstand ist längst nicht behoben, diese Erfahrung macht sie täglich.

Sie leidet unter der Abhängigkeit von der Pflege und sieht sich gleichzeitig selbstkritisch als „schwierige Patientin", die den Mund nicht hält. Eigentlich sei es absurd, dass sie, die selbst bedürftig ist, Mitleid mit den Pflegekräften habe. Aber angesichts des Zeitdrucks, unter dem diese arbeiteten, könne sie nur Mitleid empfinden. „Ich weiß selbst sehr gut, was Überforderung bedeutet", sagt Thea-Irene Heinich in Erinnerung an die Zeit, als sie ihre Mutter pflegte. Es gebe so wunderbare Pflegende, Menschen, die diesen Beruf aus Überzeugung, ja aus Berufung ausübten, gerät sie ins Schwärmen. Um gleichzeitig wieder zu bedauern: „Oft können sie die hohen Ansprüche, die sie an sich selbst stellen, nicht umsetzen."

Der Pflegeberuf ist schön

Und wenn sie selbst heute durch ihre Krankheit nicht mehr so aktiv sein kann, wie noch vor 15 Jahren, so ist ihre Leidenschaft ungebrochen. Und ihren Optimismus lässt sie sich auch nicht nehmen, auch wenn sie zwischendurch mal wieder ordentlich Dampf ablässt. Zwar sei es gut, für Pflegende Weiterbildung zu fordern und zu fördern. Doch: „Mehr Pflegekräfte gibt es davon auch nicht. Das Geld muss umverteilt werden, damit mehr Menschen diesen schönen Beruf ergreifen."

Bei den vielen Berichten über Missstände in der Pflege ist es ihrer Ansicht nach dringend nötig, nun auch einmal die schönen Seiten des Berufs herauszustellen. Da seien auch die Politiker gefordert, „sich als Menschen zu outen".

Thea-Irene Heinich gibt nicht auf. Und sie vertraut auf „ihre" Stadt Frankfurt, die sie liebt, „obwohl ich Berlinerin bin". Sie schwärmt von dem „genius loci", dem Geist dieser Stadt, der von dem großen Engagement seiner Bürgerschaft geprägt sei. Und deshalb glaubt sie fest, dass etwas da weitergehen wird, wo sie seinerzeit den Anstoß gab.

Lieselotte Wendl

Anzeige

caritas Frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zu Hause

Wir sind in Ihrer Nähe

Caritas-Zentralstationen
für ambulante Pflege
und Beratung

Telefon: 069 2982-107

in allen Stadtteilen
alle Kassen/Sozialämter

Altenzentrum Santa Teresa

Pflege, so individuell wie Sie

vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

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

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

caritas

Wenn Pflege Angst macht

Das Team „Trauma im Alter" (von links): Nadine Teuber, Ilka Quindeau und Katrin Einert. Foto: privat

Projekt der Fachhochschule beschäftigt sich mit Kriegstraumata

„Trauma im Alter" ist der Titel eines Projekts, das sich seit Mai diesen Jahres damit beschäftigt, wie Menschen ihre Kindheitserfahrungen im Nationalsozialismus und im Zweiten Weltkrieg verarbeiten. Ilka Quindeau, Diplom-Soziologin und Psychoanalytikerin an der Fachhochschule Frankfurt, leitet das Projekt.

Eine alte Frau im Pflegeheim zeigt Angst vor ihrer Pflegerin, wenn diese Deutsch mit slawischem Akzent spricht. Eine andere lehnt die Pflege durch einen Mann mit allen Anzeichen des Entsetzens ab. Für Pflegende wie Pflegebedürftige ist die Situation belastend. Woran liegt es, dass manche ältere Menschen kein Blitzlicht ertragen können? Kriegserlebnisse und traumatisierende Erfahrungen etwa während Flucht und Vertreibung können die tiefer liegenden Ursachen sein.

Solche Erfahrungen kommen oft erst im Alter wieder hervor, weiß Ilka Quindeau. Verkapselt könnten sie lange Zeit ruhen wie ein „innerer Fremdkörper". Stark mussten die Menschen sein, um ihr Leben zu bewältigen, um eine Familie zu gründen und ihre Kinder aufzuziehen. Doch im Alter, wenn mancher sich abhängig von der Pflege durch andere wiederfindet, tauchten solche oft unverarbeiteten Erinnerungen wieder auf. Nicht immer müssen sie sich als Trauma erweisen, doch pflegende Menschen sollten darauf eingestellt sein und wissen, wie sie damit umgehen können.

Wie sind Traumata entstanden und wie wurden sie bewältig – oder auch nicht? Darüber Klarheit zu gewinnen, ist eines der Ziele des Projekts. Es basiert auf Interviews mit betroffenen Menschen. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse sollen in die Aus- und Weiterbildung der sozialen Arbeit und Pflege eingebracht werden sowie die individuelle Traumabearbeitung unterstützen.

Die Mitarbeiter des Projekts konnten mehrere Kooperationspartner gewinnen, die schon eine andere Form der Pflege umsetzen und damit gute Erfahrungen gemacht haben. So zeigt sich Nadine Teuber, Diplom-Psychologin und Mitarbeiterin des Projekts, beeindruckt vom Demenzkonzept im Altenzentrum der jüdischen Gemeinde. Glastüren ermöglichen etwa den Menschen, die die Erfahrung des Eingesperrtseins gemacht haben, immer den Blick nach draußen.

Neben dem Altenzentrum wurden das Hufeland-Haus mit seiner Altenpflegeschule (Evangelischer Verein für Innere Mission e.V.), und die Henry und Emma Budge-Stiftung als Partner gewonnen.

Teuber hebt zum Beispiel hervor, dass in der Budge Stiftung ein Psychologe für Bewohner und Beschäftigte zur Verfügung steht. „In den Pflegeheimen kommen Hausärzte und andere Mediziner ins Haus, aber Psychologen sucht man dort meist vergebens", weiß sie. Dabei könnten die Erkenntnisse der Psychologen und veränderte Pflegegewohnheiten leicht dazu führen, dass der Gebrauch von Psychopharmaka gesenkt wird.

Auch unter den aktuellen wirtschaftlichen Zwängen sei ein anderer Blick und eine noch stärker an den betroffenen Menschen orientierte Pflege möglich, sagt Katrin Einert, wissenschaftliche Mitarbeiterin des Projekts. Dort könne auch eine höhere Arbeitszufriedenheit unter den Pflegenden festgestellt werden, die sich in einer geringen Fluktuation niederschlage. Die Diplom-Pädagogin hat an der Altenpflegeschule hospitiert und Stimmen über belastende Erfahrungen in der Pflege traumatisierter Menschen gesammelt.

Erste Module, etwa zu den Themen Kultur, Geschichte und Psychopathologie sind bereits entstanden und sollen in die Curricula der Schule eingearbeitet werden. Schon jetzt würden die Schülerinnen darin geschult, biografische Interviews mit Pflegebedürftigen zu führen.

Bei dem Projekt sind auch Studentinnen und Studenten im Rahmen des „forschenden Lernens" einbezogen, die sich etwa in Diplomarbeiten mit dem Thema befassen.

Die Ergebnisse des Projekts, davon ist Ilka Quindeau überzeugt, werden nicht nur der Generation zugute kommen, die den Zweiten Weltkrieg noch erlebt hat. „Es gibt ja aktuell weiterhin Kriege und damit auch traumatisierte Menschen", sagt sie. *Lieselotte Wendl*

Das Projekt „Trauma im Alter" wird auf drei Jahre vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Dafür werden noch Menschen der Jahrgänge 1930 bis 1945 gesucht, die zu einem Interview bereit sind. Ihre Erfahrungen aus dem Zweiten Weltkrieg, ihre Kindheit unter Nationalsozialismus, Krieg und Verfolgung interessieren auch, wenn sie nicht als traumatisch erlebt wurden. Besonders interessiert sind die Projektmitarbeiterinnen an Menschen auch aus anderen europäischen Herkunftsländern.
Kontakt unter Telefon: 0 69 / 15 33-3186 oder 0 69 / 15 33 – 3185. Weitere Informationen auch im Internet unter www.fh-frankfurt.de/tia.

Anzeige

Neue Möglichkeiten in Marokko

Komfortleben am Atlantik
www.capghirdor.ma

Beteiligung an Neuen Energien
www.h2energy-maroc.com

Olaf Bußmann, Mitarbeiter des Sozialmarktes, hält das Band, das Barbara Wagner, eine der geschäftsführenden Gesellschafterinnen der GFFB gGmbH, und Stadträtin Daniela Birkenfeld zum Auftakt des ersten Marktes in Höchst durchschneiden. Foto: GFFB

Gute Ware für wenig Geld

Sozialmarkt fand in Höchst statt

In Berlin gibt es sie schon länger: Sozialmärkte, auf denen Menschen mit geringem Einkommen für wenig Geld das einkaufen können, was sie sich in ganz normalen Geschäften niemals leisten könnten.

Schöpfen können die Organisatoren aus einem großen Spendenfundus. Firmen geben Restbestände an Waren ab, aber auch private Helfer unterstützen das Projekt. Dabei müssen die Waren keineswegs makellos sein. Aufgearbeitet und repariert werden die Sachspenden von Langzeitarbeitslosen, die sich auf diese Weise etwas zum Arbeitslosengeld hinzuverdienen können und mit ihrer Beschäftigung womöglich später bessere Aussichten auf einen festen Job haben.

Seit Oktober hat nun auch Frankfurt das Konzept eines Sozialmarkts etabliert. Träger ist die GFFB gGmbH. Beim ersten Markt kooperierte die GFFB mit der AWO Perspektiven GmbH. Weitere Kooperationspartner werden gesucht.

Sozialdezernentin Professor Dr. Daniela Birkenfeld unterstützt das Projekt mit einer Anschubfinanzierung von 150.000 Euro. Anlässlich der Eröffnung wies sie darauf hin, dass die GFFB dringend auf weitere Kooperationspartner in den Stadtteilen angewiesen sei. So könnten sich beispielsweise städtische Einrichtungen, aber auch freie Träger, Initiativen, Kirchengemeinden oder Vereine im Betrieb eines Sozialmarktes einbringen.

Einkaufen können zwar nur Geringverdiener, Hartz IV-Empfänger oder die Großeltern mit nur kleiner Rente, doch ein buntes Kulturprogramm, das den Markt rahmt, zieht auch andere Passanten an, weckt Neugier.

Gestaltet wird das Begleitprogramm im Übrigen von weiteren Langzeitarbeitslosen des GFFB-Stadtteil- und Kulturprojektes. Mitarbeiter der Frankfurter Tafel steuern Essen und Getränke bei.

Auch Fahrräder hat der Sozialmarkt zu bieten. Wobei die Macher noch weitere Drahtesel auch für Erwachsene suchen. „Wir möchten Familien leihweise ein ganzes Set überlassen", sagt Kausen, „damit sie auch mit wenig Geld einmal einen schönen Ausflug miteinander machen können."

Annette Wollenhaupt

Anzeige

Ihrem Enkel Geld überweisen.
So einfach, wie mit ihm zu telefonieren

Viele Wege können Sie sich sparen. Zum Beispiel, um eine Überweisung in Auftrag zu geben.

Die freundlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unserer ServiceLine nehmen gerne persönlich Ihre Wünsche und Aufträge entgegen – montags bis samstags von 7 bis 22 Uhr.

Anruf genügt: **069 24 1822 24**

Frankfurter Sparkasse 1822

„Wir haben vergessen zurückzukehren" – Teil 2

(ältere) Menschen mit Migrationshintergrund in Frankfurt am Main und in Deutschland

Im ersten Teil dieser Reihe wurden die Voraussetzungen für die Anwerbung und Beschäftigung ausländischer Arbeitskräfte erläutert (siehe Senioren Zeitschrift 4/2009, Seiten vier bis sieben). In diesem Teil wird jetzt erklärt, wie die Integration gesteuert wurde.

Vom „Gastarbeiter" zum „Mitbürger"?

Ausgehend von der Absicht, ausländische Arbeitskräfte nur vorübergehend zu beschäftigen, widmete sich die Politik in den ersten Jahren kaum der Frage der Integration. Die Unterbringung erfolgte in der Regel in Sammelunterkünften, nach Geschlechtern getrennt. Bis 1960 durften Schlafräume mit maximal sechs Personen belegt werden, jedem Arbeiter stand ein Bett, ein verschließbarer Schrank, ein Platz am Tisch und eine Sitzgelegenheit zu. Für je 15 Personen war ein WC vorgesehen. Als nach 1960 das Bundesbauministerium günstige Darlehen für den Bau von Wohnheimen vergab, entspannte sich die Situation ein wenig. Dennoch galt weiterhin, dass in Gemeinschaftsunterkünften untergebrachte ArbeiterInnen kaum sichtbar waren. Häufig wurde der Zugang zu den Unterkünften kontrolliert, viele befanden sich auf dem Werksgelände und waren somit nicht für jedermann erreichbar.

Wer sie nicht als Kollegen am Arbeitsplatz kannte, erlebte Menschen mit Migrationshintergrund allenfalls an Wochenenden an den Bahnhofskiosken, die in den ersten Jahren der Zuwanderung exklusiv ausländische Zeitungen führten und daher beliebte Treffpunkte waren. Oder als Kundinnen, unter anderem der Frankfurter Kleinmarkthalle, die bis in die frühen Siebziger hinein z. B. Auberginen und Zucchini als „Exoten" führte und damit ein Stück heimatliche Essgewohnheiten versprach.

Von der Idee, ausländische Arbeitskräfte nur vorübergehend zu beschäftigen und dann wieder zurückzuschicken, war die deutsche Wirtschaft nicht sonderlich angetan. Kostete es doch Zeit und Geld, Menschen anzulernen. Zudem bürgerte sich immer mehr die Praxis ein, an den Anwerbekommissionen vorbei Verwandte von bewährten ausländischen Kollegen als neue Arbeitskräfte zu gewinnen und sich deren Loyalität aufgrund der verwandtschaftlichen Beziehungen zu sichern. Aus den ursprünglich auf zwei oder drei Jahre angelegten Arbeitsverhältnissen wurden mehrjährige. Es musste entschieden werden, ob die Familien nachziehen durften. Das Ausländergesetz 1965 schuf entsprechende Regelungen.

Mit der Zulassung des Familiennachzugs wurde die Wohnheimunterbringung immer weiter zurückgedrängt. Ab Mitte der Sechziger suchten sich viele ausländische Familien eine Wohnung – häufig in Sanierungsgebieten, in denen die Mieten günstig waren. Die Folge war, dass Menschen ausländischer Herkunft in bestimmten Stadtteilen konzentriert lebten. Versuche, Zuzugsbeschränkungen in bestimmte Wohngebiete durchzusetzen, scheiterten an fehlendem günstigen

Zeichnung einer Unterkunft.
Foto: Aufgenommen im Historischen Museum, Frankfurt am Main

Wohnraum. Erst seit dem Einsetzen des sozialen Wohnungsbaus und festgelegten Vergabequoten haben Familien mit Migrationshintergrund die Wahl, zu entscheiden, in welchen Stadtteilen sie leben möchten.

Mit der Ölkrise 1973 kam der Anwerbestopp. Seither dürfen nur noch in Ausnahmefällen neue Arbeitskräfte aus Drittstaaten angeworben werden. Für viele ausländische Familien war dies das Signal, Entscheidungen über den Aufenthaltsort für die nächsten Jahre zu treffen. In den Heimatländern lebende Ehepartnerinnen und Kinder wurden verstärkt hergeholt, was die Frage nach beruflicher und schulischer Integration aufwarf.

In den Siebzigern entstanden die sogenannten Ausländersozialberatungsstellen, die bei den Wohlfahrtsverbänden angesiedelt waren und die Aufgabe hatten, ausländische Familien aus Anwerbestaaten muttersprachlich in allen Fragen der Integration zu beraten. Der muttersprachliche Unterricht an deutschen Schulen wurde eingeführt, der dafür sorgen sollte, dass ausländische Kinder die Erstsprache nicht nur sprechen sondern auch schreiben konnten, um gegebenenfalls später wieder im Herkunftsland die Schule besuchen zu können. Gleichzeitig wurden spezielle Deutschkurse an den Schulen eingerichtet, um Kinder dabei zu unterstützen, rasch die deutsche Sprache zu erlernen und so Chancen im deutschen Bildungssystem zu erhalten. Für benachteiligte ausländische Jugendliche wurden spezielle Maßnahmen zur sozialen und beruflichen Integration eingerichtet, die ihnen den Zugang zum deutschen Arbeitsmarkt ebnen sollten.

Initiativen zur Unterstützung ausländischer Familien ent-

standen, die Frage der gesellschaftlichen Beteiligung wurde immer lauter gestellt. Ein Bündnis aus Kirchen, Gewerkschaften, Wohlfahrtsverbänden und Initiativgruppen rief einmal jährlich zur „Woche der ausländischen Mitbürger" auf, um in der deutschen Bevölkerung Aufmerksamkeit für die Belange der zugewanderten Familien zu erzielen.

Auch die Migranten engagierten sich gesellschaftlich: in Elternvereinen, in Kultur- und Arbeitervereinen setzten sie sich für ihre Interessen ein und versuchten, sich Gehör zu verschaffen und Einflussmöglichkeiten zu sichern. Bereits 1979 wurde eine Initiative zur Einführung des Kommunalen Wahlrechts in Frankfurt gegründet.

Viele dieser Maßnahmen waren kompensatorischer Art und nicht auf Nachhaltigkeit angelegt. Grund dafür war unter anderem, dass die Politik in der Bundesrepublik Deutschland bis 1998 davon ausging, dass Deutschland kein Einwanderungsland sei und die hier lebenden ausländischen Familien zurückkehren würden. Ein Integrationskonzept, das auf mehrere Generationen angelegt und in den Maßnahmen aufeinander abgestimmt war, gab es daher nicht.

In den 80er Jahren, mit steigenden Flüchtlingszahlen und hoher Arbeitslosigkeit, suchten viele Menschen nach Sündenböcken – und fanden sie vermeintlich in den hier lebenden Migranten. Ausländerfeindlichkeit und Diskriminierung nahmen zu und gipfelten in rassistisch motivierten Anschlägen, wie zum Beispiel in Mölln und Rostock sowie den Morden von Solingen.

Sabine Kriechhammer-Yagmur

Das Leben mitgestalten

Die Frankfurter Dezernentin für Integration, Stadträtin Dr. Nargess Eskandari-Grünberg, hat am 1. Oktober 2009 den Entwurf eines Integrationskonzeptes vorgestellt.

Damit hat sie einen Dialogprozess in Gang gesetzt, an dessen Ende ein Konzept stehen soll, das Prioritäten und weitere Schritte festlegen soll. „Unser Entwurf richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger dieser Stadt, mit oder ohne ‚Migrationshintergrund'", sagte die Stadträtin. Der Entwurf stellt jeweils die grundsätzliche Idee zu einem Thema vor und beschreibt die Ausgangssituation und mögliche Weiterentwicklungen. Auch Beispiele aus der praktischen Arbeit sind zu finden. Eskandari-Grünberg hofft auf eine breite Diskussion, in der Bürgerinnen und Bürger ihre Ideen und Vorstellungen davon einbringen, wie sie das weitere Zusammenleben gestalten wollen. Die einzelnen Kapitel des Konzepts befassen sich u.a. mit den Themen Vernetzung, Beratung, Bildung und Partizipation. Es geht um Sprache, ums Wohnen und um Wirtschaft und Arbeitsmarkt, um besondere Zielgruppen und um die Frage, wie die Stadt als Kooperationspartnerin aktiv werden kann. Auf der Internetseite www.vielfalt.bewegt.frankfurt.de stehen der Konzeptentwurf sowie weitere Informationen zum download bereit. Dort haben Bürgerinnen und Bürger auch die Gelegenheit, sich selbst mit Vorschlägen zu beteiligen.

Anzeige

ARBEITERWOHLFAHRT FRANKFURT AM MAIN · AMBULANTE DIENSTE · SENIORENWOHNUNGEN

Gut betreut leben in den eigenen 4 Wänden

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

Unsere Ambulanten Dienste steht Ihnen im Alltag professionell zur Seite.

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

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

Ambulante Dienste
Röderbergweg 82
Telefon 0 69 / 44 20 33

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

AWO

Königsberg ist nur noch eine ferne Erinnerung

Als Sechsjähriger musste Wolfgang Lumma aus Ostpreußen flüchten

Im eisigen Februar des Jahres 1945 zerbrach die heile Kinderwelt des damals sechsjährigen Wolfgang Lumma. „Es war wie ein Schock", erinnert er sich an die plötzliche Flucht vor den herannahenden sowjetischen Truppen. In aller Hast, zu Fuß und mit Eisenbahn, hatten er und seine Familie den ostpreußischen Hafen Pillau erreicht, von wo aus ein kleiner Frachter Flüchtlinge nach Westen transportierte. Unbeschreiblich, weiß er noch, waren die Zustände an Bord des hoffnungslos überfüllten Schiffes. Man lag im Laderaum auf Stroh unter haarsträubenden hygienischen Verhältnissen. Kein Wunder, wenn für ein sensibles Kind alles aus den Fugen geriet. Am schlimmsten war, dass nur Frauen und Kinder mitkommen durften. Der Vater blieb zurück und schloss sich einem der Trecks an, die sich über das zugefrorene Haff Richtung Westen durchschlagen mussten. Ob man ihn jemals wieder sehen würde, stand in den Sternen.

Immerhin erreichte man Gotenhafen, (heute polnisch: Gdynia), von wo aus es weiter ging mit der „Deutschland", einem ehemaligen Kraft-durch-Freude-Kreuzfahrtschiff. Doch die Angst fuhr mit. Denn kurz zuvor war das Schwesterschiff, die „Wilhelm Gustloff", nach einem Torpedoangriff gesunken und hatte Tausende von Menschen mit in den Tod gerissen.

Sorglose Kindheit

Bis zu diesen traumatischen Erlebnissen gegen Kriegsende war dem kleinen Jungen eine sorglose Kindheit im heimischen Königsberg beschieden. Zwar gibt es nicht mehr allzu viele Erinnerungen an diese Zeit. Aber von dem schönen großen Haus mit Garten auf den „Hufen" weiß Wolfgang Lumma noch. Auch, dass steinerne Löwen seinen Eingang flankierten und dass der Zoo nicht weit war. Vor allem lange Ferienwochen an goldenen Ostseestränden hinterließen bleibenden Eindruck. Noch zeigte auch der Krieg im Osten des „Reiches" nicht sein ganz brutales Gesicht. Zumal der Vater als Beschäftigter in einer Nahrungsmittelfabrik als „unabkömmlich" galt und nicht Soldat werden musste.

Wolfgang Lumma
Foto: Oeser

Ruhe vor dem Sturm

Aber es war nur die Ruhe vor dem Sturm. Nach dem Beschluss von Wehrmacht und NS-Partei, Königsberg als Festung bis zuletzt zu verteidigen, hielt es der Vater für sicherer, die Familie aus der Stadt hinaus und aufs Land zu bringen. „Mit Mutter, kleiner Schwester, Oma, zwei Tanten und einem Koffer auf einem Pferdefuhrwerk." Was sich als weise Entscheidung erwies. Denn am nächsten Tag bereits waren die Russen da. Nicht einmal in ihre Wohnung konnten sie kurz zurück, sondern mussten Hals über Kopf zur Flucht aufbrechen.

Doch die gelang. Irgendwie schlug sich die verbliebene Familie durch bis Goslar zu Verwandten. Wieder alles anders: Dorfschule, winziges Häuschen, Kriegsende. Und die Amerikaner kamen. „Zum ersten Mal habe ich da schwarze Menschen gesehen." Vor allem den Hunger der Nachkriegszeit hat Wolfgang Lumma noch im Gedächtnis, „die ewigen Steckrüben in allen Variationen, Brot gab's nur am Wochenende".

Riesig dann die Freude, als plötzlich der Vater vor der Tür stand. Nun ging's bergauf. Nach dem Umzug nach Braunschweig richtete er dort eine still gelegte Fabrik wieder ein. „Wir hatten nun einen Garten, Hühner, Dinge zum Tauschen. Für mich begann da erst wieder das richtige Leben." Für alle. Denn „ich habe nie gehört, dass meine Eltern über Heimweh geklagt oder Verlorenem nachgetrauert hätten". Zwar machten gelegentlich Freunde oder Verwandte aus Königsberg Station bei ihnen, aber die Gegenwart hatte längst über nostalgische Träume gesiegt. Vor allem nach einem neuerlichen Umzug. Diesmal nach Düsseldorf, und die fröhliche Rheinstadt wurde endgültig zur Heimat. Ein seltsamer Zufall ereignete sich für Wolfgang Lumma während seines Studiums, als er dort auf dem Gymnasium einem ehemaligen Mitschüler aus seiner Königsberger Grundschule begegnete. Bis heute hält die Freundschaft der beiden „alten Ostpreußen".

Das Leben besteht aus Abschnitten

„Das Leben besteht aus Abschnitten", meint Wolfgang Lumma philosophisch. Ein weiterer neuer begann für ihn 1965, als er aus privaten Gründen nach Frankfurt zum Hessischen Rundfunk kam, wo er später bis zu seiner Pensionierung als Hörfunknachrichten-Chef arbeitete.

Hat er nie den Wunsch verspürt, Königsberg einmal wieder zu sehen? „Eigentlich nicht, nur in letzter Zeit denke ich hin und wieder doch daran, mal dorthin zu reisen."

Die rund 1.000 Kilometer nach Osten dürften heute ja auch kürzer sein als damals auf abenteuerlichen Fluchtwegen.

Lore Kämper

Anzeige

caritas Frankfurt

Telefon für Pflegende Angehörige

Pflegebegleitung am Telefon. Einfach anrufen!

0 69 - 95 52 49 11

caritas

Für sie gelesen

Vom Zauber der Donau

Claudio Magris, Träger des Friedenspreises des Deutschen Buchhandels 2009, ist nicht nur ein Kenner der deutschen Kulturlandschaften. Es ist ihm mit seinem Buch „Donau" auch ein ungewöhnlich geistreiches Porträt des Donauraumes vom Schwarzwald bis ans Schwarze Meer gelungen. Die Süddeutsche Zeitung sprach gar von einem „Dreitausend-Kilometer-Film", der im Leser abliefe. Gemeinsam mit Magris, dem hochintellektuellen Reiseleiter, begegnet man Lukács in Budapest, Ovid in Konstanza und Martin Heidegger in Meßkirch. Keine leichte Kost, aber köstlich. Claudio Magris „Donau", erschienen im Deutschen Taschenbuch Verlag, 14,90 Euro.

ISBN 978-3-423-34418-0

Eine Familie in Aufruhr

Fünf Jahre lang hat Peter Henning an seinem knapp 500 Seiten langen Roman „Die Ängstlichen" geschrieben. Pünktlich zur Frankfurter Buchmesse kam er heraus. Ein beunruhigendes zugleich stellenweise tief komisches Stück Literatur, in dessen Zentrum die Familie Jansen steht. Johanna Jansen, die in ein Wohnstift ziehen wird, möchte noch einmal all ihre Kinder um sich haben, doch alles kommt anders. Ihr Lebensgefährte verschwindet, ein Sohn ist tödlich erkrankt, ein anderer aus der Psychiatrie geflohen, die Tochter sieht sich einem untreuen Ehemann gegenüber, der Enkel kämpft um seine große Liebe. Und zu all dem braut sich über die Gegend um Hanau ein apokalyptisch anmutendes Unwetter zusammen.
Peter Henning „Die Ängstlichen", erschienen im Aufbau-Verlag, 22,95 Euro.

ISBN 978-3-351-03267-8

Eine Liebe in Neufundland

Der raue und harte Alltag der Fischer in Neufundland in den 1950er Jahren bildet die Kulisse einer zarten Liebesgeschichte. Sylvanus ist Fischer und liebt die spröde Natur, das Meer und die Fischerei. Adelaide, die im Nachbardorf lebt, hasst dagegen die Fischerei und das Meer. Was nicht sehr verwundert, schließlich muss sie täglich Fische einsalzen und zum Trocknen aufhängen. Nie hätte sie gedacht, dass sie ihren Schwur, auf keinen Fall einen Fischer zu heiraten, je brechen würde. Donna Morrissey, selbst in einem kleinen Fischerdorf an der Küste Neufundlands aufgewachsen, hat in ihrem Roman „Der Geruch von Salz" eigene Erinnerungen auf eindringliche Weise lebendig werden lassen. Erschienen im Deutschen Taschenbuch Verlag, 9,90 Euro.

ISBN 978-3-423-13772-0

Aus Liebe zum Sonntag

Die einen müssen an diesem Tag arbeiten – von wegen „mit der Familie zusammen sein" oder „einmal ausspannen". Die anderen wünschen sich nichts mehr als auch dann noch einkaufen gehen zu können. Wieder andere, sprich die Kirchenvertreter, empört letzteres, und sie fordern die Abschaffung des verkaufsoffenen Sonntags. Am gesetzlichen Ruhetag scheiden sich die Geister. Monika Gräfin Metternichs „Lob des Sonntags" sei all jenen ans Herz gelegt, die inmitten der eher rational geführten Diskussion die leisen, atmosphärischen Töne vermissen. Erschienen im Pattloch Verlag, 14,95 Euro.

ISBN 978-3-629-02232-5

Gestutzte Flügel

Als kleines Kind dachte Ida Lüth, sie sei eine Prinzessin. Eine Prinzessin die fliegen könne. Aufgewachsen ist sie als Halbwaise – die Mutter starb bei ihrer Geburt – in der bäuerlich geprägten Landschaft Nordfrieslands. Dass das Leben mit seinen Härten allerdings Erwachsenen die Flügel schnell stutzt, zu dieser Erkenntnis kam sie schon bald. Hans-Uwe Köhler hat die Lebensgeschichte von Ida Lüth, die heiratete, als Magd, Köchin und Haushaltshilfe arbeitete, aufgeschrieben. Hans-Uwe Köhler „Ich dachte immer, ich könnte fliegen", erschienen bei Gabal, 14,90 Euro.

ISBN 978-3-86936-046-1

Annette Wollenhaupt

Anzeige

Wohnen mitten im Wald

Altenwohnanlage der Luisa Hauser-Frauen-Stiftung

Am Roten Graben 7–11,

bestehend aus 3 Häusern mit je 7 Etagen, 168 Wohnungen, Aufzügen und PKW-Abstellplätzen. Nähe Hessen Center. Endstation U7 Enkheim + Bus.

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

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

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

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

Kreativität – was ist das?

Vom Alltag zu Höchstleistungen und zurück

Seine Kreativität kann man in jedem Alter entdecken. In der zehnköpfigen Senioren-Mandolinengrupe der Naturfreunde Ortsgruppe Frankfurt-Rödelheim spielen beispielsweise nicht nur vier über 80-jährige Mitspieler mit, sondern auch drei über 90-Jährige (von links): Hildegard Nischke (91), Willi Müssig (97) und der 95 Jahre alte Leiter der Gruppe Hans Stutz. Die Mandolinengruppe nimmt noch Mitspieler auf. Bedingung: Interessierte müssen über 65 Jahre alt sein. Geübt wird montags von 14.30 bis 17 Uhr im Haus des Rödelheimer Vereinsrings, Friedel-Schomann-Weg 7. Foto: Hugo Staab

Wenn heute über Kreativität gesprochen wird, dann denken die meisten Menschen an Malen, Basteln, Musizieren oder an andere künstlerische, gestalterische eventuell noch sportliche Tätigkeiten.

Da kommen einem Pablo Picasso oder Ludwig van Beethoven in den Sinn, die im hohen Alter ihre kreativen Glanzzeiten hatten. Sportliche Höchstleistungen werden auch gern als vorbildlich und erstrebenswert dargestellt.

Was ist aber mit den vielen Menschen, die niemals in ihrem Leben zwei Meter hoch gesprungen sind, die keine Meisterschaft im Bodenturnen errungen haben oder die weder eine Oper komponiert noch ein Bild gemalt oder ein Buch geschrieben haben? Sind diese Menschen, und das ist die Mehrzahl der Bevölkerung, sind diese Menschen alle „unkreativ"?

Sind die meisten Menschen „unkreativ"?

Zu diesem Thema haben sich schon viele Fachleute in aller Welt Gedanken gemacht. Sie versuchten den Begriff der „Kreativität" genau zu untersuchen und zu beschreiben. Gemeinsam ist den meisten Definitionen, dass es sich um eine Fähigkeit eines Menschen handelt etwas Neues zu schaffen. Eine kreative Tätigkeit sollte absichtlich und zielgerichtet sein. Es kann sich auch um eine neuartige Problemlösestrategie handeln. Soweit so gut. Das ist doch schon ganz ermutigend. Es gibt aber noch bessere Nachrichten zu dem Thema. Jeder Mensch wird mit zwei gegensätzlichen „Instruktionsprogrammen" geboren: einer konservativen Tendenz, die auf dem Selbsterhaltungstrieb beruht, und einer expansiven Tendenz, zu welcher die Neugier (im positiven Sinn!) gehört, welche zur Kreativität führt. Beide „Programme" sind notwendig. Während die erste Tendenz nur wenig Ermutigung und Unterstützung von außen braucht, um ein Verhalten auszulösen, kann die zweite Tendenz, die zur Kreativität führt, mit den Jahren verkümmern, wenn sie nicht gefördert wird. Das klingt ein bisschen technisch. Was heißt das für uns normale Menschen?

Potenziell steckt in jedem von uns ein kreativer Mensch, auch wenn wir keine Höchstleistungen in bestimmten Bereichen erbringen können. Denn Kreativität gehört auch zum normalen Leben dazu. Hierzu ein Beispiel zum bessern Verständnis:

Martha F. wohnt seit über 50 Jahren in einer Zwei-Zimmer Wohnung im 3. Stock eines Altbaus ohne Fahrstuhl. Bisher war es kein Problem, die Stufen bis zu ihrer Wohnung zu steigen. Selbst mit Einkaufstaschen hatte sie keine Probleme, diesen Weg zu bewältigen. Dann aber kam die Sache mit der Hüfte. Erst ein Sturz, dann eine Operation und jetzt das Problem mit der Treppe. Eigentlich geht das Laufen und Steigen wieder ganz gut, aber wie früher eine Kiste Wasser die Treppen hinauf zu tragen, traut sie sich nicht mehr. Immer jemanden zu bitten lässt der Stolz nicht immer zu. Also was gilt es zu tun? Ein oder zwei Flaschen aus dem Keller holen ist eine Übergangslösung. Es nervt aber gewaltig, denn jedes Mal, wenn sie ein Glas Wasser trinken möchte, ist die Flasche leer, und sie hat auch nicht immer Lust in den Keller zu laufen. Zunächst hat sie sich mit weniger Trinken begnügt. Zum Geburtstag hat sie dann von ihren Kindern einen Wasserspender geschenkt bekommen. Mit dem könnte sie zu Hause aus Leitungswasser ein sprudelndes Getränk bereiten. Dieses Gerät ist ihr aber nicht so recht geheuer und mit der Technik kommt sie auch nicht zurecht.

Jetzt erinnert sie sich an frühere Zeiten. Als Kind hatte sie von ihrer Mutter selbst gemachte Limonade zu trinken bekommen. Es war Leitungswasser mit einem Schuss Saft aus Früchten, die im Garten gewachsen sind. So gab es zu verschiedenen Jahreszeiten auch unterschiedliche „Limonade". Im Sommer und Herbst wurden die Säfte eingeweckt und im Winter aus dem Vorratskeller geholt. Frau F. entschließt sich, dies mal zu probieren und kauft sich ein Saftkonzentrat, verdünnt es mit Trinkwasser aus der Leitung und erinnert sich dabei genüsslich an ihre frühe Kindheit.

Was hat dies nun mit Kreativität zu tun? In unserem Leben müssen wir sehr oft Anpassungsleistungen an die Realität erbringen. Ob aus gesundheitlichen, finanziellen oder sonstigen Gründen, spielt dabei keine Rolle. Dazu bedarf es einer gewissen Flexibilität, die dann zum Teil auch über unsere Lebensqualität entscheidet. Je flexibler und je kreativer wir im Leben sind, desto besser gelingen uns Anpassungsleistungen im Alltag. Je weniger wir diese Flexibilität in unserem Leben einsetzen und einüben, umso eher verlernen wir diese so wichtige Alltagskreativität.

Meist sind es die Kleinigkeiten, die wir selbst gar nicht als „kreative Leistung" wahrnehmen. Ganz zu schweigen davon, dass es andere Menschen erkennen könnten, welche kreative Leistung wir vollbracht haben. Denn oft geschieht

Wie der Herr so´s Gescherr, betitelte Karin Tart ihr fotorealistisches Gemälde. Mit humorvollem Blick skizziert die Malerin ihre Umwelt. Die Ausstellung war bis zum November im Martha-Haus zu sehen.

diese Form der Kreativität im Stillen und kaum jemand registriert es. Dabei sind es so immens wichtige Hilfen und Erleichterungen oder einfach auch nur kleine Freuden, die wir uns selbst schenken können.

Alltagskreativität beachten

Es ist natürlich auch sehr schön, wenn die Kreativität von Menschen der gesamten Kultur und der Gesellschaft zum Nutzen sind oder Freude bereiten. Wer liest nicht gern ein tolles und spannendes Buch, geht nicht gern in ein schönes Konzert oder sieht sich Kunstwerke in Museen an. Doch dies sind Ausnahmetalente, die wir dort bewundern können und die unser Leben bereichern können. Ein Maßstab für unsere Kreativität kann es niemals sein. Gerade diese besonders begabten und kreativen Menschen haben oft Probleme mit der Bewältigung ihres Alltags. Ihnen fehlt es manchmal an der nötigen Alltagskreativität.

Jetzt können wir selbst entscheiden, was uns lieber wäre, obwohl wir ja eigentlich keine Wahl haben. Doch was hindert uns noch kreativer zu sein? Es gibt vier Haupthindernisse, durch die wir abgehalten werden, unser Potenzial zum Ausdruck zu bringen: 1. andere Anforderungen und Tätigkeiten, die unsere Aufmerksamkeit einschränken und unsere Gedanken absorbieren 2. eine erhöhte Ablenkbarkeit 3. Trägheit bzw. Mangel an Disziplin 4. Unkenntnis, was mit der eigenen Energie anzufangen ist.

Der erste Schritt zu einem kreativeren Leben ist also die Förderung der Neugier und des Interesses sowie die Überwindung der eigenen Trägheit. Oft reicht es, jeden Tag über etwas erstaunt zu sein, mindestens einen Menschen in Erstaunen zu versetzen oder sich dies nach Möglichkeit auch aufzuschreiben. In vielen Fällen trauen wir uns selbst nur wenig zu. Wer einen Funken Interesse an etwas verspürt, der sollte ab und zu auch diesem Gefühl folgen und es nicht mit den Worten abtun: „Das schaffe ich nie" oder „Das kann ich nicht." Auch die ganz großen „Kreativen" haben sehr viele Fehlversuche in ihrem Leben gehabt, bevor sie ein besonderes Werk vollendet haben. Training und Übung sind auch für die Kreativität im Alltag eine notwendige Voraussetzung.

Oft ist es leichter bei anderen Menschen Kreativität zu entdecken als bei sich selbst. Trotzdem sollen die Leser der SZ ermuntert werden, über ihre eigene Kreativität im Alltag nachzudenken.

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

Amt für Gesundheit
Frankfurt am Main

Anzeige

GDA Wohnstift Frankfurt am Zoo

Wohnen und Leben mit Anspruch

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

AGiA Premiumdienstleistungen

- Unterstützung durch unsere **„Einzugsbegleiter"** vor, während und nach Ihrem Einzug
- Steigerung der Mobilität und des Wohlbefindens durch unsere **„Präventiven Gesundheitsbegleiter"**
- Beratung für unsere Bewohner im akuten Krankheitsfall – durch unsere **„Patientenbegleiter"**

* Dieser Wettbewerb für das gesamte Niedersachsen wurde von der AOK Niedersachsen und der Excurs-Gruppe ausgeschrieben.

AGiA Aktiv und Gesund im Alter
Die GDA-AGiA-Dienstleistungen
Ausgezeichnet mit dem Innovationspreis Gesundheitswirtschaft 2009*

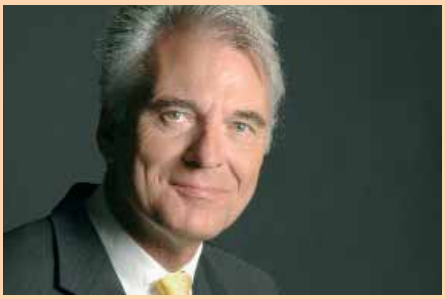
GDA Genieße Dein Alter

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

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

www.gda.de

DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND



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

Ihr

Prof. Dr. Felix Semmelroth
Kulturdezernent

Die erste Saison unter der Leitung von Oliver Reese

Etwas ganz Aufregendes geschieht – ein neues, größeres Ensemble kommt in die Stadt und fängt an, zusammen zu spielen. Insgesamt 30 Premieren plant Oliver Reese für diese Spielzeit mit seinen 33 fest engagierten Schauspielern, darunter zehn vom Deutschen Theater, dem Berliner Ensemble und der Schaubühne. „Sie haben ihren Vertrag mit Blut unterschrieben", verrät Reese mit mephistophelischem Schmunzeln, denn: „Ich glaube, dass das Ensemble das Herz des Theaters ist." Auch viele renommierte Regisseure, wie Michael Thalheimer, Andreas Kriegenburg und Stephan Kimmig, konnte der neue Intendant für das Schauspiel Frankfurt gewinnen.

Neue Spielstätten und Schwerpunkte

Neue Spielstätten und Schwerpunkte in der Bespielung prägen das Gesicht des Schauspiels Frankfurt seit dem Beginn dieser Saison. Schauspielhaus und Kammerspiele werden in den nächsten Jahren aufwändig umgebaut. Schon im Sommer erhielten die Zuschauerräume in beiden Häusern eine bequeme neue Bestuhlung, die mehr Sitzkomfort gewährleistet, die Säle aber auch optisch und akustisch verbessert. Das Schauspielhaus ist mit roten Samtstühlen, die Kammerspiele mit schwarzen Ledersesseln ausgestattet. Für eine angenehme Atmosphäre schon beim Eintritt ins Theater sorgen die neu gestalteten Foyers. Sie sind herzlich eingeladen zu verweilen und die Vorstellungen in den Foyers und in der Panorama Bar – hoffentlich angeregt – zu diskutieren.

Der traditionsreiche Ort Bockenheimer Depot soll künftig wieder stärker bespielt werden. Mit fünf Premieren in der ersten Spielzeit der neuen Intendanz soll das Depot Schwerpunkt und Gegenpol zu den Bühnen des Schauspielhauses sein. Eröffnet wurde mit „Cabaret", dem Musical-Klassiker um den amerikanischen Schriftsteller Clifford Bradshaw, den es ins wildverruchte Berlin der späten Zwanziger Jahre verschlägt. In der zweiten Spielzeithälfte gibt es so gegensätzliche Stoffe, wie Albert Camus' „Die Pest" und Carlo Goldonis Komödie „Der Diener zweier Herren". Der außergewöhnliche Regisseur Andreas Kriegenburg – einer der markanten Theatermacher seiner Generation – nimmt sich des berühmtesten Stückes der Commedia dell'Arte an und wird dabei nicht nur das Geheimnis des Slapstick zu ergründen suchen.

Ein neues Theater mitten im Schauspiel Frankfurt – dies gibt es, seit Beginn dieser Spielzeit, mit der „Box" im unteren Foyer des Schauspielhauses. Eine vierte Bühne mit 66 Plätzen. Näher kann Theater nicht mehr kommen. Der intime neue Ort soll vor allem Spielstätte und Experimentierraum für junge Talente sein, bietet aber auch Platz für nähere Begegnungen mit den Darstellern des neuen Ensembles.

Themen der Stadt und unserer bewegten Zeit

Mit der antiken Tragödie fängt alles an. In seinen beiden großen Dramen, „König Ödipus" und „Antigone", bringt Sophokles – wie kaum ein Dichter nach ihm – philosophische und ethische Menschheitsfragen auf die Bühne, deren Dringlichkeit durch die Jahrhunderte noch zuzunehmen scheint. Michael Thalheimer brachte zur Eröffnung der Saison beide Tragödien in einem Doppelprojekt auf die Bühne: „Ödipus/Antigone" an einem Abend mit Marc Oliver Schulze als Ödipus/Kreon und Constanze Becker als Iokaste/Antigone. Beide Teile können aber auch an verschiedenen Abenden einzeln gesehen werden.

Schwerpunkte der Spielzeit sind zentrale Stücke des 20. Jahrhunderts – von Tschechow, Horváth, Brecht, Wedekind – sowie Uraufführungen von einigen markanten zeitgenössischen Dramatikern: Roland Schimmelpfennig oder die jungen Entdeckungen Juliane Kann und Nis-Momme Stockmann. Themen der Stadt und unserer bewegten Zeit grundieren den ersten Spielplan unter der Intendanz Reese: Heines „Deutschland. Ein Wintermärchen" wird zur theatralischen Reise ins geliebtgehas-

Marc Oliver Schulze, Constanze Becker in „Ödipus"
Stephanie Eidt, Claude De Demo, Kathleen Morgeneyer
in „Drei Schwestern" Fotos (2): Sebastian Hoppe

ste Land, der Fall Nitribitt zum Beispiel wird neu aufgerollt, Brechts „Mutter Courage" zeigt Krieg als „eine Fortführung der Geschäfte mit anderen Mitteln". Brechts Feststellung ist in einer Gesellschaft, die ökonomische Interessen über menschliche Belange stellt, noch immer schmerzhaft aktuell. »Mutter Courage« ist, mit seinen bekannten Liedern und vitalen Rollen jenseits aller Ideologie ein ergreifendes Stück über Menschen, die überleben wollen. Robert Schuster kehrt mit dieser Inszenierung als Regisseur nach Frankfurt zurück, Premiere ist am 23. Januar 2010 im Schauspielhaus.

Kathleen Morgeneyer und Sébastien Jacobi in „Deutschland ein Wintermärchen". Foto: Wonge Bergmann

Sehen und Erleben

Auf Nachfrage vieler Theaterfreunde wurde ein besonderes Abonnement neu ins Programm aufgenommen: das Mini-Wahl-Abo. Es ermöglicht den Besuch von vier Vorstellungen in den verschiedenen Spielstätten ohne Festlegung auf bestimmte Vorstellungen oder Wochentage – das Abonnement für spontane Theatergänger. Das Schauspiel Frankfurt verlost einmal zwei Abonnements für den Theaterbesuch zu zweit. Postkarte mit dem Stichwort „Sehen und Erleben" an: Schauspiel Frankfurt, Öffentlichkeitsarbeit, Kristina Faber, Neue Mainzer Straße 17, 60311 Frankfurt. Einsendeschluss ist der 1. Februar 2010.

Am Sonntag ins Theater

Das neue Sonntag-Abo gilt für eine Auswahl von fünf Vorstellungen im Schauspielhaus an einem Sonntagnachmittag. Vor der Vorstellung gibt es in der Panorama Bar – hinter der Glasfront im oberen Foyer des Schauspielhauses – Kaffee gratis und ein Kuchen-Buffet. Am 24. Januar um 16 Uhr wird im Sonntagabo im Schauspielhaus Bertolt Brechts „Mutter Courage und ihre Kinder" in der Regie von Robert Schuster gezeigt. Termine und Spielplan gibt es beim Abo- und Infoservice unter Telefon 0 69 / 21 23 74 44 und unter www.schauspielfrankfurt.de.

Anzeige

HENRY UND EMMA BUDGE STIFTUNG

Senioren-Wohnanlage und Pflegeheim

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

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

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

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

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

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

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

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

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

MITGLIED IM PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTSVERBAND HESSEN

Was – wann – wo?

Der Winter, Bronze Detail
Foto: Liebieghaus

Das neue Jahr fängt gut an in Frankfurt, nämlich mit jeder Menge Kultur. Wie immer lohnt ein Abstecher ans Museumsufer. Das **Liebieghaus** zeigt bis zum 28. Februar Skulpturen von Jean-Antoine Houdon (1741–1828). Der einst gefeierte Bildhauer der Aufklärung, der vor allem eindrucksvolle Porträts gestaltete, ist in der Schau unter anderem mit Porträts von Voltaire, Diderot und Benjamin Franklin, aber auch mit Darstellungen von Herrschern wie Ludwig XVI. und Napoleon I. vertreten.

Das **Museum Giersch** zeigt in Zusammenarbeit mit dem Berliner Bröhan-Museum vom 21. März bis 18. Juli unter dem Titel „Vom Taunus zum Wannsee" Werke des gebürtigen Frankfurters Philipp Franck (1860–1944). Der impressionistische Künstler zählte zu den Mitbegründern der Berliner Secession und schuf Landschaften, Figuren und Still-Leben in Form von Aquarellen, Zeichnungen und Druckgraphiken.

Schlange stehen dürfte wohl, wen es zur spektakulären Botticelli Ausstellung ins **Städel** zieht. Das Museum zeigt bis 28. Februar Bildnisse, mythologische Allegorien und Marienbilder, die der italienische Renaissancekünstler Sandro Botticelli selber schuf, aber auch Werke von Zeitgenossen Botticellis.

Botticelli Werkstatt, Allegorisches Bildnis einer Frau. Foto: Städel

Wer ein Faible für gediegene Möbel hat, der sollte eine Ausstellung im **Museum für Angewandte Kunst** nicht verpassen. Es zeigt bis Ende Januar Arbeiten von André Charles Boulle (1642–1732). Boulle war der Hofebenist (Hofdrechsler) von Ludwig XIV. Präsentiert werden rund 100 Möbelstücke, Bronzen, kunsthandwerkliche Objekte und Instrumente, Tapisserien, Uhren sowie Gemälde und Entwürfe.

Foto: Museum für angewandte Kunst

Der französische Neoimpressionist und Pointilist Georges Seurat ist der Star einer Ausstellung in der Kunsthalle **Schirn** (5. Februar bis 9. Mai).

Das IKAT im **Museum der Weltkulturen** zeigt nicht nur internationale Kunst und Kunsthandwerk, es lädt auch zum „Kochen im Museum" ein. Am 15. Januar steht die Küche Indiens auf dem Programm, am 5. Februar die vietnamesische (45 Euro plus Zutatenkosten, Anmeldung unter Telefon 0 69 / 21 23 83 62).

„Ausgerechnet Deutschland!" ist eine Ausstellung betitelt, die im März im **Jüdischen Museum** zu sehen ist. Die Schau erzählt von drei Generationen jüdisch-russischer Einwanderer in der Bundesrepublik.

Dem bereits verstorbenen Frankfurter Karikaturisten, Vertreter der „Neuen Frankfurter Schule" und Mitgründer der Satire-Zeitschrift „Titanic", Chlodwig Poth, widmet das **Caricatura Museum** eine Ausstellung. „Poth für die Welt" heißt sie, beginnt am 11. Februar und endet am 25. April.

Zum Schluss noch zwei Veranstaltungstipps in Sachen Musik. Die **Hochschule für Musik und Darstellende Kunst** lädt regelmäßig zu Konzerten ihrer Studierenden ein. (Programm unter www.hfmdk-frankfurt.info). „Spanien" ist das Thema am 9. Februar, 19.30 Uhr, im Kleinen Saal der Hochschule.

Auch **Dr. Hoch´s Konservatorium** freut sich über Besuch, wenn es zu Einblicken in das Schaffen seiner Schülerinnen und Schüler einlädt. Da das Programm 2010 zu Redaktionsschluss noch nicht feststand: am besten selber ins Internet schauen, siehe www.dr-hochs.de *Annette Wollenhaupt*

Anzeige

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

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts

Wohnen und Leben im Wiesenhüttenstift ist einfach angenehm!

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

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

Zertifiziert nach IQD

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

Museum für Gehörlose eröffnet

Sie waren den anderen nicht geheuer. Man dachte gar, sie seien von Dämonen besessen. Taube und Stumme führten lange ein Leben am Rande der Gesellschaft. Halbwissen und Aberglaube vermischten sich auf unheilvolle Weise und schufen eine fast schon feindselige Atmosphäre im Umgang mit ihnen. Das alles hat sich zum Glück geändert. Heute gibt es viele Schulen für Hörgeschädigte und Gehörlose, und auch Studium wie Ausbildung sind dank modernster Hilfstechniken möglich.

Lothar Scharf hat in Frankfurt das Museum für Hörgeschädigte und Gehörlose gegründet. Foto: Rüffer

Welche Hürden bis dahin genommen werden mussten, zeigt das neue, in der Frankfurter Rothschildallee beheimatete Museum zur Geschichte der Gehörlosen und Schwerhörigen, kurz Deaf-Museum (deaf: englisch für taub) genannt. Lothar Scharf, selbst stark hörgeschädigt, hat die Schau unter dem Dach der Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige zusammengestellt.

Auf Infotafeln kann man sich über Leben und Wirken einzelner Vertreter der Gehörlosenbewegung informieren. So würdigt die im Untergeschoss des Hauses untergebrachte Ausstellung etwa Charles Michel de l'Epée, den Gründer der ersten Taubstummenschule in Paris. Auch Samuel Heinicke, der die Lautsprachenmethode einführte, wird gebührender Platz eingeräumt. 1778 gründete er in Leipzig das „Chursächsische Institut für Stumme und andere mit Sprechgebrechen behaftete Personen".

Skurril mutet eine große Vitrine mit zahlreichen, sorgsam zusammengetragenen Exponaten an. Versammelt sind hier alle möglichen Hilfsmittel, die Hörgeschädigten in der Vergangenheit zur Verfügung standen. Die einen mehr, die anderen weniger seriös. Angesichts der meisten kann Museumsleiter Scharf nur den Kopf schütteln. Er sagt: „Einen wirklichen Nutzen haben Menschen mit einem Gehörschaden von solcher Art Hörhilfen erst ab etwa 1970 gehabt."

Vorsicht vor Wundermitteln

Denkt man an die heutigen kleinen, optisch fast nicht mehr wahrnehmbaren Hörgeräte, wundert sich der Museumsbesucher darüber, dass Hörgeschädigte früherer Generationen mit wahren Monstren zugange waren. So schnallten sie sich etwa riesige Kopfbügelschallfänger an. Auch Hörpfannen und Hörschläuche kann man im Deaf-Museum bewundern. Mit Vorsicht zu genießen sind Ohrensalben und Ohrenöle selbst ernannter Koryphäen, die Wunder bewirken sollten. Das gilt auch für jene Geräte, die angeblich mittels einer Trommelfellmassage die Hörfähigkeit wieder herstellten.

Fast schon gruselig erscheint das, was man einst Hörgeschädigten einflößte, um sie gesunden zu lassen. Lothar Scharf hat gleich mehrere Rezepturen gesammelt. So haben die Mönche im Mittelalter Tauben ein nach heutigen Maßstäben wahrlich ekelerregendes Elixier zugemutet. Man nahm Aalfett, gab Aal- und Bocksblut hinzu und füllte all das in eine zuvor ausgehöhlte Zwiebel. Danach setzte man sie aufs Feuer. War die Zwiebel weich, zerdrückte man sie. Vom Saft träufelte man dem Tauben zwei Tropfen ins Ohr.

Gedenkstätte für jüdische Gehörlose

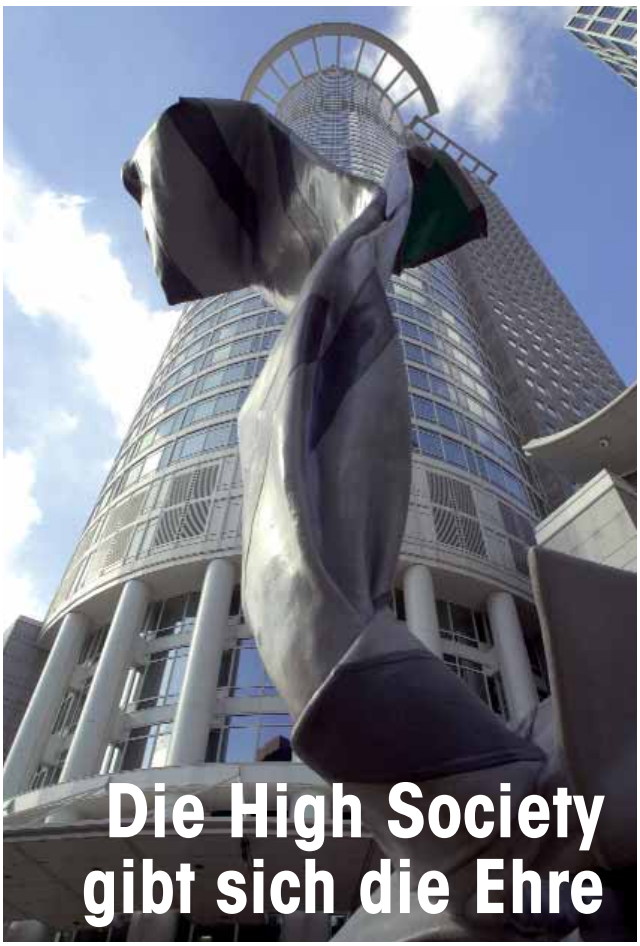
Spannend und zugleich berührend ist jener Teil der Ausstellung, der sich der Gehörlosenbewegung in der Zeit des Nationalsozialismus widmet. Zahlreiche Dokumente und Videoaufnahmen mit Zeitzeugen zeigen, dass auch die Gehörlosen Hitler durchaus gefolgt sind, es 2.000 bis 3.000 gehörlose NSDAP-Mitglieder gab, die Hitlerjugend gar speziell für Hörgeschädigte den sogenannten „Bann G" gründete. Informiert wird auch über die von den Nationalsozialisten durchgeführten Zwangssterilisationen in all jenen Fällen, in denen es sich um eine vererbbare Taubheit gehandelt hat.

Besonders wichtig aber ist Lothar Scharf das Erinnern an jene jüdischen Gehörlosen die von den Nationalsozialisten umgebracht worden sind. Er sagt: „Unser Museum ist die einzige Gedenkstätte für sie." *Annette Wollenhaupt*

Das Museum zur Geschichte der Gehörlosen und Schwerhörigen in der Rothschildallee 16 a, 60389 Frankfurt, ist donnerstags von 13 bis 15 Uhr geöffnet. Telefon 0 69/94 59 30-0.

Anzeige

Die High Society gibt sich die Ehre



Skulptur „Kragen und Schlips, umgedreht", von Claes Oldenburg und Coosje van Bruggen, vor dem Kronenhochhaus, Mainzer Landstraße.

Dass Frankfurts Hochhäuser nicht allein zur Welt der Banker gehören, zeigen nicht nur die Spitznamen vom „Kronenhochhaus" bis zum „Soll und Haben", die die Frankfurter ihren Glastürmen verpasst haben. Immer mehr Gebäude sind zumindest in Teilen für die Öffentlichkeit zugänglich. Viele Banken setzen auf das Konzept, sich dem urbanen Umfeld zu nähern.

Frankfurt ist neben Paris, Moskau und London in Europa eine Besonderheit, wenn es um die Bauhöhe und Anzahl von Hochhäusern geht. In Städten mit historischer Skyline, wie Wien, Budapest, Prag, Dresden oder Köln gibt es keine politische Mehrheit für den Hochhausbau im Stadtzentrum. In Frankfurt haben jedoch namhafte Architekten wie beispielsweise der Reichstags-Architekt Lord Norman Foster ihre Spuren hinterlassen.

Ein modernes Wahrzeichen

Die Ohren können schon mal knacken, wenn man mit dem Aufzug in 30 Sekunden auf die Aussichtsplattform des Maintowers fährt. Noch ein paar Treppenstufen und schon steht man auf 200 Höhenmetern über den Dächern von Frankfurt. Es weht eine steife Brise, aber der Ausblick ist grandios: Vom Taunus bis zum Odenwald, über die Innenstadt Frankfurts und die angrenzenden Stadtteile, zu historischen Sehenswürdigkeiten und den zahlreichen Hochhäusern, von denen die meisten von hier oben allerdings wie Spielzeug anmuten. „Viele Besucher bleiben länger hier, als sie wollten. Sie halten sich hier eine Stunde oder länger auf", erzählt die Dame vom Sicherheitsdienst, die die Besucher freundlich begrüßt.

1998 eröffnet, ist der Turm zum Frankfurter Wahrzeichen geworden. Viele kennen die Aussicht vom Wetterbericht des Hessischen Rundfunks, der hier das höchstgelegene Fernseh-Studio Europas betreibt.

Die meisten Büros hat jedoch die Hessische Landesbank angemietet. Der Main Tower ist Frankfurts einziges Hochhaus mit einer öffentlichen Besucherterrasse. Der Aufgang ist behindertengerecht, Rollstuhlfahrer mit Begleitperson gelangen bis auf die erste Aussichtsplattform auf Ebene 55. Ein Restaurant verwöhnt ab 17.30 Uhr auf Ebene 53 mit kulinarischen Köstlichkeiten und Panoramablick, allerdings nur nach vorheriger Reservierung.

Übrigens lohnt sich bereits der Besuch des Foyers mit der Ausstellung zeitgenössischer Kunstwerke. Besonders faszinierend ist Stephan Hubers „Frankfurter Treppe/XX. Jahrhundert". Das Mosaik aus 1,9 Millionen Glassteinen zeigt viele herausragende Persönlichkeiten der Stadt.

Essen hinter Glasfassaden

Zwar ist niemand in der „High Society" so öffentlich wie der Maintower, aber auch die anderen Frankfurter Größen öffnen sich wenigstens zum Teil. Die meisten Hochhäuser beherbergen Büroräume für Banken und andere Unternehmen, bieten aber in ihren Foyers öffentliche Restaurants oder Cafés. Der Sitz der DZ Bank, das 1993 eröffnete Kronenhochhaus mit dem markanten Strahlenkranz an der Spitze seines Turms, bietet beispielsweise ein chinesisches Restaurant und ein Selbstbedienungsrestaurant. Ab 11.30 Uhr kann man hier „unter Bankern" speisen und einen Hauch der Atmosphäre einer globalisierten Geschäftswelt mitbekommen. Vor dem Gebäude zieht die Skulptur einer umgedrehten Krawatte von der Pop-Art Ikone Claes Oldenburg und Coosje van Bruggen die Aufmerksamkeit auf sich.

Auch in der Kantine der Commerzbank im Foyer des Commerzbank-Towers genießt man neben gutem Essen die Atmosphäre internationaler Bankgeschäfte. Die „Commerzbank Plaza" befindet sich in einem hohen Saal mit Glasdach. Hier kann man sein Essen zu moderaten Preisen nach Marktprinzip an verschiedenen Ständen auswählen und frisch zubereiten lassen. Es gibt auch einen Restaurantbereich mit Service, hier sind die Preise allerdings höher.

Öffentliche Räume?

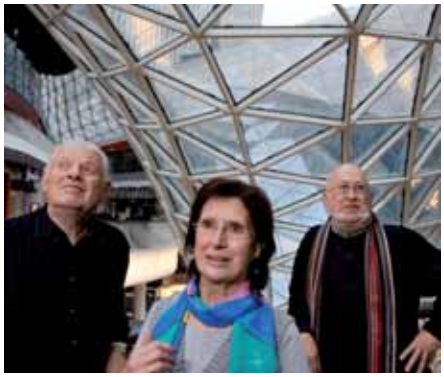
Die großzügigen und öffentlichen Lobbys mit Restaurant hat man sich von US-amerikanischen Skyscrapern abgeschaut. Die „Öffnung zum urbanen Umfeld", so der architektonische Fachbegriff, ist auch in Deutschland angekommen. So baut die Deutsche Bank bis 2010 ihre Doppeltürme zu „Green Towers" um. Die Notwendigkeit, die Brandschutzmaßnahmen von „Soll und Haben", so der Volksmund, zu verbessern, gab den Anlass zu einer grundsätzlichen Sanierung des Gebäudes. Das Konzept soll Brandschutz, anspruchsvolle Architektur, angenehme Arbeitsbedingungen und mögliche Energieeinsparungen berücksichtigen. Gleichzeitig nähert man sich den Bürgern und Bürgerinnen. Grünanlagen um die Türme und ein Skulpturengarten sollen dann zum Verweilen einladen. Im Fuß des Gebäudes wird es ferner ein neues, öffentliches Café geben, in dem Kunst aus dem Besitz der Bank gezeigt werden soll.

Architektur der Superlative

Bereits bedingt öffentlich zugänglich ist Fosters Commerzbank Tower. Er war bis 2003 das höchste Gebäude Europas, wurde dann allerdings von zwei Gebäuden in Moskau übertroffen.

An Führungstagen gleicht das Foyer auch samstags einem Taubenschlag: Stündlich werden jeweils zwei Gruppen durch das Gebäude geführt, und das von morgens bis abends. Dennoch ist es ratsam, sich frühzeitig anzumelden, denn die Führungen sind begehrt. Die Kunstgeschichtlerin, die eine Gruppe führt, erzählt, dass, aufgrund der engen Bebauung rund um den Turm, das Fundament nicht in die erforderlichen zehn Meter Tiefe gelegt werden konnte. Man bediente sich daher einer alten Bautechnik, die bereits die Römer kannten: Mit Großbohrpfählen wurde das Gebäude 40 Meter tief verankert.

Mit dem Panoramaaufzug geht es aufwärts – und während der Blick noch dem Main mit seinen Brücken folgt, ist man schon in den Etagen mit den innen liegenden Gärten angekommen. Sie sind



Können sich für die moderne Architektur des Frankfurt My-Zeil-Gebäudes begeistern: Mitglieder des Fotokreis Kreativ. Fotos (2): Oeser

spiralförmig versetzt angelegt und zeigen je nach Himmelsrichtung die Vegetationen aus der Mittelmeerregion, Ostasien und Nordamerika. Die Gärten sind zugleich Teil eines ausgeklügelten Lüftungssystems und damit wortwörtlich die „grünen Lungen" des Gebäudes, das ganz ohne Klimaanlage auskommt. Mit etwas Glück erwischt man eine Führung an einen Samstag, an dem auch die Vorstandsetage zugänglich ist. Von der 49. Etage aus schweift der Blick weit übers Rhein-Main Gebiet.

Noch öffentlicher wird's auf dem Wolkenkratzerfestival. Zuletzt im Jahr 2007 öffneten 15 sonst nicht öffentliche Hochhäuser ihre Pforten für 80.000 Besucher. Allerdings müssen wir auf eine Wiederholung dieses Highlights des Frankfurter Veranstaltungskalenders noch etwas warten. In diesem Jahrzehnt wird es nämlich kein Wolkenkratzerfestival mehr geben. *Claudia Šabić*

Main Tower, Neue Mainzer Straße 52-68, Täglich, Winterzeit 10.00 – 19.00 Uhr
Wetterbedingte Schließungen möglich Reservierungshotline Restaurant und Bar
Telefon: 0 69 / 36 50 47 77
Commerzbank Tower; Commerzbank Plaza
Große Gallusstraße 17, Führungen am letzten Samstag im Monat, anmelden bei
katrin.stempel@commerzbank.com

Anzeige

Zuhause rundum versorgt

KOMM
AMBULANTE
DIENSTE E.V.

Wir orientieren uns an Ihren Wünschen!

Wir informieren Sie über Finanzierungsmöglichkeiten unserer Dienstleistung und sind auch bei deren Beantragung behilflich.

Unser Einzugsgebiet
sind die nordwestlichen Stadtteile:
Bockenheim, Rödelheim, Westend, Eschersheim, Ginnheim, Dornbusch

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

KOMM Ambulante Dienste e.V. - 069/9514750 - www.kommev.de
Am Eisernen Schlag 27-29 - 60431 Frankfurt/Ginnheim

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Die Adventszeit ist zwar vorbei. Diesmal hat die SZ-Redaktion aber trotzdem eine Türe zum Raten ausgesucht. Die Fragen dazu lauten: Wo befindet sich diese Türe? Alle richtigen Antworten, die bis zum 15. Februar 2010 bei der Senioren Zeitschrift eingehen, nehmen an der Verlosung teil. Diesmal gibt es fünf Eintrittskarten für den Palmengarten zu gewinnen. Dort gilt es winters wie sommers die verschiedenen Pflanzen zu bestaunen.
Viel Spaß beim Rätseln wünscht das Team der Senioren Zeitschrift.

Foto: Hoffmann

Auflösung des Preisrätsels aus SZ 4/09:
Es lohnt sich, einmal rund zu wandeln,
mit TUGENDEN dort anzubandeln.
Doch jeder blickt nur in die Höhe,
sieht altbekanntes aus der Nähe:
GERECHTIGKEIT mit ihrer WAAGE
die kennt ein jeder, keine Frage.
Die Reliefs am Postament
hingegen selten jemand kennt.
Am RÖMERBERG sind sie zu sehn,
es lohnt sich, einmal hinzugehn.
Herbert Hoffmann

Viele SZ-Leser kennen sich gut in Frankfurt aus. Unter den vielen richtigen Einsendungen haben die folgenden fünf Leser das Buch „Älter werden in Frankfurt“, Societäts-Verlag, gewonnen: Wolfgang Behrens, Christel Hermann, Roland Matthes, Bernhard Ochs und Hildegard Seidel.

SZ-Journalistin ausgezeichnet

Nicole Galliwoda (Foto: Forum Gutes Hören) erhält den ersten Preis für ihren Beitrag „Computer im Ohr“, erschienen in SZ 3/2009 Seite 52. Das Forum Gutes Hören hat den Publizistikpreis-Preis 2009 während des Kongresses der Europäischen Union der Hörgeräteakustiker verliehen. Zum 20. Mal wurden Journalisten und Publizisten ausgezeichnet, die mit ihrer Berichterstattung in den Medien das Thema „Hören“ anschaulich und nachhaltig dargestellt haben. Das Motto der diesjährigen Ausschreibung lautete „Das Leben ist hörenswert – Wer nicht gut hört, verpasst oft das Schönste!“. Drei Preisträgerinnen wählte die mit Journalisten und Branchen-Fachleuten besetzte Jury aus: Den 1. Preis, dotiert mit 5.000 Euro, erhielt Nicole Galliwoda.

Anzeige

Hausnotruf

GPS-Handy

Funkfinger

Rauchmelder

Sicherheit ganz nach Ihren Bedürfnissen!

Fühlen Sie sich sicher, egal was Sie gerade tun. Mit den individuellen Hausnotrufsystemen ist immer schnell Hilfe da, wenn Sie welche benötigen. Alle Informationen erhalten Sie unter: 069 - 60 919 60 und im Internet auf www.hausnotruf-deutschland.de

HAUSNOTRUF DEUTSCHLAND

Zauberhafte Exoten auf der Fensterbank

Bei richtiger Pflege können Orchideen lange Freude bringen

Zauberhaft, exotisch, edel, prachtvoll – das sind nur einige der Attribute, die genannt werden, wenn von Orchideen die Rede ist. Manche tragen filigrane Blütenblätter, andere sehen saftig und prall aus, fast wie aus Wachs gegossen. Die Arten dieser von Spezialgärtnereien und Liebhabern für die Zimmer- oder Gewächshaushaltung gezogenen Pflanzen sind äußerst vielfältig.

Die meisten Orchideen sind Tropenpflanzen. Zwar gibt es durchaus auch in unseren Breiten Orchideen. Doch bis auf den sehr selten zu findenden Frauenschuh sind sie eher kleinblütig und fallen Unkundigen auf einer Wiese etwa im Mittelgebirge nicht gleich ins Auge. Das ist im Übrigen auch gut so, sind sie doch streng geschützt. Und wer nicht gesehen wird, wird auch nicht so leicht abgepflückt. Dazu kommt, dass diese Wiesenpflanzen auf dem heimischen Fensterbrett jämmerlich zugrunde gehen müssten.

Da hält man sich doch besser an die Exoten, die in ihrer natürlichen Umgebung ein Klima bevorzugen, wie es meist auch vom Menschen als angenehm empfunden wird: Temperaturen zwischen 16 und 25 Grad Celsius und eine Luftfeuchtigkeit zwischen 60 und 80 Prozent.

Natürlich muss noch einiges mehr beachtet werden, wenn die Freude an der Orchidee lange währen soll. Da sie meist in Tropenwäldern gedeihen, mögen sie keine direkte Sonneneinstrahlung. Ein West- oder Ostfenster ist daher gut geeignet.

Orchideen wachsen in einem Substrat, das sich von normaler Blumenerde stark unterscheidet. Es ist mit Rinde und groben Fasern angereichert. Dieses sollte nur gegossen werden, wenn es fast vollständig ausgetrocknet ist, und zwar mit kalkarmem und zimmerwarmem Wasser. Um „nasse Füße" zu vermeiden, muss überschüssiges Wasser immer erst abfließen, bevor die Pflanze wieder in ihren Untersetzer oder Übertopf kommt.

Verschiedene Arten werden in den Blumenläden angeboten. Besonders beliebt, weil sie relativ unempfindlich ist und leicht wieder zum Blühen gebracht werden kann, ist die Malaienblume (Phalaenopsis-Hybride).

Die eher zierliche Feen-Orchidee (Oncidium-Hybride) mag es, wenn sie öfters mit Wasser besprüht wird und kann im Sommer durchaus auch draußen, etwa im Schatten eines Baumes, stehen. Das kann man auch einer Cattleye zumuten, die durch ihre schön geformte, oft an den Rändern gekräuselte „Lippe" auffällt. Und auch die Tiger-Orchidee ist im Sommer gerne im Freien.

Trotz ihrer Farbenpracht gehören die Orchideen zu den schwachzehrenden Pflanzen. Dennoch brauchen sie in der Wachstumsphase regelmäßige Düngung. Dafür sollte man jedoch nur speziellen Orchideendünger verwenden,

Zauberhaft und exotisch, das sind Orchideen. Foto: Palmengarten

da ihre Wurzeln salzempfindlich sind. Und für das alle ein bis drei Jahre notwendige Umtopfen darf auch nur spezielles Orchideensubstrat verwendet werden. Beides gibt es bei gut sortierten Gartenmärkten.

In jedem Fall sollte man die Pflegeanleitung beachten, die beim Kauf in der Regel mitgeliefert wird.

Lieselotte Wendl

Anzeige

Seniorenwohnanlage Ffm-Sachsenhausen
Schwanthaler Carree, durch Eigent. prov. frei 2 Zi., KBB (62m²), 4. OG, Neubau-Erstbezug zu vermieten; Monatsmiete 1.040 € + NK + Servicepausch. (Markusdiakonie). Schwimmbad (25x12), TG, Pflegestation im Haus. Telefon ab 18 Uhr: **01 75 / 1 62 96 38**

Anzeige

Frankfurt und seine Plätze

Der Schweizer Platz

Bei Jung und Alt beliebt: der Schweizer Platz. Foto: Oeser

Sachsenhausen, dieses „Ding über", wie Goethe, selbst zu einem Viertel Sachsenhäuser, den Liebetraut im „Götz" sagen lässt, oder wo nach Johann Jacob Fries ein „seltsames Volk jenseits des Flusses" wohnt, ist ein Stadtteil eigener Art. Er gehörte zwar stets zu Frankfurt, hatte aber als linksmainische Vorstadt, als „Dribbdebach", viele Besonderheiten – und hat sie noch. Wir denken jetzt zum Beispiel nicht an Alt-Sachsenhausen oder ans Museumsufer, sondern an einen Platz, wie es in dieser Form in ganz Frankfurt keinen zweiten gibt: den Schweizer Platz.

Als „städtebauliches Juwel" wird der kreisrunde Schweizer Platz mit seinen sternförmig abgehenden Straßen gern bezeichnet, auch als quirliger Mittelpunkt des Sachsenhäuser Geschäftslebens mit ein wenig Pariser Flair – und das seit über 120 Jahren. Einige wenige Um- und Neubauten, ebenso gewandelte Lebensgewohnheiten und Wirtschaftsstrukturen haben den Platz etwas verändert. Eine Konstante sind Verkehrsprobleme. Nannte man 1964 den Kreisverkehr „eine der schlimmsten Verkehrsfallen in Sachsenhausen" und wurde sein Verschwinden angekündigt, so gewannen in unserer Zeit Stimmen Gewicht, die ihn wieder haben wollten. Dazwischen liegt die Leidenszeit des U-Bahn-Baus oder die Gründung der Initiative „Rund um den Schweizer Platz" für bessere Wohn- und Lebensbedingungen. Es mag alle trösten, was sich die allerersten Anrainer nicht hatten träumen lassen: Bald schon querten von Dampfloks gezogene Züge der 1889 eingerichteten Waldbahn Richtung Neu-Isenburg, Schwanheim und Niederrad mit ihrem Betriebshof in der Textorstraße den Schweizer Platz.

Jahre des Aufschwungs

Nach Überwindung des Schocks über den Verlust der Selbstständigkeit und die Einverleibung in den preußischen Staat 1866 nahm Frankfurt in den Gründerjahren, der Wilhelminischen Zeit, einen kaum erahnten Aufschwung. Und Sachsenhausen damit auch. In den 1870er Jahren zeigte Sachsenhausen „von innen wie von außen gesehen, noch das Bild einer Kleinstadt, ja man kann schon sagen teilweise noch ländlichen Charakter. Das ist wohl auf die streng konservative, schwerfällige Art und den damit verbundenen Mangel an Großzügigkeit der alten Sachsenhäuser zurückzuführen", schreibt Hermann Hock (1870–1960), Konzertmeister des Opernhaus- und Museumsorchesters, in seinen Erinnerungen. Rasch änderte es sich mit der dann folgenden Industrie- und Gewerbeansiedlung, mit Eisenbahn-, Brückenbau und Wohnbebauung. Hatte Sachsenhausen 1866 etwa 8.000 Einwohner, so waren es 1880 schon 18.000, 1920 schließlich 50.000.

Es entstand zunächst ein neues Viertel um den Oppenheimer Platz bis zum Bebraer Bahnhof von 1875 (später Südbahnhof) nebst Wohnungen und Bürogebäuden der Eisenbahnverwaltung. Zur gleichen Zeit wurde als notwendige Ergänzung der bis dahin einzigen und unzulänglichen Straßenbrücke, der Alten Brücke, 1872–1874 in Fortsetzung der Neuen Mainzer Straße die Untermainbrücke errichtet. Mit ihr beginnt auch die Geschichte der Schweizer Straße und des Schweizer Platzes.

Wunschreiseziel war Namensgeber

Aus einem unbedeutenden Weg durch Wiesen und Gärten, der „Heiligengasse", wo sich bereits zuvor Gewerbebetriebe angesiedelt hatten, entwickelten sich jene Straße und jener Platz, für die 1877 die Schweiz Pate stand. Aus dem Vorschlag der Baudeputation, den Namen einer Stadt oder eines Landes südlich Frankfurts zu wählen, hatte sich der Magistrat für die Schweiz entschieden. Vielleicht trug er damit dem Wunschreiseziel der damaligen Großbürger und ihrer Schwärmerei für die Schweiz Rechnung. So erhielt also jener Platz seinen Namen, der fast genau in der Mitte der neuen Straße zwischen Untermainbrücke und Mörfelder Landstraße nach Pariser Vorbild als weltstädtischer Stern angelegt worden war und seit 1886 bebaut wurde. Die Schweizer Straße wurde zur Hauptgeschäftsstraße Sachsenhausens, zur „Sachsenhäuser Zeil". Die Mischung aus ihren verschiedenartigen Lokalen und Einzelhandelsgeschäften ist nicht nur für Sachsenhäuser ein Anziehungspunkt, Das gleiche gilt auch für das jährliche Schweizer Straßenfest engagierter Geschäftsleute.

Aus Anlass der 300. Wiederkehr des Todestags von König Gustav II. Adolf von Schweden im Jahr 1932 schlug das Amt für Wissenschaft, Kunst und Volksbildung vor, ihm eine Straße zu widmen. Er hatte mit seinem Heer von Sachsenhausen aus Frankfurt belagert. Nachdem man die Oppenheimer Landstraße als postalisch zu aufwendig und den – wenn auch größeren und schöneren (!) – Oppenheimer Platz als postalisch nichtig ausgeschieden hatte, wurde der Schweizer Platz in Gustav-Adolf-Platz umbenannt. So hieß er bis 1961.

Hans-Otto Schembs

Meuniers „Sämann" im Günthersburgpark

Kulturdezernent Horst Semmelroth begrüßte den renovierten Sämann persönlich. Foto: FKK-Christ

Der Günthersburgpark gilt als der „lebendigste und quirligste unserer öffentlichen Parks", wie ihn einmal ein Parkbesucher beschrieb. Wer ihn durch das große Südwestportal gegenüber der darauf zuführenden Günthersburgallee betritt, wird von einer überlebensgroßen Bronzeskulptur auf hohem Sockel begrüßt: dem „Sämann". Im vergangenen Jahr war er mehrere Monate zur „Kur" bei der Kunstguß Eschenburg Lahn-Dill GmbH. Sie reinigte und restaurierte die von Wettereinflüssen und Materialverschleiß stark mitgenommene Figur, beseitigte Risse, ersetzte rostige Nägel, machte sie durch „Patinierung" witterungsbeständiger. Die Kunstguß Eschenburg, 1981 gegründet und heute von Rüdiger Weinelt in der zweiten Generation geführt, hat in Frankfurt schon manches restauriert: so das Schillerdenkmal und die Justitia. Auch Werke Frankfurter Künstler, zum Beispiel von Willi Schmidt und Franziska Lenz-Gerharz, hat sie in Bronze gegossen.

Der „Sämann" mutet antik an, man wird aber auch einen Hauch von Impressionismus und Expressionismus entdecken. Oder ihn gar mit den Standbildern der Nazi-Zeit oder des sozialistischen Realismus vergleichen. Damit aber täte man dem Schöpfer, dem belgischen Maler und Bildhauer Constantin Meunier, unrecht. Etwas Heroisches haben Meuniers Figuren ohne Zweifel. Als „Glorificateur du travail", also Verherrlicher der Arbeit, wird Meunier auf der Plakette am Haus in Brüssel-Etterbeek bezeichnet, wo er 1831 geboren wurde.

Anzeige

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

Constantin Meunier begann als Maler vornehmlich religiöser Bilder. Er widmete sich seit 1875 aber als einer der ersten bildenden Künstler der Darstellung von Bergleuten und Arbeitern. Erst 1896 gelang ihm mit einer Ausstellung in Paris der internationale Durchbruch. Meunier ging es nicht um eine kritische Darstellung des Elends des Industrieproletariats, sondern die Kraft, den Stolz und die Würde des einzelnen Arbeitenden realistisch darzustellen. Meunier konnte sich 1900 nach eigenen Entwürfen sein Atelier-Wohnhaus in Ixelles bei Brüssel bauen. Seit 1939 ist es Museum.

Bald nach Meuniers Tod im Jahre 1905 veranstaltete die Berliner Hofkunsthandlung Keller & Reiner eine Gedächtnisausstellung zunächst in Berlin, danach in Dresden und vom 8. April 1906 bis nach Pfingsten in Frankfurt im Bürgersaal des neuen Rathauses. Im gleichen Jahr erwarb die Stadt aus Mitteln des Städtischen Kunstfonds zwei Bronzeabgüsse von Skulpturen Meuniers: den „Sämann" und den „Hafenarbeiter". Diesen Kunstfonds hatte 1899 Leo Gans, Chemiker und Mitinhaber der Cassella-Werke, einer der fünf Städel-Administratoren und großer Mäzen, ins Leben gerufen.

Der „Semeur" (Sämann), dessen Original Meunier um 1890 geschaffen und für ein großes „Denkmal der Arbeit" bestimmt hatte, wurde im Günthersburgpark aufgestellt. Dieser Park der Villa Günthersburg Carl Mayer von Rothschilds befindet sich im städtischen Besitz. Der „Débardeur" (Hafenarbeiter, auch Dockarbeiter oder Sackträger genannt) kam auf den südlichen Brückenkopf der damaligen Wilhelmsbrücke (heute die Friedensbrücke). Außer in Frankfurt gibt es von dieser 1883 von Meunier geschaffenen Skulptur Abgüsse in Kopenhagen, Antwerpen, Wien und sogar in Lima. Auch beim Frankfurter „Hafenarbeiter" steht eine Restaurierung an, doch er kann an Ort und Stelle bleiben.

Hans-Otto Schembs

Anzeige

Zum 100. Todestag von *Leopold Sonnemann*

Leopold Sonnemann um 1870, Frankfurter Societäts Druckerei. Foto: Horst Ziegenfusz

Als Leopold Sonnemann, der am 30. Oktober 1909 starb, auf dem jüdischen Friedhof an der Rat-Beil-Straße in Frankfurt am Main beerdigt wurde, sprach kein offizieller Vertreter der Stadt. Angesichts Sonnemanns vielseitigem und nachhaltigem Wirken scheint dies erstaunlich, fast unverständlich. Auch die Nachwelt war sich seiner im Wesentlichen nur als Gründer der „Frankfurter Zeitung" bewusst. Immerhin wurde eine Straße nach ihm benannt. Aus Anlass des 100. Todestags erinnert jetzt eine eindrucksvolle Ausstellung im Historischen Museum an Leopold Sonnemann: an sein Leben, an das breite Spektrum seines Wirkens für die Stadt, an den Mentor des modernen Frankfurt.

Leopold Sonnemann wurde am 29. Oktober 1831 in Höchberg bei Würzburg geboren. Ausschreitungen gegen Juden in Höchberg und restriktive Maßnahmen Bayerns veranlassten seinen Vater, Baumwollweber Meyer Sonnemann, mit seiner Familie auszuwandern. 1840 zog er nach Offenbach, wo freie Niederlassung und Ausübung des Gewerbes erlaubt waren, übernahm aber in Frankfurt, dem Wirtschaftszentrum, die Tuchhandlung S. H. Strauß und Söhne. Leopold Sonnemann wuchs in einem streng religiösen Elternhaus auf. Er musste seit 1845 im väterlichen Geschäft mitarbeiten, daher sich selbst weiterbilden und bis zum Umzug der Familie 1849 nach Frankfurt täglich zu Fuß zwischen beiden Städten pendeln. Die Nationalversammlung 1848/49 prägte sein gesellschaftspolitisches Weltbild.

1853 übernahm Leopold Sonnemann, inzwischen Frankfurter Bürger, mit seinem Schwager das väterliche Geschäft und wandelte es in ein Bankunternehmen um. Das führte ihn zusammen mit Heinrich Bernhard Rosenthal 1856 zur Gründung des „Frankfurter Geschäftsberichts", aus dem bald die „Frankfurter Handelszeitung", 1859 die „Neue Frankfurter Zeitung" mit nun auch politischen Kommentaren und letztendlich 1866 die „Frankfurter Zeitung und Handelszeitung" hervorgingen. Außerdem gründete Sonnemann die – heute noch bestehende – Frankfurter Societäts-Druckerei.

Anzeige

Helfen ist unsere Aufgabe!

ASB Arbeiter-Samariter-Bund

Ein beruhigendes Gefühl gut versorgt zu sein beim ASB!

Hausnotruf

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

Menü-Service

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

Wir beraten Sie gerne!
Arbeiter-Samariter-Bund
Region Frankfurt/Main-Taunus
Telefon 069 / 94 99 70

Frankfurter Bürger

Leopold Sonnemann machte die „Frankfurter Zeitung" zur führenden liberalen, durchaus einflussreichen und meinungsbildenden Tageszeitung. Sonnemann hatte das Prinzip der „kollegialen Redaktion" ohne Chefredakteur eingeführt. In seinem Sinne führten seine Enkel, Heinrich und Kurt Simon, die Zeitung weiter. Sie waren Söhne seines einzigen Kindes, der Tochter Therese. 1934 mussten sie ihrer jüdischen Herkunft wegen emigrieren. 1943 musste die Frankfurter Zeitung auf Anweisung der Reichsregierung ihr Erscheinen einstellen.

Antipreußisch und radikal demokratisch

Die antipreußische und radikal demokratische Ausrichtung hatten Sonnemann und der „Frankfurter Zeitung" immer wieder Verbote, Inhaftierungen und Prozesse eingebracht. 1866 waren die Sonnemanns nach Stuttgart geflohen. Auch antisemitischen Angriffen waren sie ausgesetzt.

Sonnemanns politische Tätigkeit begann 1859 mit der Beteiligung an der Gründung des Nationalvereins und an der Arbeiterbewegung. 1868 gehörte er zu den Gründern der demokratischen Deutschen Volkspartei. Von 1871 bis 1884 mit kurzer Unterbrechung hatte er das Frankfurter Mandat im deutschen Reichstag inne. Als Mitglied der Frankfurter Stadtverordnetenversammlung 1869 bis 1880 und 1887 bis 1904 war Leopold Sonnemann an kommunalpolitischen Entscheidungen auf dem Weg Frankfurts zur modernen Großstadt in nahezu allen Bereichen, von der Wirtschaft und dem Verkehr über die Kultur bis zum Sozialen, maßgeblich

beteiligt. Opernhaus (Alte Oper), Schauspielhaus, Elektrizitätswerk, Straßenbahn oder Einheitsdenkmal sind Zeugen seines Wirkens als Stadtverordneter. Er regte die große elektrotechnische Ausstellung 1891 an. Bei den Wahlen von Johannes Miquel und Franz Adickes zu Oberbürgermeistern hatte Sonnemann, obwohl von anderer politischer Couleur, bestimmenden Einfluss, so dass er als „Königsmacher“ gelten kann. Er selbst trat stets in die zweite Reihe zurück, was das Vergessen seiner Leistung begünstigte.

Nicht minder breit gefächert war Sonnemanns Engagement in verschiedenen Vereinen und Gesellschaften. Er gehört zu den Gründern des Städelschen Museumsvereins 1899, dem er sieben Jahre vorstand. Eiserner Steg, Palmengarten und Frankfurter Hof entstanden durch seinen Einsatz. Auch als Mäzen trat Sonnemann hervor: zugunsten Bau und Schmuck des Opernhauses, für das Städel, für das Historische Museum, die Senckenbergische Bibliothek, die Stadtbibliothek und Rothschildbibliothek. Er begründete 1894 auch eine Stiftung, die jährlich Gelder zur Verfügung stellte, damit Unbemittelte die neu errichtete Badeanstalt („Stadtbad Mitte“) aufsuchen konnten.

„Frankfurter! Ich rathe meiner Vaterstadt nichts Schlechtes und darum wählet Leopold Sonnemann“, so schließt Friedrich Stoltze seinen Wahlaufruf vom 15. Januar 1874 für Sonnemann. Beide waren verbunden durch ihr liberal-freiheitliches Denken, das gleiche Schicksal 1866 und den Journalismus.

Hans-Otto Schembs

Die Ausstellung „Frankfurts demokratische Moderne und Leopold Sonnemann – Jude, Verleger, Politiker, Mäzen” ist im Historischen Museum noch bis zum 28. Februar 2010 zu sehen. Sie wurde von Anna Schnädelbach und Jürgen Steen vom Historischen Museum und Michael Lenarz vom Jüdischen Museum, dem Kooperationspartner der Ausstellung, kuratiert. Im Societäts-Verlag ist ein umfangreiches, reich bebildertes Begleitbuch erschienen, es kostet 24,80 Euro.

Anzeige

WOHNHEIM
Ein Unternehmen der ABG FRANKFURT HOLDING

Wir freuen uns auf Sie, denn... unser Haus könnte Ihr Heim sein!

Betreutes Wohnen für Seniorinnen und Senioren

Seniorenwohnanlagen in 60529 Frankfurt am Main – Goldstein Tränkweg, Zum Heidebuckel, Zum Eiskeller

Unsere 1,5-Zimmerwohnungen haben eine Größe von ca. 43 m² – 47 m² und werden renoviert übergeben. Sie sind teilweise mit Einbauküche, sowie mit Badewanne oder Dusche/WC und Balkon ausgestattet. Sie haben isolierverglaste Fenster, elektrische Türöffner mit Gegensprechanlage, Heizung, TV-SAT-Anschluss und jeweils einen separaten Keller. Aufzüge sind teilweise vorhanden. Die Gebäude befinden sich in ruhiger und grüner Lage. Einkaufsmöglichkeiten sind gegeben. Die Anlagen sind gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

In allen Wohnungen befindet sich ein Notrufsystem, mit dem Sie im Notfall jederzeit Hilfe rufen können. Der Betreuungsdienst wird durch die Arbeiterwohlfahrt bzw. durch den Frankfurter Verband gewährleistet. Die fachlich qualifizierten und erfahrenen BetreuerInnen stehen Ihnen gern bei Fragen und Problemen zur Seite. Sie vermitteln Ihnen bei Bedarf die notwendigen Serviceleistungen. Kulturelle Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten werden angeboten.

Hierzu ein Beispiel:
1,5-Zimmer-Wohnung mit ca. 43 m²

Grundmiete		€ 245,00	x 3 = Kaution
Nebenkosten	ca.	€ 140,00	
Betreuungsgebühr		€ 16,40	
Gesamtmiete		€ 401,40	

Na, sind Sie neugierig geworden? Können Sie sich vorstellen, hier ein neues Zuhause zu finden? Sie sind herzlich willkommen! Wenden Sie sich an **Fr. Wehner, Telefon-Nummer: 0 69/39 00 6-309, WOHNHEIM GmbH, Waldschulstraße 20, 65933 Frankfurt-Griesheim** oder post@wohnheim.abg-fh.de. Wir geben Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Unsere Wohnungen sind öffentlich gefördert. Sie sind somit auch für den kleinen Geldbeutel erschwinglich und erlauben Ihnen, sich weitere Wünsche zu erfüllen!

FRANKFURTS STADTTEILE

Kuhwaldsiedlung – das Dorf hinter der Messe

Blick auf die Kuhwaldsiedlung

Turm und Kirche der eva

Während die Baukräne in den aufstrebenden Nachbarstadtteilen nicht stillhalten, scheint hier die Zeit stehen geblieben. Fünf Straßen in der Breite, acht in der Länge. Nicht viel mehr als einen Quadratkilometer ist der „Kuhwald" groß. Offiziell besitzt das Quartier mit den niedrigen Häusern aus den 1950er Jahren nicht einmal den Status eines eigenen Stadtteils. Die Straßenzüge zwischen der Messe, dem neu entstehenden Europaviertel und dem Neubaugebiet am Rebstockpark sind stadtplanerisch der Gemarkung Bockenheim zugeordnet.

Viel Grün, schlichte gepflegte Häuserreihen im Stil des berühmten Frankfurter Stadtbaurats Ernst May. Dazu ruhige Straßen, Gärten vor den Häusern und dahinter ein Dorfplatz, Wäsche, die auf Leinen flattert. Die Kuhwaldsiedlung verkörpert ein Idyll mitten in einer der Zonen, in denen die Mainmetropole derzeit am ehrgeizigsten in die Zukunft strebt.

Vielleicht sei es gerade jener Zustand des Eingeschlossenseins, der das Viertel zu etwas Besonderem macht, überlegt Anneliese Scheurich. Die 50-Jährige weiß, wovon sie redet. Mehr als ein Vierteljahrhundert lebt sie mit ihrem Mann in der Siedlung. Fünf Kinder haben sie hier gemeinsam großgezogen. Seit Jahren engagieren sich beide in der Stadtpolitik. Er ist im Ortsbeirat aktiv, sie als Stadtverordnete tätig.

Ein gallisches Dorf

Das hier sei schon irgendwie ein „Gallisches Dorf", sagt Scheurich mit einem Lächeln. Die Kessellage des Quartiers, das Widerständige der Bewohner. In der Tat sind die Kuhwälder kämpferisch. Wenn es um das Wohl der Siedlungsoase geht, werden die Bandagen des Protests schon einmal härter angezogen. Zum Beispiel damals, als es darum ging, einen zusätzlichen Briefkasten zu erstreiten. Da haben sie einfach die vorhandenen Postkästen abmontiert. Bei der Erinnerung an die couragierte Aktion lächelt die Stadtverordnete ein weiteres Mal. Damals funktionierte das noch. Der neue Briefkasten kam, die siegreichen Kuhwälder freuten sich.

Inzwischen haben sich die Dinge verändert. Die Postfiliale zog weg, auch die Sparkasse hat die Segel gestrichen. Vor drei Jahren verließ der Rewe-Markt das Ladenlokal am Dorfplatz. Die dürftige Nahversorgung werde am häufigsten beklagt, wenn die Kuhwälder über „ihre Siedlung" sprechen, berichtet Horst Peter Pohl. Als Pfarrer der evangelischen Dreifaltigkeitsgemeinde kennt Pohl die Befindlichkeit der Hiesigen. Auch die der Älteren, von denen viele im Kuhwald leben. Pohl weiß, die Tatsache, dass die Kuhwälder Senioren ihrem Viertel trotzdem treu bleiben, liegt auch in dessen Historie begründet. „Die Leute sind hier zusammen alt geworden", sagt er.

Aus der ganzen Republik zog die nahe gelegene Zentrale der Deutschen Bahn zu Beginn der 1950er Jahre junge Familien in die Siedlung. Unter den Älteren kennt daher heute noch Jeder Jeden. Fluktuation durch Wegzug gibt es keine. „Dazu mögen die Leute hier das viele Grün und das Familiäre zu sehr", so der Pfarrer.

Gemeinsam alt geworden

Trotzdem gibt es Situationen, in denen Ausnahmen nötig werden. Denn aus den jungen Leuten, die im Nachkriegsjahrzehnt herzogen, sind inzwischen sehr betagte Senioren geworden. Wenn die zwischen 80 und 90 Jahre alten Bewohner nicht mehr alleine wohnen können oder stationäre Pflege brauchen, müssen trotz Verwurzelung in der Siedlungsheimat die Kisten gepackt werden. Denn in dem Dorf hinter der Messe gibt es weder eine Anlage mit Betreutem Wohnen noch ist dort ein Pflegeheim vorhanden. Keine schöne Perspektive, doch es ist Erleichterung in Sicht. Auf dem Areal des jungen Nachbarstadtteils, dem Neubaugebiet am Rebstockpark, hat die Baugesellschaft Ried GmbH & Co KG mit dem Bau einer Einheit aus Betreutem Wohnen und Pflegeeinrichtung begonnen. „Wenn die Mietpreise erschwinglich sind," sagt Anneliese Scheurich, „ist das eine gute Alternative für die Älteren." Die müssen dann ihren Wohnsitz nicht mehr nach Bockenheim oder noch weiter weg, sondern nur noch ein paar Straßen weiter verlagern. „Das ist ein bisschen leichter", glaubt Scheurich.

Dass sich auch sonst der Mangel an Infrastruktur ein wenig entschärft hat, hat mit dem Kampfgeist der überzeugten Kuhwälderin zu tun. Ein Jahr lang stritt die Stadtverordnete darum, dass in das leerstehende Rewe-Laden-lokal ein neues Lebensmittelgeschäft einzog. Mit Erfolg. Vor gut zwei Jahren feierte eine kleine Nahkauf-Filiale Eröffnung, die die Bewohner mit Lebensmitteln und anderen Artikeln des täglichen Bedarfs versorgt. Ansonsten verhält es sich mit dem, was im Jargon der

Stadtplaner „Nahversorgung" heißt, im Kuhwald so ähnlich wie einst auf der Arche Noah der biblischen Legende. Von jeder Art sind ein oder zwei Exemplare vorhanden. So gibt es zum Beispiel einen Metzger, zwei Ärzte und einen Rechtsanwalt. Vor kurzem zog auch wieder ein Friseursalon hierher und die Apotheke ist längst eine Institution im Quartier.

Und auch wenn die Verhandlungen über die Verlängerung von deren Mietvertrag noch laufen, ist Anneliese Scheurich zuversichtlich. Schließlich kennt sie nicht nur die Schlagkraft ihres eigenen Kampfgeistes. „Das Gute an den Leuten hier ist: Sie belassen es nicht beim Schimpfen, sondern, wenn es ernst wird, sind sie auch bereit, etwas zu tun." Sie sagt das, ohne zu lächeln. Die kleine Ein-Kilometer-Siedlung mit den ehrgeizigen Nachbarstadtteilen, sie ist eben tatsächlich: ein gallisches Dorf. *Katrin Mathias*

ngelischen Dreifaltigkeitsgemeinde

katholische St. Pius Kirche

Kuhwald-Apotheke

Fotos (4): Christ

3 Fragen an: Vehbi Koc

Zusammen mit seiner Ehefrau betreibt Vehbi Koc seit rund zwei Jahren die Nahkauf-Filiale an der Friedrich-Naumann Straße. Der 39-Jährige führt damit die Geschäfte des einzigen Supermarkts der Siedlung. Unter seinen Kunden sind viele ältere Bewohner.

SZ: Die Kuhwaldsiedlung scheint nicht gerade ein Traumstandort für Geschäftsleute zu sein. Warum sind Sie hergekommen?

Vehbi Koc: *Wir haben lange nach einem passenden Geschäft gesucht. Und wir fanden gut, was man uns hier angeboten hat. Für uns ist der Standort optimal. Die Messe ist in der Nähe, und in der Siedlung gibt es für uns keine Konkurrenz.*

SZ: Was bekommen Sie vom Alltag der Älteren im Kuhwald mit?

Vehbi Koc: *Das sind sehr sympathische Leute. Und hier ist es wie in einem kleinen Dorf. Viele, die zu uns kommen, benutzen eine Gehhilfe. In dem Fall sind wir behilflich, wenn jemand an irgendetwas in den Regalen nicht herankommt.*

SZ: Brauchen ältere Kunden einen anderen Service, als die jüngeren?

Vehbi Koc: *Die älteren Leute hier im Kuhwald sind traurig darüber, dass die Postfiliale weg ist. Für sie ist es besonders umständlich, bis zur nächsten Filiale zu gelangen. Deshalb bieten wir im Laden auch Briefmarken an. Außerdem gibt es einen Lieferservice und, falls Wünsche nach Produkten auftauchen, die wir nicht im Sortiment haben, versuchen wir diese auch zu erfüllen, durch Bestellungen oder einzelne Zukäufe bei Metro.*

Katrin Mathias

Liebe auf den zweiten Blick

Erst kam die Liebe auf den zweiten Blick, dann schlug der Zufall zu. So ist Ute Pies an jenen Ort gekommen, den die heute 59-jährige am liebsten nicht mehr verlassen will. Dass es ihr einmal mit der Kuhwaldsiedlung so ergehen könnte, das dürfte die angehende Apothekerin kaum geahnt haben, als sie von Neustadt an der Weinstraße nach Frankfurt am Main reiste. Das Pharmaziestudium allein war der Grund für den Umzug ins Hessische. „Frankfurt ist eben eine Stadt auf den zweiten Blick", sagt Pies. Dass sich gleich nach dem Studium die Möglichkeit ergab, zu bleiben, war Zufall. Was die frisch diplomierte Pharmazeutin dann auf die Beine stellte, das Produkt von Anstrengung und Können: Auf eigene Faust baute sie das frei gewordene Ladenlokal hinter der kleinen Einkaufszeile um. Vorher beherbergten die Geschäftsräume ein kleines Kaufhaus.

Seitdem hält die Apothekerin hier die Geschäfte am Laufen. Aus der Apotheke ist eine Institution geworden. Pies kennt ihre Kundschaft mit Namen. Natürlich kommen viele Senioren. Das ist einer der Gründe, warum sie noch nie ernsthaft ans Wegziehen gedacht hat. Oder es trugen Erfahrungen, wie diese dazu bei: Eine Zeitlang hatte die Geschäftsfrau einem Kollegen in einer Durchgangsapotheke ausgeholfen. Das war nichts für sie. Die Hektik, das Anonyme. Damit es nicht langweilig wird, dafür ist in der Kuhwaldapotheke genügend los. Seit einiger Zeit sieht man auch neue Gesichter, die zu den neuen Nachbarn am Rebstockpark gehören. Dazu kommt die Laufkundschaft zu Messezeiten.

Und was sich sonst geändert hat in all den Jahren? Nicht viel, so die Chefin der Traditionsapotheke. „Hier sieht es noch genauso aus, wie damals, als ich hier angefangen habe", sagt sie, „nur dass die Häuser damals grauer waren." Und so scheint durch die Sanierungsaktivitäten der Wohnungsbaugesellschaften auch der letzte Grund, hier wegzuziehen, Geschichte. *Katrin Mathias*

Seniorenrestaurants

Preis 4,70 Euro
Essen ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten

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

Eckenheim Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/29 98 07-0, Fax 0 69/29 98 07-216
U 5 Richtung Preungesheim oder Bus Nr. 34 Richtung Bornheim-Mitte, Haltestelle Marbachweg/Sozialzentrum,
Öffnungszeit: 12.00 bis 13.00 Uhr

Ostend Nachbarschaftszentrum Ostend
Uhlandstraße 50, Hinterhaus, 60314 Frankfurt am Main
Telefon 069/43 96 45, Fax 0 69/43 69 72
U 6/U 7 Haltestelle Zoo oder S 1 bis S 6/S 8 oder Straßenbahnlinien 11/14 Haltestelle Ostendstraße,
Öffnungszeit: 12.30 bis 14.00 Uhr

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

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

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

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

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

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

Essen auf Rädern

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

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

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

Diakoniestationen gGmbH / Evangelisches Pflegezentrum
Stadtgebiet Frankfurt
Battonnstraße 26-28, 60311 Frankfurt
Telefon 0 69/2 54 92-0, Fax 0 69/25 49 21 98

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

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

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

Anzeige

Vertrauen Sie auf über 50 Jahre Erfahrung

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

Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante Hilfen (BuV)

Die BuV-Stellen arbeiten stadtteilbezogen und sind flächendeckend in Frankfurt verteilt. Sie bieten Informationen, Beratung und Vermittlung folgender Leistungen:

- Ambulante Hilfen (Pflegedienste, hauswirtschaftliche Dienste, Essen auf Rädern, Hausnotruf und weitere Hilfen in der häuslichen Umgebung)
- Tages- und Kurzzeitpflege

▶ **BuV Bockenheim und Nordweststadt,** Rödelheim, Westend, Kuhwald, Carl-Schurz-Siedlung, Postsiedlung, Praunheim, Heddernheim, Römerstadt, Hausen, Westhausen, Niederursel: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V., Friesengasse 7, 60487 Frankfurt,Tel. 77 60 18, Fax 70 79 20 83

▶ **BuV Bornheim,** Östliches Nordend: Caritas Verband, Humboldtstraße 94, 60318 Frankfurt, Tel. 95 96 63-30 und 95 96 63-31, Fax 95 96 63 50

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

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

▶ **BuV Eschersheim und Am Bügel,** Preungesheim, Dornbusch, Ginnheim, Eckenheim, Berkersheim, Frankfurter Berg, Nieder-Eschbach, Harheim, Nieder-Erlenbach, Bonames, Kalbach: Johanniter Unfall-Hilfe e.V., Karl-von Drais-Str. 20, 60435 Frankfurt, Tel. 95 42 16 42, 95 42 16 43, Fax 95 42 16 22

▶ **BuV Gallus,** Griesheim, Gutleutviertel, Bahnhofsviertel: Arbeiterwohlfahrt, Gutleutstraße 329, 60327 Frankfurt, Tel. 2 71 06-173, Fax 27 10 61 72

▶ **BuV Höchst,** Unterliederbach, Zeilsheim, Sindlingen, Sossenheim, Nied: Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V., Kurmainzer Straße 91, 65936 Frankfurt, Tel. 30 30 04/30 30 05, Fax 30 09 15 58

▶ **BuV Bergen-Enkheim,** Fechenheim, Riederwald, Seckbach: Evang. Verein für Innere Mission, Wilhelmshöher Str. 34, 60389 Frankfurt, Tel. 47 04-281, 47 04-229, 47 04-344, Fax 4 70 42 62

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

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

Anzeige

Vorschau auf das Kursangebot für aktive Seniorinnen und Senioren

VHS VOLKSHOCHSCHULE FRANKFURT AM MAIN

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

Anmeldung: Volkshochschule, Sonnemannstraße 13
Sie erreichen uns mit den S-Bahn-Linien S1–S6, S8+S9 Station Ostendstraße. Straßenbahnlinien 11, 14: Haltestelle S-Bahnstation Ostendstraße
Kundenservice: Sonnemannstraße 13, Mo 13–18 Uhr, Di 10–13 Uhr, Mi 13–18 Uhr, Do 10–19 Uhr,
Information und Beratung zum Angebot für aktive Seniorinnen und Senioren erhalten Sie unter
Telefon: 069/212-3 79 63 und 069/212-4 12 62

Volkshochschule, Sonnemannstraße 13

Gedächtnistraining	Do	10.45–12.15
Gedächtnistraining	Mo	10.45–12.15
Bewegt gedacht	Mi	10.00–11.30
Digitale Fotografie	Di	10.00–12.15
Kostbarkeiten in Frankfurt	Mi	10.00–12.15
Wirbelsäulengymnastik	Di	10.00–11.00
Sturzprävention	Di	11.00–12.00
Feldenkrais	Fr	10.30–12.00
Gymnastik mit Yoga Elementen	Mo	10.00–11.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.00–16.30
Gewalt sehen und Helfen	Sa	14.00–18.00
PC-Grundlagen, Internet (WIN 7)	Di+Do	14.00–17.15
Internet	Di	14.00–17.15
Bildbearbeitung, Photoshop Elements	Mi	14.00–17.15
eBay	Mo	16.45–19.00

Unterrichtszentrum, Leipziger Straße 67

Ölmalerei	Do	14.00–16.15
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	12.00–13.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	08.45–10.15
Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	12.00–13.30
Englisch geringe Grundkenntnisse	Di	10.15–11.45
Englisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.30–17.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Di	15.45–17.15
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mi	10.30–12.00
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Do	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mo	14.00–15.30
Englisch conversation	Mo	15.45–17.15
Englisch conversation advanced	Do	10.45–12.15
Französisch Einstieg	Di	09.15–10.45
Französisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	09.00–10.30
Französisch gute Grundkenntnisse	Fr	09.30–11.00
Französisch gute Grundkenntnisse	Mi	10.45–12.15
Italienisch geringe Grundkenntnisse	Fr	10.30–12.00
Italienisch gute Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Spanisch gute Grundkenntnisse	Di	14.30–16.00

BIKUZ-Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2

Englisch conversation	Mi	Vormittag
PC-Grundlagen, Internet (WIN VISTA)	Di+Do	14.00–17.15

Stadtbücherei, Hasengasse 4

Kunst des Manierismus	Do	11.15–12.45
Kunst zwischen den Kriegen – in Nordamerika	Fr	11.15–12.45
Erinnerungswerkstatt	Mo	14.00–16.15
PC-Grundlagen, Internet (WIN XP)	Mi+Fr	14.00–17.15
Internet	Mi+Fr	14.00–17.15
hr4 Internetcafe	Sa	12.30–15.45
Das Internet als Wissensbibliothek	Mi+Fr	14.00–17.15
Twitter, Facebook und Co.	Mi	14.00–17.15

GDA Wohnstift, Waldschmidtstraße 6

Freude an klassischer Literatur	Mo	16.15–17.45

Begegnungsstätte Bockenheim, Am Weingarten 18-20

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mi	Vormittag
Französisch gute Grundkenntnisse	Do	Vormittag

Begegnungsstätte Bornheim, Wiesenstraße 20

Malen und Aquarellieren für Anfänger und Fortgeschrittene	Di	09.30–11.45

Begegnungsstätte Heddernheim, Aßlarer Straße 3

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	09.30–11.00

Brentano Klub, Brentanostraße 23

Bridge für Anfänger	Mi	15.15–16.45
Bridge Fortgeschrittene	Mi	13.30–15.00

Ev. Frauenbegegnungsstätte, Römerberg 9

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

Eckenheim, Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstraße 6

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

Eckenheim, Ev. Kreuzgemeinde, Weinstraße 37

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag

Begegnungsstätte Hausen, Hausener Obergasse 15a

Wirbelsäulengymnastik	Mo	Vormittag

Begegnungsstätte Ginnheim, Ginnheimer Landstr.172-174

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

Nachbarschaftszentrum Ginnheim, Ginnheimer Hohl 14h

Englisch conversation	Do	Vormittag

Begegnungsstätte Friedberger Warte, Valentin-Senger-Straße 136a

Englisch Einstieg	Mo	10.00–11.30

Begegnungsstätte Ostend, Rhönstraße 89

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	10.00–11.30

Bibliothek Schwanheim, Alt-Schwanheim 6

Englisch conversation	Di	Nachmittag

Praunheim, Altenwohnanlage, Heinrich-Lübke-Straße 32

Wirbelsäulengymnastik	Mo	10.00–11.00

Harheim, Grundschule, In den Schafgärten 25

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Nachmittag

Zentrum Am Bügel, Ben-Gurion-Ring 110a

Wirbelsäulengymnastik	Do	Nachmittag
Gitarrenensemble	Mo	18.15–19.45

Bethaniengemeinde, Wickenweg 60c

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mörfelder Landstraße 210

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

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mittlerer Hasenpfad 40

Englisch conversation	Di	Vormittag

Depot Oberrad, Offenbacher Landstraße 357

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Stadthalle Bergen-Enkheim, Marktstr. 15

Wirbelsäulengymnastik	Do	10.30 – 11.30

Gemeindehaus St. Aposteln, Ziegelhüttenweg 149

Wirbelsäulengymnastik	Do	Vormittag

Pestalozzischule, Vatterstraße 1

Wirbelsäulengymnastik	Mo	Vormittag

Ev. Gemeindehaus, Zentgrafenstr. 23

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Hufelandhaus, Seckbach, Wilhelmshöherstraße 34

Wassergymnastik	Mo	Vormittag
Wassergymnastik	Di	Vormittag
Wassergymnastik	Fr	Vormittag

Otto-Hahn-Schule, Urseler Weg 27

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

Begegnungsstätte, Gebeschusstrasse 44

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

OSC Höchst, Johannesallee 39

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Saalbau Nied, Heinrich-Stahl-Straße 3

Wirbelsäulengymnastik	Mo	09.00 – 10.00

Begegnungsstätte Frankenallee 206 - 210

Wirbelsäulengymnastik	Di	Vormittag

Bildungsschuppen Höchst, Königsteiner Straße 49

Englisch conversation	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Nied, Birminghamstraße 20

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag
Englisch conversation	Di	09.30 – 11.00

August-Stunz-Heim, Röderbergweg 82

Wassergymnastik	Mo	Vormittag

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31 / 1 92 40
Ärzte-Notdienst	1 92 92
Zahnärztlicher Notruf	6 60 72 71
Apothekennotruf	0 18 01/55 57 77 93 17
Zentrale für Krankentransporte	42 60 10
Hausnotruf	6 09 19 60
ASB (Servicenummer)	08 00 / 1 92 12 00
DRK	7 19 19 10
Mainova-Service (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	01 80 / 118 88 11
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	01 80 / 33 72 25 50
Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	212 - 01
Römertelefon	2 12 - 4 00 00
Seniorentelefon	2 12 - 3 70 70
„Not sehen und helfen"	2 12 - 7 00 70
Kinder- und Jugenschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 18
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12 - 4 99 11
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12 - 3 43 43
Koordinierungsstelle Wohnen und Pflege zuhause	2 12 - 7 06 76
Wohnungsberatung für Körperbehinderte und Senioren	2 12 - 7 06 76
Betreuungsstelle	2 12 - 4 99 66
Zentrale Koordinierungsstelle stationäre Pflege / Kostenregelung vor Heimaufnahme	2 12 - 4 99 22
Soziale Hilfen für Heimbewohner – Wirtschaftsdienst	2 12 - 4 99 33
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	2 12 - 3 57 01
Seniorenerholung	2 12 - 4 99 44
Tageserholung	2 12 - 3 45 47
Theatervorstellungen	2 12 - 3 81 60
Senioren Zeitschrift	2 12 - 3 34 05
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67 - 2 58
Behindertenausweis	15 67 - 2 59
Beratung, Heimaufsicht	15 67 - 5 43
Frankfurter Verband	29 98 07 - 0
Hobbybörse / Café Anschluss	55 09 15
Bürgerinstitut / BüroAktiv	97 20 17 - 0
AWO Kreisverband	29 89 01 - 0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband	95 52 62 - 51
Diakonisches Werk	79 47 - 0
Die Johanniter	9 542 16 - 0
Malteser	71 03 37 70
Caritas-Verband	29 82 - 0
Weißer Ring Frankfurt	25 25 00
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	77 66 11
Elterntelefon (Erziehungsberatung) des Kinderschutzbundes	08 00 / 111 05 50
Telefon für pflegende Angehörige	95 52 49 11
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
SoVD-Stadtkreisverband	31 90 43
Evangelische Seelsorge	08 00 / 111 01 11
Katholische Seelsorge	08 00 / 111 02 22
Telekom-Auskunft	11 8 33
Verbrauchertipps	0 18 05/97 20 10
EC-Karten-Sperre	0 18 05/02 10 21

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

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

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum am Dornbusch, 60320 Frankfurt, Hansaallee 150; Gemeinsame Angebote von Kreativwerkstatt: Telefon 0 69/5 97 16 84 und Café Anschluss: Telefon 0 69/55 09 15

Gemeinsames

Frankfurter Jugendring, Kreativwerkstatt und Café Anschluss starten gemeinsam das Projekt:

Kinder brauchen Unterstützung – Ältere helfen!
Gesucht werden dafür Menschen ab 50 Jahre, die sich für Schulkinder bis 12 Jahre aus dem Umfeld des Stadtteils angagieren. Der erste Treff für Interessierte „Ältere" findet statt am Donnerstag, 21. Januar, 15 Uhr, Treff in der Kreativwerkstatt, Telefon 0 69/5 97 16 84 kwerkstatt@gmx.de

Schere – Kleister – Computer
Der Kurs hilft dabei, Erinnerungsstücke zu individuell gestalteten Schachteln, Grußkarten und Albendeckeln zu verarbeiten. Kenntnisse in Windows und Word und sicherer Umgang mit der Maus sind erforderlich. Mit Brigitte Stein u. Klaus Reichmann; montags 13.30 bis 16.30 Uhr, 1. – 22. März, 4 Mal 3 Stunden, 50,-€; Anmeldung im Café Anschluss

Angebote im Café ANSCHLUSS

Chaos in der Wohnung! – Chaos im Leben?
Vortrag von Dr. Gerd-Roland Bergner, Leiter des Sozial-Psychiatrischen Dienstes der Stadt Frankfurt.
Dienstag, 16. Februar, 10 Uhr, 2,-€

Die heilende Kraft von Reiki
Vortrag von Karin Tesch, Dipl.-Pädagogin, Heilpraktikerin.
Dienstag, 2. März, 10 Uhr, 2,-€

Kurse im Café ANSCHLUSS
Donnerstag, 25. März, 13.30 bis 16 Uhr; Die Kursleiter stellen ihre Angebote rund um Computer, Internet und digitale Kamera vor.

Die hobby-runde, jeweils mittwochs, 15 bis 16.30 Uhr

Vortrag Pflegeversicherung
Vortrag von Ralf Kugler, Leiter der Tagespflege des Frankfurter Verbandes, über Pflegestufen und Veränderungen.
Dienstag, 19. Januar, 10 Uhr, 2,-€

Vor dem Kauf einer digitalen Kamera
Wer die Anschaffung einer digitalen Kamera plant, erfährt hier, worauf er beim Kauf achten sollte. Mit Gundolf Söndgerath. 5,-€; Mittwoch, 3. Februar, 13.30 bis 15.00 Uhr

Internet-Schnupperkurs „www: wie - was - wo"
Der Kurs bietet viele Informationen rund ums Internet. Voraussetzungen: Keine, Anmeldung erforderlich, 12,-€
Donnerstag, 4. Februar, 9.30 Uhr, Dienstag, 23 März, 9:30 Uhr

Internetkurs für Migranten (deutsch und türkisch)
Yaşlı göçmenler için internet kursu
„Nasıl çalışıyor – bilince internet hiç de zor değil"
Internet kursumuz klavıye ve maus deniyimleriyle başlıyacak. Sonra Sizlere internetin (yani www'nin) nasıl çalıştığını göstereceğiz: internete özel terimler, „sörf" yapmayı, internetden l bilgi edinmeyi, eğlence ve hoş vakit geçirmeyi. Aranan koşullar: temel Almanca bilgiler
4 x 2 saât; kişisel kayıt şart; 25, -€, kurs ücreti çarşamba günleri 10.2., 17.2., 24.2., 3.3. tarihlerinde, saât 15.30 – 17.30
kurs öğretmeni bayan Türkân Kanbıçak

Kurse in der Kreativwerkstatt

Wieder Plätze frei in den Offenen Werkstätten
Atelier, Holz + Metall
Offene Werkstatt Atelier; dienstags, 10 bis 17 Uhr; mittwochs, 14 bis 18 Uhr
Offene Werkstatt Holz/Metall; mittwochs, 14 bis 18 Uhr; donnerstags, 12.30 bis 18.30 Uhr

Neue Nachbarschaften Westend / Dornbusch
trifft sich immer am 4. Sonntag im Monat zum Themenbrunch. Von 10 bis 16 Uhr, 5,-€

Töpfern für die ganze Familie, für alle Generationen
ab 26. Januar (10 Mal), dienstags, 15 bis 17 Uhr

Lach-Yoga – positive Energien mobilisieren
ab 26. Januar (6 Mal), dienstags, 18.30 bis 20 Uhr

Es ist nie zu spät – Spanisch für AnfängerInnen
ab 25. Januar (10 Mal), montags, 16 bis 17.30 Uhr mit muttersprachlicher Lehrerin. Kooperation mit berami berufliche Integration e.V.

Sehen lernen – Zeichnen für Anfänger + Fortgeschrittene
Alltagsgegenstände aller Art werden in den Blick genommen und räumlich auf Papier gebannt, ab 28. Januar (10 Mal), donnerstags, 10 bis 12 Uhr

Von Fremden zu Frankfurterinnen – für Frauen ab 55 +
In diesem Treff sollen Lebensgeschichten erzählt und Erfahrungen ausgetauscht werden.
Ab 28. Januar bis 27. Mai, immer donnerstags – keine Kosten – gefördert vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, der Stadt Frankfurt und dem Paritätischen.

Begegnungs- und Servicezentrum Niederrad

Adolf-Miersch-Straße 20, Telefon 0 69/84 84 42 41, Anmeldung zu den Terminen erforderlich:

Besuch der Verkehrsleitzentrale Frankfurt
Mittwoch, 20. Januar, Treffpunkt: 14 Uhr Konrad Adenauer Straße 15/Vilbeler Straße, Kosten: 2,-€,

Besuch der Volkssternwarte
Donnerstag, 4. Februar
Treffpunkt: Robert-Mayer Str. 2 – 4 (Foyer), 19.15 Uhr, 4,-€

Besuch des hessischen Landtags
Mittwoch, 3. März, Treffpunkt: 13.30 Uhr S-Bahn-Station Niederrad (Eingangshalle), 5,-€

Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg

Dörpfeldstraße 6, Telefon 0 69/29 98 07-268

Sonntagskonzert
„Frühlingslieder und Arien für Mezzosopran & Harfe".
Sonntag, 14. März, 14.30 Uhr; 5,-€ mit Kaffeetafel

Führung in der Saalburg danach Fußweg zum Hessenpark, 4,5 km, Donnerstag, 25. Februar, ca. 9.45 Uhr, 11,- € inklusive RMV-Karte

Seniorensitzung mit den Fidelen Eckenheimern
Sonntag, 7. Februar, 15.11 Uhr, Einlass ab 14.11 Uhr, 5,-€

Walpurgisnacht – Hexenfest
Tanz, Bewegung, Spiel und Spass mit Karin Jopp, mit Anmeldung bis 22. April, 3,-€

Gut informiert älter werden
Neu „Was bedeutet es für mich älter zu werden?"
Montags, 19 bis 20.30 Uhr, 22. Februar, 1. März, 8. März, 22. März, Anmeldung bis 15. Februar, Kosten 15,-€
Internetcafé KONTAKT

Einführung in PC + Internet
Anfängerkurs mit M. & W. Haberland, dienstags, 15 bis 17 Uhr (4 Mal) 28,-€. Beginn 2. Februar, 3. März, 4. April

Vernissage
„Landschaften in Acryl & Öl“ von Guiseppe Venuti
Montag, 18. Januar, 17 Uhr
„Vielfalt der Aquarellmalerei“ von Dragica Madjo
Mittwoch, 14. April, 15.00 Uhr

„Wie erstelle ich meine Patientenverfügung“?
Zur neuen gesetzlichen Regelung referiert Dr. Kurt Schmidt/ Zentrum für Ethik in der Medizin am Markuskrankenhaus
Mittwoch, 17. März, 15.30 Uhr

„Profi-Akustik“
mit dem Musiker Jemal , Donnerstag, 8. April, 15.30 Uhr

„Wenn der Medizinische Dienst kommt“
S. Bayatpoor gibt wertvolle Tipps, wenn der medizinische Dienst der Krankenkassen zur Begutachtung kommt
Mittwoch, 21. April, 15.30 Uhr

„Fallen im Internet: erst durchblicken, dann anklicken“
mit Michael Ridder/Verbraucherzentrale Hessen
Mittwoch, 28. April, 15 Uhr, 2,-€

„Gute & positive Gedanken in Gedichtform verschenken“
mit Lydia Schütz , freitags, 13 bis 15 Uhr, 15. und 29. Januar, je 3,-€

„Frühlingsgrüße in Gedichtform versenden“
mit Lydia Schütz , Freitags, 13 bis 15 Uhr, 5. und 19. Februar, je 3,-€

Mut zum Handy mit Markus Öhlschlegel
Freitags, 10 Uhr, 26. Februar, 9. April, mit Anmeldung, 4,-€

NEU Autorenlesung
Jeweils montags, 15.30 Uhr
8. Februar: „Arbeitslos und trotzdem glücklich, Chancen ergreifen und die Zeit sinnvoll nutzen“, Leila Schmidt
8. März: „Der Türmer“, Meddi Müller, historischer Roman in Frankfurt zu Beginn des 20. Jahrhunderts
12. April: „Wir pfeifen auf den ganzen Schwindel“, Herbert Westenburger

Weitere Lesungen
Jeweils donnerstags, 16 Uhr
28. Januar: „Der Gewürzhändler zu Frankfurt“, Meddi Müller
25. Februar: „Samuel und die Liebe zu den kleinen Dingen“ von Francis Miralles
25. März: „Warum weinst Du, Holde Gärtnersfrau“ – Duette von Küchenliedern, Balladen & Moritaten

AKTIV & UNTERWEGS

NEU „Mit dem Gehwagen unterwegs” mit Anita Herbst
Montag, 19. April, 14 Uhr; Palmengarten – ein Kleinbus bringt die Teilnehmenden in den Palmengarten.

Weilburg mit Schlossführung
Donnerstag, 18. März, ca. 10 Uhr, 12,-€ inklusive Hessen Ticket

Heidelberg mit Schlossführung
Fasskeller, Apothekenmuseum,Donnerstag, 15. April, 8.45 Uhr ab Hauptbahnhof, 17,- € inklusive DB-Ticket

Offenes Aktivangebot mit Monika Franz
Jeweils dienstags, Anmeldungen: dienstags 10 bis 12 Uhr

Veranstaltungen im Begegnungszentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt, Sybille Vogl, Telefon: 0 69/57 71 31 (dienstags, donnerstags und freitags 14 bis 17 Uhr)

„Frankfurter Literaturkreis“ in Heddernheim
Mittwochs, 14.15 Uhr bis 16 Uhr, 14-tägig. Wieder ab 27. Januar. Kosten: 3,-€ pro Termin. Anmeldung erbeten.

Wirbelsäulengymnastik nach Dr. Smisek
Referentin: Marlies Gärtner,
Donnerstag, 21. Januar, 14.30 bis 15.30 Uhr, kostenfrei.
Ab 28. Januar folgt ein Trainingskurs jeweils Donnerstags.
Anmeldung bei Sybille Vogl, Telefon 0 69/57 71 31

„Wenn der Nachbar sonderbar wird“
Wege zu einer demenzfreundlichen Kommune, Vortrag und Diskussion. Donnerstag, 18. März, 15 bis 16.30 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Gedächtnisschwäche
Neue Gruppe ab Freitag, 9. April, 10 bis 11.30 Uhr, 14-tägig, 10 Treffen, Leitung: Sybille Vogl, kostenfrei.

Anzeige

Neue Senioren-Wohnungen an der Friedberger Warte

Im Wohnquartier „New Atterberry“ in Frankfurt-Bornheim baut das Unternehmen Sahle Wohnen derzeit an der Valentin-Senger-Straße weitere 44 Seniorenwohnungen in vier Häusern. Die Zwei- und Dreizimmerwohnungen sind auf Ein- oder Zweipersonenhaushalte zugeschnitten und umfassen Wohnflächen zwischen ca. 52 und ca. 70 Quadratmetern. Alle Wohnungen sind barrierefrei und zeichnen sich durch eine gute Ausstattung z. B. mit Laminat in Wohnzimmer und Flur aus. Ein Sonnenbalkon sowie Abstellräume in Wohnung und Keller gehören ebenfalls dazu. Die Miete wird durch eine neue Förderung der Stadt Frankfurt begünstig und liegt zwischen 6,18 und 8,08 Euro pro Quadratmeter zzgl. Nebenkosten. Fertigstellung ist voraussichtlich ab April 2010.
Weitere Informationen unter Telefon 0 69/59 79 31 99.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
069 / 59 79 31 99

Citynahe Seniorenwohnungen an der Friedberger Warte

Bezahlbar wohnen und mehr.....

- helle 2- und 3- Zimmer-Neubauwohnungen mit Balkon
- seniorenfreundliche Ausstattung, barrierefrei mit Aufzug
- günstige Mietpreise durch öffentliche Förderung (Wohnberechtigungsschein erforderlich)
- Beispiel für 2 Personen-Haushalte: 3-Zimmer ca. 66 m², 408 Euro zzgl. Betriebs- und Heizkosten
- provisionsfreie Vermietung durch den Eigentümer

Sahle Wohnen
Kundencenter · Valentin-Senger-Str. 136b · 60389 Frankfurt/M. · www.sahle.de

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

Frankenallee 206–210, 60326 Frankfurt
Susanne Schieder, Telefon 0 69/7 38 25 45

Erzählcafé: Gastarbeiter der ersten Stunde berichten
Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Präventionsrat der Stadt Frankfurt und dem AK 50+ im Gallus statt.
Donnerstag, 18. März, 14.30 Uhr
Anmeldung bei Susanne Schieder, Telefon 0 69/7 38 25 45

Fastnachtsfeier mit Büttenreden und Musik
Donnerstag, 11. Februar, 15 Uhr, 4,-€
Anmeldung bis Montag 8. Februar bei Susanne Schieder, Telefon 0 69/7 38 25 45

Kreppelnachmittag im Bürgerhaus Gallus mit der Faschingsgesellschaft Kameruner, Frankenallee 11. Mittwoch, 27. Januar, Einlass: 14.45 Uhr. Anmeldung bei Susanne Schieder, Telefon 0 69/7 38 25 45

Begegnungs- und Servicezentrum Ben-Gurion-Ring

Ben-Gurion- Ring 20, Telefon 0 69/5 07 17 44

Treffpunkt
Dienstags, 15 Uhr ab 12. Januar mit Hilve Kohlus-Heiskanen

Bistro; montags, mittwochs, freitags, 13 bis 15 Uhr

Gemeinsames Angebot vom Interkulturellen Altenhilfezentrum Victor-Gollancz-Haus und dem Begegnungszentrum Höchst

Kurmainzer Straße 91, Frankfurt-Sossenheim
Telefon 0 69/31 24 18 oder 29 98 07-410

Blauer Salon, Winterromantik mit Musik und Texten.
Samstag, 20. Februar, 16.30 Uhr

Frühlingskonzert, Samstag, 27. März, 16.30 Uhr

Begegnungszentrum Auguste-Oberwinter-Haus

Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt

Surf-Treff: Sind Sie schon drin ... im Netz?
Montag – Freitag, 10 bis 13 Uhr und 14.30 bis 17 Uhr (freitags nachmittags geschlossen). Infos: Erika Seeliger, Telefon 0 69/78 00 26

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11, Telefon 0 69/5 40 05 55
VERANSTALTUNGEN jeweils donnerstags, 16 Uhr
28. Januar: **„Der mobile Augenoptiker“**
18. Februar: **„Zeitreise in die Geschichte des Rundfunks“**
25. Februar: **„Die Hüfte“**
18. März: **„Wie kommt die Süße ins Leben – Genuss ohne Reue“**
25. März: **„Improvisationen & kleine Stücke der Theaterwerkstatt“**

Café Mouseclick

Bolongarostraße 137, 65929 Frankfurt, Telefon 0 69/31 24 18

10 Jahre Internetcafé Mouseclick, Jubiläumsfeier am 23. März, 15 Uhr

Tag der Offenen Tür
Unter dem Motto „... mit dem Mouseclick in die Zukunft” lädt das Café Mouseclick am 25. März von 14 bis 17 Uhr ein.

Begegnungszentrum Praunheim

Heinrich Lübkestraße 32

Faschingsprobe mit Senior-7-Swingband
Donnerstag, 11. Februar, 16 bis 18 Uhr
Telefon 0 69/76 20 98, Frau Hahn

Begegnungszentrum Bockenheimer Treff

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

Liebe, Lust und Leidenschaft
Auch in diesem Jahr werden wieder zwei Flirtkurse in den Einrichtungen in Bockenheim und in der Senioren Initiative Höchst angeboten: ab Mittwoch, 3. März, 5,- €. Daran schließen sich am 10. und 24. März zwei Nachmittage flirten an. Den Abschluss bildet am 14. April eine Vorführung des Films „Wolke 9“ mit anschließender Diskussion. Beginn ist jeweils 16 Uhr. Informationen bei Matthias Hüfmeier, Telefon 0 69/77 52 82 oder Werner Szeimis, Claudia Hohmann (pro familia) Telefon 0 69/90 74 47 44.

„Götter, Tempel, Tänze”, Bilder aus Indien
Freitag, 26. März, 15.30 Uhr, 1,-€ für die Spezialitäten

Moderne Schmerztherapie Teil II – „Sicht einer Ärztin“
Freitag, 5. März, 16 Uhr

Der Struwwelpeter – ein Bilderbuch wird lebendig
Mit den Höchster Silberdisteln
Mittwoch, 24. Februar, 15.30 Uhr, 5,-€

Anzeige

Hotel Jägerhof
Bad Brückenau
inmitten der bayerischen Rhön

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

– Ihr Zuhause im Jägerhof –

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

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

Wernarzer Straße 7a • 97769 Bad Brückenau
Telefon: 0 97 41 - 91 0 70 • Fax: 0 97 41 - 91 0 772
eMail: pension_jaegerhof@t-online.de
www.kurpension-jaegerhof.de

Besser informiert – mit der Senioren Zeitschrift

Die Senioren Zeitschrift der Stadt Frankfurt am Main bietet einen bunten Mix aus aktuellen Berichten, wichtigen Informationen und unterhaltsamen Artikeln. Seit Neuestem kann man sich die Senioren Zeitschrift auch im Internet anhören. Die Sozialdezernentin spricht ihr Vorwort persönlich – und Frankfurter Schauspieler und Ehrenamtliche lesen die auch als „Silberblatt" bekannte Zeitschrift auf (http://www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de/senzs/0_hoeren). Mit diesem neuen Service bekommen auch Leserinnen und Leser die Gelegenheit, sich über all das zu informieren, was für sie interessant sein könnte, wenn sie nicht mehr so gut sehen können. Seit einigen Jahren schon kann man die Zeitschrift auch als Hör-CD abonnieren (siehe hierzu Abo-Coupon Seite 4).

Und, es gibt die Senioren Zeitschrift auch in Hörbuchversion – für blinde und sehbehinderte Menschen sogar kostenlos. Weitere Informationen und Bezug: Evangelische Blindenarbeit im Diakonischen Werk für Frankfurt, Telefon 0 69/5 30 22 44. *(red)*

Sibylle Nicolai und Volker Brandt lesen die Senioren Zeitschrift auf. Foto: Oeser

Wo war's – wer war's?

Heinz Desch sucht Schulkameraden, die 1940 gemeinsam mit ihm die Günthersburgschule besucht haben. Er würde sich freuen, wenn sich der ein oder andere Klassenkamerad bei ihm meldet: Heinrich Desch, Williswindastraße 1, 64653 Lorsch.

Geschäftsräder gesucht

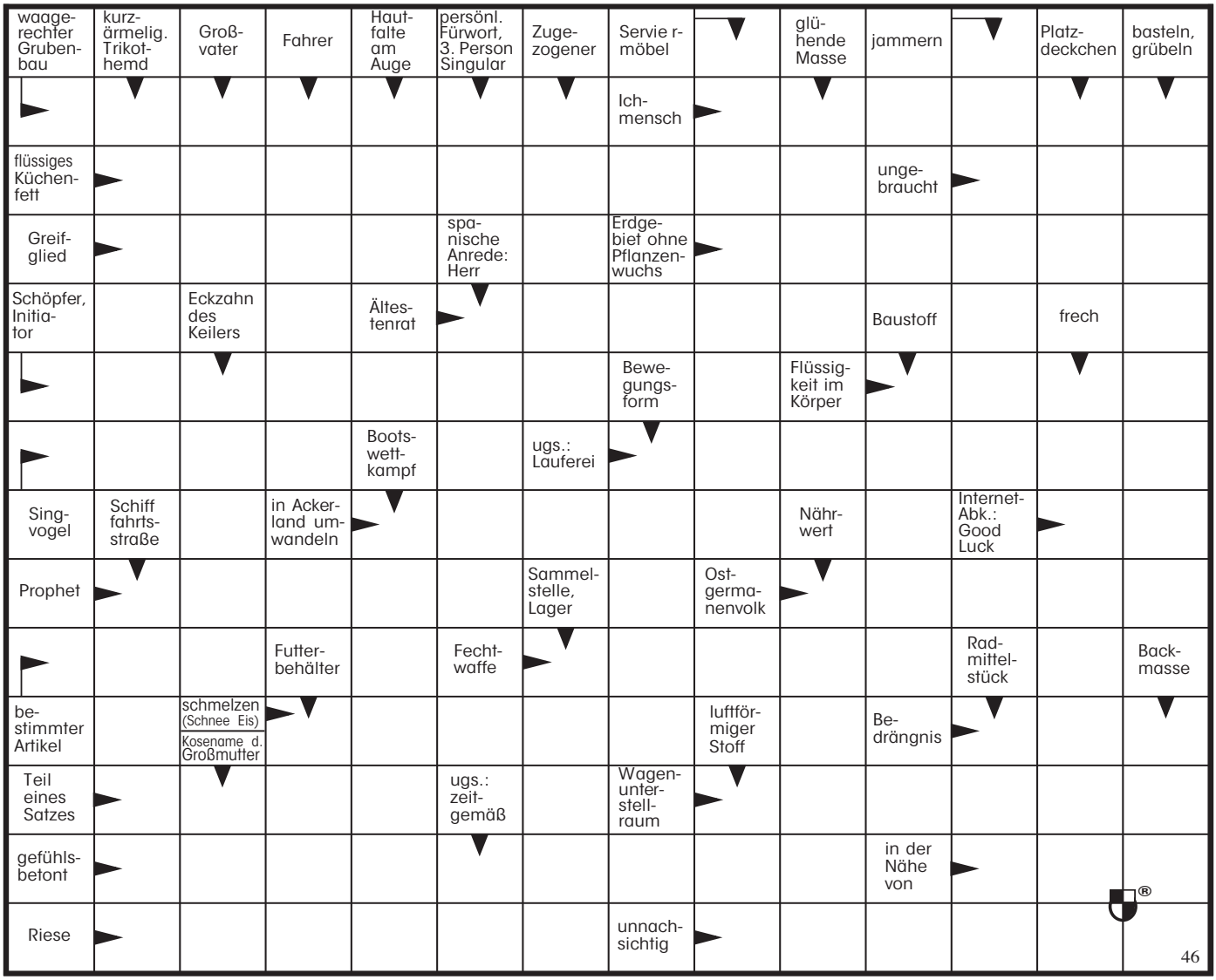
Anfang der 50er Jahre organisierte der Frankfurter Radfahrverein Adler auf der Frankenallee Geschäfts- und Lastfahrradrennen. Die Geschichtswerkstatt Gallus möchte 2010 wieder ein solches Rennen veranstalten und sucht dazu noch Informationen, Fotos, Zeitungsausschnitte und Urkunden. Wer noch Geschäftsräder oder andere Objekte aus dieser Zeit hat, möge sich bei dem Quartiersmanager für das Gallus Christian Spoerhase melden. Er hat die Telefonnummer 0 69/97 32 99 70. *(red)*

Zeitzeuge Erich Krieger betrachtet ein altes Geschäftsrad. Foto: Oeser

Wer kennt Personen auf diesem Foto oder kann sich erinnern, um was für ein Ereignis es sich hierbei handelt? Hinweise dazu bitte an die Redaktion schicken.
Foto: Institut für Stadtgeschichte, Frankfurt am Main.

Leserbrief zum Frankfurter Programm „Würde im Alter"

Birgit-Christine Butte schreibt: „...im vorigen Monat bin ich mit der langjährigen Pflege meines 90-jährigen dementen Vaters plötzlich total überfordert gewesen und wusste mir keinen Rat...in letzter Not...bekam ich die Telefonnummer vom Frankfurter Programm „Würde im Alter", das von der Stadt Frankfurt gefördert wird. Ich ...rief an und erhielt ...Rat und einen ersten Besuch...Mir sind nun Hilfsmöglichkeiten bekannt, auch von der Krankenkasse,...die mir die Pflege ...erheblich leichter machen..." Frau Butte geht beispielsweise in eine Angehörigengruppe, wo Austausch, Aufklärung im Umgang mit dementen Menschen und gegenseitiges Mutmachen wichtig sind. Ihr war es ein Bedürfnis, zu sagen „...dass dieses Projekt, das wertvollste und tollste ist, von dem ich in meinen 30 Jahren als Frankfurterin gehört habe...Ich sage ganz einfach von Herzen Dankeschön!" (Mehr über das Frankfurter Programm gibt es im Internet unter: www.aelterwerden-in-frankfurt.de)



Sudoku

Viel Vergnügen bei diesem japanischen Rätselspaß!

7				1	4			3
	3		6		7			
	2	6					4	1
				4		2		
	8			9			3	
		5		7				
3	7					5	2	
			1		3		9	
9			7	5				4

Das Diagramm ist mit denZahlen 1 bis 9 aufzufüllen. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen.

Die Lösungen finden Sie auf Seite 29.

Anschrift und Impressum

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

Anschrift/Redaktion: Jutta Perino (v.i.S.d.P.), Senioren Zeitschrift, Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Telefon: 069/212-3 34 05, Fax: 069/212-3 0741, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Abonnement, Leseranfragen und Vertrieb: Petra Lösch, Telefon: 069/212-4 92 89 (vormittags), E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Evangelische Blindenarbeit im Diakonischen Werk für Frankfurt, Haus am Weißen Stein, Eschersheimer Landstr. 565–567, 60431 Frankfurt am Main, Telefon: 069/53 02-244, Fax: 069/53 02-266, E-Mail: eb@integrationshilfen.de

Anzeigenleitung/Gesamtherstellung/Gestaltung: Kreativwerkstatt, Agentur und Verlag, Oeder Weg 9, 60318 Frankfurt am Main, Telefon: 069/42 08 27 85, Fax: 069/42 08 27 86, Mobil: 0172/682 80 20, E-Mail: agentur@kreativwerkstatt-frankfurt.de

Anzeigenschluss für die Ausgabe 2/2010 ist der 26. Februar 2010.

Druck: alpha print medien AG, Kleyerstraße 3, 64295 Darmstadt, Telefon: 061 51/86 01-0, Fax: 061 51/86 01-100, www.alpha-print-medien.de

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

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

Foto: STU GRA PHO

Liebe Leserinnen und Leser,

zuerst wünsche ich Ihnen ganz persönlich für das neue Jahr alles Gute, viel Gesundheit, viel Freude, gutes Gelingen. Ich weiß nicht, es wird Ihnen ähnlich gehen wie mir, wo ist das vergangene Jahr geblieben? Es ist nur so vorbei gerutscht. Kaum hatten wir einen neuen amerikanischen Präsidenten, auf dem immer noch alle Hoffnungen liegen, unsere Bundestagswahl ist auch schon wieder vorbei. Ach, würden die Politiker doch nicht so viel im Vorhinein versprechen, wovon jeder weiß, dass es nicht gehalten werden kann, dann hätten sie es leichter und wir würden nicht so sehr an ihnen zweifeln. Aber vielleicht gehört das ja zu dem Spiel in der Politik. Die Welt und die Umstände verändern sich so schnell. Die Bankenkrise hat uns in Atem gehalten. Keiner begreift, warum es bei den Banken inzwischen genau so weiter geht, wie bisher, da können wir doch nur alle auf den nächsten Crash warten. Was wird nicht alles geredet, und wo sind die Taten? Dass die Umsetzung von Ideen schwierig ist, weiß jeder, dass man Kompromisse eingehen muss, auch, aber nehmt doch den Mund nicht so voll. Dem „Volk" kann man viel mehr zumuten, als die Parteien meinen. Aber der Kampf geht ja gar nicht so sehr um das, was das „Volk" will. Es geht um Geschacher hin, Geschacher her. Ich höre auf, es bringt nichts. Was uns bleibt, ist, nach wie vor, die Zeit zu nutzen. Gott sei Dank werden wir immer älter und bleiben fitter. Jeder hat zwar seine Wehwehchen, aber im Durchschnitt ging es doch keiner Rentengeneration so gut, wie unserer. Ich meine nicht nur finanziell. Bleiben wir aktiv, bewegen uns, denken wir an uns, aber auch an den Nachbarn, auch an die, denen es nicht so gut geht. Ein Wort möchte ich über dieses Jahr stellen: Solidarität. Wenn wir die beachten, miteinander, zueinander, dann kann es uns doch gar nicht so schlecht ergehen. Wir können in unserem „kleinen" Umfeld vielleicht mehr bewirken als oft die große Politik, die ihre eigenen Gesetze kennt.

Ein Jahr 2010, das jedem etwas bringt, das ihm gut tut.

Ihr Wolfgang Kaus

ELFIE REIMER
FRANKFURT

Mainhatten, meine Stadt, beglückt mich
jeden Tag, verstehe nicht, weshalb
manch einer sie nicht mag.

Als es vor sechzig Jahren nach
Frankfurt mich verschlug,
da lag die Stadt in Trümmern, dass ich
mich anfangs frug:

Soll wirklich ich hier bleiben und fortan
leben hier?
Was hat die Stadt zu bieten, was kann
sie geben mir?

Doch allen Vorbehalten zumTrotz bin
ich geblieben; und zögerlich, fast heimlich, begann ich sie zu lieben:

Die Stadt mit ihrem Ruf, ein
Häusermeer zu sein,
so gänzlich ohne Flair, halt eine Stadt
am Main.

Doch sie ist mehr, ist Heimat, für den,
der hier gebor'n,
und selbst ein Eingeplackter fühlt sich
hier nicht verlor'n.

Vielleicht fiel mir ja damals die Wahl gar
nicht so schwer,
komm ich doch selbst aus Hessen, das
heißt: von nicht weit her.

RAINER MARIA RILKE
DU MUSST DAS LEBEN NICHT VERSTEHEN....

Du mußt das Leben nicht verstehen,
dann wird es werden wie ein Fest.
Und laß dir jeden Tag geschehen
So wie ein Kind im Weitergehen von
jedem Wehen
sich viele Blüten schenken läßt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,
das kommt dem Kind nicht in den Sinn.
Es löst sie leise aus den Haaren,
drin sie so gern gefangen waren,
und hält den lieben jungen Jahren
nach neuen seine Hände hin.

DIETER SCHNEIDER
MEIN NEUJAHRSGRUSS

Zu Neujahr da verschiggd mer Grieß
des is hald so der Brauch.
Die Briefdreecher griehn kalte Fieß,
doch dadefor kaan Bauch.

Mer schreibd e Kadd un denkd debei,
was kosd des Zeid un Mieh.
Doch kriehd mer aa, dann sechd mer glei,
eei, der vergißd mich nie.

Daß jedermann gesund soll sei,
un gud es Neue Jahr,
was anners fälld aam garnet ei,
mer winschds hald, des is klar.

Aach der, der mir e Baa gestelld,
der griehd en Gruß geschiggd,
damit is dem des Jahr vergälld
der wird vor Zorn verrickt!

Uff gar kaan Fall drifftd des uff dich,
des is wie Kleesbrieh klar,
un feierlich versicher ich,
daß des aach werklich wahr!

Ich winsch von Herze. BLEIB GESUND,
Verlier aach net de Muud,
Von uns kimmt kaaner uff de Hund,
Des Neue Jahr wird guud!

DALAI LAMA
EMPFEHLUNG FÜR DAS LEBEN IM NEUEN JAHRTAUSEND

1. Beachte, dass große Liebe und großer Erfolg immer mit großem Risiko verbunden sind.

2. Habe stets Respekt vor dir selbst, Respekt vor anderen, und übernimm Verantwortung für deine Taten.

3. Bedenke: Nicht zu bekommen, was man will, ist manchmal ein großer Glücksfall.

Anzeige

HILFE FÜR JUNG UND ALT

Senioren Alltagshilfe e. K. Frankfurt

Inh. Petra Topsever

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

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

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

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

Barrierefrei unterwegs

Den Leitfaden und den Liniennetzplan mit Informationen zur Barrierefreiheit

direkt zum Mitnehmen in der Verkehrsinsel an der Hauptwache

www.traffiQ.de

01805 069 960*

U S

traffiQ
Frankfurt am Main

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