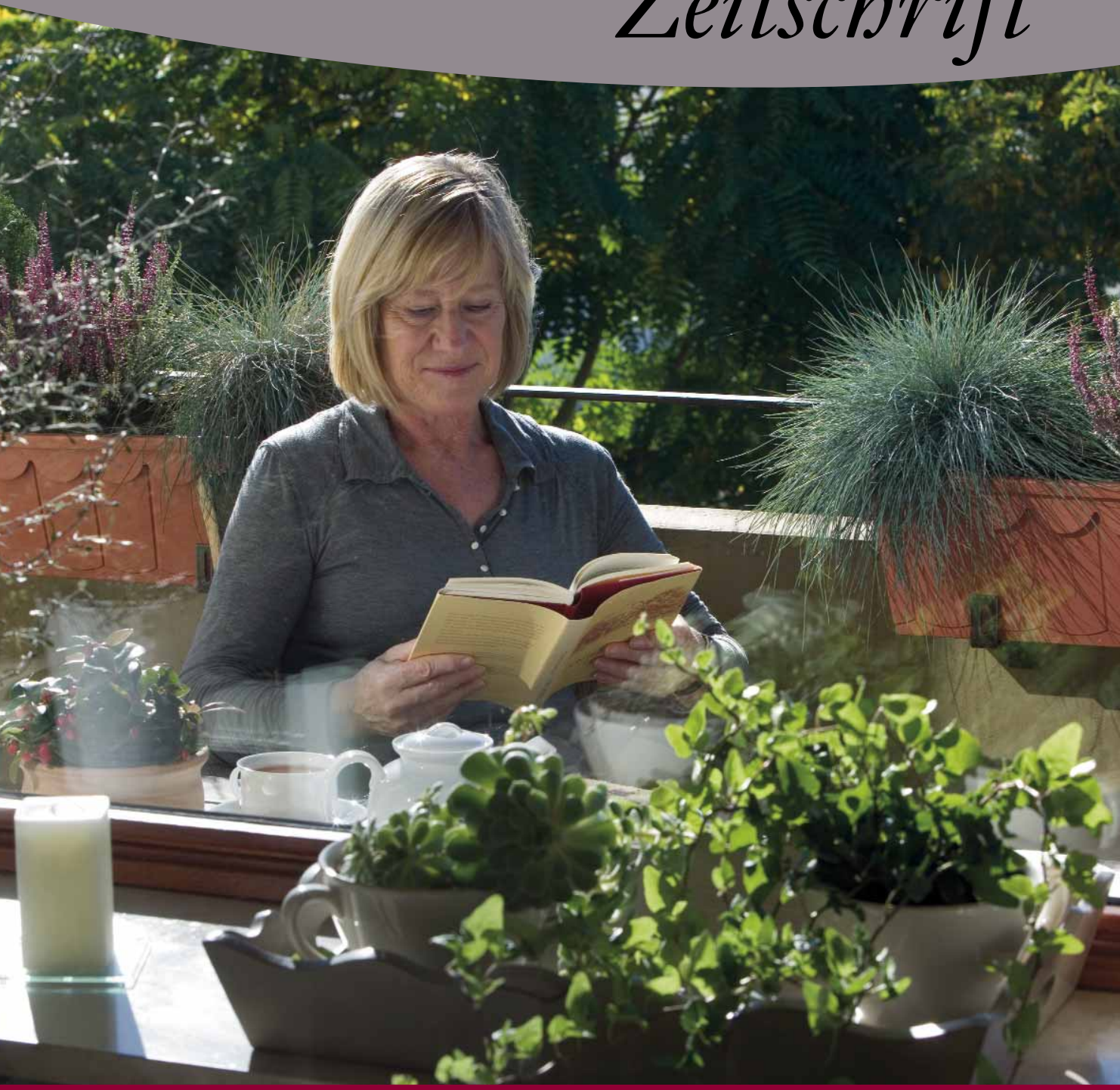
1 2011

SENIOREN Zeitschrift



SZ jetzt auch als Hörbuch im Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

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, Südtirol und Tschechien.

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

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

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

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an! Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2011 zu.

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

Aus dem Inhalt

Grußwort: Petra Roth 3
Vorwort: Daniela Birkenfeld 4
Abocoupon 4

Wohnen ohne Grenzen

Im Gespräch: Ute Poggemeyer 5
Wie Ältere in Zukunft wohnen wollen 6–7
Technische Hilfsmittel 8
Leichter den Alltag meistern 10
Der Roboter hilft bei Bedarf 10–11
Sensoren für Senioren 12
Kurzinformationen 13, 51, 55, 58
Farben können Wohlbefinden fördern 14
Porträt: Rolf Schmitz 15

Das Sozialdezernat informiert

Tagesausflüge mit Bus und Schiff 16–17
Seniorenreisen 18–26
Aus dem Seniorenbeirat 27
Fünftes Forum für Senioren:
Bergen-Enkheim 28–29
Seniorenprojekt Sen-Se eingeweiht 29
Aktionswochen Älter werden 30
Neue Struktur im Rathaus für Senioren .. 31
Messe „Fit ab 60“ 31

Aktuelles und Berichte

Zehn Jahre „Aktive Nachbarschaft“ 32
25 Jahre
Nachbarschaftszentrum Ostend 32–33
Barrierefreie Betriebe ausgezeichnet 33
Großeltern sind gefragt 34–35
Wenn das Geben Früchte trägt 36
Das Leid von der Seele schreiben 37

Gesundes Leben

Schmecken und Riechen, Teil 1 38–39
Ausstellung: 16 Porträts 39

Freizeit und Unterhaltung

Die kleine Blumenecke 41

Begegnung der Kulturen

Afghanische Hindus in Frankfurt 42–43
Neues Altenzentrum St. Josef 43

Kultur in Frankfurt

Was – wann – wo? 40
Barocke Pracht im Liebieghaus 44–45
Wie gut kennen Sie Frankfurt? 51
Für Sie gelesen 59

Blick über den Tellerrand

Das Mathematikum in Gießen 46–47
Die Macht des Stauferreiches 48–49
Mobil im besten Alter 50

Früher und Heute

120 Jahre Volksbildung 51
Clara Schumann in Frankfurt 52–53
Frankfurt und seine Plätze: der
Affentorplatz in Sachsenhausen 54–55

Frankfurt und seine Stadtteile

Bergen-Enkheim 56–58

Ratgeber

Mittagstisch für Senioren 60
Beratungs- und Vermittlungsstellen 61
VHS-Programm 62–63
Tipps und Termine 64–68
Wichtige Telefonnummern 65

Leserecke

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

Quadrate, Dreieicke, Rechtecke – was passt wohin? Im Mathematikum Gießen darf jeder selbst experimentieren. Siehe Bericht auf Seiten 46 bis 47. Foto: Wegst

Zum Titelfoto:
Es muss nicht immer ein großer Garten sein, auch ein Balkon kann zur grünen Oase werden und die Grenzen der Wohnung ins Freie erweitern. Wohnen ohne Grenzen, das Schwerpunktthema dieser Senioren Zeitschrift, meint aber auch Wohnen ohne Einschränkungen, etwa durch Behinderung oder Alter. *Foto: Oeser*

Liebe Frankfurterinnen
und Frankfurter,

in unserer Stadt zu wohnen ist attraktiv. Zahlreiche Angebote locken die Menschen auch im Winter, wenn einen das Wetter nicht unbedingt ins Freie zieht, aus dem Haus. Ob dies eine Ausstellung in einem der zahlreichen Museen ist, ein schönes Konzert, eine Theateraufführung, eine Oper oder eine interessante Lesung: Alle diese Attraktionen können aufmunternd auf Körper und Geist wirken. Nicht zu vergessen sind in der Stadtlandschaft auch die vielen kulturellen Orte, die auf bürgerschaftliches Engagement und Eigeninitiative zurückzuführen sind.

Das Leben in Frankfurt wird geschätzt. Wer hier wohnt, möchte auch hier alt werden. Die meisten Menschen wollen so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden bleiben. Das geht auch mit körperlichen Einschränkungen, wenn die Wohnung entsprechend umgestaltet wird. Dabei können sie auf die Hilfe der Stadt zählen.

Pflegeheime oder Seniorenwohnanlagen in unserer Stadt sind ebenfalls geschätzte Wohnorte im Alter. Und man ist mitten im Geschehen, zum Beispiel in diesem Jahr bei der Frauenfußballweltmeisterschaft. Ich wünsche uns allen herausragende Spiele und eine ebensolche lebensfrohe Stimmung wie zur WM 2006.

Für das neue Jahr 2011 wünsche ich den Leserinnen und Lesern der „Senioren Zeitschrift“ eine interessante und angenehme Lektüre, viele schöne Stunden in unserem Frankfurt – und ein gutes neues Jahr, Glück, Zufriedenheit und vor allem Gesundheit.

Ihre

Petra Roth
Oberbürgermeisterin der Stadt
Frankfurt am Main

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

zum Jahreswechsel innehalten, Bilanz ziehen – das habe ich diesmal besonders gerne getan. Denn 2010 konnte ich seniorenpolitisch eine reiche Ernte einfahren. Viele Projekte ließen sich erfolgreich zu Ende führen oder maßgeblich weiterentwickeln wie das Rathaus für Senioren, in dem wir die Leitstelle Älterwerden eingerichtet haben (siehe S. 31).

Es ist gelungen, für die gesamte Stadt Broschüren zu Service-Leistungen, Bringdiensten und seniorengerechten Geschäften herauszugeben. Die Hefte, die den Erhalt der Selbstständigkeit unterstützen, kamen sehr gut an. Noch immer erreichen den Seniorenbeirat Vorschläge, weitere Läden in die Liste der seniorengerechten Geschäfte aufzunehmen (siehe S. 27). Darüber freue ich mich sehr, und selbstverständlich kümmert sich der Seniorenbeirat gewissenhaft um jeden weiteren Vorschlag.

Ins Schwarze getroffen haben wir auch mit den Foren „Älter werden in Frankfurt“. Mehrere hundert Personen nutzten jeweils die Gelegenheit, sich über Angebote zu informieren, Netzwerke zu knüpfen und der Stadt Anregungen zu geben (siehe S. 28–29). Noch vor wenigen Jahren wäre eine solche Resonanz nicht denkbar gewesen. Inzwischen nehmen die Bürgerinnen und Bürger den dritten Lebensabschnitt an und wollen ihn aktiv gestalten. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die Initiativen „Alte für Frankfurt“ und „Netzwerk Neue Nachbarschaften“, die die Foren gemeinsam mit uns gestalten.

Besonders froh war ich über den Abschluss der Bedarfsanalyse zum seniorengerechten Wohnen. Das Ergebnis lässt nur einen Schluss zu: In Frankfurt muss Barrierefreiheit zum Standard werden. Nur wenn die Wohnungen und Häuser entsprechend gestaltet sind, können wir den Wunsch erfüllen, bis ins hohe Alter im gewohnten Umfeld zu bleiben. Mit der Überarbeitung der städtischen Wohnungsbauförderprogramme konnte der Magistrat unmittelbar Konsequenzen ziehen (siehe S. 6–7). Das Thema wird uns in den kommenden Jahren jedoch noch intensiv beschäftigen.

All diese Entwicklungen sind Ausdruck eines neuen Bewusstseins: Ältere Menschen haben Bedürfnisse und Wünsche um die sich Politik und Verwaltung kümmern müssen, wenn wir die gesellschaftlichen Herausforderungen bestehen wollen. Wir brauchen aber auch die Unterstützung der Bürgerinnen und Bürger. Gerade beim Thema barrierefreier Wohnraum wird das deutlich. Es reicht nicht, wenn die städtischen Wohnungsbaugesellschaften reagieren, auch die private Wohnungswirtschaft muss nachziehen. Jeder Eigentümer sollte sich fragen, wie er sein Haus den Bedürfnissen einer alternden Gesellschaft anpassen kann. Auch als Mieter können Sie zur Bewusstseinsbildung beitragen, indem Sie danach fragen, was der Vermieter in dieser Hinsicht plant.

Es gibt also auch im neuen Jahr viel zu tun. Ich freue mich darauf und setze alles daran, dass es seniorenpolitisch genauso erfolgreich wird wie das vergangene. Ihnen und Ihren Lieben wünsche ich alles Gute für 2011, vor allem Gesundheit und Gottes Segen.

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

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

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

Vorname _____ Name _____

Straße / Hausnr. _____

PLZ / Ort _____ Telefon _____

Ort / Datum _____ Unterschrift _____

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

Umbauen – nicht erst, wenn es zu spät ist

Die Beratung über die Veränderung der eigenen Wohnung für den eigenen Bedarf sollte rechtzeitig in Angriff genommen werden. Ute Poggemeyer hilft dabei gerne. Foto: Oeser

Immer mehr Menschen wollen im Alter in ihrer vertrauten Umgebung bleiben. Doch nur die wenigsten Wohnungen und Häuser sind altersgerecht ausgebaut. Ute Poggemeyer von der städtischen Leitstelle Älterwerden berät Senioren und Menschen mit Behinderung, worauf sie bei der Umrüstung achten sollten. Mit der Diplomsozialarbeiterin sprach Judith Gratza.

SZ: Welche Probleme können im Alter in den eigenen vier Wänden auftreten?
Ute Poggemeyer: Meist wird das Bad zum Problem. Wenn die Beweglichkeit nachlässt, können viele Senioren nicht mehr in die Wanne steigen. Toiletten und Sitzmöbel sind zu niedrig, Zugänge zu Räumen zu schmal. Durch Läufer und Türschwellen kommt es zu Stürzen. Probleme gibt es auch mit Treppen und deren Geländern, die oft zu kurz sind und nur einen Handlauf haben.

SZ: Muss man gleich die ganze Wohnung umrüsten oder lassen sich manche Probleme mit kleinen Hilfsmitteln lösen?
Ute Poggemeyer: Es gibt beispielsweise vorgefertigte Möbelerhöhungen, die man unter Sessel, Sofa und Bett befestigen kann. Für Toiletten oder Wannen gibt es Haltegriffe. Türschwellen und Läufer sollten entfernt sowie Treppenstufen in der Wohnung rutschsicher beklebt werden.

SZ: Was kann man im Bad tun?
Ute Poggemeyer: Viele Senioren lassen sich einen Badewannenlift einbauen. Aber wenn Sie irgendwann die Beine nicht mehr über den Wannenrand heben können, nützt ihnen der Lift auch nichts mehr. Sinnvoller ist es, die Wanne gegen eine Dusche mit niedrigem Einstieg zu tauschen oder die Wanne mit Türen auszustatten. Die kosten etwa 3.000 Euro.

SZ: Wie teuer sind altengerechte Umbauten?
Ute Poggemeyer: Arbeiten im Badezimmer können bis zu 10.000 Euro kosten, wenn neben dem Einbau einer Dusche rutschfeste Fliesen zu verlegen sind und Platz für einen Rollator oder Rollstuhl geschaffen werden muss. Eine barrierefreie Küche kostet bis zu 5.000 Euro. Am teuersten ist der Einbau eines Treppenlifts, der bei 10.000 Euro anfängt und mit vielen Auflagen verbunden ist. Wer also im dritten Stock ohne Aufzug lebt, sollte sich früh überlegen, ob die Wohnung alterstauglich ist.

SZ: Und wann kommen die Menschen in Ihre Beratung?
Ute Poggemeyer: Viele melden sich erst, wenn etwas passiert ist. Dann rufen die Kinder an, weil die 75-jährige allein stehende Mutter einen Beckenbruch erlitten hat und sofort eine Aufstehhilfe braucht oder die Wohnung umgerüstet werden muss. Es gibt aber auch Menschen, die mit Anfang 60 kommen und fragen, welche Möglichkeiten es gibt, in Frankfurt altersgerecht zu wohnen. In beiden Fällen helfen wir weiter.

SZ: Wie?
Ute Poggemeyer: Wir klären, wie die Situation ist, was gewünscht wird, informieren über Hilfsmittel und seniorengerechte Wohnformen in der Stadt. Wenn eine Wohnung umgebaut werden soll, bieten wir Hausbesuche an. Gemeinsam holen wir dann die Zustimmung vom Vermieter und Kostenvoranschläge ein. Wir beraten auch über finanzielle Hilfen. Das Ganze dauert etwa drei Monate.

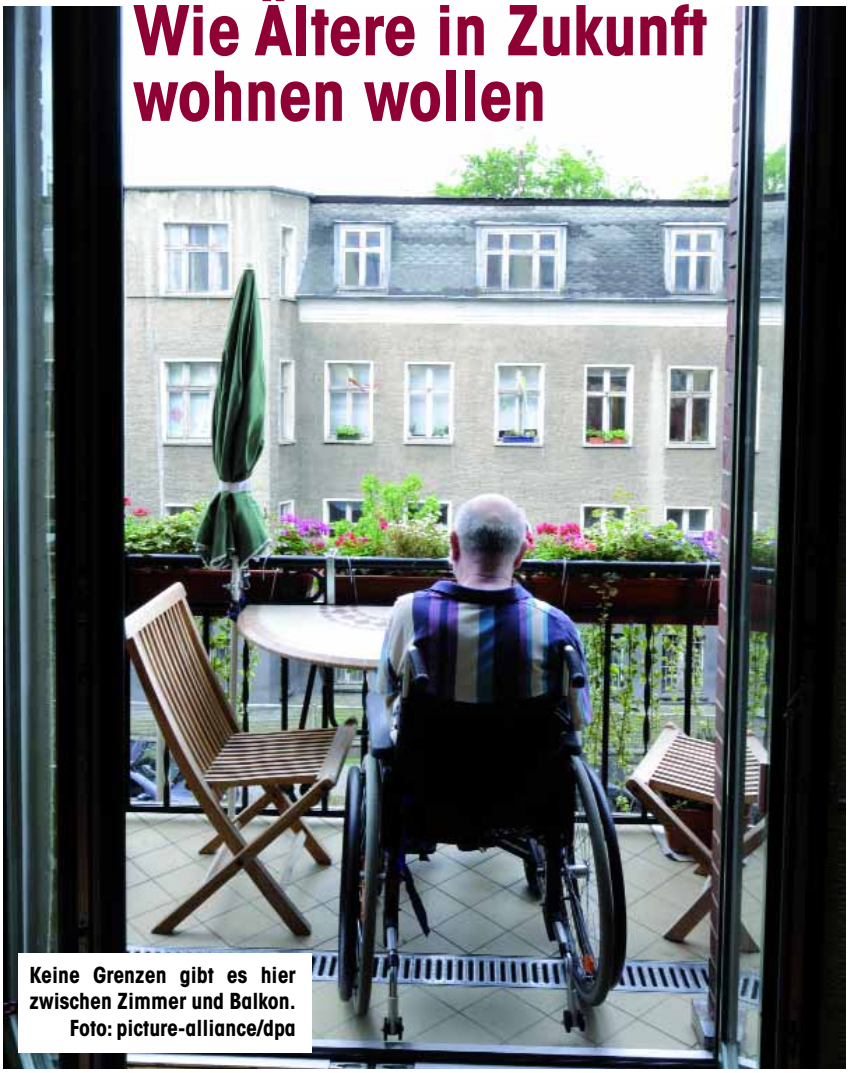
SZ: Wann sollte man sich also zum Thema „Wohnen im Alter" beraten lassen?
Ute Poggemeyer: Wenn die Kinder ausziehen, man in Rente geht, renovieren oder umziehen will. Denn nicht nur das Innere der Wohnung ist für die Alterstauglichkeit entscheidend, sondern auch das Umfeld.

Leitstelle Älterwerden, Hansaallee 150, Telefon 212-706 76

Finanzierungshilfen für altengerechte Umbauten

- ✓ **Die Pflegeversicherung** beteiligt sich bei pflegebedürftigen Menschen an den Kosten mit maximal 2.557 Euro.
- ✓ **Krankenkassen** übernehmen in der Regel die Kosten für kleinere Arbeiten wie den Einbau von Haltegriffen.
- ✓ **Das Sozialamt** trägt bei Bedürftigkeit die Kosten, wenn das Einkommen der Betroffenen einen Grundbetrag in Höhe von 718 Euro nicht überschreitet. Für jeden Haushaltsangehörigen wird ein Betrag in Höhe von 252 Euro hinzugerechnet sowie die Kosten der Unterkunft.
- ✓ **Die KfW-Bank** gewährt Privatpersonen und Wohnungsbaugesellschaften ein zinsgünstiges Darlehen bis zu 50.000 Euro. Der Kredit muss über die Hausbank beantragt werden.
- ✓ **Das Land Hessen** fördert Umbauten in selbstgenutztem Wohneigentum mit 50 Prozent. Förderungsfähig sind Kosten bis 25.000 Euro je Wohneinheit.
- ✓ **Steuerlich** können behinderungsbedingte Umbauten mit derzeit 6.000 Euro abgesetzt werden. *Gratza*

Wie Ältere in Zukunft wohnen wollen



Keine Grenzen gibt es hier zwischen Zimmer und Balkon. Foto: picture-alliance/dpa

Die groß angelegte Umfrage der Stadt zeigt, wo es künftig in Sachen Wohnen im Alter lang gehen soll.

Ins Altersheim will eigentlich keiner. Das ist das wenig überraschende Ergebnis der aktuellen Bedarfsanalyse der Stadt Frankfurt. Aber auch eine Wohngemeinschaft, wie sie immer wieder in Medien als Modell fürs Alter vorgestellt wird, findet bei den rund 5.000 befragten Frankfurtern über 50 wenig Zustimmung. Am ehesten können sich diejenigen mit einem hohen Berufsabschluss vorstellen, später einmal in eine Alters-WG zu ziehen. Vermutlich, weil sie als Student oder Berufsanfänger bereits eine Zeit lang mit Anderen zusammen gewohnt haben. Aber das sind immer noch die Wenigsten.

Optimal wäre für die Meisten eine altersgerechte, kleine Wohnung, die wenig Miete kostet. Die sollte möglichst im selben Stadtteil liegen, in dem sie jetzt schon wohnen. Am häufigsten wünschen sich die befragten Frankfurter dann eine altersgerechte Ausstattung des Badezimmers. Ideal und schön wäre auch ein Balkon oder eine Loggia. Das wünschen sich alle Befragten, egal ob sie derzeit zur Miete wohnen, eine meist große Eigentumswohnung gekauft haben oder vielleicht sogar im eigenen Reihenhäuschen leben. Die Miete sollte später um durchschnittlich 17 Prozent günstiger sein als heute.

Eierlegende Wollmilchsau

Prima, könnte man jetzt sagen. Das wollen alle. Aber die eierlegende Wollmilchsau gibt es heute schon nicht. Die Realität sieht anders aus. Auch das hat die Bedarfsanalyse gezeigt: Viele Wohnungen, in denen die Befragten heute leben, sind eher groß und nur 16 Prozent davon sind seniorengerecht ausgestattet. Der Wohnungsmarkt ist nun mal sehr gemischt und folgt hauptsächlich den Gesetzen der Marktwirtschaft.

Die Stadt Frankfurt kann auf den Markt für günstige Wohnungen nur indirekt Einfluss nehmen. Der Bedarf an kleinen, günstigen Wohnungen ist bereits heute hoch. Derzeit leben in Frankfurt 110.000 Menschen, die 65 Jahre und älter sind. 7.000 davon werden mit der so genannten Grundsicherung unterstützt, weil ihre Rente und andere Einkünfte nicht ausreichen. Vergangenes Jahr förderte die Stadt den Bau und die Modernisierung von etwas mehr als 30.500 Wohnungen. Sie erwirbt Belegrechte an Wohnungen, die dann mit einem Wohnberechtigungsschein gemietet werden können. Den bekommen alle, die bis zu 13.000 Euro Einkommen im Jahr haben.

Das Sozialdezernat kann zwar keine weiteren günstigen Wohnungen herbeizaubern. Dennoch lasse sich mit den durch die Bedarfsanalyse erhaltenen Daten etwas bewegen. „Durch die genauen Angaben, die uns jetzt vorliegen, können wir zielgerichteter vorgehen“, ist sich die Pressereferentin im Sozialdezernat, Manuela Skotnik, sicher.

Barrierefreiheit wird gefördert

In einem ersten Schritt habe Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld in Gesprächen mit dem Leiter des Planungs- und Wohnungsdezernats, Edwin Schwarz, erreicht, dass in den städtischen Programmen zur Wohnungsbauförderung die Barrierefreiheit einen größeren Stellenwert bekommt. „Es gibt jetzt höhere Fördersummen, wenn jemand barrierefrei baut oder umbaut“, sagt Skotnik.

Wer sich für eines dieser Förderprogramme bewirbt und alle Bedingungen erfüllt, bekommt von der Stadt ein zinsgünstiges Darlehen. „In der Regel sind die ersten zehn Jahre zinsfrei, danach beträgt der Satz 0,5 Prozent“, erklärt Pressereferent Mark Gellert vom Planungs- und Wohnungsdezernat die günstigen Konditionen. Das Amt habe die Richtlinien um den Passus der Barrierefreiheit ergänzt. Die Förderprogramme betreffen Sozial- und Mietwohnungen, Modernisierungen von Altbauten, Eigentumswohnungen und Häuser. „Damit sind alle Wohnformen abgedeckt“, sagt Gellert.

Zudem drang die Sozialdezernentin in Gesprächen mit Frank Junker, dem Geschäftsführer der größten Frankfurter Wohnungsbaugesellschaft, der ABG Holding, darauf, bei Neubauten noch konsequenter auf Barrierefreiheit zu

Barrierefreie Bäder wie hier in einer Seniorenwohnanlage sind für alle angenehm. Foto: Rohnke

achten. In Abstimmung mit der Behindertenbeauftragten der Stadt Frankfurt hat die ABG Holding inzwischen eine freiwillige Selbstverpflichtung beschlossen. Zu den ab sofort geltenden Wohnstandards gehören beispielsweise ausreichend breite Hausflure mit einem Wendekreis von 1,50 Metern, damit Rollatoren und Rollstühle gut durchkommen. Zudem würden künftig Treppenhäuser so gebaut, dass Lifte und Rampen einfach nachgerüstet werden könnten. Die AGB Holding verwaltet rund 50.000 Wohnungen, 20.000 davon sind Sozialwohnungen.

Gute Mischung aushandeln

Durch die genaue Bedarfsanalyse des Sozialdezernats sei zwar klar, in welchem Stadtteil wie viele Senioren wohnen, die eine günstige Wohnung bräuchten, „aber die Analyse lässt sich von uns nicht eins zu eins umsetzen“, sagt Gellert vom Wohnungsdezernat. „Wir versuchen aber eine gute Mischung hinzukriegen, indem wir die Belegrechte im Stadtgebiet verteilen.“ Mit den Wohnungsbaugesellschaften lasse sich beispielsweise ein Tausch aushandeln. Für einen Neubau würden dann zum Beispiel alle Wohnungen gefördert, aber nur die Hälfte an sozial Bedürftige vermietet. „Für die andere Hälfte bekommen wir woanders Belegrechte“, erklärt Gellert. Und wo genau, dafür biete die Bedarfsanalyse tatsächlich eine gute Datenlage.

Bei allem Einfluss der Stadt müsse aber auch ein Umdenken bei den Menschen selbst stattfinden, ist sich Pressereferentin Skotnik sicher. „Jeder sollte sich rechtzeitig darum kümmern, was es für Möglichkeiten gibt und früh ausloten, wie das Wohnen im Alter aussehen könnte.“ Auch Mieter könnten durchaus früh Initiativen ergreifen, sich an Wohnberatungsstellen wenden und Veränderungen mit ihrem Vermieter abstimmen. *Nicole Galliwoda*

Anzeige

Das kleinste Hörgerät der Welt.

Manchmal geht es ganz einfach

Bei der VdK-Beratungsstelle kann man technische Hilfsmittel anschauen und ausprobieren

Eine ausziehbare Fläche unter der Mikrowelle erleichtert das Kochen wesentlich. Foto: Oeser

Eine Mikrowelle ist hilfreich. Schnell ist eine Mahlzeit ohne viel Aufwand warm gemacht. Doch manchmal ist es gar nicht so einfach, den Topf aus dem Gerät herauszuholen. Und nicht nur Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind, klagen darüber, wie leicht Teller oder Schüsseln aus der Hand fallen können. Dabei wäre es so einfach: Eine Platte direkt unter der Tür der Geräts, auf die man das Behältnis schieben kann – und schon kann man es einfach greifen und wegtragen.

So was gibt's nicht? Doch: bei Ursula Blaschke, in den „Katakomben" der Fachhochschule Frankfurt am Main. Ein wenig versteckt im Keller kann man dort vieles anschauen, anfassen und ausprobieren, was das Leben leichter macht, wenn die Hände oder Füße nicht mehr so richtig wollen.

Ob Badewannenlifter oder Besteck für von Gichtknoten geplagte Hände, ob superleichter Rollator, der mit einer Hand zusammenklappbar ist (und den leider die Kassen nicht bezahlen), oder eine Rampe zur Überwindung von Türschwellen: Auch für den nicht beeinträchtigten Menschen gibt es einiges, das ihn begeistert. So etwa die Teekanne, die durch ihren konvex gewölbten Boden das Einschenken ohne Anheben leicht macht. Die orangerote Farbe und das beschwingte Design machen die Kanne zu einem Hingucker.

Jeder kann kommen

Zu Ursula Blaschke kann man kommen und sich beraten lassen: zum Umbau der Wohnung, zu Hilfsmitteln und Fragen der finanziellen Zuschüsse. „Jeder kann kommen", betont sie, egal ob Mitglied im VdK, der diese Beratungsstelle und die Hilfsmittelausstellung betreibt, oder nicht. Nur anmelden muss man sich. Denn Ursula Blaschke ist viel unterwegs. Sie zeigt interessierten Personen die Ausstellung und probiert mit ihnen Hilfsmittel aus. Sie macht sich aber auch mit ihren großen Alukoffern, in denen viele der kleineren Hilfsmittel verpackt sind, auf den Weg, um in Kirchengemeinden und Selbsthilfegruppen oder bei Veranstaltungen zu beraten und Vorträge zu halten.

Was ihr auch wichtig ist: Nicht immer müssen diese Hilfsmittel teuer sein. Manches lässt sich mit einfachen Mitteln selbst bewerkstelligen. So etwa, wenn der Griff an der Badewanne zu rutschig ist. Dann kann ein Plastikrohr aus dem Baumarkt, in dem sonst Kabel verlegt werden, schon helfen: einfach längs aufschneiden und um den Haltegriff legen. Für Menschen, die eine bettlägerige Person pflegen, kann zum Beispiel ein stabiler Müllsack sehr hilfreich sein. Einfach an der Grundfläche aufschneiden, so dass eine Art „Röhre" entsteht. Nun kann man ihn zum „Wenden" des Patienten benutzen. Eine teure Wendematte braucht es dann nicht.

Nicht zu allen Hilfsmitteln, die angeboten werden, kann die gelernte Altenpflegerin und Betriebswirtin zuraten.

Es gibt zahlreiche Hilfsmittel, die den Alltag leichter machen. Foto: Oeser

So warnt sie dringend davor, Holzklötze zur Möbelerhöhung einfach unter Schränke oder Betten zu stellen. „Zum Ausprobieren, ob die Höhe stimmt, sind sie gut", weiß sie. Für den „Dauerbetrieb" jedoch müssten solche Erhöhungen auf jeden Fall fest am Möbelstück verankert werden – am besten von einem Fachmann.

In der Ausstellung kann man auch größere Umbauten und Möbelstücke anschauen, die das selbstständige Leben länger möglich machen. Höhenverstellbare Arbeitsflächen für die Küche, ein Kühlschrank mit Schubladen, ein Paternosterschrank (siehe Artikel Seite 11) oder Pflegebetten mit Aufstehhilfe gehören ebenso dazu wie fest installierbare, aber auch mobile, einfach zu verlegende Rampen für Türschwellen.

Sind solche Hilfsmittel nicht enorm teuer? Was zahlt welche Kasse dazu? Wie muss ich Hilfen beantragen und was muss ich tun, wenn der Zuschuss abgelehnt wird? Ursula Blaschke hat in ihrem Büro Listen, in denen Hersteller und Preise der Hilfsmittel verzeichnet sind. Sie recherchiert auch, wenn jemand ein besonderes Hilfsmittel sucht und dieses noch nicht in ihrem Fundus vorhanden ist.

Des Öfteren kommen übrigens Studenten der Pflegewissenschaften an der Fachhochschule zum Praktikum zu ihr. Studenten haben auch eine Modellwohnung für einen Menschen mit Behinderung entworfen. Ein Schreiner hat das „Puppenhaus" gebaut. Und bei Ursula Blaschke kann es besichtigt werden.

Lieselotte Wendl

Sozialverband VdK Hessen-Thüringen, Beratungsstelle für technische Hilfsmittel und Wohnraumanpassung, Fachhochschule Frankfurt am Main, Nibelungenplatz 1, 60318 Frankfurt, Telefon 0 69 / 15 33 26 04.
Weitere Anlaufstellen sind in der Broschüre „Wohnberatung", erhältlich beim Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 0 69 / 2 12 - 7 06 76.

Anzeige

Und was machen wir morgen?

Die neuen Programme sind da!

Das neue Programm 50+ und das Ausflugsprogramm gibt es jetzt in unseren über 80 Treffpunkten und Begegnungszentren und im Internet unter www.frankfurter-verband.de

FRANKFURTER VERBAND

Leichter den Alltag meistern

Neue Produkte für Senioren

Im Alter wird vieles beschwerlicher: Das Lesen, das Bedienen von Telefonen und Computern, das Aufstehen, Fortbewegen, ja selbst das Ein- und Aussteigen aus dem Auto. Gut, dass es stets neue kleine Helfer gibt, die den Alltag erleichtern.

Wie den Handybar, eine Ein- und Ausstiegshilfe fürs Auto. Der stabile Metallgriff wird in den U-förmigen Verriegelungsbügel gesteckt, der sich am Fahrzeug dort befindet, wo die Tür einrastet und dient Fahrern wie Beifahrern als Stütze (Weileder Tech GmbH, 29,95 Euro). Bequem von Tür zu Tür gelangen Senioren mit dem Free Spirit Aluminium Rollator. Die Gehhilfe wiegt mit ihren sieben Kilo nur halb so viel wie herkömmliche Rollatoren, ist zusammenklappbar und besitzt einen abnehmbaren Rückengurt, an dem man sich anlehnen kann, wenn die Beine wehtun (alle Seniorenshops, 149 Euro).

Auch zuhause tragen Alltagshilfen entscheidend zur Lebensqualität bei. Wer Probleme hat, aus dem Bett oder dem Sessel aufzustehen, kann mit vorgefertigten Holzklötzen, die unbedingt fest verankert sein sollten, das Möbelstück erhöhen (alle Seniorenshops, vier Stück für 45 Euro, siehe hierzu auch Artikel auf Seite 8). Der mobile Hebesitz indes verwandelt jeden Stuhl zu einem automatischen Aufstehstuhl. Er kann mit seiner Spezialfeder bis zu 80 Prozent des Körpergewichts anheben, kommt aber mit 195 Euro pro Stück (Senio) wohl nur für den Lieblingsstuhl in Frage.

Hilfe für schwache Augen

Wenn die Sehkraft nachlässt, reicht die gemütliche Stehlampe am Abend nicht mehr aus, um Bücher zu lesen und Kreuzworträtsel zu lösen. Lupen mit LED-Licht vergrößern die Schrift und schärfen die Kontraste. Die Rätsellupe „scribolux“ bietet zudem genug Platz, um darunter einen Stift zu benutzen oder sich die Fingernägel zu feilen (senio, 105 Euro).

Wer mobil unterwegs ist, freut sich über kleine Hilfen wie die Einstiegshilfe ins Auto… … oder einen Schirm am Rollator. Fotos (2): Weileder Tech

Für Menschen, denen es am PC schwer fällt, die Schrift zu entziffern oder mit Maus und Tastatur umzugehen, können Computer mit einem Touch-Screen-Display hilfreich sein. Wie der neue PC BEN, der den Einstieg ins Internet ermöglicht – auch ohne Computerkenntnisse. Das Gerät lässt sich mit dem Finger auf einem großen Bildschirm bedienen, hat große Symbole und vergrößerbare Schriften. Funktionen wie E-Mail, Video, Telefon, Zugang zu Zeitungen, Bahn, Post und Spiele sind übersichtlich und auf einen Blick dargestellt (Software4G, 1.099 Euro). Anschließen kann man den Computer sowie alle anderen elektronischen Geräte jetzt mit dem sehr flachen Steckermodul Evoline plug. Es passt hinter jeden Schrank und ist durch seinen langen Griff ohne Mühe wieder herausnehmbar (Senio und Conrad, 9,95 Euro).

Handy – Bedienen leicht gemacht

Stets nachgefragt von Senioren sind bedienerfreundliche Handys und Telefone. Das Großtastenhandy Easylife etwa kann einen automatischen Notruf auslösen, wenn es mal hinfällt. Drückt man die SOS Taste, schaltet das Handy in den Freisprechmodus und wählt die fünf wichtigsten Rufnummern, die man zuvor gespeichert hat (Senio, 149 Euro). Ideal für Menschen, die sich Rufnummern nicht merken können, ist das Fototastentelefon „Photophone“ mit Verstärker. Es hat neun große Direktwahltasten, in die ein Foto von den Personen eingelegt werden kann, deren Telefonnummern gespeichert sind (Senio, 69,90 Euro). An beiden Geräten ist nicht nur der Klingelton sehr laut einstellbar, sondern auch die Hörerlautstärke. So können vor allem Menschen mit Hörgeräten unbeschwert mit ihren Kindern und Enkelkindern telefonieren.

Judith Gratza

Senio Frankfurt, Berger Straße 252, Telefon 0 69/46 99 94 81. www.seniorenland.com; Katalog-Hotline 01 80-55 50 119. Weileder Tech GmbH, Telefon 0 83 62/91 93 26. Software4G, Telefon 0 62 27/51 60 00

Der Roboter sieht alles – und hilft bei Bedarf

Masterstudiengang an der FH Frankfurt bringt unterschiedliche Fachgebiete zusammen

Der große Raum hat den Charme einer Fabrikhalle. An Arbeitstischen, die entlang der Wand aufgereiht sind, stehen Rechner und Monitore. Um die Ecke wartet ein Gestell, das mit Kameras in alle Richtungen schaut. Die Linsen scheinen darauf aus, jemanden auszuspähen. Zumindest kommt es dem ungeschulten Betrachter so vor. An die Pflege von Senioren oder die Betreuung verwirrter alter Menschen denkt man da zunächst nicht.

Und doch geht es genau darum in diesem Labor im Lehrsaalgebäude der

Fachhochschule Frankfurt am Main. Das Gestell mit den Kameras etwa soll dazu dienen, auf alleinlebende alte Menschen aufzupassen. Es soll erkennen, wenn sie stürzen und nicht mehr alleine auf die Beine kommen. Das kamerabestückte Gerät soll sogar Hilfe herbeirufen können. Langfristig soll das Techno-Wesen zudem lernen, Gesichtsausdrücke zu erkennen, etwa Angst.

Allerdings sagt Abdelhak Laghzaoui: „Die alten Menschen sollen sich auf keinen Fall beobachtet oder überwacht fühlen." Der 32-Jährige studiert „intelligente Systeme". Er hat zusammen mit seinem Kommilitonen Idriss Benzakour den Roboter entwickelt. Die beiden jungen Männer haben sich dabei auch Gedanken darüber gemacht, wie ein alter Mensch auf diesen elektronischen Helfer reagiert.

Man müsse nämlich unterscheiden, ob es sich um einen demenzkranken Menschen handelt, oder jemanden, der geistig klar ist, meint Prof. Doris Bredthauer. Einem Demenzkranken könnten die gläsernen Augen und ein sich selbst bewegendes elektronisches Artefakt Angst einjagen. „Da sollte das Gerät besser verkleidet oder umbaut werden", meint sie. Bei Menschen ohne Demenzerkrankung dagegen wäre es besser, die Technik offen zu zeigen, damit kein Misstrauen entstehen kann.

Nach einem qualifizierten Abschluss in der Fachrichtung Informatik/Ingenieurwissenschaften arbeiten die beiden Studenten nun auf einen Masterabschluss hin. Das Besondere dieses interdisziplinären Studienganges „Barrierefreie Systeme" (BaSys) ist, dass in einem Drittel der zweijährigen Masterstudienzeit Studenten der drei Fachrichtungen Informatik/Ingenieurwissenschaften, Architektur sowie Pflege- und Sozialwissenschaften zusammengebracht werden.

Technik kann Wünsche erfüllen

Denn Technik und Pflege haben durchaus etwas miteinander zu tun, etwa, wenn die Pflegewissenschaftler lernen, ihre Bedürfnisse sehr genau zu formulieren. Statt technische Hilfen zu entwickeln, nur weil sie machbar sind, können die Ingenieure und Architekten daran arbeiten, die Wünsche von Behinderten oder Kranken zu erfüllen.

Idriss Benzakour (stehend) und Abdelhak Laghzaoui entwickeln „intelligente Systeme", die das Leben leichter machen sollen.
Foto: Wendl

Beispiel: Eine kleinwüchsige Frau wünscht sich eine Vorrichtung, die ihr ermöglicht, die Nudeln abzugießen. Weil ihre Arme kürzer sind als die anderer Menschen, kann sie einen großen Topf nicht gefahrlos mit zwei Händen fassen. Für sie wurde eine Kippvorrichtung geschaffen, die den Topf am Boden mit einem Elektromagneten festhält.

Ein anderes Beispiel sind Paternosterschränke, die das jeweils benötigte Fach immer auf Augenhöhe des Benutzers heranfahren können, egal, ob dieser etwa im Rollstuhl sitzt oder die Arme nicht hochheben kann.

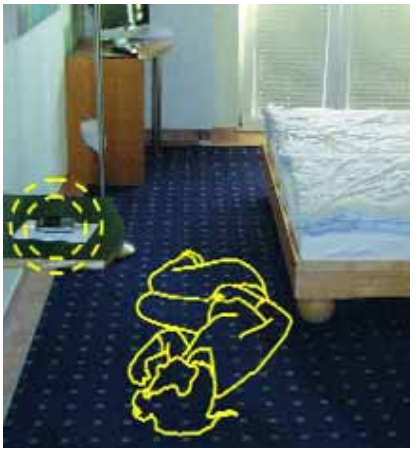
„Es geht nicht darum, menschliche Zuwendung und Pflege durch Technik zu ersetzen", versichert die Gerontopsychiaterin Bredthauer. Vielmehr könnten durch intelligente technische Lösungen pflegebedürftige Menschen in ihrem Wunsch unterstützt werden, weitgehend selbstständig zu leben.

Auch der intelligente Fußboden ist so ein Hilfsmittel. Er kann erkennen, wenn etwas hingefallen ist. Konnte er zunächst nur fühlen, wenn eine „Masse" am Boden lag, so hat er inzwischen gelernt, anhand der Umrisse etwa einen gestürzten Menschen von einem umgefallenen Schrank zu unterscheiden.

„Technik für den Menschen ist eine extreme Herausforderung", sagt Prof. Gerd Döben-Henisch, Mitbegründer von BaSys vor fünf Jahren und für den Bereich der Technik zuständig. Intelligente Software sei noch viel zu selten. „Es gibt da immer noch psychologische Barrieren, auch bei den Technikern", weiß er.

Auf Seiten der Pflege dagegen vermisst Bredthauer die Visionäre. „Viele haben zwar eine Vorstellung von der gewünschten Lösung. Doch weil sie sie für utopisch halten, artikulieren sie ihre Bedürfnisse erst gar nicht", so ihre Erfahrung.

Die interdisziplinäre Projektschiene macht immerhin ein Drittel des Studienganges aus. Entstehen können daraus neue Berufsfelder. Und so haben letztlich alle etwas davon: die alten und die Menschen mit einer Behinderung, denen das selbstständige Leben erleichtert wird, und die jungen Menschen, die sich im Arbeitsmarkt neue Aufgaben erschließen können. *Lieselotte Wendl*



Der Teppich soll am Sturzmuster „erkennen", ob ein Mensch aus dem Bett gestürzt oder etwa ein Stuhl umgefallen ist.
Foto: Future-Shape GmbH

Sensoren für Senioren

Die intelligente Wohnung von morgen testen Wissenschaftler heute schon in Musterhäusern des Fraunhofer In-Haus-Zentrums in Duisburg

Ein Fingerschnipp genügt, schon geht das Licht an. Mit einer einfachen Handbewegung schaltet sich der Fernseher ein. Und wer das Haus verlässt, schiebt einfach eine Chipkarte über den Tisch und knipst damit alle technischen Geräte aus. Die Heizung wechselt automatisch in den reduzierten Betrieb. Komfortabel, was? Wie, das geht bei Ihnen zu Hause nicht? Dann warten Sie erst mal ab, was das Fraunhofer In-Haus-Zentrum noch so zu bieten hat.

Denn in dem Forschungs- und Entwicklungszentrum in Duisburg testen Wissenschaftler noch ganz andere technische Raffinessen, damit das Wohnen im Alter leichter und sicherer funktioniert. Vor verwirrenden Bedienfunktionen muss aber keiner kapitulieren. Intelligente Haustechnik ermöglicht die Steuerung vieler unterschiedlicher Technikeinrichtungen wie Licht, Heizung, Schließanlage, Fernsehen mit einem durchdachten Konzept und einem leicht verständlichen Bediengerät kurz PDA, persönlicher digitaler Assistent.

Bedienung per Fernseher

Die Bedienung kann auch über den Fernseher erfolgen. Bewohner können beispielsweise bestimmte Szenarien definieren, also selbst entscheiden, was bei welchem Stichwort passieren soll. Eine Chipkarte aktiviert ein Bündel von Einstellungen. So gehen etwa bei „Schlafen“ alle Lichter aus, die Türe schließt ab und die Rollläden gehen herunter. Diese Szenarienkarten werden einfach über ein entsprechendes Lesegerät gezogen und schon stellt sich die gesamte Raumsituation auf dieses Szenario ein. Der Airbag für die Wohnung sozusagen.

Ein vernetzter Bewegungsmelder im Schlafzimmer kann vor Stürzen schützen. Er registriert, wenn nachts jemand aufsteht und schaltet Orientierungslichter zur Toilette ein. Druckempfindliche vernetzte Bodenmatten erkennen an mehreren Punkten, dass eine Person länger als normal dort liegt und etwa aus dem Bett gefallen ist. Vernetzte Bewegungssensoren in den Wohnräumen funktionieren wie ein intelligentes Management-Gerät in der Elektroverteilung und rufen automatisch Hilfe herbei, entweder jemanden, der im System als Ansprechpartner hinterlegt ist oder einen mobilen Hilfsservice wie das Rote Kreuz.

Auch vernetzte Rauchmelder können Leben retten. Wenn es brennt, erfolgt gleich ein Anruf bei der Feuerwehr. Orientierungslichter für die Flucht schalten sich an und gefährliche Geräte, wie Herd oder Bügeleisen, ab. Im Fraunhofer Smart Home erkennen Sensoren zudem ein Gas- oder Wasserleck, melden den Notfall und schalten automatisch die entsprechenden Hauptanschlüsse ab. Sensoren an der Haustür und an Fenstern registrieren in Kombination mit Bewegungsmeldern einen Einbruch und melden das mit einem stillen Alarm an einen Sicherheits-Dienstleister.

Dabei kostet intelligente Haustechnik kein Vermögen. Für eine solide Grundausstattung in einem normalen Einfamilienhaus muss man zirca 5.000 Euro inklusive Planung und Einbau investieren.

Sprechender Badspiegel

Andere Systeme erleichtern es, mit chronischen Krankheiten zu leben. So gibt es für Diabetiker beispielsweise Toiletten, die den Blutzucker im Urin automatisch analysieren. Moderne Internet-Technologie erlaubt es heute schon, leicht Kontakt zu Freunden oder der Familie auch über große Distanzen zu halten.

Wer krank ist oder längere Zeit im Bett liegen muss, kann künftig auch per Computer mit seinem Hausarzt sprechen. In der virtuellen Sprechstunde können parallel einfache Daten wie Körpertemperatur, Puls und Blutdruck übertragen werden. Ein derartiger Dienst kann kombiniert werden mit einem Lieferservice für Medikamente inklusive einer Einnahme-Erinnerung und Kontrolle, um die Wirksamkeit von Medikamenten zu überprüfen.

Speziell für Demenzkranke hat das Fraunhofer Institut einen intelligenten Badspiegel entwickelt, der mit Hilfe leuchtender Piktogramme an alle nötigen Waschangelegenheiten erinnert und wahlweise auch sprechen kann.

Manche Extras im Duisburger Modellprojekt sollen das Pflegepersonal unterstützen, beispielsweise bei der Dokumentation im In-Haus 2 der Fraunhofer-Gesellschaft. In einer „Health- and Senior-Care“-Station haben die Forscher sechs Pflegeheimzimmer und sechs Klinikräume eingerichtet. In einem Heim mit 25 Bewohnern müssen Pfleger im Verlauf von 24 Sunden mehr als 800 Daten notieren. Alles, was sie überprüfen – also Fieber, Blutdruck und ob der Bewohner sich die Zähne geputzt hat – schreiben sie auf. Das kostet Zeit, die an anderer Stelle fehlt. Die Dokumentation ist wichtig, um sich abzusichern, falls es dem Bewohner schlechter geht. In der Duisburger Musterklinik hängen dafür Flachbildschirme im Flur. Mit einem Klick können die Betreuer dort die Leistungen gleich für mehrere Patienten auf einmal markieren. Das geht viel schneller, als alles aufzuschreiben. Und Zeit für ein aufmunterndes Gespräch ist dann vielleicht eher übrig. *Nicole Galliwoda*

Anzeige

Kurzinformationen

Pflegestützpunkt wird eingerichtet

Im Frühjahr 2011 wird im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, ein Pflegestützpunkt eröffnet. Es handelt sich um eine örtliche Anlaufstelle für Pflegebedürftige und deren Angehörige. Der Pflegestützpunkt in Frankfurt am Main wird eine zentrale Lotsenfunktion haben und die Ratsuchenden an das bereits bestehende und gut etablierte Beratungs- und Vermittlungssystem heranführen.

Grundlage für die Errichtung des Pflegestützpunktes in Frankfurt ist das Pflege-Weiterentwicklungsgesetz. Für die Arbeit und Finanzierung der Pflegestützpunkte in Hessen ist ein am 1. Mai 2009 zwischen den Landesverbänden der Pflege- und Krankenkassen sowie den Kommunalen Spitzenverbänden abgeschlossener Rahmenvertrag verbindlich. Die Vorgabe des Landes Hessen ist, dass in jedem Landkreis und jeder kreisfreien Stadt mindestens ein solcher Beratungspunkt vorhanden sein soll. *red*

Reiseleiter gesucht

Der Frankfurter Caritasverband sucht zur Begleitung seiner Seniorenerholungen noch ehrenamtliche Begleiter. Gefragt sind Menschen, die auf die Bedürfnisse von Senioren eingehen können und bereit sind, 14 Tage oder drei Wochen mit einer Gruppe unterwegs zu sein. Aufgeschlossene, freundliche und hilfsbereite Kommunikation, aber auch klares und unmissverständliches Auftreten sind notwendig. Ansprechpartner ist Hans-Peter Schenkel, Telefon 0 69/59 79 20 59. *red*

Kostenlose Schuldnerberatung

Der Ortsverein Bockenheim der Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Frankfurt hat eine kostenlose Schuldnerberatung ins Leben gerufen. Sie steht allen Frankfurter Bürgern zur Verfügung, die Hilfe bei der Bewältigung finanzieller und rechtlicher Schwierigkeiten benötigen. Die Beratungsgespräche durch eine Schuldnerberaterin und einen Rechtsanwalt finden nach Vereinbarung an jedem ersten Montag eines Monats in der Zeit von 14 bis 18 Uhr im Bürgertreff Bockenheim, Schwälmerstraße 28, Clubraum 4, statt. Telefon 0 69/70 27 88. *red*

Anzeige

Rätselauflösung

Schwedenrätsel

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

Sudoku

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

Lohnsteuerhilfe Bayern e.V. informiert:

Kompliziertes Steuerrecht für Rentner

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

Kleine Unachtsamkeiten kosten Geld

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

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

Anzeige

Alle Leistungen erfolgen im Rahmen des § 4 Nr. 11 StberG und sind dabei durch einen jährlichen Mitgliedsbeitrag abgegolten, der sich nach dem Einkommen richtet und bei 52 Euro im Jahr beginnt.

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

Mausgrau, aschgrau, staubgrau?

Der Gemeinschaftsraum im Altenzentrum Versorgungshaus und Wiesenhüttenstift ist farbenfroh gestaltet. Foto: Glinski-Krause

Im Film „Ödipussi“ aus dem Jahre 1988 versucht eine Farbpsychologin, gespielt von der unvergessenen Evelyn Hamann, einem älteren Ehepaar bunte und frische Farben für die Wohnungsgestaltung zu empfehlen. Der auch anwesende Polsterstoffvertreter, verkörpert von Loriot, präsentiert den Eheleuten 28 verschiedene Grautöne für den neuen Sofabezug. Schlussendlich meint das Paar: „Wir nehmen das Aschgrau.“

Wer seine eigenen vier Wände neu gestaltet, sollte mit Farben nicht geizen, aber auch in sich gehen und fragen, welche Farbtöne er wirklich liebt und bevorzugt. Farben senden Schwingungen aus, die auf den Organismus sehr unterschiedlich einwirken. Sie können mit individuellen Erlebnissen und kulturellen Prägungen verbunden sein. Das Wohlbefinden, egal ob bei Jung oder Alt, hängt wesentlich davon ab, dass die häusliche Umgebung Gefühle des Daheim- und Geborgenseins erzeugt, um Lebensqualität zu stärken in einem Heute, das die Menschen durch Informationsüberflutung und Zeitdruck oft überfordert.

Von Desorientierten lernen

Überfordert fühlen sich auch Menschen, die sich im Alter nicht mehr orientieren können, weil sie zum Beispiel eine Demenz haben. Sie sind aufgrund ihrer nachlassenden Hirnleistungen verunsichert und besonders darauf angewiesen, dass ihr Gefühlsleben und ihr psychisches Gleichgewicht durch äußere Anreize gestützt werden.

Wohngestaltungskonzept

„Gerade dieser Personenkreis ist sehr sensibel für Stimmungen und reagiert auf die Atmosphäre, die durch Raum-, Farb- und Lichtverhältnisse transportiert wird, sehr empfindsam“, so die Qualitätsbeauftragte Sophie Kleinmann, die den Wohnbereich Mozart für 19 desorientierte Menschen im Frankfurter Altenzentrum Versorgungshaus und Wiesenhüttenstift beschreibt. Wenn Farben, Licht und Raumeinrichtung in einem Gesamtkonzept zusammenspielten, trage das auch dazu bei, dass die Menschen gelassener ihren Alltag leben, selbst dann, wenn sie häufiger von Unruheattacken überfallen würden. Es habe sich erwiesen, dass zarte und warme bunte Töne beruhigender auf die Wohngruppe wirkten als grelle Rotfarbnuancen. Diese beförderten sogar eher Angst- und Stresszustände.

Was die Farbe Grau betrifft, werde diese im Haus für Rahmungen, Geländer und Fassungen eingesetzt, aber nicht ganzflächig in der Raumgestaltung.

Hingegen bevorzugten die Bewohnerinnen und Bewohner für ihre Kleidung eher Grau-, Schoko- und Beigetöne sowie gedeckte bunte Farben. Doch das Outfit habe nicht immer etwas mit dem geliebten Farbton zu tun, der auf einen Menschen positiv wirkt, sagt Kleinmann.

Farben erzeugen Gefühle und Harmonie

Großflächige Detailaufnahmen von Blüten, liebevoll abgestimmte Farbgebung von Gemeinschaftsräumen und Wohnbereichen fallen im Wiesenhüttenstift auf. Wie Beatrix Schorr, die das Haus leitet, mitteilt, soll durch das Farbraum- und Lichtkonzept erreicht werden, dass sich neben den Bewohnern auch das Personal sowie Angehörige und Besucher angesprochen fühlen.

Da Farben für das Auge durch Licht entstehen, hat man sich im Haus auch darüber Gedanken gemacht, natürliches und künstliches Licht so einzusetzen, dass möglichst klare Sichtverhältnisse hergestellt werden und wenig Schatten entsteht.

„Desorientierte Menschen, die oft schlecht sehen, reagieren auch bei Schattenbildung leicht mit Ängsten, weil sie den Schatten als solchen nicht einzuordnen wissen“, berichtet Kleinmann. Daher sei eine Beleuchtung eingeführt worden, durch die Schattenbildung weitgehend nivelliert werde. Doch wenn es beim abendlichen Beisammensein in der Wohnküche gemütlich wird, dann werde das helle Licht gedimmt, was einen besseren Übergang in die Nachtruhe ermögliche. *Beate Glinski-Krause*

Anzeige

BALLWANZ
IMMOBILIEN GMBH & CO. KG

WÄHREND SIE ENTSPANNEN, FINDEN WIR EINEN KÄUFER FÜR IHRE IMMOBILIE, GARANTIERT!

SIE MÖCHTEN IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN? WIR BERATEN SIE UNVERBINDLICH

RUFEN SIE UNS AN: 069/787030

BOCKENHEIMER LANDSTRASSE 64, 60323 FRANKFURT-WESTEND

„Ei, lasse Se mich doch e mal ausredde!"

Rolf Schmitz, ein Frankfurter Zeitzeuge, erzählt und erzählt und ...

Wenn das kein echter „Frankfurter Bub" ist: Rolf Schmitz. Foto: Oeser

Ein schönes Bild. Und ein aussagekräftiges. Da steht Rolf Schmitz auf dem Römerberg. Strahlend, mit ausgebreiteten Armen, als wolle er die ganze Stadt umarmen. Zumindest aber die Altstadt. Denn die ist sein Thema. Die kennt er in- und auswendig, mit aller Historie und allen Histörchen. Nicht umsonst gilt er als eines der letzten Frankfurter Originale. Bekannt wie ein bunter Hund, das „Klaa Rölfche", wie ihn viele liebevoll nennen, bestens vertraut mit allen Medien von Presse, Funk und Fernsehen. Und „dene Reporter" erzählt er gern, mit leuchtenden Augen und temperamentvollen Gesten, wie's früher war, bevor die Kriegsbomben das alte Frankfurt in Schutt und Asche legten.

Rede in der Paulskirche

Doch er ist nicht nur ein Original, sondern ebenso ein wichtiger Zeitzeuge, einer, der seine eigenen Traumata aus der schlimmen Zeit von Hunger und Zerstörung in Wort und Schrift verarbeitet hat. Der unermüdlich für den Wiederaufbau seiner geliebten Stadt kämpfte und dafür eintritt, dass die Erinnerung an einst nicht vergeht. Der auch mal kräftig wettern kann, wenn er an Bausünden der Nachkriegsjahre denkt. Krönung dieses fast lebenslangen Einsatzes bildete 2009, dem Jahr seines 80. Geburtstags, für ihn die Gelegenheit, in der Paulskirche eine Rede zum 22. März, dem Tag des verheerenden Bombenangriffs auf Frankfurt, zu halten.

Jahrzehnte zuvor, 1943, war „Klaa Rölfche" an eben diesem Ort konfirmiert worden. Als einer der letzten Konfirmanden stieg er damals die Außentreppe hinunter. Bald darauf lag auch die Paulskirche in Trümmern.

Ein echter Sachsenhäuser

Geboren allerdings wurde Rolf Schmitz in Sachsenhausen. Denn sein Opa hatte darauf bestanden, dass der Enkel ein echter Sachsenhäuser sein sollte und ließ sich die Entbindung der Mutter im Privatkrankenhaus dort die für damals erhebliche Summe von 80 Mark kosten. Heute wohnen die Schmitz schon seit Jahrzehnten wieder „dribbdebach".

Spontaner Heiratsantrag

Im Schatten des Doms, am Platz des heutigen Archäologischen Gartens, verlebte Klaa Rölfche seine Kindheit und die ersten Jahre seiner jungen Ehe. Ach ja, die Ehe, das ist auch wieder so eine typische „Schmitz-Geschichte", die er schmunzelnd erzählt, während seine Frau Margarete den Gast freundlich mit frischen Waffeln und köstlicher, selbst gemachter Marmelade versorgt. Als der junge Mann damals einmal am Main spazieren ging, entdeckte er auf einer Bank ein hübsches, schwarzhaariges, junges Mädchen. „Sie hat gestrickt, und ich hab' sie angeschaut, die Proportionen und so" und dann gefragt, ob er sich dazu setzen dürfe. Er durfte, und nach ein paar Minuten sagte er: „Fräulein, ich werde Sie heiraten." Das zunächst wohl etwas verblüffte „Fräulein" sagte nicht nein, und am 5. August 1954 feierten die beiden Hochzeit. Wenn das nicht Liebe auf den ersten Blick ist!

Beste Kritikerin

Und sie hat gehalten bis heute, nunmehr 56 Jahre lang in schönen und in schweren Zeiten. Beide erzählen voller Stolz von ihren Kindern und Enkeln und den herzlichen Beziehungen zu ihnen.

„Meine Frau ist meine größte Kritikerin"

Als seinerzeit ein Schlaganfall Rolf Schmitz in ein frühes Rentenalter zwang, half ihm vor allem seine Frau, wieder Tritt zu fassen. Auch für sein vielfältiges Engagement bringt sie viel Verständnis auf und hilft ihm jederzeit. „Meine Frau ist meine größte Kritikerin", meint Rolf Schmitz, nachdem er vor rund 15 Jahren begann, Vorträge zu halten und Kurzgeschichten zu schreiben. Als er einmal die ersten zehn Seiten einer Weihnachtsgeschichte geschrieben hatte, zerriss sie kurzerhand die ersten sieben davon. Er musste sie neu schreiben, aber dann wurde ein Bestseller daraus.

Großes Privatarchiv

Milde lächelt sie auch, wenn man den übersprudelnden Redestrom ihres Mannes mal mit einer Frage unterbricht und sich ein „Ei lasse Se mich doch e mal ausredde" einhandelt.

Es würde viel zu weit führen, wollte man alle Aktivitäten des rührigen Frankfurt-Liebhabers aufzählen. Man kann sie nachlesen in einem ordentlich geführten Archiv, in dem sich Zeitungsartikel, ein Geburtstagsbrief von Oberbürgermeisterin Petra Roth und viele Fotos finden. Ein Bild auch vom großen NS-Gemälde „Der unbekannte Pimpf", für das er als Elfjähriger Modell stand und das sich heute als Kriegsbeute irgendwo in den USA befinden soll. Demnächst soll übrigens auch seine Lebensgeschichte in Buchform erscheinen.

Eigentlich hatte der gelernte Autoschlosser ja Volksschauspieler werden wollen. Das Talent dazu war sicherlich vorhanden, und schon als Sechsjähriger stand er im „Urfaust" bei den Römerbergspielen als Statist auf der Bühne.

Bis heute macht ihn dieses Talent zum lebendigen Erzähler bei Vorträgen, in Filmdokumentationen, Seminaren und bei Stadtführungen. Man hört ihm gern zu und lässt ihn gern „auch e mal ausredde".

Lore Kämper

Mit Bus und Schiff unterwegs

vom 16. Mai bis 2. September 2011

Endlich ist es wieder soweit. Für die Tagesausflüge konnten erneut zwei interessante Reiseziele gefunden werden. So können wiederum zirka 3.000 Frankfurter Bürgerinnen und Bürger mit 64 Reisebussen in netter Gesellschaft unterwegs sein.

▶ 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 Erholungsurlauben 2011 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 vergangenen 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 sich für eine Teilnehmerkarte vormerken lassen möchte, muss sich bei dem je nach Stadtbezirk zuständigen SBV (siehe Liste unten) **telefonisch bis spätestens 4. Februar 2011** anmelden. Da es für jeden Stadtbezirk nur eine begrenzte Anzahl von Karten gibt, wird die Vormerkung nur unter Vorbehalt entgegengenommen.

Der Eigenanteil der Karte für beide Touren beträgt 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 Bessenbach im Spessart

In der Zeit vom 16. Mai bis 2. September startet der Reisebus werktags um 8.15 Uhr von der Abfahrtsstelle im jeweiligen Stadtteil nach Aschaffenburg am Main. Hier gibt es Gelegenheit zu einem Altstadtbummel.

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. 01 79/6 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) Thomas Giertz, Tel. 70 66 56	**Gallus** (152, 153, 154) Hans-Jürgen Möller, Tel. 73 64 26	**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) Gerda Meergans, Tel. 51 93 13	**Nieder-Erlenbach** (640) Barbara Libbach, Tel. 0 61 01/59 70 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

Im „Waldmichelbacher Hof" in Bessenbach lässt es sich gut einkehren. Foto: privat

Anschließend werden die Ausflügler zum Mittagessen im Landgasthaus „Waldmichelbacher Hof" in Bessenbach erwartet. Danach kann vor Ort die Umgebung erkundet und die ländliche Idylle genossen werden. Kaffee und Kuchen werden an gleicher Stelle serviert. Die Rückreise nach Frankfurt am Main ist für zirka 16.30 Uhr vorgesehen.

Schiffsausflug nach St. Goar am Rhein

Immer wieder eindrucksvoll: Der Rhein vom Schiff aus gesehen. Quelle: Tourist-Information St. Goar

Fahrttermine: vom 27. bis 30. Juni und vom 4. bis 6. Juli.

Die Reisebusse starten um zirka 8.15 Uhr von den Abfahrtsstellen aus verschiedenen Frankfurter Stadtteilen und steuern den Anlegeplatz in Wiesbaden-Biebrich an. Mit dem Personenfahrgastschiff „Franconia" geht es anschließend flussabwärts nach St. Goar.

Der Reisegruppe stehen nach Anlegen des Schiffes zirka zwei Stunden zur freien Verfügung, um durch die historische Altstadt zu bummeln oder das deutsche Puppen- und Bärenmuseum (mit Puppenschneiderei, Puppenherstellung, Puppen- und Bärenklinik) zu besichtigen. Der ermäßigte Eintrittspreis beträgt zwei Euro pro Person. Um 15 Uhr ist Treffpunkt zur Rückfahrt auf dem Schiff. Kurz nach 18 Uhr legt das Schiff in Assmannshausen an. In einer Entfernung von zirka 200 Metern, entlang des Rheinufers, geht es durch eine Unterführung der Uferstraße zum Busparkplatz. Von dort geht es zurück nach Frankfurt am Main zu der 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) Heinz Jürgen Oslislok, Tel. 45 46 19	**Riederwald** (262) Stefanie Koch, Tel. 41 79 85	**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 2011 von April bis September

Interessante Gegenden – Behagliche Unterkünfte

Schon Reisefieber?

Seit fast fünf Jahrzehnten sind die Seniorenreisen der Stadt Frankfurt am Main schöne und geschätzte Tradition. Im Laufe der Zeit hat sich dabei vieles verändert; so wurden zum Beispiel früher die Senioren in Doppelzimmern untergebracht, egal ob sie sich kannten oder nicht. Dies ist heute gar nicht mehr vorstellbar und wird auch so nicht mehr praktiziert. Seit damals ist viel Zeit vergangen, und es sind die unterschiedlichsten Häuser mit mehr Komfort, heimeliger Atmosphäre, zentraler Lage, Schwimmbad oder Wellnessbereich dazu gekommen. Die Reisen erfreuen sich größter Beliebtheit. Sie sind mittlerweile so gefragt, dass, wie auch in den Vorjahren, die Terminscheine für die Seniorenreisen schon wieder vergeben sind. Angefordert werden konnten diese in der Senioren Zeitschrift 3/2010.

So wird das auch im Jahr 2011 wieder sein. Jeder, der an einer Reise von der Stadt Frankfurt interessiert ist, sollte auf keinen Fall die Senioren Zeitschrift 3/2011 verpassen.

Wer im Jahr 2010 einen Terminschein erbeten und auch erhalten hat, kann auf den folgenden Seiten das durch die „Leitstelle Älterwerden" zusammengestellte Programm studieren und sich dann ein Reiseziel auswählen.

Unterlagen mitbringen – Terminschein beachten

Zum Buchungstermin müssen der Terminschein und alle dort aufgeführten Unterlagen unbedingt mitgebracht werden (dabei bitte das angegebene Datum auf dem Terminschein sowie die Sprechzeiten im Rathaus für Senioren beachten). Bei Selbstzahlern genügt es, den gültigen Personalausweis vorzulegen. Wer im Besitz eines Schwerbehindertenausweises ist, sollte auch diesen vorlegen.

Die bei der Buchung anfallende Bearbeitungsgebühr in Höhe von 20 Euro pro Person und Reise ist beim jeweiligen Wirt vor Ort zu zahlen.

Wer kann generell mitfahren?

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

Einkommensgrenzen und Kosten (§85 SGB XII)

Wer eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschreitet, hat die Möglichkeit alle zwei Jahre kostenbefreit, im Rahmen des vorhandenen Zimmerkontingents, mitzufahren. Selbstzahler können beliebig oft mitfahren. 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 leider selbst übernommen werden.

Rathaus für Senioren · Leitstelle Älterwerden, Kultur, Freizeit, Erholung,
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Hotline: 0 69 / 212-4 99 44
Sprechzeiten: montags und donnerstags von 8 bis 12 Uhr sowie 13 bis 15 Uhr

Seit 1976 wird Theater für Senioren gespielt

Die Theatervorstellungen der Stadt Frankfurt kommen bei den Senioren gut an. Fotos(2): Rohnke

Lob für die Dezernentin gab es von den Ehrenamtlichen des Roten Kreuzes. Sie dankten in der „Komödie" für die Theatervorstellungen der Stadt Frankfurt, die diese seit 34 Jahren in verschiedenen Spielstätten für die Senioren organisiert.

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 auf einer kleinen Anhöhe 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 bis 15 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 anstatt eines Abendessens sind im Reisepreis enthalten.
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. 04.07. – 18.07.2011 (14 Tage)
Mo. 18.07. – 01.08.2011 (14 Tage)
Mo. 01.08. – 15.08.2011 (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 (sechs mal zwölf Meter) mit konstanten 31 Grad. Eine medizinische Badeabteilung sowie ein Kosmetikstübchen sind ebenfalls vorhanden. Die staatlichen Kuranlagen erreicht man 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, 1 Mal wöchentlich Wassergymnastik mit Physiotherapeut, hauseigene Hallenbadbenutzung.
Diäten: Diabetes, Schon-, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost.
Kosten: VP; inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 742,00 Euro
21 Tage = 1. 113,00 Euro
Termine:
Mo. 09.05.– 23.05.2011 (14 Tage)
Mo. 23.05.– 06.06.2011 (14 Tage)
Mo. 06.06.– 20.06.2011 (14 Tage)
Mo. 20.06.– 11.07. 2011 (21 Tage)
Mo. 11.07. – 25.07.2011 (14 Tage)
Mo. 25.07. – 08.08.2011 (14 Tage)
Mo. 08.08.– 22.08.2011 (14 Tage)
Mo. 22.08.– 05.09.2011 (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. Der im letzten Jahr komplett erneuerte Essbereich lädt zum Klönen und Zusammensitzen ein.

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. Ein Aufzug ist vorhanden. Nach ärztlicher Verordnung können in der Bäderabteilung des Hauses Massagen, Fangopackungen und Kneipp'sche Anwendungen genommen werden. Ein Arzt kommt bei Bedarf 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, Schonkost, salzarme und Reduktionskost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 756,00 Euro
Termine:
Fr. 01.07. – 15.07.2011 (14 Tage)
Fr. 15.07. – 29.07.2011 (14 Tage)
Fr. 29.07. – 12.08.2011 (14 Tage)
Fr. 12.08. – 26.08.2011 (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. Nutzung des Hallenbades und der Sauna, ein Begrüßungstrunk, ein festliches Menü bei Kerzenschein, ein Abschiedsabend mit Bowle und Knabbergebäck, ein Musikabend, eine Modenschau sowie ein Halbtagesausflug sind im Reisepreis enthalten. Reiseteilnehmer, die ein Zimmer mit Balkon wünschen, können dies nach Verfügbarkeit gegen einen Aufpreis von täglich zwei Euro vor Ort buchen.
Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Schonkost, Reduktionskost, lactovegetarische Kost.
Für Diabetikerkost, bei der die Einheiten genau auf vier bis sieben Mahlzeiten berechnet werden müssen, ist ein Aufschlag von täglich drei Euro zu zahlen. Er ist von jedem Teilnehmer selbst zu tragen. Die Stadt Frankfurt am Main zahlt hierfür keinen Zuschuss.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 774,20 Euro
Termine:
Mi. 18.05. – 01.06.2011 (14 Tage)
Mi. 01.06. – 15.06.2011 (14 Tage)
Mi. 15.06. – 29.06.2011 (14 Tage)
Mi. 29.06.– 13.07.2011 (14 Tage)
Mi. 13.07. – 27.07.2011 (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 von Bad Wildungen 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 findet man 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, Massage, Sauna, Solarium und Whirlpool, welche gegen ein geringes Entgelt angeboten werden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV und Telefon. 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 = 620,20 Euro
Termine:
Mi. 08.06.– 22.06.2011 (14 Tage)
Mi. 22.06.– 06.07.2011 (14 Tage)
Mi. 06.07. – 20.07.2011 (14 Tage)
Mi. 20.07. – 03.08.2011 (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, Gelenkbeschwerden 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 Quadratmetern Wasserfläche (Innen- und Außenbecken, 28 bis 32 Grad) 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 (ab Hochparterre) gehören zu den weiteren Merkmalen des Hauses.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche und WC, TV und Telefon. Ein Sektempfang, zwei Kaffeenachmittage mit Windbeuteln und Eisbechern sind im Reisepreis enthalten.
Diäten: Diabetes
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 728,00 Euro
Termin:
Do. 04.08.– 18.08.2011 (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 (zum Beispiel 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. – 10.06.2011 (14 Tage)
Do. 10.06. – 24.06.2011 (14 Tage)
Do. 24.06.– 08.07.2011 (14 Tage)
Do. 08.07. – 22.07.2011 (14 Tage)

Nidda – Bad Salzhausen / Vogelsberg – „Haus am Landgrafenteich"

Am Rande des Vogelsberges zwischen Gießen und Frankfurt liegt das charmante Staatsbad Bad Salzhausen, ein Stadtteil von Nidda.

Sein besonderes Flair erhält der Kurort durch die vielen kleinen Hotels und Kaffeehäuser in stilvollen Gebäuden von Spätbarock bis Klassizismus.

Eine Oase der Erholung ist der Kurpark mit seinem alten Baumbestand und vielen botanischen Besonderheiten. Er gehört zu den ältesten Kurparkanlagen Deutschlands. Im Park befinden sich ein Gradierwerk, ein Kursaal mit offener Konzertmuschel und weitere stilvolle Gebäude. Kurpark, Solebewegungsbad und Kurmittelhaus bilden das Zentrum des Ortes.

Für Wanderfreunde ist Bad Salzhausen Ausgangspunkt zur Erwanderung der schönsten Seiten Hessens.

Das Haus am Landgrafenteich liegt unweit des Kurparks und ist von einem großen, hauseigenen Garten umgeben. Das Haus verfügt über ein großzügiges Hallenbad, eine Sauna und eine medizinische Badeabteilung. Eine Sprechstunde der Badeärzte findet zweimal wöchentlich statt. Im Haus befinden sich zwei Aufzüge.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV, Telefon, Balkon und Notrufanlage. Unentgeltlicher Zutritt zum Wellness-Center sowie Teilnahme am hauseigenen Gästeprogramm sind im Reisepreis inklusive. Einige Zimmer sind barrierefrei eingerichtet.
Diäten: keine speziellen Angebote
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 756,00 Euro

Termine:
Do. 16.06. – 30.06.2011 (14 Tage)
Do. 30.06.– 14.07.2011 (14 Tage)
Do. 14.07. – 28.07.2011 (14 Tage)
Do. 28.07. – 11.08.2011 (14 Tage)

Reiseziele mit Großbussen

Kofferservice bei Abfahrt inklusive

Bad Tölz / Oberbayern – Reha-Klinik „Frisia"

Bad Tölz ist ein seit 1899 staatlich anerkanntes Heilbad und liegt im Herzen des Isarwinkels, knapp 60 Kilometer von München entfernt. Wanderwege, Berge und Seen laden dazu ein, eine der schönsten Gegenden Oberbayerns kennen zu lernen. Bunt und barock stellt sich die Stadt, mit zirka 17.500 Einwohnern, 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 Reha-Klinik „Frisia" gelegen, ein absolutes Nichtraucher-Haus mit 96 Zimmern. Sie befindet sich in etwa 700 Metern Höhe in ruhiger Lage. Der Kurpark ist in zirka fünf bis acht Minuten, die historische Altstadt in zirka 15 bis 20 Gehminuten erreichbar. Das Haus verfügt über ein großzügig angelegtes Thermal-Schwimmbad (14 mal sieben Meter) mit bequemem Einstieg, Kneippbecken, Whirlpool, Sauna, Solarium, einer Himalaja-Salzgrotte und verschiedenen Freizeiträumen. Aufzüge sind im Haus vorhanden.

Für den Notfall besteht Tag und Nacht an allen Tagen eine medizinische Bereitschaft.

Hauptindikationen, die auf das Behandlungsspektrum des Hauses zutreffen: Krankheiten des Stütz- und Bewegungsapparates, Herz- und Kreislauf-, Gefäß- und Stoffwechselerkrankungen und ähnliches.
Hinweis: Die Lage des Hauses oberhalb des Kurparks erfordert einen 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, Telefon, Kühlschrank, Safe, Föhn und Notruf ausgestattet. Reiseteilnehmer, die ein Zimmer mit Balkon wünschen, können dies gegen einen Aufpreis von drei Euro täglich buchen.
Diäten: Diabetes, Schon-, Reduktions- und vegetarische Kost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 13 Tage = 773,50 Euro
Termine:
Do. 14.07. – 27.07.2011 (13 Tage)
Do. 28.07. – 10.08.2011 (13 Tage)
Do. 11.08. – 24.08.2011 (13 Tage)
Do. 25.08.– 07.09.2011 (13 Tage)

Dahme / Ostsee – Hotel „Matinee"****s

Dahme ist ein staatlich anerkanntes Heilbad mit etwa 1.200 Einwohnern, das am Südhang der Holsteinischen Höhenkette in der Lübecker Bucht liegt. 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 sowie verschiedene Freizeitaktivitäten wie Fahrradverleih, Minigolf, Nordic-Walking und Meersalzgrotte. Ein Besuch beim Wahrzeichen des Ortes, dem Dahmer Leuchtturm, ist ein absolutes Muss.

Das familiär geführte Hotel „Matinee" 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. Fitnessraum, Schwimmbad sowie die Sonnenterrasse mit Liegestühlen 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:
Mi. 27.04. – 11.05.2011 (14 Tage)
Do. 12.05. – 26.05.2011 (14 Tage)
Fr. 27.05. – 10.06.2011 (14 Tage)
Di. 26.07. – 09.08.2011 (14 Tage)

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

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

Seine Naturheilverfahren wurden von der Wörishofener Ärzteschule weiterentwickelt. 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“**s liegt in der Nähe des Kurparks und des Eichwaldes, dem Ausgangspunkt schöner Wanderungen durch die reizvolle Allgäuer Landschaft. Das vier mal acht Meter 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. Sie können aber auch bei Ihrer Krankenkasse einen Badearztschein beantragen. Ein Aufzug ist im Haus vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC und Telefon.
Diäten: Diabetes, Magen-Darm, Leber-Galle, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 707,00 Euro
Termine:
Mi. 06.07. – 20.07.2011 (14 Tage)
Mi. 20.07. – 03.08.2011 (14 Tage)
Mi. 03.08.– 17.08.2011 (14 Tage)
Mi. 17.08. – 31.08.2011 (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 13.000 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, viermal täglich mit einem Shuttlebus in das Zentrum und zurück zu fahren. (Die Kosten in Höhe von 0,50 Euro pro Fahrt sind nicht im Reisepreis enthalten.) Ein Fahrstuhl ist im Haus vorhanden. Das Hotel verfügt unter anderem über einen Wellnessbereich mit Schwimmbad (zwölf mal sechs Meter), Sauna, Bücherei, ein kleines Filmstudio für Kino und Diavorträge, Turn- und Gymnastikhalle, Lehrküche, zwei große Aufenthaltsräume 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 = 823,20 Euro
Termin:
Di. 26.07. – 09.08.2011 (14 Tage)

Werder / Havel – „Hotel Zur Insel"

Die Stadt Werder liegt 35 Kilometer südwestlich von Berlin. Ihre reizvolle Lage verzaubert Gäste und Einwohner gleichermaßen zu jeder Jahreszeit aufs Neue. Als „Obstkammer der Mark" blickt Werder auf eine lange Tradition zurück. Rings um die Stadt breiten sich Anbauflächen für Erdbeeren, Kirschen, Äpfel und andere Früchte aus. Ein Spaziergang führt hier stets ans Wasser. Mehrere Seen sowie ein Teil der Havel umsäumen das Stadtgebiet. Die romantische Altstadt der Stadt Werder mit ihrem Kern aus dem 19. Jahrhundert, kleinen Häusern und kopfsteingepflasterten Gassen (festes Schuhwerk mitnehmen) liegt auf einer Insel inmitten 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.

Das familiär geführte Hotel „Zur Insel" liegt inmitten des Altstadtkerns, 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, Reduktions- und lacto-vegetarische Kost.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
13 Tage = 812,50 Euro

Termine:
Fr. 08.07. – 21.07.2011 (13 Tage)
Fr. 22.07. – 04.08.2011 (13 Tage)

Bad Pyrmont / Weserbergland – „Kursana Residenz"

Die zirka 21.000 Einwohner zählende Stadt Bad Pyrmont im Weserbergland ist niedersächsisches Staatsbad und zugleich traditionsreiches Kurbad. 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 Kilometer) lässt sich in 15 Minuten mit der S-Bahn gut erreichen. Interessant ist auch ein Ausflug nach Paderborn (60 Kilometer).

Die komplett barrierefrei eingerichtete Kursana Residenz befindet sich im erweiterten Bereich des Kurgebietes auf einem 19.000 Quadratmeter großen Naturareal. Im Haus sind Friseurstübchen, Bankautomat, Bibliothek, mehrere Aufzüge, Clubraum, ein großes Sole-Gemisch-Bewegungsbad, Sauna, Solarium und eine medizinische Badeabteilung vorhanden. Den Kurpark erreicht man zu Fuß in etwa zehn Minuten, das Zentrum in etwa 15 Minuten. Eine Bushaltestelle befindet sich direkt vor der Eingangstür des Hauses.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC, Telefon, Minibar, Balkon und Kabel-TV, freie Nutzung des Schwimmbades und des Hausprogramms, wie zum Beispiel: Gymnastik, Musikabende oder Lesungen.
Diäten: Keine speziellen Angebote (ein Mittagsmenü ist jedoch immer für Diabetiker geeignet).
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 14 Tage = 812,00 Euro

Termine:
Mi. 29.06.– 13.07.2011 (14 Tage)
Mi. 13.07. – 27.07.2011 (14 Tage)
Mi. 27.07. – 10.08.2011 (14 Tage)
Mi. 10.08. – 24.08.2011 (14 Tage)

Mittersill / Österreich – Hotel Pension „Wieser"

Die Kleinstadt Mittersill liegt in 790 Meter Seehöhe am Oberlauf der Salzach im westlichen Teil des Bundeslandes Salzburg. Seine zentrale Lage zwischen dem Nationalpark Hohe Tauern und den Kitzbühler Alpen macht Mittersill, das sich bis heute seinen Charme als Bergstädtchen bewahren konnte, zu einem beliebten Urlaubsort. Hier findet man den idealen Platz zum Ausspannen und Erholen in naturbelassener Kulisse. Die Region um Mittersill präsentiert sich als ideales Wandergebiet und Quell der Erholung. In unmittelbarer Nähe findet man berühmte Ausflugsziele wie die Krimmler Wasserfälle, den Kapruner Stausee und die Großglockner Hochalpenstraße. Die Fußgängerzone ist in zirka zehn Gehminuten bequem erreichbar. Für Menschen mit einer eingeschränkten Mobilität ist Mittersill ein ideales Reiseziel.

Das Hotel „Wieser" ist ein sehr familiär geführtes Haus. Die mit viel Holz ausgestatteten Zimmer strahlen Wärme und Gemütlichkeit aus. Das Haus befindet sich in ruhiger Lage, der Garten (mit Kneippbecken) lädt zu Ruhepausen und Entspannung ein. Im Wellnessbereich findet der Gast Hallenbad, Fitnessraum, Sauna, Solarium, Dampfbad und Ruheraum. Im Haus ist ein Aufzug vorhanden.

Leistungen: Unterbringung im Doppelzimmer (auch als Einzelzimmer) mit Dusche/Bad und WC, Balkon, Radio, TV und Telefon.
Je ein Grillabend, ein wöchentlicher Buffetabend und ein Live-Musik-Abend (auf Wunsch) sind während des Aufenthalts inklusive.
Diäten: keine.
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten:
14 Tage = 798,00 Euro
Termin:
Do. 30.06.– 14.07.2011 (14 Tage)

Schwarzenberg / Erzgebirge – Hotel „Neustädter Hof" ****

Die große Kreisstadt Schwarzenberg liegt im südwestlichen Erzgebirge, umgeben von bewaldeten Bergrücken im Talkessel des Schwarzwassers. Schwarzenberg wird auch als „Perle des Erzgebirges" bezeichnet. Auf einem hervorspringenden Felssporn thronen das Schloss und die St. Georgen-Kirche, die Wahrzeichen der Stadt. Zu den weiteren Sehenswürdigkeiten zählen die denkmalgeschützte Altstadt, das städtische Museum im Schloss mit der größten Sammlung von Klöppelspitzen im Erzgebirge, das Museum zur Schnitzkunst Harry Schmidt oder das Eisenbahnmuseum.

Unweit von Schwarzenberg, in Annaberg-Buchholz, eröffnete im Oktober 2010 die Manufaktur der Träume, ein Erlebnismuseum mit der umfangreichsten und bedeutendsten Privatsammlung erzgebirgischer Volkskunst im deutschsprachigen Raum.

Das Hotel Neustädter Hof, ein Viersternehaus mit Aufzug, liegt am Rande von Schwarzenberg, aber dennoch zentral. Vielfältige Einkaufsmöglichkeiten bieten sich in dem kleinen Einkaufszentrum, welches gegenüber dem Hotel liegt.

Die Altstadt wird in zirka zehn Minuten mit dem Bus erreicht, die Haltestelle befindet sich direkt beim Hotel. Eine Arztpraxis, Physiotherapie und Apotheke sind ebenfalls in unmittelbarer Nähe.

Leistungen: Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Du/WC bzw. Bad/WC, Kabel-TV, Telefon, Minibar, Föhn. Freie Nutzung der Sauna, eine Ausflugsfahrt nach Dresden, eine Ausflugsfahrt quer durch das Erzgebirge, eine Stadtführung (ohne Bus) sowie einige kulinarische Genüsse sind im Reisepreis enthalten.
Diäten: keine
Kosten: VP, inkl. Kurtaxe und anteiligen Fahrtkosten: 13 Tage = 773,00 Euro
Termin:
Di. 05.07. – 18.07.2011 (13 Tage)

Wohnraumversorgung im Seniorenbeirat diskutiert

Als „hilfreiches Instrument“ bezeichneten die Seniorenbeiräte die von der Stadt vorgestellte „Bedarfsanalyse Seniorengerechtes Wohnen in Frankfurt am Main“. Die genaue Darstellung der altersgerechten Wohnmöglichkeiten und die Sammlung der Wünsche der Bevölkerung seien heruntergebrochen auf die Stadtteile ein detailliertes Zahlenwerk, was praktische Politik stützen könne (siehe hierzu auch SZ 4/2010 Seite 17 und in dieser Ausgabe die Seiten 6 und 7).

Pia Bolz von der Jugendhilfe- und Sozialplanung der Stadt stellte die Analyse in dem Gremium vor, die neben dem Wohnort unter anderem nach Bildungsstand, Alter und auch Migrationshintergrund aufgeschlüsselte Personengruppen einzeln herausdestillierte. Wichtig hierbei war es den Machern des seitenstarken Werkes, dass den Wünschen der Bevölkerung durch die Politik nachgegangen werden könne. Lokale soziale Bindungen müssten nämlich nicht zwingend aufgegeben werden, wenn das derzeit bewohnte Haus nicht altersgerecht ausgestattet sei.

Eine Beschäftigung mit dem Thema, so Pia Bolz, sei dringend angeraten, denn bereits jetzt gäbe es 6,2 Prozent mehr ältere Menschen über 65 Jahren als noch vor zehn Jahren. Die Prognose für Frankfurt für das Jahr 2025 ergäbe, dass dann bereits 20 Prozent mehr Menschen über 65 Jahre alt sein werden als heute. Derzeit haben Senioren mehr Platz pro Person als die jüngere Bevölkerung: Sie bewohnen im Durchschnitt 50 Quadratmeter pro Person, junge Menschen durchschnittlich nur 37 Quadratmeter.

Dr. Hüseyin Kurt von der Kommunalen Ausländer- und Ausländerinnenvertretung KAV lobte die besondere Analyse der Migrantengruppe in der Bevölkerung. Dadurch habe man Fakten gesehen, mit denen man argumentieren und arbeiten könne. Migranten würden durch die derzeit veranstalteten Foren in den Stadtteilen nur schlecht erreicht.

Anträge auf das Siegel „Seniorengerechtes Geschäft“ gingen auch nach der Startphase weiter ein. Christof Warnke rief dazu auf, auch die ausgezeichneten Geschäfte stets aktuell zu prüfen, ob die Kriterien, die bei der Vergabe festgestellt wurden, aktuell noch Geltung haben. „Durch einen Besitzerwechsel kann alles ganz schnell anders sein“, sagte er. „Wir müssen dafür Sorge tragen, dass das Siegel nicht entwertet wird“, betonte er. Kritisiert wurde aus den Reihen des Seniorenbeirates, dass das Siegel selbst grafisch schlecht gestaltet sei: Es sei viel zu klein und man könne es nicht lesen, da hier weiße Schrift auf gelbem Grund gedruckt sei.

Einstimmig beschlossen hat der Seniorenbeirat, dass der Magistrat das Versorgungsamt bitten solle, dass bei der Ausstellung der Behindertenausweise eine Information über den „Beförderungsdienst für Menschen mit außergewöhnlichen Gebehinderungen“ weitergegeben wird. Hierbei handelt es sich um Fahrten für Schwerbehinderte durch Taxibetriebe in Frankfurt, die die Menschen mit Behinderung befördern. Diese Personen erhalten ein Kontingent an Freifahrten (Chipkarte) für die Beförderung mit dem Taxi (Eigenanteil 75 Cent) oder Spezialfahrzeugen (kostenfrei) für Rollstuhlfahrer. Die Teilnahme an diesem Beförderungsdienst kann vorläufig für sechs Monate bewilligt werden und gilt bis maximal zehn Kilometer außerhalb des Stadtgebietes.

In einer früheren Sitzung hatte der Seniorenbeirat ein Hitzetelefon angeregt. Hintergrund war, dass unter den seit 2003 immer wiederkehrenden starken Hitzewellen besonders die ältere Bevölkerung zu leiden habe. Die Stadt hat in einem Schreiben an den Seniorenbeirat zugesichert, an dem Thema dran zu sein. Der sehr heiße Sommer 2003 habe dazu geführt, dass es seit 2004 ein Hitzewarnsystem gebe. Ärzte und Altenpfleger hätten zusätzliche Fortbildungsangebote in Zusammenhang mit der Hitzeproblematik bekommen und ein Arbeitskreis Hitze sei eingerichtet. Die Entwicklung der Mortalität in heißen Monaten werde genau beobachtet.

Felix Holland

Kurzinformationen

Wohnanlage erhalten

Der Seniorenbeirat hat sich einstimmig dafür eingesetzt, dass die Niederräder Seniorenwohnanlage im Mainfeld erhalten bleibt. Denn beim Umbau der Siedlung „Im Mainfeld“ sei auf keinem der Architektenentwürfe diese Wohnanlage noch enthalten.

Antragstellerin und Seniorenbeirätin Marlies Gutmann aus dem Ortsbeirat 5 befürchtet denn auch, dass es unter den gegebenen Umständen künftig keine Wohnanlage geben wird, die eine gute fußläufige Infrastruktur hat, wie das derzeit der Fall ist.

In der Seniorenwohnanlage „Im Mainfeld“ stehen auf elf Etagen 220 barrierefreie Wohnungen im Konzept des betreuten Wohnens.

Holland

Ehrung fürs Ehrenamt

Stellvertretend für die vielen ehrenamtlichen Bürger in Frankfurt hatten Magistrat und Stadtverordnetenversammlung Menschen ab 60 Jahren zu einem Empfang in den Kaisersaal eingeladen. Der Dank für freiwilliges Engagement in vielen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens fand seinen Ausdruck unter anderem in einer kleinen Feier mit anschließendem Imbiss im weihnachtlichen Ambiente. Foto: Oeser

„Keine Alternative zur Mitwirkung"

Forum Älterwerden in Bergen-Enkheim

Es gibt keine Alternative zur Mitwirkung der Betroffenen", stellte Sozialdezernentin Dr. Daniela Birkenfeld zu Beginn des Fünften Stadtteilforums für Senioren fest. Mag es daran gelegen haben, dass diese Veranstaltung im Enkheimer „Volkshaus" war, die Bevölkerung jedenfalls meldete sich erneut stark zu Wort. Hierzu gab es neben den traditionellen Diskussionsbeiträgen wieder neue Möglichkeiten der Mitwirkung (siehe Kasten Seite 29).

Aber auch konkrete Informationen konnten die Forumsteilnehmer mitnehmen: So sprach Gregor Preis vom Rathaus für Senioren über Fördermittel, die zum altersgerechter Umbau einer Wohnung gewährt werden können, wies auf die persönliche Beratung hin und empfahl die Broschüre „Wohnberatung" aus seinem Haus (siehe Seite 8).

Doch neben solchen Details und Know-how für den Alltag richtete sich der Blick immer wieder auch auf das „Große Ganze". So fragte Birkenfeld die Menschen im Saal: „Wie soll die Stadt aussehen, in der wir älter werden?" Bei dieser allgemeinen Frage blieb es freilich nicht. Auf dem Enkheimer Forum wurde die Freizeit in den Fokus gerückt. In einer „Murmelrunde" tauschten sich zunächst die Besucher untereinander aus, welche Möglichkeiten es gibt und welche noch fehlten, um diese dann im Plenumsgespräch zu sammeln.

Wie auch bei den vergangenen Stadtteil-Foren protokollierten Vertreter der Verwaltung die Anregungen und Wünsche mit, um die Ergebnisse des Gespräches später auswerten und verwerten zu können. Denn eines steht fest: „Es wird künftig weniger Buggys als Rollatoren" in Frankfurt geben, wie es Hildegard Bradt von der Initiative Neue Nachbarschaften formulierte. Sie fördert mit ihrer Initiative „fußnahe Netzwerke", die Menschen miteinander verbinden sollen, um sich gegenseitige Unterstützung zu gewähren. Bei solchen Netzwerken müsse stets das Gemeinsame, nicht das Trennende im Blick behalten werden. Im Alter habe man nur begrenzte Zeit, daher müsse die Qualität der Beziehungen hoch sein. „Manche wirken ganz schön alt, weil sie alles beim Alten lassen", gab sie die Richtung für die Abkehr von konventionellen Denkmustern vor. Menschen wollen sich einbringen und gemeinsam gestalten, statt zu konsumieren, was jemand vorgibt, war ihr Fazit zu den etlichen Nachbarschaftsgruppen, die sie bereits gegründet hat.

Auch in Fechenheim und Bergen-Enkheim, so wurde angekündigt, wird es Gründungstreffen für neue Nachbarschaftsgruppen geben. *Felix Holland*

Beteiligung erwünscht – Über welches Thema auf dem nächsten Forum gesprochen wird, darüber kann mitentschieden werden

Am 13. April findet im Bürgerhaus Nordweststadt das sechste Forum „Älterwerden in Frankfurt" statt. Wie immer können Interessierte auch diesmal schon im Vorfeld ihre Themenwünsche einreichen. Diese werden dann bei der Diskussion mit der Dezernentin Daniela Birkenfeld aufgegriffen. Bürger über 50 Jahre sind eingeladen, sich über Angebote in ihrem Stadtteil zu informieren und ihre Interessen einzubringen. Wer seine Themenwünsche dem Jugend- und Sozialamt übermitteln möchte, kann dies per Telefon 0 69/2 12-4 50 58 oder per E-Mail: aelterwerden@stadt-frankfurt.de tun. Man kann aber auch eine Nachricht bei der Infostelle des Sozialrathauses Nordweststadt, Nidaforum 9, hinterlassen. *red*

Fotos (14): Rohnke

Plakate als Diskussionsbeitrag

Die Initiativen „Neue Nachbarschaften“ und „Alte für Frankfurt“ boten diesmal eine neue Möglichkeit der Gesprächsbeteiligung: Auf Flipcharts konnten die Gäste Fragen, Anliegen und Wünsche nach Austausch formulieren. Auch Angebote zu Sprachunterricht oder zum Schneeräumen wurden annonciert. Aber ebenso kamen Ängste, Wünsche, Hoffnungen, Ärgernisse, Heimatbekenntnisse oder „Was mir fehlt“ auf die großen Blätter an den Ständern. Dabei kamen bei den Befürchtungen vor dem Altsein Angst vor Abhängigkeit und Einsamkeit oder davor, schließlich nicht mehr ernst genommen zu werden, zum Ausdruck. Bei den „Ärgernissen“ mahnten die Besucher mangelnde Barrierefreiheit in Wohngebäuden als auch auf den Bürgersteigen an. Zu den Dingen, die die Aktiven vermissten, zählte eine gute Einzelhandelsstruktur, um auf kurzen Wegen Alltagserledigungen machen zu können (Fechenheim). Ebenso fehlten bezahlbare Seniorenwohnungen und eine ausreichende Gesundheitsversorgung (Riederwald) oder Verkehrsanbindungen (Bergen).

Gelobt wurde eine als „angenehm“ empfundene Nachbarschaft, ein guter „Mix von Dorf und Stadt“, die Stadtnähe und das schnell erreichbare Umland sowie die Naturnähe mit vielen Freizeitmöglichkeiten.

Felix Holland

Seniorenwohnprojekt Sen-Se eingeweiht

Im Frankfurter Stadtteil Nordweststadt hat die Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte/Wohnstadt in Kooperation mit dem Verein Sen-Se Senioren-Selbsthilfe für gemeinschaftliches Wohnen, ein Mehrfamilienhaus mit 13 geförderten Wohnungen und einem Gemeinschaftsraum errichtet. Die offizielle Einweihungsfeier fand im Oktober des vergangenen Jahres statt.

Das dreigeschossige Gebäude entstand als städtebauliche Ergänzung auf einem rund 1.600 Quadratmeter großen Grundstück der Nassauischen Heimstätte im Weißkirchener Weg 7. Es schließt sich in Ost-West-Ausrichtung an die fensterlose Stirnseite einer bereits seit 1963 vorhandenen Zeilenbebauung an. Alle 13 Wohnungen sind barrierefrei und werden durch einen Aufzug erschlossen. Im Erdgeschoss des nicht unterkellerten Gebäudes befindet sich eine Wohnung und – neben Abstell- und Fahrradräumen – auch der rund 56 Quadratmeter große Gemeinschaftsraum für die Wohngruppe und die umliegende Nachbarschaft. Zwölf Wohnungen liegen in den beiden oberen Geschossen. Rund 695 Quadratmeter Wohnfläche verteilen sich auf sechs Ein-Personen-Wohnungen mit rund 46 Quadratmeter und sieben Zwei-Personen-Wohnungen mit einer Wohnfläche zwischen 56 und 62 Quadratmetern.

Die Gesamtkosten für das Projekt beliefen sich auf rund zwei Millionen Euro. Das Land Hessen förderte das Projekt mit rund 715.000 Euro und die Stadt Frankfurt mit 690.000 Euro über zinsgünstige Darlehen. Mieter sind vorzugsweise die Mitglieder von Sen-Se, der Verein hat ein Vorschlagsrecht für die Vermietung. Die Mieten liegen bei fünf Euro pro Quadratmeter für sechs Wohnungen mit unmittelbarem Belegungsrecht durch das städtische Wohnungsamt und sieben Euro pro Quadratmeter für sieben Wohnungen mit mittelbarem Belegungsrecht. Letztere können frei an Vereinsmitglieder vermietet werden, die die Einkommensgrenzen für geförderten Wohnraum überschreiten. Das städtische Belegungsrecht wird dann auf Ersatzwohnungen in den Frankfurter Wohnungsbeständen der Nassauischen Heimstätte übertragen.

Der Gemeinschaftsraum steht nicht nur der Wohngruppe zur Verfügung. Er dient auch als Kommunikations- und Treffpunkt für die Bewohner der umliegenden Häuser. Vorbild ist das gemeinschaftliche Wohnprojekt in Frankfurt Bergen-Enkheim, das die Nassauische Heimstätte bereits vor sieben Jahren mit dem Verein „anders leben – anders wohnen“ realisiert hat. Dort hat der stadtteiloffene Gemeinschaftsraum erfolgreich zur Integration des Wohnprojektes in den Stadtteil und zur Stabilisierung des nachbarschaftlichen Umfeldes beigetragen.

red

Termin 23. Mai bis zum 1. Juni für die Aktionswochen Älter werden vormerken

Der bunte Nachmittag, veranstaltet vom Rathaus für Senioren, bietet für Jung und Alt Attraktionen. Foto: Oeser

Die Vorbereitungen für die Aktionswochen Älter werden laufen im Dezernat von Stadträtin Daniela Birkenfeld auf vollen Touren. „Neugierig bleiben – lernen und weitergeben“ lautet in diesem Jahr das Motto. Als Termin wurden die Tage vom 23. Mai bis zum 1. Juni gewählt. In den beiden Wochen wird das Dezernat gemeinsam mit Trägern der Altenhilfe, Initiativen, Vereinen, städtischen Ämtern und anderen Institutionen im ganzen Stadtgebiet zahlreiche Mitmachangebote, Informations- und Fachveranstaltungen, Diskussionen, Workshops, Tage der offenen Tür, kulturelle und sportliche Angebote organisieren. Im vergangenen Jahr konnten so mit vereinten Kräften mehr als 270 Veranstaltungen angeboten werden.

Im Internet besteht die Möglichkeit, unter „www.aelterwerden-in-frankfurt.de/erfassungsformular“ Veranstaltungen für die Aktionswochen 2011 anzumelden.

In den Aktionswochen findet wieder die Talkrunde am Nachmittag im Café Anschluss statt. Als Termin für den Tag der offenen Tür ist der 27. Mai im Rathaus für Senioren angesetzt. Da dieser im vergangenen Jahr so gut angekommen ist, wird wieder ein bunter Nachmittag vorbereitet. Die Themen der Fachtagungen der Leitstelle Älterwerden lauten in diesem Jahr „Reha vor Pflege – ein ungelöstes Problem unserer alternden Gesellschaft“ (24. Mai) und „Wohnen im Alter“ (31. Mai). Zum Thema „Neue Technologien in der Pflege – ein Ausweg aus dem Spannungsfeld Sicherheit und Freiheit?“ wird es am 23. Mai einen Workshop geben. Die Bürgeranhörung findet diesmal zum Thema „Neugierig bleiben – lernen und weitergeben“ statt. *red*

Das Anmeldeformular für Veranstaltungen während der Aktionswochen Älterwerden steht im Internet unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de/erfassungsformular.

Dort können Träger, Institutionen, Vereine, Initiativen und Ämter ihre 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 50 58 ein schriftliches Anmeldeformular anfordern.

Neue Struktur im Rathaus für Senioren

Als Daniela Birkenfeld ihre persönliche Jahresbilanz zog, konnte sie hinter das Stichwort „Rathaus für Senioren“ einen dicken Haken setzen. Die Stadträtin hatte sich vorgenommen, die Anlaufstelle 2010 zu stärken. Und tatsächlich: Nachdem ein Konzept erarbeitet war, zogen im November fünf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Zentrale des Jugend- und Sozialamtes in die Hansaallee 150 um. Mit ihrer Unterstützung konnte das Team „Angebote zur selbstständigen Lebensführung“ zur „Leitstelle Älterwerden“ weiterentwickelt werden.

„Wir haben jetzt alle Kompetenzen in Fragen des Älterwerdens im Rathaus

Setzen sich für die Senioren in Frankfurt ein (von links): die Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld, die Leiterin des Rathauses für Senioren Elke Golde und die Chefin der Leitstelle Älter werden Pia Flörsheimer. Fotos (2): Oeser

für Senioren gebündelt“, freut sich die Seniorendezernentin. Herzstück ist die Leitstelle Älterwerden, zu der nicht nur die Koordinierungsstelle Wohnen und Pflegen zuhause gehört, sondern auch die Seniorenzeitschrift, die Freizeitangebote und voraussichtlich ab März der neue gesetzlich vorgeschriebene Pflegestützpunkt. Das Team organisiert außerdem die Foren und die Aktionswochen „Älter werden in Frankfurt“.

Wie bisher finden Bürger im Rathaus für Senioren die Zentrale Heimplatzvermittlung und können Anträge abgeben, wenn die Leistungen der Pflegeversicherung und das eigene Einkommen zur Bezahlung des Pflegeheimplatzes nicht ausreichen. Eine Dependance des Rathauses für Senioren gibt es in der Sandgasse 6: Dort ist das Versicherungsamt untergebracht, das in Rentenfragen berät und für das in der Hansaallee nicht genug Platz war. Insgesamt kümmern sich im Rathaus für Senioren 119 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter um die Belange älterer Menschen in Frankfurt.

Die neue „Leitstelle Älterwerden“ befindet sich im „Rathaus für Senioren“.

„Das Rathaus für Senioren ist nicht nur die zentrale Anlaufstelle für ältere Menschen und ihre Angehörigen, es ist auch unsere Ideenschmiede“, betont Birkenfeld. Zum Bedauern der Stadträtin ist das Haus in der Bevölkerung jedoch noch nicht bekannt genug. Das Dezernat möchte deshalb mehr Aufmerksamkeit darauf lenken. So wurde ein Logo entwickelt und im Rahmen einer Leseraktion mit der Frankfurter Rundschau ein Motto: „Rundum gut beraten – Rathaus für Senioren“.

Rundum gut beraten

Rathaus für Senioren

Hansaallee 150 • Tel. 069-212-49911
senioren@stadt-frankfurt.de

Jahrhunderthalle Höchst 16. bis 17. April 2011

Rathaus für Senioren präsentiert sich auf der Messe „Fit ab 60“

Lebensfreude erhalten, das Alter mit Genuss erleben. Wie das geht, darüber können sich die Besucher auf der Messe „Fit ab 60“ informieren. Seit acht Jahren veranstaltet die Reichert GmbH diese Informationsmesse im Frühjahr in der Höchster Jahrhunderthalle. Die Messe soll 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 vielfältiges Angebot an Kursen aller Art für viele Interessen, Talente und Neigungen. Viele Anlaufstellen von Vereinen, Verbänden wie zum Beispiel dem Frankfurter Verband und öffentlichen Trägern werden nach Angaben des Veranstalters vor Ort sein.

Professionelle Antworten zu Fragen des Älterwerdens gibt es am Stand des Rathauses für Senioren auf der Messe „Fit ab 60“. Foto: www.atelier-pattke.de

Auch das Rathaus für Senioren der Stadt Frankfurt hat wieder einen Informationsstand aufgebaut. Zum ersten Mal präsentiert sich dort die neu eingerichtete Leitstelle Älterwerden mit ihren Experten für Wohnen im Alter, altersgerechtes Wohnen und Wohnraumanpassung, für Erholungs- und Freizeitangebote und der Senioren Zeitschrift Ebenso stehen vor Ort die Fachleute der Zentralen Heimplatzvermittlung /Soziale Hilfen für Heimbewohner, des Versicherungsamtes sowie der Betreuungsstelle zur Verfügung (siehe neben stehenden Bericht).

Im vergangenen Jahr waren 3.000 Besucher zu Gast die sich über Reisen, Mobilität, Sport und Fitness, Recht und Finanzen, Mode, Bildung, Medizin und die Themen Gesundheit und Wohnen informieren konnten. *red*

Messe „Fit ab 60“,
Jahrhunderthalle Höchst,
Samstag, 16. April, 13 bis 18 Uhr und
Sonntag, 17. April, 10 bis 18 Uhr.
Der Eintritt ist frei.

Bilanz: Positiv

Zehn Jahre Frankfurter Programm „Aktive Nachbarschaft"

Seit zehn Jahren gibt es das Programm „Aktive Nachbarschaft" in Frankfurt. Bei einem Fachtag zogen die Beteiligten aus dem Dezernat Jugend, Soziales, Senioren und Recht sowie die Beteiligten vor Ort Bilanz und stellten Programm, Projekte und Erreichtes vor. Bei einer Podiumsdiskussion richteten sie den Blick auch in die Zukunft.

„Vernünftig und nachhaltig" sei das Programm, sagte Jürgen Richter von der Arbeiterwohlfahrt, der die Liga der Freien Wohlfahrtspflege vertrat. Zwar habe es schon immer Kooperationen zwischen den verschiedenen Akteuren gegeben, doch seien diese oft vom Zufall und vom persönlichen Engagement Einzelner abhängig gewesen. Nun seien die Bemühungen zusammengeführt worden mit dem Ziel, das umzusetzen, was die Bewohner wirklich wollen. Und diese seien schließlich die „wirklichen Fachleute", wenn es um Vorschläge für Veränderungen und Verbesserungen gehe.

Gemeinsam etwas bewirken, da fühlt man sich dazugehörig. Foto: Taschengeldprojekt Sauberer Taunusblick / Stabsstelle Aktive Nachbarschaft

Richter sieht nach zehn Jahren Laufzeit die Aufgabe des Programms vor allem darin, die Menschen in den Quartieren dabei zu unterstützen, ihren eigenen Weg zu gehen. Wenn gute Voraussetzungen dafür geschaffen würden, seien viele Menschen bereit, sich persönlich zu engagieren: für ihre eigenen Interessen und für die ihrer Nachbarn. Sein Schluss: „Ehrenamt braucht immer hauptamtliche Unterstützung".

Den Wunsch, beteiligt zu werden, machte Stadträtin Daniela Birkenfeld an vielen Stellen und in allen Stadtteilen aus. Es gehe mit dem Programm nicht darum, bestimmte „Problemgebiete zu heilen", sondern vielmehr Partizipationswünsche aufzunehmen und zu fördern. „Da können Quartiersmanager das Richtige sein. Aber man kann auch an anderen Stellen andocken, etwa bei Kirchengemeinden oder Schulen", sagte sie. Sie plädierte auch dafür, die Gesamtstruktur im Auge zu behalten und nicht immer weitere kleine Gremien zu schaffen. „Das birgt die Gefahr, dass wir in ewigen Diskussionsrunden steckenbleiben", sagte die Dezernentin. Demokratisch legitimierte Strukturen, wie etwa die Ortsbeiräte, sollten stärker genutzt werden.

Quartiersmanagerin Annette Püntmann hat die „aktivierende Befragung" in den Quartieren als eine Möglichkeit erlebt, herauszufinden, „wo der Schuh drückt". Gleichzeitig sei es aber auch darum gegangen, die passenden Partner zu finden, die dabei helfen könnten, Wünsche und Ideen umzusetzen, und diesen dann auch abzuverlangen, dass sie sich „in unserem Tempo bewegen". Langfristig hofft sie darauf, dass die begonnenen Projekte weitergeführt werden – auch da, wo sie noch nicht zu „Selbstläufern" geworden sind. *Lieselotte Wendl*

Stadtteilfamilie

25 Jahre Nachbarschaftszentrum Ostend

Eine Zuflucht habe sie gesucht, sagt Rita Deckert, und die habe sie gefunden. Vor 14 Jahren im Nachbarschaftszentrum Ostend, das kürzlich auf sein 25-jähriges Bestehen zurückblicken konnte. Damals war ihr Mann gestorben. Rita Deckert fühlte sich einsam, suchte den Kontakt zu anderen Menschen ihres Alters. „Zuhause fiel mir die Decke auf den Kopf", erzählt die resolute 76-Jährige.

Bei einem Ausflug erfuhr die frühere Supermarkt-Filialleiterin von dem Seniorentreff im Nachbarschaftszentrum Ostend. Heute gibt es kaum einen Tag, an dem Rita Deckert nicht in dem Hinterhaus in der Uhlandstraße 50 anzutreffen ist. Schon nach wenigen Jahren vertrat sie die Interessen der Senioren im Vorstand des Trägervereins, ist bis heute in die Arbeit eng eingebunden, nimmt an den verschiedensten Angeboten teil oder organisiert mit anderen Senioren den Treff, wenn die für die Seniorenarbeit zuständige Mitarbeiterin Doris Letzgus nicht da ist. „Ich bin einfach froh über diese Einrichtung. Hier fühle ich mich unterstützt, habe viele liebe Freunde gefunden, und es herrscht eine große Vertrautheit. Ich gehöre einfach hierher", sagt Rita Deckert.

Die Eröffnung wurde im Jahre 1985 gebührend gefeiert.
Foto: Nachbarschaftszentrum Ostend

Einbringen erwünscht

Seit der Eröffnung 1985 ist die Seniorenarbeit eines der Standbeine in der Arbeit, sagt Doris Letzgus, die seit 22 Jahren in der Einrichtung arbeitet. Zusehends erweiterte und differenzierte sich das Angebot für die Älteren. Gedächtnis-Training, rückenfreundliche Gymnastik für ältere Men-

Auch die Teammitglieder treffen sich manchmal im Café. **Foto: Oeser**

schen, Kurse in Sturzprophylaxe oder über die Nutzung von Handys sowie Informationsveranstaltungen sind Angebote, die nach und nach für ältere Besucher entwickelt wurden. Anliegen war und ist es, die Senioren zu ermuntern, sich selbst einzubringen. Ebenso will das Zentrum ein Forum sein, wo Kontakte für gemeinsame Aktivitäten zum Beispiel für Theaterbesuche oder Ausflüge geknüpft werden können, erläutert Letzgus.

Eigeninitiative im Vordergrund

Diesen Ansatz, „nicht Hilfeangebote, sondern die Unterstützung von Selbsthilfe und Eigeninitiative“ zu offerieren, verfolgt das Nachbarschaftszentrum Ostend seit seiner Gründung, erinnern sich Sprecherin Christiane Dubuque und Doris Letzgus in der Chronik, die sie anlässlich des runden Geburtstags verfasst haben. Ein weiteres zentrales Element in der Arbeit ist das Miteinander von Jung und Alt. Menschen aus verschiedenen Generationen können sich hier begegnen und austauschen, betont Dubuque. Oft wird gemeinsam gefeiert wie das Sommerfest oder St. Martin, bei dem die Älteren die Mädchen und Jungen mit Kinderpunsch oder Bratäpfeln versorgen.

Damals, bei der Eröffnung 1985, fehlte es in dem problembeladenen Viertel an einem Treffpunkt, wo die Nachbarn generationsübergreifend und interkulturell zusammenkommen konnten. „Heute ist das Nachbarschaftszentrum ein kleines Bürgerzentrum für jeden hier im Stadtteil“, erläutert Dubuque. Das schätzt auch Stadträtin Daniela Birkenfeld, Dezernentin für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, an der Einrichtung: „Ob Kinder, Familien oder Senioren – unter dem Dach des Nachbarschaftszentrums Ostend sind alle willkommen.“ Sie plädiert dafür: „Wir müssen weg von der künstlichen Trennung der Generationen in jeweils separaten Einrichtungen hin zur Stadtteilfamilie“ – ein Ansatz, der im Nachbarschaftszentrum bereits gelebt werde.

Sonja Thelen

Barrierefreie Betriebe ausgezeichnet

Drei Frankfurter Unternehmen sind mit dem Preis für barrierefreie und behindertenfreundliche Betriebe der Stadt Frankfurt ausgezeichnet worden. Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld, die die Auszeichnung im Römer überreichte, lobte das Engagement der Preisträger für die Gleichstellung: „Sie geben Beispiel dafür, dass es möglich ist, sich auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen einzustellen.“

Der Hessische Rundfunk erhielt das Preisgeld von 2.000 Euro, weil er nicht nur die technische Ausstattung von Gebäuden und Anlagen behindertengerecht ausgestaltet hat. Auch die Personalabteilung und die Schwerbehindertenvertretung werden für ihre Unterstützungsleistungen gelobt. So gibt es etwa in der Kantine eine Bedienung am Tisch für blinde und sehbehinderte sowie in ihrer Bewegung eingeschränkte Mitarbeiter. Mehr als acht Prozent der Beschäftigten im Hessischen Rundfunk sind zudem schwerbehindert. Die Römerstadtschule erhielt ebenfalls 2.000 Euro Preisgeld. Sie wird für ihr großes Engagement ausgezeichnet, sich von der integrativen Schule hin zur inklusiven Schule zu entwickeln. Dort werden behinderte und nichtbehinderte Kinder gemeinsam unterrichtet. Die Räumlichkeiten sind fast überall barrierefrei zugänglich. Das Gartencenter Sunflower erhält ein Preisgeld von 1.000 Euro, weil es seine Verkaufsräume und das angeschlossene Café rollstuhlgerecht ausgebaut hat und seinen Kunden etwa einen Rollstuhl oder einen Rollator leihweise zur Verfügung stellt. Einkaufswagen können an Rollstühle angehängt werden. Die Stadträtin wies darauf hin, dass die Stadt Frankfurt neben den gesetzlich vorgeschriebenen auch freiwillige Leistungen für Menschen mit Behinderungen erbringt. So würden zum Beispiel Krabbelstuben- und Hortplätze finanziert und ein Fahrdienst für gehbehinderte Menschen angeboten.

red

Die Ausgewählten freuen sich über die Auszeichnung für ihre barrierefreien und behindertenfreundlichen Betriebe und Dienststellen.
Foto: Oeser

Viele Familien, wenige Großeltern: Oma-Opa-Vermittlung sucht Senioren

Werben eifrig für die Oma-/Opavermittlung, Engagierte für das Monikahaus. Foto: Rohnke

Bereits seit zwei Jahren bemüht sich Helga Mikuszeit im Monikahaus beim „Sozialdienst katholischer Frauen“ um die Vermittlung von „Leihgroßeltern“ an Familien mit Kindern. Der Kinderschutzbund und das Bürgerinstitut organisieren Seminare für Großeltern, die ihre Rolle im sich wandelnden Wertesystem neu finden müssen.

Das Bild der heutigen Durchschnittsfamilie sieht so aus: Die Großeltern sehen das Enkelkind häufig nur ein bis zwei Mal im Jahr, weil die geforderte Flexibilität im Arbeitsmarkt die Eltern häufig dazu treibt, weit weg zu ziehen. Ebenso sind die Großeltern oft selbst noch in Arbeit oder gönnen sich nach Rentenbeginn ein reise- und erlebnisfreudiges Leben. Die Beteiligung an der Großelternschaft steht meist nicht mehr an erster Stelle, vielmehr tritt für die Seniorengeneration zunehmend ein Lebenskonzept in den Mittelpunkt, das von Autonomie und neugieriger Entdeckungslust geprägt ist. Gerade in Frankfurt ist der Anteil der Familien, die wegen des Berufes hergezogen sind, besonders groß.

Die Initiative des Monikahauses ergab sich daraus, dass die Werte und Haltungen von Großeltern als wohltuend für Kinder gesehen werden und man hier nach einem Weg suchte, Begegnungen mit der älteren Generation zu ermöglichen.

Während sich zahlreiche Eltern melden, die Interesse haben, sind die Senioren zögerlich, Verantwortung als Leihgroßeltern zu übernehmen. Viele haben bereits zahlreiche Hobbys, wie leibliche Großeltern auch. Oder sie fürchten vielleicht, zu sehr eingebunden zu werden. Hier könnte der Besuch im Seminar des Kinderschutzbundes helfen, Ängste abzubauen.

Im Frankfurter Büro des Kinderschutzbundes organisiert Christina Kempf die Großelternseminare (siehe Kasten). Sie ist Betroffene und mit ihren 54 Jahren selbst Großmutter. Sie berichtet von gutem Austausch unter den Seminarteilnehmerinnen (es gab im Pilotkurs im Oktober keine Männer) über ihre Rolle. Häufig stünden die Großeltern noch voll im Berufsleben und könnten der traditionellen Rolle der immer zeithabenden Oma nicht gerecht werden. Ebenso ist der Kurs dazu gedacht, sich selbst darüber klar zu werden, was die eigenen Ansprüche sind. „Oft werden die Großeltern in die Kinderhüter-Rolle hineingedrängt, kriegen das regelrecht aufgebrummt, obwohl sie doch ihren eigenen voll ausgefüllten Alltag haben“, berichtet Kempf. Da gelte es sich zunächst selbst Klarheit zu verschaffen und dann schließlich diese Klarheit auch den eigenen Kindern zu vermitteln. Dabei geht es um die Fragen, was die Beteiligten wollen, was sie nicht wollen und dabei zu erarbeiten, wo Grenzen gesetzt werden müssen. Die Rollendefinition ist ebenfalls wichtig für die Standortbestimmung: Großeltern stehen nicht in der ersten Reihe bei der Kindererziehung und müssen die Gepflogenheiten der Familie im Grundsatz akzeptieren, obwohl im Umgang durchaus eigene Regeln herrschen können.

Ebenso betreten die frisch gebackenen Großeltern ein neues Terrain mit den Kindern. Sie haben sicherlich früher selbst Kinder groß gezogen, aber die Anforderungen, die die „Multimediale Welt“ oder das neue kooperativere Miteinander einer neuen Erziehungskultur mit sich bringt, müssen oft erst eingeübt werden.

Wer Interesse hat, sich als Leihoma der Leihopa zu engagieren, kann sich informieren beim Sozialdienst Katholischer Frauen (SKF). Kriegkstraße 36, 60326 Frankfurt, Telefon 0 69 / 97 38 23-0.

Felix Holland

„Kinder, die Zweite“

Zum Umgang mit Kindern bietet der Kinderschutzbund (www.dksb.de) Seminare für Großeltern an. Hier werden Erziehungsfragen und Problemfälle diskutiert und die Problemlösung debattiert und geübt. Bei aller Aktivität für die Kleinen soll aber auch dafür sensibilisiert werden, sich selbst, die eigenen Bedürfnisse als Großeltern nicht zu vergessen.

Ein ähnliches Angebot hat auch das Bürgerinstitut (www.buergerinstitut.de) im Programm. Hier steht die besondere Beziehung zum Enkel im Mittelpunkt. Ebenso wird die Entwicklungspsychologie von Heranwachsenden thematisiert, die Rolle der Großeltern heute betrachtet und schließlich die mögliche Lebensveränderung als Großeltern analysiert. Start ist im Februar. *Holland*

Die Oberbürgermeisterin macht Hausbesuche

In der Vorweihnachtszeit besuchte Petra Roth das Altenpflegeheim Nellinistift und Kinderhaus des Frankfurter Diakonissenhauses – seit Januar unter der Trägerschafts des Evangelischen Vereins für Innere Mission – in der Cronstettenstraße 59. Kinder und Bewohner hatten viel Spaß bei Gesang und Bastelei.

Foto: Rohnke

Anzeigen

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

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

Wenn das Geben Früchte trägt

Diakonische Bürgerstiftung tut viel Gutes

Angelika Detrez präsentiert das neue Logo mit dem gelben Kreis.

Drei Euro für ein Mittagessen? Klingt günstig, kann sich aber nicht jeder leisten, der von einer kleinen Rente leben muss. Von Seniorenfahrten für 13 Euro ganz zu schweigen. Dank der Diakonischen Bürgerstiftung Niederrad können alte hilfsbedürftige oder einsame Menschen, die in dem südlichen Stadtteil rund um Uniklinik und Rennbahn leben, solche Angebote wahrnehmen – auch, wenn sie die Teilnahmegebühr nicht zahlen können.

Ganz im Sinne von Dieter Nölle, der vor gut einem Jahr den Grundstein für die Bürgerstiftung legte. 15.000 Euro gab der Niederräder damals aus dem Nachlass seines Vaters der evangelischen Paul-Gerhardt-Gemeinde. „Er wollte etwas zurückgeben, das langfristig währt“, sagt Pfarrerin Angelika Detrez. Nölles Vater hatte 40 Jahre lang in Niederrad gelebt, fühlte sich dem Stadtteil und der Kirchengemeinde sehr verbunden. Mit dem Geld sollte Pfarrerin Detrez eine Stiftung gründen, die viel Gutes für die Senioren im Stadtteil leisten kann.

Denn anders als bei einer Spende wird bei einer Stiftung das Geld nicht direkt ausgegeben, sondern angelegt. Das Vermögen bleibt so dauerhaft erhalten, da nur dessen jährliche Zinserträge für die Stiftungszwecke verwendet werden, erklärt Dieter Ruppert, pensionierter Steuerberater und Mitglied des Stiftungskuratoriums.

Im Regenbogenhaus der Paul-Gerhardt-Gemeinde werden Spiele, Unterhaltung und kulturelle Angebote für Senioren gemacht, die durch das Stiftungsgeld besser gefördert werden können. Dazu gehört einmal im Monat ein Mittagstisch. Der wird besonders gut angenommen. Etwa 30 bis 40 Senioren ab 80 Jahren kommen regelmäßig. Nicht nur, weil es für drei Euro ein frisch zubereitetes Drei-Gänge-Menü gibt, sondern auch, um sich mit Gleichgesinnten zu treffen und auszutauschen.

Unter Menschen sein

Gemeinschaft erleben, auch wenn die Kinder weggezogen sind und der Partner verstorben ist, das werde angesichts des demografischen Wandels immer wichtiger, betont Angelika Detrez, Vorsitzende des Kuratoriums. So lud die Bürgerstiftung im September anlässlich ihres Jahrestages zu einem Konzert ein: Chansons und Operetten der 20er und 30er Jahre. Gleich im Anschluss an das Konzert kamen zwei Ehepaare auf Angelika Detrez zu, wollten das diakonische Projekt durch weitere Zustiftungen unterstützen.

Aus den anfänglichen 15.000 Euro sind so innerhalb eines Jahres stolze 95.000 Euro geworden. „Wir sind überrascht, wie viele Menschen bereit sind, Gutes zu tun“, sagt Angelika Detrez. Damit noch mehr alte und hilfsbedürftige Menschen von der diakonischen Unterstützung profitieren können, bemüht sich die Bürgerstiftung weiterhin um Stifter – und um ehrenamtliche Helfer, die die kirchlichen Angebote für Senioren wie Besuchsdienste und den Mittagstisch erst ermöglichen.

Ein Stadtteil hält zusammen

„Wir wollen einen Ausgleich schaffen zwischen den Menschen, die durch einen gut dotierten Beruf oder durch Erbschaft zu einem gewissen Vermögen gekommen sind und bereit sind, etwas davon abzugeben an diejenigen, die genauso tüchtig waren, aber ein ungerecht geringeres Einkommen haben“, sagt Dieter Ruppert. Menschen, die sich gegenseitig stützen, damit möglichst viele bis ins hohe Alter am gesellschaftlichen Leben teilhaben können. Die Idee spiegelt sich auch in dem Logo wider, das sich die Bürgerstiftung gegeben hat: Ein blauer Punkt, die Farbe der Diakonie, prangt als Blüte auf einem Blumenstiel, der das Grün des Niederräder Wappens aufgreift. Mit einem Schwung hält ein strahlend, gelber Kreis das Ganze umschlungen – ein Stadtteil hält zusammen.

Judith Gratza

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 - 91070 • Fax: 0 97 41 - 910772
eMail: pension_jaegerhof@t-online.de
www.kurpension-jaegerhof.de

Das Leid von der Seele schreiben

Aufarbeitung ist nicht einfach. **Foto: Rohnke**

Kriegserlebnisse sind immer schrecklich und hinterlassen tiefe, meist verdeckte Wunden. In einer Schreibtherapie begeben sich Traumatisierte auf eine innere Spurensuche

Der 66-Jährige Mann aus Eschborn hat als Kleinkind Schlimmes gesehen. Auf der Flucht aus Schlesien mit seiner Mutter lagen Leichen direkt neben ihm im Güterwaggon. Kalte, tote Menschen. Der Zug hielt an, die schwere Eisentür öffnete sich, die Leichen purzelten raus ins Freie. Einfach so. Wie er sich damals gefühlt hat? Schlecht. Natürlich. Vieles davon geht ihm noch heute durch den Kopf. Wenn das passiert, schläft er schlecht. Immer wieder.

Viele Kriegskinder haben Tod, Gewalt und Angstzustände kennengelernt. Sie tragen die Erlebnisse viele Jahre mit sich herum und zeigen posttraumatische Symptome: Schweißausbrüche, Herzrasen, Schlafstörungen. Sie vermeiden es, Kriegsfilme anzuschauen, gehen ungern in Flughäfen oder in enge, dunkle Räume. Haben Flashbacks, bruchstückhafte Erinnerungen mitten am Tag, weil sie ein bekanntes Geräusch an Vergangenes erinnert.

Kreislauf durchbrechen

Diesen Kreislauf will das Behandlungszentrum für Folteropfer Berlin durchbrechen. In Zusammenarbeit mit der Universität Greifswald können traumatisierte Kriegsüberlebende in einer Schreibtherapie, die überwiegend über das Internet abgewickelt wird, ihre Geschichte aufarbeiten. Aus der Ferne, zu Hause am Schreibtisch. Dabei sind sie dennoch nicht allein, denn die Verfasser des Biografie-Tagebuchs werden von der Diplom-Psychologin Maria Böttche eng begleitet. Würden die Teilnehmer ohne Anleitung ihre Erlebnisse aufschreiben, „verlieren sie sich oftmals, erinnern sich nur fragmentarisch und verdrängen das Wesentliche, was ihnen unterbewusst schwer zu schaffen macht“, erklärt Böttche. Deshalb bekommen sie Fragebögen. Insgesamt elf Schreibsitzungen umfasst die Therapie, eingeteilt nach Lebensabschnitten. Zwei Briefe beschäftigen sich konkret mit dem Trauma. Die zwei letzten Briefe schreiben die Teilnehmer an sich selbst, an das damalige Kind. Jeweils 45 Minuten Zeit sollen sich die Patienten für jeden Bericht nehmen, zwei Mal in der Woche. „Und jeden Brief, der an mich geschickt wird, beantworte ich innerhalb von 24 Stunden“, verspricht Böttche. Darin nimmt sie Stellung zu den Schreiben und arbeitet besonders Stärken und zum Teil auch Schwächen heraus. „Traumatisierte sehen oft nur die negativen Ereignisse und vergessen, dass sie unglaublich stark sind, weil sie viel ausgehalten haben.“

Es hört auch wieder auf

Die Konfrontation mit Kriegserlebnissen kann durchaus hart sein. „Viele schreiben mir, dass sie das Blatt Papier nicht mehr gesehen haben vor lauter Tränen“, erzählt Maria Böttche. Aber das sei ganz normal, denn meistens waren es keine schönen Dinge, an die sich die Menschen heute erinnern. In Ausnahmefällen telefoniert sie mit Patienten. „Aber die meisten können das aushalten. Sie tun es ja bereits seit vielen Jahren, nur unterbewusst.“ Es sei wichtig, dass sie bewusst erkennen, ja, es war schlimm. Aber sie sollen merken, es hört auch wieder auf. „Das nimmt die Angst“, sagt Böttche. Und es vermittelt vielen das Gefühl, dass sie ihre Ängste besser steuern können. „Dann bessern sich meist auch die Symptome, die Schlafstörungen nehmen ab.“

Und in vielen Fällen stoße die Behandlung einen Dialog mit der Familie an. „Was vorher verschwiegen wurde, kann von Kindern oder Enkeln dann besser erklärt, nachgelesen und verstanden werden.“ Natürlich nur, wenn die Teilnehmer das wollen. Dann können sie Abschriften oder Kopien der Briefe aufheben und weiter geben. Denn die kostenlose Schreibtherapie unterliegt der Schweigepflicht. Daten werden vom Beratungszentrum anonymisiert.

Die Therapie dauert im Schnitt sechs Wochen. 80 Teilnehmer aus ganz Deutschland haben seit Beginn Mitte 2008 mitgemacht. Drei, sechs und zwölf Monate nach Ende des Programms bekommen sie weitere Fragebögen zugeschickt, „um zu sehen, wie stabil sie sind“. Eine erste Zwischenbilanz zeige: Die posttraumatischen Symptome verringern sich. Und das sei auch noch ein halbes Jahr nach der Schreibtherapie so.

Wer an dem Projekt teilnehmen möchte, erfährt Details im Internet unter www.lebenstagebuch.de oder telefonisch unter 0 30/ 30 39 06 32 bei Maria Böttche. *Nicole Galliwoda*

Anzeige

Teppich-Service24
Teppichwäsche - Reinigung - Reparatur
Hol-und Bringservice Kostenlos
069 - 90474494
www.teppich-service24.de
Gutleutstraße 320 60327 Frankfurt
- BIO-Handwäsche
- Reinigung
- Reparaturen & Ketteln
- Fransenerneuerung

Wissenswertes und Aktuelles über den ältesten menschlichen Sinn **Teil 1**

Das stinkt mir aber gewaltig...

Manche Rosen duften besonders gut, da muss man einfach dran schnuppern. Foto: Oeser

Es ist leicht gesagt „das stinkt mir" oder „den kann ich nicht riechen" denn meist ist nicht ganz klar, wie und warum diese Aussage zustande kommt. In der Regel ist es nicht in erster Linie der Geruch, den wir meinen, sondern wir drücken damit Ärger (...das stinkt mir) beziehungsweise fehlende Sympathie aus (...den kann ich nicht riechen).

Der Volksmund hat schon seit langer Zeit diese „Sprüche" verinnerlicht, ohne dabei die wissenschaftliche Grundlage auch nur annähernd zu kennen. Erst in den vergangenen Jahren gab es durch die moderne molekular- und zellbiologische Forschung erstaunliche Einblicke in die Geheimnisse unseres ältesten Sinnes. Die ersten Ergebnisse sind so faszinierend und weit reichend, dass sie bereits heute, aber sicher in der Zukunft unser Leben mitbestimmen, ja vielleicht sogar verändern werden.

Jeder riecht anders

Der Duft einiger Menschen wird als angenehm, betörend oder sogar verführerisch empfunden. Bei anderen rümpft man die Nase. Manche Menschen wecken Lust und Liebe in uns und verleihen der Phantasie Flügel. Manche finden wir abstoßend und sogar ekelhaft. Oft wissen wir nicht so genau, warum. Der Geruch des Menschen ist unabhängig vom Aussehen. Da Düfte sich nicht so einfach einfangen und konservieren lassen, gibt es auch bisher keine eigenen Kategorien. Vielmehr werden Düfte beschrieben – „wie eine Rose, wie eine Meeresbrise" oder einfach süß, frisch, blumig, säuerlich oder streng. Dieses Ritual findet sich alljährlich gehäuft vor Weihnachten oder zu Geburtstagen wieder. Männer stehen in der Parfümerie und versuchen das Lieblingsparfüm der Ehefrau, dessen Name ihnen gerade entfallen ist, zu beschreiben. Dabei kommt es eher zu hilflosen Versuchen, die oft das komplette Sortiment beschreiben.

Wir können uns nicht selber riechen

Alles ganz schön, aber wir können uns selbst nicht so wahrnehmen wie es andere tun. Von Goethe ist bekannt, dass er Frau von Stein ein Mieder entwendete, um nach Lust und Laune daran riechen zu können. Denn unsere Körperdüfte sind ganz individuell. Ähnlich wie ein Fingerabdruck eindeutiges Zeichen für ein Individuum ist, so ist auch der Körperduft eines Menschen eine untrügliche Einmaligkeit. So wittert ein Hund unsere Fährte oder erkennt, dass wir Angst vor ihm haben, weshalb er uns für leichte Beute hält und auf uns zuschießt. Wo bleibt da die Kontrolle des modernen Menschen über seine Welt?

Körperdüfte sind ein Teil unserer nicht zivilisierten Vergangenheit – wild und archaisch, deshalb auch faszinierend. Was dem Tier, zum Beispiel dem Hund, erlaubt ist, der ganz offen und ohne Scham nicht mehr vom Hinterteil seiner Artgenossin lassen kann, gilt beim Menschen als unschicklich. „Riechen" gehört sich nicht, so der gesellschaftliche Stand heute. Dies gilt in doppelter Bedeutung – besser keinen Geruch verbreiten und keinen wahrnehmen.

Wie nah Faszination, Ekel und Ablehnung zusammenliegen, haben der Film „Das Parfüm" und das Buch über die „Feuchtgebiete" einer Frau mit detailreichen Schilderungen gezeigt. Beide wurden zu Bestsellern und haben zu vielen Diskussionen beigetragen.

Seit Kurzem ist es erstmalig möglich, physiologische Prozesse des Riechens tatsächlich zu erklären. Kaum jemand hätte es für möglich gehalten, dass die Duftwahrnehmung im Gehirn eines lebenden Menschen sichtbar gemacht werden kann. Aufgrund klinischer Verfahren wie Kernspintomografie und Positronen-Emissions-Tomografie (PET) können Wissenschaftler dem Gehirn bei der Arbeit zusehen. Millimeter- und millisekundengenau können die aktiven Teile des Gehirns dargestellt werden.

Doch nicht nur die Lokalisation wurde erforscht, sondern auch wie Düfte erkannt werden und ihren Weg in unser Gehirn finden, welche Botschaften sie überbringen und warum wir bei bestimmten Gerüchen plötzlich Angst bekommen, unser Herz zu rasen beginnt oder uns Schmetterlinge im Bauch Vergnügen bereiten. Insbesondere die aktuellen Ergebnisse des Forscherteams um Professor Hanns Hatt der Ruhr-Universität Bochum beweisen, dass Duftstoffe schon unser Leben bestimmen, wenn wir noch nicht einmal existieren.

Spermien haben eine „Nase"

Denn nicht allein die Nase besitzt riechende Zellen. Neben verschiedenen Organen besitzen auch zur großen Überraschung die Spermien diese Fähigkeit. Auf ihrem „Arbeitsweg" zur weiblichen Eizelle folgen sie einer Duftspur in tiefer Dunkelheit. Fehlt der Lockduft (Maiglöckchenduft!) oder sind die Spermien nicht in der Lage ihn wahrzunehmen, kommt es zu keiner Befruchtung.

Am Anfang stand das Riechsystem

Über die „Liebesboten der Chemie" wird in einer der nächsten Ausgaben der SZ noch näher berichtet. An dieser Stelle hier noch ein paar Grundlagen aus der Evolution des Riechsystems.

Nach der Evolutionstheorie stand am Anfang das Urmeer, wo alles Leben begann. Es herrschte tiefe Dunkelheit und komplette Stille. Weder Augen noch Ohren, weder der Hörsinn noch das Sehen waren gefordert, denn sie konnten weder bei der Nahrungssuche helfen noch Feinde erkennen oder gar helfen, einen Partner zu finden, um sich fortzupflanzen. Nutzbar war nur der vorhandene Lebensraum Meer mit dem Medium Wasser. Die ersten Tiere begannen „chemische Botschaften“ auszusenden. Das Wasser trug sie zu den Chemosensoren ihresgleichen, wo sie wahrgenommen werden konnten. Nur durch diese Geruchssignale konnte ein Kontakt mit einer Botschaft verbreitet werden. Dies geschah lange bevor Hören und Sehen aktiv wurden. So erhielt Riechen seinen Namen als der „chemische Sinn“.

Bis heute gibt es primitive Lebewesen, wie zum Beispiel eine Aalart, die in 2.000 Meter Tiefe im Meer lebt. Diese Art hat keine Augen. Sie benutzt ihr Gehirn überwiegend, um chemische Reize zu analysieren. Wir können heute im Labor die Wahrnehmung solcher chemischer Substanzen gut nachvollziehen. Dieser Aal kann chemische Reize so analysieren, dass er Futter findet, Feinde wittern und willige Geschlechtspartner aufspüren kann. Was braucht ein Aal mehr?

Interessant ist, dass ihm für seine Leistung nur etwa zehn verschiedene Sensoren zur Verfügung stehen. Das sind Eiweiße, die sich auf das Riechen spezialisiert haben und deshalb auch Riechrezeptoren heißen. Andere Fische besitzen schon zirka 100 bis 150 Riechrezeptoren, um in der oberen Meeresschicht leben zu können. Die meisten dieser Rezeptoren sind unverändert bei den Säugetieren und auch bei den Menschen zu finden. Man nennt sie deshalb auch „fischähnliche“ oder Wasserrezeptoren“.

Der Mensch zwischen Fisch und Ratte

Später, als das Leben aus dem Wasser an Land stieg, wurde die Luft Medium der chemischen Moleküle, die diese weiter trug. Es entwickelte sich ein Organ, das die „Botschaften“ über die Luft aufnehmen konnte – die Nase. Das Gehirn hatte nun immer mehr zu leisten und die vielen verschiedenen Düfte zu unterscheiden. In dieser Zeit entwickelte sich auch das Hören und Sehen. Das Gehirn arbeitete fleißig, denn die Reize nahmen an Bedeutung für ein gesichertes Leben zu. Über die besten und leistungsfähigsten „Nasen“ verfügen die höheren Säugetiere – Mäuse, Ratten, Katzen und Hunde. Sie haben eine perfekte Duftsprache entwickelt. Rangordnung, Familienzugehörigkeit, Reviergrenzen, Zeiträume, Geschlecht usw. werden über die „chemische Sprache“ als wichtigste Informationsquelle genutzt. Die Topnase hat die Ratte mit bis zu 1.200 verschiedenen Riechrezeptoren, gefolgt von Hunden und Katzen mit zirka 800 bis 900. Beim Menschen sind nur noch 350 in Benutzung. Nicht besonders viele, wenn man bedenkt, dass unser Genom ungefähr eine Million Gene enthält. Das Riechen ist für uns heute nicht mehr so lebenswichtig wie früher einmal. Dennoch haben wir seine Bedeutung für unser Leben bisher völlig unterschätzt.

Erst allmählich beginnen wir zu ahnen, wie tief das Riechen tatsächlich in unser Leben eingreift, wie sehr wir bestimmt sind von Düften, die wir wahrnehmen, und besonders von solchen, die wir gar nicht als Geruchsbotschaft erkennen.

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

Amt für Gesundheit Frankfurt am Main

16 Porträts voller Leben

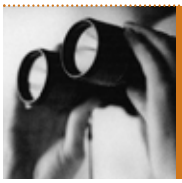
„Jenseits der Achtzig, mitten im Leben“ heißt die Ausstellung, die das Amt für Gesundheit vom 26. Januar bis 23. Februar jeweils von 10 bis 18 Uhr in seinen Räumen, Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main, zeigt. Sie wurde erarbeitet von Reinhild Rubin (Texte) vom Seniorenbüro „55 plus“/DRK zusammen mit dem Weimarer Fotografen Maik Schuck. Hochaltrige Frauen und Männer aus Jena ließen sich dafür fotografieren und sprachen über ihre Lebenssituation und ihre Befindlichkeiten. Herausgekommen sind 16 Porträts mit pointierenden Zitaten und kurzen Texten zur porträtierten Person. Die Ausstellung zeigt eine erstaunliche Fülle von Erfahrungen, Aktivitäten und Lebensressourcen, die dieses hohe Alter bieten kann.

Klaus Nagel: „Meine Leidenschaft ist die Bibliophilie; ich gelte als Bücherwurm.“

Die Ausstellung wurde als Beitrag zu den Seniorentagen im Herbst 2009 in der Jenaer Stadtverwaltung eröffnet und kann in weiteren Einrichtungen gezeigt werden.

red

Anzeige



Was – wann – wo?

Das **Schauspielhaus** hat die Frankfurter unter dem neuen Intendanten Oliver Reese im Sturm erobert und steht jetzt in der zweiten Saison. Im Dezember hatten Shakespeares „König Lear“ und Ibsens „Peer Gynt“ Premiere, auch laufen sehenswerte Wiederaufnahmen. Von Januar bis März gibt es folgende Premieren: Schnitzlers „Liebelei“, Michael Frayns „Der nackte Wahnsinn“ und Michael Thalheimers Schiller-Regie „Maria Stuart“, Andreas Kriegenburgs Goethe-Inszenierung „Stella“ und Cocteaus „Orphée“. Besonders Thalheimers Schiller-Regie sollte man sich nicht entgehen lassen. Ein Programm voll Tanz, Theater und Performance bietet immer das **Künstlerhaus Mousonturm**, Informationen und Tickets unter Telefon 069/40 58 95 20. Mit die beste freie Gruppe Frankfurts ist das **Willy-Praml-Theater** in der Naxoshalle, Telefon 069/43 05 47 33. Karten und Infos für Theater und Konzerte gibt es immer auch unter Telefon 069/134 04 00.

Im **Fritz-Rémond-Theater im Zoo** spielt seit kurzem Shakespeares „Verlorene Liebesmüh“. Am 20. Januar folgt das Kriminalstück „Mörderische Phantasien“, am 3. März die Liebeskomödie „Gut gegen Nordwind“. In der **„Komödie“** läuft ab 27. Januar ein Comedy-Musical: „What A Feeling“. Und im **Volkstheater Frankfurt** läuft noch bis zum 5. Februar das Volksstück „Lametta“ von Fitzgerald Kusz.

Die **Schirn Kunsthalle** stellt Skulpturen und Objekte von Dalí bis Man Ray aus, eben „Surreale Dinge“ (11. Februar bis 29. Mai). „Schön wie die Begegnung einer Nähmaschine mit einem Regenschirm auf einem Operationstisch“ sollte die Kunst der Surrealisten sein, weshalb sie immer wieder fremdartige und skurrile Objekte schufen oder fanden, um die Wirklichkeit zu „verrücken“ und zum Traum, ins Unbewusste vorzustoßen. Die umfassende Ausstellung mit rund 150 Werken konzentriert sich erstmals ganz auf dreidimensionale Arbeiten, die zumeist immer noch überraschend frisch und heutig wirken. Die Auswahl aus der surrealistischen Epoche von 1925 bis 1945 umfasst Duchamp, Magritte, Dalí, Picasso und Miró, aber auch viele weniger bekannte Namen.

Surreale Dinge. Skulpturen und Objekte von Dalí bis Man Ray SALVADOR DALÍ Aphrodisiac Telephone, 1936 Telefon mit Hummer aus bemaltem Gips auf dem Hörer, 18 x 12,5 x 30,5 cm © Museum für Kommunikation Frankfurt; Fotografie: ©Salvador Dali, Fundació Gala-Salvador Dali/VG Bild-Kunst, Bonn

Nicht immer haben große Söhne große Väter, aber wäre Johann Wolfgang Goethe ohne den seinen je nach Italien gereist? Der war fast 50 Jahre vor seinem noch ungeborenen Sohn dort und schrieb – auf Italienisch! – eine „Reise durch Italien im Jahre 1740“. Das **Goethe-Museum** widmet „Johann Caspar Goethe zum 300. Geburtstag“ eine Wechselausstellung (bis 28. Februar).

„Nelly Sachs. Flucht und Verwandlung“ heißt eine Ausstellung im **Jüdischen Museum** am Untermainkai (16. März bis Juli 2011). Die große Lyrikerin aus Berlin (1891–1970) entkam um Haaresbreite den Nazis, erhielt 1965 den Friedenspreis des deutschen Buchhandels und 1966 mit Samuel Joseph Agnon den Literaturnobelpreis. Wie heißt es in einem ihrer Gedichte: „An Stelle von Heimat halte ich die Verwandlungen der Welt...“

Schon 2009 eröffneten Ausstellungen im **Städel-Museum** („Die Chronologie der Bilder – Städelwerke vom 14. bis 21. Jahrhundert“: bis 26. Juni), im **Archäologischen Museum** („Fürsten, Feste, Rituale“ der Kelten und Etrusker: bis 20. März), im **Historischen Museum** (Bildreportagen und Theaterfotografie Abisag Tüllmanns: bis 27. März; siehe dazu auch SZ 4/2010 Seiten 44 bis 45).

Martin Kippenberger (1953–1997): Zwei proletarische Erfinderinnen auf dem Weg zum Erfinderkongress, 1984; Öl und Silikon auf Leinwand, 160 x 133 cm, Städel Museum, Frankfurt am Main; Foto: Städel Museum-ARTOTHEK; ©Estate Martin Kippenberger, Galerie Gisela Capitain,CologneErworben 2006 als Geschenk der Messe Frankfurt GmbH

Interessante Konzerte bietet immer die **Alte Oper**, aber auch die **Hochschule für Musik und Darstellende Kunst**. Dasselbe gilt für **Dr. Hoch’s Konservatorium**. Schließlich offeriert die **Volkshochschule** ihr Programm „Aktive Seniorinnen und Senioren“ (siehe Seiten 63 und 64). *Marcus Hladek*

Anzeige

…die guten Pflanzen ins gute Töpfchen

Die Aussicht aufs Frühjahr lässt auch die Vorfreude auf blühende Pflanzen wieder wachsen. Schluss mit Erika und Weihnachtsstern. Tulpen und Narzissen müssen her. Doch immer, wenn es darum geht, Blühendes auch dann draußen zu lassen, wenn es noch kalt, ja sogar frostig ist, stellt sich die gleiche Frage: Sind die Kästen und Kübel frostsicher?

Da heißt es beim Kauf aufpassen. Denn nicht alles, was schön aussieht, bleibt auch so. Oft kommt die Überraschung im Frühling, wenn man den Kasten oder Kübel neu bepflanzen will. Beim Hochheben hat man plötzlich einen Teil in der Hand, oder es kracht der Boden, ein Stück von der Seitenwand einfach herunter. Nicht frostfeste Keramik wird spröde und spätestens bei kräftiger Berührung zerplatzt sie.

Daher sollte man lieber etwas mehr Geld anlegen, wenn man schöne Keramik- oder Terrakottakübel auf Balkon und Terrasse haben will. Nur wo „frostfest“ draufsteht, kann man sicher sein, dass man auch nach dem Winter noch Spaß daran hat.

Aber warum eigentlich immer Terrakotta? Weil es so schön aussieht. Inzwischen gibt es Kübel und Kästen aus Kunststoff, die täuschend echt wie mediterrane Terrakottatöpfe wirken. Sie sind nicht nur billiger als Terrakotta. Sie haben auch einen unschätzbaren Vorteil, zumal, wenn man älter wird: Sie sind nicht so schwer. Meist kann man sie sogar dann noch heben, wenn sie mit Erde gefüllt sind. Es muss also nicht immer der freundliche Nachbar oder sonst ein Helfer kommen, wenn die Pflanzen umgestellt werden sollen.

Aber auch bei frostfesten Kübeln heißt es Vorsicht. Denn die Pflanze, die darin sitzt, muss es auch sein. Ein Orangenbäumchen geht unweigerlich ein, wenn man es im kalten deutschen Winter draußen lässt. Auch für Pflanzen, die ein frostsicheres Winterquartier brauchen, bewährt sich also der Kunststoffkasten oder- kübel. Aber es gibt noch eine andere Variante. Echte Terrakotta oder Keramik, kombiniert mit Kunststoff. Man setzt die Pflanze in einen einfachen Kunststoffkübel und platziert diesen in einen schönen Keramik-Übertopf. Fürs Winterquartier kann man dann die Pflanze leichter transportieren und den Kübel im Keller überwintern lassen.

Worauf man noch bei der Wahl von Kübeln und Kästen achten sollte? Wer öfters verreist, ist gut beraten, wenn er Kästen mit Wasserreservoir wählt. Zwar hält auch das nicht ewig, aber einen Kurzurlaub von ein paar Tagen überstehen die Pflanzen darin gut. Und für längere Reisen greift man gern auf Nachbarschaftshilfe zurück. Vielleicht freut sich der hilfreiche Mensch ja auch über einen Ableger von einer besonders schönen Kübelpflanze? *Liselotte Wendl*

Mit dem richtigen Kübel hat man lange Freude an Balkonpflanzen. Foto: Oeser

Mehr Infos zum Beispiel im Buch „Das Topfgartenbuch“ von Ellen Fischer, erschienen im Ulmer-Verlag.

Anzeige

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen und Pflege im Zeichen der Nächstenliebe

- Betreutes Wohnen im Premium-Ambiente, Seniorenwohnungen, vollstationäre Pflege, Wohngemeinschaft, Tagespflege und ambulante Pflege
- Spezielle Pflegeangebote für Menschen mit Demenz
- Behagliches Wohnambiente mit viel Liebe zum Detail
- Vernetztes Leistungsangebot: Medizin, Therapie, Pflege und Betreuung
- Unsere Standorte: HAUS SAALBURG, SCHWANTHALER CARÉE, Schloss-Residence Mühlberg, OBERIN MARTHA KELLER HAUS, CURATEAM ambulantes Pflegeteam, TAGESPFLEGE (Neueröffnung ab Januar 2011)

AGAPLESION MARKUS DIAKONIE, Frankfurt, T (069) 95 33 - 2872,
info@markusdiakonie.de, www.markusdiakonie.de

Zwei Mal im Jahr wird gefastet

Afghanische Hindus in Frankfurt

In Frankfurt haben viele Religionsgemeinschaften einen Platz. **Foto: Oeser**

Wenn die Weizensaat im April keimt, wird sie dem Main übergeben. Dies gehört zum Ritual der Fastenzeit, das afghanische Hindus in Frankfurt pflegen. Mithilfe des Amtes für multikulturelle Angelegenheiten hat diese religiöse Gruppe erreicht, dass seit zwei Jahren dieses Ritual zum Navratri (bedeutet: Neun Nächte) an den Ufern des Flusses ausgeübt werden darf. In diesen neun Nächten und zehn Tagen werden verschiedene Verkörperungen von Göttinen angebetet und es wird sieben Tage gefastet. Diese Fastenzeit halten die Afghan-Hindus alle sechs Monate ab, vorher findet – symbolisch auch für die innere Reinigung – ein großer Tempelputz statt, das Gleiche verrichten die Familien zuhause. Im Frühjahr zu Beginn dieser Fastenzeit ist auch das Neujahr der Hindus. Am ersten Tag säht man Weizen in ein Töpfchen mit Erde – das, was keimt, wird als göttliches Symbol verehrt. Nach zehn Tagen Keimung soll es fließendem Wasser übergeben werden, da dies etwas Reines und Spirituelles ist und nicht mit dem Müll entsorgt werden darf. Die Möglichkeit, den Main für diese Handlung in Anspruch zu nehmen, bedeutet der Gemeinde daher viel.

Die meisten Menschen verbinden mit Afghanistan derzeit meist eher die Taliban mit ihrer fundamentalistischen Auslegung des Islam. Kämpfer, die die Bevölkerung unterdrücken und an eine allzu buchstabentreue Auslegung des Islam fesseln, vermischt mit dem strengen Ehrenkodex vor allem vieler Paschtunen, einer afghanischen Volksgruppe. Hindus dagegen sind den meisten Menschen eher aus Indien bekannt. Gerade nach Deutschland sind jedoch viele afghanische Flüchtlinge gekommen, die Hindus sind. Den Verein Aasa Maimandir e.V. gibt es seit 1996 in Frankfurt, er ist ein Zusammenschluss von afghanischen Hindus aus dem ganzen Rhein-Main-Gebiet. Im Tempel im Stadtteil Fechenheim treffen sie sich regelmäßig, vor allem sonntags.

Hindus stellen in Afghanistan zwar seit Jahrhunderten eine Minderheit dar, bilden jedoch schon immer einen festen Bestandteil der Bevölkerung: Ursprünglich war das ehemalige Königreich Afghanistan eine ethnisch facettenreiche und religiös vielfältige Gesellschaft. Seit 1992 die Mujaheddin die Macht übernahmen, wurden zuvor schon bestehende diskriminierende Regelungen verschärft und weiteten sich bis zur systematischen Diskriminierung (zum Beispiel spezielle Kleiderordnung, begrenzter Zugang zum Schulsystem) und Verfolgung der nicht-muslimischen Bevölkerung unter der Talibanherrschaft 1996 bis 2001 aus. Unzählige Angehörige religiöser Minderheiten und politische Oppositionelle emigrierten während dieser Zeit, weil sie um ihr Leben fürchten mussten.

Der Tempel ist ein Zuhause weit weg von der Heimat: Neben der Spiritualität wird natürlich auch die kulturelle Tradition, das Beisammensein und, vor allem bei Senioren, die Erinnerung gepflegt. Ragni Arora, eine junge Frau von 25 Jahren, ist selbst Mitglied der Gemeinde und kam mit zwölf Jahren mit ihrer Familie nach Deutschland. Mit Afghanistan selbst identifiziert sie sich, so sagt sie, mittlerweile weniger. Trotzdem trage sie verschiedene Identitäten in sich: eine deutsche Seite, das afghanische Erbe und, für sie sehr wichtig, das Hindu-Sein. All das spiele eine Rolle in ihrem Leben und mache sie aus.

Das sei allerdings nicht bei allen afghanischen Hindus so. Vielen Jugendlichen und jungen Erwachsenen fehle „der Draht zur Religion“. Die Senioren integrierten dagegen Rituale, Fastenzeiten und religiöse Feiertage sehr viel mehr in ihr Leben. Für sie seien die Verluste, die mit der Emigration häufig verbunden waren, noch präsent: Die Heimat, ein gewisser Wohlstand, die eigene Sprache und damit einhergehend ihre Selbstständigkeit im Alltag fehlen ihnen bis heute.

Sobald in Afghanistan relative Waffenruhe herrscht, ist man in Deutschland leicht versucht, von einer Beruhigung der Lage zu sprechen. Als Konsequenz werden Aufenthaltsrechte beschnitten. Die Lage von religiösen Minderheiten (ein Prozent der gegenwärtigen Bevölkerung Afghanistans sind keine Muslime) hat sich oft jedoch noch nicht verbessert, und minderheitenfeindliche Gesinnungen stellen weiterhin ein ernstes Problem dar. So haben viele der Betroffenen bis heute Angst vor plötzlicher Abschiebung. Auch in der Frankfurter Gemeinde gab es derlei Fälle. „Für uns Jüngere ist ein friedliches multireligiöses Umfeld in Schule, Beruf und Alltag in Frankfurt normal geworden“, sagt Rajni Arora. Heute bringen sich junge und ältere Mitglieder der Frankfurter Afghan-Hindus aktiv in die Gestaltung der inter-

religiösen Beziehungen in der Stadt ein. Die Gemeinde ist Mitglied im Rat der Religionen und lädt die Frankfurter Bürger jedes Jahr während der interkulturellen Wochen in den Tempel ein. Im Jahr 2010 gab es großes Interesse am Tag der offenen Tür. Die Gemeindemitglieder freuen sich, dass sich das Angebot langsam herumzusprechen scheint.

Magdalena Modler

Afghan Hindu Kulturverein e.V.
Shree Aasamai Mandir
www.aasamaimandir.de
Ansprechpartner: Jaganath Gardezi,
Salzschlirferstr. 12, 60386 Frankfurt
geöffnet im Winter von 10 bis 17 Uhr,
im Sommer von 11 bis 18 Uhr

Neues Altenzentrum St. Josef

Am 1. November ist das neugebaute Altenzentrum St. Josef des Caritasverbandes in Frankfurt-Niederrad in Betrieb gegangen. Vor dem Hintergrund, dass viele Gastarbeiter, die in den 60er Jahren nach Deutschland kamen, nun hier alt geworden sind, ist das Haus „multikulturell“ ausgerichtet. Das zeigt sich auch in der baulichen Ausgestaltung. Das Haus wurde in mediterranem Flair durch warme Gelb-, Rot- und Brauntöne gestaltet. Die Flure laufen auf eine Art „Piazza“ zu, die Raum bietet für gemeinsame Aktivitäten. Dort kann man zwanglos zusammensitzen, sich unterhalten, Zeitung lesen, Karten spielen... Hier werden auch Veranstaltungen verschiedener Art stattfinden: Lesungen, Musik, unterhaltsame Vortragsabende, Filmnachmittage, Erzähl-Café. An der Gestaltung des Programms wirken die Bewohnerinnen und Bewohner mit.

Weitere Informationen zum neuen Altenzentrum St. Josef Niederrad erteilt die Leiterin der Einrichtung, Alice Joschko-Josefowicz, unter der Telefonnummer 069/677366-0 oder per E-Mail sankt.josef@caritas-frankfurt.de.

red

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

Seniorenwohnanlage Tränkweg 22 – 30,
60529 Frankfurt am Main-Goldstein

Diese schöne Wohnanlage befindet sich in ruhiger und grüner Lage mitten in Goldstein und umfasst mehrere Gebäude mit insgesamt 144 schön geschnittenen Wohnungen für Senioren. Die 1,5-Zimmer-Wohnungen haben eine Größe von ca. 43 m², werden renoviert übergeben und sind mit Einbauküche, Bad/WC, Balkon ausgestattet, Aufzüge sind vorhanden. Die Wohnungen haben isolierverglaste Fenster, elektrische Türöffner mit Gegensprechanlage, Heizung, TV-SAT-Anschluss und jeweils einen separaten Keller. Alle Wohnungen sind mit einem Notrufsystem versehen, mit dem Sie im Notfall jederzeit Hilfe rufen können.

Der Betreuungsdienst wird durch die Arbeiterwohlfahrt gewährleistet. Die fachlich qualifizierten und erfahrenen BetreuerInnen stehen Ihnen gern bei Fragen oder Problemen zur Seite. Sie vermitteln Ihnen bei Bedarf die notwendigen Serviceleistungen.
Auf dem Gelände befindet sich die Begegnungsstätte Hofgut des Frankfurter Verbandes. Diese bietet Ihnen vielfältige Kontakt- und Begegnungsmöglichkeiten, kulturelle Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten.
Einmal wöchentlich findet ein Wochenmarkt statt. Andere Anbieter fahren die Anlage mehrmals wöchentlich mit Lebensmitteln an. Die Haltestelle der Buslinie 51 in Richtung Höchst/Zeilsheim befindet sich direkt vor dem Haus.

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

Grundmiete		€ 250,00	x 3 = Kaution
Nebenkosten	ca.	€ 150,00	
Betreuungsgebühr		€ 16,40	
Gesamtmiete		€ 416,40	

Sind Sie neugierig geworden? Können Sie sich vorstellen, hier ein neues Zuhause zu finden? Sie sind herzlich willkommen! Wenden Sie sich an **Fr. Weluer, Tel.-Nr.: 069/3900 6-309, WOHNHEIM GmbH, Waldschulstr. 20, 65933 Frankfurt-Griesheim, post@wohnheim.abg-fh.de.** Sie gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Unsere Wohnungen sind öffentlich gefördert, d. h. die Zustimmung des Wohnungsamts ist erforderlich. Sie sind somit auch für den kleinen Geldbeutel erschwinglich und erlauben Ihnen, sich weitere Wünsche zu erfüllen!

„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

Barocke Pracht im Liebieghaus

3. Februar bis 26. Juni

Elfenbein gehört bereits seit der Antike zu den beliebtesten Materialien der bildenden Künste. Die Herkunft aus fernen, unbekannten Ländern und die Seltenheit machen seine Kostbarkeit und Faszination aus. Insbesondere im Barock war die Nachfrage nach dem Werkstoff außerordentlich groß. Die kaiserliche Residenz in Wien entwickelte sich im 17. Jahrhundert zum bedeutendsten Zentrum der Elfenbeinkunst.

Vom 3. Februar bis 26. Juni 2011 sind zahlreiche Meisterwerke dieser Blütezeit der Elfenbeinkunst nun in einer eindrucksvollen Sonderausstellung am schönen Frankfurter Museumsufer zu bestaunen: Die Liebieghaus Skulpturensammlung zeigt in Zusammenarbeit mit dem Kunsthistorischen Museum Wien großartige, virtuose Schnitzereien, die das hohe Können der Künstler eindrucksvoll dokumentieren. Darunter sind meisterlich gearbeitete Statuetten, aber auch Kannen, Pokale, Humpen oder Schalen aus Elfenbein, sogenannte Kunstkammerstücke ohne jeglichen Gebrauchs- aber mit enormem Repräsentationswert. Die von Dr. Sabine Haag und Dr. Maraike Bückling kuratierte Schau „Elfenbein. Barocke Pracht am Wiener Hof" versammelt fast 40 Meisterwerke der berühmtesten Elfenbeinschnitzer des Barock, von bedeutenden Künstlern wie Adam Lenckhardt, Johann Caspar Schenck oder Matthias Steinl.

In der Renaissance und im Manierismus war noch die Bronze ein überaus beliebtes Material für Kleinplastik. Diesem Material aber lief das Elfenbein spätestens im 17. Jahrhundert seinen Rang ab. Geschätzt wurde am Elfenbein die Elastizität des Materials bei gleichzeitiger Härte, die schimmernde Transparenz und feine Äderung, die an Fleischton erinnern. Die aufglänzende Oberfläche und weiche Körpermodellierung kamen und kommen der genussvollen Betrachtung entgegen, selbst wenn – wie zum Beispiel in der in der Ausstellung vertretenen Figurengruppe „Apoll schindet Marsyas" von Adam Lenckhardt – Grauenhaftes und Beängstigendes in Form gebracht wurde. Rasch diente die schimmernde Erscheinung des polierten Werkstoffs fürstlich-imperialem Repräsentationsanspruch, war sein Besitz doch auch ein Ausweis von Macht und Reichtum. Die große Nachfrage nach Elfenbein führte dazu, dass sich im 17. Jahrhundert neue Einfuhrhäfen für das begehrte Gut etablierten; die ost- und westindischen Handelskompanien begünstigten den massenhaften Transport vor allem afrikanischen Elfenbeins. Der Hinwendung zu solch notwendigerweise kleinformatigen Elfenbeinwerken kam entgegen, dass während des Dreißigjährigen Kriegs und der Pestepidemien Aufträge für großformatige Kirchen- oder Palastausstattungen kaum noch vergeben wurden oder ganz ausblieben. Daher wandten sich Bildhauer und ihre Auftraggeber zunehmend oder ganz der mobilen Kleinplastik zu.

Hervorgegangen aus Elfenbeindrechseleien des 16. Jahrhunderts, aus frühen Werken wie denen des Furienmeisters entwickelte sich im 17. Jahrhundert die hohe Zeit der Produktion von Elfenbeinkunstwerken. Seit der Jahrhundertmitte wurden neben den großen Bürgerstädten vor allem die weltlichen und geistlichen Residenzen Zentren der Elfenbeinproduktion, die erst im frühen 18. Jahrhundert an ihr Ende gelangte. Ihren Höhepunkt erlebte die Elfenbeinkunst in Wien zur Zeit des Fürsten Karl Eusebius von Liechtenstein (reg. 1627–1684) und kurz darauf gefördert durch Kaiser Leopold I. (reg. 1658–1705). Beide drechselten – der Kaiser ist in der Ausstellung durch einen selbstgedrechselten Deckelhumpen vertreten –, sie besaßen mehrere Drechselbänke und hatten Hofdrechsler angestellt. Es entstand ein überaus fruchtbares Klima der ge-

Matthias Steinl, Allegorie der Elemente Wasser und Luft, 1688 – 1690, Walrosszahn, Kunsthistorisches Museum, Wien,

Fotos: Kunsthistorisches Museum, Wien.

genseitigen Beeinflussungen und Kooperationen, das zahlreiche Virtuosen der Elfenbeinkunst hervorbrachte. In der Ausstellung vertreten sind die Künstler Adam Lenckhardt (1610–1660), Johann Caspar Schenck (um 1629–1674), Balthasar Grießmann (um 1620–1706) und Matthias Steinl (1643/44–1727), die maßgeblichen Einfluss auf die nachfolgenden Generationen der Elfenbeinschnitzer haben sollten.

Nachdem die Liebieghaus Skulpturensammlung dem faszinierenden Material Elfenbein bereits in der Vergangenheit die erfolgreichen Ausstellungen „Elfenbein. Einblicke in die Sammlung Reiner Winkler“ (2001) oder „Der Furienmeister“ (2006) gewidmet hat, ist es dem Frankfurter Museum nun gelungen, erstmalig die Blüte der Elfenbeinkunst in Wien in Form einer umfassenden Sonderausstellung zu zeigen. Die Präsentation beantwortet dabei auf ebenso anschauliche wie eindrucksvolle Weise die Frage, warum es gerade Elfenbein war, das sich als Material für Kleinplastik in der Zeit des Barock, insbesondere in Wien, durchsetzte. Sie bietet die Möglichkeit, dies anhand der wichtigsten Persönlichkeiten der Kammerbeinstecher nachzuvollziehen und Werke, die noch nie nebeneinander zu sehen waren, in direkten Kontrast zueinander zu stellen. So kann zum Beispiel das namengebende Relief des „Meisters der Sebastiansmartyrien“, das noch nie außerhalb Wiens gezeigt wurde, neben dem demselben Künstler zugeschriebenen Relief mit Salomos Urteil betrachtet werden. Mit Werken wie „Allegorie der Elemente Wasser und Luft“ von Matthias Steinl präsentiert das Liebieghaus Höhepunkte der barocken Elfenbeinkunst.

Sehen und Erleben

Das Liebieghaus lädt die Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift zu einer kostenfreien Führung durch die Ausstellung „Elfenbein. Barocke Pracht am Wiener Hof“ ein. Termin ist Mittwoch, 16. Februar, 11 bis 12 Uhr. Anmeldung unter Telefon 0 69 / 65 00 49 110. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Anzeige

Ankauf von modernen Möbeln
aus den 50er, 60er & 70er Jahren

Wir kaufen Ihre modernen Möbel, zeitlose Klassiker und Designerstücke aus den 50er bis 70er Jahren. Auch Teakholz & Palisander Möbel, Büro- und Praxiseinrichtungen sowie skandinavische Möbel aus dieser Zeit. Auch im restaurierungsbedürftigen Zustand.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter:
Telefon: 01 78 - 1 40 85 34

Anzeige

BUDGE STIFTUNG

Senioren-Wohnanlage und Pflegeheim

Seit nunmehr neunzig Jahren 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, den wir uns verpflichtet fühlen.

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

Die Wohnanlage wurde im Herbst 2003 eröffnet und verfügt 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

DER PARITÄTISCHE

60 ist die schönste Zahl

Das Mathematikum in Gießen vermittelt Mathematik einmal anders

Mathematik zum mitmachen… Fotos (2): Wegst

Die 60 ist ausgeglichen, stimmig und ruht in sich selbst. Warum dies so ist, erklärt Professor Albrecht Beutelspacher, der Gründer des Gießener Mathematikums. Das hat nicht nur damit zu tun, dass er selbst im vergangenen Jahr 60 Jahre alt geworden ist. Die 60 ist eine Zahl, bei der die Senioren Zeitschrift einmal genauer hinschaut.

Rein mathematisch betrachtet kann man 60 durch mehr ganze Zahlen teilen, als alle anderen Zahlen vorher. Das nennt man in der Mathematik eine „hoch zusammengesetzte Zahl". Auch historisch hat die 60 eine besondere Bedeutung: Die alten Babylonier wählten als Grundlage ihres Zahlensystems die 60 – so wie es heute in unserem Dezimalsystem die Zehn ist.

Warum die Stunde 60 Minuten hat

Übrigens sind diese sogenannten Stellenwertsysteme eine ganz besondere Erfindung der Menschheit. Zwar begannen die Menschen bereits vor etwa 4.000 Jahren, Zahlen zu schreiben. Es wurden zum Beispiel Kerben in Knochen geritzt. Später erfanden die Menschen Strichsysteme, wie etwa das römische. Mithilfe von Abkürzungen – wie das römische X für zehn Striche – vereinfachte man die Sache. Der Nachteil liegt auf der Hand: Es werden immer mehr Abkürzungen nötig. Das System wird kompliziert. Das Stellenwertsystem kommt jedoch mit wenigen Ziffern aus, weil die ihren Wert ändern, je nachdem, an welcher Stelle der Zahl sie stehen. Einflüsse des babylonischen Sechzigersystems merken wir noch heute. So hat unsere Stunde 60 Minuten und die Minute 60 Sekunden.

Zahlenspielerei

„Völlig nutzlos, aber ein geiles Gefühl", sagte Professor Beutelspacher der Welt Online über sein Fach. Dass Mathematik nicht dröge sein muss, erfährt man schnell, wenn man ihm zuhört. Der Professor für Mathematik an der Universität Gießen gehört zu den charismatischen Akademikern, die Menschen für ihr Fach begeistern können. Das Mathematikum, das erste mathematische Mitmach-Museum der Welt, hat er 2002 gegründet. Er will Menschen, egal ob jung oder alt, Mann oder Frau, die Mathematik näher bringen. Die Vorbildung spielt dabei keine Rolle, denn das Mathematikum setzt auf einen sinnlichen Zugang. Mit Erfolg, denn über 150.000 Besucher im Jahr sprechen für sich. Formeln und Gleichungen, Zahlen und Symbole kann man beim Betreten des Museums getrost hinter sich lassen. Stattdessen kann man an über 120 Experimentierstationen eigene Erfahrungen sammeln. Komplexe mathematische Zusammenhänge werden so „begreifbar", im besten Sinne des Wortes. Die Eigenschaften von Seife kann man erforschen, indem man sich selbst in eine Seifenhaut stellt. Mit Spiegeln kann man Figuren erzeugen und aus Holzscheiten die Leonardo-Brücke nachbauen. Diese Brücke ist eine selbsttragende Bogenkonstruktion und kommt ohne Nägel oder andere Befestigungen aus. Der Renaissance-Künstler und Erfinder Leonardo da Vinci hat sie erstmals als Skizze in seinem „Codex Atlanticus" dokumentiert.

Kaffee und Zahlen

Für Senioren bietet das Mathematikum immer montags einen Seniorennachmittag. Der Eintrittspreis ist ab 60 Jahren ermäßigt. In den vier Euro ist eine Tasse Kaffee enthalten. Am Montagnachmittag nehmen sich die Ausstellungsbetreuer die Zeit, ausführlich in die Exponate einzuführen. Eine Cafeteria sorgt für das leibliche Wohl. Das Mathematikum liegt nur eine Minute vom Gießener Hauptbahnhof entfernt, so dass es von Frankfurt aus bequem mit der Bahn zu erreichen ist.

Die Nacht der Zahlen

Am 18. März 2011 findet die jährliche Veranstaltung „Lange Nacht der Mathematik" statt. Bei diesem besonderen Event ist das Mathematikum illuminiert, und in den Räumen ertönt Musik. In jedem Jahr lässt sich das Team einige Aktionen einfallen, die nur an diesem Abend stattfinden. Es werden mathematische Mitmachaktionen angeboten. Die Besucher können mathematische Zaubertricks bewundern, sich an einem

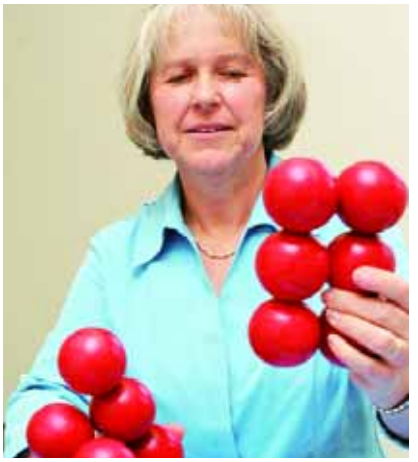
Anzeige

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



...und selbst ausprobieren. Das ist das Ziel des Mathematischen Museums Gießen.

mathematischen Vortrag erfreuen oder sich durch das Flammenrohr verzaubern lassen.

Aber auch sonst lassen sich die Aussteller immer etwas Besonderes einfallen. Jeden Monat finden „Exponatpremieren“ statt. Professor Beutelspacher selbst führt mit einem Vortrag in das neue Experiment ein. Bei einem Glas Sekt folgt die feierliche Enthüllung. Am Wochenende und täglich in den Ferien werden außerdem Experimente vorgeführt. Dabei werden einzelne Exponate ausführlich erläutert und ein Experiment gezeigt, das normalerweise nicht im Mathematikum zu sehen ist. Ferner wird an einem Dienstagabend im Monat ein Mathematiker oder eine Mathematikerin vorgestellt.

Das sind Forscher, Lehrer oder Mathematiker in Industrie und Wirtschaft. Professor Albrecht Beutelspacher interviewt seinen Talkgast auf dem „Beutelspacher Sofa“. Im Anschluss an die Veranstaltung können die Besucher in einem lockeren Rahmen mit dem Talkgast ins Gespräch kommen. Mit etwas Glück wird man hier sogar Zeuge eines Weltrekords. Der Kopfrechenkünstler Jan van Koningsfeld holte sich im September 2010 seinen Rekord mit 78 korrekten Daten in 60 Sekunden zurück. Womit wir wieder bei der 60 sind, und der Kreis sich mit 360 Grad schließt...

Claudia Šabić

Mathematikum e.V., Liebigstraße 8, 35390 Gießen, Telefon: 06 41/ 9 69 79 70, www.mathematikum.de

Öffnungszeiten: Mo–Fr: 9 bis 18 Uhr, Do bis 20 Uhr, Wochenende und Feiertage 10 bis 19 Uhr

Eintrittspreise: Erwachsene 6 Euro, ermäßigt 4 Euro, Familien 12 Euro. „Beutelspachers Sofa“: 18. Januar, 15. Februar und 22. März, 19.30 Uhr im Veranstaltungsraum des Museums

Experimentvorführungen: Wochenende/Ferien: 11, 13, 15 und 17 Uhr, Do 17 Uhr; Dauer: jeweils zirka eine Viertelstunde.

Exponatpremieren: Samstag 15 Uhr, im Veranstaltungsraum des Museums

Anzeige

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

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

Von Glanz und Macht des Stauferreiches

Ein lohnender Besuch der Ausstellung in Mannheim

Besuchergruppe in der Ausstellung „Die Staufer und Italien". Vor den Skulpturen des Capuaner Brückentors. ©Curt-Engelhorn-Stiftung, Mannheim. Foto: Frank Boxler

Die Frankfurter haben allen Grund zur Dankbarkeit gegenüber dem Herrschergeschlecht der Staufer. Denn schließlich war es Kaiser Friedrich II. aus dieser illustren Familie, der im Jahr 1240 der Stadt das sogenannte Messeprivileg verlieh. Allerdings geschah das in Italien, im kleinen Ort Ascoli und bestand in einer Urkunde, mit der Frankfurt zur ersten kaiserlich gekürten Messestadt der Welt wurde. Das heißt: Reisenden und Händlern bot dieses wichtige Dokument zu Messezeiten Schutz, Handels- und Gewerbefreiheit. Wie erfolgreich sich das Ganze seither entwickelt hat, ist bekannt.

Bilder im Kaisersaal

Staufer begegnen uns auch auf mehreren Porträts im Kaisersaal des Römers. Konrad III. (1138-1152) zum Beispiel, der erste von neun Herrschern aus diesem süddeutschen Adelshaus, mit dem sich Macht, Glanz und Kultur in einem mittelalterlichen, von Kiel bis Palermo sich erstreckenden Großreich verbinden.

Oder besagter Friedrich II. (1215–1250) auf dem Gemälde von Philipp Veit. Im Jahr 1212 schon ließ er sich in Frankfurt wählen und schenkte der Bürgerschaft eine königliche Hofstatt, auf der später die St. Leonhardskirche errichtet wurde. Bereits zu Lebzeiten rankten sich Legenden um die Person dieses hochgebildeten Mannes, den nach einer elenden Kindheit in den Gassen Siziliens Zeitgenossen später als „stupor mundi" (Staunen der Welt) bewunderten. Sein Porträt als umgearbeiteten antiken Kopf hat das Frankfurter Liebieghaus zur Mannheimer Schau beigesteuert. In Herrscherpose präsentiert sich ebenfalls Friedrich I., der sagenhafte Barbarossa, im März 1152 auf dem Fürstentag in Frankfurt zum König gewählt und angeblich nicht gestorben, sondern bis heute im Kyffhäuser schlafend.

Krönungsmantel und Goldkopf

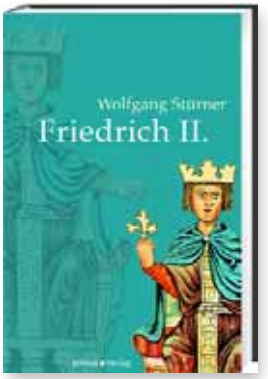
Wer sich für die Geschichte dieser auch für unsere Stadt so bedeutsamen Familie interessiert, dem sei ein Ausflug nach Mannheim empfohlen. Dort ist noch bis zum 20. Februar in den Reiss-Engelhorn-Museen unter dem Titel „Die Staufer und Italien" eine Ausstellung der Länder Hessen, Rheinland-

Zu der Ausstellung wurden ein Katalog und ein Essayband „Die Staufer und Italien" aufgelegt. Herausgeber sind Bernd Schneidmüller, Stefan Weinfurter und Alfried Wieczorek, verlegt im Konrad Theiss Verlag, Stuttgart; daneben gibt es informative Begleitbände.

Pfalz und Baden-Württemberg zu sehen. Sie präsentiert mit einer Fülle von Exponaten das gewaltige Stauferreich als eine Wiege der Kulturen. Imposante Steinskulpturen, Bilderhandschriften, Pergamente und kostbare Goldschmiedearbeiten künden vom Glanz dieser Epoche. Bewunderung weckt der seidene, bestickte Krönungsmantel Friedrichs II., wieviel mag er wiegen? Und stellt der „Cappenberger Goldkopf“ tatsächlich den originalen Barbarossa dar? Mit Mitteln moderner Animation reist man durch die Weiten des mittelalterlichen Reiches im „Adlerflug“ durch das Rheintal über die Alpen nach Süden bis Castel del Monte und Palermo.

Reisen in der Region

Wer im Museum all die Schätze bestaunt hat, wird ein anderes Mal vielleicht gern auf den Spuren der Staufer historische Stätten in der Region besuchen wollen. Das Kloster Lorsch zählt ebenso dazu wie Gelnhausen. *Lore Kämper*



Wer mehr über Friedrich II erfahren will, dem sei das gleichnamige Buch von Wolfgang Stürmer im Primus Verlag empfohlen.

Infos für die Anreise mit dem „Kultur-Ticket-Spezial“ der Bahn unter www.bahn.de/kultur.
Für individuelle Anfahrten: RNV-Servicenummer 06 21/4 65-44 44
Reiss-Engelhorn-Museen
Infobüro: 06 21/2 93 31 50

Friedrich II. ist im Kaisersaal auf dem Gemälde von Philipp Veit zu sehen.

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

Diakoniestation Frankfurt am Main
gemeinnützige GmbH Diakonie

Wir haben ein Auge auf Sie!

Evangelische Hauskrankenpflege
Projekt* pflegerische Versorgung und psychosoziale Betreuung von Menschen mit chronischen Wunden
Diakonischer Betreuungsdienst
069 – 25 49 21 21

Projekt* für pflegende Angehörige und Patienten
Projekt* psychosoziale Betreuung von Menschen mit demenziellen und psychischen Erkrankungen
Treffpunkt Pflege Information & Beratung
069 – 25 49 21 10

Battonnstraße 26-28, 60311 Frankfurt www.diakoniestation-frankfurt.de

Mobil im besten Alter

Mobil sein und Autofahren werden allzu oft gleichgesetzt. Dabei kann man durchaus mobil sein und bleiben, wenn man sich dem öffentlichen Nahverkehr anvertraut – zumal in einer Stadt wie Frankfurt, in der Bahnen und Busse einen in der Regel überall dorthin bringen, wo man es wünscht. Trotzdem hat gerade manch älterer Mensch zunächst etwas Angst davor, den eigenen PKW abzuschaffen und auf den öffentlichen Nahverkehr umzusteigen. Furcht vor Vereinsamung, Angst, mit Fahrkartenautomaten umzugehen, und auch Sicherheitsbedenken spielen dabei eine Rolle.

Wie man mit dieser anderen Art von Mobilität umgehen kann, haben die Offenbacher Lokale Nahverkehrsorganisation (LNO) und der Nahverkehr in Offenbach (NiO) kürzlich bei einem Aktionstag thematisiert. Unter dem Motto „Mobil im besten Alter“ bot dieser Tag neben einer kleinen Messe alternativer Verkehrsanbieter zahlreiche Tipps, wo und wie man Hilfe beim Umgang mit Automaten, mit Fahrplänen und Tarifen findet.

Hilfen im Nahverkehr

Spezielle Hilfen für ältere Menschen will auch der Rhein-Main-Verkehrsverbund für sein Netz anbieten. Mit der Schulung sogenannter „Mobipartner“ (siehe SZ 4/2010, Seite 31) setzt er darauf, dass ältere Menschen am besten den Zugang zu ihren Altersgenossen finden und ihnen beim Umgang mit Automaten oder Fahrplänen behilflich sind.

Ein besonderer Dienst für ältere oder durch Behinderung eingeschränkte Menschen ist der von der Verkehrsgesellschaft Frankfurt (VGF) angebotene Begleitservice (siehe SZ 4/2010, Seite 31). Freundliche Begleiter helfen hier kostenfrei etwa beim Umsteigen von einem Verkehrsmittel ins andere.

Und wer trotz Bussen und Bahnen doch noch das Auto braucht, dem bleibt die Möglichkeit des Car-Sharing. Im Rhein-Main-Gebiet sind dies etwa der Anbieter Stadtmobil (www.stadtmobil.de) oder book-n-drive (www.book-n-drive.de). Eine Alternative bietet auch das Fahrrad, wobei man gar nicht unbedingt ein eigenes Gefährt braucht. Auch hier gibt es Mietmöglichkeiten, etwa bei nextbike (www.nextbike.de).

Wer helle Farben trägt oder etwa einen gelben Regenschirm dabei hat, wird im Straßenverkehr besser gesehen. Foto: Oeser

Es spricht einiges dafür, in höherem Alter das eigene Auto stehen zu lassen. Ein Grund dafür sind alterstypische Leistungsminderungen wie etwa schlechteres Sehen und Hören oder verlangsamte Reaktionszeiten, welche die Gefahr von Unfällen erhöhen. Im Übrigen ist es schlicht bequemer, gefahren zu werden statt sich selbst als Autofahrer in den Stress des Straßenverkehrs zu begeben.

Fußgänger aufgepasst

Aber auch als Fußgänger sind Menschen im Straßenverkehr gefährdet. Gerade in der „dunklen Jahreszeit“ erkennen Autofahrer Personen am Straßenrand oder beim Überqueren der Fahrbahn leicht einmal zu spät, zumal, wenn sie dunkle, schlecht erkennbare Kleidung tragen. Daher ist es immer wieder wichtig, Tipps zu beachten, die etwa die deutsche Verkehrswacht oder der ADAC bereithalten.

Immerhin ist jedes zweite Todesopfer unter Fußgängern im Straßenverkehr auf Fehler beim Überqueren der Fahrbahn zurückzuführen. Da ist es wichtig, sich nicht allein auf die Rücksichtspflichten der Autofahrer zu verlassen.

Anzeige

Heißer Draht
für Pflegende Angehörige
Erschöpfung – Sorgen – Fragen zur Pflege?
Wir hören zu und geben Orientierung!
069–955 24 911
caritas

Zum einen sollte es selbstverständlich sein, dass die Verkehrsregeln beachtet werden, etwa die Straßen nur an Fußgängerüberwegen und Ampeln nur bei Grün gequert werden. Kleidung, die hell ist, oder sogar reflektierende Besätze aufweist, gibt zusätzlich Sicherheit, weil der Mensch damit auch auf unbeleuchteten Wegen erkennbar ist.

Für Radfahrer gilt ebenfalls, dass sie ihre Kleidung so gestalten sollten, dass sie gut sichtbar sind. Außerdem sollte der Helm ebenso selbstverständlich sein wie ein verkehrssicheres Fahrrad.

Und dann ist da noch die Angst vor Kriminalität. Viele Senioren fühlen sich im öffentlichen Raum, gerade auch abends, in den Bussen und Bahnen nicht sicher. Doch auch da gibt es Tipps. So sollte man sich etwa dahin setzen, wo viele andere Menschen sitzen. Und sollte es doch einmal zu gefährlichen Situationen kommen, dann empfehlen Experten, umgehend weitere Fahrgäste anzusprechen und somit Öffentlichkeit herzustellen. Außerdem sollte man nach Möglichkeit schnell Hilfe holen. Die Notbremse kann da eine Hilfe sein.

Marcus Hladek

Leider ein Wunschtraum…

Auf Seite 20 der SZ 4/2010 hatten wir geschrieben, dass Menschen ab 60 Jahren mit der Deutschen Bahn zum halben Preis fahren können. Leider ist dies – noch – nicht der Fall. Vielmehr müssen auch Menschen im Rentenalter eine Bahncard 50 erwerben, um in ganz Deutschland zum halben Preis reisen zu dürfen.

Aber immerhin können sie diese – wenn sie nachweisen, dass sie über 60 Jahre alt sind – zum ermäßigten Preis von derzeit 118 Euro (2. Klasse) oder 236 Euro (1. Klasse) erwerben. *wdl*

120 Jahre Volksbildung in Frankfurt

Mit einer Kultur- und Bildungsnacht hat die Volkshochschule Frankfurt am Main im November 120 Jahre Volksbildung in der Stadt gefeiert. Von 19 bis 23 Uhr hatte sich das Bildungszentrum Ostend in der Sonnemannstraße in eine regelrechte Festmeile verwandelt.

Die Besucher konnten sich über die vielfältigen Angebote der Volkshochschule informieren – immerhin rund 3.000 Kurse in diesem Semester. Einen Schwerpunkt setzte die VHS dabei auf das Thema Klimawandel. Interessenten konnten sich bei Experten Rat zum Energiesparen holen, Elektrofahrräder ausprobieren und Leuchtmittel testen.

Außerdem bietet die VHS zum laufenden Funkkolleg „Mensch und Klima“ zahlreiche Begleitkurse. Die erfolgreiche Arbeit der verschiedenen Musik-, Theater- und Tanzformationen wurde ebenso präsentiert wie Duftherstellung und Farbberatung, Ikebana und Kalligrafie, aber auch die überaus erfolgreichen Sprachkurse. Computerkurse und Kochkurse waren weitere „Renner“ bei den Besuchern.

Wer sich für die 120 Jahre alte Geschichte der VHS interessiert, findet entsprechende Informationen in dem Jubiläumsflyer unter dem Titel „Demokratisierung des Wissens“, der bei der VHS bezogen werden kann. *red*

Kurzinformation

Urlaub ohne Hindernisse

„Ich war noch niemals in New York...“ – Dank des neuen Kataloges „BSK-Urlaubsziele 2011“ vom Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter könnte Udo Jürgens’ Schlager schon bald nicht mehr zutreffen. Das Programm 2011 bietet Menschen mit Körperbehinderung barrierefreie Reiseziele für Gruppen oder Individualreisen in Deutschland und im Ausland. Den Katalog gibt es gegen Zusendung eines adressierten und mit 1,45 Euro frankierten DIN A4-Rückumschlags beim: BSK Service GmbH, Reiseservice, Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim. Infos auch unter www.reisen-ohne-barrieren.eu. *red*

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Hier sind Detailkenntnisse gefragt:

Von welchem Haus ist der Ausschnitt auf dem Foto zu sehen? Alle richtigen Antworten, die bis zum 11. Februar 2011 bei der Senioren Zeitschrift eingegangen sind, nehmen an der Verlosung teil. Zu gewinnen gibt es dieses Mal fünf Bücher „Der schnelle Weg zum gesunden Rücken” von Dr. Med. Reinhard Schneiderhahn.

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

Foto: Hoffmann

Auflösung des Preisrätsels aus SZ 4/2010:
Römer und Fahrtor galts zu
schützen, der Sicherheit der Stadt zu
nützen.
Dort trieb man die Gebühren ein
Für Zoll und Hafen – das muss sein!
Drum wird er RENTENTURM genannt
und ist uns allen
wohlbekannt.
Dem Fleiss der Rentner dediziert,
wird dieser Turm nie pensioniert.
Herbert Hoffmann

Je zwei Eintrittskarten für das Dialogmuseum in Frankfurt haben gewonnen: **Andrea Braunberger-Myers**, **Marion Dauth** und **Wilfried Jahn**. Wir gratulieren!

Anzeige

Clara Schumann und Frankfurt am Main

„Ich hatte ja nie an Frankfurt am Main gedacht, und doch manche Gründe dafür leuchteten mir wohl ein ... Ich käme dem Rhein wieder nah, wäre so recht im Mittelpunkt von Deutschland. Die Stadt künstlerisch manches bietend, das herrliche Museums-Orchester, das Theater.“ Dies notierte die Pianistin, Klavierpädagogin und Komponistin Clara Schumann in ihr Tagebuch, als sie sich im April 1878 entschloss, dem Ruf Joachims Raffs zu folgen. Der Leiter des Hoch'schen Konservatoriums berief sie als Dozentin an diese gerade von Joseph Hoch gestiftete Institution. Ihre Freunde, besonders Johannes Brahms, hatten sie gedrängt, sich diese günstige Gelegenheit nicht entgehen zu lassen. Zudem erhielt sie einen Vertrag, der ihr viele Freiheiten ließ.

Clara Schumann war damals in Frankfurt keine Unbekannte. Noch als Clara Wieck war die 1819 in Leipzig Geborene

Clara Schumann, Franz von Lenbach.
Foto: Ausstellung im Holzhausenschlösschen

erstmals im Alter von zwölf Jahren als „Wunderkind“ 1832 in Museumskonzerten aufgetreten. 1840 heiratete Clara Wieck gegen den Willen ihres Vaters, der ihre Karriere ehrgeizig förderte, Robert Schumann. Mit ihm lebte sie in Leipzig, Dresden und Düsseldorf. Robert Schumann starb mit 46 Jahren 1856 in einer Heilanstalt in Endenich bei Bonn. Clara blieb mit sieben Kindern zwischen zwei und 15 Jahren zurück. Verwandte und Freunde übernahmen die Erziehung einiger Kinder, deren Entwicklung Clara aus der Ferne ihrer Konzertreisen zu steuern versuchte. Ihre zahlreichen und ausgedehnten Konzertreisen führten sie auch nach Frankfurt in den Großen Saal des Saalbaus oder zu Kammermusiksoireen.

Zum Frankfurter Raum hatte es auch andere als künstlerische Verbindungen gegeben: Tochter Elise (1843–1928) war Gesellschafterin von Marie Berna im Schloss in Büdesheim in der Wetterau. Marie Berna heiratete später in zweiter Ehe Waldemar Graf Oriola, einen Enkel der Bettine von Arnim-Brentano. Claras Tochter Eugenie (1851–1938) hielt sich kurzzeitig in einem Pensionat in Rödelheim auf.

Anzeige

Engste Vertraute ihrer Mutter war die älteste Tochter Marie (1841-1929). Sie führte den Haushalt in Baden-Baden, begleitete ihre Mutter auf den Konzertreisen, kümmerte sich um Geschwister und übernahm Klavierunterricht – wie ihre Schwester Eugenie. Tochter Elise (1843-1928) wirkte ebenfalls als Klavierlehrerin. Julie (1845–1872) zog der schwachen Gesundheit wegen nach Süden, heiratete dort; sie starb bei der Geburt ihres dritten Kindes.

Clara Schumanns jüngster Sohn Felix (1854–1879) war vielseitig begabt, doch ruhelos und von todbringender Krankheit gezeichnet. Er starb noch nicht 25-jährig in Frankfurt am Main in der Myliusstraße 32 kurze Zeit, nachdem seine Mutter mit ihren Töchtern Marie und Eugenie dieses Haus bezogen hatte. Er fand seine letzte Ruhe auf dem Frankfurter Hauptfriedhof.

Die beiden anderen Söhne Clara und Robert Schumanns, Ludwig (1848–1899) und Ferdinand (1849–1891), starben jeweils in einer Anstalt.

Die 14 Jahre, die Clara Schumann in Frankfurt bis zu ihrem Tod lebte und wirkte, ihre Konzerte und Lehrtätigkeit gehörten zu den Höhepunkten im Musikleben Frankfurts damals. Sie setzten Maßstäbe und prägten es im Sinne des klassisch-romantischen Erbes oder der „Konservativen“ im Gegensatz zu den „Neudeutschen“ (wie Richard Wagner und Franz Liszt). Clara Schumann zog stets große Interpreten und Schaffende nach Frankfurt, darunter Johannes Brahms. Als Klavierlehrerin war sie ebenso berüchtigt wie zutiefst verehrt.

Ihren 70. Geburtstag 1889, mit dem sie „in das Greisenalter eintrat“, wie sie selbst schrieb, feierte Clara Schumann aber in Baden-Baden. Zunehmende Hörprobleme und rheumatische Schmerzen ließen sie ihre Konzerttätigkeit reduzieren. 1891 beendete sie sie mit einem letzten Auftritt, und 1892 gab sie ihre Lehrtätigkeit am Konservatorium auf. Sie spielte nur noch in privatem Rahmen, gab Privatunterricht, unternahm weiterhin Reisen und empfing in ihrem Haus Freunde. Clara Schumann starb am 20. Mai 1896 in Frankfurt am Main. Beigesetzt wurde sie auf dem alten Friedhof in Bonn an der Seite ihres Mannes.

Das Haus Myliusstraße 32 erinnert in Frankfurt mit einer Gedenktafel an Clara Schumann, aber auch das Grab des Sohnes Felix, der Saalhof als erstes Domizil des Hoch’schen Konservatoriums und der Sommerhoffpark zwischen Gutleutstraße und Main. 1883 hatte Louis Sommerhoff, der mit Clara und Robert Schumanns zweitältester Tochter Elise verheiratet war, das vormalige Gogelsche Besitztum dort erworben. Seit 1956 pflegt die Robert-Schumann-Gesellschaft die Erinnerung an Robert Schumann, der zwar nur wenige, aber für sein Leben entscheidende Tage in Frankfurt geweilt hatte, aber auch an Clara Schumann.

Hans-Otto Schembs

Bis zum 30. Januar 2011 würdigt im Holzhausenschlösschen die Ausstellung der Frankfurter Bürgerstiftung und der Robert-Schumann-Gesellschaft „Robert und Clara Schumann in Frankfurt“ die Beziehungen von Robert und Clara Schumann zu Frankfurt. Frankfurter Stadtansichten, Porträts, Autographe und persönliche Gebrauchsgegenstände sind zu sehen, darunter das Teeservice (Foto: Privatbild), der Salonflügel Clara Schumanns (Foto: Städtisches Museum Braunschweig), der von 1879 bis zu ihrem Tod in der Myliusstraße 32 stand. Zur Ausstellung finden Begleitveranstaltungen statt und es erschien ein Katalogband mit Abbildung und Beschreibung aller Exponate (19,90 Euro). Die Ausstellung ist mittwochs, donnerstags und sonntags von 11 bis 17 Uhr geöffnet. *Schembs*

Anzeige

caritas Frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zu Hause

Wir sind in Ihrer Nähe

Caritas-Zentralstationen für ambulante Pflege und Beratung

Telefon: 069 2982-107

in allen Stadtteilen alle Kassen/Sozialämter

Wohnen und Pflege in unseren Altenzentren

Santa Teresa

Vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

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

St. Josef

Vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege

Frankfurt-Niederrad
Goldsteinstraße 14
Telefon: 069 677366-0

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

Frankfurt und seine Plätze

Der Affentorplatz in Sachsenhausen

Die Affentorhäuser sind die einzigen dieser Zoll- und Wachhäuser, die bis heute die Zeit überdauerten.

Je nach Blickrichtung und Augenblick, je nach Jahreszeit, Wochentag oder Tageszeit und Wetter, je nach Interesse oder Beobachtungsgabe des Betrachters stellt sich der Affentorplatz in Sachsenhausen anders dar. Eine „Oase im Gewühl“ mit einem plätschernden Brunnen kann man ihn nennen oder einen „besinnlichen Park“, aber auch ein „zerschnittenes Paradies“ und einen Platz mit „viel Schall und Krach“, mit Menschen von jung bis alt und jeden Standes und Schicksals. Für manche mag er nur eine Bushaltestelle oder ein Taxihalteplatz sein, für andere ein Platz, an dem auch „gezappt“ wird, da er sich zum Neuen Wall hin öffnet, also zum Ebbelwei-Viertel.

Ein Platz, der Menschen anzieht

Der Affentorplatz stellt sich als Rechteck aus Kinderspielplatz einerseits und Grünanlage andererseits dar. Gesäumt wird er von der Kindertagesstätte, den klassizistischen Affentorhäusern, wilhelminischen Bürgerhäusern und ein paar Neubauten. „In der Tat zeigt sich der Affentorplatz als sehr geeignet, Menschen anzuziehen, sobald man Sorgfalt auf sein Aussehen und seine Bedeutung verwendet. Abends reißt der Strom der Besucher, die sich über die klassischen Apfelweinlokale der benachbarten Klapper-, Ritter- und Paradiesgasse sowie am Neuen Wall ergießen, nicht ab. Und stünde nicht ein parkendes Auto neben dem anderen auf den vier Straßen rund um den grünen Kern, so könnte man den Affentorplatz direkt eine Idylle nennen.“ So lesen wir in einer Beschreibung vor fast 50 Jahren, als es die ersten Überlegungen gab, die beiden Affentorhäuser, in denen sich damals Läden, eine Bedürfnisanstalt und Wohnungen befanden, in ein Kulturzentrum umzuwandeln.

Anzeige

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

Kaufleute und andere Reisende, Kaiser und Könige, Besetzer wie General Neuwinger mit den französischen Truppen 1792, Zuflucht Suchende wie Friedrich Schiller 1782 – sie alle, die sich von Süden der Stadt näherten, erreichten die Gemarkung bei der Sachsenhäuser Warte. Am Fuße des Sachsenhäuser Bergs, wo Straßen von Ost und West dazukamen und die Wendelinskapelle stand, und schließlich auf dem Röderweg, später Steinweg genannt, über den Sachsenhäuser Bruch und durch eine – allerdings schon früh eingegangene – Vorstadt (Gegend des „Lokalbahnhofs“) die Affenpforte.

Turm mit Durchfahrt

Diese Affenpforte, ursprünglich auch Röderpforte (nach den Rodungen) oder Aschaffenburger Tor genannt, war ein mächtiger viereckiger Steinturm mit einer schmalen Durchfahrt hinter einer Zugbrücke über den Graben. Durch diese Anlage musste sich der Verkehr quälen. Im 17. Jahrhundert wurde eine Bastion davor gebaut, dort, wo heute der Affentorplatz liegt. Hinter der Affenpforte führte die Paradiesgasse in gerader Richtung auf den Kuhhirtenturm zu. Diese Straßenführung könnte bedeuten, dass ursprünglich in ihrer Fortsetzung eine Furt über den Main bestand und erst, als die 1222 erstmals genannte Brücke gebaut wurde, der Verkehr der Elisabethenstraße am Deutschordenshaus vorbei folgte.

Woher stammt der Name?

Als Namensgeber der Affenpforte und damit des Platzes wurde der Uzname des Erbauers des Hauses zum Affen genannt, des südlichen Eckhauses Kleine Rittergasse und Elisabethenstraße (Paradiesgasse). Auch an eine Verballhornung von Aschaffenburg dachte man. Wahrscheinlicher ist aber ein Avestein, wie er auch zum „Affenstein“ im Norden der Stadt wurde, oder eher der „Aveborn“ Namensgeber. Bereits im 14. Jahrhundert wird bei der Affenpforte dieser Aveborn erwähnt, dessen sprudelndes, heilkräftiges Wasser ihn zum Ziel von Wallfahrten gemacht haben soll. 1938 wurde dort ein Brunnenbecken mit einem Affen aufgestellt. Es wurde im Zweiten Weltkrieg beschädigt und 1958 durch einen von Georg Krämer geschaffenen neuen Affenbrunnen in der Tradition der alten Pumpbrunnen ersetzt.

Das Tagescafé der Lazarus Wohnsitzlosenhilfe von der Caritas im Affentorhaus wird gut besucht. Fotos (2): Rolf Oeser

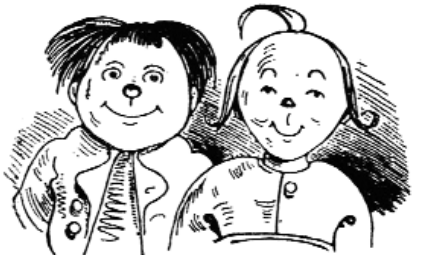
Zoll- und Wachhäuser erhalten

Beim Schleifen der Befestigungen zu Beginn des 19. Jahrhunderts wurde auch die Affenpforte niedergelegt. Auf Frankfurter Seite blieben nur Eschenheimer Turm und Rententurm, von der Sachsenhäuser Befestigung nur der Kuhhirtenturm. An die Stelle der alten Tore traten Zoll- und Wachhäuser, verbunden mit schmiedeeisernem Zaun und Tor. So ersetzen auch 1810/11 die beiden, von Johann Friedrich Christian Hess entworfenen „Affentorhäuser“ die alte Pforte. Die Affentorhäuser sind die einzigen dieser Zoll- und Wachhäuser, die bis heute die Zeit überdauerten. Die anderen wurden nach Aufheben der innerdeutschen Zollschranken nach der Mitte des 19. Jahrhunderts abgebrochen oder im Zweiten Weltkrieg zerstört. Nach ihrer Renovierung 1972-74 dienten die Affentorhäuser als Bürgertreff. Seit 1995 gibt es dort eine Beratungsstelle und eine Obdachlosenspeisung, zunächst durch das Deutsch-Ordens-Hospitalwerk, seit 2003 durch den Caritas-Verband und die Lazarus Wohnsitzlosenhilfe. Vor dem westlichen Affentorhaus wurde 1971 der „Zunftbrunnen“ von Anneliese Sund enthüllt, dessen 60 Zentimeter hohe Figuren acht Zünfte vertreten.

Vor den Affentorhäusern war einst ein kreisrunder, baumbestandener Platz angelegt worden. 1869 bis 1872 entstand an seiner Ostseite, „vor der Stadt“ am Affentor, wie es hieß, die „Neue Knaben-Bürgerschule“ für die Schüler der Dreikönigsschule. Im Prüfungsbericht dieser Schule 1873 wird vermerkt: „Unverkennbar hat der Ueberzug in das schöne, neue Schulhaus auf die männliche Schuljugend Sachsenhausens einen sehr vortheilhaften Einfluss gehabt. Der Sinn für Reinlichkeit und Sauberkeit hat offenbar zugenommen, der Schulbesuch ist jetzt normal.“ Nach wechselvoller Geschichte des Gebäudes dieser Schule (seit 1876 Wallschule) steht heute an seiner Stelle die Kindertagesstätte. Der Bau der Schule seinerzeit und folgend die Bebauung der angrenzenden Straßen gaben schließlich dem Platz seine heutige Gestalt. *Hans-Otto Schembs*

Kurzinformation

„Das Gute – dieser Satz steht fest – ist stets das Böse, was man läßt!“



Kinder und Erwachsene sind am Sonntag, 23. Januar, um 11 Uhr im Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg, Dörpfeldstr. 6, willkommen. Dann dreht sich alles um Wilhelm Busch. Heiner Hämel betitelt seine heitere Lesung „Durch den ‚Busch’ gesprochen“. Der bekennende Wilhelm-Busch-Fan wird in seinem Vortrag Einblicke in das Leben des Erschaffers von Max und Moritz geben, über den die SZ ehemals berichtet hat. Schmunzeln ist garantiert. Der Eintritt beträgt 3 Euro. Mehr Infos unter Telefon 069/2 99 80 72 68. *red*

Anzeige

FRANKFURTS STADTTEILE

Bergen-Enkheim – Insel der Glückseligkeit mit Verbesserungspotenzial

Aufführung des Schelm von Bergen in der Stadthalle Bergen

Die Situation hat sich schon lange entschärft. Kein Enkheimer Schüler wartet heutzutage noch nach Schulschluss auf die Bergener Altersgenossen, um ihnen auf dem Nachhauseweg eine Tracht Prügel zu verpassen. Das frühere Alltagsszenario auf der Grenze zwischen den beiden Ortsteilen sei Vergangenheit. Gabi Niessner muss das wissen. Schließlich hat die heute 54-Jährige diese Erlebnisse ihrer Enkheimer Schulzeit hinter sich gelassen und kümmert sich seit Jahren als Erste Vorsitzende des Vereinsrings um die Geschicke der Bergen-Enkheimer Gemeinnützigen. Ein Ehrenamt, bei dem das Oben und Unten von damals keinen Unterschied macht. Im Gegenteil: „Wir sind hier in Bergen-Enkheim eine große Familie“, sagt die Vorsitzende mit Nachdruck. Eine Einschätzung mit der sie nicht alleine dasteht: Die ortsbekannte Lästerei vom Enkheimer, der zur Arbeit geht, während der Bergener ins Büro fährt, sei früher einmal aktuell gewesen, sagt Oskar Pfreundschuh. Per Ehrenamt setzt sich der frühere Schlossermeister als Sozialbezirksvorsteher für die Bürger des Stadtteils, die sich in einer sozial schwierigen Situation befinden, ein.

Bergen und Enkheim – längst zusammengewachsen

Für die Leute im höher gelegenen Bergen genauso wie für die in Enkheim. Zeit genug zum Zusammenwachsen hat es tatsächlich gegeben. Bereits im Jahr 1968 schlossen sich Bergen und Enkheim zu einer Stadt zusammen und die Eingemeindung nach Frankfurt liegt 33 Jahre zurück.

Die heutige Einmütigkeit wurzelt auch in der Zuneigung zum eigenen Wohnort. „In Bergen-Enkheim lebt es sich wunderbar“, lautet das einhellige und selbstbewusste Urteil. Der Ortsvorsteher Helmut Ulshöfer spricht gar von einer „kleinen Insel der Glückseligkeit“, die die Bewohner des an Seckbach und Fechenheim grenzenden Stadtteils hier finden. Die Eckpunkte der Attraktivität hat Ulshöfer schnell benannt: „Die Großstadt direkt vor der Tür, die im Stadtbild lebendige Geschichte, die kulturelle Anziehungskraft und das meiste Grün von Frankfurt.“ Tatsächlich gelangt, wer es erst einmal zur U-Bahnstation geschafft hat, flott und bequem in die Innenstadt. Seit dem Jahr 1992 fährt die U-Bahnlinie 7 von Enkheim über den Nachbarstadtteil Riederwald, Eissporthalle und Zoo in die City. Vor zwei Jahren kam die U 4 dazu, sodass sich der Takt weiter verdichtet hat.

Historische und entsprechend schön anzusehende Bausubstanz gibt es zudem mitten im Stadtteil reichlich. Weißer Turm, Schelmenburg und das im historischen Rathaus von Bergen ansässige Heimatmuseum sind Beispiele dafür.

Eigenständiges kulturelles Profil

Zu den Pluspunkten gesellt sich das kulturelle Leben in Frankfurts höchstgelegenem Stadtteil, das nicht nur aufgrund des Literaturpreises „Stadtschreiber von Bergen“ auch jenseits der Ortsgrenzen ein Begriff, sondern für die Bergen-Enkheimer etwa durch die Aktivitäten der Kulturgesellschaft vor Ort im Alltag präsent ist. Die Institution wurde direkt nach der Eingemeindung gegründet, um dem Stadtteil ein eigenständiges kulturelles Profil zu erhalten. Eine Besonderheit, die die Bergen-Enkheimer heute in Form von Lesungen im Stadtteil, den Kleinkunst- und Kabarettveranstaltungen der Reihe „Kultur in der Nikolauskapelle“ in Kooperation mit der Saalbau GmbH, Oldie-Live-Konzerten im Kleingarten oder der Bergen-Enkheimer Serenade genießen. Die Begeisterung der Bewohner über ihren Stadtteil endgültig verständlich macht seine Lage mitten im Grünen: Die Naturschutzgebiete Enkheimer Ried und Berger Hang, Streuobstwiesen, die Nachbarschaft des Lohrbergs oder der Berger Rücken. Natur bietet der Stadtteil reichlich und in Laufweite. Dass diesen Vorzug daher auch diejenigen genießen können, die älter geworden und nicht mehr gut zu Fuß sind, ist die Erfahrung von Ortsvorsteher Ulshöfer. Vom Fenster seines Hauses am Waldrand könne er oft ältere Bergen-Enkheimer sehen, die dort langsam und in vorsichtigen Schritten, manchmal auch mithilfe eines Stocks oder Rollators, die Natur genießen, berichtet der Ortsvorsteher.

Der Weg zum Einkaufen ist weit

Vorzüge, die Beschwerlichkeiten aufwiegen müssen, mit denen die älteren Stadtteilbewohner im Alltag zurechtzukommen haben. „Die Seniorinnen und

Anzeige

Rathaus in der Marktstraße

Der weiße Turm in Bergen
Fotos (5): Oeser

Der Günthersbrunnen in Bergen-Enkheim war ein barocker Ziehbrunnen aus dem 18. Jahrhundert

Senioren haben es sehr schwer, die täglichen Einkäufe zu erledigen“, weiß der Sozialbezirksvorsteher Pfreundschuh. Dass es von Bergen aus mit dem Bus zu den Enkheimer Discountern eine halbe bis dreiviertel Stunde dauern kann, ist eine Erfahrung, von der Ältere, die Pfreundschuh betreut, schon öfters berichten.

Auch dass der Stadtteil in puncto Wohnen, Pflege und medizinischer Versorgung für die Älteren derzeit nur wenig Bequemlichkeit bietet, berichtet der Sozialbezirksvorsteher. Bis zu drei Monaten müsse mancher zum Beispiel auf einen Termin beim Haut- oder Augenarzt warten. Zudem fehlten Plätze in Altenwohnanlagen im Stadtteil. „Die vorhandenen 30 Wohneinheiten decken nicht annähernd den Bedarf“, sorgt sich auch der Ortsvorsteher. Trotzdem, der Ortspolitiker dürfte nicht der Einzige sein, der trotz alledem an seinem begeisterten Fazit festhält. Bergen-Enkheim, eine Insel der Glückseligkeit – aber eben eine mit Entwicklungspotenzial.

Katrin Mathias

3 Fragen an: Reinhard Müller

Drei Fragen an Reinhard Müller (66), Vorsitzender des Verkehrsvereins Bergen-Enkheim. Das Angebot des Vereins ist, wie bei vielen der 72 Bergen-Enkheimer Vereine, auf die Bedürfnisse von Senioren zugeschnitten. Der Verkehrsverein organisiert unter anderem das Marktcafé für Ältere auf dem Berger Markt und bietet Fahrten innerhalb von Deutschland, Europa und dem außereuropäischen Ausland an. Wer sich für die Arbeit und die Angebote des Verkehrsvereins interessiert, bekommt bei Reinhard Müller telefonisch Auskunft unter der Telefon 06109/218 40.

SZ: Der Verkehrsverein wird oft als vorbildlich benannt, wenn es um Angebote für ältere Mitglieder geht. Wie kommt das?
Reinhard Müller: *Die Fahrten, die wir organisieren, sind keine anonymen Veranstaltungen. Unsere Busse sind immer vollbesetzt, und man kennt sich untereinander. Gerade die Älteren, die seit Jahren zum Teil regelmäßig mehrmals im Jahr zusammen auf Reisen gehen, kennen sich daher untereinander gut. Es gibt einen gewachsenen Zusammenhalt, der wichtig ist, gerade, wenn Ältere zusammen unter-*

wegs sind. Das heißt, wir achten bei den Fahrten sehr aufeinander, gegenseitige und pragmatische Unterstützung ist dabei selbstverständlich. Zum Beispiel hatte bei einer Fahrt an die Cote d’Azur vor Jahren eine ältere Dame einen Unfall und musste ins Krankenhaus. Für den Notfall alles Nötige zu organisieren und die Dame zu betreuen, blieb nicht an einem Einzigen hängen, sondern Viele beteiligten sich spontan. Die Älteren fühlen sich deshalb in der Gruppe aufgehoben.

SZ: Gibt es weitere Angebote, für Seniorinnen und Senioren im Stadtteil?
Reinhard Müller: *Da fällt mir unser Damenstammtisch ein. Eine große und muntere Runde, die sich seit Jahren an jedem ersten Mittwoch im Monat trifft. Bergen-Enkheim ist ein sehr kommunikativer Stadtteil, das wird bei den Treffen gepflegt. Dort ist auch Platz für die ernsteren Themen des Älterwerdens. Die etwa 35 Teilnehmerinnen laden regelmäßig Fachleute in ihre Runde, die zum Beispiel über Details zur Pflegeversicherung, über Erbangelegenheiten oder Vorsorgevollmachten berichten.*

SZ: Das klingt alles sehr positiv. Doch viele Vereine, oft gerade die auf Seniorenarbeit fokussierten, haben mit Nachwuchssorgen zu kämpfen.
Reinhard Müller: *Wir verstehen uns nicht als Verein speziell für Senioren, sondern machen ein generationenübergreifendes Angebot. Unsere Fahrten ziehen immer wieder zum Beispiel auch Familien an oder jüngere Mitreisende. Ein gutes Beispiel dafür ist die Fahrt zum Oktoberfest in diesem Jahr, die altersmäßig sehr gemischt war. In Zahlen ausgedrückt sieht es in unserem Verein so aus, dass 40 Prozent der Mitglieder unter 50 Jahre alt sind, in der Altersgruppe von 66 bis 79 Jahren sind es dann 15 Prozent. Eine Besonderheit ist auch, dass ein hoher Prozentsatz unserer Mitglieder aktiv an der Organisation und der Gestaltung der Aktivitäten mitarbeitet. Es wird bei uns also nicht nur mitgefeiert oder mitgefahren, sondern auch richtig gearbeitet. Ich denke, das trägt auch dazu bei, dass wir als Verein auf lange Sicht lebendig bleiben.*

Katrin Mathias

Mit guten Ideen voran

Barbara Schwarz, Vorsitzende des AWO Ortsvereins Bergen-Enkheim

Alles fing ganz harmlos an. Barbara Schwarz trainierte die Mädchen der Gardetanzgruppe, mit der sie noch ein paar Jahre zuvor selbst bei Fastnachtsveranstaltungen auf der Bühne gestanden hatte. Wenige Jahre später übernahm Schwarz die Mitgliedschaft im Ortsverein der Arbeiterwohlfahrt (AWO) von ihren Eltern. Kurz darauf kam die Anfrage, ob sie sich vorstellen könne, „einmal ein bisschen mitzuhelfen“. Dies beantwortete die Bergen-Enkheimerin mit „ja“. Ein Anfang, der eine wahre Lawine an Ehrenämtern ins Rollen brachte. Sozialpflegerin, Leiterin von Jugendfreizeiten an der Wegscheide, Initiatorin des Frankfurt weit erfolgreichen Schulranzenprojekts sind Beispiele für ihre freiwilligen Einsätze. Den östlichsten AWO-Ortsverein leitet Schwarz inzwischen als Vorsitzende.

Auf ihrem Weg durch die Ehrenämter hat die Fünfzigerin auch das Engagement für die Älteren entdeckt. Eine Hüftoperation hat die AWO-Vorsitzende dabei auf eine praktische Idee gebracht. An Laufen, Autofahren und damit auch an das Einkaufen war einige Wochen lang nicht zu denken. „Da habe ich gemerkt, wie hilflos man plötzlich dastehen kann, wenn man nicht mehr so mobil ist“, sagt Schwarz. Eine Erfahrung, von der sich die tatkräftige Frau nicht einschüchtern ließ. Per Inserat fand sie ehrenamtlich Engagierte, die für sie die Einkäufe übernahmen. Das funktionierte so gut, dass daraus ein Netzwerk entstand, das bis heute besteht. Die Ehrenamtlichen kaufen für Ältere im Stadtteil ein, die Kontakte werden untereinander weitervermittelt.

Gut läuft es auch auf dem vergnüglichen Sektor. Der Tanznachmittag für Ältere, den die Vorsitzende vor drei Jahren ins Leben rief, kommt an. 50 bis 60 Tanzwillige erscheinen regelmäßig bei den Treffen, die im Winterhalbjahr alle zwei Monate organisiert werden. Vom Deutschen Schlager bis Rock around the clock. „Die Mischung der Gäste stimmt“, sagt Schwarz. Deshalb ist die Stimmung oft ausgelassen. So sei es schon einmal zu einer spontanen Polonaise durch die Etage gekommen. Und den eklatanten Frauenüberschuss nehmen die Seniorinnen und Senioren locker. „In Bergen-Enkheim kennt man sich gut untereinander, da findet keine etwas dabei, wenn sie die Nachbarin zum Tanzen auffordert“, weiß die Vorsitzende.

Getanzt wird von 15 bis 18 Uhr im Raum der Praunheimer Werkstätten an der Vilbeler Landstraße 24. Die nächsten Termine: 23. Januar und 13. März. *Katrin Mathias*

Kurzinformation

Residenz Rebstockpark hat eröffnet

Einen Kindergarten und Kirchengemeinden gibt es bereits im neuen Viertel Rebstockpark, eine Schule ist in Planung, ein Haus mit seniorenfreundlichen Wohnungen und eine Pflegeeinrichtung sind gerade fertig gestellt worden. Im November hat die Residenz Rebstockpark eröffnet.

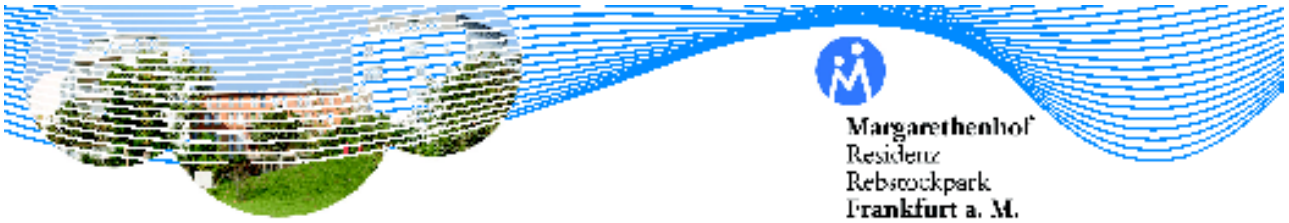
Die neue Wohnanlage hat verschiedene Wohnkonzepte: Das Haus bietet 88 barrierefreie Appartements zwischen 42 und 100 Quadratmetern (Ein- bis Dreizimmerwohnungen) für selbstständiges Wohnen mit Serviceleistungen sowie frei wählbaren Zusatzdiensten.

Weiterhin gibt es 150 Pflegeplätze, in 108 Einzel- und 21 Doppelzimmern, in der vollstationären Pflege. Für an Demenz erkrankte Menschen steht im Erdgeschoss ein zusätzlicher Wohnbereich, das heißt zwölf Einzelzimmer und Gemeinschaftsräume sowie ein eigener Garten, zur Verfügung.

Leistungen des „Service Wohnens“ oder des „Betreuten Wohnens“ sind Hilfestellungen, die auf die persönliche Situation und Bedürfnisse der Bewohner zugeschnitten sind. Dazu gehören das Notrufsystem und der 24-Stunden-Bereitschaftsdienst, persönliche Ansprechpartner, Reinigung der Wohnung, kulturelle und Kursangebote, Essen im Restaurant statt eigenes Kochen, Bring- und Begleitdienste.

Die Residenz Rebstockpark ist eine Einrichtung der Margarethenhof Gruppe, Krefeld. Sie besteht seit über elf Jahren und betreibt an unterschiedlichen Standorten Deutschlands und Österreichs Pflegeeinrichtungen mit vollstationärer Pflege sowie Wohnkonzepten des „Betreuten Wohnens“ oder „Service Wohnens“. *red*

Anzeige



- 150 wohnliche Pflegeplätze in Einzel- und Doppelzimmern mit Bad
- Bereich für an Demenz erkrankte Menschen
- Abwechslungsreiche Wahlmenüs aus hauseigener Küche
- 88 attraktive Wohnungen zwischen 42 m² und 99 m² für die Bereiche des Betreuten Wohnens und des Service Wohnens

Die Residenz Rebstockpark wurde am 18.11.2010 feierlich eröffnet. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Leonardo-da-Vinci-Allee 29 ▪ D-60486 Frankfurt am Main (Bockenheim) ▪ Fon: 069 310191-0 ▪ Fax: 069 310191-1902
rrp@margarethenhof-gmbh.de ▪ www.margarethenhof-gmbh.de

Für sie gelesen

Entdecker

150 Entdeckungsfahrten der Menschheit tischt Ray Howgego im „Buch der Entdeckungen“ auf: je eine Seite Text und Bild für die Ägypter im Reich Punt und Pytheas in Thule, die Wikinger in Amerika und Marco Polo in Fernost, Alexander und Caesar als Soldaten-Entdecker, Magellan, Darwin, die Pol-Expeditionen, Afrikas weiße Flecke und vieles mehr. Auch den „schattenhaften Pionieren“ gönnt Howgego einen Vermerk – meist bleiben da, wenn überhaupt, nur wenige Zeilen bei antiken Historikern, denn neue Handelswege und ähnliches waren wohl eher Geheimsache. Üppig illustriert, toll zum Schmökern.
Ray Howgego: „Das Buch der Entdeckungen“, erschienen bei Primus, 49,80 Euro

Mythos Einhorn

Thema des englischen Naturforschers Chris Lavers ist das Einhorn. Was fesselt Menschen seit 2.500 Jahren, auch im Alten Testament, an dem Tier, das es nie gab und von dem doch alle Welt weiß? Einhörner zieren Höhlenwände in Afrika, sie galten als Allegorie Christi, später höfischer Liebe. Für Lavers mischte die „Spezies“ Einhorn unbekannte Tiere vom Nashorn und Walross bis zum Narwal und Orang-Utan. Gelehrt und augenzwinkernd erzählt Lavers die Geschichte des Mythenwesens nach.
Chris Lavers: „Das Einhorn – Natur, Mythos, Geschichte“, bei Lambert Schneider, 19,90 Euro

Grüner Philosoph

Karl Foerster (1874–1970) war ein grüner Philosoph, der sich mit allem beschäftigte, was da wächst und blüht. Nach Lehr- und Wanderjahren wurde er ein bedeutender Gartengestalter des 20. Jahrhunderts. 1910 baute er in Bornim bei Potsdam sein „Worpswede der Gartengestalter“ auf und schrieb später dreißig Bücher. Die 1962 verfassten „Ferien vom Ach“ erzählen in anspruchsvollem Plauderton vom Elternhaus in der Sternwarte bis zur „Blume der Friedensgöttin“ und „Gefahr und Verheißung“.
Karl Foerster: Ferien vom Ach. Lebensbetrachtungen eines weisen Gärtners. Eugen Ulmer, 14,90 Euro

Neue Perspektiven im Alter

„Im Alter geht es nur noch bergab. Veränderungen bringen nichts Gutes“, beginnt die 76-jährige Marlis Pörtner ihr Buch. Von wegen! Tatsächlich sieht sie das ganz anders. Als die Psychologin plötzlich merkt: „Ich bin alt“, ist es für sie nur eine neue Station. Zwar wird sie dünnhäutiger, findet aber neue Energien und Perspektiven. Ihr Buch „Alte Bäume wachsen noch“ blickt realistisch auf Schatten und Bereicherungen des Alters. Mit praktischen Tipps.
Marlis Pörtner: Alte Bäume wachsen noch. Neue Erfahrungen in späten Lebensjahren. Klett-Cotta, 18,95 Euro

Kritik an der „Geldreligion“

Nach 1948 galt lange: Viele steigen auf, kaum einer ab. Darauf beruhte der Konsens. Jetzt ändert sich das Modell schleichend, Schichtzugehörigkeit wird zum Schicksal erklärt, Eliten denken an sich selbst zuerst und Abstiegsmobilität wird zum Normalfall. Eine Stimme wie die der Politik- und Wirtschaftsberaterin Gertrud Höhler gewinnt da an Wert, denn die Probleme benannt hat sie schon früher. Ihr Buch „Götzendämmerung“ beschreibt das schnelle große Geld als Götzen einer nach Geld suchtkranken, entgleisten Globalgesellschaft, die bereits die Wirtschaftskrise verursachte und die ganze Welt weiter als ihr Spielzeug behandelt, bis es kracht. Schaukämpfe, so Höhler, verschleiern die Allianz von Finanzwirtschaft und Politik. Manch einem mag Höhlers Gegengift, eine „Ethik“ aus der Retorte, konfus erscheinen. Ihre klare Kritik an der Lage lohnt das Lesen trotzdem.
Gertrud Höhler: Götzendämmerung. Die Geldreligion frisst ihre Kinder. Heyne. 19,99 Euro

Sich nicht selbst betrügen

1967 schrieb Margarete Mitscherlich, Deutschlands bekannteste Psychoanalytikerin, gemeinsam mit ihrem Mann Alexander den Klassiker „Die Unfähigkeit zu trauern“. Heute ist sie 93 Jahre alt und denkt in ihrem neuen Buch über „Die Radikalität des Alters“ nach. Radikal sei es, im Alter kein hohles Gerede mehr anhören oder machen zu wollen, aber auch, sich bei allem Optimismus nicht über den Tod und das körperliche Nachlassen zu betrügen. Mitscherlich im Gespräch: „Der Tod ist Realität. Wir sind Teil der Natur wie die Tiere. Sie müssen das akzeptieren. Wenn Sie dagegen ankämpfen, wehren Sie sich gegen die Wirklichkeit. Man muss es ohne Scheuklappen und Abwehr sehen: Ihr Teil ist beendet – fertig.“
Margarete Mitscherlich: Die Radikalität des Alters. Einsichten einer Psychoanalytikerin. S. Fischer. 18,95 Euro

Marcus Hladek

Anzeige

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: 212-3 57 01

Essen auf Rädern

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

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

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

Essen auf Rädern von verschiedenen Cateringfirmen vermitteln folgende Sozialverbände:

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

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

▶ 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

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

Autobiographisches Schreiben	Do	Vormittag
Gedächtnistraining	Mo	Vormittag
Gedächtnistraining	Do	10.45–12.15
Autobiographisches Schreiben	Do	10.30–12.00
Kostbarkeiten in Frankfurt	Mi	10.00–12.15
Entspannungstechniken	Mo	11.00–12.30
Wirbelsäulengymnastik	Di	10.00–11.00
Feldenkrais	Fr	10.30–12.00
Laufen ohne Schnaufen	Mo	12.45–14.15
Gewalt sehen und Helfen	Sa	14.00–18.00
Englisch gute Grundkenntnisse	Mi	15.00–16.30
PC-Grundlagen, Internet (WIN 7)	Di + Do	14.00–17.15
Apple MAC Grundlagen, Internet	Di + Do	14.00–17.15
Internet	Di + Do	14.00–17.15
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung (kompakt)	Mo–Do	14.00–17.15

Unterrichtszentrum, Leipziger Straße 67

Ölmalerei	Do	14.00–16.15
Englisch ohne Lehrbuch 1	Mi	14.00–15.30
Englisch Einsteiger	Mi	15.30–17.00
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 gute 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	Di	14.00–15.30
Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Mo	14.00–15.30
Englisch ohne Lehrbuch 2	Do	14.00–15.30
Englische Literatur	Mi	10.30–12.00
Englisch conversation	Mo	15.45–17.15
Englisch conversation advanced	Do	10.45–12.15
Französisch Einsteiger / Wiedereinsteiger	Fr	10.45–12.15
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 Einsteiger	Fr	09.15–10.45
Italienisch geringe Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Italienisch gute Grundkenntnisse	Fr	11.00–12.30
Spanisch Einstieg	Mo	14.00–15.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Mi	14.00–15.30
Spanisch geringe Grundkenntnisse	Do	14.00–15.30
Spanisch gute Grundkenntnisse	Di	14.00–15.30

BIKUZ-Höchst, Michael-Stumpf-Straße 2

Wirbelsäulengymnastik	Mo	09.00–10.00
Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag
Englisch Einstieg	Do	14.00–15.30
Englisch conversation	Mi	Vormittag
PC-Grundlagen, Internet (WIN 7)	Di + Do	14.00–17.15
Internet	Di + Do	14.00–17.15

Stadtbücherei, Hasengasse 4

Kunstgeschichte: Kunst am Hofe des Sonnenkönigs	Do	11.15–12.45
Kunstgeschichte: Zeitgenössische Kunst	Fr	11.15–12.45
PC-Grundlagen, Internet (WIN XP)	Di+Fr	14.00–17.15
Internet als Wissensbibliothek	Di+Fr	14.00–17.15
Internetseiten mit Google Sites	Mo, Di, Do, Fr	14.00–17.15
Weblogs mit Blogger.de	Mo, Di, Do, Fr	14.00–17.15
Twitter, Facebook und Co.	Di+Do	14.00–17.15

Haus der Jugend, Deutschherrenufer 12

Vortrag: Das Biedermeier – von Spitzweg bis Droste Hülsof	Mi	18.15–19.45
Vortrag: Gedenktage – Gustav Mahler, Oskar Kokoschka	Mi	18.15–19.45
Vortrag: Gedenktage – Ernest Hemingway	Mi	18.15–19.45

Begegnungsstätte Bockenheim, Am Weingarten 18-20

Englisch geringe Grundkenntnisse	Mi	09.00–10.30
Englisch conversation	Mi	10.45–12.15
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 Vorkurs (18.01.)	Di	16.00–17.30
Bridge Minibridge	Di	16.00–17.30
Bridge Reizung nach Forum D	Mi	div. Zeiten
Bridge Fortgeschrittene	Di	div. Zeiten
Bridge Fortgeschrittene	Mi	div. Zeiten

EVA Frauenbegegnungszentrum, 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

Begegnungsstätte Praunheim, Heinrich-Lübke-Straße 32

Wirbelsäulengymnastik	Di	10.00 – 11.00

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 75plus	Di	11.15 – 12.00
Wirbelsäulengymnastik	Mi	10.00 – 11.00
Englisch ohne Lehrbuch	Mo	Vormittag

Nachbarschaftszentrum Ginnheim, Ginnheimer Hohl 14 h

Englisch conversation	Do	Vormittag

Begegnungsstätte Ostend, Rhönstraße 89

Englisch fortgeschrittene Kenntnisse	Di	10.00 – 11.30

Bibliothek Schwanheim, Alt-Schwanheim 6

Englisch conversation	Di	Nachmittag

Grundschule Harheim, In den Schafgärten 25

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Nachmittag

Zentrum Am Bügel, Ben-Gurion-Ring 110a

Wirbelsäulengymnastik	Do	Nachmittag
Gitarrenensemble	Mo	18.15 – 19.45

Bethaniengemeinde, Wickenweg 60c

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Begegnungsstätte Sachsenhausen, Mörfelder Landstraße 210

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

Dreikönigsgemeinde, Tucholskystraße 40

Englisch conversation	Di	Vormittag

Depot Oberrad, Offenbacher Landstraße 357

Wirbelsäulengymnastik	Mi	Vormittag

Stadthalle Bergen-Enkheim, Marktstraße 15

Wirbelsäulengymnastik	Do	09.45 – 10.45

VHS Ost, Barbarossastraße 2

Entspannungstechniken zum Kennenlernen	Mo	11.00 – 12.30
Laufen ohne schnaufen	Mo	12.45 – 14.15

Gemeindehaus St. Aposteln, Ziegelhüttenweg 149

Wirbelsäulengymnastik	Do	Vormittag

Pestalozzischule, Vatterstraße 1

Wirbelsäulengymnastik	Mo	14.30 – 15.30
Wirbelsäulengymnastik 75plus	Mo	13.45 – 14.30

Ev. Gemeindehaus, Zentgrafenstraße 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

Begegnungsstätte, Gebeschusstrasse 44

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

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

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

Anzeige

Wohnen mitten im Wald

Altenwohnanlage der Luisa Haeuser-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

Aussttattung: 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, Dämmerschoppen.

Besichtigungstermine:
Montag und Donnerstag von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr, mit Registriernummer vom Amt für Wohnungswesen oder auch mit Fehlbelegungsabgabe möglich. Kurzfristiger Bezug.

Kontakt: Wohnheim GmbH, Herr Bügler, Tel. 0 69/3 90 06-163

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum Nieder-Eschbach

Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt, Telefon 0 69 / 5 07 17 44

Faschingsfeier

Live-Musik, Kreppelkaffee und Würstchen
Dienstag, 15. Februar, 15 Uhr, 4,50 €, bitte anmelden.

Begegnungszentrum Niederrad

Adolf-Miersch-Straße 20, 60528 Frankfurt,
Telefon 0 69/84 84 42 41

Gemeinsames Frühstück

jeweils dienstags ab 9 Uhr, 3 €

Besuch im Maintower

zur hr - Livesendung
„Service Trends“
Mittwoch, 26. Januar, 17.45 bis 19.30 Uhr,
Treffpunkt im Foyer, 2 €
Anmeldung bis Freitag, 21. Januar

Begegnungs- und Servicezentrum „Bockenheimer Treff“

Am Weingarten 18–20, 60487 Frankfurt,
Telefon 0 69/77 52 82, bg.bockenheim@gmx.de

Liebe, Lust und Leidenschaft

Flirtkurs 50+ zusammen mit pro Familia Frankfurt,
immer mittwochs 16 bis 18 Uhr (außer 23.März)

„Von Fremden zu Frankfurterinnen“

Kurs für Frauen jeder Nationalität ab 55,
in Kooperation mit beramí e.V.
Ab Donnerstag, 27. Januar,
Infos und Anmeldung Telefon 0 69/913010–16

„Singen ist gut für Körper und Seele“

Aufbau eines Singkreises mit Edith Eichhorn
Freitag, 14. und 28. Januar, 14 bis 15 Uhr

Begegnungszentrum Hofgut Goldstein

Tränkweg 32, 60529 Frankfurt am Main,
Telefon 0 69/6 66 77 93

Spaziergang

vom Opernplatz zur Bockenheimer Warte
10. Februar, Treff: 11 Uhr Opernplatz am Brunnen, 5 €
um Anmeldung wird gebeten.

Gemeinsam statt einsam

Mittagstisch im Hofgut Goldstein,
Mittwoch, 23. März, 6.50 €
Anmeldung unbedingt erforderlich

Begegnungs- und Servicezentrum Riedhof

Mörfelder Landstr. 210, 60598 Frankfurt, Telefon 0 69/6 314014

Gemeinsames Frühstück

Jeden Dienstag und Freitag ab 9 Uhr,
bei mehreren Personen bitte anmelden, 3 €

Ü 50-Party

mit Live Musik
Freitag, 25. März, ab 18 Uhr, Eintritt 5 € incl. 1 Getränk

Neu in Sachsenhausen

Kochclub im Riedhof ab Freitag, 4. Februar, 10 Uhr.

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

Alt-Fechenheim 89, 60386 Frankfurt,
Telefon 0 69/97 69 46 92

Stadtteil-Frühstück

mit Vortrag von Dr. med. Anna-Maria Taufkirch,
Thema Moderne Schmerztherapie
Dienstag, 25. Januar, 9.30 Uhr,
4 € (Frühstück)

Frühlingskonzert

mit der „Rentnerband Rodenbach“
Sonntag, 20. März, 15 Uhr, 3,50 € , Anmeldung erbeten

Kochen mit Helge Gilberg

Gemeinsame Zubereitung eines Drei-Gänge-Menüs,
Thema:„Frühling in der Toscana“
Freitag, 8. April, 17 Uhr, 15 €, mit Anmeldung

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim

Rhönstraße 89, 60385 Frankfurt, Telefon 0 69/ 44 95 82

Gemeinsam planen, kochen und essen

Immer am letzten Montag im Monat, 12.30 Uhr,
Kosten: 4 bis 5 €, bitte anmelden.

Fastnacht im Treff

Dienstag, 1. März, 14.30 Uhr mit aktiven
Bornheimer Karnevalisten
Wiesenstraße 20 (um Anmeldung wird gebeten)

Begegnungszentrum Sachsenhausen

Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt, Telefon
0 69/6 03 23 15

Frühstücksbuffet

jeden Freitag von 8.30 bis 11 Uhr, 3 €

Walking durch den Wald

jeden Freitag 10 bis 11.30 Uhr,
Treffpunkt Goetheturm Parkplatz, 1 €

Fasching

im Mittleren Hasenpfad 40
Dienstag, 1. März, 14.30 Uhr, mit Live-Musik und Essen, 5 €

24. Frauenfrühstück mit Alida Gundlach

Die Moderatorin, Journalistin und Autorin liest aus ihrem
Buch „Miteinander oder gar nicht“
Sonntag, 13. März, ab 10 Uhr
Bürgerhaus Dietzenbach, Offenbacher Straße 11, 63128
Dietzenbach, 18 €
(incl. reichhaltigem Frühstücksbüffet),
anmelden unter Telefon 01 76- 17 66 23 94

Begegnungszentrum „Maintreff“

Walter-Kolb-Str. 5-7, 60594 Frankfurt, Telefon
0 69/153 92 14 15

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31 / 1 92 40
Ärzte-Notdienst	1 92 92
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	01805 / 60 70 11
Apothekennotruf (Bandansage)	0 18 01 / 55 57 77 93 17
Zentrale für Krankentransporte	42 60 10
Mainova-Service	08 00 / 1 14 44 88
Notruf (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	213 / 8 81 10
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	01 80 / 33 72 25 50
Behördennummer 115 Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	212-01
Römertelefon	2 12-4 00 00
Seniorentelefon	2 12-3 70 70
„Not sehen und helfen"	2 12-7 00 70
Kinder- und Jugenschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 18
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12-4 99 11
Leitstelle Älterwerden	2 12-3 58 50
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12-3 43 43
Wohnen im Alter	2 12-7 06 76
Wohnungsberatung für Körperbehinderte und Senioren	2 12-7 06 76
Betreuungsstelle – Hotline	2 12-4 99 66
Zentrale Heimplatzvermittlung / Soziale Hilfen für Heimbewohner	2 12-4 99 22
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
ASB (Servicenummer)	08 00 / 1 92 12 00
AWO Kreisverband	29 89 01-0
Caritas-Verband	29 82-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Ffm.	95 52 62-51
Diakonisches Werk für Frankfurt a.M.	9 21 05-66 20
Die Johanniter Service Center	36 60 06-6 00
DRK Bezirksverband Frankfurt	7 19 19 10
Elterntelefon (Erziehungsberatung) des Kinderschutzbundes	08 00 / 111 05 50
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Heißer Draht für pflegende Angehörige	95 52 49 11
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67-1
Hotline	01 80/2 35 83 76
Malteser	71 03 37 70
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	77 66 11
SoVD-Stadtkreisverband (Sozialverband Deutschland)	31 90 43
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
Weißer Ring Frankfurt	23 35 81
Evangelische Seelsorge	08 00 / 111 01 11
Katholische Seelsorge	08 00 / 111 02 22
Telekom-Auskunft	118 33
EC-Karten-Sperre	0 18 05/02 10 21

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

Bürgertelefon / Infostellen der Sozialrathäuser

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

Anzeige

Totalprothesen für ein angenehmes Leben

Viele zahnlose Menschen sind mit ihren Prothesen unglücklich. Sie sitzen nicht richtig, schaukeln, die Wahl des Essens will wohlüberlegt sein und sie haben das Gefühl ihre Mitmenschen bemerken ihre Unsicherheit. Das Thema Implantologie (Einsetzen von künstlichen Zahnwurzeln in den Kiefer) kommt jedoch nicht für jeden in Frage. Die Tatsache einer Operation, die Angst vor Unverträglichkeit sowie der zeitliche Aufwand verleihen vielen Menschen einen großen Respekt davor. Trotzdem ist es möglich eine fast optimale Kaufunktion verbunden mit einer hohen Ästhetik zu erreichen.

Die Vollprothese nach „Gutowski/Läkamp" ist die echte Alternative zur Implantologie. Nach einem speziellen Vefahren wird die Prothese exakt den Kieferverhältnissen angepasst. Mit Hilfe von detaillierten Abformungen des Kiefers wird die Voraussetzung für den maximalen Halt erreicht. Zusätzlich werden durch die korrekte Einstellung des Bisses unter Einbeziehung der Kiefergelenke die Bewegungen der Prothese auf ein Minimum reduziert.

Neben der Funktionalität spielt auch die Ästhetik eine entscheidende Rolle. Es werden grundsätzlich hochwertige Keramikzähne verwendet, die durch ihre Optik Natürlichkeit und Jugendlichkeit ausstrahlen. Als Gesamtergebnis erhalten die Patienten eine zahnmedizinische Versorgung, die einen hohen Zugewinn an Lebensqualität bietet.

Lassen Sie sich von den Vorteilen überzeugen und besuchen Sie uns in unserer Praxis. Wir beraten Sie gerne über Ihre Möglichkeiten.

Zahnarztpraxis Helga Dönges
Gutzkowstraße 44
60594 Frankfurt am Main
Tel: 0 69 / 62 32 49 · Fax: 0 69 / 61 21 61

Tanzcafe mit Live-Musik
jeden Freitag und Sonntag von 14 Uhr bis 17 Uhr,
Eintritt 2,50 €

Literatur-Frühstück im Maintreff
Lesungen aus Werken bekannter und weniger bekannter Autoren
donnerstags ab 9 Uhr im Maintreff, 2 € für die Lesung, Frühstück 3.50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt,
Telefon 069/577131

Margot Unbescheid liest
„Alzheimer – Das Erste-Hilfe-Buch"
Dienstag, 18. Januar, ab 15.30 Uhr

Zukunftswerkstatt
„Demenzfreundliches Quartier"
mit Susanne Konzet
Dienstag, 1. Februar, 10 bis 17 Uhr,
Anmeldung unter Telefon 069/577131

Begegnungs- und Servicezentrum am Dornbusch / Café ANSCHLUSS

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt,
Telefon 069/550915

Informationszentrale Internet
Ein neuer kostenfreier Service im Café ANSCHLUSS
Hilfe beim Auffinden, Bestellen und evtl. Ausdrucken von Formularen und Online-Serviceleistungen.

Anzeige

Kistner + Scheidler
Bestattungen

Zeit zum Abschiednehmen

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

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

Telefon: 069-153 40 200
Tag und Nacht

mittwochs, 26. Januar, 9. und 23. Februar, 9. und 23. März, jeweils 10 bis 11.30 Uhr

Vortrag
von J.-A. Pflügel, Betreuungsstelle der Stadt Frankfurt.
Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung und die Aufgaben von Bevollmächtigten
Dienstag, 15. März, 17 Uhr; 2 €

Die Kreativwerkstatt –
Internationaler Treffpunkt für Alt bis Jung, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 069/597 16 84, kwerkstatt@gmx.de

Weiterhin Freiwillige für die Bunte Barke/Alt für Jung gesucht, Nachmittagsbetreuung für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren.

Rock/Jazz/Evergreens
MusikerInnen 60 plus und jünger gesucht! (Auch Hobbymusiker)
Musikalische Projekte in der Nachbarschaft mitentwickeln, unterstützen und /oder begleiten.
Brigitte Stein/Kreativwerkstatt oder Helge Wisotzki/Café Anschluss.

Kreatives Theater – Experimentiertheater
Neustart mit einem dynamischen Regisseur. Für Menschen, die sich spielerisch mit sich und der Welt auseinandersetzen wollen.
Beginn: Freitag, 4. Februar, 18.30 bis 20.30 Uhr, 10 Mal 85 €

Vini-Yoga
Ab Freitag, 4. Februar, 11 bis 12.30 Uhr, 10 Vormittage, 60 €

Service- und Begegnungszentrum Gallus

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

Die Tagespflege Gallus des Frankfurter Verbandes stellt sich vor!
Dienstag, 18. Januar , 16 Uhr,
Anmeldung bis 17. Januar

Infoveranstaltung zum Hausnotruf
Freitag, 21. Januar, 16 Uhr, Anmeldung bis 20. Januar

Kreppel-Nachmittag
im Bürgerhaus Gallus, Frankenallee 11, mit der Faschingsgesellschaft „Die Kameruner"
Mittwoch, 26. Januar, Einlass: 14.45 Uhr, bitte Kaffeetasse mitbringen.
Anmeldung unter 069/738 25 45

Begegnungszentrum Praunheim

Heinrich Lübkestraße 32, 60488 Frankfurt, Telefon 069/762098

Literatur am Nachmittag
Lesung und Disskusion von verschiedenen Texten ab Februar,
jeden 1. Dienstag im Monat, 15.30 Uhr

Besuch bei Marilyn Monroe
Donnerstag, 3. Februar, 14.30 Uhr,
Treffpunkt Ikonenmuseum,
Brückenstrasse 3–7, Eintritt 4 €

Altweiberfastnacht
mit der „Senior-Seven-Swing-Band",
Musik zum Tanzen und Zuhören
Donnerstag, 3. März ab 16 im BGZ

Haus der Begegnung im Sozialzentrum Marbachweg

Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt,
Telefon 069/29980 7268

Führungen in und um Frankfurt
mit Monika Franz,
Treffpunkt: Haus der Begegnung,
bitte anmelden
Dienstag, 1. Februar, 12.30 Uhr:
„Luftfahrtmuseum im Frankfurter Flughafen, Privatsammlung Cabezas", 3 €
Dienstag, 22. Februar, 12.45 Uhr:
„Sandmännchen & Co – Besuch im Trickfilmstudio", 3,50 €
Mittwoch, 9. März, 12.30 Uhr: „Info-Rundfahrt durch den Industriepark Höchst", 2,50 €

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: 01 73/9 81 20 75
e-mail: p.topsever@web.de

Vernissage der Photogruppe „Blende 60“
zum Thema Wasser; Mittwoch, 19 Januar, 15 Uhr

Harfenkonzert
mit jungen Künstlern der Yehudi Menuhin Stiftung
Sonntag, 3. April, 14.30 Uhr, 5 €

„Dem Lebensübergang Gestalt geben“
Gesprächskreis mit Methoden der Biographiearbeit
Leitung: Sabine Drescher-Meurer (Dipl. Psych.)
Beginn: Montag, 24. Januar, und vier weitere Male je 18.30 bis 20 Uhr oder Montag, 21. März und vier weitere Male je 18.30 bis 20 Uhr

RMV-Tagesausflüge
mit organisierten Führungen von Rainer Ladach von Frankfurt Hauptbahnhof Hallenmitte, mit vorheriger Anmeldung, jeweils freitags
21. Januar, 8.45 Uhr
„Friedberg – ehem. Hess. Reichsstadt, 15 €
25. Februar, 8.30 Uhr „Mittelalterliches Babenhausen“, 12 €
18. März, 8.30 Uhr „Darmstadt – Wiege des Jugendstils“, 12 €
15. April, 9.15 Uhr „Burg Greifenstein & Deutsches Glockenmuseum“, 20 €

Sonntagsbrunch
mit Thema, kreativ & kulinarisch,
5 € und etwas Kulinarisches, Info: Hildegard Bradt, Telefon 069/548 43 59

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

13. Februar: „Innehalten – Nachdenken – Beraten: Gemeinschaft erhalten bei Einschränkung der Mobilität“
13. März: „Achtsamkeitsübungen für den Alltag“
10. April: „Den Frühling begrüßen mit Liedern, Gedichten u. Geschichten“

Warum heiße ich so?
Montag, 21. Februar, 15 Uhr

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstr. 11, 60435 Frankfurt, Telefon 069/540 05 55

„Die neuesten Maschen der Trickbetrüger“
Das rollende Polizeirevier mit den Herren Janz und Gischler
Donnerstag, 27. Januar, 15 Uhr

„Das Städel zu Besuch“
David Schnell, Stadtkirchenpfarrer, stellt bekannte Bilder des Städel vor. Donnerstag, 24. Februar, 15 Uhr

Angehörige von demenzerkrankten Menschen
Gesprächsgruppe zum Erfahrungsaustausch
jeden dritten Dienstag im Monat, 19 bis 21 Uhr
18. Januar, 15. Februar, 15. März; Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle, Telefon 069/755 94 44 oder 531 920

„Des Karlche“
Norbert Riedinger liest Gedichte und Geschichten von einem alten Frank-furter. Donnerstag, 17. März, 15 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Bolongarostraße 137, 65929 Frankfurt-Höchst, Telefon 069/312 418, Klaus.Baumgarten@cafe-mouseclick.de

Café Herbstsonne
Informationsveranstaltung zur Gründung des Cafés Herbstsonne, ein Treff für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen; Mittwoch, 16. März, 15 Uhr

Der Blaue Salon
eine Kooperation mit dem Victor-Gollancz-Haus
Frühlingserwachen – Chorkonzert mit dem Singkreis der SIH, Kurmainzer Straße 91, Samstag, 19. März, 16 Uhr

Senioren Initiative Höchst

Gebeschusstr. 44, 65929 Frankfurt-Höchst,
Telefon 069/317583, email: sih_hoechst@web.de

Kabarettistischer Neujahrsempfang
Mittwoch, 26. Januar, 14.30 Uhr

Historisches Getreide und Gemüse
Mittwoch, 16. Februar, 14.30 Uhr, Eintritt frei

Auguste-Oberwinter-Haus Rödelheim

Burgfriedenstrasse 7, 60489 Frankfurt,
Telefon 069/780026

Internetcafé Surftreff @uguste
Sonntag, 6. Februar und 6. März,
zwischen 14 und 16 Uhr bietet Tutor Oberbeck seine Unterstützung an.

Rund um die Pflegeversicherung
Neueste Informationen: Einstufung, Rechte und Leistungen
Dienstag, 15. Februar, 14.30 Uhr, 2 €,
Anmeldung unter Telefon 0 69/78 00 26

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Oberlindau 20, 60323 Frankfurt
Information und Anmeldung Telefon 0 69/97 2017-40

Reihe: „Verstehen Sie Demenz“ Ernährung bei Demenz
Vortrag und Diskussion mit Karin Stöcker, Dipl.-Sozialpädagogin mit dem Arbeitsschwerpunkt „Demenz“. Zu den typischen Begleiterscheinungen einer Demenzerkrankung gehören Störungen des Ess- und Trinkverhaltens. Um Auseinandersetzungen mit den Betroffenen zu vermeiden und eine individuell angemessene Ernährung sicher zu stellen, ist es wichtig ihr Verhalten besser zu verstehen und entsprechend darauf einzugehen.
Mittwoch, 9. Februar, 19 Uhr, Stadtteilbibliothek Niederrad, Haardtwaldplatz 3, 60538 Frankfurt
Informationen sowie Beratung zum Thema Demenz bei: Maren Kochbeck, Arbeitsbereich HilDA (Hilfe für Demenzkranke und ihre Angehörigen) im Bürgerinstitut e.V., Oberlindau 20, 60323 Frankfurt, Telefon 0 69/97 2017-37

Ehrenamt in der Hospizarbeit
Eine unverbindliche, einführende Information gibt Monika Müller-Herrmann, Koordinatorin der Hospizgruppe im Bürgerinstitut und Leiterin des Arbeitskreises Hospiz Rhein-Main, im Vorfeld des Hospizhelferseminars.
Dienstag, 1. Februar, 18 bis 20.15 Uhr, im Bürgerinstitut, Oberlindau 20, 60323 Frankfurt.
Anmeldung: Telefonisch unter 0 69 / 97 2017 24
Das Hospizhelferseminar im Bürgerinstitut beginnt am Wochenende vom 25. bis 27. Februar, das 2. Seminarwochenende ist am 25. bis 27. März. Hinzu kommen sieben Dienstagabende vom 1. März bis zum 12. April. Hierfür ist ein persönliches Vorgespräch mit Monika Müller-Herrmann erforderlich.

Neu im Bürgerinstitut: Kultur-Begleitservice für Senioren
Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten in den Palmengarten, in ein Konzert, ein Museum oder... oder.... Gemeinsam überlegen sie mit den Begleiteten, wie sich Wünsche verwirklichen lassen und halten Vorschläge für Veranstaltungen bereit, die kostenlos oder sehr preiwert sind. Die Übernahme von Kosten für Eintrittsgelder muss im Einzelfall geklärt werden. Der Service selbst ist kostenlos. Barbara Jakob, Telefon 0 69 / 97 2017 36.

Treffpunkt Rothschildpark

Thema JAPAN im Bürgerinstitut

Tuschemalerei
im japanischen Sume Stil vom 14. Januar bis 31. März, täglich 10 bis 16 Uhr, Bilder von Maria Pohlmann
Vernissage: Freitag, 14. Januar, 18 Uhr

JAPAN – ein Land der Gegensätze – von Shinto bis Sushi
Ein Lichtbilder-Vortrag mit Walter Lachner führt durch Landschaften, Städte, Tempel und Gärten, Lebensweise und Kultur.
Mittwoch, 19. Januar, 14.30 Uhr; 2,50 € Gästebeitrag

Ikebana – die japanische Kunst des Blumenarangements
Evelyn Eberlein gibt eine kleine theoretische Einführung in diese japanische Kunstform. Danach haben Besucher Gelegenheit, sich selbst an einem Gesteck zu versuchen.
Mittwoch, 2. Februar, 14.30 Uhr, 5 € Materialkosten, 2,50 € Gästebeitrag; Bitte anmelden bis 28. Januar

Haiku
Haiku, die kürzeste Gedichtform der Welt, wird seit einigen hundert Jahren in Japan gepflegt. Martin Berner zeigt auf, worin sich diese Form der Lyrik von dem unterscheidet, was uns als Poesie geläufig ist.
Dienstag, 8. Februar, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Film „Kirschblüten – Hanami“
Ein Ehemann entdeckt nach dem Tode seiner Frau die große Liebe zu ihr. Er springt über seinen Schatten und lebt den Traum ihres Lebens: Japan.
Doris Dörrie, Regie. Mit Elmar Wepper und Hannelore Elsner. Deutschland, 2007, 127 Minuten
Freitag, 11.Februar, 14 bis 16.45 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Literatur am Nachmittag
mit Monika Vogel
Thema JAPAN „Kyôiku-Mama“ und „Götterwinde“ von Franka Potente, aus „Zehn Stories“, Piper Verlag
Montag, 14. Februar, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Japanische Literatur
Walter Lachner (Gruppe Lesefreuden) stellt die vier Hauptperioden der japanischen Literatur vor.
Mittwoch, 16. Februar, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Fernöstliche Dekoration leicht gemacht ...
Im Jahr des chinesischen Sternzeichens Hase zeigt Maria Oltsch wie man mit Servietten Hasen für die (Oster-)Tafel falten kann. Sie leitet an, Dekoration, Karten und Verpackungen mit asiatischen Ideen und fernöstlichen Motiven zu gestalten.
Bitte Schere und Klebstoff mitbringen. Material ist vorhanden. Dienstag, 22. Februar, 14 Uhr,
1 € Materialkosten zzgl. 2,50 € Gästebeitrag.

Schrift und Sprache in Japan
Frau Schnabel von der dt.-jap. Gesellschaft berichtet über das Schriftsystem der japanischen Sprache.
Am Ende besteht für die Teilnehmer auch die Möglichkeit das Schreiben der Zeichen mit dem Pinsel auszuprobieren.
Freitag, 4. März, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag.
Bitte anmelden!

KUNSTPARCOURS

Führung durch die Ausstellung
Das Geistige in der Kunst – vom Blauen Reiter zum Abstrakten Expressionismus
31. Oktober 2010 bis 27. Februar 2011 im Landesmuseum Wiesbaden, Friedrich- Ebert-Allee 2, 65185 Wiesbaden
Leitung: Helga Bill
Donnerstag, 27. Januar, Treffpunkt:
10 Uhr Hauptwache, B-Ebene vor Kaufhof, Fahrt mit S8 (10.13 Uhr). Bitte anmelden, begrenzte Teilnehmerplätze.

Fotoapparat – Alles digital oder was...?
Gerhard Christ bietet interessierten Anfängern der digitalen Fotografie im Rahmen eines Informationsnachmittags eine kurze Einführung in die Technik. Er informiert über Aufnahme-Chip, Auflösung, Speicherkarten, Monitor und Kameratypen, Fotoentwicklung auch ohne PC. Der Nachmittag soll Grundlagen vermitteln, Verständnis festigen und eventuell eine Entscheidungshilfe beim Umstieg auf die Digitalkamera geben.
Mittwoch, 2. März, 14 bis 16 Uhr, Kosten 2,50 € Gästebeitrag
Bitte bis Freitag 25. Februar anmelden.

Foto: Wendl

Schicke Damen, perfekt geschminkt und gekleidet nach der neuesten Mode – so war man Modefotografie gewohnt, bis die 90er Jahre kamen. Im letzten Jahrzehnt des vergangenen Jahrhunderts war Modefotografie plötzlich ganz anders. Wie und warum – das konnten Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift bei einer Führung in der Ausstellung „Not in Fashion. Modefotografie der 90er Jahre“ in der Schirn erfahren. Kuratorin Sophie von Olfers selbst (rechts) erklärte, warum die 90er Jahre für die Mode eine Zeit des radikalen Umbruchs waren. *wdl*

Wo war's – wer war's?

Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Vielleicht gibt es unter den Lesern einige „Pufferküsser“, die Tipps zu diesem Foto geben können. Auf der Lokomotive ist zu lesen: Deutsche Reichsbahn Kö0257 sowie Rbd (Reichsbahndirektion) Frankfurt (Main) und Bf (Bahnhof) Langenselbold. Wer wurde fotografiert und aus welchem Anlass? Hinweise zum Foto bitte schriftlich an die Redaktion der Senioren Zeitschrift.

Leserbrief aus Dreieich: Kurt Henkel aus Dreieich schreibt der Senioren Zeitschrift: „Im Frankfurter Nordend gab es einmal die Hundswiese. Sie muss im Bereich Adickes Allee/Eschersheimer Landstraße gewesen sein. Ich hätte gerne gewusst, wo genau sie sich befand. Vielleicht kann mir eine Leserin oder ein Leser hierbei helfen und eventuelle Angaben machen, wann die Hundswiese bebaut wurde. Herzlichen Dank im voraus.“ Wer dazu einen Beitrag hat, möge diesen bitte schriftlich an die Redaktion der Senioren Zeitschrift schicken.

Zur Frage: Wie hießen die Straßen in Heddernheim vor der Eingemeindung? (SZ 4/2010, Seite 65)

Die Leser der Senioren Zeitschrift kennen sich aus – vor allem in ihrem Stadtteil. Auf unsere Frage aus der Ausgabe 4/2010 haben wir gleich mehrere Zuschriften erhalten. Alle haben die richtige Antwort gewusst. Siegbert Kuttner, Wilfried Müller und Andrea Küthe meldeten uns kurz und knapp: Heddernheimer Landstraße hieß früher Frankfurter Straße und Alt-Heddernheim hieß Langstraße, von den Einheimischen Langgass genant.

Einen Tipp für alle, die beim Rätseln mitmachen wollen, hat Heinz Urban: Man kann auch im Amtsblatt nachschauen oder sich bei den Heimats- und Geschichtsvereinen kundig machen. *red*

Anzeige

technisches Gerät		Lotterieschein	ein Bindewort	Zeichen für Gallium		Getreideart	1000 Milliarden	Trag- u. Reittier in südl. Ländern	schubsen		Segelkommando	Abk.: außer Dienst	bereitwillig
Mühsal, Qual						Mitgliedszahlung							
iglu-Baumaterial									langweilig				
hohe Spielkarte				weibliches Huftier		kaum hörbar						in der Tiefe	
Gegenteil von Wärme		zeitlos, immer	Tierbehausung						Fahrrad-, Motorradfahrer (engl.)		dt. Vorsilbe der Verneinung		
						Mischfarbe		Gliedmaßen					
Abk.: Tankwagen			fein regnen		Überbringerin						Ausflug, Wanderung		Nachschlagewerk
Zauber	innerlich / Storch in der Fabel							Staat in Mittelamerika		Abk.: Telefon			
					unser Zentralgestirn		kürbisartige Frucht						
Fremdenheim		Musikzeichen		ugs.: großartig						heiter, vergnügt		vorspringende Spitze	
							persönl. Fürwort, 1. Person Plural		ungebunden				
Windstoß				Abk.: außer Tarif		ungeordnet, verworren					Initialen Kolumbus´ / persönl. Fürwort		
Weltmeer									Vorsilbe: naturnah, -belassen				
Altersgeld						brüllen (Hirsch)							50

Sudoku

Viel Vergnügen bei diesem japanischen Rätselspaß!

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

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

Die Lösungen finden Sie auf Seite 13.

Anschrift und Impressum

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

Anschrift / Redaktion: Jutta Perino (v.i.S.d.P.), Senioren Zeitschrift, Dezernat für Soziales, Senioren, Jugend und Recht, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69 / 212-3 34 05, Fax: 0 69 / 212-3 0741, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Abonnement, Leseranfragen und Vertrieb: Petra Lösch, Telefon: 0 69 / 212-4 92 89 (vormittags), E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Evangelische Blindenarbeit im Diakonischen Werk für Frankfurt, Haus am Weißen Stein, Eschersheimer Landstr. 565 – 567, 60431 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69 / 53 02-244, Fax: 0 69 / 53 02-266, E-Mail: eb@integrationshilfen.de

Anzeigenleitung / Gesamtherstellung / Gestaltung: Kreativwerkstatt, Agentur und Verlag, Oeder Weg 9, 60318 Frankfurt am Main, Telefon: 0 69 / 42 08 27 85, Fax: 0 69 / 42 08 27 86, Mobil: 0 172 / 682 80 20, E-Mail: agentur@kreativwerkstatt-frankfurt.de

Anzeigenschluss für die Ausgabe 2/2011 ist der 25. Februar 2011.

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,

Meine Schwester aus Kanada hat mir das nachfolgende Gedicht „Senioren“ geschickt (hier abgedruckt). Ja, stellen wir uns doch mal vor, die Menschen würden nicht so alt werden wie heute. Dann brauchten sie auch weniger. Und was machen dann all die, die bisher davon lebten, gut lebten?

Wir sollten froh sein, dass wir heute viel älter werden als früher, dass wir gesünder alt werden. Also verreisen wir mehr, die Reisebürobranche profitiert davon. Selbst wenn die Rente nicht so üppig ist, muss man doch essen. Manchmal will man auch was Neues zum Anziehen, das geht doch fast allen so. Was die Älteren als Rente bekommen, geht doch meistens in den wirtschaftlichen Kreislauf zurück.

Jede Rentenerhöhung ist doch eigentlich ein Arbeitsbeschaffungsprogramm. Wie Viele wären arbeitslos, wenn’s die Rentner nicht gäbe.

Es gibt immer weniger Kinder, das wird beklagt, weil ja nach unserem System die Renten dann nicht mehr bezahlt werden können. Wo ist denn die Alternative? Mehr Kinder müssen her, denn die konsumieren auch wieder ein ganzes Leben lang. Also ist die Investition sowohl in die Kinder wie auch in die Rentner für unseren gemeinsamen Wohlstand verantwortlich.

Ich will ja gar nicht in die Diskussion über das sozialpolitische Gemeinwesen einsteigen, aber wenn wir weniger Kinder und auch weniger Rentner hätten, da ginge es ja vielen viel schlechter. Die Sozialausgaben, die ja inzwischen den größten Teil des Staatshaushaltes ausmachen, müssten schon auch reduziert werden, weil es nicht mehr zu finanzieren ist.

Ich wollte mir ja nur mal ein paar Gedanken darüber machen, wie es wäre, wenn die Menschen nicht so alt würden oder keine zusätzlichen Kinder mehr zur Welt kämen. Da setzt die Einwanderungsdebatte an, und an der möchte ich mich im Augenblick nicht beteiligen.

Mir reicht schon, wenn sich alle Rentner keine Tabletten mehr verschreiben lassen würden, oder nur die Hälfte. Vielleicht reicht schon, dass man sich angesichts der Medikamente, die im Schrank herumliegen und nie genommen werden, vorher überlegt, was man wirklich braucht. Was wäre mit der so mächtigen Pharmaindustrie? Die würde ganz schön jammern. Wenn sich alle darüber klar wären, dass es ohne den anderen nicht geht, man ihn sogar braucht, dann ginge es doch beiden gut, meine ich. Wenn nicht der eine den andern übern Tisch ziehen will. Na ja, die Lobbies haben’s auch nicht leicht.

Und doch wünsche ich allen ein fröhliches, heiteres, gutes, gesundes, lebensfrohes Jahr. Vergessen sollten wir auch nicht, dass es keiner Rentnergeneration je zuvor besser ergangen ist.

Alles Liebe Ihr Wolfgang Kaus

WILHELM BUSCH
ZU NEUJAHR

Will das Glück nach seinem Sinn
Dir was Gutes schenken,
Sage Dank und nimm es hin
Ohne viel Bedenken.

Jede Gabe sei begrüßt,
Doch vor allen Dingen:
Das, worum du dich bemühst,
Möge dir gelingen.

EMPEHLUNGEN DES
DALAI LAMAS IM NEUEN
JAHRTAUSEND
(letzte Folge)

15. Gehe sorgsam mit der Erde um.
16. Begib dich einmal im Jahr an einen Ort, an dem du noch nie gewesen bist.
17. Bedenke, daß die beste Beziehung die ist, in der jeder Partner den anderen mehr liebt als braucht.
18. Messe deinen Erfolg daran, was du für ihn aufgeben musstest.
19. Widme dich der Liebe und dem Kochen mit ganzem Herzen.

SENIOREN

Ja, gäb’ es uns nicht, die Senioren,
ging aller Wohlstand schnell verloren.
Den Ärzten wär das eine Qual,
wer füllte sonst den Wartesaal?

Wer kennt sich aus in Rückenschmerzen?
Hat steten Druck am schwachen Herzen?
Wer ist denn sonst so häufig krank?

Wer stapelt Medizin im Schrank?
Wer schreitet stolz, voll Heldentum
Mit neuem Hüftgelenk herum?

Die Augenärzte, wunderbar,
sie leben gut vom grauen Star!
Wer füllt die Apothekenkassen,
obwohl sie die Gebühren hassen?
Die Rentner sind’s, ganz einwandfrei!
An ihnen kommt kein Staat vorbei.

Mallorcas Strände wären leer,
gäb es nicht das Seniorenheer?
Wer gibt im Reisebus am Ende
Dem Fahrer immer eine Spende?
Wer lässt sich heute noch im Rachen,
Gebiss und neue Zähne machen?

Manch Zahnarzt müsste Däumchen drehen,
ließ sich bei ihm kein Rentner sehn!
Wer fährt denn heute noch zur Kur
Meist sind es doch Senioren nur!

Die Parkbank würde schnell verwaisen,
gehörte sie nicht rüst’gen Greisen!

Wer hat noch Kraft für einen Bummel?
Und stürzt sich in den Einkaufsrummel?

Manch Kaufhaus wär zur Hälfte leer,
gäb’s keine Kaufhaus-Rentner mehr.

Auch das Caféhaus müsste schließen,
wenn sie die Torten nicht genießen.
Die Rentner sind’s , ganz einwandfrei
An ihnen kommt kein Staat vorbei.

ERICH FRIES
NEUJAHRSGESCHENK

Ich schenk dir was im Neue Jahr,
des is e Rarität.
Es is kaan scheene Bungalow,
der zwische Palme steht.
Es is aach kaa Brillantkollier
Kaan Nerz un kaan Rolls Royce
Von Meißen kaa Porzellangescherr
Verziert mit Blummesträuß.
Ich schenk dir kaa lang Abendkleid
Kaa Negligé aus Seide,
kaan Hund , kaa Katz, kaan Babbegei
un aach kaa Pferd zum Reite.
Kaan Swimmingpool, kaa Secheljagd;
Kaa Flugreis um die Welt,
kaa Kreuzfahrt uff em Mittelmeer
un aach kaan Sack voll Geld.

Ich schenk dir von dei’m Wunschzettel
Net de geringste Poste
Kaa Sache fer de Hausgebrauch,
gleichgiltig was die koste.
Ich schenk dir was Besonneres.
Frag net, was da noch blieb.
Ich schenk dir, was noch kaaner hat:
Ich schenk dir mei ganz Lieb.

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

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

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

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

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

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an! Gerne geben wir Ihnen Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2011 zu.

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