2 2012

SENIOREN Zeitschrift

Stadt Frankfurt am Main

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

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

Unsere **Seniorenreisen** führen Sie zu den bekanntesten und schönsten Ferienorten in Deutschland, 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 2012 zu.

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

Ab April 2012: Buchgasse 3, 60311 Frankfurt am Main

Aus dem Inhalt

Vorwort: Daniela Birkenfeld 4

Aktiv in Frankfurt

Die Mischung macht's 4–5
Dankeschön für's Ehrenamt 6
„Es gibt nichts Gutes, außer man tut es“ 6
Die Diakonisse und der „Mörder“ 8
Mit Volldampf voraus 9
Mehr miteinander statt nebeneinander leben..... 10
Wissen weitergeben 12–13
Einfach nur spielen 14
Der sanfte Weg zum Wohlbefinden 15
Jeder Schritt hält fit 16–17
Die schönsten Seiten der Stadt 18
Akademie im Rothschildpark 19
Aktives Altern – ein Gewinn für den Einzelnen und für die Gesellschaft 19

Das Sozialdezernat informiert

Seniorenbeirat neu am Start 20–21
Wissen aufbessern 21
Sozialbezirksvorsteher neu im Amt 22–23
„Zeit für mich“ – Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt vom 11. bis 24. Juni 24–25
Der Römer lädt ein 25
Sozialrathäuser informieren 25
Lotsen rund um die Pflege 26
Sprechstunde Seh- und Hörverlust 26

Aktuelles und Berichte

Frankfurt im Buch 27
Individuell wie die Geschichte der einzelnen Menschen 28–29
Wie fühlt sich Ruhestand an? 29
IHK weiß, was Senioren wünschen 30
Keine Angst vor helfender Technik 31
Im Freien fit werden 32–33
Mit einem Klick zur Antwort 34
Frühe Anzeichen von Demenz ernst nehmen 53

Begegnung der Kulturen

Vom Sterben in der Fremde 35
Service für Migranten 36
Die zur Gesundheit lotst 37
Tränen an der Loreley 39

Blick über den Tellerrand

Wo Worte leben 40
Streiterin für den Frieden 41

Gesundes Leben

Lungenentzündung – eine unterschätzte Gefahr 42

Verbraucher und Recht

Hilfe zum Gesundheitswesen 43
Weg frei für neues Heinrich-Schleich-Haus 43
Vorsorgen für den Krankheitsfall 44–45
Genau hinschauen 46

Kultur in Frankfurt

Was – wann – wo 38
Silver Screen – silberne Kinoleinwand 47
Das Goethehaus zeigt Märchenillustrationen 48–49
Märchen sind Seelennahrung 50
Wie gut kennen Sie Frankfurt? 58
Für Sie gelesen 60

Früher und Heute

Von Knopf bis Zwirn 51
Frankfurt und seine Plätze: der Kurfürstenplatz 52–53
Da gibt es viel zu sehen 54–55

Frankfurt und seine Stadtteile

Zeilsheim und Sindlingen 56–58

Ratgeber

Mittagstisch für Senioren 59
Tipps und Termine ..... 61–64 und 67
Beratungs- und Vermittlungsstellen für ambulante Hilfen 65
Wichtige Telefonnummern 66

Leserecke

Leserecke 68–69
Wo war's – wer war's? 68
Kostenfreie Führungen im Museum Giersch 69
Rätsel und Impressum 70
Wolfgang Kaus zitiert 71

Zum Titelbild:
Bald ist Frühling. Die Tage werden länger. Blütenduft liegt in der Luft. Die Natur erwacht. In Frankfurt wird es lebendig. Feste locken. Die Menschen werden aktiver. So lautet das Titelthema passend zur Jahreszeit diesmal: Aktiv in Frankfurt

Foto: Oeser

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

dass unsere Stadt so lebendig ist, wie wir sie kennen und schätzen, dazu tragen viele engagierte Seniorinnen und Senioren bei. Die Senioren Zeitschrift stellt Ihnen in dieser Ausgabe einige davon vor. Falls Sie noch mehr Aktive kennen lernen wollen, bietet sich bei den Tagen der offenen Tür der Stadt Frankfurt im Römer eine Gelegenheit: Am Samstag, 28. April, unterhalte ich mich um 14 Uhr auf der Bühne in den Römerhallen mit älteren Vertreterinnen und Vertretern von Initiativen über ihre Erfahrungen mit Bürgerbeteiligung.

Möchten Sie den Schritt wagen und selbst aktiv werden? Dann empfehle ich Ihnen die Aktionswochen „Älterwerden in Frankfurt“ vom 11. bis zum 24. Juni. Der Veranstaltungsreigen, den das Jugend- und Sozialamt zusammen mit Vereinen, Initiativen, Trägern der Altenhilfe und anderen städtischen Ämtern organisiert, bietet viele Möglichkeiten zum Reinschnuppern und Ausprobieren. Lassen Sie sich einmal ganz von Ihren Interessen und Neigungen leiten – getreu nach dem Motto der diesjährigen Aktionswochen: „Zeit für mich.“

Ich wünsche Ihnen angenehm milde und fröhliche Frühlingstage!

Ihre

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

Die Mischung macht's

Aktiv und selbstbestimmt

Im Bürgerinstitut gibt es zahlreiche Möglichkeiten, sich zu engagieren – und zu feiern. Das Bild zeigt die 111-Jahrfeier im vergangenen Jahr. Foto: Oeser

Das war noch mal ein schöner Aufreger so kurz vor Weihnachten: Richard David Precht, Deutschlands derzeit bekanntester Philosoph („Wer bin ich – und wenn ja, wie viele?"), forderte ein soziales Pflichtjahr für Rentner. In der Talk-Sendung von Anne Will sorgte er für eine Riesenaufregung, als er meinte, Rentner müssten zwangsweise für 15 Stunden in der Woche etwa Migrantenkindern Deutschunterricht erteilen oder andere Senioren betreuen. Schließlich habe die Generation, die jetzt in Rente gehe, den Krieg nicht erlebt und müsse von daher der Gesellschaft etwas zurückgeben.

Viele Senioren der Generation 60plus mögen sich verwundert die Augen gerieben haben. Soziales Engagement per Zwang? Eigentlich ist das doch gar nicht nötig, sind doch unzählige Rentner längst ehrenamtlich unterwegs: als Vorleser und Hospizbetreuer, als Gesprächspartner in der Telefonseelsorge oder Berater für entlassene Strafgefangene, als Internetseiten-Betreuer für den Sportverein oder Kollektenrechner einer Kirchengemeinde. Es ließen sich noch unzählige solcher Ehrenämter aufzählen, gar nicht zu reden etwa von der Enkelbetreuung, die jüngeren Menschen erst die volle Berufstätigkeit ermöglicht.

Verpflichtende Arbeit nach mehr als 40 Jahren Berufstätigkeit, ja sogar Rentenkürzung für denjenigen, der sich nicht dazu bereit erklärt, wie es Precht forderte – das löste eine breite Front der Empörung aus. Es waren nicht nur die Rentner, die sich gegen seine solche Zumutung wehrten. Auch die Politik war davon nicht begeistert, obwohl man dort nicht müde wird, vom „Rentenproblem" zu sprechen und den heute noch nicht ganz Alten dringend anrät, privat zusätzlich für ihre Rente vorzusorgen. So verwies Arbeitsministerin Ursula von der Leyen gleich auf das breite ehrenamtliche Engagement der Rentnergeneration. Auch Familienministerin Kristina Schröder wollte sich mit dem Zwangsengagement nicht anfreunden. Immerhin hätten die meisten Rentner jahrzehntelang gearbeitet und Beiträge in die Rentenversicherung eingezahlt.

Ein Leben für andere

Unzählige Menschen im Rentenalter könnten sich ein Leben ohne Engagement für andere gar nicht vorstellen, auch wenn sie es nicht an die große Glocke hängen. Birgit Clemens zum Beispiel begleitet seit einigen Jahren Menschen, die schwer erkrankt sind und auf den Tod zugehen. Die Gruppe mit dem nüchternen Namen Patienten-Kontakt-Gruppe ist am Krankenhaus Nordwest in Frankfurt angesiedelt und hat gerade ihr zehnjähriges Bestehen begangen. Die Mitglieder der Gruppe haben eine intensive Schulung für ihre Aufgabe durchlaufen und stehen todkranken Patienten sowie deren Angehörigen und Freunden zur Seite, wenn diese nicht wissen wohin mit ihrer Angst, mit Wut oder Mutlosigkeit.

„Ich wollte neben meinem Beruf noch etwas anderes Sinnvolles tun", sagt die 60-jährige Journalistin, die mit dem frühen Verlust ihrer Mutter und dem Sterben ihres Partners schon in jungen Jahren konfrontiert war. „Ich habe die eigene Gesundheit mehr schätzen gelernt, denke über den eigenen Tod nach, aber auch über die Wünsche an das Leben." Zu ihrer Hospiztätigkeit gehört der Austausch in einer Gruppe und regelmäßige Supervision. Birgit Clemens fühlt sich dort gut aufgehoben und kann so die dazu gehörenden Belastungen der Hospizarbeit tragen. Inzwischen ist die Gruppe so eng zusammengewachsen, dass ihre Mitglieder sich auch bei gemeinsamen Freizeitaktivitäten treffen.

Sigrid Brügel, die als Vorleserin für Kinder ab vier Jahren in der Zentralbibliothek aktiv ist und die Kinder einer afghanischen Familie in ihrem Schulalltag betreut, schätzt die Vielfalt ihres Engagements: Neues lernen und Kontakt zu Menschen haben, den Tag strukturieren und die Zeit füllen. Auch wenn es gerade im Bereich Integration viele Schwierigkeiten gebe, bestärke sie der Kontakt zu der Familie der betreuten Kinder doch darin, weiterzumachen, sagt die frühere Bibliothekarin an der Universitätsbibliothek Frankfurt. Daneben findet sie noch Zeit, sich an der U3L für gerontologische Vorlesungen und Ringvorlesungen zu verschiedensten Themen zu interessieren: „Ich fühle mich fit und lasse mich gerne auf Neues ein", sagt die 67 Jahre alte Frau.

„Gemeinsam mit anderen was machen", sagt Manfred Lowack, früher Kameramann beim Hessischen Rundfunk, wenn man ihn nach der Motivation für sein ehrenamtliches Engagement im Ruhestand fragt. Der 72-Jährige ist ein Planer des Ruhestandes. Noch während der aktiven Zeit seiner Berufstätigkeit hat er darüber nachgedacht, wie er es schaffen könnte, nicht in das gefürchtete Loch

zu fallen. Und dieses Loch hat er seit Beginn seines Vorruhestandes vor zwölf Jahren wahrhaft gut gefüllt: So hat er jeweils einige Jahre in der Notfallseelsorge und in der Telefonseelsorge gearbeitet. „Für mich war Aktivität die Brücke, um ohne Blessuren in diese neue Lebensphase zu gelangen“, sagt er und hat auch viel Neues dabei gelernt. „Unbegrenzte Freiheit darf nicht zur unbegrenzten Leere werden“ – ein Satz, den er sich zum Wahlspruch gemacht hat und ebenso wie seine Erfahrungen auch gerne an andere weitergibt, etwa durch Filme über Aktivitäten im Ruhestand. Darüber immer auch sich selbst nicht zu vergessen, war für Manfred Lowack wichtig. So hat er sich den Wunsch erfüllt, Klavier spielen zu lernen. Und gerade beginnt er ein einjähriges Bibelstudium, das er wiederum in seiner Tätigkeit als Lektor in der Kirche gut brauchen kann.

Dass viele Menschen jenseits des Rentenalters weiterhin aktiv sind, hat auch damit zu tun, dass diese Menschen ein anderes Lebensgefühl haben, als Alte noch vor wenigen Jahrzehnten. Der grundlegende Unterschied: Die Generation 55plus fühlt sich nicht alt. Das hat der Soziologe Dieter Otten herausgefunden, der zusammen mit einem Team an der Universität Osnabrück seit 2008 eine langfristige Befragung unter dieser Generation vornimmt (Dieter Otten: Die 50+ Studie, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 12 Euro). Diese Menschen sind fit und gesund, haben sie sich doch gut ernährt und auf ihre Gesundheit geachtet. Sie sind nach Ottens Feststellungen zufrieden und persönlichkeitsstark. Und auch wenn sie nicht unbedingt als reich gelten, leben sie doch in zufriedenstellenden Verhältnissen und können sich im Alter etwas leisten.

Dass viele freiwillig aktiv sind, ihr Gemeinwesen mitgestalten oder andere unterstützen wollen, denen es nicht so gut geht, scheint da nur folgerichtig. Kein Zwang, aber Selbstverpflichtung scheint ihr Motto zu sein. Den Ruf „Wir brauchen euch!“ (Murmann Verlag, 19,90 Euro), mit dem Roland Krüger und Loring Sittler in einem Buch das Engagement der Generation 50plus fordern und beschreiben, haben sie längst gehört. Dass sie dabei auch sich selbst nicht vergessen, im Ruhestand endlich die Reisen machen, von denen sie immer träumten, dass sie noch einmal etwas Neues lernen oder Altes wieder auffrischen und einfach Spaß haben wollen – wer wollte es ihnen nach einem langen Arbeitsleben verdenken? Um ein erfülltes zufriedenes Alter zu erleben, gilt offenbar: Die Mischung macht’s.

Frankfurt ist für diese Mischung ein gutes Pflaster. Vielfältig sind die Angebote für ältere Menschen, ob sie noch einmal lernen wollen oder einfach Unterhaltung und die Gesellschaft anderer suchen. Darüber hinaus ist Frankfurt die heimliche Hauptstadt des bürgerschaftlichen Engagements und bietet jedem eine Möglichkeit, freiwillig aktiv zu werden. *Lieselotte Wendl*

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

Dankeschön für's Ehrenamt

2011 noch in Amt und Würden: Oberbürgermeisterin Petra Roth bei der Verleihung der Ehrenamts-Card. Foto: Referat Bürgerengagement, Ehrenamt und Stiftungen

Die Stadt Frankfurt möchte sich auch 2012 bei den Ehrenamtlichen bedanken, die in Vereinen, Verbänden und Organisationen viele Stunden für das Gemeinwohl der Stadt gespendet haben. Um diesen Dank zum Ausdruck zu bringen, vergibt die Stadt auch in diesem Jahr auf Antrag wieder 1.000 Ehrenamts-Cards. Die Antragsphase läuft noch bis 27. April.

Wer sich seit mindestens fünf Jahren, mindestens fünf Stunden in der Woche im Stadtgebiet Frankfurt am Main bei einer oder mehreren gemeinnützigen Organisationen ehrenamtlich engagiert, ohne dafür eine pauschale Aufwandsentschädigung zu erhalten, die über die reine Auslagenerstattung (zum Beispiel Porto, Telefon) hinausgeht, kann die Ehrenamts-Card beantragen.

Mit der E-Card können hessenweit über 1.500 Vergünstigungen beim Besuch von öffentlichen und privaten Einrichtungen und Veranstaltungen in Anspruch genommen werden. In Frankfurt kann man unter anderem mit ermäßigtem Eintritt die Frei- und Hallenbäder, die Eissporthalle sowie Zoo und Palmengarten besuchen. Zudem gibt es Ermäßigungen beim Varieté Tigerpalast, im Theater und für Schifffahrten mit der Primus-Linie und der Köln-Düsseldorfer. Die städtischen Museen bieten sogar kostenlosen Eintritt. Für die Heimspiele von Eintracht Frankfurt kann man Karten gewinnen.

Antragsformulare und Flyer liegen ab sofort bei der Bürgerberatung auf dem Römerberg und in den Bürgerämtern bereit. Zudem können der Flyer und das Antragsformular auch im Internet unter www.buergerengagement.frankfurt.de abgerufen werden. *pia*

Weitere Auskünfte erteilt das Referat Bürgerengagement, Ehrenamt und Stiftungen unter 0 69/2 12-3 55 00 beziehungsweise -3 55 01.

„Es gibt nichts Gutes, außer man tut es"

(Erich Kästner)

Martin Berner, Leiter des Bürgerinstituts, begrüßt Stadträtin Daniela Birkenfeld. Foto: per

Ehrenamt wird in Frankfurt groß geschrieben. Jeder zehnte ältere Bürger in Frankfurt engagiere sich ehrenamtlich, sagte Seniorendezernentin Daniela Birkenfeld auf dem Jahresempfang des Bürgerinstituts. Damit sei der natürliche Generationenaustausch, bei dem Wissen weitergegeben werde, gewährleistet. Sie wünschte den vielen Ehrenamtlern, dass sie ihre Schaffenskraft behalten mögen. Denn diese war wieder hoch. 391 Ehrenamtliche hatten im vergangenen Jahr 45.000 Stunden Zeit gespendet. Andreas Zimmer, Vorstand des Bürgerinstituts, zog diese positive Bilanz. Besonders würdigte er die Arbeit von Hank Haarhaus. Dieser rüstige 88 Jahre alte Herr setzt sich seit 25 Jahren unermüdlich für die Altenbetreuung ein. Die Freiwilligenagentur konnte 442 Personen und 60 gemeinnützige Vereine beraten. Außerdem wurden der achte Frankfurter Freiwilligentag auf die Beine gestellt, 50 Fortbildungen durchgeführt und wieder gemeinsam mit dem Versandhaus Neckermann 120 „rollende Tannenbäume" bei älteren Menschen aufgestellt. Erfreulich sei auch, so Zimmer, dass bei dem Programm Hilfe für Wohnen inzwischen 48 Paare zusammengefunden haben. Und das Projekt Lesefreuden konnte mit seinen 24 Ehrenamtlichen 420 Veranstaltungen initiieren und 11.000 Zuhörer erreichen. Nicht alle Projekte konnten genannt werden, doch hervorgehoben hat Zimmer noch die Zweigstelle des Büros Aktiv in Bergen-Enkheim, die vor Ort Freiwillige berät. *per*

Kurzinformationen

Freiwillig aktiv – einmal testen

Gutes und Sinnvolles tun – für sich und andere, das kann man beim 9. Frankfurter Freiwilligentag am 12. Mai verwirklichen. Für einen Tag in ehrenamtliche Jobs hineinschnuppern, nette Leute kennenlernen, mit denen man beispielsweise einen Ausflug unternehmen, Grünpflanzen pflegen oder den Treffpunkt einer Selbsthilfegruppe gemeinsam mit den Besuchern verschönern könnte. Und abends sind alle Freiwilligen zum gemeinsamen Fest eingeladen. Der Weg zum Mitmachen: Über die Seiten www.freiwilligentag-ffm.de, www.freiwilligentag-kreisof.de kann man sich entscheiden, ob man sich in Frankfurt oder Offenbach engagieren möchte und meldet sich verbindlich an.

Engagierte Privatpersonen, Unternehmen und Mitarbeiter der AWO Frankfurt können im Teams gemeinsam und ehrenamtlich soziale Projekte verwirklichen. Der AWO-Day findet am 22. und 23. Juni statt. Anmeldung und Infos: www.freiwillig-agentur.de.

„Mehr als ich kann!“

Am Freitag, 4. Mai, öffnet der 29. Markt der Frankfurter Selbsthilfegruppen von 11 bis 17 Uhr seine Tore in den Römerhallen und auf dem Römerberg. 100 Selbsthilfegruppen präsentieren sich an ihren Informationsständen. Dort besteht die Gelegenheit, Kontakt aufzunehmen und Infomaterial mitzunehmen. „Mehr als ich kann!“ – Pflegende Angehörige in der gesunden Stadt – ist der Titel der Schwerpunktveranstaltung von 12 bis 14 Uhr im Plenarsaal des Römers. Vier Expertinnen werden über die Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige informieren. Die Besucher sind eingeladen, Fragen zu stellen und zu diskutieren.

Das Programm der Selbsthilfegruppen ist erhältlich bei: Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt, Servicestelle Bürger-Beteiligung, Jahnstraße 49, 60318 Frankfurt, Telefon 069/55 93 58, service@selbsthilfe-frankfurt.net,www.selbsthilfe-frankfurt.net. Information und Beratung zu Selbsthilfegruppen gibt es unter 069/55 94 44, montags und dienstags von 10 bis 14 Uhr, donnerstag von 15 bis 19 Uhr. *red*

Anzeige

Das kleinste
Hörgerät der Welt

Unsichtbar
aufgrund seiner
Platzierung im
Gehörgang!

hörakustik
Jens Pietschmann
Basaltstraße 1
60487 Frankfurt/M. Bockenheim
info@hoergeraetefrankfurt.de

Vereinbaren Sie einfach einen Termin!

069/97 07 44 04
www.HoergeraeteFrankfurt.de

Die Diakonisse und der „Mörder"

Schwester Heidemarie – eine Erzieherin mit Leib und Seele

Schwester Heidemarie **Foto: Rohnke**

Im Stadtteil Eschersheim ist Schwester Heidemarie bekannt. Zu sagen „wie ein bunter Hund" würde etwas zu despektierlich klingen. Aber Respekt hat diese kleine energische Frau wohl verdient. Generationen von Kindergartenkindern ist ihr Bild vertraut: in der traditionellen, dunklen Kleidung der Diakonissen, auf den glatt nach hinten gekämmten grauen Haaren das kleine weiße Häubchen, unter dem sich manchmal ein paar vorwitzige Strähnen hervorkringeln.

„Erzieherin mit Leib und Seele" sei sie immer gewesen, sagt sie. Schon früh, gleich nach dem Schulabschluss, entschied sie sich für die Ausbildung zu diesem Beruf und wollte eigentlich in einem Kinderheim arbeiten und „für Sozialwaisen da sein".

Ihre eigene Kindheit und Jugend verliefen auch nicht gerade leicht. Im Kriegsjahr 1944 kam sie im schlesischen Bad Landeck zur Welt, wohin ihre Mutter vor den Bomben in Berlin geflohen war. Eigentlich hatten die Eltern einen Jungen erwartet und sich keinen Namen für ein Mädchen überlegt. Doch weil die Kleine „so schön deutsch" aussah, nannte man sie nach damaliger Mode Heidemarie.

Im eisigen Winter 1945 ging die Mutter erneut auf die Flucht. Dieses Mal vor den vorrückenden Russen und zurück nach Berlin. Es waren harte Zeiten voller Not und Hunger. In ihrer Verzweiflung brachte sie damals ihr schwächliches Baby in ein Krankenhaus und holte es erst Wochen später wieder ab. Nachdem sich der Vater schon bald nach Westen abgesetzt hatte, folgte 1952 auch die Restfamilie. An den Flug vom Flughafen Tempelhof nach Frankfurt seinerzeit kann sich Schwester Heidemarie noch „gut" erinnern, vor allem daran, wie übel es ihr in der Luft wurde.

Schicksalhafte Begegnung

Elf Jahre alt war sie bei der Ankunft in der damals noch sehr zerstörten Stadt am Main. Sie besuchte die Schule in Bornheim und begann ihre Ausbildung zur Erzieherin. Nachdem sie, nach eigener Aussage, immer schon als einzige in ihrer Familie den Kontakt zu Kirche und Religion gesucht hatte, hielt das Schicksal nun eine wichtige Begegnung bereit, die ihr künftiges Leben beeinflussen sollte. An ihrem ersten Arbeitsplatz in Niendorf an der Ostsee weckte der Kontakt mit einer Diakonisse in ihr den Wunsch, „mein Leben nach Gott auszurichten".

Zurück in Frankfurt bewarb sie sich im Mutterhaus Marburg, war für zwei Jahre Probeschwester und wurde dann „eingekleidet"."Meine Diakonissentracht trage ich gern", sagt Schwester Heidemarie, „sie ist nach außen hin ein sichtbares Zeichen, das deutlich macht: Wir Schwestern sind auf einem gemeinsamen Weg in der Nachfolge Jesu." Aus ihrem Mund klingt das weder frömmelnd noch pathetisch, sondern voll innerer Überzeugung.

Dabei war es sicherlich auch für sie nicht immer leicht zu sehen, wenn Freundinnen ringsum heirateten und Kinder bekamen. Und die strengen Regeln der Schwesternschaft gaben ihr nach eigenem Eingeständnis auch durchaus „manchmal zu knabbern". Lächelnd erinnert sie sich an ihre Anfangszeit als Diakonisse und ihre Versuche, sich gemessen, langsam und leise zu bewegen, was der temperamentvollen jungen Frau wohl ziemlich schwer fiel. Bis ihre Probemeisterin ihr zu verstehen gab: „Hör auf damit und sei du selbst."

Eine dankbare Frau

Sie ist sie selbst geblieben und fühlt Dankbarkeit für die Geborgenheit in ihrer Gemeinschaft, die den Verzicht einer Diakonisse auf „privates" Leben mit Heimat und Rückhalt und der Versorgung im Alter entgilt. Dankbar ist sie auch dafür, dass sie weiter in ihrem erlernten Beruf arbeiten durfte – was nicht selbstverständlich ist – und dass sie in Frankfurt bleiben konnte.

Im Kindergarten der Emmausgemeinde in Eschersheim hat sie bis zu ihrem Ruhestand vor zwei Jahren Scharen von Kindern betreut, streng, wenn es sein musste, aber meist liebevoll und fröhlich. Und technisch auf dem Laufenden. Jedes Kind, das die Einrichtung verließ und in die Schule kam, erhielt von ihr eine selbst gebrannte CD mit Fotos gemeinsamer Ausflüge und Feiern. Computer und Bildbearbeitungsprogramm sind kein Problem für sie. „Ich bin nämlich ziemlich lernfreudig und neugierig", gesteht sie.

Neugier hat ihr auch einmal einen Auftritt in einem „Tatort" des Hessischen Rundfunks verschafft. Als sie bei Dreharbeiten in einem Raum im Gemeindehaus „mal so" um die Ecke guckte, wurde sie umgehend als Statistin engagiert und zu weiteren Aufnahmen zum Hauptfriedhof mitgenommen. „Ich musste da irgendwie an einem Grab rumfummeln" und „es war schon ein komisches Gefühl, mit dem aMörder' im Auto zu sitzen." Nach wie vor findet Schwester Heidemarie Freude daran, im Büro der Gemeinde mit zu arbeiten.

Lore Kämper

Anzeige

Ihr zuverlässiger Schreiner

Reparaturen, Montage, Möbelbau, Türen, Fenster

ADRIAN BECK
RAUM • KUNST • KONZEPTE

Mobil 0171/588 50 81

adrian-raumkunst@freenet.de

Mit Volldampf voraus

Im Feldbahnmuseum versammeln sich alte Loks und Technikbegeisterte

Schon als Kind hatte sich Rüdiger Fach für alte Lokomotiven interessiert. Damals, 1979, spielte er öfters auf dem Gelände des ehemaligen DB-Ausbesserungswerks in Nied, wo Feldbahnfreunde ihre ausrangierten Loks sammelten und wieder flottmachten. Die Leidenschaft packte auch Rüdiger Fach. Schon als Teenager war er einer von ihnen, half die altehrwürdigen Fahrzeuge zu rangieren und zu reparieren. Aber irgendwann genügte ihm das nicht mehr. Rüdiger Fach wollte seine eigene Lok haben – und erfüllte sich diesen Wunsch im Laufe der Jahre gleich mehrfach. Heute besitzt der Jurist aus Neu-Isenburg mehrere Loks, einige davon im fahrtüchtigen Zustand. Und er kann es nicht lassen.

„Ein Sammler ist ein Sammler und nie mit einem Stück zufrieden", erklärt Fach, der mittlerweile zweiter Vorsitzender des Frankfurter Feldbahnmuseums ist. 145 Eisenbahnliebhaber teilen mit ihm diese Leidenschaft. Jeden Samstag und Mittwoch kommen die Aktiven unter ihnen auf dem Gelände Am Römerhof zusammen, wo der Verein 1985 das Museum eröffnete, um gemeinsam zu schrauben und zu pinseln. „Wir sind alle große Jungs, die gerne Eisenbahn spielen wollen", sagt Fach.

In drei Hallen stehen über 50 Loks und 150 Wagen, oft deutsche Fabrikate, die aus Frankreich, Indonesien oder Polen reimportiert wurden. Hier verbindet sich Sammelleidenschaft mit Forscherdrang, Technikbegeisterung mit historischem Interesse. „Derzeit werden zwei Loks, die wir aus Indien gekauft haben, zu einer betriebsfähigen restauriert: Eine dient als Ersatzteilspender für die andere", sagt Vereinsvorsitzender Udo Przygoda und zeigt auf die Teile in der Werkstatt.

Einer lernt vom anderen

Das nötige Wissen haben sich die Feldbahnfreunde gegenseitig beigebracht. „Das ist das Schöne in unsrem Verein, es ist immer jemand da, der was kann", sagt Schriftführer Wolfgang Paizdzior, der seit 16 Jahren mit dabei ist. Der gelernte Gärtner fing klein an: mit einer Modelleisenbahn. „Nachdem die Kinder aus dem Haus waren, interessierte ich mich für das große Vorbild – die Feldbahn." Im Gegensatz zu Rüdiger Fach sammelt er Personen- und Güterwagen. Darüber hinaus pflegt er die Außenanlage des Museums und übernimmt mit seinem Laster Fahrdienste.

Schrauben, basteln, pinseln: Große Jungs spielen Eisenbahn. **Foto: Oeser**

Gemeinsam mit Rüdiger Fach indes fuhr er nach Japan, „mit ein paar Tausend Euro im Rucksack", um eine deutsche Lok nach Frankfurt zurückzuholen. Das Gefährt, das ursprünglich im Ersten Weltkrieg für das kaiserliche Heer angefertigt wurde und nur noch in drei Exemplaren auf der Welt existiert, hatte ein internationales Mitglied auf einem Spielplatz entdeckt. So ergeht es vielen Feldbahnen, die einst fast so verbreitet waren wie die normalen Eisenbahnen. „Die Feldbahn war der Lkw oder das Förderband von heute", erklärt Paizdzior. Eingesetzt wurde die Schmalspurbahn auf leicht verlegbaren Gleisen zum Transport von Erdreich auf Baustellen, zur Kohleförderung im Bergbau, zum Holztransport im Wald, in Industrieanlagen oder beim Militär.

„Diese Technik wird heutzutage nicht mehr wertgeschätzt", bedauert der 58-jährige Schriftführer. Daher habe der Museumsverein es sich zur Aufgabe gemacht, „ein Stück Industriegeschichte zu konservieren" und darüber zu informieren. In der Eingangshalle gibt es eine Ausstellung über die Aufgabe der Nutzfahrzeuge, und zwölfmal im Jahr laden die Vereinsmitglieder zum Fahrtag ein. Dann fahren die alten Loks über die zwei Kilometer lange Strecke im angrenzenden Rebstockpark. Durch die Einnahmen an den Fahrtagen, Spenden und Mitgliedsbeiträge lassen sich die Kosten des Museums gerade so decken, sagt Rüdiger Fach. Ehrenamtliche Kräfte und Mitglieder werden aber immer gebraucht, betont der 45-Jährige. Seien es Schlosser, Schreiner, Archivare, Webmaster oder Leute, die einfach nur gerne Rasen mähen oder am Fahrtag Bratwurst verkaufen. Spezielle Vorkenntnisse oder Alter spielen keine Rolle. „35 Mitglieder sind Senioren", sagt Rüdiger Fach, „und mein 14-jähriger Sohn ist jetzt auch mit dabei."

Judith Gratza

Telefonisch erreichbar ist das Frankfurter Feldbahnmuseum, Am Römerhof 15f, unter 0 69/70 92 92 an Wochenenden und nach 17 Uhr. Weitere Infos, auch zu den Fahrtagen, unter www.feldbahn-ffm.de.

Mehr miteinander statt nebeneinander leben

Zur Wohnung von Birgit Buchner geht es über ein gepflegtes Treppenhaus in den dritten Stock eines Altbaus im Frankfurter Ostend. Birgit Buchner lebt schon viele Jahre hier. Ihr helles Wohnzimmer hat sie mit ausgesuchten Kirschholzmöbeln eingerichtet, mit Souvenirs von ihren Reisen und vielen, vielen Büchern. Ein schönes Heim „die Nachbarn sind auch nett". Dennoch hat sich die 69-Jährige entschieden, noch einmal umzuziehen, um ihren Lebensabend mehr „miteinander statt nebeneinander" zu verbringen.

Birgit Buchner **Foto: Oeser**

Unter diesem Motto stellte die ehemalige Leiterin der Rhein-Main-Redaktion der Frankfurter Rundschau im Mai 2010 Kolleginnen im Deutschen Journalistinnen-Bund das Projekt für ihre Zukunft vor: genossenschaftliches Wohnen – in einer separaten Wohnung unter einem gemeinsamen Dach mit Menschen mehrerer Generationen. Seit mehr als fünf Jahren arbeitet die alleinstehende Seniorin auf dieses Ziel hin. „Im Lauf dieses Jahres soll endlich mit dem Bau unseres Hauses begonnen werden. Voraussichtlich Ende 2013 können wir einziehen." Mit „wir" meint Birgit Buchner ihre Mitstreiter der Projektgruppe Naxos der Genossenschaft Fundament Bauen Wohnen Leben. Naxos nennt sich die Gruppe nach dem Gelände, auf dem das Passivhaus mit zwölf barrierefreien Wohnungen und einem Gemeinschaftsraum entstehen wird: dem Areal der ehemaligen Schleifmaschinenfabrik Naxos in der Wittelsbacherallee.

„Mich hat der Gedanke des genossenschaftlichen Wohnens schon vor meiner Pensionierung fasziniert", sagt Birgit Buchner. „Aber es hat lange gedauert, bis ich Fundament gefunden habe." Sie lacht. „Ich dachte zuerst, dort engagieren sich nur junge Leute." Indes: Das Altersspektrum der Genossenschaftler reicht von Anfang 30 bis Anfang 70. Ihr Ziel ist ein „selbst verwaltetes, ökologisches und soziales Wohnen". Der Weg dahin, das weiß Birgit Buchner heute, bedeutet „viel, viel Arbeit" und erfordert das Engagement von allen. Vor allem auch die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit den Wünschen und Erwartungen jedes Einzelnen. Denn über die Gestaltung des Domizils – von der Außenfassade bis zur Ausstattung – wird zusammen mit den Fachleuten basisdemokratisch entschieden. Nicht zuletzt waren Durchhaltevermögen und Nervenstärke gefragt. Birgit Buchner zieht einen von mehreren „Fundament"-Aktenordnern aus dem Regal. Seitenweise Grundriss-Skizzen, Ideen-Entwürfe sind dort abgeheftet und viel, viel Schriftverkehr. Schließlich die Power-Point-Präsentation, mit der die Genossenschaft nach einem Wettbewerb von der Stadt die Parzelle zugesprochen bekam. Für „Fundament" ist „Naxos" das zweite Projekt genossenschaftlichen Wohnens. In der Alkmenestraße 24 am Frankfurter Bogen leben in einem Niedrigenergiehaus bereits 15 Erwachsene und 13 Kinder.

„Mich hat der Gedanke des genossenschaftlichen Wohnens schon vor meiner Pensionierung fasziniert"

Birgit Buchner wird über 70 Jahre alt sein, wenn sie umzieht. Schon jetzt ist die agile Pensionärin, die sich im Vorstand von „Fundament" um die Kommunikation kümmert, voller Vorfreude. „Wir wollen eine Bibliothek aufbauen. Das Haus soll zu einem soziokulturellen Treffpunkt werden, der ins Viertel ausstrahlt." Die polyglotte Journalistin – sie spricht Englisch, Französisch, Türkisch und Arabisch – kann sich gut vorstellen, ihre Erfahrungen als Studentin der Turkologie und Islamwissenschaften weiterzugeben. Drei Jahre lang besuchte sie den Magisterstudiengang in Gießen – wohlgemerkt erst mit Beginn ihrer Altersteilzeit. Oder sie kann von ihrem ehrenamtlichen Engagement in der Betreuung türkischer Mädchen und Frauen erzählen; oder von den Stationen ihrer Karriere als Redakteurin bei den Stuttgarter Nachrichten, der Bundeszentrale für politische Bildung, der Frankfurter Rundschau.

„Ich war immer der Meinung, dass Politik vor der Haustür beginnt und stets sehr an gruppendynamischen Prozessen interessiert", sagt sie. Für die „Naxos"-Bewohnerin in spe gehört das konstruktive Streiten zu einer produktiven Auseinandersetzung – auch bei Fundament. „Aber wir versöhnen uns immer wieder." Schließlich haben die Genossenschaftler ein Ziel: mehr „miteinander statt nebeneinander" zu leben. *Corinna Willführ*

Fundament Bauen Wohnen Leben eG, Brückenstraße 55, 60594 Frankfurt, info@fundament-eg.de, www.fundament-eg.de. Weitere Informationen zum Thema gemeinschaftliches Wohnen gibt es beim Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen, Adickesallee 67/69, 60322 Frankfurt, Telefon 0 69/91 50 10 60, info@gemeinschaftliches-wohnen.de, www.gemeinschaftlicheswohnen.de.

Diese Jugend Senioren von heute!

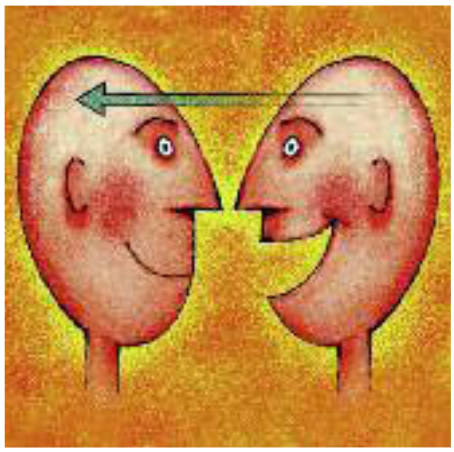
Das Programm 50+

Über 60 Mal in Frankfurt mit über 200 Veranstaltungen jeden Monat

www.frankfurter-verband.de • Tel. 069 / 299 807 - 0

Wissen weitergeben

Neue Autoren für das Projekt „Silberwissen" gesucht



Ich sag dir, was ich weiß.
Foto: picture alliance/ dieKLEINERT.de/ Bernhard Förth

Menschen über 50 Jahre haben viel erlebt und gelernt. Sie verfügen über einen kostbaren Erfahrungs- und Wissensschatz, den sie zwar häufig innerhalb der Familie weitergeben, aber nur wenige teilen ihr Wissen öffentlich mit. Zum Beispiel in Wikipedia. Die freie Enzyklopädie im Internet besteht seit 2001. Bis heute sind dort über 20 Millionen Artikel in 280 Sprachen verfügbar. Damit ist Wikipedia die größte Wissenssammlung der Welt. Freiwillige verfassen die Inhalte, die von jedem ergänzt, korrigiert und weiterverwendet werden können. Es handelt sich bei dem Mitmachlexikon um ein unabhängiges Gemeinschaftsprojekt, das sich allein durch ehrenamtliche Mitarbeit und Spenden trägt. Werbung gibt es auf Wikipedia nicht. Weil aber viel zu wenige ältere Menschen bei Wikipedia mitmachen, hat die Deutsche Seniorenliga (DSL) zusammen mit dem Verein Wikimedia Deutschland das Projekt „Silberwissen" gegründet.

Beruf, Hobby und Erfahrung

Erhard Hackler vom Vorstand der Deutschen Seniorenliga und Pavel Richter von Wikimedia Deutschland möchten Ältere begeistern und ermutigen, bei Wikipedia mitzuarbeiten. „In jedem Menschen steckt eine große Menge an Wissen, das anderen weiterhelfen kann", sagt Hackler. Sei es, dass er besondere Kenntnisse durch den Beruf oder ein Hobby hat, oder auch nur, weil er über eine große Lebenserfahrung verfügt. Die Deutsche Seniorenliga vertritt seit ihrer Gründung 1993 die Interessen und Ziele von Senioren. Sie sind die am stärksten wachsende Bevölkerungsgruppe. Derzeit leben in Deutschland fast 30 Millionen Menschen über 50 Jahre. Sie machen in etwa ein Drittel der Gesamtbevölkerung aus. In 30 Jahren werden mehr als die Hälfte der deutschen Bevölkerung 50 Jahre und älter sein. „Eine Partnerschaft der Generationen ist deshalb sehr wichtig", findet Hackler von der DSL. Das Projekt Silberwissen sei eine Brücke für diese Partnerschaft.

So geht's

Wer bei Wikipedia mitmachen will, braucht einen internetfähigen Computer. Wer sich online anmeldet, bekommt ein Benutzerkonto. Ein kostenloser Spickzettel informiert über die wichtigsten Eingabekommandos, die nötig sind, um Texte oder Kommentare einzustellen. Zusätzlich gibt es das Wikipedia-Einmaleins, ein Leitfaden, den neue Autoren per Klick zugeschickt bekommen. Wer noch mehr Unterstützung möchte, kann sich im Mentorenprogramm anmelden. Das nutzen derzeit rund 300 Wikipedianer. Sie haben sich vorher aus einer Liste von Experten mit kurzem Steckbrief jemanden ausgesucht, der sie bei den ersten Schritten begleitet. Auf der eigenen Benutzerseite können Neulinge auch ein Mentorengesuch eintragen. Dann meldet sich jemand mit Erfahrung von sich aus. Schnelle Hilfe bei einfachen Fragen finden Anfänger auch in der Rubrik Neulingsfragen.

Monatstreffen im Metropol

Wer nicht immer allein vorm Computer sitzen möchte, kann auch zu einem der Stammtische gehen. Die Frankfurter Wikipedia-Gruppe trifft sich ein bis zweimal im Monat. Ort und Uhrzeit sind zu erfahren unter: http://de.wikipedia.org/wiki/Wikipedia: Frankfurt. Es kommen meistens fünf Wikipedianer, manchmal auch über 20. Im Schnitt erscheint ein gutes Dutzend zu den Treffen. Die Teilnehmer sind zwischen 20 und 80 Jahre alt. Der Frankfurter Stammtisch ist nach Hamburg und München der drittälteste und gut mit dem Mainzer Stammtisch vernetzt. Die Treffen werden über eine Seite bei wikipedia.org organisiert. Wer Lust hat, beim Projekt Silberwissen mitzumachen: www.deutsche-seniorenliga.de/wikipedia.

Sechs gute Gründe für's Internet

Die Deutsche Seniorenliga zeigt in ihrer Broschüre „6 gute Gründe für das Internet", was heute im Netz möglich ist und wie man sich leicht und vor allem sicher in der digitalen Welt bewegt. Der Ratgeber erklärt, wie man Informationen gezielt findet. Etwa indem der User mehrere Begriffe in die verschiedenen Suchmaschinen eingibt, zusammenhängende Suchbegriffe und Kombinationen ausprobiert oder Lesezeichen und Favoriten anlegt. In einem weiteren Kapitel geht es ums Reisen Planen und Buchen. Wo gibt es Berichte über das Reiseziel? Wo stehen Länderporträts? Wie kann ich mir bei Google Earth die Gegend und die genaue Lage des Hotels angucken. In der Broschüre stehen Tipps für Freizeit, Hobbys und Unterhaltung, beispielsweise zu Radtouren, Ausflugszielen, Fotografie und Spielen. Neben Infos zu Ein-

Rätselauflösung

Schwedenrätsel

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

Sudoku

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

käufen, etwa Preisvergleiche und Kundenbewertungen, geht es in der Rubrik Bankgeschäfte um Pin und Tan sowie im Kapitel Sicherheit im Netz um Aktualisierungen (Updates), Schutz vor Angriffen durch eine Filtersoftware (Firewall), Virenschutz und den Umgang mit vertraulichen Daten. Der Ratgeber kann im Internet unter www.dsl-internetratgeber.de bestellt werden.

Mitmachen beim Gedächtnis der Nation

Im Jahr 2011 sind Mitarbeiter des Projektes „Gedächtnis der Nation“ mit einem mobilen Aufnahmestudio in einem Bus 2.754 Kilometer durch Deutschland gefahren und haben in 15 Städten 230 Interviews von Zeitzeugen aufgenommen. Viele andere Menschen haben ihre Geschichte selbst auf Video aufgenommen und sie an den Mitmachkanal des Projektes auf Youtube geschickt. In mehreren Tausend Videoclips erzählen mittlerweile Menschen aus ihrem Leben. Ein Redaktionsteam ordnet die Geschichten historisch ein und sorgt dafür, dass immer wieder neue Erzählungen hinzukommen. Dahinter steht der Verein „Unsere Geschichte. Das Gedächtnis der Nation“. Wer mitmachen will, braucht nur eine Kamera und einen Zeitzeugen mit einer bewegenden Geschichte. Den Film kann jeder selbst auf Youtube hochladen. Wie das geht und mehr Informationen gibt es unter www.gedaechtnis-der-nation.de.

Nicole Galliwoda

Der Bus für das Zeitzeugenprojekt tourte durch Deutschland. Foto: „Gedächtnis der Nation“

Anzeige

Wir stiften Wohlbefinden

Wohnen und Leben mit Anspruch

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

Info-Nachmittag
Am Sonntag, den 29. April 2012, um 15:00 Uhr

Tag der offenen Tür
– wir feiern unser 20 jähriges Bestehen –
Am Sonntag, den 24. Juni 2012, um 15:00 Uhr

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

Wir freuen uns auf Sie!

GDA
Genieße Dein Alter

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

Offizieller Partner Zoologischer Garten Frankfurt
DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

www.gda.de
10 x in Deutschland

Einfach nur spielen

Spielen macht Spaß. Das machen uns die Kinder vor. Mit dem Alter hört das nicht auf. Das zeigen drei Spiele-Treffs in Frankfurt.

Mit einem Eröffnungsspiel starten die Teilnehmerinnen jeden ersten Donnerstag im Monat gegen 18 Uhr den Spieleabend im evangelischen Frauenbegegnungszentrum EVA in der Saalgasse 15 in der Innenstadt. Renate Dietmann organisiert die Treffen seit etwa zehn Jahren. Ins EVA kommen jeden Monat zwischen fünf und 15 Frauen. Vier von ihnen sind ein eingespieltes Team, das Kleeblatt lässt keinen Spieleabend aus. Die Damen spielen gerne die Kartenspiele „UNO“ oder „6 nimmt“. Oder „Tridom“, ein Denk- und Anlegespiel ähnlich wie Domino, mit 56 dreieckigen Steinen, das die Konzentration und logisches Denken fördert.

Nur nicht in die Karten schauen lassen! **Foto: Oeser**

Keine langen Erklärungen

Die Spielefrauen sind alle 60 Jahre und älter. „Wir wählen meistens Spiele aus, die ohne lange Erklärungen auskommen“, sagt Organisatorin Renate Dietmann. Bei manchen Spielen dauere allein schon der Aufbau zehn Minuten. „Das stößt auf wenig Interesse.“ Brettspiele wie „Tabu“ oder „Activity“ kommen gut an. Bei diesen Spielen werden Begriffe erklärt, gezeichnet oder pantomimisch dargestellt, ohne das gesuchte Wort auszusprechen.

Im Repertoire hat das EVA rund 40 Spiele. Viele davon sind dem Frauenbegegnungszentrum gespendet worden. „Wer will, kann gerne auch ein Spiel mitbringen“, sagt Dietmann, die den Frauen immer wieder Mal ein neues Spiel vorstellt. Die Abende dauern im Schnitt zwei bis drei Stunden. Die Teilnahme kostet zwei Euro. Das EVA ist mit den U-Bahnlinien 4 und 5 an der Station „Dom/Römer“ zu erreichen. Zum Römer fahren auch die Straßenbahnlinien 11 und 12.

Spielend reden und zuhören

Ein etwas anderes Konzept verfolgt das Casino für Kommunikation in der Hanauer Landstraße 145. An jedem der neun Spieltische sitzen Pädagogen, die den Teilnehmern die Regeln erklären. Das ist notwendig und hilfreich, denn die Spiele haben einen besonderen Charakter und trainieren Kommunikationstechniken und Teamfähigkeit. Die Spieler sitzen im Laufe des Abends einmal an jedem Tisch, damit sie alle Kommunikationstechniken kennenlernen. Der Schwierigkeitsgrad erhöht sich mit jeder Runde. Jedes Spiel dauert dabei nur fünf bis zehn Minuten. An einem Tisch sitzt ein Spieler beispielsweise mit verbundenen Augen vor einem Haufen Bausteine. Der andere Spieler, der die Augen nicht verbunden hat, muss genau erklären, wie der Turm oder das Haus aussieht, das nur er auf einer Karte sieht. Mit diesen Anweisungen baut der „blinde” Spieler dann das Gebilde nach. Das schult einen, exakt zu formulieren, genaue Anweisungen zu geben und beim andern, gut zuzuhören. In der nächsten Runde tauschen die beiden Spieler ihre Rollen. Punkte gibt es nur, wenn beide Spieler ihre Kommunikation gut aufeinander abgestimmt haben. Es gibt auch Tastspiele. Doch auch dabei zählt besonders, wie gut der andere Spieler den gesuchten Gegenstand beschreibt. Es geht zwar bei allen Spielen darum, Punkte zu sammeln. Doch an manchen Spieltischen zählt auch, seinem Gegenspieler einen Punkt abzugeben. Diese Strategie schult Teamfähigkeit und soziales Miteinander.

Im Casino für Kommunikation geht es ausschließlich ums Reden und Spielen. Wer Hunger hat, muss vor- oder hinterher etwas essen. Das Spielcasino ist barrierefrei zugänglich und direkt an der Haltestelle Osthafenplatz der Straßenbahnlinie 11 gelegen. Der Ostbahnhof mit der U-Bahnlinie 6 ist fünf Gehminuten entfernt. Mitmachen kann jeder ab acht Jahren. Dienstags bis freitags von 9 bis 17 Uhr, am Wochenende und an Feiertagen von 11 bis 19 Uhr. Der Eintritt kostet für Erwachsene sieben Euro, ermäßigt fünf Euro. Kinder bis 13 Jahre zahlen vier Euro, Familien bis fünf Personen 20 Euro.

Spielen mit Büfett

Im Lindner Hotel in Höchst, in der Bolongarostraße 100, treffen sich seit rund drei Jahren jeden ersten Freitag im Monat zwischen zehn und 20 Leute, zwischen 16 und 21 Uhr, um miteinander zu spielen. Für den Teilnahmebeitrag von zwölf Euro können sich die Spieler an einem vom Hotel vorbereiteten Büfett mit warmen und kalten Speisen, alkoholfreien Getränken, Kaffee und Kuchen stärken. Die Spiele bringen die Teilnehmer meistens selbst mit. Das Hotel Lindner ist gut mit der Straßenbahnlinie 11, Endhaltestelle Zuckschwerdtstraße, zu erreichen. Sie ist 150 Meter vom Hotel entfernt. Mehrere Buslinien fahren vom S-Bahnhof Frankfurt-Höchst zur Haltestelle „Bolongaropalast“ direkt vor den Hoteleingang. *Nicole Galliwoda*

Der sanfte Weg zum Wohlbefinden

Tai-Chi und Qigong eignen sich vor allem für Senioren

Sich gemeinsam zu bewegen, ist für Chinesen üblich. In unseren Gefilden geschieht das nur ab und zu, zum Beispiel beim Tai-Chi. Foto: picture alliance/ Image Source/Rainer Holz

Häufig begegnet man ihnen morgens im Park oder in der freien Natur: Menschen in Sportkleidung machen langsame, fließende Bewegungen und wirken dabei völlig versunken. Sie machen Tai-Chi- oder Qigong-Übungen. Tai-Chi, auch Schattenboxen genannt, ist eine in China entstandene Kampfkunst. Dabei geht es laut der fernöstlichen Lehre wie bei Qigong darum, die Lebensenergie – das sogenannte Qi – zum Fließen zu bringen, um physische und psychische Kräfte zu erhalten und zu erweitern. Vor allem ältere Menschen können von dieser meditativen Sportart profitieren, wie wissenschaftliche Studien belegen.

Es sind gerade die sanften Bewegungsabläufe, kombiniert mit einer ruhigen Atemtechnik und mentalen Entspannung, die das Körpergefühl und die Selbstwahrnehmung fördern, informiert die Taiji Akademie Meister Frieder Anders in Frankfurt. Die beiden Sportarten seien besonders gelenkschonend, noch im hohen Alter erlernbar und wirkten sich positiv auf die Gesundheit aus.

So haben Wissenschaftler aus USA und Asien ältere Menschen zwischen 60 und 90 Jahren mehrere Wochen lang zum Tai-Chi-Kurs geschickt. Eine gleichaltrige Vergleichsgruppe, die kein Tai-Chi praktizierte, wurde ebenfalls untersucht. Die aktiven Probanden zeigten eine deutlich stärkere Knie- und Knöchelmuskulatur, ein besseres Gleichgewichtsgefühl, mehr Selbstvertrauen sowie verbesserte Mobilität und Flexibilität. „Senioren sagten mir, dass sie ihre Socken und Hosen wieder so anziehen könnten wie sie es früher gewohnt waren: im Stehen und nicht im Sitzen“, berichtet etwa Professor Yang von der University of Illinois in Urbana-Champaign, selbst Tai-Chi-Meister.

Aufgrund ihrer ganzheitlichen Gesundheitsförderung werden Tai-Chi und Qigong seit Jahrtausenden in der traditionellen Chinesischen Medizin angewendet. Auch in Frankfurt gibt es zahlreiche Anbieter für die beiden Sportarten: Dazu gehört die Taiji Akademie Meister Frieder Anders, Homburger Landstraße 120 A, die Kurse speziell für Menschen ab 60 Jahren anbietet und zur Terminvereinbarung auch ins Seniorenheim kommt. Infos unter Telefon 069/72 73 78.

Der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe hat „Qigong – Fit über 50“ im Programm, jeweils mittwochs, 10.30 Uhr, im Haus der Begegnung, Dörpfeldstraße 6, Telefon 069/96 20 04 62, sowie „Qigong Yangsheng“, immer montags, um 10 oder 12.30 Uhr, in der Kreativwerkstatt, Hansaallee 150, Telefon 069/5 97 16 84. Zudem gibt es entsprechende Angebote in Sportvereinen, bei der Volkshochschule und in Kirchengemeinden.

Die Kurse kosten zwischen vier und 120 Euro und werden von vielen Krankenkassen bezuschusst. Allerdings müssen die Kursanbieter dafür bestimmte Voraussetzungen mitbringen. Nachfragen lohnt sich. *Judith Gratza*

Kurzinformation

Leben in der WG
Internetportal hilft bei Suche

„Gemeinsam statt einsam“ ist das Motto der Internetseite plusWGs.de. Die Idee dazu hatte der Berliner Felix Herzog (26), der selbst in einer Wohngemeinschaft lebt. Sein Portal soll Menschen der Generation 50plus bei der Suche nach einer passenden Wohngemeinschaft helfen. Derzeit finden sich darin 500 Anzeigen mit WGs aus dem ganzen Bundesgebiet. Für eine zielgenaue Suche sind die Wohnprojekte in „Plus-WG“, „Senioren-WG“, „Wohnen für Hilfe“ und „Mehrgenerationenprojekte“ katalogisiert. Anzeigen können kostenlos aufgegeben werden, auch bei der Vermittlung einer WG fallen keine Kosten an. Die Plattform finanziert sich über Banneranzeigen. Kontakt: Felix Herzog, Telefon 0 30 / 23 13 67 41, www.pluswgs.de. *gal*

Anzeige

Taiji & Qigong 60+

Vitalität für Körper, Geist und Seele bis ins hohe Alter

Meister Frieder Anders

Man muss wirken auf das was da ist.

Man muss ordnen was nicht in Verwirrung ist.

Einführungsstunde:
25. April 2012 (10 Euro)
Kurs: 2.–30. Mai 2012 (80 Euro)
jeweils Mittwochs 16.00 Uhr.

Taiji Akademie
Meister Frieder Anders
Homburger Landstr. 120 A
60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/72 73 78
www.taiji-anders.de

Jeder Schritt hält fit

Wandern stärkt das körperliche Wohlbefinden und beugt Einsamkeit vor

Die schönen Wälder geben den Wanderern Energie. **Foto: Oeser**

Einmal wanderte Ilse Steinhäußer nicht. Das war 1944. Da gerieten sie und ihre Wandergruppe in einen Tieffliegerangriff. Dann war erst einmal Schluss mit dem Freizeitspaß. Aber wirklich aufhalten konnte nicht mal der Krieg Ilse Steinhäußer. Heute ist sie 85 Jahre alt und wandert immer noch.

Seit mehr als 30 Jahren führt Steinhäußer den Vorsitz der Frankfurter Ortsgruppe des Pfälzerwaldvereins an. „Wir fahren gerne mit dem Bus zu unseren Wanderungen, da können wir viele mitnehmen – vor allem Senioren“, sagt sie. Und als ob es ihr gerade wieder einfällt, fügt sie hinzu: „Ich bin ja selber eine Alte.“

Wandern hält fit

Es muss das Wandern sein, das sie so fit hält. Steinhäußer hat damit ungewöhnlich früh begonnen. „Als ich drei Jahre alt war, gingen meine Eltern mit mir im Tragegestell auf Tour“, erinnert sie sich. Zwei Jahre später hatte sie schon ihr erstes goldenes Abzeichen, für neun Wanderungen im Jahr. Mittlerweile sind es 1205 Touren, 170 davon von ihr selbst geführt, im Januar erhielt sie die 77. Auszeichnung.

„Mir gefällt die Gemeinschaft, die Natur und der Frohsinn“, erklärt Steinhäußer ihren Spaß am Wandern. „Zudem lernt man durch die Busfahrten viele Gegenden kennen.“ Die nächsten Touren stehen schon: Mitte April geht es in die Pfalz, im Juni zur Bonifatiusroute nach Glauburg. Auch leichte Nachmittagswanderungen entlang des Mains oder zum Lohrberg bietet der Verein an. Hier steht vor allem die Geselligkeit im Vordergrund. Nach ein bis zwei Stunden an der frischen Luft geht es gemeinsam in ein Café oder in eine Gaststätte. „Da kann man besser mit allen reden“, sagt Steinhäußer.

Teleskopwanderstöcke und legere Kleidung sind inzwischen bei Wanderern angesagt.
Foto: Fotolia

Kein Mitgliedszwang

Wie wichtig die gemeinsame Schlussrast ist, weiß Brigitte Franke von den Frankfurter Hochspessartfreunden: „Viele alte Leute sind allein, und beim gemütlichen Beisammensein ergeben sich Freundschaften, die auch außerhalb des Vereins Bestand haben.“ Aktiv sein und einfach mal reden können – das wissen bei den Hochspessartfreunden rund 30 Senioren zwischen 55 und 85 Jahren zu schätzen. Gemeinsam laufen sie von Praunheim nach Steinbach (3. Mai) oder von Griesheim nach Sachsenhausen (5. Juli). „Es kommen auch immer neue Gäste dazu, die bei uns herzlich gern gesehen sind – ohne Zwang, Mitglied zu werden“, versichert die Vereinsvorsitzende.

„Wie in einer großen Familie“ geht es bei den Senioren in der Frankfurter Ortsgruppe des Odenwaldklubs zu. „Bei uns

ist es immer lustig und keiner wird im Stich gelassen“, sagt Helene Berger. Die 77-jährige Vereinsvorsitzende organisiert nicht nur Ausflüge, sondern auch Kreppelnachmittage, Adventstreffen und den offenen Stammtisch jeden ersten Mittwoch in der Gaststätte „Zur Schönen Müllerin“ im Baumweg.

Wie Ilse Steinhäußer wandert Helene Berger schon ihr ganzes Leben lang und ist bei jeder Tour dabei. Im Mai steht die Burg Eltz an der Mosel auf dem Programm, im Juni die Wasserkuppe in der Rhön. Wie bei vielen Vereinen sind die Touren in Etappen unterteilt, sodass alle daran teilnehmen können. Berger: „Die Älteste bei uns geht auf die 90 zu.“

Adressen zum Wandern

Pfälzerwaldverein, Ortsgruppe Frankfurt, Telefon 0 15 25 / 2 45 37 46, www.pwv-ffm.de

Hochspessartfreunde Frankfurt, Brigitte Franke, Telefon 0 69 / 55 35 03, www.hochspessartfreunde.net

Odenwaldklub Frankfurt, Helene Berger, Telefon 0 69 / 52 19 89, www.wanderverein-owk-ffm.de

Deutscher Alpenverein Sektion Frankfurt, Telefon 0 69 / 54 90 31, www.alpenverein-frankfurtmain.de

Gesundheitswandern mit Lothar Voigt, Telefon 0 69 / 70 76 00 50, www.erlebnis-wandern.net, jeden dritten Donnerstag, 11 Uhr, im Niddapark. Gebühr: 7 Euro.

Der **Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe** bietet kostenlos **Nordic Walking** freitags, 9 Uhr im Begegnungs-zentrum Frankenallee, Tel. 0 69 / 7 38 25 45, an sowie Walking für Menschen ab 55 Jahren mittwochs ab 10 Uhr im Begegnungszentrum Bolongarostr., Telefon 0 69 / 31 24 18.

gra

In der Tat beträgt das Durchschnittsalter bei den Hobbywanderern „um die 70 Jahre und mehr“, sagt Ernst Kress, Leiter der Frankfurter Wandergruppe des Deutschen Alpenvereins. „Sie sind recht aktiv und gut zu Fuß.“ Längst gehört das Klischee von strammen Waden in Kniebundhosen, karierten Hemden und Edelweißbroschen der Vergangenheit an. Teleskopwanderstöcke und legere Kleidung sind angesagt.

Wandern ist gesund

Es gibt aber auch viele Menschen, die wenig mit Sport im Sinn haben, schon gar nicht im Verein. Lothar Voigt nimmt diese Entwicklung zum Anlass, sogenannte Gesundheitswanderungen anzubieten: Laufen im Grünen, gepaart mit einfachen Dehn-, Kraft- und Koordinationsübungen, ist darunter zu verstehen. „Der Körper ist auf Bewegung ausgerichtet“, so der promovierte Kulturanthropologe aus Eckenheim, „die verkümmert aber, je mehr wir sitzen.“ Diabetes, Fettleibigkeit, Knochenschwund und Bluthochdruck können die Folge sein. Bei seinen Gesundheitswanderungen will Voigt vermitteln, dass jeder Schritt fit hält – gemäß seinem Motto: „Der unbewegte Körper ist ein Ausnahmezustand!“

Judith Gratza

Kurzinformation

Senio in Bornheim geschlossen

Der Fachhandel für Senioren Senio in Bornheim in der Bergerstraße ist seit Februar geschlossen. Die Betreiber Heide und Bernd Heyland, die das Geschäft viele Jahre lang führten, konnten keine Nachfolger finden, nachdem sie in den Ruhestand gegangen waren. Bei Senio gab es zahlreiche Produkte, die Senioren und Menschen mit körperlichen Einschränkungen den Alltag erleichtern können – vom Taschenlesegerät über Strumpfanzieher und Medikamentendosierer bis hin zum Pflegebett oder zur Einstiegshilfe ins Auto. Seniorenfreundliche Produkte gibt es auch bei etlichen Versandhändlern im Internet oder in Sanitätshäusern zu kaufen.

Einige Beispiele:
www.aktivwelt.de, www.seniorenbedarf-online.de, www.vmpversand.de.

wdl

Anzeige

caritas Frankfurt

Pflege ist Vertrauenssache

Pflege zu Hause
Wir sind in Ihrer Nähe
Caritas-Zentralstationen
für ambulante Pflege
und Beratung
Telefon: 069 2982-107
in allen Stadtteilen
alle Kassen / Sozialämter

Wohnen und Pflege in unseren Altenzentren
Vollstationäre Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Seniorenwohnanlage

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

St. Josef
Frankfurt-Niederrad
Goldsteinstraße 14
Telefon: 069 677366-0

Lebenshaus St. Leonhard
Frankfurt-Altstadt
Buchgasse 1
Telefon: 069 2982-107

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!

www.caritas-frankfurt.de

Die schönsten Seiten der Stadt

Wenn so eine schöne Dame Geschichten erzählt, wer mag da nicht zuhören? Das Foto zeigt Silke Wustmann im Rokoko-Kostüm bei der Ausstellung „Die Kaisermacher". Foto: Oeser

Jeder hat seinen eigenen Blick auf Frankfurt. Ganz verschiedene Blicke aus ganz persönlichen Perspektiven möchten die Aktiven aus dem „Freundeskreis liebenswertes Frankfurt" den Teilnehmern ihrer Rundgänge durch die pulsierende, aber auch geschichtsträchtige Metropole bieten. „Wir begleiten Gäste zwei Stunden durch Frankfurt. Das macht unheimlich viel Spaß", erläutert Claus-Dieter Pestinger, der kurz nach der Gründung des Vereins 1980 dazu stieß und seit 1988 Vorsitzender ist. Motiviert, beim Freundeskreis mitzumachen, hatte Pestinger die Idee, den Menschen die schönen Seiten Frankfurts zu zeigen: „Die Leute haben immer über die Stadt geschimpft, wie hässlich sie sei und wie kriminell. Dabei stimmte das gar nicht."

Es sind kleine Gruppen mit maximal zehn Teilnehmern, mit denen die Ehrenamtlichen durch die Stadt bummeln, ihnen die Besonderheiten und Sehenswürdigkeiten zeigen und erläutern. „Wir haben Standard-Touren, die sich dennoch von Begleiter zu Begleiter unterscheiden, weil jeder seine eigene Wahrnehmung von der Stadt hat. Und es gibt individuelle Spaziergänge durch die Altstadt, am Main entlang oder durch die Stadtteile", erklärt der 71-Jährige. Selbst eingefleischte Frankfurter seien oft überrascht über ihnen unbekannte Ecken, oder wie viel Historisches es doch noch in der zum größten Teil zerstörten Altstadt zu entdecken gibt.

Wer Interesse an einer Tour hat, kommt zwecks Terminabsprache am besten zum Infotreff an jedem zweiten Dienstag im Monat in der städtischen Weinstube im Haus Limburg (Römerberg 19) ab 19 Uhr. Zudem gibt es an jedem dritten Samstag im Monat einen Rundgang durch die Stadt für Interessierte und Neubürger. Treffpunkt ist um 14 Uhr an der Hauptwache (an der Uhr). Und dann halten Mitglieder regelmäßig Dia-Vorträge in Altenheimen. Wer Lust hat, als Aktiver mitzumachen und Gäste durch die Stadt zu begleiten, ist auch willkommen. Informationen: Telefon 06101/12112 oder 069/6847 65, www.frankfurt-liebenswert.de.

Sonja Thelen

Anzeige

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen & 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 CARRÉE, SchlossResidence Mühlberg, OBERIN MARTHA KELLER HAUS, AGAPLESION CURATEAM Ambulante Pflege
- **Neu:** TAGESPFLEGE im OBERIN MARTHA KELLER HAUS

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

Neues Angebot im Bürgerinstitut:

Akademie im Rothschildpark

Walter Lachner ist stolz auf seine Heimatstadt, in der er seit nunmehr 40 Jahren lebt. Früher hat er es oft auf seinen Geschäftsreisen erlebt, dass viele zwar den Flughafen kannten, doch an der Stadt meist kein Interesse zeigten, erzählt der Frankfurter Kurator der Deutschen Stiftung Denkmalschutz. Dabei hat die Mainmetropole viel zu bieten und kann auf eine bewegte sowie prägende Geschichte zurückblicken, betont der 67-Jährige. Die Bedeutung Frankfurts für den Kontinent und die Entwicklung der Stadt hin zu einer europäischen Metropole stellt Lachner nun in den Mittelpunkt der neuen „Akademie im Rothschildpark“. In Kooperation mit dem Bürgerinstitut hat er ein Vorlesungsprogramm konzipiert. Vier Semester lang beleuchten die Referenten den Einfluss Frankfurts auf die internationale Kultur, Geistes- und Wirtschaftsgeschichte.

„Es ist nämlich kein Zufall, dass ausgerechnet Frankfurt Sitz der Europäischen Zentralbank geworden ist. Vielmehr ist das ein Ergebnis einer mehr als 1000-jährigen Geschichte”, erläutert Lachner. Dieser Aspekt bildet den inhaltlichen Schwerpunkt im ersten Semester, das im April beginnt und bis Juni geht. Im zweiten Semester befasst sich die Akademie mit dem internationalen Messestandort Frankfurt, im dritten mit „Frankfurt 1848 und 1948/49 – Auswirkungen demokratischer Impulse” und im vierten mit der Frage „Ist die Europäische Metropole Frankfurt eine Bürgerstadt?”.

Weitere Dozenten an der „Akademie im Rothschildpark” sind neben Projektleiter Lachner der Kunsthistoriker Hans Dohm und der Historiker Hans-Otto Schembs. Gespannt auf die neue Akademie ist auch Stadthistoriker und Autor Schembs, der unter anderem für die Senioren Zeitschrift schreibt: „Mein Anliegen ist es, Geschichte verständlich zu vermitteln.”

Jedes Semester besteht aus vier Vorlesungen und zwei Führungen, jeweils nachmittags. Die Teilnahme kostet 200 Euro. Pro Semester können sich bis zu 20 Hörer einschreiben. Weitere Informationen gibt es im Bürgerinstitut (Oberlindau 20, Frankfurt), Tel. 0 69 / 97 20 17-0, www.buergerinstitut.de.

Sonja Thelen

Aktives Altern – ein Gewinn für den Einzelnen und für die Gesellschaft

Zu Beginn des „Europäischen Jahres für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“, das am 6. Februar in Berlin mit einer Auftaktveranstaltung eingeleitet wurde, rufen die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (Bagso) und die Forschungsgesellschaft für Gerontologie an der TU Dortmund (FfG) dazu auf, „Aktives Altern“ in einem umfassenden Sinn zu verstehen.

„Aktivität ist Voraussetzung für ein gesundes und kompetentes Altern – und das ist eine lebenslange Aufgabe. Aktives Altern betrifft daher alle Generationen“, so die Bagso-Vorsitzende und Gerontologin Prof. Dr. Ursula Lehr.

Wichtig sei darüber hinaus, ältere Menschen weder einseitig als Empfänger noch einseitig als Erbringer von Leistungen anzusehen, sondern ihre Potenziale und Bedarfe gleichermaßen in den Blick zu nehmen. „Das Europäische Jahr darf nicht dazu beitragen, dass die Älteren in zwei Gruppen geteilt werden, in die Kompetenten und die Hilfsbedürftigen“, warnt die frühere Bundesfamilienministerin Ursula Lehr. „Vielmehr müssen wir alle Gruppen im Blick haben, unabhängig von ihrem Alter, ihrer sozialen Lage, körperlichen und geistigen Einschränkungen oder ihrem kulturellen Hintergrund.“

Ebenso wenig dürften ältere Menschen auf bestimmte gesellschaftliche Rollen beschränkt werden. Es sei erfreulich, dass sie heute in erheblichem Maße Familienarbeit leisteten und damit wesentlich zur Entlastung der mittleren Generation beitrügen. Immerhin engagiert sich ein Drittel von ihnen auch außerhalb der Familie ehrenamtlich. „Nachholbedarf haben wir in Deutschland nach einer langen Phase der Frühverrentungspolitik bei der Integration Älterer in den Arbeitsmarkt“, so der Sozialgerontologe und Leiter des FfG, Prof. Dr. Gerhard Naegele. „Wichtige Rollen übernehmen ältere Menschen aber auch durch ihr politisches Engagement oder bei der Weiterentwicklung von Produkten und Dienstleistungen, hier sind sie Experten in eigener Sache.“

Es sei sinnvoll, aber nicht ausreichend, für ein aktives Altern im Sinne einer Selbst- und Mitverantwortung für andere zu werben. „Entscheidend sind das Setzen von Rahmenbedingungen und das Schaffen von Angeboten zum Mitmachen, zum Aktiv-Werden, zum Sich-Einmischen“, so Naegele.

Ältere Menschen seien bereit, ihren Beitrag zur Solidarität zwischen den Generationen zu leisten. Umgekehrt sollten diejenigen, die zur jungen oder mittleren Generation gehören, auch Solidarität mit den Älteren zeigen und wachsam gegenüber möglichen Altersdiskriminierungen sein. *red*

Anzeige

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

Seniorenbeirat neu am Start

Der frisch gebackene Seniorenbeirat mit Seniorendezernentin. **Foto: Rohnke**

Mit zahlreichen personellen Veränderungen hat sich im Februar der neue Seniorenbeirat konstituiert. Der lange Abstand zu den jüngsten Kommunalwahlen im März 2011 ergab sich dadurch, dass sich einige Ortsbeiräte zunächst nicht auf einen gemeinsamen Kandidaten einigen konnten. Bis heute hat der Ortsbeirat 1 noch keine Entscheidung für einen Stellvertreter treffen können.

Als Vorsitzende des Gremiums wurde die Stadtverordnete Dr. Renate Sterzel (vom Ortsbezirk 15) gewählt. Der neue stellvertretende Seniorenbeiratsvorsitzende heißt Heinrich Trosch, der vom Ortsbezirk 4 in das Gremium des Seniorenbeirats entsandt wurde. Schriftführer wurde wie bei der vergangenen Wahl Josef Ullrich. Die Wahl leitete die Altersvorsitzende Ursula Kelety (82), die die erkrankte Älteste im Gremium, Gabriele von Altrock (89), vertrat. Im Seniorenbeirat müssen die Mitglieder ein Mindestalter von 60 Jahren erreicht haben.

Daniela Birkenfeld, die an der konstituierenden Sitzung teilnahm, witzelte dann auch in Anspielung auf das späte Zusammentreten des Gremiums, dass „die Ortsbeiräte es anscheinend dieses Mal sehr ernst genommen“ hätten, geeignete Personen für den Seniorenbeirat zu finden. Aber sie freue sich schließlich, „endlich“ alle begrüßen zu dürfen. „Wir haben ja lange auf sie gewartet!“

Sie hoffe, dass der aktuelle Beirat dem Seniorenbeirat der vergangenen Legislaturperiode nacheifern möge, der „sehr engagiert und aktiv von seinem Recht Gebrauch gemacht hat, Anträge zu stellen oder Anregungen zu geben“.

Als ihre wichtigen Punkte für die neue Wahlperiode bezeichnete Birkenfeld die Zusammenarbeit mit dem

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

Seniorenbeirat bei der Erarbeitung einer neuen Satzung und Geschäftsanweisung für den Seniorenbeirat, sowie bei der Überprüfung und Auszeichnung der „Seniorengerechten Geschäfte“. Die „ständig wachsende Bevölkerungsgruppe der älteren Frankfurter Migrantinnen und Migranten“ solle nach Ansicht der Sozialdezernentin künftig in dem Gremium vertreten sein. Vor dem Übergang zur weiteren Tagesordnung gedachten die Seniorenbeiräte in einer Gedenkminute der im Januar verstorbenen Seniorenbeirätin Edith Schön-Aswendt, die dem Gremium 15 Jahre angehörte.

In einer ersten Sammlung benannten zahlreiche Seniorenbeiräte Themenkomplexe, für die sie sich in den nächsten Jahren verstärkt einsetzen wollen: Seniorenticket (Pieter Zandee), Fluglärm (Dr. Klaus Schaeffer), Mietpreisentwicklung/Mietspiegel (Marlis Gutmann, Margot Grana) und die Lage der Menschen in Heimen (Dr. Renate Sterzel) wurden bei einem Brainstorming als zu behandelnde politische Themen genannt.

Nachdem in der vergangen Legislaturperiode die Seniorenbeiräte von ihrem Rederecht in den Ausschüssen des Stadtparlaments kaum Gebrauch machten, meldeten sich diesmal zahlreiche Interessenten für die Ausschüsse. Die personelle Flexibilität wurde kurzerhand erhöht, indem – einer kommenden noch nicht gültigen Satzung im Vorgriff – auch die Stellvertreter der Beiräte in die Ausschüsse gehen können. Ebenso sollen künftig die Vertreter zu den regulären Sitzungen des Seniorenbeirates eingeladen werden, um den Informationsfluss zu gewährleisten. Im Einzelnen meldeten sich für die Ausschüsse folgende Seniorenbeiräte oder deren Vertreter:

Bildung und Integration: Pieter Zandee; Planung, Bau, Wohnungsbau: Josef Ullrich; Recht, Verwaltung und Sicherheit: Horst Kriehn; Soziales und Gesundheit: Doris Achenbach, Pieter Zandee, Margot Grana, Marlis Gutmann und Helga Scholz, die auch Sozialbezirksvorsteherin ist. Umwelt und Sport: Walter Cornel, Josef Ullrich; Wirtschaft und Frauen: Marlis Gutmann; Haupt- und Finanzausschuss: Dr. Renate Sterzel; Kultur und Freizeit: Gisbert Trimborn, Norbert Emde; Sonderausschuss zur Dom- und Römerbebauung: Ursula Kelety; Verkehrsausschuss: Rainer Luckhaus, Günther Teichert. Für den Fahrgastbeirat wird Günther Teichert entsandt.

Felix Holland

Edith Schön-Aswendt gestorben

Edith Schön-Aswendt 2008 während einer Bürgeranhörung im Römer. Foto: Rüffer

Nach kurzer, schwerer Krankheit verstarb am 6. Januar im Alter von 78 Jahren Edith Schön-Aswendt. Sie war eine sozial überaus engagierte Frau im Stadtteil Bornheim und während ihres Berufslebens bei einer Bank tätig. Sie war stellvertretende Vorsitzende des Seniorenbeirats, dem sie seit 1997 angehörte, und Mitglied der Redaktion der Senioren Zeitschrift. Edith Schön-Aswendt engagierte sich sehr im VdK, war viele Jahre Vorsitzende des Ortsverbandes Bornheim-Güntersburg und stellvertretende Kreisvorsitzende. Acht Jahre vertrat sie im Ortsbeirat 4 die SPD, der sie seit über 30 Jahren angehörte und in der sie die verschiedensten Funktionen ausgeübt hatte. Edith Schön-Aswendt war gelernte Bankkauffrau und aktive Gewerkschafterin (HBV beziehungsweise Verdi). Außerdem war sie Betriebsratsvorsitzende und Aufsichtsratsmitglied. Sie hinterlässt ihren Mann, drei Kinder und vier Enkelkinder. *ull*

Wissen aufbessern

Eine Vortragsreihe der Universität des dritten Lebensalters an der Frankfurter Goethe-Universität im Bereich Gerontologie befasst sich im Sommersemester mit der Rolle des älteren Menschen in der Gesellschaft.

Eine der Referentinnen wird Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld sein, die am 23. April zur Partizipativen Altersplanung in Frankfurt spricht. Mit dem Sinn der Bildung im Alter befasst sich am 16. April Prof. Dr. Günther Böhme. Einflüsse gesellschaftlicher Entwicklungen auf das Lebensalter nimmt am 30. April Prof. Dr. Paul Kellermann (Klagenfurt) unter die Lupe. Prof. Dr. Frank Oswald vom Institut für Interdisziplinäre Alternswissenschaft an der Goethe-Universität spricht am 7. Mai zum Thema „Von der Janusköpfigkeit des Alterns – Empirische Befunde zu Potenzialen und Grenzen des Lebens im höheren Alter“. „Wenn 68er 68 werden – Alter und bürgerschaftliches Engagement“ ist der Titel eines Vortrages von Dr. Henning Vieregge (Mainz) am 14. Mai. Unter dem Motto „Mitmachen kann jeder“ berichtet am 21. Mai Diplom-Psychologin Julia Sipreck aus der Arbeit des Bürgerinstituts.

Die Vorträge sind öffentlich und kostenfrei und finden jeweils montags von 14 bis 16 Uhr im Jügelhaus, Hörsaal IV, statt. *red*

Kurzinformation

Messe „Fit durch’s Leben“

Was bietet die Stadt Frankfurt älteren Bürgern? Wer dazu mehr wissen möchte, kann sich auf der Messe „Fit durch’s Leben“ persönlich informieren. Die Experten vom Rathaus für Senioren der Stadt Frankfurt stehen für Fragen zur Verfügung. Profis aus folgenden Bereichen sind am Messestand: Wohnen im Alter, altersgerechtes Wohnen und Wohnraumanpassung, Erholungs- und Freizeitangebote; ebenso die Fachleute der Zentralen Heimplatzvermittlung/Soziale Hilfen für Heimbewohner, des Versicherungsamtes, der Betreuungsstelle und nicht zu vergessen Mitglieder aus dem Seniorenbeirat. *red*

Messe „Fit durch’s Leben“, Jahrhunderthalle Höchst, Samstag, 28. April, 13 bis 18 Uhr und Sonntag, 29. April, 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist frei. *red*

Sozialbezirksvorsteher neu im Amt

Seit März sind die neuen Sozialbezirksvorsteher im Amt. Die unten stehende Tabelle listet Namen und Telefonnummern der Personen auf, die in den 68 Sozialbezirken der Stadt Frankfurt als Ansprechpartner in sozialen Fragen zur Verfügung stehen. Die Ehrenbeamten wohnen in ihrem Sozialbezirk und kennen deshalb die Situation vor Ort aus eigener Anschauung. So erfahren sie auch leichter davon, ob Personen in Not geraten sind, und können auf sie zugehen und ihnen Hilfe und Unterstützung des Jugend- und Sozialamtes oder des Jobcenters Frankfurt am Main anbieten.

An die Sozialbezirksvorsteher können sich auch Personen wenden, denen der Weg zu den Behörden zu beschwer-

Die neu gewählten Sozialbezirksvorsteher setzen sich für Senioren ein. Foto: Oeser

Von der Altstadt bis Zeilsheim: Das sind die neuen

Gesamtes Stadtgebiet (51.D3) Gefährdete Personen und Auswärtige Maria Koschate, Tel. 56 63 88	**Dornbusch-Ost** (462, 463) Doris Sedlacek, Tel. 52 90 37	**Hausen** (410) Herbert Töpfer, Tel. 76 29 90
	Eckenheim (461) Karin Weimer, Tel. 93 99 56 99	**Harheim** (660) Günther Seib, Tel. 0172 - 671 44 90
Altstadt / Innenstadt (010, 040, 050, 060) Mariano Franchi, Tel. 23 34 16	**Eschersheim** (451, 452) Regina Károlyi, Tel. 52 40 13	**Heddernheim-Ost** (431) Franz-Georg Reusch, Tel. 58 31 63
Bahnhofsviertel (090) Cihad Taskin, Tel. 75 00 95 61	**Fechenheim-Nord** (510) Christel Ebisch, Tel. 41 55 95	**Heddernheim-West** (432) Hans-Dieter Amthor, Tel. 0177 - 336 14 12
Bergen-Enkheim (680) Dieter Mönch, Tel. 06109 - 312 25	**Fechenheim-Süd** (520) Margot-Magdalene Grana, Tel. 41 35 79	**Höchst** (570, 580, 591, 592) Reinhard Becker, Tel. 30 95 32
Bockenheim (163, 341, 342) Ilse Glowacki, Tel. 7 07 24 46	**Frankfurter Berg** (492) Heide-Marie Teske, Tel. 0172 - 694 97 73	**Innenstadt** (070, 080) Heide-Rose Schulz, Tel. 43 52 35
Bockenheim (343) Stefan Pfaff, Tel. 76 68 28	**Gallus** (152, 153, 154) Hans-Jürgen Möller, Tel. 97 39 38 33	**Kalbach-Riedberg** (650, 651) Klaus-Jürgen Hawer, Tel. 50 22 92
Bockenheim (350) Horst Blass, Tel. 77 35 47	**Gallus** (161, 162, 164, 165) Wolfgang Kreickmann, Tel. 73 07 77	**Nied** (561, 562) Karin Willems, Tel. 39 27 79
Bockenheim (361, 362) Thomas Giertz, Tel. 70 66 56	**Ginnheim / Dornbusch** (441, 442) Werner Marin, Tel. 96 20 10 25	**Nieder-Erlenbach** (640) Barbara Libbach, Tel. 0 61 01 - 5 97 04 34
Bonames (491) Paul Barth, Tel. 47 86 18 84	**Goldstein** (532, 533) Helmut Frank, Tel. 6 66 51 09	**Nieder-Eschbach** (670) Dr. Jutta Mildner, Tel. 50 83 04 50
Bornheim (271, 272, 290) Elsbeth Muche, Tel. 44 88 75	**Griesheim** (541, 542, 551, 552) Peter Wagner, Tel. 38 48 90	**Niederrad** (371, 372) Marita Schock, Tel. 6 66 36 34
Bornheim (281, 282) Lieselotte Weber, Tel. 45 22 54	**Gutleutviertel** (151) Yvonne Geelhaar, Tel. 25 39 35	**Niederursel-Ost** (481, 483, 484) Ingrid Damian, Tel. 0160 - 446 31 33

lich ist, oder die sich scheuen, selbst dort vorzusprechen. In vielen Fällen können die Sozialbezirksvorsteher durch ihre gute Kenntnis der Hilfsmöglichkeiten erfolgreich beraten. Sie unterstützen Menschen dabei, Hilfe zu beantragen, die oft nicht wissen, worauf sie Anspruch haben. Die Sozialbezirksvorsteher bieten ihre Unterstützung an, wenn es darum geht, ambulante Hilfen zu organisieren und zu koordinieren, damit ältere, kranke oder behinderte Menschen so lange wie möglich in der eigenen Wohnung bleiben können. Auch in Fragen der Kostenregelung helfen sie weiter.

Unter den unten stehenden Telefonnummern können Gesprächstermine vereinbart werden. Die Sozialbezirksvorsteher bieten auch Hausbesuche an.

Lieselotte Wendl

Kurzinformation

Rödelheimer Musiknacht

Am 12. Mai ist es wieder soweit: Die Rödelheimer Musiknacht startet. Anknüpfend an dem großen Erfolg der Veranstaltung vom vergangenen Jahr werden wieder Musik machende Menschen ihr Können überall im Stadtteil präsentieren. Dabei ist für jeden etwas dabei: von Rock bis Punk, von Klassik bis Jazz, von Chören bis Trommlergruppen – auch etliche Seniorengruppen sind dabei. Ab 18 Uhr bringen Musiker den ganzen Stadtteil zum Klingen – ohne Gage in Gaststätten, Parks, Höfen und Geschäften. An der Rollschuhbahn im Brentanopark gibt es eine „offene Bühne“, wo auch Kurzentschlossene auftreten können. Im Rahmen des „Frankfurter Programms – Aktive Nachbarschaft“ wird die Rödelheimer Musiknacht vom Quartiersmanagement der Diakonie Frankfurt koordiniert und im Wesentlichen finanziert. Ein Programmheft liegt in vielen Rödelheimer Geschäften aus oder ist im Nachbarschaftsbüro in der Westerbachstr. 29 erhältlich. *wdl*

Die Gruppe „Streichspaß“ lockt viele Zuhörer an. Foto: Anita Scheider / Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft

Sozialbezirksvorsteher

Niederursel-West (482) Ilse Kerssebaum, Tel. 57 00 02 13	**Praunheim-Nord** (426) Klaus Knörzer, Tel. 0160 - 957 04 39	**Schwanheim** (531) Susan Spencer, Tel. 35 43 95
Nordend-Ost (130) Ilka Werner, Tel. 45 37 75	**Praunheim-Westhausen** (423) Lieselotte Bollbach, Tel. 76 28 20	**Seckbach** (390) Marianne Friedrich, Tel. 47 12 73
Nordend-Ost (221, 222) Gudrun Korte, Tel. 44 05 06	**Preungesheim / Berkersheim** (470, 500) Wera Eiselt, Tel. 17 52 11 10	**Sindlingen** (601, 602) Gisela Lünzer, Tel. 37 14 53
Nordend-Ost (230) Matthias Weber, Tel. 0173 - 486 25 64	**Riederwald** (262) Stephanie Koch, Tel. 41 79 85	**Sossenheim** (631, 632) Karin Reichwein, Tel. 34 38 79
Nordend-Ost (240) Heinz Jürgen Oslislok, Tel. 45 46 19	**Rödelheim-Ost** (401) Ingrid Kruske, Tel. 78 51 33	**Unterliederbach** (621, 622, 623) Heinz Alexander, Tel. 30 31 76
Nordend-West (120) Barbara Hübner, Tel. 59 40 34	**Rödelheim-West** (402) Barbara Reuff, Tel. 78 27 22	**Westend-Süd / Nord** (110, 191, 192) Hildegard Gabriel-Malaika, Tel. 72 82 02
Nordend-West (201, 202, 203) Ingo Pommerening, Tel. 49 81 64	**Sachsenhausen-Nord** (300) Karl-Günter Schneider, Tel. 65 91 74	**Westend-Süd** (100, 170) Christiane Gärtner, Tel. 74 56 52
Nordend-West (211, 212, 213) Gerhard Schelbert, Tel. 55 52 42	**Sachsenhausen-Nord** (321) Hans Günter Joras, Tel. 60 60 54 65	**Westend-Süd** (180) Christa Kasper, Tel. 56 53 54
Oberrad (380) Ute Widdra, Tel. 65 23 13	**Sachsenhausen-Nord** (322, 328, 329, 325) Dirk Trull, Tel. 67 72 66 79	**Zeilsheim** (604, 611, 612) Maria Berk, Tel. 36 29 40
Ostend / Osthafengebiet (140, 261) Gertrud Schuster, Tel. 49 35 26	**Sachsenhausen-Nord** (324) Roswitha Girst, Tel. 61 82 94	
Ostend (251, 252) Hannelore Mees, Tel. 49 20 73	**Sachsenhausen-Nord / Süd** (331, 332) Klaus-Dieter Ortlepp, Tel. 01 63 - 5 65 78 88	
Praunheim (422, 424, 425) Christa Jestädt, Tel. 76 41 77	**Sachsenhausen-Süd** (323, 326) Heike Stahnke, Tel. 61 99 50 50	

„Zeit für mich"

Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt vom 11. bis 24. Juni

Pia Flörsheimer ist angetan. „Wie spielerisch die einzelnen Veranstalter und Anbieter in diesem Jahr mit unserem Motto umgehen, das hätte ich vorher nicht gedacht. Es werden richtige Phantasiereisen unternommen", freut sich die Leiterin der Leitstelle Älterwerden. „Zeit für mich" ist die Losung für die nunmehr elfte Auflage der „Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt", zu der die Stadt ältere Bürger einlädt. Für die Zeit vom 11. bis 24. Juni stehen gut 250 Veranstaltungen übers ganze Stadtgebiet verteilt auf dem Programm. Es sind Angebote, die zum Mitmachen, Entspannen, Mitdiskutieren, Mitgestalten animieren, aber auch informieren, aufklären und neugierig machen, auf die Vielfalt, die Frankfurt seinen älteren Menschen bietet. Die Auswahl reicht von Spaziergängen zur Gesundheitsförderung über kulturelle, sportliche sowie Bildungsangebote, Tage der offenen Tür, einer Bürgeranhörung bis hin zu Fachtagungen. Einen Schwerpunkt bilden Informationsveranstaltungen über Wohnen und Pflege im Alter, zu denen Beratungsinstitutionen in den Stadtteilen sowie Wohn- und Betreuungseinrichtungen einladen. „Wir möchten gezielt informieren und die vielfältigen Beratungsangebote aufzeigen. Denn bei vielen herrscht noch das Vorurteil, Alter mit Pflege- und Hilfsbedürftigkeit gleichzusetzen. Damit wollen wir aufräumen", erklärt Flörsheimer. Daher beteiligen sich auch viele Gruppen und Netzwerke, die sich für Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im Alter einsetzen. Auch stehen die Themen Altersarmut und Bürgerbeteiligung im Mittelpunkt.

Vor allem Aktivität wird groß geschrieben. In Kooperation mit einer Tanzlehrerin gibt es ein Schnupperangebot zum Thema „Tanzmedizin". Zudem beteiligt sich eine Tanzschule am „Bunten Nachmittag" am Freitag, 15. Juni. Die Gerontologin möchte mit den Tanzkursen auch demenziell Erkrankte ansprechen: „Die Erfahrung zeigt, dass Demenzkranke sich gerne zu Musik bewegen, beim Tanzen sehr wohlfühlen und dabei verloren geglaubte Fertigkeiten wieder abrufen können." Und erstmals gibt es das Angebot „Fußballspielen", bei dem vermutlich vor allem die Herren aufhorchen werden.

Gespannt ist Pia Flörsheimer auf eine Premiere im Frankfurter Hauptbahnhof – „ein Highlight und Hingucker", ist sie überzeugt: Zwischen dem 18. und 24. Juni werden sich in der großen Halle täglich von 10 bis 19 Uhr verschiedene städtische Beratungsstellen vorstellen wie auch Sportvereine, die Kurse für Ältere im Programm haben. Geplant sind dann Kostproben von Stepptanz oder Gymnastik. „Mit dieser Aktion möchten wir Pendler ansprechen, die sich mit den Fragen des Alters auseinandersetzen, und ihnen aufzeigen, was es alles für Angebote und Aktivitäten in Frankfurt gibt."

An die Eröffnung der Aktionswochen am 11. Juni ist die Vernissage der Ausstellung „Ihr Bild für Krakau" geknüpft – ein Kunstprojekt, das im vergangenen Jahr anlässlich der langjährigen Partnerschaft zwischen Frankfurt und Krakau initiiert wurde, und an dem sich Menschen ab 60 Jahren aus beiden Städten beteiligt hatten.

Sonja Thelen

Zuschriften aus den 50er Jahren erwünscht!

Waren es 2011 die 20er Jahre, die die Gäste des Bunten Nachmittags im Rathaus für Senioren begeisterten, locken am 15. Juni die 50er Jahre.

Wer weiß etwas über diese Zeit? Welche Lieblingsspeisen, -getränke und Rezepte gibt es aus den 50ern? Welche Bekleidungs- und Musikvorlieben herrschten vor? Wer hat eine kleine Geschichte, privat oder öffentlich, Fotos oder lustige Begebenheiten aus den 50ern zu erzählen und möchte, dass diese am Bunten Nachmittag im Rathaus für Senioren zu sehen und zu lesen sind? Alle Einsendungen werden gesichtet, ausgewertet und in einem kleinen Büchlein zusammengefasst. Mit der Zusendung gewähren die Einsender der Leitstelle Älterwerden das Recht der Veröffentlichung und Vervielfältigung sowie gegebenenfalls der Namensnennung. Zuschriften bis zum 10. Mai erbeten an: Leitstelle Älterwerden, Stichwort „50er Jahre", Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt. *red*

Termine notieren

11. Juni, 14 Uhr: Seniorendezernentin Daniela Birkenfeld eröffnet die Ausstellung „Ihr Bild für Krakau" in der Volkshochschule, Sonnemannstrasse 13.

12. Juni, Tagung: „Kommunale Daseinsfürsorge und bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen"

15. Juni, 13 bis 18 Uhr: Bunter Nachmittag und Tag der offenen Tür im Rathaus für Senioren, 15 Uhr Talkrunde mit Seniorendezernentin Daniela Birkenfeld

16. Juni, 18 bis 20 Uhr: Bürgeranhörung / Fachgespräch im Plenarsaal im Rathaus Römer, Römerberg 23, „Leben und Wohnen im Alter" mit Sozialdezernentin Daniela Birkenfeld, Planungsdezernenten Olaf Cunitz und Alternswissenschaftler Frank Oswald

Das Programmheft für die Aktionswochen Älterwerden liegt ab Mitte Mai zum Beispiel bei der Bürgerberatung, Römerberg 32, im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, bei den Bürgerämtern, den Sozialrathäusern in den Stadtteilen und der Volkshochschule aus. Das Programm ist auch im Internet unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de zu finden. *red*

Sport, Kreatives und gesunde Ernährung…

… bei den Aktionswochen ist für jeden etwas dabei. Fotos (7): Oeser

Was passiert im Römer? Foto: pia

Der Römer lädt ein

Es ist wieder so weit: Am Samstag, 28., und Sonntag, 29. April, öffnet der Römer seine Pforten jeweils von 11 bis 18 Uhr. Zum „Ein Blick ins Rathaus – Tage der offenen Tür“ laden kommunale Gremien und viele Ämter der Stadtverwaltung die Bürger ein, sich selbst ein Bild vom Geschehen hinter den Rathaustüren zu machen.

Dieses Jahr steht das Thema „Bürgerdialog/Bürgerbeteiligung“ im Mittelpunkt der öffentlichen Präsentation. Vor Ort kann man erfahren, bei welchen Projekten der Stadtentwicklung aktiv mitgewirkt werden kann: in Workshops, bei Planungswerkstätten oder Online-Umfragen – in Frankfurt mischen Bürger auch mit, wenn nicht gerade eine Wahl ansteht. Das Jugend- und Sozialamt wird zum Beispiel darüber informieren, wo und wie sich die Bürger bei den in und von den Sozialrathäusern geplanten „Foren Älterwerden in Frankfurt“ in diesem Jahr beteiligen können und welche Projekte es in dem „Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft” gibt.

Die Mitarbeiter der städtischen Ämter und kommunalen Gremien zeigen auf, bei welchen Projekten bürgerschaftliche Mitwirkung gefragt ist. Denn für die Frankfurter Bürger gibt es zahlreiche Gelegenheiten, ihre Stadt mitzugestalten. *red*

Sozialrathäuser informieren

Die Foren Älterwerden in Frankfurt gehen auch in diesem Jahr weiter. Geplant sind im Lauf des Jahres Veranstaltungen in Höchst, Nordweststadt, Gallus, Ostend und Sachsenhausen. Das Thema der Veranstaltung im Ostend wird die Betreuungs- und Vorsorgevollmacht sein. Auch soll eine Veranstaltung in einer Moschee zu den Themen Wohnen und Rente stattfinden. Fest steht der Termin am 18. April, wenn es im Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45, um das Thema Wohnen im Alter geht. Diese Veranstaltung beginnt um 16.30 Uhr und findet in Kooperation mit dem Amt für Wohnungswesen statt. Ursula Peusch vom Amt für Wohnungswesen referiert.

Am 30. Mai präsentieren das Sozialrathaus Nordweststadt und Anbieter der Altenhilfe ihre Angebote von 10 bis 15 Uhr an einem Infostand im Nordwestzentrum auf der Freifläche Nidacorso/Walter-Möller-Platz. Gerne erwarten die Mitarbeiter dort die Fragen und Anregungen der Bürger. *red*

Lotsen rund um die Pflege

Die Schwiegermutter stürzt schwer, bricht sich dabei die Hüfte, wird operiert und kommt in die Rehabilitation. Aber auch danach dauert es noch eine Weile, bis sich die Dame wieder alleine versorgen kann. Was ist zu tun? Weder die Betroffene noch ihre Familie waren bislang mit dem Thema Pflege in Berührung gekommen. „Auch wenn jeder Fall individuell ist, ist das doch ein Klassiker, mit dem wir uns mehrmals die Woche auseinandersetzen“, berichtet Sascha Hinkel. Seit Mitte November ist der Diplom-Sozialarbeiter der kommunale Ansprechpartner beim Pflegestützpunkt, der sich seit gut einem Jahr im Rathaus für Senioren befindet, und in gemeinsamer Trägerschaft von Stadt sowie Pflege- und Krankenkassen betrieben wird.

Der Pflegestützpunkt hilft bei Fragen rund um Pflege und Versorgung. „In diesem Fall war es der Dame und ihrer Familie wichtig, dass sie tagsüber versorgt wird und nachts nicht alleine ist. In so einem Fall braucht man nur einen Kurzzeitpflegeplatz zum Überbrücken“, erläutert Hinkel, der die Ratsuchenden direkt an die Zentrale Heimplatzvermittlung weiterleitete, die ebenfalls im Rathaus für Senioren angesiedelt ist. „Die Lage ist perfekt. Es sind kurze Wege. Ich habe einfach oben angerufen, und die konnten gleich vorbeikommen.“ Zentrale Aufgabe des Pflegestützpunktes sei die „Lotsenfunktion“. „Wir sprechen mit den Menschen, hören ihnen genau zu, gehen dem Problem auf den Grund, klären den Bedarf ab. Es sind oft Situationen, in die die Menschen unvorbereitet und plötzlich geraten. Sie wissen nicht, was zu tun ist.“ Häufig stellen die Besucher oder Anrufer Fragen zur Pflegestufe und Eingruppierung sowie zur Kostenübernahme für den Heim- oder Kurzzeitpflegeplatz. Sascha Hinkel lotst sie an die zuständigen Stellen, benennt die Ansprechpartner, stellt den Kontakt her, vereinbart Termine.

Wichtige Institutionen bei seiner Arbeit, an die er die Ratsuchenden weiter verweisen kann, sind neben der Heimplatzvermittlung die Sozialrathäuser in den Stadtteilen und die Leitstelle Älterwerden. Diese befindet sich ebenfalls im Rathaus für Senioren und ist Ansprechpartnerin beispielsweise für Wohnberatung, Hol- und Bringdienste sowie Kultur- und Freizeitangebote. „Das Wichtigste für uns ist, herauszufinden, was der Mensch braucht, um dann gemeinsam eine Lösung zu finden“, betont der Sozialarbeiter.

Sonja Thelen

Astrid Niegel **Foto: Oeser**

Sascha Hinkel **Foto: per**

Ansprechpartner im Pflegestützpunkt sind Sascha Hinkel (Stadt Frankfurt am Main) und Pflegewirtin Astrid Niegel (Bahn-BKK). Sprechzeiten des Pflegestützpunktes (Hansaallee 150, Räume 012 und 016) montags und mittwochs von 10 bis 12 Uhr sowie donnerstags von 16 bis 18 Uhr. Telefonisch ist der Pflegestützpunkt unter der kostenfreien Rufnummer 08 00/5 89 36 59 montags bis freitags erreichbar, E-Mailadresse: pflegestuetzpunkt@frankfurt.de.

Sprechstunde Seh- und Hörverlust

Der Verlust von Seh- oder Hörvermögen ist oft ein schleichender Prozess, den der Betroffene als zunächst wenig störend wahrnimmt. Häufig sind es Angehörige und Freunde, die einen drängen, etwas zu unternehmen. Eine unverbindliche Sprechstunde für Menschen mit Seh- und Hörverlust im Alter hat jetzt die Leitstelle Älterwerden eingerichtet. „Wir haben festgestellt, dass es hier einen ungeheuren Beratungsbedarf gibt“, erläutert Leiterin Pia Flörsheimer: „Aus Scham oder weil sie es einfach nicht wahrhaben wollen, gehen viele nicht zum Arzt.“ Während es Frauen in der Regel leichter falle, Hilfe in Anspruch zu nehmen, hätten Männer in der Regel größere Schwierigkeiten damit, sich ihre nachlassenden Seh- oder Hörfähigkeiten einzugestehen.

Ohne sich anzumelden, können Interessierte die Sprechstunde im Rathaus für Senioren aufsuchen. „Wichtig für Ratsuchende ist, dass sie sich neutral, ohne Kaufzwang informieren und einen ersten Kontakt herstellen können“, so Flörsheimer. Im Wechsel gibt es alle 14 Tage eine Sprechstunde entweder „Sehverlust im Alter“ oder „Hörverlust im Alter“. Die Ansprechpartner sind Experten: Katharina Metzler ist Beraterin der Frankfurter Stiftung für Blinde und Sehbehinderte, Horst Buchenauer ist Geschäftsführer der Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige.

Dreh- und Angelpunkt der Beratung ist es, die Menschen über Hilfen im Alltag aufzuklären, damit sie trotz der Einschränkung nicht ins soziale Abseits geraten und sich stattdessen ihre Mobilität und Selbstständigkeit erhalten können. Auch lotsen die Berater ihre Klienten zu anderen Stellen, die weitere Unterstützung bieten können, oder begleiten sie bei Behördengängen.

Sonja Thelen

Termine der Sehverlust-Sprechstunde: 17. April, 15. Mai und dann alle vier Wochen, Tel. 0 69/95 51 24-68, beratung@sbs-frankfurt.de
Termine der Hörverlust-Sprechstunde: 3. April, 8. Mai und dann alle vier Wochen, Tel. 0 69/94 59 30-0, buchenauer@gebaerdennetz.de.
Die Sprechstunden sind jeweils dienstags von 14 bis 16 Uhr im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150 (Multifunktionsraum 014, Erdgeschoss).

Frankfurt im Buch

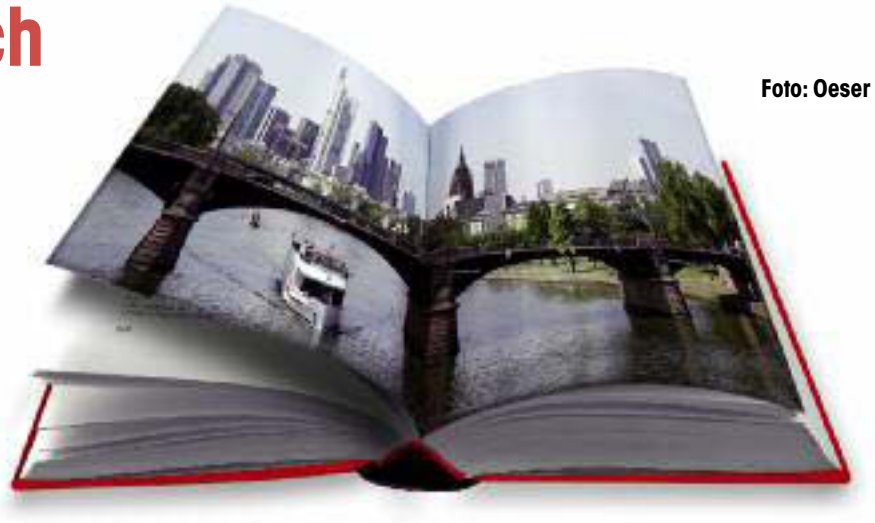


Foto: Oeser

Frankfurts Leser lieben Wilhelm Genazino so sehr, dass seine Trilogie „Abschaffel“ aus den 70er Jahren noch 2011 im Zentrum des Festivals „Frankfurt liest ein Buch“ stand. In „**Wenn wir Tiere wären**“ (Hanser, geb., 17,90 Euro), seinem neuesten Roman, steht sein Ich-Erzähler wie so oft recht schief im Leben. Ein Freund ist dem freien Architekten gestorben, der die Stelle des Toten nun ebenso unverhofft „erbt“ wie seine Witwe, womit er zwischen drei Frauen steht. Handlung dient hier aber eher dazu, den Protagonisten ins Grübeln zu bringen. Das ist lesbar und unterhaltend, fein, komisch und hintergründig. Stagnation liegt über allem, doch je mehr sich der Griesgram in laue Verzweiflung steigert, umso besser amüsiert sich der Leser. Berührt vom Gefühl inneren Absterbens ist sein Niemand zumindest dagegen gefeit, vom Leben passend gemacht zu werden.

Helga Fabers „**Die Welt des Apfelweins**“ (Verlag M. Naumann, br., 14,80 Euro) taucht in die Geschichte ein, um sich kapitelweise über halb Europa und Amerika auf die Stöffche-Großmacht Frankfurt auszuweiten. Von alten Kultursorten ist da die Rede und den Göttern, Römern und Karolingern, von Cidre, Calvados und der „kleinen Eiszeit“, die zum Ausweichen vom Trauben- auf den Apfelwein zwang. Das handliche Buch ist durchweg schön bebildert und um kleine Exkurse ergänzt.

Holger Vonhof ist ein intimer Kenner von „**Höchst**“ (Societätsverlag, br., 12,80 Euro), was seinem sehr sachkundigen und schönen Büchlein zugutekommt. Auf der Hälfte seines Umfangs behandelt er Sehenswürdigkeiten sowie Kunst und Kultur, wozu Justinuskirche, Porzellanmuseum und andere Bauten, ausdrücklich aber auch die lebende Kultur gehört, vom „Barock am Main“ bis zum Filmforum Höchst. Gedacht ist zudem an Parks und Erholungsmöglichkeiten, ans Einkaufen und Einkehren, Feste und Freizeit. Hübsch die kleine Betrachtung über den Höchster in Reinkultur, den es gar nicht gebe: Trotzdem halte man gut zusammen, „vor allem, wenn es gegen die Frankfurter ‚anzustinken‘ gilt“. Lokale Berühmtheiten sowie Kurioses und Komisches beschließen das praktische, fein illustrierte Bändchen.

„**Das Kochbuch von Goethes lustiger Tante Melber – Rezepte aus der Frankfurter Altstadt**“ (Verlag Gebr. Kornmeyer, br., 12,95 Euro) erschien bereits 2009. Dass es beim Herumfragen als erstes für diese Seite empfohlen wurde, spricht aber für sich. Und wirklich, frankfodderischer geht’s kaum. Eine Kurzbiografie leitet auf die weltoffene Küche der alten Handelsstadt über, der Hauptteil gilt Rezepten vom Speckpfannkuchen über Frankfurter Pastete bis zu Quittenbrot und einem Würzrezept für Meersalz mit Rosmarin und Orangenschalen. Zum Ausprobieren.

Heiß geliebt von den Frankfurtern ist auch Peter Kurzeck. Sein Roman „**Vorabend**“ (Stroemfeld, geb., 39,80 Euro) stellt, mit 1.022 Seiten, schon äußerlich höhere Ansprüche als Genazino. Zur Lesbarkeit dieses Backsteins trägt zum Glück bei, dass er es 2010 vor Publikum im Literaturhaus diktierte: mündliche Literatur also, später nachbearbeitet. „Vorabend“ (Grimmelshausen-Preis 2011) ist der fünfte Band einer zwölfbändigen Chronik. Der Autor träumt sich zurück nach 1982 in Eschersheim, wo sein Erzähl-Ich Frau, Kind und Freunden vom versunkenen Oberhessen erzählt. Nichts darf unerzählt, unerlöst bleiben: nicht Menschen noch Dinge, weder Liebe noch der Fortschritt, der das Land „verfleißigte“ und unendlich viel vom Sein ins Nichtsein beförderte. Die Bewunderung für Kurzeck als großen europäischen Autor („Neue Zürcher“) wächst jährlich, wenige widersprechen seiner Stilisierung zum „hessischen Proust“. Wer sich diese 1.000 Seiten sparen will, kann den Autor auch auf acht verschiedenen Audio-Books kennenlernen: Neu sind „Vorabend“ (CD, Stroemfeld, 28 Euro) und „Mein wildes Herz“ (CD, Supposé, 19,80 Euro).

Was wäre eine Frankfurt-Buchseite ohne Kriminalromane? Historisch und gut lesbar kommen uns Roman Kempf: „**Frankfurter Messe**“ (logolit, br., 12,80 Euro), und Alf Leue: „**Der Fluch des Mechanicus**“ (Societätsverlag, br., 14,80 Euro). Kempfs Mainfahrt des jungen Benediktinerpaters Abel mit einer Ladung Wein spielt 1786 und bringt bestens recherchiertes Zeitkolorit. Leues Mechanicus, der 1494 seinen äußeren und inneren Dämonen nachjagt, hat die spannendere Handlung, deren Lösung an Ecos „Name der Rose“ erinnert.

Wie sich Kommissarin Cornelia Weber-Tejedor in Rosa Ribas’ „**Falsche Freundin**“ (Suhrkamp, Tb., 9,99 Euro) auf dem Rhein-Main-Flughafen schlägt, war bei Redaktionsschluss noch offen, doch sind Ribas’ Krimis immer lesenswert.

Andreas Franz’ „**Teufelsleib**“ (Knaur, Tb., 9,99 Euro) erschien bereits Ende 2010. Zum Abschied vom meistgelesenen deutschen Krimiautor, der im März 2011 verstarb, sei der Krimi trotzdem hier genannt.

„**Ich bin ein Mörder**“ von Brigitte Pons (Sutton, br., 12 Euro) führt uns zur Buchmesse, wo Krimiautor Tobias Stockmann sich verkaufswirksam als Mörder ausgibt und Polizistin Alexandra in Liebesnöte bringt.

Udo Scheus „**Lupenrein**“ (Societätsverlag, br., 14,80 Euro) beginnt mit einer im Frankfurter Filmmuseum filmreif drapierten Leiche, hat aber auch Züge eines Schlüsselromans mit Anspielungen auf die politische Sphäre und das Justizwesen, die der Vergangenheit des Autors und Ex-Staatsanwalts Tribut zollen.

Marcus Hladek

Individuell wie die Geschichte der einzelnen Menschen

Neues Tagespflegeangebot im Agaplesion Oberin Martha Keller Haus in Sachsenhausen

Fred Wichmann* ist ein großer stattlich-starker Mann. Seine Muskeln, seine Kraft sind unübersehbar. Sie waren bis vor Kurzem sein Kapital, sein Arbeitswerkzeug. Er war Profi-Eishockeyspieler, zum Schluss Trainer einer Profi-Mannschaft. Vor vier Jahren bis kurz vor seinem 60. Lebensjahr übte er seinen Beruf aus. Dann die Diagnose: Alzheimer.

Sein Training ist zwar deutlich weniger geworden, seit die Krankheit sein Wesen dominiert. Aber auf seine Kräfte greift die Leiterin der Tagespflege, Birgit Ahrens, auch heute gern zurück, wenn es gilt, einen Klienten nach einem Ausflug im Rollstuhl gegen den starken Anstieg des Sachsenhäuser Bergs hinaufzuschieben. „Herr Wichmann ist so kräftig, der macht das ohne ein bisschen schneller atmen zu müssen“, staunt sie immer wieder über die Sportlichkeit des Mannes. Wichmann ist einer der Gäste im Tagespflegeheim Agaplesion Oberin Martha Keller Haus im Süden Frankfurts.

Die neue Tagespflegemöglichkeit ist vor ein paar Monaten eröffnet worden und bietet Platz für 20 Personen. Noch sind einige Plätze in der Einrichtung frei. Ein Fahrdienst holt die Klienten ab und bringt sie abends wieder zurück. Um 9.30 Uhr beginnt der Tag mit einem Frühstück, Vorlesen aus der Zeitung und Bewegungsanimation: Je nach Möglichkeiten mit Gymnastik oder Koordinationsübungen, die spielerisch vermittelt werden. Ruhezeiten, ein Mittagessen, Zeit zur Interaktion und zur individuellen Beschäftigung sind genügend vorhanden. Dabei geht es in der Zeit den Betreuerinnen nicht darum, ein allgemeines Bespaßungsprogramm abzuspulen, sondern individuell auf die Bedürfnisse eines jeden Einzelnen einzugehen.

Sie arbeiten nach dem psychobiografischen Konzept von Professor Erwin Böhm. Das bedeutet, dass die Mitarbeiter die Reaktionen der Klienten auf Ereignisse während des Tages regelmäßig dokumentieren. So werde das „Daheimgefühl“ für jeden individuell gesucht – und schließlich auch gefunden. Für die Betreuerinnen gilt es herauszufinden, welche Schlüsselwörter, welche Themen Orientierung und Freude auslösen. Die dementen Patienten finden so ihre Orientierung wieder, in einer emotionalen Welt, die ihnen vertraut ist. Oft fallen sie in eine Zeit ihrer Prägephase im Alter zwischen 0 und 25 Jahren zurück. Sie sprechen dann etwa von der längst verstorbenen Mutter, die in ihrer Wahrnehmung von Realität noch lebt und daher auch von niemandem in der Tagespflege geleugnet wird.

Bewegung und Farben regen die Sinne an. **Fotos (3): Oeser**

„Fahren wir?“, fragt Fred Wichmann. „Ja, morgen früh geht es los. Gleich um acht Uhr“, erwidert Birgit Ahrens. „Nach Kanada, Fische fangen“, antwortet Wichmann erfreut. „Wer kommt mit?“ fragt Ahrens. Und erneut werden alle Namen aufgezählt, vom Sohn, von vertrauten Personen. Der Dialog – viele Male am Tag gehalten – gehört fest zum Repertoire von Fred Wichmann. Er ist glücklich, hat etwas vor, hat seine Gedanken auf eine Zukunft gerichtet. Die tritt so freilich am nächsten Tag nicht ein, enthält aber Bestandteile aus seinem reichen Leben. Den Freund in Kanada gibt es wirklich. Was er konkret mit ihm erlebt hat, bleibt zwar im Dunkeln, ist aber für ihn der Schlüssel zu seiner Lebensfreude, zu seinem Glück, zu seinem emotionalen Wohlsein. Es sind individuelle Erlebnisse, die Anker in die psychische Realität der Tagesgäste setzen, oder aber Zeitgeistphänomene, die einen Rahmen bilden. So ist der Nachkriegsgeneration ein Schmalzbrot näher als Sushi, das sie aus ihrer Prägezeit nicht kennen.

Die Hände spüren

Für alle Tagesgäste, die zu individuellen Besuchen an einem oder mehreren Tagen wöchentlich in die Einrichtung kommen, sind eigene Erinnerungskästen vorhanden: Mit persönlichen Erinnerungsstücken, etwa mit Noten von Komponisten für die ehemalige Musikerin, mit Fotos von nahestehenden Men-

schen, mit persönlichen Gegenständen. Fred Wichmann hat Hockeyschläger dabei, mit denen er schon mal das eine oder andere Dribbeling auf dem Gang vorführt. Das regt die Gäste auf ihre Biografie gestützt an und unterstützt sie in ihrem Lebensgefühl.

Generell, fasst Birgit Ahrens zusammen, werde versucht, möglichst viele Sinne anzusprechen. Oft werde zusammen gekocht oder ein Obstsalat bereitet. Das sei zum Anfassen, rieche aber auch intensiv und könne schließlich gegessen werden. So bekommen die Klienten mit ihren eigenen Mitteln einen Zugang zur sie umgebenden realen Welt.

* Name von der Redaktion geändert *Felix Holland*

Die Tagespflege im Agaplesion Oberin Martha Keller Haus in Sachsenhausen steht jedem offen – mit und ohne Einschränkung. Informationen erteilt Birgit Ahrens unter Telefon 0 69 / 60 90 63 00 und E-Mail: birgit.ahrens@markusdiakonie.de.

Wie fühlt sich Ruhestand an?

Martin Berner will das wissen

Martin Berner **Foto: privat**

Vor elf Jahren beim Neujahrsempfang des Bürgerinstituts, zu dieser Zeit noch Institut für Sozialarbeit (IFS) genannt, stellte der damalige Sozialdezernent Horst Hemzal den „neuen" Geschäftsführer Martin Berner vor. Voller Erwartung und Freude übernahm dieser die Leitung dieses geschichtsträchtigen Instituts, das im vergangenen Jahr auf immerhin 111 Jahre bürgerschaftlichen Engagements in Frankfurt blicken konnte. Die ehemalige Doppelspitze von Evelin Schwank und Utah Engler vereinte sich wieder zu einer Ein-Personen-Führung.

Gereizt hat den damals 53 Jahre alten gelernten Sozialarbeiter und Sozialgerontologen an der Leitung des Bürgerinstituts, das Alter von einer ganz anderen Perspektive aus wahrnehmen zu können. Denn der gebürtige Schwabe konnte nach elfjähriger Tätigkeit als Leiter des August-Stunz-Zentrums der Johanna-Kirchner-Stiftung seine Schaffenskraft noch einmal in einem ganz anderen Bereich verwirklichen. Kreativ waren die Menschen, die ihm im Bürgerinstitut begegneten, in jeglicher Hinsicht. Die Mitarbeiter selbstverständlich, aber gerade auch die vielen Ehrenamtlichen, die das Bürgerinstitut erst zu dem machen, was es heute ist. „Ich bin erstaunt und überrascht, wie viele Ideen und Lebendigkeit Menschen entwickeln, um anderen zu helfen, ihnen etwas beizubringen oder ihre eigene Leidenschaft für ein Hobby zu vermitteln", sagt Martin Berner. Nach dem Projekt gefragt, das ihn am meisten beeindruckt, sagt er nach langem Überlegen: „Das ist schwer zu sagen. Ein Projekt hat mich mehr als überrascht. Und das sind die Lesefreuden." Diese können in diesem Jahr ihr 15-jähriges Bestehen feiern. „Was dort mit so viel Engagement auf die Beine gestellt wird – und wie vielen Menschen die Begeisterung an Literatur vermittelt wird, das ist schon phänomenal. Oder der Senioren-Computer-Club, der auch seit 15 Jahren in jedem Semester an zwei Tagen in der Woche geöffnet hat, und nicht einmal ist da was ausgefallen. Oder die Frankfurter Lesepaten, die im letzten Jahr innerhalb weniger Wochen 80 neue Lesepaten gewinnen konnten."

Nachbarschaft für jedes Alter lebbar machen

Seine eigene Freizeitbetätigung, der er früher gerne nachgegangen ist, zu schreiben und Haiku zu dichten, konnte er in den vergangenen Jahren mangels freier Zeit nicht mehr intensiv betreiben. Wichtig sind ihm dagegen während seiner Arbeit zwei Dinge geworden: Ihm liegt am Herzen, dass in Frankfurt Strukturen entwickelt werden, die Nachbarschaft lebbarer für jedes Alter machen können. In einer Stadt, in der sich die Bevölkerung alle fünf Jahre etwa um ein Drittel austauscht, sollte es Formen geben, die es erleichtern, ein menschlicheres Umfeld zu schaffen, meint er. Zum anderen liegt ihm viel daran, den Unterschied zwischen Ehrenamt und – oft auch sehr gering – bezahlten Tätigkeiten, wie zum Beispiel dem Freiwilligendienst, herauszustreichen. „Sowie ein auch noch so geringes Honorar bezahlt wird, sind die Menschen in ganz anderen Rollen", sagt Berner. Dabei gehe es ihm nicht um Wertung, sondern nur um diese Klarstellung. Zum Wert des freiwilligen Engagements zitiert er Klaus Dörner aus dem Gedächtnis: „Jeder Mensch braucht sein Quantum an täglichem Bewusstsein, dass er für andere nützlich ist."

Wenn Martin Berner am 10. August 2012 seinen Schreibtisch leer räumt, dann wird für ihn ein anderes Leben beginnen. Er habe keine klare Vorstellung von dem, was ihn erwartet. Aber: „Ich will wissen, wie sich das Neue wirklich anfühlt. Und wenn ein Loch auftaucht, möchte ich es spüren." *Jutta Perino*

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: 0 69/97 94 88 59
Fax: 0 69/97 78 33 47
Mobil: 01 73/9 81 20 75
e-mail: p.topsever@web.de

IHK weiß, was Senioren wünschen

Geschäfte in Frankfurt müssen sich anstrengen, damit ältere Kunden zu ihnen kommen und einkaufen

Der vorbildliche Rewe-Markt in Bornheim bietet genügend Sitzgelegenheiten für Jung und Alt. Foto: Rohnke

Geld ist Macht. Das wissen nicht nur die Großbanken. Auch ältere Menschen können durch ihr Kaufverhalten den Markt beeinflussen. Eine neue Studie der Industrie- und Handelskammer (IHK) „Einzelhandel und demografischer Wandel – Perspektiven für den Einzelhandel im Bezirk Frankfurt am Main“ hat ergeben: Die rund 10.000 Einzelhandelsunternehmen der Stadt erzielen gegenwärtig bereits rund die Hälfte ihrer Umsätze mit der Generation 50plus. IHK-Vizepräsident Horst-Günter Döll sagte: „In den nächsten 20 Jahren werden aufgrund der sich verändernden Altersstruktur in Deutschland mehr als 50.000 Käufer hinzukommen, die dann älter als 65 Jahre alt sind.“ Das sieht laut Studie etwa ein Viertel der Einzelhändler als Chance für steigende Umsätze. Das klappt aber nur, wenn sie sich auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe einstellen.

„Allerdings hat unsere Umfrage gezeigt, dass sich mehr als jedes zweite Unternehmen noch nicht speziell auf ältere Käufer eingerichtet hat“, sagte Dr. Joachim Stoll, der Vorsitzende des IHK-Einzelhandelsausschusses. Besonders was das Personal angeht, sieht die Lage mau aus. Ältere Kunden wollen eine qualifizierte, intensive Beratung. „Schon jetzt beklagen mehr als die Hälfte der Einzelhändler in der Region, dass es für sie schwierig ist, offene Stellen zu besetzen“, erklärt IHK-Chefvolkswirt Dr. Ralf Geruschkat. Das ist nicht die einzige Hürde, der sich Einzelhändler künftig stellen müssen. Die IHK hat in der Studie verschiedene Marktfelder abgefragt: Lebens- und Kommunikationsmittel, Haushalts- und Unterhaltungsgeräte sowie den Bereich Freizeit, Bekleidung und Hobbys. Damit die Geschäfte für die Altersgruppe der über 65-Jährigen möglichst attraktiv werden, hat die IHK eine Checkliste ausgearbeitet.

- Der Eingang sollte keine Stolperstellen haben.
- Die ausreichend breite Tür sollte sich leicht öffnen lassen.
- Drinnen sind Sitzgelegenheiten für ältere Kunden angenehm, denn dort können sie sich kurz vor oder nach dem Einkauf ausruhen.
- Schilder mit großer Schrift erleichtern es den Kunden, sich besser im Laden zu orientieren, auch wenn sie nicht mehr so gut sehen können.
- Die Hintergrundmusik ist älteren Leuten oft zu laut und aufdringlich.
- Waren in Griffhöhe sind leichter zu erreichen.
- Umkleidekabinen sollten mindestens 1,2 Quadratmeter groß sein, damit man sich darin umdrehen kann und auch mit einer Gehhilfe oder mit einem Rollator bequem hinein- und wieder herauskommt. Auch eine Sitzgelegenheit und Haltegriffe sind hilfreich.
- Nach dem Bezahlen freuen sich Kunden über Service, zum Beispiel über jemanden, der beim Einpacken mithilft.
- Wer zusätzlich einen Fahrdienst anbietet oder die Waren gleich direkt nach Hause bringt, der kann sicher sein, dass die Kunden gerne wiederkommen und ihr Geld in diesem Laden ausgeben.

Die Kriterien entsprechen in etwa denen, die das Sozialdezernat und der Seniorenbeirat für Broschüren über die „Seniorengerechten Geschäfte” zugrunde gelegt haben. Wie berichtet, liegen diese Stadtteilinformationen mit zusätzlichen Hilfsangeboten wie Hol- und Bringdiensten in den Sozialrathäusern kostenfrei aus.

Nicole Galliwoda

Anzeige

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

Versorgungshaus & Wiesenhüttenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts

Wohnen und Leben im Wiesenhüttenstift ist einfach angenehm!

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

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

Zertifiziert nach IQD

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

Keine Angst vor helfender Technik

Kühlschränke, die zum Einkauf ermahnen, dürften nur Fans technologischer Spielereien begeistern. Während der Morgenakademie „Das schlaue Haus – Wohnen und Technik 2030“ lernten die Besucher auch sinnvolle Assistenzsysteme kennen. Wie Birgid Eberhardt vom Verband der Elektrotechnik Elektronik Informationstechnik (VDE) vor Augen führte, können gerade ältere oder pflegebedürftige Menschen von technischen Errungenschaften enorm profitieren. Bodenbeläge etwa, die Notrufe versenden, wenn sie Stürze oder ausbleibende Aktivitäten verzeichnen, oder Roboter, die an einzunehmende Medikamente erinnern, lassen für die Gerontologin die Wohnung zum „dritten Gesundheitsstandort“ werden. Das schlaue Haus decke von der Entlastung über Prävention bis zu „technisch unterstützter Rehabilitation oder Palliativversorgung“ eine breite Palette an Hilfeleistungen ab. Zu Eberhardts Bedauern beschränken sich die „technischen Standards im Haushalt noch oft auf Waschmaschine und Mixer“. Dabei bediene sich jeder Autofahrer längst ausgefeilter Technologien, registriere die Statistik in Wohnungen „ein Drittel mehr Unfälle als im Straßenverkehr“.

Bei der gemeinsam von Evangelischer Stadtakademie Römer 9, Universität des 3. Lebensalters und dem Amt für Gesundheit organisierten Morgenakademie bezeichnete es der Frankfurter Psychologieprofessor Frank Oswald daher als „Luxus, sich von Technik fernzuhalten“. Seinen Forschungen zufolge besitzt die

Mein Helfer, der Roboter
Foto: Evangelische Stadtakademie Römer 9

„Mehrheit der Senioren eine extrem starke Bindung an die Wohnung“. Da neben der Furcht vor Demenz ihre „größte Angst darin besteht, die eigenen vier Wände verlassen zu müssen“, käme ihnen intelligente Assistenz sehr entgegen. Selbst wenn keine Skepsis besteht, scheitere deren Einsatz häufig an der Frage, „zu welchem Zeitpunkt man beispielsweise automatische Frühwarnsysteme anschaffen soll“. Oswalds Erfahrung nach folgen hier viele dem Motto des 95-Jährigen, der sagt: „Das mache ich, wenn ich alt bin“. Um Senioren den für sie erwachsenden Nutzen zu vermitteln, wünschte sich Oswald Mediatoren. Auf Vorbehalte gegenüber Ambient Assisted Living – kurz AAL – stößt Fachhochschulprofessorin Barbara Klein allerdings auch bei Studenten. So würden die Erstsemester in der Regel ablehnend auf die Roboterrobbe Paro reagieren. Sobald sie aber das sich bewegende und Töne erzeugende Tier in der Praxis erlebten, sei „bei ihnen wie ein Schalter umgekippt“. Die mit emotionaler Robotik befasste Soziologin beobachtete unter anderem, wie ein Patient durch die Robbe „nach zwei Jahren plötzlich wieder zu reden angefangen“ hat oder in einem anderen Fall „spastische Anfälle und permanentes Schreien“ endeten. Bei allen Erfolgen ist Klein freilich klar: „Paro ist ein Therapie-Instrument, das niemals eine betreuende Person ersetzen kann“.

Die technologische Seite des Wohnens bereitet der Frankfurter Umwelt- und Gesundheitsdezernentin Manuela Rottmann denn auch am wenigsten Kopfzerbrechen. Da „Technik nur in Verbindung mit Menschen funktioniert“, birgt für sie die Frage: „Wo habe ich meine sozialen Kontakte?“ die größte Herausforderung. Zumal durch den demografischen Wandel „nicht nur viel mehr ältere, sondern auch viel mehr alleinstehende Menschen“ zu erwarten seien. Hinzu komme der wachsende Bedarf an Wohnungen, der einen umso „gewaltigeren Spagat“ verlangte, als „keine Freiflächen geopfert werden sollen“. Die Dezernentin der Grünen ist überzeugt, dass angesichts der zunehmenden Verdichtung „individueller Wohnraum zugunsten des öffentlichen Raumes an Bedeutung verlieren wird“. Es sei „verrückt, heute noch Zweizimmerwohnungen mit 90 Quadratmetern Fläche zu bauen“. Jenseits aller Diskussionen um Stadtplanung und schlaue Häuser führt für Rottmann „kein Weg daran vorbei, unseren Lebensstil zu ändern“. Weniger verbrauchen heiße jedoch „nicht verzichten, sondern gewinnen“. *Doris Stickler*

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

Im Freien fit werden

Die neue Fitnessanlage im Niederräder Elli-Lucht-Park gehört zum festen Programmpunkt für die benachbarte Seniorenresidenz

Emmi Malkomes schaut sich erst genau an, wie der Oberkörper-Ergometer bedient werden muss.

Iris Schroll, die Leiterin der Alloheim Senioren-Residenz „Mainpark“, ist mit den Bewohnern zur Eröffnung des neuen Fitnessparcours im benachbarten Elli-Lucht-Park Mitte Dezember gegangen. Die Anlage liegt nur etwa 150 Meter von der Niederräder Seniorenresidenz entfernt. „Wir sind sehr, sehr froh, dass es jetzt diesen Fitnesspark gibt“, sagt Iris Schroll. Auch wenn es in den ersten drei Monaten des Jahres 2012 noch viel zu kalt war, um den Parcours auszuprobieren. „Die meisten der Geräte sind aus Metall“, sagt sie. Das Wetter sei um diese Zeit einfach zu schlecht gewesen, um dort Fitness zu betreiben.

Sanfte Übungen

Warm wird es einem bei den Übungen mit Sicherheit. An acht Geräten können die Betagten sanft trainieren, ohne dass sie sich bei übertriebenem Ehrgeiz verletzen können. In der Stadt gibt es mittlerweile vier Seniorenfitnessparks: die neue Anlage in Niederrad, eine im Huthpark, am Bornheimer Hang und im Volkspark Niddatal. Sie sind unterschiedlich groß und je nach Lage mit verschiedenen Geräten ausgestattet. Die neue Anlage mit acht Trainingsgeräten, Parkbänken und Grünflächen im Elli-Lucht-Park ist insgesamt 420 Quadratmeter groß. Für diese Outdoor-Sportanlagen wurden Geräte ausgewählt, die alle Bewegungsrichtungen ansprechen.

Das Training soll Geschicklichkeit, Beweglichkeit, Gleichgewicht fördern und die Muskeln kräftigen. Die Übungen an der frischen Luft bringen den Kreislauf in Schwung. Zum Beispiel an den beiden Cross-Trainern. Sie bewegen nahezu alle Muskeln vom Kopf bis zu den Schultern. Neben Ausdauer geht es hier insbesondere um Koordination und Beweglichkeit. Wer speziell die Schulterpartie trainieren will, ist am Oberkörper-Ergometer richtig. Er bewegt alle Muskeln an den Schultern.

Die Kraft in den Beinen trainiert der Beintrainer. Allerdings im Sitzen. Ähnlich wie beim Rudern geht es darum, sich mit den Beinen kräftig von einem Widerstand abzudrücken, dann werden die Beine im Wechsel wieder an den Körper herangezogen. Ein anderes Gerät fordert die Brustmuskulatur heraus. Ziel ist es, das eigene Gewicht mit zwei Hebeln von sich wegzudrücken.

Gleichgewicht

Ums Gleichgewicht dreht es sich auf der schwebenden Plattform. Seitlich davon befinden sich in Griffnähe zwei Holme. Sie bieten sicheren Halt, wenn es doch einmal zu wackelig wird. Während man auf der beweglichen Plattform balanciert, schwingt die Hüfte hin und her. Das trainiert auch die Beweglichkeit. Der Körpermitte widmet sich der Twister. Das ist ein Gerät mit einem Metallteller

Anzeige

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 es 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 beispielsweise 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.

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 56 Euro im Jahr beginnt.

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

Margot Haas am Brust-Muskel-Trainer Fotos (2): Oeser

und einem runden Sitz. Fasst man an die Griffe, dreht sich der Teller nach links und rechts. Das bewegt die gesamte Rumpfmuskulatur. Zum Abschluss kann jeder seine Muskeln an den Reckstangen und einer Sprossenwand dehnen.

Die Bewohner in der benachbarten Senioren-Residenz Mainpark laufen jetzt im Frühling regelmäßig zum Fitness-Park, ein Gehweg führt bequem direkt dorthin. „Unsere beiden Ergotherapeuten haben die Fitnessanlage fest in ihr Beschäftigungsprogramm eingeplant“, sagt die Leiterin Iris Schroll vom Mainpark. Für alle, die mit einem Rollstuhl oder mit einem Gehwagen unterwegs sind, könnte der Sandweg allerdings etwas beschwerlich werden, findet sie. Die 200 Quadratmeter Wegeflächen der gesamten Fitnessanlage und der Platz direkt an den Sportgeräten sind mit Guss-Elastikflächen versehen. „Das garantiert, dass die Trainierenden einen guten Stand haben“, erklärt der Architekt der Anlage, Jobst Seeger. Diese Bodenbeschaffenheit habe zudem eine dämpfende Wirkung auf die Gelenke.

Die Anlage im Elli-Lucht-Park ist mit den drei Straßenbahnlinien 12, 15 und 21 über die Haltestellen „Niederräder Landstraße“ oder „Blutspendedienst“ zu erreichen.

Anzeige

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

Für die Übungsleiterin beim TSV Berkersheim, Angelika Gilbert, ist so ein Fitnesspark in jedem Fall eine Reise wert. Sie organisiert zweimal im Jahr, im Frühjahr und Herbst, einen Ausflug mit einer Seniorengruppe. „Wir waren schon bei Hassia in Bad Vilbel und im Struwwelpetermuseum. Dieses Mal plane ich eine Tour zu einem der vier Freiluft-Fitness-Plätze in der Stadt.“

Begehrtes Ausflugsziel

Sie hat in der dritten Ausgabe 2011 der Senioren Zeitschrift den Bericht über die Fitnessanlage am Bornheimer Hang gelesen. „Das hat mir gut gefallen und wäre sicher etwas für meine Seniorengruppe“, sagt sie. Zu den Ausflügen kämen viele mit, die schon über 75 Jahre alt sind. Die älteste Teilnehmerin ist 87. „An den Geräten können auch Hochbetagte leichte Übungen machen.“ Das gefällt der Übungsleiterin.

Nicole Galliwoda

Anzeige

Senioren - Wohnanlage und Pflegeheim

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

Ein würdevolles Leben im Alter für Menschen jüdischen und christlichen Glaubens, das war 1920 der Wunsch des Stifterehepaares Henry und Emma Budge.

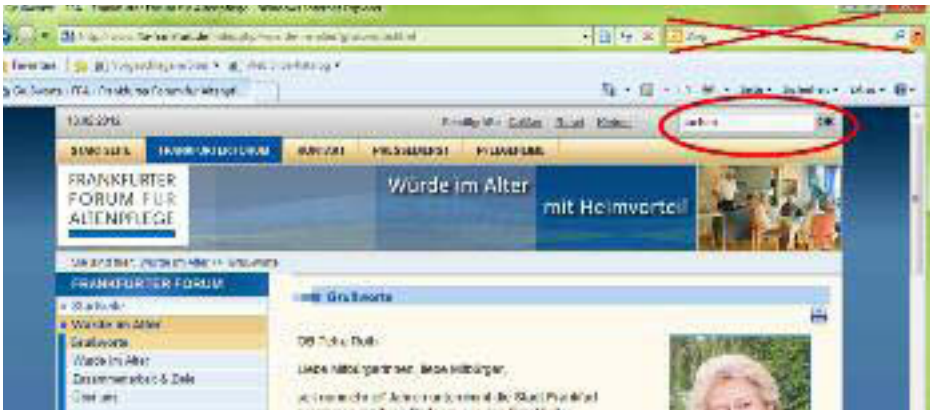
Stadtnah und dennoch im Grünen liegen die 2003 neu erbaute Wohnanlage mit über 170 Ein- und Zweizimmerwohnungen und das moderne Pflegeheim, das in sonnigen Ein- und Zweibettzimmern qualifizierte Pflege und Betreuung anbietet.

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Über die Möglichkeiten jüdischen Lebens in der Stiftung informiert Sie gern unser Rabbiner Andrew Steiman. Das Haus verfügt über eine eigene Synagoge und eine koschere Küche. Eine Kapelle bietet Raum für christliche Gottesdienste.

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

Mit einem Klick zur Antwort



So sieht die neue Homepage aus.

Mit seinem neuen Internetauftritt bietet das Frankfurter Forum für Altenpflege (FFA) mehr Informationen und Kundenservice. Aktuelle Pressedienste sind darin ebenso vorhanden wie das stationäre „Frankfurter Programm Würde im Alter“ oder das Ethikkomitee für stationäre Altenpflege.

Enkelin informiert sich für Oma

„Meine Oma ist seit dem Tod meines Opas nicht mehr richtig orientiert. Meine Mutter und ich, wir machen uns Gedanken, wie wir mit dieser Situation umgehen sollen.“ Die junge Frau will wissen, was gesetzliche Betreuung bedeutet. Mittels Homepage kann sie sich über die Betreuungsstelle im Rathaus für Senioren kundig machen sowie über die Betreuungsvereine. Beide beraten. Kontaktdaten und zuständige Personen sind angegeben.

Hilfen in neuer Lebenslage

Da die Großmutter noch keine Pflegeleistungen erhält, sagt die Enkelin: „Plötzlich ist man in einer Situation, auf die man gar nicht vorbereitet ist, kaum etwas darüber weiß.“ Auch hier gibt die Homepage Erläuterungen, führt Kontaktdaten an und berichtet, wo die Antragstellung auf Pflegeleistungen einzureichen ist, wie der alte Mensch in eine Pflegestufe eingruppiert wird und welche Leistungen in welcher Pflegestufe gezahlt werden. Dadurch erhalten Angehörige Perspektiven, die Ängste reduzieren können. Diese Informationen zeigen der Enkelin, welche Folgeschritte für die Pflegeorganisation der Großmutter eingeschlagen werden können.

Bevor Mutter und Tochter eine Beratungsstelle aufsuchen, wollen sie zunächst für sich klären, was sie wissen wollen und was sie von sich aus an Betreuung für die Großmutter leisten möchten. Erst dann geht’s in die Beratung, und im weiteren Schritt sollen Hilfen von außen organisiert werden.

Pflege: ambulant vor stationär

Da alte Menschen so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben wollen, sieht die Pflegeversicherungsreform des Jahres 2012 vor, pflegende Angehörige mehr zu unterstützen. Dies geschieht zum Beispiel durch Anhebung der Rentenbeiträge durch Pflegekassen für voll pflegende Angehörige oder die bessere Vereinbarkeit von Pflege und Beruf von Pflegenden im Beruf. Hier helfen auch die Beratungs- und Vermittlungsstellen in Frankfurt weiter. Zudem sollen ambulant betreute Wohngemeinschaften ausgebaut werden. Doch auch hierbei ist ein Umzug aus der eigenen Wohnung nötig; ein schwieriger Schritt für alle Beteiligten.

Tages- und Kurzzeitpflege

Für die Versorgung im angestammten Zuhause ist zum Beispiel die Tagespflege eine Alternative, um die Angehörigen bei der Pflege zu entlasten. Auch hier bietet der Internetauftritt eine Anzahl von Tagespflegeangeboten. Die neuste Tagespflegeeinrichtung Frankfurts befindet sich im Altenzentrum der Jüdischen Gemeinde in der Bornheimer Landwehr 79 b. Sie besteht seit August 2011 und bietet 13 Tagespflegegästen eine großzügige Küche, im Sommer eine Außenanlage, anregende Spiele, Gesang, Gedächtnistraining und mehr. Wollen pflegende Angehörige einmal Ferien machen oder werden sie krank, haben sie Anspruch auf Kurzzeit- oder Verhinderungspflegeleistungen der Pflegekassen. Bis zu je vier Wochen kann der Pflegebedürftige im Heim betreut werden. Wer mit der Suchfunktion nach Kurzzeitpflege forscht, sieht, dass fast alle Heime dafür Angebote haben.

Altenpflegeheim: Ultima Ratio

Pflegeheime halten vielfältige Angebote für individuelle Bedürfnisse vor. Das zeigen die 41 Heimprofile auf der Homepage. Pflegeheime sind die Kompetenzzentren für das Leben in allen Stadtteilen. Häufig sind sie die letzte Alternative, wenn die Pflege zu Hause nicht mehr geht. Heime nutzen professionell Methoden der Betreuung bei Demenz und verfügen über spezielles Wissen für viele Krankheitsbilder. Die Heimprofile zeigen unter anderem, wie viele Bewohnerplätze ein Haus bietet, was der Speiseplan vorsieht und wie es um seelsorgliche und ehrenamtliche Betreuung bestellt ist.

Das Sozialdezernat der Stadt Frankfurt unterstützte das neue Internetprojekt des FFA finanziell und beteiligte sich an der inhaltlichen Gestaltung in Kooperation mit dem Jugend- und Sozialamt. Darüber hinaus stellen sich 41 Pflegeheime mit ihren individuellen Angeboten dar, zusammen mit vielen weiteren Organisationen.

Das stationäre Altenhilfesystem wird überschaubar präsentiert. Die Suchfunktion ermöglicht, Fragebegriffe in das leere Suchfeld einzugeben, die nach einem Klick direkt zu den gewünschten Inhalten führen. Die Funktion befindet sich im Auftritt in der rechten oberen Ecke unter SUCHEN.

Beate Glinski-Krause

Die neue Homepage des Frankfurter Forums für Altenpflege (FFA), der Verbund der Altenpflegeheime, ist im Internet unter: www.FFA-Frankfurt.de zu erreichen. Sie trägt den Titel: „Würde im Alter mit Heimvorteil”.

Vom Sterben in der Fremde

Andere Kulturen kennen andere Begräbnisrituale

Es gibt eine Sache in unserem Leben, die wirklich unausweichlich ist. Egal, wie fit man ist, wie gesund man lebt, welche lebensbejahende Einstellung man hat – am Ende steht der Tod. Nur die Umstände sind unterschiedlich, das Ergebnis ist immer gleich. Leicht ist es in keinem Fall, auch nicht für die Hinterbliebenen. Besonders für Angehörige, deren Großeltern, Eltern, Onkel oder Tanten fern der Heimat gestorben sind, bringt das Probleme mit sich. Der Respekt vor den Altvorderen und deren Kultur verlangt die Einhaltung bestimmter Riten und Abläufe. Manchmal kollidieren diese aber mit den gesetzlichen Gegebenheiten und Gepflogenheiten in der neuen Heimat.

Der Humanistische Verband Berlin-Brandenburg ging diesen Fragen in einer gemeinsamen Fachtagung mit dem interkulturellen Hospiz Don Ban Ja in Berlin und der Friedrich-Ebert-Stiftung am 9. und 10. Februar nach. „Am Lebensende fern der Heimat – Tod und Sterben in einer Migrationsgesellschaft" lautete der anspruchsvolle Titel der Veranstaltung.

Das Fastenbrechen wird in Frankfurt ähnlich wie in der alten Heimat vieler Muslime gefeiert. Foto: Oeser

Die Sprache geht verloren

Mit Tod und Sterben umzugehen, fällt niemanden leicht. Wie mag es Menschen anderer Kulturen erst ergehen, die hier keine Wurzel haben? Wir leben in einer Zeit, in der die erste Einwandererergeneration in einem Alter ist, in dem man auch über diesen endgültigen Lebensabschnitt nachdenken muss. Demenz ist eine der Krankheiten, die sehr oft dem Sterben vorausgeht. Und bereits in dieser Phase gibt es große Unterschiede. So ziemlich das erste, was die dementen Patienten verlieren, ist ihre später erlernte Sprache. In relativ kurzer Zeit verlieren sie die Fähigkeit, sich auf Deutsch zu unterhalten. Sie verfallen in Sprachmuster, die sie aus der Kindheit kennen. Es ist eine Situation, als wenn sie plötzlich in einem fremden Land wären: Keiner versteht sie, alle Schilder sehen fremd aus, die ganze Situation überfordert den Menschen, der etwa nur noch seine dörfliche Idylle kennt, in der er als Kind aufgewachsen ist.

Wir müssen uns darauf einstellen, dass das Leben zu Ende geht. Dies ist in einer Kultur, die nicht die eigene ist oft schwer. In vielen Fällen muss sich – etwa in stationären Einrichtungen – das Pflegepersonal um diese letzten Momente kümmern. Da ist sehr viel Feingefühl und Wissen um die Sterberiten dieser Kulturen nötig. Im Islam ist es beispielsweise nicht üblich, dem Sterbenden die Wahrheit über seinen Zustand mitzuteilen. Über alle anderen Dinge aber muss er die Wahrheit erfahren, es ist die letzte Chance, alles Unerledigte in Ordnung zu bringen. Er soll nicht allein gelassen werden, es wird durchgehend das Glaubensbekenntnis gesprochen. Es sind die letzten Worte, die der Sterbende hören und wenn es möglich ist, auch sprechen wird. Er soll in Richtung Mekka und auf der rechten Seite liegen. Mit dieser Seite soll er zuerst ins Paradies eintauchen. Der Sterbende muss immer ausreichend zu trinken haben, der Weg ins Paradies ist lang. Kann er selbst nicht mehr trinken, sind ihm mindestens die Lippen zu benetzen.

Bestattung ohne Sarg?

Nach dem Sterben folgt für den Muslim ein dreiteiliges Todesritual. Er ist zu waschen, wobei strikt die Geschlechtertrennung einzuhalten ist, und in ein Totentuch einzubinden. Der Mund wird mit einer Binde geschlossen, Arme und Beine werden am Körper anliegend gebunden, sodass der Tote in gestreckter Form liegt. Innerhalb von 24 Stunden muss er bestattet werden, eine Feuerbestattung ist für Muslime verboten. Viele der Verstorbenen möchten in ihrer Heimat bestattet werden. Man kann sich vorstellen, dass das in solch einer kurzen Zeit mit Schwierigkeiten verbunden ist. Allein die nötigen Behördengänge können da schon eine Herausforderung sein. Soll die Bestattung in Deutschland erfolgen, gibt es weitere Probleme: Ein Muslim soll ohne Sarg nur im Totentuch und mit dem Gesicht nach Mekka begraben werden. Dem ersten steht die Sargpflicht und dem zweiten die Friedhofsordnung im Wege. Es gibt inzwischen Ausnahmen in einzelnen Bundesländern, auch spezielle Gräberfelder für Muslime, aber die sind nicht die Regel.

Die Berliner Tagung hat zwar auch keine endgültigen Rezepte präsentieren können, aber sie hat um Verständnis für diese Problematik geworben. Es bleibt im Interesse der in Deutschland lebenden Menschen aus den unterschiedlichen Kulturen zu hoffen, dass dieser Dialog fortgesetzt wird.

Siegurd Seifert

Service für Migranten

Reihe für ältere Senioren aus der Türkei informiert über Altenhilfe

Auf Exkursion mit Interessenten **Foto: HIWA**

An wen kann ich mich wenden, wenn ich im Alltag Hilfe brauche? Viele ältere Menschen wissen nicht, welche Angebote es von Einrichtungen der Altenhilfe in Frankfurt gibt. Speziell für Senioren aus der Türkei haben das Deutsche Rote Kreuz Bezirksverband Frankfurt und das Amt für multikulturelle Angelegenheiten deshalb vor zehn Jahren das Projekt „Älter werden in Frankfurt“ gestartet. Im Jubiläumsjahr 2012 sind die Themenschwerpunkte „Demenz und Bewegung“. Ein muttersprachliches Team führt die Veranstaltungen in türkischer Sprache durch.

Die Projektreihe begann bereits im Februar. Es wurde ein Film gezeigt, der die Situation älterer Migranten aufzeigt und eine erste Vorstellung über die Angebote der Altenhilfe in Frankfurt gibt. Interessenten können sich für weitere fünf Treffen anmelden. Am 18. April etwa geben Fachkräfte Auskunft über Kuren, Gesundheitsförderung und Prävention. Und am 2. Mai gibt es anlässlich des zehnjährigen Bestehens dieser Informationsreihe eine kleine Feier mit Diskussionsrunde zu dem Thema „Meine Ängste und meine Freude“. Die Veranstaltungen sind für die Teilnehmer kostenlos, die Gruppenstärke ist auf 15 Personen begrenzt.

Anmeldung und Kontakt: Yasemin Yazici-Muth, Beratungsstelle für ältere Migrantinnen und Migranten-HIWA, Gutleutstraße 17, 60329 Frankfurt, Telefon 0 69 / 23 40 92, Fax 0 69 / 24 27 92 66, E-Mail: HIWA@drkfrankfurt.de *gal*

Kurzinformationen

Gemeinsam reisen

Der neue Reiseprospekt der Johanniter für betreute Senioren- und Behindertenreisen ist erschienen. Mit ihrem Reiseangebot wenden sich die Johanniter speziell an all jene, die aus Altersgründen oder aufgrund einer Behinderung oder Krankheit nicht mehr alleine verreisen wollen oder können oder sich einfach gerne in einer netten Reisegruppe gut betreut wissen wollen. Mehrere Betreuer der Johanniter sind bei jeder Reise dabei und begleiten und betreuen die Reisegäste nach ihren individuellen Wünschen und Bedürfnissen. Die Rund-um-die-Uhr-Betreuung umfasst dabei die Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen bis hin zur pflegerischen Unterstützung.

Die Johanniter haben in diesem Jahr drei Reiseziele im Angebot. Das Reiseprogramm startet am 25. April traditionell mit einer 14-tägigen betreuten Reise in das beschauliche Bad Bocklet in der bayerischen Rhön, wo genau zu dieser Zeit die Quellentage stattfinden. Es folgt die Sommerreise nach Bad Salzschlirf vom 4. bis zum 18. Juli. Und vom 4. bis zum 18. September geht es in das mittelalterliche Städtchen Bad Waldsee ins familiengeführte Hotel Sonnenhof mit hauseigenem Hallenbad.

Weitere Informationen über das Reiseangebot gibt es im Internet unter www.johanniter.de/rhein-main oder direkt bei den Johannitern in Frankfurt unter der Telefonnummer 069/366 006-600 oder per E-Mail: claudia.antes@juh-hrs.de *red*

Wo gibt es in Frankfurt Häuser, die leer stehen?

Leer stehender Wohnraum in Frankfurt kann auf der Internetseite www.leerstandsmelder.de gemeldet, aber auch abgerufen werden. Das Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen hat zusammen mit dem Hamburger Verein Gängeviertel diese Möglichkeit geschaffen, damit Initiativen, die in Frankfurt ein Wohnprojekt planen, nach entsprechenden Immobilien suchen können. Um Leerstände, die man etwa in der Nachbarschaft entdeckt, einzutragen, muss man sich auf der Seite anmelden. Aktuelle Leerstände können mit Hilfe einer Suchfunktion gefunden werden. Eine genaue Erklärung zur Anmeldung findet sich unten rechts auf der Seite unter „So geht’s“. *red*

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

Die zur Gesundheit lotst

Interkultureller Treff versorgt Migrantinnen mit Informationen und Hilfe

„Gesundheitslotsin im Auftrag des Gesundheitsamts“ nennt sich Ümmügül Bükin. Wenn sie freitags zwischen 10 und 12 Uhr in einem Büro im Kleinen Zentrum in der Nordweststadt ihre Sprechstunde für Migranten hat, dann dreht es sich längst nicht nur um Übersetzungen, die Krankheitsbilder dem meist nicht deutschsprachigen Laienpublikum verständlich machen sollen. Es geht vielmehr um die Umsetzung eines ganzheitlichen Gesundheitsbegriffs, der insbesondere für Migrantinnen relevant ist.

„Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern bedeutet vielmehr körperliches, geistiges, psychisches und soziales Wohlbefinden“, definiert die Weltgesundheitsorganisation (WHO), eine Unterorganisation der Vereinten Nationen. Dieser umfassende Gesundheitsbegriff beinhaltet also auch das soziale Wohlbefinden, und hier sind vor allem türkische Frauen betroffen. Sie haben meist wesentlich schlechtere Sprachkenntnisse als ihre im Beruf stehenden Männer, die auch – ebenfalls durch zahlreiche berufliche Kontakte – besser in der Gesellschaft vernetzt sind. Vereinsamung, Isolation, Überforderung sind häufig Ursachen für dann auch psychische oder körperliche Krankheiten.

Die Türkin Ümmügül Bükin kann mit den Frauen in ihrer Muttersprache sprechen und auch ein Gespräch unter Frauen führen. Themen wie sexuelle Gesundheit sind eben erst in dieser Umgebung gut möglich. Neben zweimonatlichen offenen Veranstaltungen, die die Gesundheitslotsin zu unterschiedlichen Themen organisiert, steht sie in ihrer wöchentlichen Sprechstunde persönlich im Gespräch Rede und Antwort. Themen sind hier häufig Ernährung und Sport, seelische Gesundheit, Mundgesundheit, Alkoholkonsum, Tabakkonsum, das deutsche Gesundheitssystem, Kindergesundheit, übertragbare Krankheiten, Schwangerschaft, Sexualität.

Oft sind es auch nur Verweise, die die über zwei Jahre ausgebildete Gesundheitsmediatorin gibt: Je nach Problem verweist sie auf Jugendberatungsstellen oder auf Schulen, die Deutschkurse anbieten, oder andere Beratungsstellen wie beispielsweise Selbsthilfegruppen oder Pro Familia, die zur Unterstützung in der jeweiligen Gemengelage der meist weiblichen Klientinnen taugen.

Ein Verweis auf eine Selbsthilfegruppe „Migräne“ wirkt häufig Wunder, denn automatisch ist neben der „heilenden“ Wirkung der Tatsache, mit dem Schmerz-Problem nicht allein zu sein, auch eine weitere Barriere gefallen: die Isolation, aus der sie heraustreten.

Margit Schmalhofer, die Leiterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle und der Servicestelle Bürger-Beteiligung, unter deren Obhut der Interkulturelle Gesundheitstreff läuft, hat sich gerade die Nordweststadt für den Start des Projekts ausgeguckt, das künftig in weitere Stadtteile exportiert werden könnte: „Hier haben wir eine gute Infrastruktur durch das kommunale Gesundheitsnetzwerk Nordweststadt. Durch die Vernetzung von Sportvereinen und anderen Gruppen haben wir schnell und lokal Ansprechpartner vor Ort, wohin sich die Klienten wenden können“, sagt sie. Außerdem sei der Seniorenanteil in der Nordweststadt mit 57 Prozent deutlich höher als in der übrigen Stadt, wo er bei 36,6 Prozent liege (beide Zahlen aus dem Jahr 2008), erläutert Schmalhofer die Gegebenheiten in dem Stadtteil.

Ümmügül Bükin berät die Frauen in ihrer türkischen Muttersprache.
Foto: Oeser

Der Interkulturelle Gesundheitstreff mit Ümmügül Bükin ist jeden Freitag zwischen 10 und 12 Uhr im Nachbarschaftsbüro Nordweststadt im Kleinen Zentrum in der Thomas-Mann-Straße 6b. Kontakt ist auch möglich unter der Telefonnummer 069/20 32 59 68 oder per E-Mail: info@gesundheit-nordweststadt.de *Felix Holland*

Anzeige

JULEMA

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

Stundenweise qualifizierte Seniorenbetreuung zu Hause, Beratung und Begleitung.

Bei Demenz Kostenübernahme durch Pflegekasse möglich!

Homburger Landstraße 82 · 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/74731-552 · Mobil 0179/9465919
www.julema.de

Was – wann – wo?

Frankfurt bei Nacht: Was bietet es während der **Luminale** (15.–20. April) doch für einen gesteigerten Anblick! Längst hat sich das Begleitprogramm zur Messe „Light+Building“ zum Stadtereignis im Zweijahrestakt gemausert. 2010 waren 140.000 Besucher unterwegs, um in der Metropol-Region, vor allem aber Frankfurt selbst, das Neueste an Lichtdesign und Lichtkunst zu bestaunen. Gleich tags darauf, am 21. April, folgt schon die **Nacht der Museen**, über die alles gesagt ist: Über 40 Museen und viele Galerien in Frankfurt und der Nachbarstadt Offenbach locken von 19 Uhr an zu Ausstellungen und vielem mehr. Am 28. April laden die **Römerberggespräche** ins Schauspielhaus. Im Mai begehen das **Grüne-Soße-Festival** am Roßmarkt (5.–12. Mai) und der **Wäldchestag** im Stadtwald (26.–29. Mai) den Frühling. Das **Rosenfest** (7.–10. Juni) und sein Höhepunkt, das **Lichterfest** (9. Juni), zelebrieren die Natur und Gartenkultur im Palmengarten, wo es auch um „Kunst im Garten“ geht (7. Mai bis 30. Oktober). Spätestens das musikulinarische **Opernplatzfest** vor der Alten Oper (20.–29. Juni) und die **Parade der Kulturen** am Römer und in der Innenstadt (23. Juni) läuten den Sommer ein: hoffentlich.

Damit etwas kommt, muss etwas gehen. Das betrifft auch den Wandel der Kulturszene. Denkt man an Frankfurts **Künstlerhaus Mousonturm** und dessen langen Umbau, strahlt nach einem Radiotag (1. April) und neben Konzerten das Tanzfest Rhein-Main (12. Mai) erste neue Lebenszeichen aus. Das Kunst- und Musikfestival „Lüften“ (22.–24. Juni) geht dann schon ins Große, vorerst noch auf dem Areal der Jahrhunderthalle. Alles verpuppt: Umso gespannter ist man auf den Schmetterling, der mit Umbau-Ende im August schlüpfen soll. Weiter und „durch“ ist hingegen das **Städelsche Kunstinstitut**, das aus allen Nähten zu platzen drohte. Um mehr Fläche zu erhalten, initiierte Direktor Max Hollein große Sanierungs- und Erweiterungsbauten, die zugleich der Generalsanierung und technischen Erneuerung, der Bestandsaufnahme und Restaurierungen diente. Die Kosten, 52 Millionen Euro, flossen je zur Hälfte aus öffentlichen Geldern und von Mäzenen vom Bürger bis zur Stiftung. In drei Stufen vom Herbst 2011 an haben endlich wieder alle Räume und Flügel geöffnet. Erst war der Gartenflügel mit der Sammlung der Moderne (18. und 19. Jahrhundert) nebst Museumsshop, Buchhandlung und Café dran. Im Dezember folgte der Mainflügel des Altbaus mit den Alten Meistern, deren Neuhängung beidseits der Hauptachse hier die deutschen, holländischen und flämischen, dort die romanischen Schulen vorweist. Zuletzt dann, Ende Februar, der unterirdische Erweiterungsbau der Kunst nach 1945. Alle Räume sind nun barrierefrei. Neue Ausstellungen präsentiert ab Mai auch das **Historische Museum**: zur „Stauferzeit“ im Keller des staufischen Saalhofs sowie zu „Rententurm und Mainpanorama”. Die neue Dauerausstellung „Frankfurter Sammler und Stifter” wird im August gelüftet.

Städel-Baustelle 30. August 2011
Foto: Norbert Miguletz © Städel Museum, Frankfurt am Main

Ausstellungen sind eine Stärke dieses Frankfurter Frühlings. Wenn der „Kulturfonds Frankfurt RheinMain“ als Initiator aktiv wird, ist meist mit durchdachten und erkenntnisträchtigen Großprojekten zu rechnen, so bei **RAY Fotografieprojekte Frankfurt/Rhein-Main**, die auf Wiederholung angelegt sind (20. April bis 8. Juli). Neun Institutionen der Region machen mit. Im Zentrum steht die Hauptausstellung „Making History“ im **Frankfurter Kunstverein**, dem **Museum für Moderne Kunst**, dem **MMK Zollamt** und an zwei Orten im öffentlichen Raum (20. April bis 8. Juli). Ihr Thema sind subjektive Historienbilder: 40 Künstler reflektieren und inszenieren je auf ihre Weise die Realität historischer Bilder und Ereignisse. Eine wichtige Ausstellung teilen sich je nach Fachgebiet auch die **Schirn** und das **Skulpturenmuseum Liebieghaus**: „Jeff Koons. The Painter & The Sculptor“ (21. Juni bis 23. September). Wie wegweisend der US-Künstler mit seiner Mixtur aus Hoch- und Popkultur, Monumentalität und Hyperrealität ist, zeigt eine kitschige Gold-Fayence für Neureiche wie „Michael Jackson and Bubbles“. Das **Archäologische Museum** stellt über „Griechen, Etrusker und Römer“ aus (19. Mai bis 9. September), das **Museum Judengasse** weckt Neugier mit „Gegen den Strom – Solidarität und Hilfe für verfolgte Juden in der NS-Zeit“ (9. Mai bis 14. Oktober). Das **Museum für Kommunikation** beleuchtet „50 Jahre Bundesliga“ (4. Mai bis 29. Juli), das **Caricatura-Museum** stellt den Illustrator Nikolaus Heidelbach vor (29. März bis 29. Juli).

Brandt und Breschnew
Foto: Barara Klemm/Ray 2012

In Sachen **Theater** zählen zunächst die Premieren am **Schauspielhaus**, etwa Michael Thalheimers „Medea“-Regie (14. April) und Nis-Momme Stockmanns neues Stück „Der Freund krank“ (27. April). Im gleichen Gebäude, aber in der **Oper Frankfurt** laufen Janáceks „Die Sache Makropoulos“ (8. April), Wagners „Ring des Nibelungen“ (Zyklus 1: 2. Juni, Zyklus 2: 22. Juni) und Strawinskys „The Rake’s Progress” (20. Mai) an. Das **Frankfurter Autoren Theater** in der „Brotfabrik“ spielt ab Mai Wolfgang Spielvogels von ihm inszeniertes Stück „Zwei gegen den Rest der Welt: Petra Kelly und Gert Bastian“ mit der stets sehenswerten Barbara Englert. Auch inszeniert Adrian Scherschel hier „6 aus 49“ mit Nenad Smigoc (15., 21., 22. April). „Das Mädchen am Ende der Straße“ (ab 24. Mai) heißt die neue Premiere des **Fritz-Rémond-Theaters im Zoo**, „La Cage aux Folles“ (9. Juni) die im **Volkstheater Frankfurt**. Die Programme an der Alten Oper, aber auch am **Stalburg-Theater** sind infolge kurzer Laufzeiten so vielfältig, dass nur allgemein darauf verwiesen sei. In die **Alte Oper** kommen etwa Max Raabe, Götz Alsmann, Peter Kraus, Paolo Conte, Anne-Sophie Mutter, Bobby McFerrin & Chick Corea und zum Saisonschluss „The Ballet Revolución Company” (26. Juni bis 1. Juli). Auf Abende vom gegrillten Gatten bis „Alpenglühn und Stützstrümpfe“ (16. April) und „Mamma, Mafia, Musica“ (mit Frank Wolff, 24. April) freut man sich in der **Stalburg**.

Tränen an der Loreley

Wie aus einer Japanerin eine überzeugte Deutsche wurde

Mimi Hayashi Venus Foto: Oeser

„Einmal nach Neuschwanstein“ war der heiße Wunsch der jungen Japanerin Mimi Hayashi. In einem Café im heimischen Sapporo hatte sie ein Bild davon auf einem Wandposter entdeckt und spontan gedacht: „Das muss ich sehen.“ Denn wie vielen ihrer Landsleute erschien ihr das Märchenschloss des Bayernkönigs Ludwig II. wie die Verkörperung eines schönen und romantischen Deutschland.

Heidelberg und Loreley

Es blieb nicht beim Traum. Eines Tages im Jahr 1972 brach Mimi Hayashi, damals Lehrerin an einer Mädchenschule, zu einer Rundreise nach Europa auf. „Vier Monate lang, allein, nur mit Rucksack.“ Ganz schön mutig! Alles stand auf dem Programm. Neuschwanstein natürlich, „ach, das war ganz toll“. Heidelberg selbstverständlich ebenfalls und die obligate Rheinfahrt samt der Loreley. Und als dann das Lied „Ich weiß nicht, was soll es bedeuten“ erklang, „da ging mir das Herz auf, und die Tränen flossen“.

Romantische Männer

Auch nach Frankfurt führte der Weg damals schon. Hier begegnete sie in der Jugendherberge einer anderen Japanerin, die sie vor der geplanten Weiterreise nach Italien warnte, dort seien „die Männer so gefährlich“. Dann eben nach Holland. Dort nahm das Schicksal aber einen anderen Verlauf, denn hier lernte sie in der Jugendherberge einen jungen Belgier kennen – und lieben. „In Europa sind die Männer ganz anders als in Japan“, fand sie nach den Erfahrungen mit ihrem Freund daheim, der immer „alles ordentlich und wie geplant“ erledigen wollte. „Erst ein paar Jahre fleißig arbeiten, dann ein Haus und später vielleicht Kinder.“ Ein Mann aus Europa dagegen, „da gibt’s Händchenhalten und Romantik“. Was alsbald zur Ehe führte, und aus Mimi Hayashi wurde Mimi Hayashi-Venus mit japanischer und belgischer Staatsangehörigkeit.

Scheidung und Neuanfang

Es folgten Jahre mit Umzügen in verschiedene Städte und mit mehreren Arbeitsstellen. Ende der 80er schließlich landete sie in Frankfurt, nahm einen Job am Flughafen an und – wie das Schicksal so spielt – bahnte sich das Ende der einstmals so romantischen Beziehung an, es kam zur Scheidung.

Liebe zur Kunst

Inzwischen hat Mimi Hayashi-Venus rund zwei Jahrzehnte am Main hinter sich. Und aus dem einstigen Sehnsuchtsland ist längst ein Heimatland geworden. Vor allem seit im Vorjahr ihrem Antrag auf Einbürgerung stattgegeben wurde. „Nun bin ich Deutsche“, sagt sie stolz, „mit Japan verbindet mich nichts mehr“, obgleich dort noch ihre 92-jährige Mutter und ein Bruder leben. Nun fühlt sie sich wohl in ihrer Westend-Wohnung und mit ihrem Lebensgefährten.

„Nun bin ich Deutsche”

Nachdem sie mitlerweile in Frührente gegangen ist, kann sie sich auch endlich ihrer alten Leidenschaft widmen. Eigentlich hatte sie nämlich Kunst studieren wollen, doch der Vater war dagegen. Mit Begeisterung betreibt sie jetzt ein Fernstudium „Freie Malerei“ mit Aquarellen und Gouachen, und an den Wänden ringsum prangen die Beweise ihres Fleißes in Form von Rosen-, Orchideen- und Seerosenbildern. Ein überzeugendes Beispiel von Integration. „Mein Herz gehört Deutschland“, beteuert die einstige Japanerin beim Hinausgehen noch einmal. Als hätte es eines Beweises bedurft, entdeckt man auf dem Balkon eine kleine deutsche Fahne. „Die habe ich dahin gesteckt“, betont sie. Man glaubt es ohne Weiteres.

Lore Kämper

Anzeige

Wo Worte leben

Im Bad Hersfelder „Wortreich" dreht sich alles um Sprache

Die im vergangenen Oktober eröffnete Mitmachausstellung ist die einzige in Deutschland, die einen geisteswissenschaftlichen Hintergrund hat. An 90 Stationen erfährt der Besucher, dass Sprache mehr ist als nur Worte.

Dabei haben die Ausstellungsentwickler von der Petri & Tiemann GmbH aus Bremen viel Wert darauf gelegt, die Ausstellung zielgruppenübergreifend zu konzipieren. Es ist also für alle Altersgruppen etwas dabei.

Ein Leben mit Konrad

Man betritt die Ausstellung durch ein großes Buch und erlebt in elf Kapiteln das Leben der Fantasiegestalt Konrad. „Weil man mit dieser Figur älter wird, steigt der Anspruch der Exponate. Und der Blickwinkel ändert sich auch", erklärt Annette Hannappel, die beim Wortreich für das Marketing zuständig ist. Sie fährt fort: „Mit Konrad können sich deshalb nicht nur Kinder identifizieren." Auf Konrads Lebensweg erfährt man das weite Feld der Kommunikation: vom Sprechen übers Musizieren und Singen zum Lauschen und Gestikulieren. Die Mitmachstationen halten jede Menge Überraschungen bereit und bieten einiges, was bestimmt jeder schon mal ausprobieren wollte. Annette Hannappel hat beobachtet, dass die älteren Besucher gern die Theaterbühne nutzen. Auch das Volkslieder-Karaoke komme gut an. „Die Jüngeren kennen die Lieder teilweise gar nicht mehr", sagt sie. Beliebt sei auch die Dialektkarte. Aus einem Lautsprecher hört man einen Dialekt und muss ihn seiner Region zuordnen, indem man auf einer großen Karte auf dem Fußboden an die richtige Stelle geht.

In Dudens Tradition

Es ist kein Zufall, dass diese Ausstellung in Bad Hersfeld entstanden ist. Der regionale Bezug zum Themenbereich Sprache und Kommunikation ist nicht nur durch die Bad Hersfelder Festspiele und die Grimm-Heimat Nordhessen gegeben. Auch historisch hat Bad Hersfeld eine Tradition auf dem Gebiet: Konrad Duden als Vater der einheitlichen Rechtschreibung und Konrad Zuse als Erfinder des Computers, also moderner Kommunikationstechnik, haben hier gewirkt. Dennoch ist die Ausstellung keinesfalls eine historische Darstellung Dudens und Zuses. Sie beschäftigt sich mit dem Erbe der beiden Persönlichkeiten. Spaß steht im Mittelpunkt. Und die Besucher erleben unterschiedliche Zugänge zu den Themen. Mitmachausstellungen gab es bisher nur im naturwissenschaftlichen Bereich. Frank Müller-Wagner von der Petri & Tiemann GmbH erzählt: „Umso glücklicher waren die Kultur- und Literaturwissenschaftler und die Pädagogen in unserem Team, sich auf dieses Thema zu stürzen und hier aus dem Vollen schöpfen zu können." Die Ausstellungsentwickler kooperierten mit Spezialisten aus universitären Forschungsinstituten. Etwa die Hälfte der Exponate wurde speziell für das Wortreich entwickelt.

Es macht Spaß, sich mit Worten zu beschäftigen.

Foto: Wortreich in Bad Hersfeld gGmbH

Mitgedacht

Das Wortreich ist barrierefrei, alle öffentlichen Bereiche sind für alle zugänglich. Die meisten Exponate sind auch für alle zu bedienen. Bei Partnerexponaten hilft das Personal einzelnen Besuchern gern, sie auszuprobieren. Menschen mit Behinderungen können sich vorab informieren, welche Stationen für sie geeignet sind. Und noch ein Vorteil für Senioren: Die Familienkarte gilt nicht nur für Eltern mit Kindern, sondern auch für Großeltern mit Enkeln.

Claudia Šabić

Wortreich, Benno-Schilde-Platz 1, 36251 Bad Hersfeld, Telefon 0 66 21/79 48 90, E-Mail: info@wortreich-badhersfeld.de, www.wortreich-badhersfeld.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9 bis 18 Uhr, Wochenende und Feiertage 10 bis 19 Uhr, Eintritt: 9,50, ermäßigt 6,50 Euro, Familienkarte 28 Euro für zwei Erwachsene mit Kindern / Enkeln.
Anfahrt: Parkhaus Schilde-Park neben dem Wortreich, vom Bahnhof aus in zirka 700 Metern zu Fuß zu erreichen.

Streiterin für den Frieden

Elisabeth Norgall zum 125. Geburtstag

Die Kriege hatten sehr viel in meinem Leben zerstört, aber der Mut zum Aufbau war mir geblieben, und so setzte ich mich für die internationale Verständigungsarbeit ein." Mit diesen Worten kommentierte Elisabeth Norgall 1962 ihren unermüdlichen Einsatz für Frieden und internationale Zusammenarbeit. Die Erfahrungen aus zwei Weltkriegen hatten aus ihr eine Kämpferin für den Weltfrieden gemacht. Offenheit gegenüber Fremden hatte die am 10. März 1887 geborene Pfarrerstochter allerdings schon als Kind gelernt, denn ihre Eltern pflegten vielfältige Kontakte ins Ausland. Nach dem Volksschulabschluss schickten sie Elisabeth zur Ausbildung nach Oxford, wo sie die High School und später das St. Anne's College besuchte. Anschließend lernte die sprachbegabte junge Frau in Lausanne Französisch und studierte an der Sorbonne in Paris – eine außergewöhnliche Ausbildung für eine Frau im frühen 20. Jahrhundert.

Nach Deutschland zurückgekehrt, entschied sich Elisabeth Norgall für den Lehrerinnenberuf. Ostern 1909 trat sie an der Schillerschule in Frankfurt als Oberschullehrerin ihre erste Stelle an. Von 1930 an arbeitete sie am Ziehengymnasium, wo sie 1935 zur Studienrätin ernannt wurde. Ehemalige Schülerinnen beschrieben sie als anspruchsvolle Lehrerin, die es verstand, junge Menschen zu begeistern. Über den Unterricht hinaus förderte sie intensiv das schulische Gemeinschaftsleben, organisierte Exkursionen, Landheim- und Auslandsfahrten mit Schülern und Kollegen. Ihre internationalen Kontakte, aber auch ihre religiös-humanistische Erziehung, bewahrten Elisabeth Norgall davor, sich für den Nationalsozialismus zu begeistern.

Nach dem Zweiten Weltkrieg stritt Elisabeth Norgall in Vorträgen und Diskussionen für eine Reform der Vereinten Nationen und für die Weltbürgerbewegung. Im Sinne eines demokratischen Aufbaus der Bundesrepublik machte sie sich für eine Schulreform und den koedukativen Unterricht stark. Eine wichtige Aufgabe der Schule sah

Elisabeth Norgall
Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main.
Die Abdruckgenehmigung haben wir freundlicherweise von den Nachfahren des Fotografen sowie vom International Women's Club Frankfurt erhalten.

sie darin, Kinder und Jugendliche zu gegenseitigem Verständnis und zum Respekt vor den Eigenheiten und Leistungen anderer zu erziehen. Elisabeth Norgall wollte die Empathie der jungen Menschen stärken, um sie zu befähigen, am Aufbau einer toleranten und friedfertigen deutschen Gesellschaft und einer vereinigten Welt mitzuwirken. Mit ihrem Eintreten für die Gleichberechtigung der Frau verfolgte sie dasselbe Ziel. Die Stärkung des Einflusses von Frauen in Politik und Wirtschaft, so ihre Überzeugung, würde die Bedürfnisse der Menschen mehr in den Mittelpunkt stellen, die Kultur und den Friedenswillen stärken.

Elisabeth Norgall wurde nach dem Zweiten Weltkrieg in vielen internationalen Organisationen aktiv. So trat sie 1949 u. a. der deutsch-amerikanischen Freundschaftsorganisation „Steuben-Schurz Gesellschaft" bei, deren Frauenabteilung sie 1953 gründete. In ihrem Haus in der Frankfurter Schwagerstraße traf sie sich ab 1945 mit amerikanischen und deutschen Frauen zu Gesprächsrunden. Daraus entstand 1946 der International Women's Club of Frankfurt. Der Verein pflegt bis heute internationale Freundschaften und den kulturellen Austausch. Darüber hinaus zeichnet ihn ein breites soziales Engagement aus. Die Erinnerung an seine Gründerin bewahrt der International Women's Club mit der jährlichen Verleihung des „Elisabeth-Norgall-Preises" an eine Frau, die sich um die Belange von Frauen und Kindern in besonderer Weise verdient gemacht hat.

Elisabeth Norgall wurde in den USA und in der Bundesrepublik vielfach geehrt. In Deutschland erhielt sie u. a. das Bundesverdienstkreuz und die Ehrenplakette der Stadt Frankfurt. Am 31. August 1981 starb Elisabeth Norgall mit 94 Jahren. Ihr Grab befindet sich auf dem Frankfurter Hauptfriedhof.

Dr. Heidi Fogel

Anzeigen

Seit 1989
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
Rudolf Maier
Büro: Kaiserstraße 39 • 60329 Frankfurt
Tel. 069/23 37 77 • Handy 0171/8 39 80 69
Mail: rudolf.maier.ffm@t-online.de
Fax 069/23 92 85

Lungenentzündung – eine unterschätzte Gefahr

Ein kleiner Piks und die Impfung ist vorbei.

Vor vier Wochen kam Herr B. aus Frankfurt, 63 Jahre, ins Krankenhaus. Er hatte eine Erkältung mit Ohrenschmerzen verschleppt und bekam plötzlich über Nacht hohes Fieber und Luftnot. Der am frühen Morgen verständigte Notarzt ließ ihn gleich ins Krankenhaus einweisen. Dort wurde eine ausgedehnte Lungenentzündung festgestellt. Bis dahin war er immer gesund gewesen.

Als es ihm nach drei Wochen intensiver Antibiotikabehandlung endlich besser ging, teilte ihm der behandelnde Arzt mit, dass bei ihm Pneumokokken nachgewiesen wurden. „Da haben Sie aber Glück gehabt“, meinte der Doktor. In Deutschland sterben nämlich jedes Jahr 10.000 bis 12.000 Menschen, überwiegend Senioren, an einer Pneumokokken-Infektion.

Pneumokokken sind Bakterien, die weltweit vorkommen. Viele Menschen tragen diese Bakterien auf der Nasen- und Rachenschleimhaut, ohne selbst krank zu werden. Diese sogenannten gesunden Träger können die Erreger beim Husten oder Niesen und sogar schon beim Sprechen weitergeben. Man spricht dann von einer Tröpfcheninfektion. Nach einigen Tagen kann sich eine eitrige Mittelohrentzündung, eine Lungenentzündung oder gar eine Hirnhautentzündung entwickeln.

Aber es gibt die Möglichkeit, sich zu schützen, und zwar mit der Schutzimpfung gegen Pneumokokken. Diese Impfung gehört neben der Grippe-Impfung zu den wichtigsten Impfungen für ältere Menschen.

Mit zunehmendem Alter lässt die Immunabwehr langsam nach. Deshalb gibt es einige Schutzimpfungen, die besonders für ältere Menschen empfohlen werden.

Wer die 60 überschritten hat, sollte sich gegen Pneumokokken impfen lassen, besonders dann, wenn er/sie unter einer chronischen Erkrankung leidet, wie zum Beispiel Diabetes oder einer chronischen Bronchitis.

Eine einmalige Impfung reicht aus, um einen dauerhaften Schutz gegen diese gefährlichen Erreger aufzubauen. Und öfter als nötig soll man nicht impfen, auch um unerwünschte Wirkungen (Nebenwirkungen) so weit wie möglich zu vermeiden.

Nur Personen mit einer ausgeprägten Immunschwäche-Erkrankung oder einer speziellen chronischen Nierenkrankheit brauchen alle sechs Jahre eine Auffrischung. Ob man zu dieser Personengruppe zählt, kann der Hausarzt beantworten.

Impfungen sind heutzutage generell sehr gut verträglich. Wenn doch einmal Nebenwirkungen auftreten, dann beschränken sie sich meist auf harmlose vorübergehende Erscheinungen, wie eine Rötung und Schwellung an der Impfstelle. Selten kommt es zu vorübergehenden Schmerzen oder zu leichtem Fieber. Wer Bedenken gegen eine Impfung hat, sollte diese mit dem Hausarzt besprechen und nicht von vornherein auf die Impfung verzichten. Das Amt für Gesundheit bietet diese Impfung in seiner reisemedizinischen Sprechstunde an, auch wenn keine Fernreise geplant ist.

Wer sich einmal impfen lässt, ist gegen Erreger geschützt.
Fotos (2): Techniker Krankenkasse

Dr. Ingrid Beuermann

Amt für Gesundheit
Frankfurt am Main

Dr. Ingrid Beuermann, Amt für Gesundheit, Reisemedizinische Impfsprechstunde, Amt für Gesundheit, Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag 8 bis 12 Uhr,
Donnerstagnachmittag 15 bis 18 Uhr, Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich

Kurzinformation

Sennova – Messe für die Generation 50plus

Vom 3. bis 5. Mai findet in Hamburg der 10. Deutsche Seniorentag mit der Messe Sennova statt. Unter dem Motto „Ja zum Alter!“ bietet die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (Bagso) mehr als 100 Einzelveranstaltungen mit Informationen zu einem möglichst gesunden, aktiven und engagierten Altwerden an. Parallel dazu stellen auf der Messe Sennova auf rund 7.000 Quadratmetern Anbieter aus, die sich in den Bereichen Gesundheit, Vorsorge oder technische Hilfen für den Alltag engagieren. Auch generationenübergreifende und gemeinschaftliche Wohnprojekte oder seniorenfreundliche Städte stellen sich dort vor. Dazu kommen Mitmach-Aktionen und kulturelle Angebote. Am 3. Mai findet ein spezieller Thementag „Mobilität“ statt. Am 4. Mai heißt das Thema „Gesundheit“ und am 5. Mai „Vorsorge“. Die Messe im Congress Center Hamburg richtet sich an die heutige und die zukünftige ältere Generation, an Entscheider und Multiplikatoren in der Seniorenarbeit sowie an Wissenschaftler. *wdl*

Hilfe zum Gesundheitswesen

Das Gesundheitswesen in Deutschland ist manchmal kompliziert. Gut, wenn es jemanden gibt, der wichtige Fragen beantwortet. Die Unabhängige Patientenberatung ist nun schon seit einem Jahr unter der deutschlandweiten Hotline 08 00 / 0 11 77 22 zu erreichen, an jedem Werktag von 10 bis 18 Uhr, donnerstags bis 20 Uhr (kostenfrei aus dem deutschen Festnetz). Aus dem Mobilfunknetz sind Anrufe unter 01 76 / 88 86 00 61 zu den Mobilfunktarifen möglich. Ein Team von Profis – Mediziner, Juristen, Sozialpädagogen – steht zur Verfügung, um alle Fragen rund um das Gesundheitswesen zu beantworten, etwa, wer für welche Behandlungen die Kosten trägt, wie man den passenden Facharzt findet oder wo es Selbsthilfegruppen gibt. Jeder, egal ob krankenversichert oder nicht, kann sich an die Hotline wenden – auch anonym.

Bei Fragen, die die hessischen Strukturen des Gesundheitswesens betreffen, kann man sich auch direkt an das hessische Beratungsteam wenden, das seinen Sitz in Gießen hat. Es ist montags von 15 bis 19 Uhr, dienstags und freitags von 9 bis 12 Uhr und donnerstags von 9 bis 15 Uhr zu erreichen, und zwar unter der Nummer 06 41 / 301 33 45, oder per E-Mail: giessen@upd-online.de.

Über die Internetseite www.unabhaengige-patientenberatung.de sind auch Online-Anfragen möglich. Telefonische Beratungen auf Türkisch oder Russisch werden ebenfalls angeboten, und zwar montags und mittwochs von 10 bis 12 und von 15 bis 17 Uhr, unter den Nummern 08 00/0 11 77 23 (türkisch) und 08 00 / 0 11 77 24 (russisch). *wdl*

Weg frei für neues Heinrich-Schleich-Haus

Begonnen hatte es mit einem Umzug: Die Bewohner des Heinrich-Schleich-Hauses in Frankfurt-Fechenheim mussten die Einrichtung verlassen und sind in Offenbach untergebracht. Dafür wird das Alten- und Pflegeheim abgerissen und neu erstehen, um dann rund 90 pflegebedürftigen Menschen Platz zu bieten. In 16 behindertengerecht ausgestatteten Wohnungen können darüber hinaus Senioren ins betreute Wohnen ziehen. Und auch eine Tagespflegeeinrichtung mit 20 Plätzen soll es künftig geben. Das alte Gebäude des Heinrich-Schleich-Hauses ist abgerissen, und spätestens im Herbst soll mit dem Neubau begonnen werden. Dezernentin Daniela Birkenfeld äußerte die Hoffnung, dass der Neubau wie geplant umgesetzt wird und das neue Haus Ende 2013 eröffnet werden kann. Sie dankte den Mitarbeitenden der Einrichtung für ihr Engagement, den Bewohnern auch im „Übergangshaus“ das Leben so angenehm wie möglich zu gestalten. Die Kosten des Neubaus, für dessen Planung etliche bauliche Hürden zu nehmen waren, werden auf 11,4 Millionen Euro veranschlagt. Davon wird das Land Hessen fünf Millionen zuschießen. Den Bewilligungsbescheid für die zweite Bauphase hat die Staatssekretärin im Sozialministerium, Petra Müller-Klepper, im Februar überbracht. *wdl*

Ute May, die das Titelbild für die Senioren Zeitschrift 1/2012 gemalt hat, hatte wieder eine gute Idee: Mit der Senioren Zeitschrift lässt es sich gut träumen. Foto: May

Gespannte Aufmerksamkeit vor den Bildern von Edvard Munch: 25 Leser der Senioren Zeitschrift folgten gerne der kostenlosen Führung durch die Ausstellung „Edvard Munch. Der moderne Blick“ in der Kunsthalle Schirn. Petra Skiba vermittelte kenntnisreich die andere Seite des als symbolistischer Maler geltenden norwegischen Künstlers. Er setzte sich nämlich auch mit den modernen Medien Film und Fotografie auseinander und verarbeitete sie in seinen Werken. Foto: Wendl

Anzeige

Vorsorgen für den Krankheitsfall

Patientenverfügung ist wichtig für Arzt und Patient

Die Regelung des Nachlasses will gut überlegt sein. **Foto: BHW Bausparkasse**

Die 76-jährige Frau S. hat einen schweren Schlaganfall erlitten und ist trotz Intensivbehandlung im Krankenhaus nun ein „Pflegefall“. Sie kann sich kaum noch artikulieren oder selbstständig essen. Ihre Tochter, die sie regelmäßig besucht, ist erschüttert und sagt: „So würde ich nicht weiterleben wollen. Wenn mir so etwas passiert, will ich auf Intensivbehandlung verzichten und lieber sterben.“ Die gleichaltrige Freundin von Frau S. dagegen findet: „Die moderne Medizin hat sie gerettet. Sie kann sich über Besucher freuen, schaut Filme im Fernsehen an und hört zu, wenn ihr vorgelesen wird. Ich hätte auch gerne, dass bei einer schweren Erkrankung alles für mich getan wird, was möglich ist.“

Zwei sehr unterschiedliche Haltungen – doch wer garantiert, dass die Wünsche dieser Menschen auch geachtet werden? Das Dritte Gesetz zur Änderung des Betreuungsrechtes von 2009 hat Rechtssicherheit geschaffen, indem es die Patientenverfügung im Bürgerlichen Gesetzbuch aufgenommen und geregelt hat. Das heißt, dass die Wünsche der Menschen, in dem Falle, dass sie sich nicht mehr mitteilen können, berücksichtigt werden müssen. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass diese Verfügung so verfasst ist, dass sie für Ärzte und Behandlungsteams klare Anweisungen gibt. Wer eine Patientenverfügung aufsetzen will, sollte sich daher in Ruhe mit dem Thema auseinandersetzen und es möglichst mit nahestehenden Personen, aber auch etwa dem Hausarzt oder Fachärzten besprechen.

Worauf also kommt es an, wenn jemand seine Patientenverfügung verfassen will? Zunächst sollte man sich darüber klar werden, ob einem ein Leben „unter allen Umständen“ wichtig ist, oder ob man zugunsten von Lebensqualität eine Lebensverkürzung – etwa durch Unterlassen von bestimmten Maßnahmen – in Kauf nehmen will. Solche Entscheidungen haben mit den eigenen Wertvorstellungen zu tun, die man sich im Laufe eines Lebens erworben hat. Diese Wertvorstellungen können religiös geprägt oder von humanistischen Grundsätzen beeinflusst sein. Auch das eigene Empfinden, was als lebenswert angesehen wird oder wie gut man Schmerzen ertragen kann, spielt eine Rolle und kann bei jedem Menschen unterschiedlich sein.

Die Patientenverfügung muss so klar wie möglich benennen, für welche Fälle sie gelten soll, was der Verfasser wünscht oder auch ausschließt. So reicht es nicht aus, wenn etwa darin steht: „Ich möchte nicht an Schläuchen und Maschinen hängen“ oder „Ich will von niemandem abhängig sein“.

Ärzte und Pflegeteams müssen klare Hinweise darauf haben, ob sie etwa eine sogenannte PEG-Sonde zur künstlichen Ernährung legen dürfen oder eben nicht. Sie brauchen Anweisungen, was etwa bei einem Atemstillstand zu geschehen hat, oder ob beispielsweise Wiederbelebungsmaßnahmen bei Herzstillstand ausgeschlossen werden sollen.

Für den Laien ist es nicht leicht, solche Fälle medizinisch korrekt zu benennen, geschweige denn diese genau zu beschreiben. Neben dem Gespräch mit dem Hausarzt kann daher auch ein Blick ins Internet hilfreich sein, wo eine Vielzahl von Erklärungen, aber auch Vordrucken zu finden ist, die Beispiele vorgeben, wie man die Patientenverfügung am besten formuliert (siehe Infokasten).

Damit sichergestellt ist, dass im Fall der Fälle die Patientenverfügung auch vorliegt, sollte man einen Hinweis darauf mit sich tragen – etwa beim Ausweis – und angeben, wo die Verfügung sich befindet. Auch sollten nahe Angehörige und Freunde wissen, wo das Papier aufbewahrt wird. Sinnvoll ist in jedem Fall, parallel zur Patientenverfügung eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung zu erstellen, die festlegt, wer für einen sprechen soll, wenn man sich selbst nicht mehr artikulieren kann. Die in einer Vorsorgevollmacht benannte bevollmächtigte Person für Gesundheitsangelegenheiten kann im Notfall sofort tätig werden, wenn der Patient sich nicht mehr äußern kann. Die Betreuungsverfügung benennt eine Vertrauensperson, die dann vom Betreuungsgericht als gesetzlicher Betreuer bestellt werden und dabei helfen kann, die Patientenverfügung im Sinne des Betroffenen zu interpretieren und durchzusetzen.

Für Frau F. lag eine Patientenverfügung vor, über die die Tochter informiert war. Darin hatte sie niedergelegt, dass sie alle möglichen lebenserhaltenden Maßnahmen wünschte. Dieses Beispiel zeigt, dass die Vorstellungen über Leben auch bei nahen Verwandten unterschiedlich sind. Umso wichtiger ist es, den eigenen Willen rechtzeitig schriftlich niederzulegen. *Lieselotte Wendl*

Fragen an Jonathan-Aaron Pflügel Betreuungsstelle der Stadt Frankfurt am Main

Kann ich sicher sein, dass meine Wünsche beachtet werden, wenn ich mich nicht mehr selbst äußern kann?

Arzt und Vertreter haben stets den Willen des Patienten zu beachten. Bevollmächtigter oder Betreuer müssen seinen Willen durchsetzen, der zum Beispiel in einer Patientenverfügung festgelegt ist. Ist diese Person eine Vertrauensperson, mit der der Patient auch früher über seine Wünsche gesprochen hat, so ist das besonders hilfreich. Denn dann kann sie seinen Willen vertreten, auch wenn die Patientenverfügung nicht auf die aktuelle Situation anwendbar ist. So ist der mutmaßliche Wille des Betroffenen festzustellen und auf dieser Grundlage zu entscheiden

Wie stelle ich sicher, dass im Notfall meine Patientenverfügung auch gefunden wird?

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Angehörigen und Vertrauenspersonen über Ihren Willen und formulieren sie diesen möglichst genau. Dabei können auch allgemeine Wertvorstellungen zur Sprache kommen. Informieren Sie sie über die Patientenverfügung und über den Ort, wo Sie diese aufbewahren. Hilfreich ist es, wenn Sie etwa einen entsprechenden Hinweis in Ihrer Geldbörse mit sich führen. Darauf sollte stehen, welche Person über eine Vollmacht verfügt und im Notfall angerufen und informiert werden soll. Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung können auch beim Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer hinterlegt werden (www.zvr-online.de).

Wer kann mir helfen, eine Patientenverfügung, eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsverfügung zu erstellen?

Wenn Sie mit Ihrem Arzt und einer oder mehreren Vertrauenspersonen gesprochen haben, können Sie für die Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung zum Beispiel auf Formulare zurückgreifen, die verschiedene Organisationen und Institutionen zur Verfügung stellen – etwa im Internet, aber auch per Brief zu bestellen.

In Frankfurt informiert die Betreuungsstelle, worauf es ankommt, wenn jemand eine solche Verfügung verfassen möchte. Auch bei den Betreuungsvereinen kann man sich beraten lassen.

Mehr Informationen gibt es bei der Senioren Zeitschrift im Internet unter www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de unter Hintergrund. *Wendl*

Hilfe und Beratung in Frankfurt

Betreuungsstelle · Hansaallee 150 · 60320 Frankfurt am Main
Telefon 0 69/2 12-3 81 76 · Fax: 0 69/2 12-4 05 07
E-Mail: betreuungsstelle.amt51@stadt-frankfurt.de

www.frankfurt.de >> Betreuungsstelle: Hier finden sich die Anschriften der Betreuungsvereine, die jeweils für einen bestimmten Stadtbereich zuständig sind. Sie beraten gesetzliche Betreuer und informieren im Zusammenhang mit Vorsorgevollmachten auch über Patientenverfügungen.
www.hmdj.hessen.de >> unter Suchbegriff Betreuungsrecht kann eine Broschüre heruntergeladen werden.

Ebenso kann man das Patientenschutztelefon zurate ziehen. Es wird von der gemeinnützigen und unabhängigen Patientenschutzorganisation Deutsche Hospiz Stiftung finanziert. Die Hilfe am Patientenschutztelefon deckt unterschiedliche Themenfelder ab. Das reicht von Pflege über die Patientenverfügungen bis zu direkter Intervention im Konfliktfall (kostenpflichtige Telefonnummer 02 31/73 80 73-0).

Unter folgenden Adressen gibt es Broschüren, Formulare und Hilfen für die Erstellung von Patientenverfügungen:
Bundesjustizministerium: www.bmj.de. Hier gibt es eine informative Broschüre zum Download oder Bestellen sowie Textbausteine zum Herunterladen.
Patientenschutzorganisation Deutsche Hospizstiftung: www.hospize.de
Bayerisches Justizministerium: www.verwaltung.bayern.de unter Service-Center >> Broschüren gibt es eine informative Broschüre zum Herunterladen oder Bestellen.

Kurzinformation

Wettbewerb für coole Rollstühle

Die Redaktion von Rehacare.de veranstaltet auch in diesem Jahr einen Wettbewerb für cool und witzig gestaltete Rollstühle. Unter dem Motto „Pimp my Rolli“ können Menschen, die ihren Rollstuhl mit Aufklebern, Farbe, bunten Sitzkissen oder dekorativen Lichtern gestaltet haben, bis 15. August Fotos des Gefährts einsenden. Dazu sollten die Einsender einen kurzen Text verfassen, aus dem hervorgeht, wer sie sind und wie sie auf die Idee kamen, den Rolli zu verschönern, und natürlich Name, Alter und Anschrift nicht vergessen.

Die besten Einsendungen werden auf www.rehacare.de veröffentlicht. Außerdem findet bei der Rehacare-Messe in Düsseldorf (10. bis 13. Oktober) eine offizielle Preisverleihung mit buntem Rahmenprogramm statt. Einsendungen an redaktion@rehacare.de. *wdl*

Genau hinschauen

Wer ins Pflegeheim oder ins Betreute Wohnen zieht, sollte Verträge vorher prüfen

Bei Umzug gilt grundsätzlich: Verträge genau prüfen. **Foto: djd/BIG/direkt gesund**

Mit der Körperpflege oder dem Essen kommt Herr Müller noch gut zurecht. Da er wegen diverser Einschränkungen aber keinen Haushalt mehr versorgen und ohne Hilfe das Haus nicht mehr verlassen kann, zieht der 78-Jährige in eine Seniorenresidenz. Die hat sich verpflichtet, im Bedarfsfall auch Pflegeleistungen zu erbringen.

Wer wie Herr Müller betreuende oder pflegende Unterstützung erfährt, wird rechtlich zum „Verbraucher", der die Dienste eines „Unternehmens" in Anspruch nimmt. Die entsprechenden Verträge mit Alten- und Pflegeheimen, Pflegewohngemeinschaften oder bestimmten Formen des Betreuten Wohnens unterliegen seit 2009 dem Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz (WBVG). Die meisten Menschen werden vor Abschluss eines Vertrages freilich kaum das umfangreiche Paragrafenwerk studieren. Aus diesem Grund klären die Verbraucherzentralen im Rahmen eines vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend geförderten Projektes nun bundesweit über die wesentlichen Eckpunkte auf. Welche Rechte sich aus dem WBVG ableiten lassen, kann man entweder in der Broschüre „Vertrag im Blick" (siehe unten) oder in Vorträgen von Experten erfahren. Unter dem Titel „Ihre Rechte bei Heim- und Pflegeverträgen" gewährte Daniela Hubloher unlängst im Frankfurter Beratungszentrum der Hessischen Verbraucherzentrale einen erhellenden Einblick in die komplexe Materie, die für die Mehrheit der Bürger doch recht spröde erscheint.

Die in der Patientenberatung der Verbraucherzentrale arbeitende Medizinerin begrüßt, dass mit dem Gesetz von 2009 „erstmals eine vorvertragliche Informationspflicht der Anbieter" festgelegt worden ist. Dadurch könnten Verbraucher zum einen Angebote vergleichen und in Ruhe abwägen, was am Besten den eigenen Vorstellungen und finanziellen Hintergründen entspricht. Zum anderen liefere sie bei nicht eingehaltenen Versprechen die Handhabe, zum Beispiel „das vereinbarte Entgelt für einzelne Leistungen zu kürzen". Das Gesetz lege außerdem fest, was im Vertrag stehen muss. Dazu zählten Angaben zu Wohnraum, Pflegeleistungen, Verpflegung sowie Kündigungsfristen. Während früher oftmals noch bis zu drei Monate posthum bezahlt werden musste, ende der Vertrag nun automatisch mit dem Tod. Hinsichtlich der Kosten gehörten neben den monatlich anfallenden Beträgen auch Steigerungen, Vertragsanpassungen wie etwa beim Wechsel der Pflegestufe oder Abzüge bei Krankenhausaufenthalten oder längeren Besuchen bei Angehörigen zum Inhalt des Vertrages.

„Klassische Pflegeheimverträge oder Betreutes Wohnen mit der Option auf Pflegeleistungen" unterliegen auf alle Fälle dem WBVG, stellt Hubloher klar. Zu ihrem Bedauern ist jedoch „Betreutes Wohnen kein gesetzlicher Begriff" und weist entsprechende Tücken auf. Die Ärztin rät daher, in diesem Bereich bei Verträgen „sehr genau hinzuschauen" – vor allem, wenn es darum geht, was bei eintretender Pflegebedürftigkeit geschieht. Verpflichte sich zum Beispiel eine Seniorenresidenz, Wohnraum, einen Hausnotruf und Hausmeisterdienste zur Verfügung zu stellen und im Pflegefall einen Dienst zu vermitteln, greift nicht das WBVG. In diesem Fall sei nämlich nur die Vermittlung, aber nicht die Erbringung der Pflege vereinbart worden. *Doris Stickler*

Detaillierte und dennoch verständliche Informationen enthält die kostenlose Broschüre „Vertrag im Blick. Ihre Rechte nach dem Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz". Die Broschüre kann in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen kostenlos abgeholt werden, gegen Zusendung eines mit 1,45 Euro frankierten und an den Empfänger adressierten DIN-A5-Umschlages wird sie auch zugeschickt. Hier bitte das Stichwort „Vertrag im Blick" angeben. Bestelladresse: Verbraucherzentrale Hessen e. V (www.verbraucher.de), Große Friedberger Straße 13–17, 60313 Frankfurt am Main. Hessenweites Servicetelefon: 01 80/5 97 20 10 (0,14 Euro pro Minute aus dem deutschen Festnetz; maximal 0,42 Euro pro Minute aus dem Mobilfunknetz)

Anzeige

Älteres Haus zu verkaufen?

VOSS GmbH
Ihr Spezialist für ältere Häuser
Telefon 0 61 95 - 6 777 87
info@voss-immobilien.com

Silver Screen – silberne Kinoleinwand

Das dritte Europäische Filmfestival der Generationen schaut nach Indien

Nach der erfolgreichen zweiten Auflage geht das Europäische Filmfestival der Generationen – Silver Screen 2012 in die dritte Runde. Angelehnt an das Europäische Jahr für Aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen wurden dieses Jahr auch dazu passende Filme von den Veranstaltern in Frankfurt und in Heidelberg ausgesucht. Unter der Schirmherrschaft der Altersforscherin und Bundesministerin a.D. Prof. Dr. Ursula Lehr werden vom 25. bis 27. Juni im Kino Cine-Star Metropolis am Eschenheimer Turm, Eschenheimer Anlage 40, Filme aus verschiedenen Ländern rund um das Thema Älterwerden gezeigt.

Wohnen im Film

Diesmal geht der cineastische Blick auf der silbernen Kino-Leinwand (englisch „Silver Screen“) sogar noch über die europäischen Grenzen hinaus. Im Film „Best Exotic Marigold Hotel“ von Regisseur John Madden macht sich eine Gruppe von agilen Rentnern mit dem Wunsch auf den Weg, in einem indischen Luxushotel einen gemeinsamen geruhsamen Lebensabend zu verbringen. Dabei erleben sie eine Menge spannender und unterhaltsamer Überraschungen, und zwar vor allem, dass sich ein neues Leben auch auf einem anderen Kontinent nur dann beginnen lässt, wenn man die Vergangenheit endlich einfach einmal auf sich beruhen lässt.

In einer WG, da ist was los.
Filmplakat: Pandora Film

„Und wenn wir alle zusammenziehen?“, diese Frage stellt der französische Filmbeitrag von Regisseur Stéphane Robelin. Um dem Altersheim zu entgehen, planen fünf langjährige Freunde, zusammenzuziehen und gemeinsam den Rest ihres Lebens zu verbringen. Hochkarätig besetzt mit Géraldine Chaplin, Jane Fonda und einem hervorragenden Daniel Brühl, der als junger Student Dirk das gemeinsame Miteinander in der Senioren-WG erleichtern soll, ist Regisseur Robelin ein wunderbar warmherziger und sehr sehenswerter Film über das Älterwerden und den Dialog zwischen den Generationen gelungen.

Wie im vergangenen Jahr wird es beim Silver Screen Festival 2012 auch wieder die Gelegenheit geben, sowohl vor den Filmen einen Kaffee und ein Stück Kuchen zu genießen wie auch im Anschluss an die Filmvorführungen mit Filmschaffenden, Wissenschaftlern, Regisseuren und Darstellern zu diskutieren.

Im Gespräch mit den Gärten

Als weiteres Begleitprogramm ist eine internationale Austauschplattform mit dem Berliner Projektebüro „Dialog der Generationen“, Gästen aus verschiedenen europäischen Ländern und den Frankfurter Partnerstädten geplant.

Die Festival-Veranstalter vom Frankfurter Amt für Gesundheit und dem Referat für Internationale Angelegenheiten der Stadt laden herzlich zum Festival ein. Die Eröffnung mit Prof. Dr. Ursula Lehr findet am 25. Juni um 18 Uhr in Cine-Star Metropolis statt. *red*

Mehr Infos erteilt Matthias Roos, Amt für Gesundheit, Telefon 0 69 / 21 23 45 02
E-Mail: info.gesundheit-im-alter@stadt-frankfurt.de, www.frankfurt.de

Anzeige

„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

Knusper, knusper, Knäuschen …

Das Goethe-Haus zeigt Märchenillustrationen

Herbert-Leupin | Der gestiefelte Kater | 1946 | © 2011 by Collection HERBERT-LEUPIN, www.herbert-Leupin.ch

Unter dem Titel „Hänsel und Gretel im Bilderwald" zeigt die Sonderausstellung vom 24. April bis zum 15. Juli einen breiten Überblick über die Geschichte romantischer Märchenillustration. Ein Tribut an die Epoche – und an das Grimm-Jahr 2012. Auf die Leser der SZ wartet eine kostenlose Führung durch den Bilderwald.

Die Märchen der Romantik zählen international zu den bekanntesten Texten der deutschsprachigen Literatur. Zwar sind die Volksmärchen uralte mündliche Überlieferungen. Allerdings tauchten sie bereits im Mittelalter auch in der Literatur auf. Im Zeitalter der Romantik mehrten sich dann die Verschriftlichungen der altbekannten Volksmärchen, wie beispielsweise durch Jacob und Wilhelm Grimm. Es entstanden außerdem Kunstmärchen berühmter Autoren, wie E.T.A. Hoffmann oder Clemens Brentano. So oder so – Märchen bestechen durch ihren unvergleichlichen Erzählton mit fest gefügten Wendungen und vielen Wiederholungen sowie durch ihre ganz eigene Bildwelt.

Die Fantasie nähren

Ihre Popularität verdanken sie in entscheidender Weise auch den Illustrationen, die den Drucken von früh an immer wieder beigegeben wurden. Die eindrucksvollen Bilder verliehen den wunderbaren Geschehnissen im Märchen eine Gestalt. Sie gaben der Fantasie damit einerseits einen Anhaltspunkt, andererseits nährten sie sie auch. Und zwar so, dass sich einige Bilder fest ins kollektive Unbewusste einbrannten. Wer sieht beim „Knusper Knäuschen" nicht sofort die alte, bucklige Hexe vor dem inneren Auge?

200 Jahre Hausmärchen

„Dass sich das Erscheinen der Hausmärchen 2012 zum 200. Mal jährt, ist doch ein schöner Anlass", sagt Beatrice Humpert, die sich um die Öffentlichkeitsarbeit des Goethe-Hauses kümmert. Die Ausstellung entstand in Kooperation von Goethe-Haus / Freies Deutsches Hochstift und dem Institut für Jugendbuchforschung an Frankfurts Goethe-Universität.

Zu sehen sind illustrierte Bücher, Handzeichnungen, Originalgrafiken und Gemälde. Sie offenbaren das weite Spektrum der bildkünstlerischen Umsetzung romantischer Märchentexte von Jacob und Wilhelm Grimm, Clemens Brentano, E.T.A. Hoffmann, Novalis, Ludwig Tieck, Philipp Otto Runge, Friedrich de la Motte Fouqué und Carl Wilhelm Salice Contessa.

Herbert Holzing | Clemens-Brentano: Der Dilldapp | 1966 |

Otto Ubbelohde | Frau Holle | 1904 | Franz Jüttner Schneewittchen | 1905 |

Alexander-Zick | Tischlein deck dich | 1886 |

Vom Handwerker bis zum Künstler

Häufig waren es „kleinere“ Meister oder lediglich als Buchgestalter hervorgetretene Künstler, die sich der Verbildlichung romantischer Märchentexte angenommen haben. Daneben trifft man aber immer wieder auf sehr bekannte Namen. Die Liste der Künstlerpersönlichkeiten, welche die Auseinandersetzung mit den Märchen der Romantik gesucht haben, wirkt zumindest streckenweise wie ein Who is who der Kunstgeschichte. Genannt seien hier nur Philipp Otto Runge, Karl Friedrich Schinkel, Ludwig Emil Grimm, Wilhelm Hensel, George Cruikshank, Eduard von Steinle, Franz Pocci, Moritz von Schwind, Ludwig Richter, Eugen Napoleon Neureuther, Walter Crane, Gustave Doré, Otto Ubbelohde, Albert Weisgeber, Max Slevogt, Max Beckmann und David Hockney.

Romantik inspiriert

Die Ausstellung wird vom Kulturfonds Frankfurt RheinMain unterstützt und ist das erste Vorhaben des Kooperationsprojektes „Impuls Romantik“, das gefördert wird. Dieses spartenübergreifende Projekt will die Romantik nicht als abgeschlossene Epoche, sondern als Anregung verstehen.

Zwar war die Geburt der Romantik historisch mit Jena, Berlin und Heidelberg verbunden. In Frankfurt und dem Rhein-Main-Gebiet entwickelte sich jedoch ihr Labor. Führende Geister der Literatur, Musik, bildenden Kunst und der Wissenschaften verbreiteten von hier aus ihre universal utopischen, emotional poetischen, rational schneidenden und politisch radikalen Botschaften über ganz Europa.

Ein Museum für die Romantik?

Angeregt von dieser Rolle des Rhein-Main-Gebietes sind auch die Pläne für ein deutsches Museum der Romantik am Großen Hirschgraben. Das Freie Deutsche Hochstift sammelt seit einem Jahrhundert gezielt Nachlässe und andere Dokumente von Geistesgrößen der Romantik. Schon der legendäre Direktor des Freien Deutschen Hochstifts, Ernst Beutler (1885–1960), hatte den Plan, daraus ein „Deutsches Museum der Romantik“ zu machen. Mehr als 50 Jahre nach seinem Tod will das Freie Deutsche Hochstift diese Pläne umsetzen. „Die Bestände sind da“, berichtet Prof. Dr. Anne Bohnenkamp-Renken, die Direktorin des Hauses, und meint unter anderem Handschriften von Clemens und Bettine Brentano, Novalis oder Joseph von Eichendorff. Mit dem Umzug des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels entstehe in der Nachbarschaft des Goethehauses am Großen Hirschgraben Platz für die Verwirklichung der Idee. „Damit würden wir auch eine museale Lücke in Deutschland schließen“, erklärt die Literaturwissenschaftlerin. Denn ein Museum, das die Epoche der Romantik umfassend präsentiert, existiert bisher in Deutschland nicht.

Hänsel und Gretel im Bilderwald, Sonderausstellung vom 25. April bis 15. Juli im Goethehaus, Großer Hirschgraben 23–25, 60311 Frankfurt am Main, Telefon 0 69/13 88 00
Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag 10 bis 18 Uhr, Sonntag und an Feiertagen 10 bis 17.30 Uhr.
Die Ausstellung ist ebenerdig zugänglich und deshalb auch für Rollstuhlfahrer und Kinderwagen geeignet.
Eintritt: fünf Euro inklusive Audioguide.
Am Internationalen Museumstag (Sonntag, 20. Mai) öffnet von 12 bis 16.30 Uhr eine „Fantastische Märchen-Werkstatt“ ihre Pforten.

Sehen und Erleben

Die kostenlose Führung für SZ-Leser (nebst freiem Eintritt) findet am 11. Juni um 14.30 Uhr statt. Interessenten melden sich bitte unter Telefon 0 69/13 88 02 00 oder unter anmeldung@goethehaus-frankfurt.de. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt.

Kurzinformation

Rettung für den Urlaub

Pass vergessen, Ausweis abgelaufen – was nun? Manch einer ist der Verzweiflung nah, wenn die Urlaubsreise daran zu scheitern droht, dass das Reisedokument nicht mehr gültig oder gar nicht vorhanden ist. Am Frankfurter Flughafen brauchen Reisende in einer solchen Situation nicht in Panik zu geraten: Die mobile Passstelle des Bürgeramtes hilft. Mit einem kurzen Telefonat in der Heimatgemeinde des Betroffenen fordern die Mitarbeiter der Stelle eine sogenannte Passermächtigung an, die per Fax geschickt wird. Dann kann ein vorläufiges Reisedokument ausgestellt werden. Das Gute daran: Es fallen nur die gesetzlichen Gebühren an. 840 Reiseantritte konnten so in den zwei Jahren des Bestehens der mobilen Passstelle „gerettet“ werden, darunter zwei Hochzeitspaare auf dem Weg in die Flitterwochen und etliche Dienstreisende, für die es um große Geschäftsabschlüsse ging. Stadtrat Volker Stein bedankte sich bei einem Besuch der mobilen Passstelle für die dort geleistete Arbeit im Interesse der Bürger.

Die mobile Passstelle ist in den Ferienzeiten Hessens und der benachbarten Bundesländer montags bis freitags von 8 bis 15 Uhr in Betrieb. Sie befindet sich im Terminal 1 zwischen Halle B und C (Abflug) am Counter 700.2.

wdl

Märchen sind Seelennahrung

Märchen? – Das ist doch Kinderkram. Dieser oft gehörten Einschätzung widerspricht Michaele Scherenberg vehement: „Märchen sind Metaphern. Sie gehören zum Erbe der Kulturen und haben tiefe Wurzeln in den Ursprüngen der Menschheit.“ Die frühere TV-Redakteurin beim Hessischen Rundfunk, vielen noch als Moderatorin von „Hessen à la carte“ und „Hessenschau“ bekannt, beschäftigt sich schon seit Jahren mit der Thematik, denn Märchen sind ihre Leidenschaft.

Vor 200 Jahren veröffentlichten die Gebrüder Grimm den ersten Band ihrer „Kinder- und Hausmärchen“. Wilhelm und Jacob haben diese Märchen aber nicht erfunden. Sie sind durch die Lande gezogen, haben zugehört und gesammelt. Denn die Volksmärchen wurden über Jahrhunderte hinweg nur mündlich überliefert. So erklären sich auch regionale Abweichungen, die zu verschiedenen Versionen geführt haben. Die einzelnen Motive tauchen jedoch immer wieder auf: ob in Nord- oder Süddeutschland, oder, wie die moderne Märchenforschung herausfand, in Europa und auf anderen Kontinenten. Die Parallelen und die starken Bilder machen für Michaele Scherenberg die besondere Faszination der Märchen aus: „Sie enthalten keine Moral, sondern Geheimnisse. Sie sind nicht belehrend, aber lehrreich.“ Voraussetzung sei allerdings, dass man sich auf das Märchen einlässt und in eine Welt begibt, die so ganz und gar nicht dem Alltag entspricht. Dann könne ein Märchen sogar helfen, schwierige Lebenssituationen zu meistern.

Neue Perspektiven

Ein Beispiel sei das Märchen vom Sterntaler: Das von allen verlassene Kind gibt in seiner Verlassenheit alles weg und findet die Fülle. „Ein Märchen kann neue Lebensperspektiven aufzeigen, wenn man spielerisch damit umgeht.“ So betrachtet, sind Märchen das genaue Gegenteil von Kinderkram. Sie sind für jede Altersklasse geeignet: Kinder brauchen sie, um Fantasie zu entfalten, Jugendliche als Orientierung, Erwachsene zum Abtauchen und Senioren für das Erinnern.

Märchen kommen überall an. Sogar während der Bürgeranhörung im Römer. Vor zwei Jahren spielten und lasen dort Tina Gliesche (als Hexe) und Carola Mundo von den Lesepaten der Freiwillig-Agentur der AWO den „stillen Prinz“. Foto: Oeser

Schon allein die Beschreibung einer Landschaft mit duftenden Wiesen und zwitschernden Vögeln kann die Erinnerung an Orte wecken, wo man als Kind gerne war oder als Erwachsener einen wunderbaren Urlaub verbracht hat. Düfte, Klänge und erlebte Freude sind auf einmal wieder präsent und tragen den Menschen eine ganze Zeit lang. Scherenberg nennt das „Nahrung für die Seele“, denn beim Zuhören komme man innerlich zur Ruhe, vergesse seine Sorgen und fühle sich einfach nur wohl, meint sie. Wie aber ist das mit dem Vorwurf der Grausamkeit und Brutalität in den Märchen? „Auch hier haben wir es wieder mit Metaphern zu tun“, erklärt die Märchenexpertin. Wenn also die Hexe bei Hänsel und Gretel verbrannt oder die hinterhältige Kammerjungfer der Gänsemagd zu Tode geschleift wird, so sei das ein Sinnbild dafür, dass Unrecht seine Strafe findet. Drastische Bilder sind typisch für Märchen, auch für die modernen wie Harry Potter, Star-Wars oder Herr der Ringe. Aber dass in einem aufgeklärten Zeitalter immer noch neue Märchen geschrieben und alte erzählt werden, scheint ein Beleg zu sein für die tiefe und uralte Sehnsucht des Menschen nach Geschichten voller Zauber und Magie.

So erklärt sich auch der Zuspruch zu den monatlichen Märchenlesungen, die seit Kurzem im Nellinistift von einer Mitarbeiterin der sozialen Betreuung angeboten werden. Die anfängliche Skepsis nach dem Motto „bloß keine Brüder Grimm“ ist verflogen. Der Kreis der Interessierten wächst stetig, und mittlerweile kommen sogar Freunde und Angehörige der Bewohner, um einer Erzählung voller fantastischer Bilder zu lauschen. *Sylvia Hilcher*

Michaele Scherenberg veranstaltet Märchenabende in ihrem Frankfurter „Aprikosenhaus“, kommt auf Anfrage aber auch gerne in Seniorenclubs und Altenheime. Kontakt: mail@michaele-scherenberg.de, Telefon: 01 51/41 80 00 88. Einige ihrer Märchen kann man auf der Website hören: www.märchengarten.com.

Anzeige

Von Knopf bis Zwirn

W. Wächtershäuser in der Töngesgasse 39 hat immer das passende Nähzubehör

Andreas Gußmann ist konzentriert bei der Arbeit. **Fotos (2): Oeser**

So eine schicke Lederjacke – und dann das. Der breite Metallreißverschluss, praktischer Verschluss und Hingucker zugleich, einfach kaputt. Schwierig genug, einen neuen Zipper einzunähen. Doch dazu muss man ihn erst mal haben. Schwarz, braun, beige – keine dieser Farben passt. Dazu stimmt die Länge des Teils nicht, das es in der Kurzwarenabteilung des Kaufhauses gibt. „Gehen Sie doch mal zu Wächtershäuser, die haben so was“, rät die freundliche Verkäuferin.

Wer zu Wächtershäuser kommt, um einen Reißverschluss zu kaufen, muss sich erst mal fragen lassen: „Wofür brauchen Sie den?“ Denn es gibt sie in vielen verschiedenen Materialien, Farben und Längen. Außerdem sind sie „bei uns an fünf verschiedenen Stellen untergebracht“, begründet Sibylle Zolles ihre professionelle „Neugier“. Aber dann findet sich in der Regel genau das Stück, das passt. Genau wie bei den Knöpfen. Man muss nicht immer gleich acht neue Knöpfe kaufen, wenn mal einer verloren geht. Bei der großen Auswahl in dem Kurzwarengeschäft in der Frankfurter Töngesgasse sind die Chancen ziemlich gut, dass ein passender Knopf zu finden ist.

Fachgeschäfte dieser Art sind selten geworden. Und so verwundert es nicht, dass Sibylle Zolles auf einen festen Kundenstamm zählen kann. „Wer selbst näht, kommt ganz gezielt hierher, wenn er Zubehör braucht“, weiß sie. Aber auch Laufkundschaft, die eben mal Nähgarn, Stopfwolle oder Hosengummi mitnimmt, kommt – der guten Innenstadtlage geschuldet – in das Geschäft.

Und auch das gibt es: Sightseeing bei Wächtershäuser. Immer mal wieder tauchen Gruppen von japanischen Touristen vor dem Schaufenster auf, die während einer Stadtführung auf dieses besondere Geschäft aufmerksam gemacht werden. Es erwartet sie auch immer eine besondere Dekoration. Denn die Zeiten, als „einfach ein paar Knöpfe auf Holzbretter gelegt wurden“, wie Sibylle Zolles sagt, sind längst vorbei. Da fährt auch schon mal eine kleine Modelleisenbahn durchs Schaufenster. Oder Bänder und Litzen sind auf einem Rodelschlitten angeordnet. Faschingsdekoration findet sich zum Beispiel in der „fünften Jahreszeit“, auch wenn das Geschäft mit den Karnevalsvereinen längst nicht mehr so umfangreich ist, wie es einmal war.

„Früher haben die Karnevalsvereine oft schon im August und September Goldborten und Tressen bei uns bestellt“, erinnert sich Sibylle Zolles. Dann wurden Gardeuniformen neu gestaltet und die Mitglieder der Spielmannszüge frisch eingekleidet. Als der wohlbeleibte Schauspieler Günter Strack in Frankfurt drehte, wurde er in der Stadt auch eingekleidet – die Anzüge meist gefüttert mit Taft von Wächtershäuser. „Da gingen schon etliche Meter Futterstoff über den Ladentisch“, sagt Sibylle Zolles.

Oberstoffe für Anzüge oder Kostüme allerdings gibt es schon seit Mitte der 1960er Jahre nicht mehr in dem Fachgeschäft. Als immer mehr billige Stoffe statt edler englischer Tuche angeboten wurden, stellte der Vorgänger von Sibylle Zolles ganz auf Nähzubehör um. Auch er war übrigens kein „Wächtershäuser“. Denn – das ist eine Besonderheit an dem wahrscheinlich 1822 gegründeten Geschäft – die im Laufe der Jahrzehnte immer wieder neuen Besitzer behielten den eingeführten Namen bei. Und so trägt es noch heute den Namen eines Mannes, der seinerzeit als Sohn eines Hausangestelltenpaares der Familie Bethmann in Frankfurt geboren wurde. Er hatte nämlich Johanna Sophie Sauer geheiratet, die zweite Tochter des eigentlichen Geschäftsgründers Georg Sauer. Dieser hatte erst gar nicht vor, einen „Leinwand- und Garnhandel“ aufzumachen. Der gelernte Schneider hätte lieber eine Schneiderwerkstatt in Frankfurt betrieben. Da er aber aus Sulzbach stammte und die damalige Frankfurter Schneiderzunft meinte, es gebe genug Berufskollegen in der Stadt, konnte er seine Pläne nicht umsetzen und verlegte sich stattdessen auf den Handel. Ein bisschen aber bleibt die frühe Geschichte des Geschäfts im Dunkel, wurden doch Gebäude und Firmenarchiv bei einem Bombenangriff 1944 zerstört, sodass das genaue Gründungsjahr nicht mehr nachweisbar ist.

Ob nun 1822 oder erst später, noch heute gilt: Wer in Frankfurt und Umgebung selbst näht, kommt an Wächtershäuser nicht vorbei. *Lieselotte Wendl*

Einen Knopf verloren? Bei Wächtershäuser gibt es bestimmt Ersatz.

Frankfurt und seine Plätze

Der Kurfürstenplatz

Wird gern zum Luftschnappen genutzt: der Kurfürstenplatz. **Fotos (2): Oeser**

Er ist ein ungewöhnlicher Platz in Frankfurt, in einem Frankfurter Stadtteil, der ehedem ein Dorf war. Er ist ein Platz, der seinesgleichen sucht: der Kurfürstenplatz in Bockenheim. Die einen mögen ihn lediglich durcheilen, für andere ist er mit seinen Bänken, dem kleinen Kinderspielplatz und dem Wasserhäuschen ein Treffpunkt. Zwischen Schloßstraße und Großer Seestraße erstreckt er sich mehr als Park denn als Platz und ist überraschend groß, fast fußballfeldgroß, in einem reinen Rechteck. Vorwiegend Wohnhäuser säumen ihn, unterbrochen nur von der Feuerwache mit dem Bürgerhaus (Saalbau Bockenheim), einem Hotel und vor allem, von einem eigenen kleinen Platz umgeben, dem Elisabethenplatz. Die Kirche St. Elisabeth mit ihrem hochragenden spitzen neugotischen Sandsteinturm steht gleich daneben. Zwei Wege, die sich bei einem Monumentalbrunnen fast in der Mitte des Platzes kreuzen, unterstreichen seine geometrische, barock anmutende Form.

Vom Dorf zur Stadt

Der Kurfürstenplatz symbolisiert den Weg Bockenheims von einem Agrardorf mit Basaltsteinbrüchen, das aus einem fränkischen Hof, dem „Heim des Bocco“, hervorgegangen war, zu einer Stadt mit Industrie. Die vom Landesherrn, dem Kurfürsten von Hessen-Kassel als Nachfolger der Grafen von Hanau, gewährten Privilegien Steuerfreiheit (1790), Stadtrechte (1819) und Gewerbefreiheit (1822) förderten die Ansiedlung von Industrie früher als im nahen mächtigen Nachbarn Frankfurt. Die Einwohnerzahl stieg von 1.030 im Jahre 1821 auf das Siebenfache bis 1866, als Bockenheim preußisch wurde. 1840 beschrieb ein Dichter Bockenheim: „Ein kleines Städtchen von großstädtischem Aussehen und fast noch dörflichem Wesen.“

Repräsentativer Eingang

Bockenheim dehnte sich zunächst entlang der Frankfurter (heute: Leipziger) Straße aus, während an der Schnellgasse (heute: Schloßstraße) Gutshöfe lagen, die zu Landsitzen wurden, einer durch Amalie von Anhalt-Dessau 1771 zum Schloss. Auch für das sumpfige Gelände „Im großen See“ südwestlich des Dorfes, woran Große und Kleine Seestraße erinnern, hatte es schon Bebauungspläne gegeben. Nach dem Bau der Main-Weser-Bahn mit dem Bahnhof Bockenheim von 1852 (dem heutigen Westbahnhof) wurde dieses Gebiet als Verbindung zwischen Bahnhof und dem neuen Bockenheim bedeutsam. 1867/68 legte daher die in Bockenheim ansässige Gartenbaufirma Gebrüder Siesmayer dort – unentgeltlich – einen Platz an, den künftigen Kurfürstenplatz, als großzügiges Entree und neuen Stadtplatz analog dem inzwischen recht bescheidenen Dorfplatz (Kirchplatz).

Das Vorhaben, diesen neuen Platz als Obstmarkt zu nutzen, wurde zwar nicht verwirklicht, aber bis zur Eingemeindung Bockenheims nach Frankfurt 1895 hieß er Marktplatz. Als erstes Gebäude am Platz entstand 1868/69 das Bockenheimer Rathaus. Es war ein repräsentativer Bau mit klassizistischer Fassade, die Portikus, Balkon und eine hohe, mit Uhr geschmückter Dachattika prägten. Heute steht an seiner Stelle die Feuerwache.

Dem Rathaus gegenüber auf der Südseite des Platzes errichteten die Bockenheimer Katholiken 1868/70 die Elisabethenkirche als zweite Pfarrkirche Bockenheims. Die einst wenigen Katholiken im vormals rein protestantischen (reformierten) Bockenheim hatten zuvor dank Entgegenkommen von Bernhard Brentano in der Kapelle des Schlosses die heilige Messe abhalten können. Nachdem das Schloss 1856 den Besitzer gewechselt hatte, mussten sie in einen Betsaal ausweichen. Angesichts ihrer gestiegenen Zahl war das unbefriedigend. So gründeten sie 1860 einen Kirchenbauverein. Das im Zweiten Weltkrieg stark zerstörte Schiff der Elisabethenkirche wurde nach Entwurf des Architekten Hermann Mäckler auf der Basis des erhaltenen Mauerwerks – ohne Gewölbe, ohne zweite Pfeilerreihe, ohne Chor – wieder aufgebaut. So entstand ein zwar einfacher, aber durchaus eindrucksvoller Raum. Am 30. April 1950 konnte die Gemeinde ihre Kirche neu weihen.

Ein Brunnen mit Symbolkraft

Mit dem Bau der Bockenheimer Volksbank im Stil eines französischen Renaissancepalastes hatte 1893 der Kurfürstenplatz ein weiteres markantes Gebäude erhalten. Schließlich schlossen Wohnhäuser seine Randbebauung. Seine end-

gültige Gestalt erhielt der Platz mit der Errichtung des Brunnens, wo sich die Wege kreuzen. Am 23. Mai 1914, wenige Wochen vor Beginn des Ersten Weltkriegs, wurde er eingeweiht. 10.000 Mark hatten Bürger des Stadtteils Bockenheim dafür gestiftet, 15.000 Mark waren vom städtischen Kulturfonds hinzugekommen. Die Architektur des Brunnens aus rotem Mainsandstein stammte von Caspar Lennartz, die Figuren von Bildhauer Emil Hub.

Die beiden Figurengruppen auf dem ovalen, zehn bis zwölf Meter im Durchmesser großen Beckenrand symbolisieren die Entwicklung Bockenheims vom landwirtschaftlich geprägten Dorf (die Widdergruppe) zum Industriestandort (die Zentaurgruppe). Aus der mit weiteren allegorischen Figuren geschmückten Brunnenschale in der Mitte des Beckens erhebt sich ein zehn Meter hoher Obelisk.

In der Abendsonne erwächst in der Mitte des Brunnens ein Obelisk.

Richtfest in Bockenheim

Von kleineren Ereignissen abgesehen, zu denen die aufwendige Restaurierung des Brunnens in den 1980er Jahren oder das erneut gescheiterte Vorhaben eines Marktes 1978 gehören, stand der Kurfürstenplatz zweimal im Blickpunkt – entsprechend seiner Geschichte nicht ohne Symbolkraft. Anfang September 1953 feierte die Stadt auf dem Platz das „Richtfest“ des Wiederaufbaus Bockenheims, im Besonderen jenes stark zerstörten Teils rund um den Platz. Viele Ehrengäste vom hessischen Innenminister über Oberbürgermeister Kolb und Stadträten bis zu den Direktoren der Gewobag und AG für kleine Wohnungen unterstrichen die Bedeutung der Feier.

Von Anfang 1982 an diente ein knappes Viertel des Kurfürstenplatzes für gut drei Jahre als Lager für das U-Bahn-Baumaterial. Die U-Bahn-Linien 6 und 7, deren Eröffnungsfest übrigens abgesagt worden war, verbinden seit 1986 das kurfürstliche Bockenheim und reichs- und freistädtische Frankfurt minutenschnell oder, um mit Friedrich Stoltzes Worten von 1880 zu schließen: „Die Bockemer hawwe weiter geblickt, die sin mit uns zusammegerickt“.

Hans-Otto Schembs

Frühe Anzeichen von Demenz ernst nehmen

Demenz, das bedeutet Alter, desorientiert sein, nicht mehr Herr seines Verstandes sein. So lautet gemeinhin die Vorstellung von dieser Krankheit, deren genaue Ursachen – ob Alzheimer oder andere Demenzformen – noch längst nicht erforscht sind. Doch Demenz beginnt irgendwann mit nur kleinen Anzeichen, die gerne als Vergesslichkeit, Stresserscheinung oder Burnout angesehen werden. Auch in der Entwicklung von Hilfeangeboten war die sogenannte Frühdemenz bisher kaum im Blick. Erst in jüngster Zeit gibt es – wie etwa beim Bürgerinstitut in Frankfurt – auch Angebote für Menschen, die in der Anfangsphase dieser Krankheit sind.

Wie nehmen diese Menschen sich selbst wahr, wie gehen ihre Angehörigen damit um, wenn sie die Diagnose erfahren? Fragen, die von der Wissenschaft lange Zeit nicht gestellt wurden. Der Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit der Fachhochschule Kiel hat jetzt in einem dreijährigen Forschungsprojekt Betroffene und Angehörige in zahlreichen Interviews dazu befragt. Unter dem Titel „Frühdemenz aus Subjektsicht und kommunale Vernetzung“ ging es darum, dass dieser Personenkreis selbst zu Wort kommen sollte anstatt Objekt von Beobachtung und Beschreibung zu sein. Zum anderen sollte ihr Bedarf an Hilfe und Unterstützung abgefragt und vorhandene Angebote in den Kommunen analysiert werden. Bei einem Fachtag zum Thema wurden die Ergebnisse dieses Projekts im Januar einer interessierten Öffentlichkeit in Frankfurt vorgestellt, wo das Institut für familiale und öffentliche Erziehung mit dem Kieler Forschungsprojekt kooperiert.

Etliche der Betroffenen, die sich auf einen Aufruf in der Zeitung gemeldet hatten, hätten in den Interviews zum ersten Mal über ihre Situation und ihre Bedürfnisse gesprochen, sagte Gaby Lenz, eine der Projektleiterinnen. Sie hätten bemängelt, dass die ersten Anzeichen der Demenz auch von Ärzten häufig nicht ernst genommen würden, so die Erziehungswissenschaftlerin. Angehörige wünschten sich Orte, wo sie über ihre Probleme sprechen könnten, und vermissten oft einen leichten Zugang zu Diagnosemöglichkeiten. Hilfeangebote müssten gemeinsam mit den Betroffenen gestaltet werden, forderte die zweite Projektleiterin, Marita Sperga. Ungeklärt sei aber nach wie vor, wie solche Angebote zu finanzieren seien, sagte die Psychologin. *wdl*

Anzeige

Da gibt es viel zu sehen

Ausstellung über das Stadionbad

„Jeder ist ein Experte für seine Stadt!“ – lautet das Motto der noch jungen Ausstellungsreihe „Stadtlabor“ des Historischen Museums. Alle, die in Frankfurt leben, erfahren die Stadt auf unterschiedliche Art und Weise und vermögen etwas von den vielfältigen Facetten der Stadt und ihrer Eigenheiten mitzuteilen. Dieses aus der Alltagserfahrung heraus gewonnene Wissen wird in den Stadtlabor-Ausstellungen sichtbar. Bis zur Fertigstellung des Neubaus des Historischen Museums ist das Stadtlabor „unterwegs“: Es macht an verschiedenen Stationen in der Stadt halt.

Ein typischer Tag im Stadionbad. **Foto: Oeser**

Auftakt dieses Projekts war im vergangenen Jahr die Ausstellung „Ostend / Ostanfang – Ein Stadtteil im Wandel“ im Kontorhaus im Osthafen. Über 100 mit dem Stadtteil verbundene Personen trugen zur Ausstellung bei und äußerten sich dazu, wie sie den zurzeit sich vollziehenden großen Wandel des Ostends erleben, wie es früher war, wie es werden wird.

Ältestes Freibad

Im Frühjahr und Sommer dieses Jahres geht das Stadtlabor baden: Es widmet sich dem Thema „Das Stadionbad – immer schon mehr als ein Schwimmbad“. Das älteste Freibad Frankfurts ist ein landschaftsplanerisches Juwel, eine wichtige Sportstätte und vor allem ein beliebter Freizeit- und Erholungsort für Frankfurter jeden Alters. Das Stadtlabor zeigt in seiner Ausstellung die vielen Facetten des Bades als Ort für Schwimmer und Springer, Wasser- und Leseratten, Rastlose und Ruhebedürftige, Erlebnis- und Sonnenhungrige. Neben der Annäherung an das 52.000 Quadratmeter große Gelände regt die Ausstellung auch an, das wohlbekannte Bad aus einer neuen Perspektive zu sehen und zu erleben.

Das Stadtlabor-Team hat in Kooperation mit dem Verein Freunde des Stadionbades, den Bäder-Betrieben Frankfurt und dem Eintracht-Frankfurt-Museum die schönsten und unglaublichsten Begebenheiten und eine Vielzahl von Erinnerungen an das Stadionbad zusammengetragen. In Ton und Bild berichten Zeitzeugen seit den 1930er Jahren, wie ein typischer Tag im Stadion aussah, wer die Schwimmer und Springer waren und sind, die sich im Sommer im Bad tummeln, welche Typen es gibt. Erzählt wird, wie man sich weit über den Zaun reckend die US-Amerikaner im Bad beobachtete, die 1945 bis 1950 das Gelände als „Victory-Pool“ besetzt hatten, wie der Bademeister einen rauswarf, der zum dritten Mal mit dem Regenschirm vom Sprungturm sprang, wie man durch ein verstecktes Loch ins Bad kam, wenn das Geld nicht reichte. Auch das Personal des Bades wurde vom Stadtlabor-Team befragt, um authentisch zu erfahren, was nötig ist, eine solche Anlage in Betrieb zu halten.

Größtes Sportgelände Deutschlands

Die Geschichte des Bades, dessen historische Bausubstanz unter Denkmalschutz steht, kommt ebenfalls in der Ausstellung nicht zu kurz. Das Stadionbad oder Freibad Stadion war als Teil des am 21. Mai 1925 von Oberbürgermeister Ludwig Landmann eingeweihten „Sportpark“ Stadions entstanden. Stadtbaurat Gustav Schaumann und Gartenbaudirektor Max Bromme hatten das größte Sportgelände Deutschlands in einer Zeit, in der die Schwierigkeiten der Nachkriegszeit überwunden waren und sich die Kommunalpolitik stabilisierte, auf vormals militärischem Schießgelände im Stadtwald entworfen. Das Gelände umfasste außer dem Freibad die große Kampfbahn (die Commerzbank Arena unserer Zeit), eine Fest- und Spielwiese, ein Waldtheater, eine Sporthalle, eine Radrennbahn sowie Tennisplätze und das Stadionhotel mit seiner zum Bad geöffneten Terrasse. Erstes Großereignis im Stadion war die Arbeiterolympiade vom 24. bis 26. Juli 1925, erstes Ereignis im Freibad die Austragung der Süddeutschen Schwimmmeisterschaften am 5. Juli 1925.

Doch nicht nur die Geschichte, auch die Gegenwart des Bades wird in der kommenden Badesaison eine Rolle spielen. Die Besucher können herausfinden, zu welchem „Badetypen“ sie gehören oder in der „Typberatung“ einen eigenen Typen entwickeln. Die Ausstellung wird sich während des kommenden Sommers mit den Badegästen vor Ort weiter entwickeln und ist offen für Wünsche und Vorstellungen der Badegäste.

Für Studierende der Hochschule Darmstadt, betreut von Professor Ursula Gillmann, war die Gestaltung der Ausstellung eine besondere Herausforderung. Denn das Stadtlabor ist unterwegs: Es galt also den Ort in die Aus-

stellung einzubeziehen. Ein Schwimmbad ist aber nicht gerade ein Ort für einen klassischen Museumsbesuch.

So weit die Geschichte des Stadionbades zurückreicht, ist das Bad nach seiner großen Verjüngungskur 1985/87 ein sehr modernes. Das alte Nichtschwimmerbecken wurde zur Liegewiese, das lange Becken aufgeteilt in drei kleinere (Sprungbecken, Sportbecken, Nichtschwimmerbecken), dazwischen ein „Spaßbecken“ mit unter anderem Rutschen und Wasserfall angelegt. Auch die Technik befindet sich seitdem auf dem neuesten Stand.

Zeitlose Regeln

Wie eh und je seit 1929 wird der Besucher vom „Struwwelpeterbrunnen“ begrüßt, dem von Bildhauer Johann Josef Belz geschaffenen Denkmal für den Arzt und Kinderbuchautor Heinrich Hoffmann. Und die Regeln fürs Wasserbad aus den 20er Jahren haben auch noch ihre Gültigkeit: „Nicht zu lang, Gänsehaut und blaue Lippen sind Zeichen von überlanger Dauer. Abwechselnd Wasser und Sonne entfettet die Haut und gibt Sonnenbrand. Achtung bei vollem Magen! Empfindliche Ohren gegen Wasser schützen!“

Hans-Otto Schembs

Bei der Sammlungsaktion 2011 wurden Erinnerungen an das Stadionbad abgegeben. Bestand Karl Kraus. Foto: privat

„Mein Stadionbad“ – 9. Mai bis 22. August 2012.
Eine partizipative Ausstellung im Stadionbad, Mörfelder Landstraße 362.

Anzeige

FRANKFURTS STADTTEILE

Zeilsheim und Sindlingen

Die zwei im äußersten Westen

Heiligenfigur an einem Fenster in der

Das Schicksal der beiden Stadtteile, die zusammen den äußersten Westzipfel Frankfurts bilden, ist mit den früheren Farbwerken verbunden. Das Lebensgefühl der Bewohner aus Zeilsheim und Sindlingen scheint durch die unmittelbare Nähe zum Chemiestandort aber kaum beeinträchtigt zu werden. „Bei uns in Zeilsheim wohnen zum Beispiel viele Hundertjährige“, sagt Maria Berk. „So schlimm kann die Chemie also nicht gewesen sein“, scherzt sie.

40 Jahre lang arbeitete Berk selber bei der damaligen Höchst AG. Zunächst im Verkauf Farben und im Speditionsbereich, später als Angestellte im Betriebsrat und in der Schwerbehindertenvertretung des Gesamtkonzerns. Bis heute ist das Leben der inzwischen 68-Jährigen von ihrem früheren Arbeitgeber geprägt. Per Ehrenamt ist sie als Vorsitzende des Vereins der Höchst Pensionäre tätig. Seitdem sich die Höchst AG von zahlreichen Beschäftigten mittels Frühpensionierung trennte, setzt sich der Verein für die vorzeitig aus dem Berufsleben Ausgeschiedenen ein. „Die Idee war, die Leute nach dem Verlust des Berufes durch Gemeinschaft sozial aufzufangen“, sagt Berk. Deshalb treffen sich die Mitglieder regelmäßig, machen zusammen Fahrten, feiern Feste, unternehmen Besichtigungen oder besuchen zusammen die Frankfurter Komödie und das Volkstheater.

Auch sonst ist das Leben der Älteren von der Nähe zum Industriestandort geprägt. Viele leben in den Häusern der „Alten“ und „Neuen“ Kolonie. Errichtet wurden die baulich ansprechenden Häuser von den Farbwerken in den 1920er Jahren und gegen Ende des 19. Jahrhunderts als Arbeiterwohnungen. Die „Alte Kolonie“ steht heute unter Denkmalschutz. „Sehr viele haben, als das möglich wurde, die Koloniehäuser gekauft“, sagt Berk, die selbst in einem der Bauten lebt. „Die Senioren möchten deshalb am liebsten bis ins hohe Alter in ihrer Siedlung bleiben.“

In der Straße Alt-Sindlingen

Es gibt viel zu tun

Berk, die sich in einem weiteren Ehrenamt als Sozialbezirksvorsteherin für die Bewohner des Stadtteils einsetzt, weiß, was sich die Älteren sonst noch wünschen: Um auch in der letzten Lebensphase den geschätzten Stadtteil nicht verlassen zu müssen, hätten sie gerne eine Pflegeeinrichtung vor Ort. „Bis Pflegestufe 1 oder 2 funktioniert es noch mit häuslicher Pflege, aber ab Stufe 3 muss man in ein Pflegeheim, und das sollte in der Nähe zu Freunden, Nachbarn und Verwandtschaft sein“, sagt Berk. „Zwei Straßen weiter macht man nun mal eher einen Besuch, als wenn man in die Innenstadt oder den Taunus muss, so wie jetzt.“

Auch ihre Kollegin Gisela Lünzer, Sozialbezirksvorsteherin im benachbarten Sindlingen, zeigt sich mit der Wohnsituation der Älteren nicht ganz zufrieden. Zwar existiert im südlichen Teil eine Seniorenwohnanlage. „Aber im Norden gibt es eine unzureichende Wohnversorgung.“

Weiteres Manko für die betagteren Sindlinger: Der Eingang zum Bahnsteig, an dem die beiden S-Bahnen halten, ist nicht barrierefrei gestaltet. Zwar gibt es keine Treppen, aber der Zugang steigt so stark nach oben an, dass er für so manchen im Rollstuhl oder mit dem Rollator unüberwindlich bleibt. „Das ist ein großes Problem“, sagt Lünzer, die bei den Senioren ansonsten eine große Zufriedenheit mit ihrem Stadtteil wahrnehmen kann. „Ältere leben gerne in Sindlingen“, hat sie festgestellt. Lünzer glaubt, dass das auch mit dem umfangreichen Freizeitangebot zu tun hat. „Da

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

Huthmacherstraße

Werksbrücke im Industriepark Höchst in Sindlingen

Froschbrunnen in Zeilsheim

Fotos (4): Oeser

sind zum Beispiel die Angebote der beiden Kirchengemeinden und der sozial ausgerichteten Vereine.“ Im Sportverein finden bewegungsfreudige Ältere Nordic Walking, Yoga und Pilateskurse. „Wenn man hier wohnt, ist es gut, irgendwo dabei zu sein“, weiß Lünzer. „Hemmschwellen sind nicht nötig“, ermuntert sie: „Einfach hingehen!“

Das gilt auch für den Nachbarstadtteil. „Dass Zeilsheim für Ältere lebenswert ist, macht auch das Vereinsleben aus“, sagt Bernd Bauschmann, Ortspolitiker und Vorsitzender des örtlichen Vereinsrings. Das Programm vieler Vereine sei auch auf die ältere Zielgruppe ausgerichtet. Anziehungspunkt für Ältere sind zum Beispiel Faschingsverein, Gesangsverein, der Geschichtsverein und der Wanderverein. Und einmal im Jahr organisieren die Vereine mit dem „Zeilsheimer Nachmittag“ in der Stadthalle eine Großveranstaltung speziell für Senioren. Auch darauf ist Bauschmann stolz: „Es ist die größte Nachmittags-Saalveranstaltung für Senioren in Frankfurt.“ Bei aller Zufriedenheit in seiner Rolle als Vereinsringvorsitzen der hält Bauschmann den Blick als Politiker schon einmal auf Schwachstellen gerichtet. Eine Sache ist ihm da schon lange ein besonderer Dorn im Auge: Die Stadt Frankfurt habe vor Jahren die Bänke in den um Zeilsheim führenden Feldwegen abgebaut. Gerade viele Ältere gingen hier oft spazieren, hat Bauschmann beobachtet. „Zeilsheim ist ein Stadtteil mit sehr vielen Senioren, da sollte sich die Stadt Frankfurt gerade hier auch seniorenfreundlich zeigen.“

Katrin Mathias

3 Fragen an:

Albrecht Fribolin

Albrecht Fribolin stammt aus einer alten Sindlinger Familie und bezeichnet sich selbst als einen „mit Leib und Seele Eingeborenen“. Seit mehr als 30 Jahren engagiert sich Fribolin im Ortsbeirat. Zusätzlich ist er als Vorsitzender des Präventionsrates aktiv, tanzt im Männerballett und gehört einem sonntäglichen Stammtisch aus ehemaligen Messdienern an.

SZ: Was macht Sindlingen zu einem attraktiven Ort für Ältere?
Albrecht Fribolin: *Hier werden noch intensive nachbarschaftliche Kontakte gepflegt. Die zwischenmenschlichen Kontakte zwischen Jung und Alt stellen eine der großen Stärken Sindlingens dar.*

Sindlingen hat zwei S-Bahnen, die S1 und S2, und ist damit außerordentlich gut in Richtung Frankfurt-City angebunden. Dazu kommen drei Buslinien, die 55, 54 und 57, als ständige Verbindung nach Höchst, Unterliederbach, Zeilsheim und die anderen westlichen Stadtteile. Als besonders attraktiv schätzen die Bewohner die große Grünanlage am Mainufer zwischen Sindlingen und Hattersheim-Okriftel ein. Auch die Freizeitgärten in den Sindlinger „Wingerten“ werden gelobt.

SZ: Das hört sich schön an. Gibt es auch Schattenseiten?
Albrecht Fribolin: *Mit der zentralen Lage einher gehen natürlich Umweltbelastungen, ausgehend von den Chemiefabriken im Industriepark. Das ist sicher ein Minus Sindlingens. Immer wieder ein Diskussionspunkt ist die faktische Vierteilung Sindlingens in den Südteil, also den alten Ortskern und die Siedlung Hermann-Brill-Straße, sowie den Nordteil mit der alten Ferdinand-Hofmann-Siedlung von 1920 und der Neubausiedlung aus den 1970er Jahren. Seit Jahrzehnten wird versucht, vor allem die bestehende Trennung in Nord- und Südteil zu überwinden, im Grunde jedoch ohne Erfolg. Sindlingen Nord besitzt fast keine Infrastruktur, was den Einzelhandel oder Gaststätten betrifft. Für die nicht mehr mobilen Senioren konnte wenigstens der geschlossene Tengelmannmarkt mit städtischer finanzieller Hilfe wieder eröffnet werden und wird jetzt als Smart-Markt der Werkstatt Frankfurt betrieben.*

SZ: Welche Angebote gibt es in Sindlingen, die Seniorinnen und Senioren weiterhelfen können?
Albrecht Fribolin: *Die Kommunalpolitik versucht ständig, Sindlingen lebenswert zu gestalten. Eine Unzahl kleiner Maßnahmen sind in den letzten 30 Jahren umgesetzt worden. Speziell für Senioren wurden zum Beispiel fast alle Bürgersteigübergänge abgesenkt und „schräge“ Bürgersteige geebnet.*

Außerdem gibt es seit zwei Jahren ein sogenanntes Senioren-Hilfenetzwerk. Dabei können gegen geringe Bezahlung Helfer für kleine Dienstleistungen angefordert werden, zum Beispiel zum Einkaufen, Rasenmähen, kleinen Gartenarbeiten, Haushalt oder Winterdienst. Das Netzwerk wird von der Caritas und den Sindlinger Kirchengemeinden getragen und erfreut sich großer Beliebtheit bei den Senioren.

Katrin Mathias

„Lauter-Nette-Leute-Abend“

Im Zeilsheimer Heimatmuseum **Foto: Oeser**

Drei Mitglieder besaß der Verein bei seiner Gründung. Das war vor zehn Jahren. Inzwischen besteht das Zeilsheimer Kulturforum aus 230 Mitgliedern. Überwiegend sind es Ältere: „Die Leute sind sehr wissbegierig, und gerade die Älteren sind noch sehr aktiv“, ist die Erfahrung von Karin Naß, der Vorsitzenden des Kulturforums. Gemeinsame Fahrten und Besuche kultureller Ereignisse und Veranstaltungen bietet der Verein daher an. Organisiert werden zum Beispiel Tagesfahrten zu Aufführungen von Open-Air-Theatern, nach Hamburg, um Musicals anzuschauen. Sie fuhren auch nach Schottland und waren in Cornwall unterwegs. Dazu kommen Stadtführungen durch die Heimatstadt Frankfurt zu verschiedenen Themen, und alle Jahre wieder steht der Besuch eines Neujahrskonzerts auf der Liste der Angebote. Diese stellt die Vereinsvorsitzende persönlich jedes Jahr im Herbst den Mitgliedern vor. Bei dem Treffen, dem Karin Naß den Namen „Lauter-Nette-Leute-Abend“ gegeben hat, melden sich die Besucher für die Ereignisse an, an denen sie teilnehmen wollen. Um mitzumachen muss man kein Mitglied sein. „Andere sind natürlich auch willkommen“, sagt Naß, „wenn noch Plätze frei sind.“ Das komme allerdings nicht häufig vor.

Auf die Feststellung, dass der Verein kein reiner Seniorenclub ist, legt die Vorsitzende auch großen Wert. „Wir haben auch jüngere Mitglieder“, betont sie. Auch daran finden die Älteren Gefallen: „Ältere wollen nicht nur mit Älteren zusammen sein“, ist die Erfahrung von Naß.

Mehr Informationen gibt Karin Naß. Telefon 0 69/36 33 99.

Katrin Mathias

Anzeige

Ankauf von modernen Möbeln & Design Klassikern

Wir kaufen Ihre Wohnklassiker der Epochen 50er bis 70er Jahre.
Dänische Teak- und Palisandermöbel, Büro & Praxiseinrichtungen. Gerne auch Restaurierungsbedürftig.

Herr Fritz • Dreieich • Telefon 06074 / 803 34 34
Mobil 0178 / 140 85 34 • E-Mail moderne-moebel@hotmail.de

Wie gut kennen Sie Frankfurt?

Aktiv in Frankfurt heißt das Schwerpunktthema, dazu gehört auch das Unterwegssein in dieser interessanten Stadt. Bestimmt wurde bei einer Stadtführung schon einmal auf die Brücke hingewiesen, auf der diese Figur schon lange ausharrt. Wer weiß, wie die Brücke heißt, kann die Antwort bis zum 11. Mai 2012 an die Redaktion senden. Zu gewinnen gibt es dieses Mal fünf Bücher „Der schnelle Weg zum gesunden Rücken” von Dr. med. Reinhard Schneiderhan.

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

Foto: Hoffmann

Auflösung des Preisrätsels aus SZ 1/2012

Wie war's dereinst in Frankfurt schön,
denn wollte man auf Reisen gehen,
sucht man sich einen Bahnhof aus
und wusste, wo kommt man heraus.

Denn namentlich war angegeben,
wohin die Rösser dampfend streben.
Wohin von dort man reisen kann,
das gab der Bahnhofsnamen an. x)

Der HAUPTBAHNHOF ist aller Ziel
stets mittendrin im Stadtgewühl.

x) An der Gallusangabe gab es nebeneinanderliegend den Main-Weser-Bahnhof, in der Mitte den Taunus-Bahnhof und am südlichsten gelegen den Main-Neckar-Bahnhof.

Herbert Hoffmann

Eine BahnCard 25 hat gewonnen: Otti Sproesser; zwei Reisegutscheine der Deutschen Bahn haben gewonnen: Elisabeth Stockinger und Gertrud Mook. Wir gratulieren!

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: Mo–So 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: Mo–So 12.00 bis 13.30 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: Mo–Fr 12.00 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: Mo–So 12.00 bis 13.30 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: Mo–So 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: Mo–So 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 Atzelberg Ost, Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: Mo–Fr 08.00 bis 16.00 Uhr,
Sa 11.30 bis 16.00 Uhr, So 11.30 bis 17.00 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: Mo–So 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:

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 (ab 1. Juni 2012 auf 2,80 Euro) festgelegt.

Anzeige

Die frische Küche vom Land, die zu Hause am besten schmeckt

Immer mehr Menschen genießen den Komfort, sich ein gutes Essen ins Haus liefern zu lassen. Frisch und ausgewogen sollte es sein, abwechslungsreich und geschmackvoll. All das bietet die Landhausküche aus dem Hause apetito. Frische Zutaten, beliebte Rezepte und erfahrene Köche machen die Qualität der Gerichte aus.

Um es den Gästen der Landhausküche so bequem wie möglich zu machen, liefern freundliche Kuriere das Bestellte direkt ins Haus.
Für mehr Informationen sind die freundlichen Mitarbeiterinnen der Landhausküche telefonisch erreichbar: Montag bis Freitag 8.00 – 18.00 Uhr
Tel. 0 69 – 24 79 50

LANDHAUS KÜCHE
Für mich gekocht.
Für mich gebracht.
Von apetito

Landfrische, köstliche Gerichte,
mit dem Liefer-Service ins Haus

PROBIER-ANGEBOT
Jetzt bestellen und selbst überzeugen!

Rufen Sie uns an! Tel. 0 69 - 24 79 50 24
www.landhaus-kueche.de

Für Sie gelesen

Pionierarbeit in Sachen Gleichberechtigung

„Journalistin ist man immer – Meine Erinnerungen an das 20. Jahrhundert“ ist nicht das erste Memoirenbuch der heute 91-jährigen Fides Krause-Brewer. Während ihr Porträt-Band „Vom Brahmsee bis Shanghai“ (1987) aber mancher Feministin aufstieß, da die Autorin weiblichen Anliegen unleidlich begegnete (großbürgerliche Herkunft kann ja ungnädig stimmen), macht das neue Buch im Abschnitt „Mein Kampf um Gleichberechtigung“ manches wett. Als Bonner ZDF-Korrespondentin für Wirtschaft und Sozialpolitik leistete sie Pionierarbeit. Am Anfang stehen hier aber ihr Geburtshoroskop und Vorfahren wie ihr Großvater, der 1906 bis 10 das Reichskolonialamt leitete. Abschnitte über Persönlichkeiten wechseln mit Sachthemen; Konrad Adenauer lernte sie als Pressefreund und Be-günstiger weiblicher Interessen kennen. Ein Register hätte das Buch noch brauchbarer gemacht.

Fides Krause-Brewer: „Journalistin ist man immer: Meine Erinnerungen an das 20. Jahrhundert”. Nicolai, 2011. Geb., 224 S., 24,95 Euro

Einblick ins Familienleben

Diana Maria Friz’ Biografie „Bertha Krupp und ihre Kinder“ profitiert davon, dass sie die Enkelin Bertha Krupps von Bohlen und Halbach (1886–1957) ist, die als 16-Jährige unter Wilhelm II. das Krupp-Imperium erbte. Als solche hat Friz Zugriff auf unveröffentlichte Dokumente. Ihre Großmutter hat sie in liebevoller Erinnerung. Wie sah Bertha Krupps Leben also aus? Wenn ein Fräulein einen als Stahl- und Waffenproduzent so wichtigen Konzern erbt und vom Kaiser an einen Diplomaten verheiratet wird, um dann das Ende dreier Staaten, zwei Weltkriege, Wirtschaftskrisen und die junge Bundesrepublik mitzuerleben, dann traut man ihr gewiss Disziplin zu. Friz rückt nun die glückliche Familienchefin ins Licht, die Verantwortung, Mitgefühl und Fürsorglichkeit ausstrahlte, deren Kinder aber fast alle ein tragisch überschattetes Leben führten. Tiefe Einblicke mit Details, wie sie nur Familienmitglieder kennen.

Diana Maria Friz: „Bertha Krupp und ihre Kinder – Das Leben meiner Großmutter”. Dtv Premium, 2011. Br., 342 S., 19,90 Euro

Das birgt die Wüste

„Gott gehört allen, die es wollen“, lesen wir: Mönchen und Weltlichen, Jungen und Alten, so wie die Sonne über allen strahlt. Geschrieben hat das Johannes Climacus in „Climax“ (Himmelsleiter), seiner Anleitung zum Aufstieg in den Himmel, die vor 1300 Jahren im Katharinenkloster entstand. Das weltberühmte Kloster liegt unterhalb des Mosesbergs, wo Moses die Zehn Gebote empfing. „Und sie zogen aus in ein wüstes Land: Auf den Spuren der Bibel durch den Sinai“ betiteln Ulfrid Kleinert (Texte) und Rolf Kühn (Fotos) ihr schönes Buch, das unser Zitat enthält. Die Autoren schwelgen in meditativen Eindrücken der Wüste und des brennenden Dornbuschs, in dem sich Gott dem Moses offenbarte. An den Exodus, den Tanz ums Goldene Kalb, den Propheten Elias erinnern die Autoren: all die Geschichten vom Sinai eben. Auch zeigen und erläutern sie lokale Oasen und Ruinen und das Katharinenkloster, nicht ohne das lärmige Heute an diesem Ort zu erwähnen. Ein elftes Kapitel widmet sich den Beduinen, Meditatives und Informatives zur Wüste beschließt das preiswerte Buch.

Ulfrid Kleinert, Rolf Kühn: „Und sie zogen aus in ein wüstes Land…: Auf den Spuren der Bibel durch den Sinai”. Primus, 2011. Geb. mit Schutzumschlag, 124 Seiten mit 54 farb. Abb. und 1 Karte, 24,90 Euro

Gegen die Unmenschlichkeit

Kathrin Pläcking nennt „Erste Wahl“ einen „Zukunftsroman“. Was die Freiburger Altenpflegerin ins Zentrum rückt, sind mögliche Folgen der demografischen Alterung, und die machen eine wahre Schreckensvision aus ihrem Buch. Wenn heute auch nur gedacht werden kann, dass die sogenannte Euthanasie das Problem der gesellschaftlichen Alterung „lösen“ könne – was sagt das über uns aus? Zur Handlung: 2023 zwingt ein „fortschrittliches“ Rentengesetz Menschen über 75 die Wahl auf, ihre knappe Einheitsrente halbiert zu bekommen oder aber gegen 150.000 Euro Abfindung auf alle Zahlungen zu verzichten. So kauft sich das Gemeinwesen frei. Wer die „Erste Wahl“ getroffen und seine 150.000 Euro dann verbraucht hat, ist aufgefordert, den assistierten Selbstmord zu wählen. Wie gehen Menschen damit um? Susanne Helbrich etwa – ihr eigener Bruder stiehlt ihre Abfindung. Laura, die Altenpflegerin, stemmt sich gegen die kalte Gesellschaft. Eine Einrede gegen Unmenschlichkeit, die zuspitzt und Unterschwelliges zur Oberfläche treibt.

Kathrin Pläcking: „Erste Wahl”. Ein Zukunftsroman. Mabuse-Verlag, 2011. Br., 184 S., 16,90 Euro

Zwischen Tier und Engel

Um Dinge sinnvoll zu beeinflussen, muss man ihre Grundlagen verstehen. Das gilt auch für die Biologie des Alterns. „Das vierte Quartal: Wie und warum sich unser Körper im Alter verändert“ von Hans Günter Gassen bietet dazu einen guten Leitfaden. Der emeritierte Professor für Biochemie stellt lesbar, anregend und anschaulich Grundwissen zusammen, um auch Lesern vom ersten bis dritten Quartal des Lebens zu helfen, sich fit zu erhalten. Wie lässt sich diese oder jene Schwächung ausgleichen, wie die Balance bewahren? Damit das Wunderwerk zwischen Tier und Engel, der Mensch, nicht aus den Fugen gerät, gilt es, unser Wissen über Evolution und Erbanlagen, das Altern im Blick der Gesellschaft, die Wichtigkeit des Wassers und den Blutkreislauf, Haut, Bindegewebe, Bewegungs- und Sinnesapparat, Geist, Sex und Verdauung praktisch zu nutzen. Ein sachhaltiges Handbuch, das zu lesen lohnt.

Günter Gassen: „Das vierte Quartal – Wie und warum sich unser Körper im Alter verändert”. Primus, 2011. Geb., 192 S., 39,90 Euro

Marcus Hladek

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim im Sozialzentrum Marbachweg / Haus der Begegnung

Dörpfeldstraße 6, 60435 Frankfurt
Telefon 0 69 / 2 99 80 72 68

Nostalgie mit den „Old Romantics“
Es darf getanzt werden
Mittwoch, 18. April, 15 Uhr, 5 € inkl. Kaffeetafel, mit Anmeldung

Qigong
Fit über 50 mit Philip Stanley, chinesische Heilgymnastik für Menschen mit oder ohne gesundheitliche Einschränkungen
Mittwoch, 25. April, 10.30 bis 12 Uhr, 10 x, 65 €

Yoga für jedes Alter
mit Annemie Pauli
Mittwoch, 30. Mai um 17.15 Uhr, 8 x 1 Std., 40 €

Bluthochdruckmedikamente-Gruppen
Vortrag von Ulrike Hedrich (Apothekerin) in der Selbsthilfegruppe Bluthochdruck Frankfurt Rhein-Main
Dienstag, 24. April, 17.15 Uhr

Harfenklänge – Frühlingsmusik
Letizia D’Amico (Harfe) spielt u. a. Respighi, Scarlatti
Montag, 21. Mai, 17 Uhr, anschließend Imbiss, Anmeldung bis 16. Mai, Kosten 8 €

Musik-Express Daniel
Gemütlicher Nachmittag
Mittwoch, 13. Juni, 15 Uhr, 5 € inkl. Kaffeetafel, mit Anmeldung

Sommerfest
Samstag, 23. Juni, 14 bis 18 Uhr mit den Join Adventure, dem Seniorenorchester, Tanzmusik von Freddy Sänger, Tombola, Gartencafé, Gegrilltem

Anzeige

RMV-Ausflüge & zu Fuß unterwegs
mit Rainer Ladach, Anmeldung und Vorkasse für Führung und RMV jeweils freitags
20. April: Ronneburg
11. Mai: Weilburg an der Lahn
15. Juni: Braunfels im Lahntal

Offenes Aktivangebot
Führungen mit Monika Franz, mit Anmeldung
24. April: Naturschutz im Stadtwald
5. Mai: Römer und Kaisersaal
23. Mai: Müllheizkraftwerk
2. Juni: „Art- Collection“ im USB – Operntower

Internet-Café Kontakt im Haus der Begegnung

Neue Öffnungszeiten Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag, 14 bis 16.30 Uhr, Freitag 10 bis 12 Uhr
Hilfe bei Computer- und Internetnutzung.
Bringen Sie auch Ihr eigenes Laptop / Notebook mit.

Einführungskurs in PC und Internet für Anfänger
mit Dagmar Krönung
Ab Montag, 30. April, jeweils 10 bis 12 Uhr, 4 x 2 Std., 30 €

Verpasste Sendungen ansehen?
Einführung in Mediatheken oder youtube im Internet mit Laila Schmid
Freitag, 20. April, 10 Uhr

„Mit lieben Grüßen“ Freude schenken
Glückwünsche für besondere Gelegenheiten am PC schön gestalten – mit Lydia Schütz, keine Vorkenntnisse notwendig
Freitag, 15. Juni, 14 Uhr

Wie finde ich die richtigen Informationen im Internet?
Einführung mit Markus Reuter
Dienstag, 19. Juni, 10 Uhr

Begegnungszentrum Preungesheim

Jaspertstraße 11, 60435 Frankfurt, Telefon 0 69 / 5 40 05 55

Hessische Küche
Humoriger Vortrag mit Rolf Ohligschläger
Donnerstag, 21. Juni, 16 Uhr

Glanzgold
Frankfurter Krimi-Lesung mit Meddi Müller und Patrick Hemling / Begleitung an der Gitarre
Donnerstag, 26. April, 16 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

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

Sommerfest mit Livemusik
im Garten des Begegnungszentrums
Samstag, 23. Juni, 15 Uhr, Eintritt frei

„Wenn das Gedächtnis nachlässt“
Vortrag zu Fragen rund um das Thema Demenz
Freitag, 27. April, 16 Uhr, kostenlos, Anmeldung bis 25. April

Das einzigartige Stadtquiz
mit Rolf Ohligschläger
Dienstag, 8. Mai, 15.45 Uhr, kostenlos – außer Verzehr!
Anmeldung bis 4. Mai

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Aßlarer Straße 3, 60439 Frankfurt, Telefon 0 69 / 57 71 31

„Wir im Quartier – Demenzfreundliche Nachbarschaft“
Jeden 1. Donnerstag im Monat ab 14.30 Uhr,
Vorbereitung kreativer Aktionen für die Frankfurter Aktionswoche „Kopfkarussell“ im Oktober.

Gemeinsam unterwegs
Aktivclub Heddernheim, jeweils mittwochs.
Bitte Programm anfordern, Gäste: 2 €

Begegnungszentrum Auguste Oberwinter Haus

Burgfriedenstraße 7, 60489 Frankfurt, Telefon 0 69 / 78 00 26

Gemeinsam stricken, häkeln, und klönen
jeweils dienstags, 15 bis 17 Uhr

Besuch bei SenSe in Niederursel
Projekt für gemeinschaftliches Wohnen im Alter
Dienstag, 17. April, 15 Uhr vor Ort

Treffpunkt Fotografie
Offener Treff für alle Fotobegeisterten
Dienstag, 24. April, 15 Uhr

Rosenausstellung im Palmengarten
Dienstag, 5. Juni,
Treff Eingang Sießmayerstraße, 14 Uhr.

Anzeige

Der Ton macht die Musik.

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

Zum Kaltwassergeysir bei Andernach
Donnerstag, 21. Juni, Treffpunkt 9.30 Uhr Haltestelle Ebelfeld U 6, Kosten zwischen 13 und 17 €.
Bitte anmelden

Wie seniorengerecht ist Rödelheim?
Stadtteilbegehung mit Erkunden der Stolpersteine und Erarbeiten von Verbesserungsvorschlägen mit Vertretern des Ortsbeirates
Dienstag, 15. Mai, Treffpunkt im Haus, 14.30 Uhr.
Bitte anmelden

Begegnungszentrum Sossenheim

Toni-Sender-Straße 29, 65936 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 34 66 61 oder 34 68 94

Vom Mixer zum Rasierer
Führung durch die Braun-Sammlung
Dienstag, 17. April, 14.30 Uhr vor Ort in Kronberg, Westerbachstr. 23 C oder 13.30 Uhr in Sossenheim, Bushaltestelle Westerwaldstraße, Bus 55, 3,50 €

„Eine Leiche wie ein Kunstwerk ...“
Lesung mit der Tierärztin und Krimiautorin
Dr. Andrea Haberney, Montag, 23. April, 16 Uhr, 2 €

Chinesischer Garten im Bethmannpark
Führung mit Wissenswertem zu Pflanzen, Bau und Geschichte
Dienstag, 5. Juni, 14.30 Uhr vor Ort. Bitte anmelden, 2 €

Café Anschluss

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Telefon 0 69 / 55 09 15

Einzelhilfe für Smartphone-Einsteiger
Terminvereinbarung erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr funktionstüchtiges Smartphone (aufgeladen, mit Karte) und Handbuch des Geräts mit, pro Stunde 6 €

Sicherheit durch Hausnotruf
Vortrag von Mehtap Duru
Dienstag, 17. April, 10 Uhr

Google Chrome
Einführung in den neuen Internet-Browser
Donnerstag, 3. und 10. Mai,
9.30 bis 12.30 Uhr, 2 x 3 Stunden,
Anmeldung erforderlich,
25 € inklusive Arbeitsunterlagen

Krimi-Lesung
mit Jule Schwachhöfer und Monika Hoßfeld
Die beiden Autorinnen lesen aus ihren Werken „Vergessene Kindheit“ und „Tod in der Wetterau“
Dienstag, 22. Mai, 17.30 Uhr

Spaziergang an der Nidda
zum Höchster Stadtpark (ca. 2 Stunden)
Donnerstag, 31. Mai, 14 Uhr, Treff: Hauptwache B-Ebene an den Fahrkartenautomaten,
Anmeldung bis 29. Mai erforderlich:
Telefon 0 69/55 09 15, 2 € und RMV

Windows 7 – Grundlagen
Voraussetzungen: PC-Starter-Kurs oder vergleichbare Vorkenntnisse
Montag, 25. Juni, und Donnerstag,
28. Juni, 9.30 bis 12.30 Uhr, 2 x 3 Std;
Anmeldung erforderlich;
25 € inklusive Arbeitsunterlagen

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

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

Ich will Dir erzählen – Kurzgeschichten von Robert Walser

Der Blaue Salon mit Hertha Georg und Klaus Baumgarten,
Kurmainzer Straße 91
Samstag, 12. Mai, 16 Uhr

Frühstück Español

Gemeinsam frühstücken und spanisch sprechen!
Anmeldung erforderlich!
Kooperation mit dem Victor-Gollancz-Haus
Montag, 7. Mai, 10 Uhr im BGZ Höchst

Nordic Walking-Kurs

für Anfänger mit Vitalberaterin Uschi Mader.
Dienstag, 12. Juni, Mittwoch,
20. Juni und 4. Juli, jeweils 10 Uhr,
Treffpunkt: Eingang des Kurmainzer Friedhofes
am Höchster Stadtpark, Anmeldung erforderlich

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298, 60439 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 729 98 07-55 22

Frühlingsfest

mit Jürgen Daniel
Mittwoch, 9. Mai, 12 Uhr, Mittagessen, Kaffee und Kuchen
Praunheimer Weg 169, Verzehrkosten,
Anmeldung bis 2. Mai

Fahrt nach Michelstadt

mit dem Zug durch den schönen Odenwald
Donnerstag, 14. Juni, 9.30 Uhr, RMV-Kosten, Verzehrkosten,
Anmeldung erforderlich bis 11. Juni

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst Senioren-Initiative

Gebeschusstraße 44, 65929 Frankfurt, Telefon 0 69/31 75 83

Musik, Poesie und Theater

Offene Bühne 50plus, mitmachen erwünscht!
Beiträge bis zum 6. Juni anmelden!
Telefon 0 69/ 31 24 18
Mittwoch, 20. Juni, 19.30 Uhr, Kartenvorverkauf SIH
und BGZ Höchst, Kartenpreis 2 € oder Abendkasse 3 €

Frankfurt liest ein Buch

Lesung in der SIH-Villa
Mittwoch, 25. April, 14.30 Uhr, Eintritt 4 €, ermäßigt 2 €,
Anmeldung erforderlich

Flirtkurs

Donnerstag, 10. Mai und 24. Mai, 15 bis 17.30 Uhr,
Anmeldung erbeten, Kooperation mit Pro Familia

Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

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

Tanztee mit Live-Musik

Freitag, 20. April, 14.30 Uhr, 2,50 €

Rundreise durch Chinas Landschaften

Dia- Vortrag mit Helmut Eichhorn
Mittwoch, 2. Mai, 15 Uhr, 2 €, Anmeldung erwünscht

Irrtümer in der Medizin

Hartnäckigen Vorurteilen auf den Grund gehen.
Vortrag von Wera Völker
Mittwoch, 13. Juni, 15 Uhr, 2 €,
Anmeldung erwünscht

Sommerfest „Frankfurter Art“

Freitag, 29. Juni, 14.30 Uhr, 2,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Riedhof

Mörfelder Landstraße 210, 60598 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 6 31 40 14

Tanz in den Mai

Montag, 30. April, ab 19 Uhr, 3 €
Livemusik mit Thorsten Schmitz

Zum Kaltwassergeysir in Andernach

Dienstag, 26. Juni, Abfahrt 8 Uhr, Mörfelder Landstraße 210,
Anmeldeschluss 13. Juni, 30 €

Fit und Gesund mit Gymnastikgruppe

donnerstags 11.30 bis 12.30 Uhr, 3 € pro Std.

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen-Ost

Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 6 03 23 15 oder 20 17 20 49

Frühstücksbuffet

freitags ab 8.30 Uhr, Kosten: 3,50 €

Anzeige

Wii-Spielenachmittag
freitags 15 bis 16.30 Uhr (Bowling und weitere Spiele)

Walking „Die Schrittmacher“
freitags, 10 Uhr, Parkplatz Goetheturm,
1 € (4 bis 5 km strammes Walken)

Dämmerschoppen mit Livemusik
jeden 1. Freitag im Monat, 16.30 bis 20 Uhr

Deutscher Wetterdienst
Besuch beim Tag der offenen Tür, Samstag, 5. Mai, 10 bis 18 Uhr (Ballonflüge, Führungen)
Anmeldung bis 23. April erforderlich, Telefon 01 52/22 66 22 99

Bon Apetito
Gemeinsames Mittagessen jeden 1. Montag im Monat, 12 bis 13.30 Uhr (Auswahl aus fünf Menüs), Anmeldeschluss eine Woche zuvor

Sommerfest mit Livemusik
Kaffee und Kuchen, Worscht vom Grill,Dienstag, 26. Juni, ab 14 Uhr, Anmeldung bis 19. Juni, Eintritt 2,50 €

Begegnungszentrum Maintreff

Walter-Kolb-Straße 5–7, 60594 Frankfurt,
Telefon 0 69 / 1 53 92 14 15

Tanzcafé mit Livemusik
Jeweils freitags (außer an Feiertagen) 14 bis 17 Uhr, Eintritt 2,50 €

Modemobil mit Frühjahrs- und Sommermode
Donnerstag, 19. April, 10 bis 15 Uhr

Hatha Yoga 50+
Atmung – Bewegung – Tiefenentspannung – Meditation
ab 9. Mai jeweils mittwochs 11 bis 12.30 Uhr, 50 € (für 5 x),
Anmelden erforderlich, Telefon 0 69/1 53 92 14 15 oder 29 14 92

Literaturfrühstück
Donnerstags 9 bis 10 Uhr Frühstück, 10 bis 11 Uhr Lesung,
2 € für die Lesung, 3,50 € für Frühstück

Sommerparty mit Livemusik und Tanz
Freitag, 29. Juni, 10.30 Uhr,
Livemusik 14 bis 17 Uhr, Eintritt 2,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim „Bockenheimer Treff“

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

„Liebe, Lust und Leidenschaft“
Der neue Flirtkurs zusammen mit Pro Familia Frankfurt
jeweils mittwochs 16 bis 18 Uhr
18. April: Typberatung mit Bärbel Klein, 5 €
25. April: Flirtkursübungen zur Körpersprache
2. Mai: Flirtkursübungen zur Körpersprache
9. Mai: „Erfolgreich chatten – Sicher daten“
Abschluss im Café Anschluss/Hansaallee Teilnahme nur mit Anmeldung über den Zentrumsleiter möglich!

Gesund leben gesund bleiben
Vortragsreihe immer freitags 16 bis 18 Uhr
27. April: „Diabetes – Die Last mit der Süßen Lust“
25. Mai: „Rheuma – Wenn alle Glieder schmerzen!“
22. Juni: „Darmkrebs – Wie verhindern, wie effektiv behandeln!“

Interessenten weiterer Angebote können unsere Programme „50+ und Ausflüge” anfordern unter Telefon 0 69/29 98 07-243/246!

BESTATTUNGSUNTERNEHMEN KISTNER UND SCHEIDLER
bietet in seinen Räumen, Hardenbergstraße 11, Hinterhaus, folgende kostenfreie Veranstaltungen an:

Pflege am Ende des Lebens
Ramona Wagner, Altenpflegerin und Palliativ Care Fachkraft, informiert, Mittwoch, 25. April, 19 Uhr

Plötzlich ist alles anders
Wer einen nahestehenden Menschen auf schreckliche Weise verliert, braucht besondere Begleitung. Vortrag von Pfarrerin Irene Derwein, Leiterin der Telefon- und Notfallseelsorge Frankfurt, Mittwoch, 23. Mai, 19 Uhr

Metamorphosen
Vernissage einer Ausstellung der Bildnerin Marianne Jensen , Mittwoch, 13 Juni, 19 Uhr

Pflegeheim Bockenheim

Friesengasse 7, 60487 Frankfurt,

Gesprächskreis
der Selbsthilfegruppe für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen,
jeweils Dienstag, 17 bis 19 Uhr, 8. Mai, 5. Juni

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

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., Große Bockenheimer Straße 33–35, 60313 Frankfurt, Tel. 15 34 23 66, Fax 15 34 23 68

▶ 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

▶ Pflegestützpunkt, Jugend- und Sozialamt, Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Tel. 08 00/5 89 36 59

Anzeige

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	800 60 100
Mainova-Service	08 00 / 114 44 88
Notruf (Störung: Gasgeruch, Wasser etc.)	213 / 8 81 10
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr)	0180 / 33 72 25 50
Telekom-Auskunft	118 33
EC-Karten-Sperre	0 18 05 / 02 10 21
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 Jugendschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 18
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	2 12-3 59 73
Rathaus für Senioren, Infostelle	2 12-4 99 11
Zentrale Heimplatzvermittlung	2 12-4 99 22
Soziale Hilfen für Heimbewohner	2 12-4 99 33
Leitstelle Älterwerden	2 12-3 81 60
Wohnungsberatung für Körperbehinderte und Senioren / Wohnen im Alter	2 12-7 06 76
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	2 12-3 57 01
Seniorenreisen	2 12-4 99 44
Tagesfahrten	2 12-3 45 47
Theatervorstellungen	2 12-3 81 60
Senioren Zeitschrift	2 12-3 34 05
Betreuungsstelle	2 12-4 99 66
Pflegestützpunkt Frankfurt am Main	08 00 / 5 89 36 59
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
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Fahrgastbegleitservice VGF	21 3 2 31 88
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67-1
Malteser	71 03 37 70
SoVD-Stadtkreisverband (Sozialverband Deutschland)	31 90 43
VdK-Stadtkreisverband	4 36 52 13
Weißer Ring Frankfurt	23 35 81
Heißer Draht für pflegende Angehörige	95 52 49 11
Pflegebegleiter Initiative	78 09 80
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	77 66 11
Selbsthilfe-Kontaktstelle	55 93 58
Evangelische Seelsorge	08 00 / 111 01 11
Katholische Seelsorge	08 00 / 111 02 22

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

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

Oberlindau 20, 60323 Frankfurt
Information und Anmeldung Telefon 0 69/97 20 17-40

9. Frankfurter Freiwilligentag am 12. Mai

Einen Tag lang Gutes tun kann man wieder am Samstag, 12. Mai, beim Freiwilligentag. Rund 30 Aktionen können helfende Hände gut gebrauchen. Wie immer werden alle Freiwilligen abends zum gemütlichen Ausklang eingeladen.
Informationen und Anmeldung unter Telefon 0 69/97 20 17 30 und www.freiwilligentag-ffm.de

REIHE: VERSTEHEN SIE DEMENZ

Beschäftigung – was brauchen Menschen mit Demenz

Was bedeutet Beschäftigung für Menschen mit Demenz und welche Möglichkeiten haben Begleitpersonen, sie zu unterstützen. Vortrag von Helga Claus, Pflegefachkraft und Freiwilligenkoordinatorin für das DemenzForumDarmstadt e.V., mit anschließender Diskussion
Donnerstag, 19. April, 19 Uhr Stadtteilbibliothek Sossenheim, Alt-Sossenheim 54

Kann man Demenz vorbeugen?

In dem Vortrag werden aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Demenzvorbeugung vorgestellt und Hinweise zu deren Umsetzung gegeben.
Referent: Prof. Dr. med. Johannes Pantel, Psychiater, Psychotherapeut und Geriater, Professor für Altersmedizin und Gerontopsychiater an der Johann Wolfgang Goethe-Universität.
Mittwoch, 20. Juni, 19.30 Uhr, Zentralbibliothek, Hasengasse 4
Weitere 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 20 17-37

Treffpunkt Rothschildpark

„Es grünt so grün ...“

Ausstellung mit Grüngürtel- und anderen Bildern von Rosie Schnabel. Bis zum 25. Juni in den Räumen des Bürgerinstituts

Unbekannte Märchen und Geschichten

für Erwachsene gelesen von Irmgard Rütten
Montag, 30. April, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Malkurs: Einführung in die Nass-in-Nass-Technik Aquarell

Die Künstlerin Rosie Schnabel gibt eine Einführung in die Nass-in-Nass-Technik und leitet an zum Malen von Wildblumen auf eigenen Glückwunschkarten.
Mittwoch, 9. Mai, 11 bis 13 Uhr, Kosten für Material 10 €.
Bitte anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl

THEMA LANDLEBEN

Literatur am Nachmittag

mit Monika Vogel, „Geschichte einer Magd“ und „Simons Papa“ von Guy de Maupassant, aus: „Eine Landpartie“
Montag, 14. Mai, 14.30 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Ausflug zur Abtei Seligenstadt

Führung durch die Gartenanlagen der Abtei in Seligenstadt. Im Anschluss führt Walter Lachner durch das historische Seligenstadt.
Donnerstag, 31. Mai, 10.45 Uhr, Treffpunkt: 10.45 Uhr an der Hauptwache, B-Ebene vor Kaufhof. Kosten: 2,50 € für die Führung und RMV-Ticket (Gruppentageskarte).
Bitte bis 22. Mai anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl

Mali – ein Land mit vielen Facetten

Bebildeter Reisevortrag von Ilona Schutkowski über das Land in Westafrika.
Dienstag, 12. Juni, 14.30 Uhr, Gästebeitrag 2,50 €

Besuch des Hessenparks

Das Freilichtmuseum Hessenpark bietet einen spannenden Rundblick über 400 Jahre ländliches und kleinstädtisches Leben in Hessen.
Donnerstag, 21. Juni, 9.30 Uhr, Treffpunkt: 9.30 Uhr Hauptbahnhof, Gleis 22 oder Treffpunkt 11 Uhr Hessenpark, Marktplatz-Brunnen. Beginn 11 Uhr
Kosten: 5,50 € Gruppeneintritt; 2 € Führung; zzgl. Gruppenkarte RMV. Bitte anmelden.

Autorenlesung „Mein Dorf in Griechenland“

Erika Münch wird aus ihren unveröffentlichten Texten lesen, die vom Leben der Menschen in Romanos, einem Dorf auf der Südpeloponnes, erzählen.
Freitag, 29. Juni, 15 Uhr, 2,50 € Gästebeitrag

Kulturbegleitung für Senioren

Älteren Menschen bieten wir eine Begleitung durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an. Der Service ist kostenlos.
Informationen bei Barbara Jakob, Telefon 0 69/97 20 17 36

Anzeige

Leserbrief zu Wer weiß mehr?
SZ 1/2012, Seite 73

Ingrid Krenz bedankt sich für die vielen Zuschriften. Für sie selbst sei es überraschend gewesen, dass mehrere Leser auf ein Haus in der Oppenheimer Landstraße 1/Ecke Gartenstraße verwiesen hätten. Dieses sehe dem Haus auf der Zeichnung verblüffend ähnlich. Ein Leser habe jedoch fachmännisch auch die Unterschiede der sehr verwandten Häuser beschrieben. Ingrid Krenz schreibt weiter: „Natürlich bin ich mit meiner kleinen Sammlung von Frankfurt-Ansichten nicht allein. Es gibt sie, die Frankfurter, die mit Eifer, Sachkenntnis und großem Engagement Francofurtensien sammeln.“ Eine Leserin habe ihre eigene Sammlung mit interessanten alten Postkarten und einer Original-Fotografie vom Dom inmitten von Trümmerbergen bereichert. Der Brief endet: „Die Reaktion der Leser hat mir bisher sehr viel Freude gemacht, und ich warte mit Spannung, ob die Zeichnung noch weitere Überraschungen birgt.“ *red*

Offener Brief zu 3/2011

„Wir, Bewohner/innen des Bürgermeister Gräf Hauses in Sachsenhausen, treffen uns schon seit Jahren immer am Freitagnachmittag zu Kaffee und leckerem Kuchen. Gemeinsam mit unseren Angehörigen und Freunden beginnen wir so stimmungsvoll das Wochenende. Dazu gibt es schöne Musik, Gedichte werden vorgelesen und Rätsel gemeinsam gelöst. Es wird gelacht, erzählt und hin und wieder sogar gesungen. Diesmal bekamen wir unter anderem das Gedicht von Friedrich Stoltze aus Ihrer Ausgabe 3/2011 vorgelesen: ‚Was man so um Frankfurt trieb.’ Es hat uns gut gefallen, aber enttäuscht waren wir, dass wir, die wichtigsten Frankfurter, vergessen wurden! Gemeinsam suchten wir nach einem Reim und kamen zu dem Schluss: ‚Mir Sachsehäuser, sin kaa Duckmäuser!’ Vielleicht könnte das als Ergänzung zum Gedicht dazugenommen werden. Sicher wäre es Herrn Stoltze auch recht, sein Gedicht so zu vervollständigen.“

mit zahlreichen
Unterschriften unterzeichnet

Wo war's – wer war's?

Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Aus den 50er Jahren stammt wohl diese Aufnahme. Doch um welches Gebäude handelt es sich? Wer von den SZ-Lesern dazu Ideen oder Hinweise hat, kann diese gerne schriftlich an die SZ-Redaktion schicken.

Der Frankfurter Adler

Seit dem 13. Jahrhundert führt die Stadt Frankfurt am Main einen silbernen Adler im roten Feld als Wappen. Im Februar hat Dr. Konrad Schneider, stellvertretender Leiter des Instituts für Stadtgeschichte, eine neue Publikation zur historischen Entwicklung und vielfältigen Nutzung des Adlers veröffentlicht (siehe Foto). Frankfurt am Main trat 1219 erstmals mit einem eigenen, noch wappenlosen Siegel auf: Dies markiert die Geburtsstunde der Bürgerschaft und damit der Stadt als eigener Gemeinde. Fortan ließ sie ihr Wappen auf Grenzsteinen, Uniformen oder den Stadttoren als Hoheitszeichen anbringen. Noch heute wird der Adler – inzwischen nur geringfügig verändert – nicht allein auf den Fahnen am Römer, sondern auch auf den städtischen Briefbögen, den Etiketten des Frankfurter Weingutes, der Livree des Hochzeitspförtners am Römer oder als Steinrelief an vielen öffentlichen Gebäuden gezeigt.

Interessant ist die vielfache Verwendung des Adlers. In den Folianten, die im Institut für Stadtgeschichte aufbewahrt werden, ist zum Beispiel ein fast skizzenhaft anmutender Adler von 1585 zu sehen. Mit diesem wurden Falschspieler auf der Stirn – später auf dem Rücken – gebrandmarkt. Ein deutliches Zeichen, sich vor diesen Gesellen tunlichst in Acht zu nehmen.

In der neuen Publikation ist weiter zu lesen, dass auch Unternehmen bereits seit dem 16. Jahrhundert den Frankfurter Adler nutzten, um auf den Herkunftsort ihres Produktes zu verweisen. Eine Auswahl solcher Markenzeichen, die immer nur mit städtischer Genehmigung zum Einsatz kommen durften, ist in

Foto: per

dem großzügig gestalteten Buch ebenfalls zu finden. Die reich bebilderte 76-seitige Veröffentlichung regt am Ende mit einem kleinen Rundgang zum Frankfurter Wappentier im öffentlichen Raum auch zu eigenen Erkundungen in der Stadt an: Denn der Frankfurter Adler ist an vielen weiteren Orten zu entdecken. Den Einband ziert ein Schiff mit einer Handelsflagge, die wohl anlässlich der Einweihung des Osthafens 1912 entworfen worden ist. Ein Handelsschiff der Stadt Frankfurt kreuzte auf der Nordsee übrigens 1830 zwischen den Niederlanden und London, so Konrad Schneider.

Die Publikation ist im Institut für Stadtgeschichte sowie im Buchhandel erhältlich; Konrad Schneider: Der Frankfurter Adler. Wappen, Siegel und Fahnen der Stadt Frankfurt am Main und ihrer Stadtteile. Henrich Editionen, Frankfurt am Main 2012, 76 Seiten, 81 Abbildungen, Klappenbroschur. Preis: 14,90 Euro. *red*

Auch Expresszüge kommen in die Jahre

Der langsamste Express der Welt

Trau' keinem über 30. Oder doch? Beim Ebbelwei-Express der VGF haben viele schon mal eine Ausnahme gemacht und sind eingestiegen, sonst hätte Frankfurts Traditions-Tram im Februar nicht ihren 35. Geburtstag feiern können.

Ebbelwei-Express. Der Name steht im Gegensatz zur Fortbewegung des Gefährts, denn Tempo und Dynamik sind gerade nicht die Sache des Tram-Veteranen. Im Gegenteil: Seit 5. Februar 1977 empfängt der Ebbel-Ex Menschen aus aller Welt in seinem rustikalen Ambiente und schaukelt sie eher gemütlich als rasant mit „Stöffche", Brezeln und Musik über 28 Haltestellen durch die Stadt. Die 1954 als Typ „K" in Dienst gestellten Straßenbahnen, die mit Umwandlung in den Ebbel-Ex der Verschrottung entgingen, wurden Mitte der 80er Jahre komplett überholt und für weitere Stadtrundfahrten fit gemacht. Heute sind vier Triebwagen – die Fahrzeuge Nummer 105, 106, 107 und 108 – sowie sechs Anhänger in Betrieb, alle mit identischem Aussehen und für das ungeübte Auge nur an den Wagennummern zu unterscheiden.

Seine originelle Gestaltung – die Wagen sind angemalt, nicht lackiert – dürfte ein Grund dafür sein, dass der Ebbel-Ex, wie die Frankfurter ihn schnell und abkürzend tauften, sofort als ein rollendes Wahrzeichen der Stadt wahrgenommen wurde: Unter blauem Himmel mit weißen Wölkchen auf der Dachbemalung finden sich auf rotem Grund Frankfurter Ikonen – vom Bembel bis zum Römer, von Frau Rauscher bis zum Zoo und dem Eisernen Steg. Nicht vergessen wurde natürlich Johann Wolfgang von Goethe. So vermittelt der Ebbel-Ex seit 35 Jahren einen Hauch Weltstadt, ergänzt um die liebenswert kleinteiligen Zeugnisse gelebter Tradition.

Die gut einstündige Fahrt wird auch heute noch von einem Schaffner – Achtung: nicht anfassen! – begleitet, der die Fahrkarten verkauft. In den Preisen von 7 Euro für Erwachsene und 3 Euro für Kinder bis 14 Jahre ist eine Flasche Apfelwein, -saft oder Mineralwasser sowie eine Tüte besagten Salzgebäcks enthalten. Verkehrt der Ebbelwei-Express an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen zwischen 13.30 Uhr und 17 Uhr alle 70 Minuten im Linienverkehr, kann er während der Woche auch gemietet werden. Mehr Infos unter vgf.ffm.de. *red*

Klassentreffen

Luisa Wilwert hat dieses Foto in ihren Beständen entdeckt. Wer alte Klassenkameraden darauf erkennt, oder weiß, um welche Schule und Klasse es sich bei dem Foto handelt, kann diese Informationen gerne weitergeben an: Luisa Wilwert, Am Hochwehr 22, 60431 Frankfurt. *red*

Kostenfreie Führung im Museum Giersch

Wilhelm Steinhausen: Landschaft bei Ins in der Schweiz, 1909, Privatbesitz. Foto: Uwe Dettmar

Das von der Stiftung Giersch getragene Museum Giersch lädt die Leser der Senioren Zeitschrift zu einer kostenfreien Führung (inklusive freiem Eintritt) durch die Ausstellung „Wilhelm Steinhausen – Natur und Religion" ein. Die Führung findet am Donnerstag, 10. Mai, um 15.30 Uhr statt. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, ist eine Anmeldung unter Telefon 0 69/63 30 41 28 erforderlich.

Wilhelm Steinhausen – Natur und Religion
25. März bis 15. Juli 2012
www.museum-giersch.de

Das Werk des Malers, Illustrators und Gestalters Wilhelm Steinhausen (1846–1924) nimmt eine völlig eigenständige Position innerhalb der kunsthistorischen Strömungen seiner Zeit ein. Eingängige, stimmungsvolle Landschaften und teils großformatige religiöse Gemälde bilden die Pole seines Schaffens. Außerdem gehören fantasievolle Märchenbilder, ausdrucksstarke Porträts und monumentale Wandgestaltungen zum vielgestaltigen Werk des Malers. Eine Gegenüberstellung mit Arbeiten seiner Künstlerfreunde Hans Thoma, Wilhelm Trübner, Louis Eysen und Fritz von Uhde verdeutlicht den künstlerischen Standpunkt des Malers. *red*

erwarteter Sieger (Sport)		Zugmaschine (Kurzwort)	Spezies	Kfz-Z. Libanon		Nachahmung	nach e. Vorlage wiedergeben	Wort der Ablehnung	zugemessene Menge		zu keiner Zeit	ugs.: zeitgemäß	großer Greifvogel
Gefahrensignal						weibl. Vorname							
Hang, Neigung									Wiederkäuer				
Abk.: Oktober				Nähmittel		Wohnzins						Hauptstadt Japans	
Niederschrift nach Ansage		deutscher Schauspieler (Manfred)	Hühnervogel						Längenmaß		Zeichen für Tellur		
						flattern, fliegen (Fahne)		Kraftmaschine im Kfz					
Kfz-Z. Türkei			unparteiisch		Geschöpf						lau, sanft, zart		per Anhalter reisen
kehren	holprig, wellig / Verordnung							spanische Anrede: Frau		nicht ohne			
					nicht viel		Ältester						
bersten		Schriftstück, Schriftbündel		Beruf in der Textilindustrie						Blutgefäß		Schuhmacherwerkzeug	
							Styling-Produkt für die Haare		erster Mensch (A.T.)				
Abk.: Arbeitskreis				Zeichen für Titan		gelbes Edelmetall					Abk.: Halbpension / kurz für: in dem		
Bauingenieur									Hast, überstürztes Drängen				
wunschlos glücklich						Krach machen, randalieren							

Sudoku

Viel Vergnügen bei diesem japanischen Rätselspaß!

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

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

Die Lösungen finden Sie auf Seite 12.

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 7–9, 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 3/2012 ist der 01. Juni 2012.

Druck: alpha print medien AG, Kleyerstraße 3, 64295 Darmstadt, Telefon: 0 61 51 / 86 01-0, Fax: 0 61 51 / 86 01-100, www.alpha-print-medien.de

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

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

Foto: STU GRA PHO

Liebe Leserinnen und Leser,

was geht es uns doch so gut. Das sollten wir uns jeden Tag bewusst machen. Überall hört man nur Gejammer, wie schlecht es uns geht. Was noch alles auf uns zukommt.

Was mit unserem Geld wird. Die Gesundheit ist auch nicht mehr die Beste. Dabei leben wir in einer Situation, die bis jetzt bei keiner Generation so positiv war, wie der unsrigen.

Wir müssen nicht mehr frieren, wir müssen nicht hungern, wir werden immer älter, die große Katastrophe ist immer noch nicht eingetroffen, aber wir vermiesen uns den Tag, wenn wir immer daran denken, was alles kommen könnte. Dann kann man sich doch am besten gleich ins Bett legen und nicht mehr aufstehen, denn bei jedem Schritt, den wir gehen, kann uns etwas passieren.

Wir haben vorzügliche Ärzte, wir haben Medikamente, die unsere Lebenskraft stärken, wir haben neue Knie und haben neue Hüften, bekommen Stents und Bypässe, bekommen viele Lebensjahre geschenkt.

Ich kenne das aus eigener Erfahrung, mein Vater starb am 3. Herzinfarkt mit 67 Jahren; ich habe in diesem Lebensjahr eine Herzoperation gehabt mit fünf Bypässen und lebe heute noch, über neun Jahre lebe ich durch die ärztliche Kunst und dies nicht schlecht mit viel Freude und Aktivitäten, immer so, wie es der Körper noch verkraftet. Früher gab es dies alles nicht, da ging man halt mit Schmerzen. Sicher kann nicht alles so sein, wie man es wünscht, es gibt auch Menschen, denen man helfen muss. Dankbar sein und etwas demütig dem Schicksal gegenüber schadet nichts. Ich bin froh in einer Zeit zu leben, ohne Krieg, in Freundschaft mit den Nachbarn. Und dass das so bleibt, daran glaube ich.

Und wie heißt es bei Karl Ettlinger:
„Da drauße blieht's, es wird alles grie
Unn ich soll im Zimmer hie
Noch sitze bleiwe.
Naa! Wenn ich an de Friehling denk,
da kann ich werklich, krieh die Kränk,
net ruhig hocke bleiwe.
Also nix wie raus, an die frische Luft.
Und weg mit den „trüben" Gedanken"!

Ihr Wolfgang Kaus

WIR WISSEN ES
WARUM ÄNDERN WIR NICHTS
Das Paradox unserer Zeit ist:

Wir haben hohe Gebäude,
aber eine niedrige Toleranz.

Wir haben breite Autobahnen,
aber enge Ansichten.

Wir verbrauchen mehr,
aber haben weniger.

Wir machen mehr Einkäufe,
aber haben weniger Freude.

Wir haben große Häuser,
aber kleine Familien.

Wir haben mehr Bequemlichkeit,
aber weniger Zeit.

Wir haben mehr Ausbildung,
aber weniger Vernunft.

Wir haben mehr Kenntnisse,
aber weniger Hausverstand.

Wir haben mehr Experten,
aber auch mehr Probleme.

Wir haben mehr Medizin,
aber weniger Gesundheit.

Wir rauchen zu stark,
Wir trinken zu viel

Wir geben verantwortungslos viel an
Wir lachen zu wenig
Wir fahren zu schnell
Wir regen uns zu schnell auf
Wir gehen zu spät schlafen
Wir stehen zu müde auf
Wir lesen zu wenig
Wir reden zu viel
Wir beten zu selten.

(Verfasser unbekannt)

DIE SCHÖNE GUTE ALTE ZEIT
Man hört oft von ergrauten Greisen,
Die gern die alten Zeiten preisen.
Doch wer von uns wäre denn bereit
Zu tauschen mit der guten alten Zeit?

Was hatten früher denn die Leute?
Das wollen wir mal betrachten heute:
Keine leichte, sondern Schwerstarbeit,
Die gab es in der guten alten Zeit.

Die Schuhe waren schwer im Tragen,
Mit Eisen und mit Nägeln voll beschlagen.
Zur Arbeit ging man stundenweit
Oft in der guten alten Zeit.

Es fuhr ja noch kein Omnibus,
Da gingen alle noch zu Fuß.
Es gab auch keine Urlaubstage
Das kam damals ja nicht in Frage.
„Beten und Arbeiten" hieß das Geleit
In der guten alten Zeit.

Es gab auch kein elektrisch Licht,
Es gab Radio und Fernsehen nicht.
Man schlief auch noch im Bett zu zweit
In der schönen guten alten Zeit.

Die Zähne zogen die Barbiere.
Da brüllten die Menschen oft wie Tiere.
Eine Spritze, die vom Schmerz befreit,
Die gab es nicht in der schönen guten alten Zeit.

Und waren schon viele Zähne raus,
Sah der Mund wie 'ne Tropfsteinhöhle aus:
Kein Zahnersatz stand da bereit
In der schönen guten alten Zeit.

In der Wohnung war selten ein Klosett,
Da stand das Töpfchen unterm Bett.
Es stand dort immer griffbereit
In der schönen guten alten Zeit.

Die Rente war sehr karg bemessen,
Die reichte spärlich kaum für's Essen.
Was war das für eine Erbärmlichkeit
In der schönen guten alten Zeit.

Doch eines muss man eingestehen:
Man konnte noch auf die Strasse gehen
In Ruhe und Gelassenheit
In der schönen guten alten Zeit

(Verfasser unbekannt)

REINHOLD BRÜCKL: DIE ZEIT
Die Zeit deilt uns des Lebe ei,
drum soll mer se sich nemme.
Sie steckt ihr Nas in alles nei,
lässt sich debei uff garnix ei
un aach ihrn Laaf net hemme.

Die meiste gehe mit der Zeit.
Mehr braucht mer net zu sage,
denn wer lang frägt, krieht leicht sein Streit
un geht dann werklich mit de Zeit.
Sie sitzt uns fest am Krage.

Sie kennt vor allem gar kaa Ruh,
kaum da, schon rennt se weiter.
Sie gibt uns net viel Zeit dezu,
sie flattert nur so fort – im Nu –
un nennt net Ross un Reiter.

Drum liebe Leut, trotz aller Not,
duht Gott die Zeit net stehle.
Denkt immer an des täglich Brot,
drum schlagt mer ja die Zeit net tot,
sonst duht se euch nur fehle.

Kommt nie in die Verlegenheit
Nach mehr Zeit zu strebe.
Wie schnell is Zeit Vergangenheit,
drum nemmt se möglichst euch beizeit
da habbter se fer's Lebe.

(Danke für das Recht der Veröffentlichung)

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

Unsere **Seniorenreisen** führen Sie zu den bekanntesten und schönsten Ferienorten in Deutschland, 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 2012 zu.

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

Ab April 2012: Buchgasse 3, 60311 Frankfurt am Main