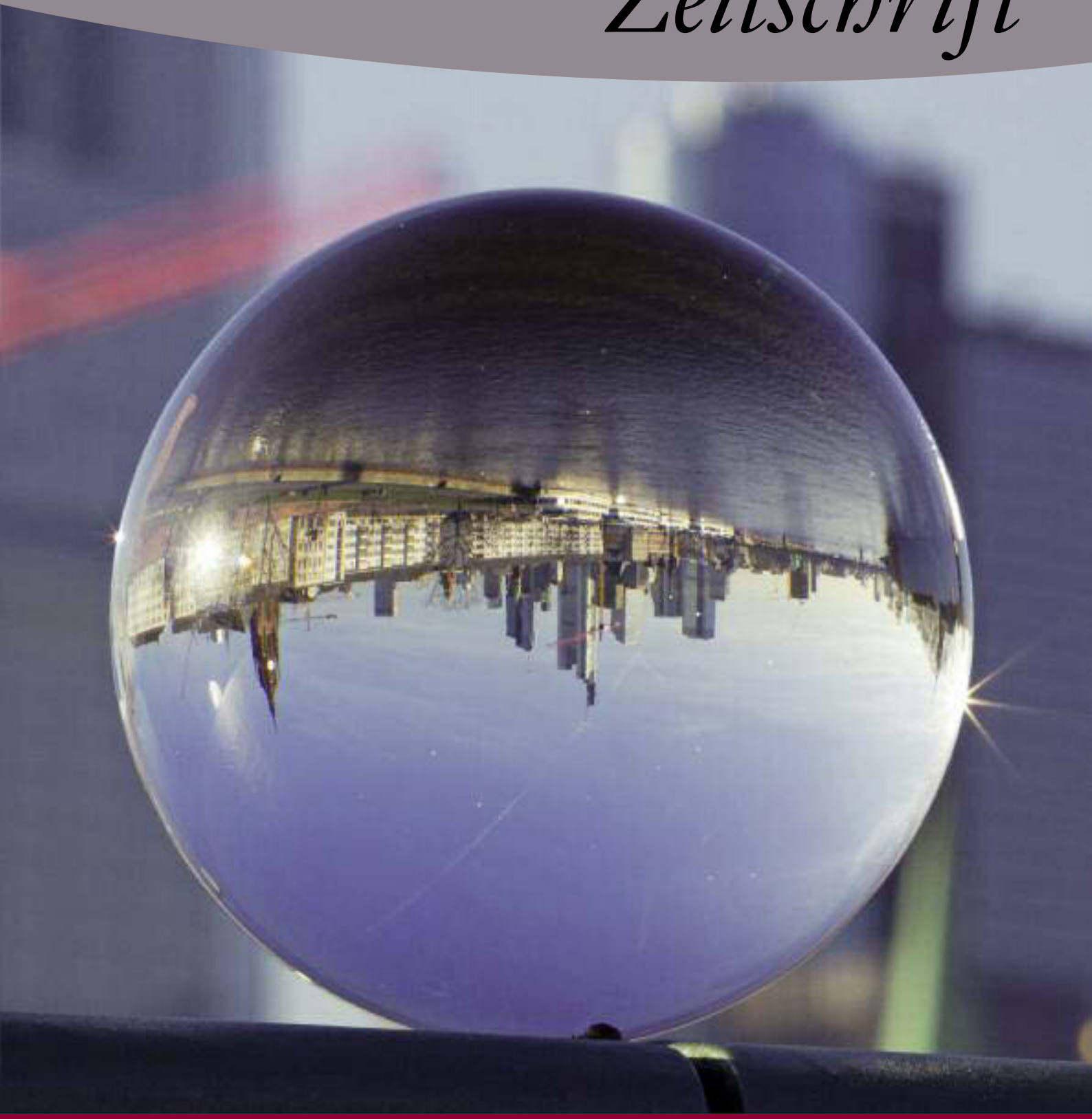
2 2015

SENIOREN Zeitschrift



Stadt Frankfurt am Main

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

Wichtige Telefonnummern

Polizei	110
Feuerwehr / Rettungswagen	112
Giftnotruf	0 61 31/1 92 40

Bürgertelefon / Infostellen der Sozialrathäuser

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 vor Finanzierungsmöglichkeiten:

Sozialrathaus Am Bügel	212-3 80 38
Sozialrathaus Bockenheim	212-7 43 04
Sozialrathaus Dornbusch	212-7 07 35
Sozialrathaus Gallus	212-3 96 59
Sozialrathaus Höchst	212-4 55 27
Sozialrathaus Nordweststadt	212-3 22 74
Sozialrathaus Ost (Standort Bergen-Enkheim)	212-4 12 11
Sozialrathaus Ost (Standort Bornheim)	212-3 05 47
Sozialrathaus Sachsenhausen	212-3 38 11
Rathaus für Senioren, Infostelle	212-4 99 11

Apothekennotruf (Bandansage)	0 18 01 / 55 57 77 93 17
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Beförderungsdienst für Schwerbehinderte	212-70 47 0
Behördennummer Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung	115
Betreuungsbehörde	212-4 99 66
EC-Karten-Sperre in Deutschland	116 116
Essen auf Rädern / Seniorenrestaurants	212-3 57 01
FES (Hausrat-, Sperrmüll- u. Sondermüllabfuhr) kostenfrei	08 00 / 20 08 00 70
Hospiz- und Palliativtelefon	97 20 17 24
Kinder- und Jugendschutztelefon (kostenfrei)	08 00 / 2 01 01 11
Leitstelle Älterwerden	212-3 81 60
Mainova-Service	08 00 / 114 44 88
Notruf (Gasgeruch, Wasser)	0 69 / 21 38 81 10
„Not sehen und helfen"	212-7 00 70
Pflegestützpunkt Frankfurt am Main	08 00 / 5 89 36 59
Spendentelefon für Flüchtlinge	212-3 43 98
Römertelefon	212-4 00 00
Seniorentelefon	212-3 70 70
Senioren Zeitschrift	212-3 34 05
Soziale Hilfen für Heimbewohner	212-4 99 33
Tagesfahrten / Theatervorstellungen	212-4 99 44
Telekom-Auskunft (kostenpflichtig)	118 33
Wohnen im Alter	212-7 06 76
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	0 18 05 / 60 70 11
Zentrale Heimplatzvermittlung	212-4 99 22
Zentrale für Krankentransporte	800 60 100

ASB (Servicenummer)	314 07 20
AWO Kreisverband	49 95 51
Caritas-Verband	29 82-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Ffm.	95 52 62-0
Diakonisches Werk für Frankfurt a.M.	247 51 49-0
Die Johanniter	36 60 06-6 00
DRK Bezirksverband Frankfurt	24 27 74 12
Evangelische Telefonseelsorge	08 00 / 111 01 11
Fahrgastbegleitservice VGF	213-2 31 88
Frankfurter Verband	29 98 07-0
Heißer Draht für pflegende Angehörige	95 52 49 11
Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	15 67-1
Katholische Telefonseelsorge	08 00 / 111 02 2
Malteser	94 21 05-0
Notmütterdienst, Familien- u. Seniorenhilfe Frankfurt	95 10 33 12
Pflegebegleiter Initiative	78 09 80
Selbsthilfe-Kontaktstelle	55 94 44
SoVD-Stadtkreisverband (Sozialverband Deutschland)	31 90 43
VdK-Kreisverband Frankfurt	4 36 52 13
Weißer Ring Opfer-Telefon	11 60 06

Vorwort

Liebe Frankfurterinnen
und Frankfurter,

endlich sind die Tage wieder länger und die Unternehmungslust steigt. In und um Frankfurt gibt es jetzt besonders viel zu entdecken – aber das wissen Sie als Leserinnen und Leser der Senioren Zeitschrift am besten.

In diesem Jahr erwartet uns allerdings ein ganz besonderes Ereignis. Der Deutsche Seniorentag ist vom 2. bis zum 4. Juli in Frankfurt zu Gast. Ich freue mich sehr auf die Zeit – und das nicht nur, weil es an den Ständen auf dem Messegelände und den Veranstaltungen sicher viel Spannendes zu erfahren gibt. Wichtig ist auch die Signalwirkung, die von einem solchen Ereignis ausgeht: Die Interessen von Seniorinnen und Senioren haben in dieser Stadt einen hohen Stellenwert.

Das können Sie dann auch im Anschluss an den 11. Deutschen Seniorentag bei den Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt vom 4. bis zum 12. Juli erleben. Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten, Angebote kennen zu lernen, Neues auszuprobieren und Kontakte zu knüpfen. Besonders herzlich lade ich Sie zu unserem Bunten Nachmittag im Garten des Rathauses für Senioren am 10. Juli ein.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit und würde mich freuen, wenn Sie den Deutschen Seniorentag und die Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt intensiv nutzen.

Ihre

Daniela Birkenfeld

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

Aus dem Inhalt

Vorwort: Daniela Birkenfeld 3

Mobil

Mobil im Alter: Wie fahren Sie denn? 4–6
Unterwegs in die Zukunft 6–7
Teilen liegt im Trend 8–9
„Es gibt viele praktische Helferlein"
Interview mit Carsten Froß 10–11
Barrierefrei reisen 12–14
Neue 65-plus-Monatskarte 15
Assistenten im Alltag 16–17
Mit Freude üben 18–19
Im Porträt: Boxtrainer Horst Gauß 20

Das Sozialdezernat informiert

Was leisten die Betreuungsdienste? 21
Aus dem Seniorenbeirat:
Gesundheit im Mittelpunkt 22
Senioren-Stadtteilbüro
in Niederrad eröffnet 23
Wie umgehen mit Demenz? 24
Demenzcafé in Nieder-Eschbach
eröffnet 24
26. Juni: Markt der Selbsthilfegruppen 24
Einkommensgrenzen
für Frankfurt Pass erhöht 25
7. Mai: Frankfurter Familienkongress 25
Terminverschiebung
Forum Älterwerden 25
Neue Studie zu Armut in Frankfurt 26
Smart-Markt
stellt Nahversorgung sicher 27

Aktuelles und Berichte

Angehörige werden entlastet 28
Bürgerinstitut freut sich
über Spenden..... 29
Im Tandem Fuß fassen..... 30–31
Gewalt gegen Frauen 32
Neubau in Sicht 33
Wie kann selbstbestimmtes Leben
gewährleistet werden?..... 33
Männer im Visier 34

Begegnung der Kulturen

Durch den Behördendschungel 35

Gesundes Leben

Artgerechte Ernährung Teil 2 36–37

11. Deutscher Seniorentag

„Gemeinsam in die Zukunft" 38–39

Tag der Deutschen Einheit

Hauptstadt für vier Tage 40
Countdown läuft 41
Frankfurt 1990 41
Wie hat sich Ihr Leben durch die deutsche
Wiedervereinigung verändert? 42

Engagement

Sanfter Übergang in die Rente 43
Um mich herum nur junge,
schwarze Gesichter 44

Hintergründe

Was tun, wenn die Reha
abgelehnt wird? 45
Endlich wieder Kartoffeln schälen .. 46–47

Blick über den Tellerrand

Mit Menschen zu tun haben
und Neues dabei lernen 48–49
Auf die innere Stimme hören 49

Frankfurt und seine Stadtteile / Serie

Berkersheim 50–51

Kultur in Frankfurt

Der Zoo Frankfurt ist ein lebendiges
Lehrbuch der Naturgeschichte 52–53
Mit Dampf in die Zukunft 54–55
Für Sie gelesen 61
Was – wann – wo?..... 65

Früher und heute

Zum 200. Geburtstag eines Frankfurter
Stifters: Joseph Hoch 56–57
Aus der Geschichte der Töngesgasse:
der Schönborner Hof 58–59
Beistand für Verfolgte 60

Wohnen im Alter

Zukunft des Wohnens 62–63

Ratgeber

Wichtige Telefonnummern 2
Mittagstisch für Senioren
Essen auf Rädern 64
Tipps und Termine 66–71

Leserecke

Abocoupon für SZ 68
Mitmachen und gewinnen 72–73
Kostenfreie Führung 73
Rätsel 74
Impressum 74
Wolfgang Kaus zitiert 75

Zum Titelfoto: Andere Perspektiven einnehmen, mobil sein, das hält Körper und Geist lebendig. Deshalb wurde diesmal das Foto „Frankfurt einmal anders" zur Titelgestaltung gewählt.
Foto: Oeser

Mobil im Alter: Wie fahren Sie denn?

Die ältere Landbevölkerung hängt am eigenen Auto

Das Verkehrsmittel U-Bahn gibt es auf dem Land nicht. Foto: Oeser

70 Prozent der heute 55- bis 64-jährigen Landbevölkerung glauben, dass sich ihre Mobilität künftig nicht ändern wird. Die meisten von ihnen setzen dabei voll und ganz auf den eigenen Pkw. Andere Verkehrsmittel als Alternative lehnen sie laut einer aktuellen Mobilitätsstudie ab. Daran muss sich etwas ändern, finden Experten.

Wer mobil ist, ist mittendrin im Leben. Gerade für ältere Menschen bedeutet mobil sein: selbstständig bleiben, Kontakte mit der Familie und mit Freunden halten, einkaufen und weiter am öffentlichen Leben teilnehmen. Auf dem Land ist das eigene Auto aufgrund der meist schwachen Infrastruktur schon immer das Fortbewegungsmittel Nummer 1. Es macht autark. Dass es so aber vielleicht nicht ewig weitergeht, bedenken viele nicht. Das Berliner Wissensunternehmen IGES hat sich in einer aktuellen Studie Menschen in der zweiten Lebenshälfte angeschaut, die im ländlichen Raum zu Hause sind. Die Untersuchung zeigt: Viele blenden die Tatsache einfach aus, dass sie älter und weniger mobil werden. Auftraggeber der Studie ist der ADAC. Einbezogen wurden Gemeinden mit einer Bewohnerdichte von maximal 150 Einwohnern je Quadratkilometer. Dieser ländliche Raum macht etwa zwei Drittel der Fläche Deutschlands aus.

Aktuell nutzen demnach 82 Prozent in der Altersgruppe 55 bis 64 ein eigenes Auto. Doch das wird nicht so bleiben. Erhebungen zeigen, dass in der Altersgruppe der über 75-Jährigen nur noch knapp jeder Zweite mit dem eigenen Wagen fährt. Wer alleine lebt, besitzt laut Untersuchung eher kein eigenes Fahrzeug.

Viele der Befragten gestanden sich aber ein, dass sie sich aufgrund von gesundheitlichen Einschränkungen vielleicht irgendwann nicht mehr selbst hinters Steuer setzen werden. Wie sie dann von A nach B kommen, konnten die Studienteilnehmer nicht beantworten. Denn für andere Möglichkeiten, etwa den öffentlichen Nahverkehr, können sie sich nicht erwärmen. Sie kritisieren, dass er zu unflexibel sei. Wer zwischen 65 und 74 Jahre alt ist, befürchtet, dass Einkäufe und Gepäck damit nur schwer zu transportieren sind. Bus und Bahn hielten außerdem meistens nicht direkt am Start- beziehungsweise Zielort.

Die IGES-Experten raten daher dazu, ältere Menschen auf dem Land mehr über das Thema Mobilität aufzuklären. Sie fordern außerdem ein gutes und bezahlbares Bus- und Bahnangebot. Denkbar wären beispielsweise von der Kommune finanzierte Angebote wie etwa Sammeltaxis oder Fahrdienste.

Eingefahrene Routinen verändern

Auch für den Verkehrsclub Deutschland (VCD) ist die Mobilität Älterer ein wichtiges Thema. Konkrete realistische Lösungsansätze nennt der VCD nicht. Der Übergang vom Arbeitsleben in die Rente böte eine gute Gelegenheit, eingefahrene Mobilitätsroutinen zu verändern. Wer bis dahin täglich mit dem Auto zur Arbeit gefahren ist, könne jetzt auf neue, bequemere oder umweltfreundlichere Fahrzeuge umsteigen. Für viele gewännen das Wohnumfeld und der Nahbereich an Bedeutung. Ältere legten meist weniger Wert auf Zeitersparnis. Viel wichtiger sei ihnen, bequem und sicher unterwegs zu sein und dabei möglichst anregende Wege vorzufinden sowie soziale Kontakte knüpfen und pflegen zu können. Was weder die Mobilitätsstudie noch der VCD bedenken: Das Auto ist für ältere Menschen mehr als nur ein Fortbewegungsmittel. Viele fahren ihren Pkw viele Jahre lang, er ist ein treuer Begleiter und ein Stück vertraute Sicherheit auf vier Rädern.

Ältere Menschen fühlen sich an stark frequentierten Plätzen oder einsamen Bahnhöfen oftmals unwohl und unsicher, weil sie sich beispielsweise von Jugendlichen bedroht fühlen. Auch technische Hürden sind zu meistern. Allein die Fahrkartenautomaten von Bus und Bahn zu bedienen, stellt ältere Menschen oft vor eine Herausforderung. Außerdem machen sie negative Erfahrungen, verpassen etwa den Zug, der

kurz vor der Abfahrt auf ein anderes Gleis umgelegt wurde. Oder sie erreichen den Anschlusszug nicht, weil die Wege zu lang und mit Gepäck zu beschwerlich sind.

Alternativen zum Auto fehlen

Solche Erlebnisse führen dazu, dass die meisten beim nächsten Mal doch wieder zur gewohnten Routine übergehen und das Auto benutzen. „Deshalb fahren ältere Menschen zum Teil sehr viel länger mit dem eigenen Pkw als es ihnen lieb ist und obwohl sie sich in vielen Situationen überfordert fühlen“, haben das Wissensunternehmen IGES und der VCD herausgefunden. Viele würden nur zu gern auf ihr Auto verzichten, wenn es attraktive Alternativen gäbe.

Etliche gewerbliche Anbieter haben das erkannt und machen spezielle Angebote. Einer davon ist etwa Meinfernbus.de (Auskunft wird erteilt unter der kostenpflichtigen Telefonnummer 01 80 / 5 15 99 15, Buchungen und Auskunft dann im Internet unter www.meinfernbus.de oder im zu erfragenden örtlichen Reisebüro). Oder der ADAC Postbus bietet beispielsweise an ausgewählten Haltestellen zusätzliche Servicekräfte an, die beim Ein- und Ausladen der Gepäckstücke helfen. Außerdem sind die Sitze nach Aussagen des Anbieters bequem, großzügig und einige Fahrzeuge sogar komplett barrierefrei. Der treppenlose Waschraum ist während der Reise bequem zu erreichen. Der Postbus hat sein Liniennetz verdoppelt und fährt mittlerweile in rund 60 Städte in Deutschland. Infos unter www.adac-postbus.de und der kostenpflichtigen Telefonnummer 02 28 / 97 27 27 97, unter der man auch erfährt, wie man buchen kann.

Wer den Rollator braucht, kann oft nicht mehr Autofahren. Foto: DAK

Vergleiche unterschiedlicher Fernbus-Anbieter gibt es auch verschiedene, zum Beispiel www.fernbusse.de oder www.busliniensuche.de. (Da diese Vergleiche und die Buchung nur über das Internet laufen, können wir keine Telefonnummer angeben. Anmerkung der Redaktion)

Städter haben es einfacher

In den größeren Städten wie etwa in Frankfurt gibt es bereits spezielle Angebote für die ältere Kundschaft. Die Verkehrsgesellschaft (VGF) bietet etwa eine kostenlose Fahrgast-Begleitung an. „Wir bringen Sie von Tür zu Tür“ heißt, dass Fahrgäste spätestens zwei Stunden vor der Begleitfahrt Bescheid geben müssen. Begleitfahrten sind von Montag bis Freitag von 7 bis 21 Uhr möglich (Telefon: 2 12 / 2 31 88). Die Mitarbeiter tragen die VGF-Dienstkleidung und haben ihren Ausweis dabei (siehe SZ 4 / 2010, Seite 31 und SZ 2 / 2014, Seiten 42 und 43).

Andere Städte und Kommunen wie etwa die Stadt Essen oder Remscheid bieten Mobilitätstrainings an, um Älteren grundlegende Informationen zum ÖPNV zu vermitteln und ihnen Tipps für Ausflüge mit dem Bus zu geben. Mit den Trainings

weiter auf Seite 6

ANZEIGE

bei Gesellschaften

am Fernseher

in Gesprächen

“Manchmal verstehe ich nicht, was gesagt wurde”

Sobald das Hörvermögen des Menschen nachlässt, tauchen eine ganze Reihe von Problemen auf, die man in der Jugend nicht kannte: Beim Fernsehen erscheinen die Nebengeräusche lauter als die Sprache, oder bei Gesellschaften ermüdet man relativ schnell, weil der Gesprächspartner einfach “untergeht”.

Für leichteres Verstehen fragen Sie die Spezialisten in Frankfurt Bornheim.

Haus- und Heimbesuche ohne Extra-Kosten

Einfach - Gut - Hören

PROFI AKUSTIK

Berger Straße 221 - Frankfurt Bornheim
Tel. 48 44 61 31 - mit Bus & Bahn:
Bornheim Mitte/Saalburgstraße

von Seite 5

sollen Hemmschwellen abgebaut werden, damit die älteren Kunden erfahren, wie Busfahren funktioniert und wie sie sich im öffentlichen Personenverkehr sicher bewegen können.

Vielen reicht im Alltag auch das Fahrrad. Wer aber längere Zeit nicht mehr oder nur selten gefahren ist, fühlt sich unsicher und kennt sich nicht mehr gut mit den Radwegen aus. Solche Menschen brauchen Unterstützung, damit sie das Zweirad als Verkehrsmittel wieder für sich nutzen können.

Die Städte und Kommunen können das fördern, indem sie ein gut ausgebautes und ausgeschildertes Radwegenetz mit leicht befahrbaren Wegoberflächen anlegen. Auch leicht zugängliche und gut beleuchtete Abstellmöglichkeiten erleichtern es, mit dem Rad unterwegs zu sein. Ebenso Angebote für Fahrradtrainings speziell für Ältere, die helfen, Berührungsängste abzubauen und die eigenen Fähigkeiten wiederzuerlangen. Der ADFC bietet solche Trainings für Erwachsene regelmäßig an.

Das Elektrofahrrad als Alternative. Foto: Oeser

Infos gibt es unter Telefon 0 69/9 56 34 60-40 und im Internet unter www.adfc-hessen.de bei Serviceangeboten oder bei der ausgebildeten Fahrradlehrerin Christine Rhodes unter Telefon 0 64 33 / 9 47 64 16 (siehe SZ 3/ 2014, Seiten 32–33) oder www.fahrrad-cr.de.

Nicole Galliwoda

Unterwegs in die Zukunft

Neue Verkehrskonzepte schonen das Klima und mindern Barrieren

Autos, die durch die Städte fliegen? Eine private U-Bahn, die zum Einkaufszentrum fährt? Weltweit forschen Wissenschaftler an neuen Verkehrskonzepten.

Klimaschutz, demografischer Wandel, Knappheit von Rohstoffen – es gibt viele Gründe, über die heutigen Verkehrskonzepte neu nachzudenken. Auch im Rhein-Main-Gebiet gibt es neue Ideen für klimaschonende Mobilität für alle Generationen.

Elektroautos und Wassertaxis

In neu entstehenden Planstädten erproben Architekten und Konstrukteure Ideen und Konzepte. So entstand in Südkorea auf einer künstlich aufgeschütteten Insel die Stadt New Songdo City. Breite Fuß- und Fahrradwege, Wassertaxis und ausreichend Ladestationen für E-Autos sollen das Klima schonen. Mangels E-Autos und Einwohnern geht das Konzept der ersten Smart City der Welt allerdings bisher nicht auf. Die geplanten 70.000 Einwohner leben noch nicht in der Stadt.

Magnetbahnen und fliegende Autos

Masdar City, Abu Dhabi, ist für Autos gesperrt. Stattdessen fahren Expresszüge. Die Straßen sind für Fußgänger und Radfahrer reserviert. Sie können im Untergrund Magnetbahnen nutzen. Die kleinen Wagen dieses Personal-Rapid-Transit- (Persönlicher Schnellverkehr-) Systems fahren Einzelpersonen oder Gruppen nach ihrem Bedarf.

Fliegende Autos gibt es bisher nur in Filmen. Allerdings beschäftigen sich Konstrukteure mit dieser Science-Fiction-Vision. So hat das europäische Forschungsprojekt „My Copter“ ein sogenanntes Personal-Air-Transport-System (persönliches Luftverkehrssystem) entwickelt. Mit einer Art Hubschrauber kann man dann abheben und Staus überfliegen.

Smartphones nutzen

Verschiedene Verkehrsverbünde in Deutschland stellen sich der Aufgabe, möglichst allen Verkehrsteilnehmern die Nutzung von Bus und Bahn zu ermöglichen. Dazu gehören bessere Anbindungen auf dem Land und Barrierefreiheit. Barrieren sollen nicht nur baulich, sondern auch durch den Einsatz von Technologie einerseits und Dienstleistung andererseits wegfallen. So gibt es im Saarland das Projekt Mobia. Mobilitätslotsen helfen den Fahrgästen von Tür zu Tür, beim Ein- und Aussteigen und dem Lesen des Fahrplans. Die Mobia-Zentrale koordiniert die Anfragen der Fahrgäste mit den Lotsen. Fahrgäste und Lotsen nutzen dafür barrierefreie Apps auf Smartphones oder das Telefon. „Die Fußgängernavigation wird immer wichtiger“, sagt Kathleen Schwarz vom projektbeteiligten ISO-Institut in Saarbrücken, „allerdings fehlen dafür noch viele Daten. Denn um jemanden barrierefrei von Tür zu Tür zu leiten, muss jede Treppe oder Stufe erfasst sein.“

Fit für die Zukunft in Rhein-Main

Der Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) ist an einem ähnlichen Projekt beteiligt. Das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Projekt „namo – Nahtlos mobil“ möchte insbesondere älteren Menschen einen Reiseassistenzdienst zur Seite stellen. Er soll Reiseinforma-

tionen von der Haustür bis zum Ziel geben und mit Dienstleistungen kombinieren. Hier informiert eine App die Nutzer in Testgebieten über Fahrpläne, barrierefreie Fußwege und Einrichtungen. „Das Projekt ist in der Endphase. Jetzt wird sich zeigen, welche Funktionen sich für den gesamten Verkehrsverbund eignen“, berichtet Diplom-Ingenieurin Claudia Bohner-Degrell von der Rhein-Main-Verkehrsverbund Servicegesellschaft mbH.

Barrierefrei mit dem RMV

Beim RMV bekommt man unter www.rmv.de/baim/bin/jp/query.exe/dn Auskünfte für barrierefreie Fahrten. Informationen zur Barrierefreiheit liegen nach Auskunft des RMV derzeit nahezu für den gesamten regionalen Schienenverkehr innerhalb des RMV-Gebietes vor. In Frankfurt bietet die Verkehrsgesellschaft Frankfurt am Main (VGF) eine kostenlose Fahrgastbegleitung von Tür zu Tür an (siehe S. 5).

Durch Umbauten an den Bahnsteigen und Auslieferung neuer U-Bahn-Züge wird das Frankfurter U-Bahn-Netz nach und nach barrierefrei. Im Jahr 2017 können die Fahrgäste voraussichtlich an fast allen Stationen stufenfrei in die U-Bahnen ein- und aussteigen. *Claudia Šabić*

Wollte man mithilfe des Telefonlotsen im Nahkauf in Berkersheim einkaufen, müssten auch die Stufen im System sein. Foto: Oeser

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!

0 69/97 07 44 04
www.HoergeraeteFrankfurt.de

Teilen liegt im Trend

Carsharing als Alternative zum eigenen Auto

Parkplätze sind in Frankfurt rar, der Unterhalt für Autos ist teuer. Viele Pkws stehen mehr als sie fahren. Umwelt und Straßenverkehr werden belastet. Es gibt reichlich Argumente gegen das eigene Auto. Deshalb ist Carsharing in den vergangenen Jahren immer stärker gewachsen. Nicht nur unter Kosten- und Umweltgesichtspunkten entscheiden sich Autofahrer gegen den eigenen Wagen. Teilen liegt generell im Trend.

Um einen Parkplatz vor dem Haus müssen sich Carsharing-Nutzer genauso wenig kümmern wie um die lästige TÜV-Untersuchung oder die Winterreifenmontage. Wer nur dann ein Auto nutzt, wenn er es tatsächlich braucht, kann Geld sparen. Im Rhein-Main-Gebiet können die Autofahrer zwischen verschiedenen Anbietern wählen (siehe Tabelle S. 9). Um Carsharing nutzen zu können, müssen sich die Kunden vorab registrieren. Welche Variante und welcher Anbieter gewählt werden, hängt davon ab, wofür und wie lange das Auto gebraucht wird. Die Fahrzeuge können telefonisch, im Internet oder über eine Smartphone-App gebucht werden. Wer schnell ein verfügbares Auto braucht, ist mit der Online-Suche am besten bedient. Bereits seit Mai 2000 bietet **Book-n-Drive** eine günstige Alternative zum eigenen Auto. Das Unternehmen ist der größte Carsharing-Anbieter im Rhein-Main-Gebiet und regionaler Partner von Flinkster, dem Carsharing Anbieter der Deutschen Bahn.

Mit rund 430 Fahrzeugen an zirka 220 Stationen stellt Book-n-Drive ein stationsgebundenes Carsharing in der Rhein-Main-Region zur Verfügung. Mit den City-Flitzern startete im Oktober 2013 eine weitere Initiative, um das Angebot noch einfacher zu gestalten und dichter zu verknüpfen.

Seit 2012 sind der Energieversorger Mainova und das Wohnungsbau-

Mithilfe einer Chipkarte kann man sein Auto auf Zeit bewegen. Foto: Oeser

unternehmen ABG Frankfurt Holding zu je 33 Prozent an Book-n-drive beteiligt. Mieter der ABG profitieren deshalb von besonderen Konditionen beim Autoteilen.

Stadtmobil gehört zu den Pionieren der Carsharing-Anbieter und ist bereits seit mehr als 15 Jahren aktiv. Deutschlandweit verfügt Stadtmobil über eine Fahrzeugflotte von rund 3.500 Fahrzeugen, davon fahren 150 im Rhein-Main-Gebiet.

Die Nassauische Heimstätte (NH) ist Anfang des Jahres eine Kooperation mit Stadtmobil eingegangen. Die NH stellt die Parkplätze für die Carsharing-Autos von Stadtmobil, die NH-Mieter genießen Sonderkonditionen. Gezahlt wird nur noch für die Nutzungszeit und die gefahrenen Kilometer, Benzin und Vollkaskoversicherung sind inklusive. Die Mieter können ein Fahrzeug stunden-, tage- oder wochenweise mieten, vom Kleinwagen bis zur Limousine und dem Cabrio. Und sie können nicht nur den Stadtmobil-Service in Frankfurt nutzen, sondern in weiteren 100 Städten in Deutschland.

Es ist geplant, die Kooperation, die in den Stadtteilen Enkheim und Preungesheim gestartet ist, nach und nach noch auf weitere Frankfurter Standorte auszudehnen. In diesem Jahr sollen noch mindestens drei weitere hinzukommen.

Citeecar wurde Anfang 2012 gegründet und wird bereits in Berlin, München, Hamburg, Frankfurt am Main und seit September 2014 auch im Ruhrgebiet genutzt. Citeecar stellt deutschlandweit rund 800 Autos zur Verfügung, davon sind 50 im Rhein-Main-Gebiet unterwegs. Das Preismodell ist sehr übersichtlich: Der Anbieter verlangt ab einem Euro pro Stunde als Mietgebühr und 0,22 Euro als Kilometerpauschale.

Flinkster ist das Carsharing-Angebot der Deutschen Bahn. Die Fahrzeuge stehen deutschlandweit in 140 Städten an mehr als 800 überwiegend festen Stationen und reservierten Parkplätzen bereit – in Frankfurt sind es 237 Autos. Nach Ende der Fahrt muss das Fahrzeug wieder zur selben Station zurückgebracht werden.

Wer flexibel und spontan unterwegs sein möchte, kann seit September 2014 in Frankfurt auf das Free-Floating-Angebot **Car2go** zurückgreifen. Hier wird pro Minute abgerechnet, eine Buchung für einen bestimmten Zeitraum ist nicht erforderlich.

Je nach Strecke und Mietdauer variieren die Preise. „Je kleiner das Auto und je kürzer die Mietdauer, desto größer waren die Schwankungen der Fahrtkosten“, hat das Deutsche Institut für Service-Qualität

2014 in einer Studie ermittelt. Vergleichen der Tarifmodelle lohnt sich also. Zudem gibt es Vermieter, die ihren Kunden Vergünstigungen einräumen, etwa weil sie Inhaber einer Jahreskarte des öffentlichen Nahverkehrs oder Bahncard-Kunden oder Studenten sind.

Viele Autobesitzer machen sich nicht klar, dass nicht nur das verfahrene Benzin den Geldbeutel belastet. „Die meisten Fahrzeuge sind Stehzeuge“, schreibt die Stiftung Warentest in der Ausgabe 6/2014. Sie werden im Schnitt nur eine Stunde pro Tag bewegt, aber auch in den restlichen 23 Stunden fallen Kosten an: Versicherung, Steuer, Wertverlust. Inspektionen, Reparaturen, Wagenwäsche kommen hinzu. Der ADAC gibt jährlich eine Übersicht über die Kosten von aktuellen Neuwagenmodellen heraus (www.adac.de/autokosten). Wer beispielsweise weniger als 12.000 Kilometer pro Jahr fährt, sollte laut Bundesverband Carsharing einmal eine Vergleichsrechnung anstellen.

Gerade ältere Menschen hängen jedoch an ihrem Auto, das sie vielleicht über Jahre gefahren haben. Das Magazin „Fairkehr“, herausgegeben vom Verkehrsclub Deutschland (VCD), hat herausgefunden, dass die Hälfte der Generation 60plus die Alltagswege fast mehrheitlich mit dem Auto zurücklegt. Dieser Anteil ist höher als in anderen Altersgruppen. Auf dem Land sei der schlecht ausgebaute öffentliche Nahverkehr sowie das Fehlen von Carsharing-Anbietern der Grund.

Das gilt für Frankfurt nicht. Und so verweist Book-n-Drive auf eine Altersstruktur, die gut verteilt sei: „Wir haben 18-Jährige, aber auch 80-Jährige.“ Bei Stadtmobil liegt der Anteil von Personen, die 60 Jahre und älter sind, derzeit bei 7,7 Prozent. Mit steigender Tendenz. Bei Citee-Car machen ältere Kunden derzeit rund zehn Prozent aus. Es sei jedoch ein stetiger Zuwachs dieser Altersgruppe in allen Städten zu beobachten. *Birgit Clemens*

Carsharing, die organisierte gemeinschaftliche Nutzung von Autos, gibt es mittlerweile in drei Varianten:

Feste Stationen: Autos werden an einer Station abgeholt, dorthin müssen sie am Ende der Fahrt auch zurückgebracht werden. Die Buchung erfolgt über Internet, Telefon oder App.

Free-Floating: Die Autos stehen irgendwo auf der Straße. Sie können jederzeit angemietet und abgestellt werden. Es muss kein fester Zeitraum vereinbart werden. Kunden finden freie Autos über das Internet oder eine Smartphone-App. Nach Fahrtende wird das Fahrzeug auf einem beliebigen Parkplatz abgestellt.

Privatautos: Auch Privatbesitzer verleihen inzwischen ihre Autos gegen Geld und bedienen sich dabei der Dienstleistung professioneller Online-Plattformen, zum Beispiel Autonetzer, Nachbarschaftsauto, Tamyca. *cle*

Anbieter Carsharing in Frankfurt

Anbieter	Variante	Fahrzeuge	Preise
Book-n-Drive	stationär	200 an 100 Stationen	Ab 1 Euro pro Std. und 0,15 Euro pro km
www.book-n-drive.de • Telefon: 06 11/7 78 77 40			
CiteeCar	stationär	50	Ab 1 Euro pro Std. und 0,22 Euro pro km
www.citeecar.com • Telefon: 0 30/54 44 54 41			
Flinkster	stationär	Deutschlandweit an fast 1000 Stationen	Ab 1,50 Euro pro Std. und 0,18 Euro pro km
www.flinkster.de • Telefon: 0 69/42 72 77 00			
Stadtmobil	stationär	130	Ab 1,30 Euro pro Std. und 0,21 Euro pro km
www.stadtmobil.de • Telefon: 0 69/95 11 79 99			
Car2go	flexibel	250	Ab 0,29 Euro pro Min.
www.car2go.com • Telefon: 0 30/23 34 01 10			

>> Fördert frühe Rente das Altern?

Der Alternsforscher Björn Schumacher sieht einen Zusammenhang zwischen früher Verrentung und Alterungsprozessen. Vor dem Zukunftskreis Gesundheit und Alter des Frankfurter Zukunftsrates sagte Schumacher, dass ein Zusammenhang zwischen geistiger und körperlicher Inaktivität und Alterserkrankungen nachgewiesen sei. Daraus schloss er, dass die Rente mit 63 als ein „wesentlicher Faktor für einen beschleunigten Alterungsprozess mit katastrophalen gesundheitlichen Folgen zu betrachten“ sei. Der Frankfurter Zukunftsrat widmet sich der Erforschung und Förderung politischer, ökonomischer, sozialer und kultureller Entscheidungsprozesse in Deutschland und Europa (www.frankfurter-zukunftsrat.de). *wdl*

>> „Es gibt viele praktische Helferlein“

Interview mit Carsten Froß, Referatsleiter Datenschutz und IT-Sicherheit der Stadt Frankfurt

Carsten Froß Foto: Oeser

SZ: Für ältere Menschen ist es wichtig, mobil zu bleiben. Dazu kann auch die Nutzung der sogenannten neuen Medien beitragen. Mit einer Reise-App den Urlaub organisieren, mittels Smartphone mit Freunden und Verwandten in Verbindung bleiben sind nur zwei von vielen Nutzungsmöglichkeiten. Worauf sollten Menschen achten, wenn sie Apps auf ihr Smartphone herunterladen, und was kostet das?

Froß: Es geht bei den Apps nicht nur um Geld. Es gibt ja auch kostenlose Apps. Die eigentlichen Kosten sind die Daten, die man einem Anbieter eventuell mit der Nutzung einer App zur Verfügung stellt.

SZ: Wie muss man das verstehen?

Froß: Wenn man in einem Shop – etwa bei Google oder I-Tunes – nach Apps schaut, gibt es meistens zwei Spalten, eine mit kostenlosen und eine mit kostenpflichtigen Angeboten. Aber auch wenn man nur ein kostenfreies Angebot annehmen will, wird man vor dem Herunterladen gefragt, ob man dem Anbieter bestimmte Zugriffe erlaubt. Um zum Beispiel Whats App zu nutzen, muss man Zugriff auf die Kontakte, die Fotos und vieles andere, was im Smartphone gespeichert ist, erlauben. Das bedeutet, dass der Anbieter dann all diese Daten auf seinem Server in den USA ablegen und nutzen darf. Theoretisch können dann Fotos auf Internetseiten auftauchen, die man dort eigentlich nicht sehen möchte. Oder es werden Freunde mit Werbemails belästigt, deren Kontaktdaten auf dem Telefon liegen. Als Beauftragter für den Datenschutz habe ich deshalb empfohlen, dass die Stadtverwaltung Frankfurt diese App auf ihren Dienst-Smartphones nicht benutzen sollte.

SZ: Wollen Anbieter auf alle Daten Zugriff haben?

Froß: Es lohnt sich, wenn man im Internet nach einer App mit bestimmten Leistungen sucht, nicht nur auf diejenigen zu schauen, die oben in der Liste stehen. Beispiel Taschenlampen-App. Diese ermöglicht einfach nur, das Licht des eingebauten Blitzes als Taschenlampen-Dauerlicht zu nutzen. Da gibt es Apps, die trotzdem den Zugriff auf sämtliche Daten fordern. Aber es gibt auch andere, die das nicht verlangen.

SZ: Welche Apps sind denn überhaupt nützlich?

Froß: Jeder Mensch hat andere Bedürfnisse. Als Datenschützer empfehle ich, zu überlegen, was man wirklich braucht, und dann gezielt zu suchen. Abraten würde ich auf jeden Fall, Bankgeschäfte über das Smartphone zu erledigen. Ein mobiles Gerät wie ein Smartphone ist nicht unbedingt davor gefeit, dass Unbefugte auf sensible Daten zugreifen können. Vorsicht ist auch geboten, wenn man ein Telefon über Bluetooth verbindet. Denn alle übertragenen Daten, zum Beispiel bei Übertragung in eine Freisprechanlage eines Autos, werden dort gespeichert und können dann von Unberechtigten ausgelesen werden – etwa, wenn ich das Auto in die Werkstatt bringe oder wenn ich es weiterverkaufe. Nur wenn ich die kopierten Daten explizit aus der Freisprecheinrichtung wieder lösche, kann ich dies vermeiden.

SZ: Wie kann ich die Telefondaten im Auto löschen?

Froß: Das hängt natürlich von dem verwendeten Gerät im Auto ab. In der Regel gibt es aber eine Funktion, mit der ein sogenannter „Auslieferungszustand“ hergestellt werden kann. Damit werden alle Einstellungen auf null zurückgesetzt. Dies beinhaltet in der Regel auch das Löschen der zuvor kopierten Daten. Machen Sie davon bitte Gebrauch, wenn Sie ein Gerät unbeaufsichtigt an einen Dritten geben!

SZ: Der Zukunftsforscher Matthias Horx sagt voraus, dass das Suchtverhalten mit elektronischen Medien irgendwann genauso sanktioniert sein wird wie das Rauchen. Exzessive Smartphone-Nutzer würden dann als ungebildet und cha-

ANZEIGE

Senioren Alltagshilfe e.K. Frankfurt

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen

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:

- Hauswirtschaft und Haushaltshilfe für Senioren
- Betreuung von Senioren – Begleitung
- Persönlicher Bereich

Inh. Petra Topsever

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
Info@seniorenhilfe-frankfurt.de
www.seniorenhilfe-frankfurt.de

rakterschwach gelten. Sollten Senioren trotzdem lernen, mit dem Smartphone umzugehen?

Froß: Man muss die Technik nicht verteufeln, weil sie ja auch sehr hilfreich sein kann. Aber man sollte kritisch damit umgehen. Und wenn man es einfach nicht lernen will und auch gut ohne klarkommt, dann ist das auch in Ordnung. Der Umgang mit dem Smartphone wird ja heute schon kritisch betrachtet. Das halte ich auch für notwendig, weil die ständige Erreichbarkeit einen Verlust an Lebensqualität bringen kann. Ich selbst habe zum Beispiel kein dienstliches Handy mehr. Ich bin über meine dienstliche Festnetznummer und über meine Sekretärin erreichbar.

Die Fragen stellte Lieselotte Wendl

„Ermündigungswohnung“ eröffnet

Eine Wohnung mit 88 Assistenzsystemen, die den Alltag erleichtern sollen, ist in Berlin eröffnet worden. Der auf orthopädische und technische Hilfsmittel spezialisierte Gesundheitsdienstleister OTB hat zusammen mit 44 Partnern aus Forschung, Industrie und Dienstleistung eine 140 Quadratmeter große Wohnung als „Ermündigungswohnung“ gestaltet.

Die dort installierten Systeme sollen alten Menschen dabei helfen, selbstständig in ihrer Wohnung zu leben, auch wenn sie vieles nicht mehr selbst ausführen oder regeln können. So sind dort zum Beispiel Kleider- und Gardinenlifte, ein automatisch abschaltbarer mit Bewegungssensor versehener Herd, eine „selbst lernende“ Heizung und viele barrierefreie Hilfsmittel eingebaut. Weitere Informationen unter www.ermuendigung.de. *wdl*

„StattHaus Offenbach“ ausgezeichnet

Die Hans und Ilse Breuer-Stiftung ist Stiftung des Monats Januar 2015. Der Sprecher der Landesregierung, Staatssekretär Michael Bußer, hat die Auszeichnung anlässlich eines Besuchs im „StattHaus Offenbach“, einem Wohn- und Beratungsprojekt der Stiftung für Demenzkranke, überreicht. Er sagte: „Die Stiftung setzt sich theoretisch und praktisch mit dem Thema Demenz auf höchstem Niveau auseinander. Gerade weil die Einrichtung als Begegnungsstätte für Demenzpatienten und gesunde Menschen konzipiert ist, hilft sie, Ängste vor der Krankheit abzubauen. Gleichzeitig bleiben Betroffene und ihre Angehörigen mit der Krankheit nicht allein, sondern in der Mitte unserer Gesellschaft.“ Mit der Würdigung ist ein Anerkennungsbetrag von 500 Euro verbunden. *red*

ANZEIGE

Barrierefrei reisen

Größere Auswahl, bessere Serviceangebote

Foto: Nada Quenzel

Foto: Magdeburg

Mit Rollstuhl am Meer. Quelle: Tourismusverband Lausitzer Seenland. Hundertwasserführung.

Ob mit oder ohne Handicap: Jeder Mensch braucht mal einen Tapetenwechsel. Doch wer auf einen Rollstuhl, Rollator oder Gehstock angewiesen oder in seiner Mobilität eingeschränkt ist, der sucht nach einem geeigneten Urlaubsziel und einer Unterkunft, die barrierefrei angelegt ist, deren Mitarbeiter auf die Bedürfnisse von Menschen mit körperlichen Einschränkungen eingestellt sind, wo es Pflegeangebote gibt und die benötigten Hilfsmittel vorhanden sind.

Zunehmend hat die Reisebranche diese Klientel für sich entdeckt. Immerhin rechnet man in dem Marktsegment aufgrund des demografischen Wandels mit erheblichen Zuwachsraten. Diese Beobachtung macht auch Peter Epp vom „Zentrum selbstbestimmt Leben“ (ZsL) in Stuttgart. Schon lange ist das ZsL auf der Stuttgarter Reisemesse CMT mit einem Stand vertreten, um über barrierefreien Tourismus zu informieren. Seit 2008 verleiht das ZsL während der Messe den bundesweit anerkannten Preis „Der Goldene Rollstuhl“ für beispielhafte und vorbildliche barrierefreie Tourismusangebote.

„Für die Reiseanbieter, Tourismusverbände oder Hoteliers ist die Auszeichnung ein sehr beliebter Anreiz, um damit für sich zu werben. Für viele ist das ein Pluspunkt“, erklärt Epp, der beim ZsL Ansprechpartner für den Bereich „Barrierefreier Tourismus“ ist: „Früher war es wirklich schwer, ein geeignetes Urlaubsziel zu finden, das auf die Bedürfnisse von Rollstuhlfahrern, Sehbehinderten oder anderen Mobilitätseingeschränkten eingestellt war. Wir haben einfach unsere Erfahrungen zusammengetragen, recherchiert. Das war eine echte Sisyphusarbeit.“ Heute sei es einfacher, barrierefrei zu verreisen. Auch gebe es eine größere Auswahl an Destinationen. Örtliche Tourismusbüros und Hotels stellen sich besser auf die Anforderungen ein, haben Pflegedienste vor Ort und bieten für Menschen mit Handicap entwickelte Ausflüge und Touren an. „Auch ein Behinderter möchte im Urlaub sein Hotelzimmer verlassen, etwas unternehmen. Sonst kann er gleich daheim bleiben“, verdeutlicht Experte Epp. „Hilfreich und nützlich“ sei die „UN Behindertenrechtskonvention“ gewesen, die mit zu einem Umdenken beigetragen habe.

Trotz aller positiven Entwicklungen: Eine spontane Bahnfahrt oder ein Flug seien mit dem Rollstuhl nach wie vor nicht möglich. Doch das soll in Zukunft einfacher werden. Der digitale Fortschritt erfasst auch den barrierefreien Tourismus. Ein „Rundum-sorglos-Paket“, das alle Komponenten einer Urlaubsreise enthält, möchte „Urais“ schnüren: Das steht für „Urlaubsreisen im Alter mit individuellen Services“ und ist noch im Forschungsstadium, wie Projektkoordinatorin Samia Drissi von der Infoman AG erläutert. Noch bis Ende Juni läuft das dreijährige Forschungsprojekt, an dem neben Infoman das Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation, die Deutsche Bahn sowie als Testregionen der Tourismusverband Rupiner Seenland und die Reha-Klinik Schwäbische Alb beteiligt sind.

Diese digitale Plattform bringt alle Akteure zusammen: Reiseanbieter, Abhol- und Bringservice, Pflegedienst, Unterkunft, Anbieter von Aktivitäten und die Bahn. All Beteiligten wurden mittels einer Datenbank entsprechend dem Profil des Reisenden ausgewählt. Urais will einen durchgängigen Informationsfluss über die gesamte Reisekette garantieren. Eine mobile App für unterwegs auf dem Smartphone oder dem Tablet sorgt für eine „dynamische Reiseanpassung. Fällt ein Zug aus oder fährt an einem anderen Gleis ab, dann wird der Abholservice am Bahnhof darüber informiert. Treten Änderungen auf, werden diese ebenso digital an den

Reisenden übermittelt, der den Erhalt bestätigen muss“, erklärt Informatikerin Drissi.

Ausflüge, Stadtrundgänge und Zugänge zu öffentlichen Gebäuden hat derweil das im Januar zu Ende gegangene Forschungsprojekt „access“ im Blick, an dem unter anderem das Fraunhofer-Institut für Integrierte Schaltungen (IIS), Sociopolis, die Bagso und die „Nationale Koordinationsstelle Tourismus für Alle“ mitgewirkt haben. Eine mobile App zeigt den Nutzern barrierefreie Wege an. „100 Gebäude und gut 100 Kilometer Fußwege haben wir vorerst hierfür erfasst. Kommunen, Tourismusverbände und Hotels können auf der Basis Verzeichnisse und barrierefreie Routenplaner erstellen“, erklärt Projektinitiatorin Karin Loidl vom IIS.

Auch am Frankfurter Flughafen wird sich mit dem Einsatz zukunftsweisender technischer Hilfssysteme befasst, die das selbstständige Reisen mit Mobilitätseinschränkungen erleichtern sollen. „Pass“ heißt das „Personalisierte Assistenzsystem und Services für Mobilität im hohen Alter“, das Inhalt eines im Dezember 2014 zu Ende gegangenen dreijährigen Forschungsprojekts war. Im Mittelpunkt von „Pass“ stehen eine App für Smartphones und ein persönlicher Begleitservice für Reisende ab 65plus.

Die App verknüpft Echtzeitinformationen von Zug und Flug zu einem persönlichen Fahrplan des Nutzers. Auch Verspätungen und andere Veränderungen werden ad hoc verarbeitet und angezeigt. „Wir haben das System mit Senioren als Testpersonen ausprobiert und dabei festgestellt, dass es durchaus Unterschiede gibt. Die einen Probanden waren sehr technikaffin und hatten keine Probleme, ihr Tablet dafür zu nutzen. Andere wiederum benötigten mehr persönliche Assistenz“, erläutert Kerstin Bitterer, die das Projekt bei Fraport leitete. Jetzt soll „Pass“ einen Feinschliff bekommen. Dann wird der Flughafenbetreiber prüfen, wie, wo und wann das System zum Einsatz kommt.

Sonja Thelen

Rosen und ihren Duft kann man auch mit Sehbehinderung genießen.
Quelle: Tourismusverband Lausitzer Seenland, Foto: Nada Quenzel

ANZEIGE

Wo Senioren residieren.
Auch ohne fürstliche Rente.

Seinen Lebensabend in angenehmem Ambiente zu verbringen, das wünscht sich wohl jeder von uns. Die Senioren Residenz in Bad Nauheim bietet Ihnen menschliche Wärme, Geborgenheit, individuelle Pflege und alles, was ein würdiges Leben ausmacht. Und Sie können sich dieses bei uns leisten – auch ohne fürstliche Rente.

Dabei kümmern wir uns für Sie auch gerne um allgemeine organisatorische Rahmenbedingungen und um formale Verwaltungsfragen wie z.B. Anträge bei Krankenkassen, Vollmachten etc.

Senioren Residenz
Bad Nauheim

Wir laden Sie herzlich dazu ein, uns zu besuchen.

Gerne begleitet und berät
Sie Frau Susanne Mandler.
Sie freut sich auf Ihren Anruf
unter 06032 943-1822.

Alten- und Pflegeheim Schacht GmbH
Kurstraße 32, 61231 Bad Nauheim
www.seniorenresidenz-badnauheim.de

Weitere nützliche Informationen

Das Stuttgarter **Zentrum selbstbestimmt Leben** befasst sich intensiv mit dem Thema barrierefreier Tourismus. Auf der Stuttgarter Reisemesse CMT verleiht sie die Auszeichnung „Goldener Rollstuhl“ in den vier Kategorien „Reisebroschüren“, „Reiseanbieter“, „Kultur und Freizeit“ sowie „Hotel und Unterkünfte“. Neben der Übersicht über die aktuellen Gewinner und die der Vorjahre findet der Nutzer auf der Homepage auch eine umfassende Übersicht über nützliche Reiselinks zu Destinationen und Reiseangeboten in Deutschland und Europa (Lanzarote): www.zsl-stuttgart.de.

Informativ ist ebenso das Webportal „einfach teilhaben“. Unter der Rubrik „Mobilität und Freizeit – Barrierefreies Reisen“ findet sich eine Vielzahl an Tipps für die Reise mit Bahn, Bus, Flugzeug, Auto, Schiff, zu Unterkünften, aber auch über geeignete Ferien- und Freizeitparks und über nationale und internationale Reisen: www.einfach-teilhaben.de.

„Urlaub für alle“ – ist das Motto der in Erfurt ansässigen Arbeitsgemeinschaft „**Barrierefreie Reiseziele in Deutschland**“.

Acht deutsche Tourismusregionen gehören derzeit dem Zusammenschluss an: Ostfriesland, Rupiner Seenland, Eifel, Magdeburg, Erfurt, Lausitzer Seenland, Sächsische Schweiz und das Fränkische Seenland. Auf der übersichtlich angeordneten Homepage präsentieren sich die einzelnen Regionen mit den jeweiligen Rubriken „Sehenswertes & Tipps“, „Barrierefreie Angebote“, „Barrierefreie Gastgeber“ und „Weiterführende Links“ www.barrierefreie-reiseziele.de.

Auch die **Hessen-Agentur** hat einige barrierefreie Reise- und Ausflugstipps für Hessen zusammengestellt. Beispielsweise ist der „TreeTopWalk“ – der Baumkronenweg am Edersee – barrierefrei zugänglich. Rollstuhlfahrer können mithilfe der geländetauglichen „Joëlette“ durch den Habichtswald. Die Saalburg im Taunus bietet Rollstuhlfahrern und Blinden speziell für sie konzipierte Führungen. In Frankfurt gibt es öffentliche Rundgänge, die stufenlos geführt und mit Gebärdensprachdolmetscher gebucht werden können. In der Tourist Information am Römerberg ist ein taktiler Lageplan erhältlich. Die städtische Broschüre „Frankfurt am Main barrierefrei“ enthält Informationen zur Reiseplanung sowie zu barrierefreien Sehenswürdigkeiten, Museen, Theatern, Shoppingmöglichkeiten, Restaurants und zu Türbreiten, stufenlosen Zugängen oder Behindertentoiletten. Diese und weitere Tipps etwa über das Pflegehotel in Willingen oder das Marburger Hotel Kornspeicher finden sich im Internet: www.hessen tourismus.de/regionen/grenzen-loses-urlaubsgefuehl-barrierefreies-reisen-in-hessen. *the*

Auf barrierefreies Reisen spezialisierte Anbieter

www.behindertengerechte-reisen.com	Telefon 08 21 / 4 55 58 40
www.handicaptravel.de	Telefon 0 30 / 88 67 99 01
www.yat-reisen.de	Telefon 0 52 54 / 66 23 50
www.handicapnet.com	Telefon 0 41 02 / 6 91 60 02
www.reisen-ohne-barrieren.eu	Telefon 0 62 94 / 42 81 50
www.rfb-touristik.de	Telefon 0 21 66 / 6 18 90 20
www.barrierefreie-urlaubswelt.de	Telefon 0 27 42 / 3 01 70 03
www.runa-reisen.de	Telefon 0 52 04 / 92 27 80
www.mare-nostrum.de	Telefon 0 30 / 45 02 64 54
www.barrierefrei-reisen.info	Telefon nicht angegeben
barrierefreireisen.net	Telefon 03 62 03 / 9 56 70
www.barrierefreie-reisen.com	Telefon 0 22 02 / 98 09 90

ANZEIGE

Hilfe beim Helfen

Alzheimer Gesellschaft Frankfurt am Main e.V.

Beratung und Seminare zu Demenz

069 67 73 66 33

www.frankfurt-alzheimer.de

Buchtipp über rollstuhlgerechte Hotels

Handicapped-Reisen (Hg.): Hotels und Unterkünfte für Rollstuhlfahrer, 26. Auflage, Ausgabe 2015, 392 Seiten, ca. 840 Fotos, Preis: 16,80 Euro inkl. Versand, erschienen im Escales-Verlag, Talstraße 58, 77887 Sasbachwalden, Telefon 0 78 41 / 6 84 11 33

Neue 65-plus-Monatskarte

Seit Jahresbeginn hat der Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) eine 65-plus-Monatskarte im Programm. Bislang konnte die vergünstigte 65-plus-Fahrkarte für Senioren nur als Jahreskarte erworben werden. Nun besteht die Möglichkeit, das Angebot mit einer Monatskarte zu testen. Wie bei allen Zeitkarten des RMV wählt der Fahrgast einen Gültigkeitsbereich, in dem dann alle Verbindungen jederzeit nutzbar sind. Im Gegensatz zur Jahreskarte, die auch für die 1. Klasse gilt, ist die 65-plus-Monatskarte nur in der 2. Klasse nutzbar. Abends ab 19 Uhr und am Wochenende dürfen jedoch weiterhin ein weiterer Erwachsener und beliebig viele Kinder unter 15 Jahren mitgenommen werden.

Mit der neuen Karte, die als E-Ticket – eine Chipkarte, auf die das gewünschte Ticket aufgebucht wird – erhältlich ist, können die Kunden nach Angaben des RMV je nach Preisstufe bis zu 40 Prozent gegenüber der „normalen“ Monatskarte sparen. Für das Frankfurter Stadtgebiet kostet die 65-plus-Monatskarte 68,20 Euro. Um sie erwerben zu können, ist die Abgabe eines Altersnachweises in einer der Vertriebsstellen notwendig.

Die Standorte sowie weitere Informationen zum Angebot gibt es unter www.rmv.de oder am Servicetelefon 0 69/24 24 80 24 rund um die Uhr. *cle*

Universität des 3. Lebensalters U3L

Studieren an der U3L

Die Universität des 3. Lebensalters ist eine Bildungsinstitution an der J.W.Goethe-Universität. Angesprochen sind insbesondere ältere Erwachsene, die sich weiterbilden wollen. Das Veranstaltungsprogramm für das Sommersemester 2015 ist bis zu 22. April in verschiedenen Buchhandlungen und im Geschäftszimmer der U3L erhältlich.

Mehr Infos unter Universität des 3. Lebensalters, Senckenberganlage 31, Juridicum, Raum 612, 60325 Frankfurt, Telefon 0 69/7 98-2 88 61, Montag bis Donnerstag, 9.30–12.30 Uhr, Mittwoch 13.30–16.30 Uhr. *red*

ANZEIGE

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

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

Außerdem nach Österreich, Südtirol und Franzensbad.

Während der 10 bis 14 tägigen Erholungsreisen bieten wir Bewegung, Gesundheit, Entspannung, Ausflüge, Freude und Abwechslung.

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

Wir holen Sie mit Ihrem Gepäck 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 2015 zu.

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenreisen
Buchgasse 3 • 60311 Frankfurt am Main • Telefon 0 69 / 29 82 89 01 oder 0 69 / 29 82 89 02
www.caritas-seniorenreisen.de

caritas frankfurt

Assistenten im Alltag

Mit einem Assistenzgerät könnte man herausfinden, welche U-Bahnen barrierefrei sind…
Foto: Traffiq Frankfurt

Längere Strecken zu laufen erschöpft, die Gelenke schmerzen und der Gang ist nicht mehr so sicher wie früher. Solche körperlichen Veränderungen im Alter können Alltagsaktivitäten und Mobilität einschränken. Das muss aber gar nicht sein. Es gibt kleine, praktische Helfer, mit denen auch längere Unternehmungen sicherer und einfacher sind.

Bequeme Routenplanung

Was mithilfe von sogenannten Assistenzsystemen alles möglich ist, zeigt beispielhaft das Verbundprojekt „Geniaal Mobil“ im Raum Braunschweig. Hier haben sich mehrere Unternehmen zusammengeschlossen und ein lückenloses System entwickelt, das ältere Menschen sicher von der Haustür bis zum Ziel begleitet. Projektpartner sind unter anderen die Braunschweiger Verkehrsbetriebe, die Johanniter-Unfall-Hilfe, das Institut für Gerontopsychologie der Technischen Universität (TU) Braunschweig sowie das Peter L. Reichertz Institut für Medizinische Informatik der TU Braunschweig. Auch die Landesinitiative Niedersachsen „Generationengerechter Alltag“ sowie die dortige Taxizentrale unterstützen das Projekt, das im Januar an den Start ging.

In der Praxis sieht das beispielsweise so aus: Wer einen Arzttermin hat, plant seine Tour in Ruhe zu Hause am Computer und gibt die Daten wie Uhrzeit und bevorzugtes Beförderungsmittel in eine Maske ein. Die Routenplanung kann auch über eine mobile App-Anwendung auf dem Smartphone angezeigt werden. Das System wählt dann die beste Verbindung aus. Das klappt, weil Fahrpläne der Braunschweiger Verkehrsbetriebe bereits hinterlegt sind. Taxen können via Datenleitung automatisch für einen bestimmten Termin reserviert werden. Über einen Taxi-Ruf-Knopf sind registrierte Benutzer sogar direkt mit der Taxizentrale verbunden. So kann der Taxifahrer den Fahrgast orten und ihn überall abholen.

Mit dem Routenplaner bequem unterwegs.
Foto: Braunschweiger Verkehrs-GmbH

Wer zu Fuß geht, dem zeigt Geniaal wichtige Umgebungspunkte an, etwa Apotheken, Sitzbänke, Geschäfte mit dem Zertifikat „Generationenfreundliches Einkaufen“ und weitere Einrichtungen, zudem beleuchtete Wege und öffentliche Toiletten. Benutzer richten sich das System nach ihren persönlichen Vorlieben und Anforderungen ein, etwa wenn sie mit einem Rollator unterwegs sind. Der Routenplaner sucht dann barrierefreie Wegstrecken aus. Auch hier gibt es einen zusätzlichen Extra-Service: Mit einem Knopfdruck können die Anwender jederzeit die Leitstelle der Johanniter kontaktieren, die über das integrierte Ortungssystem Hilfe schickt.

Ein solch umfassendes System zu entwickeln, das viele Eventualitäten berücksichtigt und für den Anwender trotzdem einfach zu bedienen ist, war nur durch die aktive Mitarbeit derjenigen möglich, die es betrifft. Daher saßen ältere Menschen in jeder Planungsphase mit am Tisch. Ihre Anmerkungen, Vorschläge und Kritik flossen in die Umsetzung ein. Von der anspruchsvollen technischen Umsetzung und Vernetzung merken die Anwender am Ende wenig. Nach einer ausführlichen Schulung und mit ein bisschen Anwendungspraxis wird das System, das 2014 den Niedersächsischen Gesundheitspreis erhielt, schnell zur einfachen und wertvollen Unterstützung im Alltag.

...oder wo auf dem Weg Sportgeräte für ein kurzes Trimmprogramm zu finden sind. Foto: Oeser

Dezente Hilfe am Handgelenk

Eine clevere Lösung ist auch die technische Innovation des Fraunhofer-Instituts für Photonische Mikrosysteme, kurz auch IPMS genannt. Die Einrichtung der Fraunhofer-Gesellschaft zur Förderung der angewandten Forschung hat ihren Sitz in Dresden. Dort wurde ein Assistenzsystem für ältere Menschen entwickelt, mit Notruf-Funktion, Navigationssystem, Terminerinnerung und anderen wichtigen Infos. Es verbirgt sich in einer Apparatur, die man sich wie eine Armbanduhr ums Handgelenk legt. Mit ihr lassen sich Dinge regeln wie beispielsweise Terminabfragen, Medikamenten-Erinnerung, Betreuungsanfragen oder eine Navigationsunterstützung vom Arztbesuch nach Hause. Durch das Assistenzsystem erhalten auch mögliche Betreuer eine direkte Rückmeldung vom Patienten. Alle Daten laufen auf einem zentralen Server zusammen und werden den Trägern übermittelt.

Auf der Medica 2014 – der Weltleitmesse für Medizin in Düsseldorf – hat das Fraunhofer IPMS das neue Assistenzsystem vorgestellt. Neben den Nutzern würden vor allem Dienste und Einrichtungen wie Sozialverbände, Essen auf Rädern, Alten- und Pflegeheime oder Betreutes Wohnen davon profitieren, schätzen die Entwickler. Ansprechpartner ist Dr. Michael Scholles, Leiter Business Development & Strategy, Telefon 03 51/88 23-20, www.ipms.fraunhofer.de.

Nicole Galliwoda

>> Friedhofstaxi steht bereit

Das Friedhofstaxi auf dem Hauptfriedhof startet wieder seinen Sommerfahrplan mit ausgeweiteten Fahrzeiten. Es steht für ältere und mobilitätseingeschränkte Besucher des Friedhofs seit März bis November montags bis freitags von 10 bis 17 Uhr bereit. Auch über Ostern sowie an den Feiertagen Christi Himmelfahrt, Pfingsten und Fronleichnam ist es im Einsatz.

Die Vereinbarung eines Treffpunktes ist für die Besucher des Friedhofs bereits im Voraus möglich. Unter der Mobil-Nummer 01 60/95 89 10 31 ist der Fahrer des Friedhofstaxis zu erreichen. Die Benutzung des Taxis ist kostenfrei.

pia

RHEIN-MAIN-VERKEHRSVERBUND RMV

Die **65-plus-Monats**Karte:

Einen Monat fahren und bis zu **40 % sparen.***

Jetzt neu!

Die **65-plus-Monats**Karte. „Prima", das rechnet sich.

- Monatskarte für alle ab 65 Jahren
- gilt am Wochenende verbundweit für 2
- als robustes eTicket mit vielen Vorteilen
- bis zu 40 % günstiger als vergleichbare Fahrkarten
- Mitnahme des Partners werktags ab 19.00 Uhr

Es gelten die gemeinsamen Tarif- und Beförderungsbedingungen des RMV.

www.g-b.de

RMV-Servicetelefon 069/24 24 80 24

www.rmv.de

Mit Freude üben

Beim Essen zu unterstützen hilft, anzuregen und mobil zu halten. Foto: Oeser

Mitleid ist der falsche Weg. Und ein Satz wie „Der vegetiert ja nur noch“ ebenso. Wer nicht selbstständig laufen kann und auf das Zimmer im Pflegeheim oder auf das Pflegebett angewiesen – das heißt „ortsfixiert“ – ist, verliert deshalb noch lange nicht seine Menschenwürde. Selbstständigkeit im Alter, die sich wohl jeder wünscht, ist in hohem Maße davon abhängig, wie weit ein Mensch noch mobil ist. Denn davon wiederum hängt ab, was er noch selbst machen kann und wobei er die Unterstützung anderer benötigt.

Die Zeitschrift für Gesundheitsberufe, „Dr. Mabuse“, hat eines ihrer Hefte dem Thema Mobilität gewidmet. Im Zusammenhang mit Alter und Pflege ist damit nicht das hippe Lebensgefühl gemeint, jederzeit und gerne einem neuen Job oder einem Event hinterherzureisen. Auch nicht das Thema öffentlicher Nahverkehr. Hier ist Mobilität ganz elementar gemeint: Wie kann ein alter Mensch sich noch selbst bewegen, wie können seine Ressourcen immer wieder angeregt und geweckt werden, gerade wenn der Mensch im Pflegeheim eigentlich „ausruhen“ kann. Denn gerade damit, dass sie sich nicht mehr selbst anstrengen müssen, wird ja oft für den Einzug ins Pflegeheim geworben. „Ganz falsch“, schreibt Angelika Zegelin in ihrem Beitrag. Die Pflegewissenschaftlerin an der Universität Witten/Herdecke hat festgestellt, dass der Einzug ins Pflegeheim von den meisten Menschen als Kränkung und Verlust erlebt wird – gerade weil die Selbstständigkeit verloren geht. „Es wird ja alles gemacht, wir können hier verblöden“, zitiert Zegelin eine Pflegeheimbewohnerin. Von solchen Gefühlen besonders betroffen sind die Menschen, die sich – obwohl beim Einzug mit Einschränkungen durchaus noch mobil – oft schon nach einem Jahr oder weniger im Rollstuhl wiederfinden. Sie sind dann „ortsfixiert“, und ihre Gehfähigkeit ist meist tatsächlich nicht mehr gegeben.

Dass müsse nicht so sein, denn oft fehlten nur die Übung und die freundliche Unterstützung, meint die Pflegewissenschaftlerin. Regelmäßige „Bewegungsübungen“ reichten allerdings nicht aus, um eine echte Mobilisierung zu erreichen, mahnt sie. Da für alte Menschen Bewegung oft auch mit Schmerzen verbunden sei, müssten solche Übungen einen Sinn haben, ja sogar mit Freude verbunden werden. „Motivation“ heißt das Zauberwort, auch Ortswechsel sei wichtig. Wo schon die Architektur etwa mit langen Krankenhausgängen keinen Anreiz biete, das Zimmer zu verlassen, sollten gemütliche Aufenthaltsräume, gestaltete Ecken und schöne Gärten geschaffen werden. Aber auch jeder „pflegerische Transfer“ – etwa vom Bett in den Sessel, vom Sessel in den

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: 069/62 32 49 · Fax: 069/61 21 61

Rollstuhl – kann nach Ansicht von Zegelin zur Mobilisierung genutzt werden.

Als besonders belastend wird der Verlust des aufrechten Ganges erlebt. Wer nicht nur ortsfixiert, sondern auch zum Liegen gezwungen ist, der muss zu den Menschen aufschauen, die ihm begegnen. Damit dies nicht als Würdeverlust erlebt, damit das Bett als eigentlich intimer Ort, nicht zum öffentlichen Raum werde, seien von den Pflegenden besondere Achtsamkeit und eine ethische Haltung gefordert, beschreibt es die Theologin Urte Bejick in ihrem Beitrag. Diese gehe über fachlich kompetentes Handeln und professionelles Pflegen hinaus und beziehe auch menschliche Emotionalität ein. Sie lasse aber durchaus auch Unsicherheit zu, die das Handeln immer wieder kritisch hinterfrage. Keinesfalls dürfe Mobilität zur Voraussetzung werden, einem Menschen Würde zuzusprechen.

Derzeit wird übrigens ein „Expertenstandard Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege“ wissenschaftlich erprobt. Er wurde von einer Expertengruppe erarbeitet, der auch Andrea Schiff angehört. Sie ist Professorin für Pflegewissenschaft an der Katholischen Hochschule NRW und stellt im „Dr. Mabuse“ Heft die Inhalte dar. Der Expertenstandard sieht wichtige Änderungen in den Einrichtungen vor, die sich zum einen auf personalgebundene Maßnahmen richten, wie zum Beispiel Gruppenangebote zur Bewegung in Zusammenarbeit mit Sportvereinen oder Begleitung bei Spaziergängen. Dafür seien an vielen Stellen auch ehrenamtliche Kräfte einsetzbar. Fachleute sollten die Pflegekräfte in „Transfertechniken“ schulen. Daneben seien aber zum Beispiel auch Buffettische für die gemeinsamen Mahlzeiten bewegungsfördernd, ebenso Gartenanlagen und Sitzecken auf den Fluren. In jedem Fall sollen die Pflegefachkräfte nach diesem Entwurf individuelle Maßnahmepläne zur Planung und Koordination aller Beteiligten erstellen, die zuverlässig und kontinuierlich umgesetzt werden sollen. *Lieselotte Wendl*

Informationen mit freundlicher Genehmigung und entnommen aus: „Dr. Mabuse, die Zeitschrift für alle Gesundheitsberufe“, November / Dezember 2014, „Mobilität“ (www.mabuse-verlag.de)

ANZEIGE

Heißer Draht
für Pflegende Angehörige
Erschöpfung – Sorgen – Fragen zur Pflege?
Wir hören zu und geben Orientierung!
069 – 955 24 911 – auch anonym
Mo.–Fr. 9–17 Uhr
Mi. bis 19 Uhr
Di 15–18 Uhr auch in türkischer Sprache
caritas frankfurt

ANZEIGE

Wohnen und Leben mit Anspruch.

- Sie planen und gestalten Ihr Leben bewusst und wissen, was Sie wollen.
- Sie haben Interesse am Gemeinschaftsleben und besonderen kulturellen Veranstaltungen.
- Wenn Sie krank werden, erwartet Sie kompetenter, individueller und menschlicher Service – durch unseren GDA-Betreuungs- und ambulanten Pflegedienst. Oder Sie bleiben stationär bei uns im Wohnpflegebereich, in dem wir auch Kurzzeitpflege, z. B. nach einem Krankenhausaufenthalt, anbieten.

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

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

Unsere Info-Nachmittage:
jeweils sonntags um 15:00 Uhr, 26. April & 31. Mai
Tag der offenen Tür:
Sonntag, 28. Juni ab 15:00 Uhr

DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

GDA
Raum für Persönlichkeit

Im Training gefunden: Anerkennung, Halt und Struktur

Horst Gauß gibt beim Boxtraining weiter, was ihm geholfen hat

Horst Gauß trägt eine schwarze Trainingshose und T-Shirt. Seine Arme hat er angehoben, die Hände stecken in speziellen Trainings-Boxhandschuhen. Seine Füße, sein Körper sind immer leicht in Bewegung. Vor ihm tänzelt ein etwa 12-Jähriger, der nach den Anweisungen von Gauß gezielt auf die behandschuhten Hände seines Trainers schlägt. Seit gut 50 Jahren ist der heute 77-Jährige Box-Trainer, Manager, Sponsor. 1964 hat er mit drei anderen Mitstreitern den Boxclub CSC Frankfurt-Sachsenhausen mit aufgebaut, der seit dem letzten Jahr sein Domizil in einer neuen Halle an der Borsigallee hat. „Der CSC sollte mein Schicksal werden", sagt Horst Gauß, der auch mit 77 Jahren in bester körperlicher Verfassung ist. „Das Boxen und meine junge Frau halten mich fit", erzählt er schelmisch. Nach wie vor trainiert er beim CSC zweimal die Woche Jugendliche und Hobbyboxer, leitet zudem seit zehn Jahren das Projekt „Manager- und Fitnessboxen".

Respekt, Toleranz und Pünktlichkeit lernen die Jugendlichen bei Horst Gauß. Foto: Oeser

Er selbst hat 1950 mit dem Sport angefangen. „Das war meine Rettung." Gauß, Jahrgang 1937, wuchs ohne Eltern im Waisenhaus auf, nachdem seine Mutter an Tuberkulose gestorben war. Seine Kindheit war vom Dritten Reich und vom Zweiten Weltkrieg geprägt. „Meinen Vater habe ich nie kennengelernt." Dieses Alleinsein ohne Zuspruch, Anerkennung, emotionale Zuwendung, Ermutigung hat ihn als Jungen extrem geprägt. Er war auffällig, renitent. Es war schwer, mit ihm umzugehen. Er flog aus einer Pflegefamilie. Dann holte ihn eine Tante zu sich nach Frankfurt. Das war 1948. Dort besuchte er das Freiherr-vom-Stein-Gymnasium in Sachsenhausen. Aber auch sie kam mit dem wilden Jungen nicht zurecht, schickte ihn schließlich nach Eberbach auf ein Internat. Dort entdeckte er den „Boxring Eberbach". „Vier Wochen später stand ich schon im Ring." Endlich erhielt er die Anerkennung, nach der er sich sehnte, bekam Halt und Struktur in sein Leben. Doch dieser Zustand währte nicht lange. Wenig später wurde der Club aufgelöst. „Das war für mich der Weltuntergang", bekennt der 77-Jährige. Doch diesmal ließ er sich nicht wieder unterkriegen, begann mit großem Eifer Fußball zu spielen, machte Abitur, begann in Frankfurt Volkswirtschaft zu studieren und ging später zur Bundeswehr.

Aber das Boxen bekam Horst Gauß nie aus dem Kopf: „Das ist meine große Leidenschaft." Er heiratete, bekam zwei Söhne und baute schließlich mit seiner ersten Frau, die 1994 verstorben ist, einen Handel mit Naturkostprodukten auf, den er nach wie vor betreibt. „Aber das Hauptgeschäft managt jetzt meine zweite Frau, damit ich genug Zeit für meine Hobbys habe wie das Singen." Lange Zeit nahm ihn der Boxsport, den er Anfang der 1960er Jahre für sich wiederentdeckte, so in Beschlag, dass er kaum Zeit für ein anderes Hobby fand, erzählt Gauß. Er engagierte sich als Aktiver, Sponsor und Manager dermaßen für den CSC, dass eine Staffel sogar in der Zweiten Bundesliga antrat und der CSC zu einem der erfolgreichsten Frankfurter Vereine wurde, wie Gauß stolz betont. Bis zu 1.500 Zuschauer kamen zu den Ligakämpfen. „Das schaffte kein anderer Boxclub in Deutschland", sagt der 77-Jährige, der sich nach der Wiedervereinigung auch um die Verschmelzung der Boxverbände gekümmert hat und dafür mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet wurde.

In der ganzen Zeit war er immer Nachwuchstrainer. „Hunderte Jungs gingen durch meine Schule, egal ob Deutsche oder Ausländer. Ich versuchte, ihnen wichtige Werte des Lebens wie Respekt, Toleranz, Pünktlichkeit zu vermitteln. Viele Jungs fanden beim CSC eine neue Heimat", erklärt der Trainer. Auch so bekannte Boxer wie Willi „Ox" Fischer und Karlheinz Scheibe lernten bei Horst Gauß das „Box ABC". Bis heute macht ihm das so viel Spaß, dass er weiterhin jungen Menschen das Boxen beibringen möchte, aber auch die sozialen Komponenten wie Teamfähigkeit und Rücksichtnahme vermitteln will – Werte, die für ihn selbst als junger Mensch von essenzieller Bedeutung waren, wie er sagt.

Sonja Thelen

Was leisten die Betreuungsdienste?

Bei Fragen zum Thema Wohnen helfen (v.l.) Manfred Murk und Gregor Preis von der Leitstelle Älterwerden. Foto: Oeser

Das Thema Wohnen ist für die meisten Menschen äußerst wichtig. Deshalb nimmt sich das Sozialdezernat dieses Themas mit großem Engagement an und kann für ältere Frankfurter in sozialgeförderten und einigen frei finanzierten Wohnanlagen ein gutes Betreuungspaket bereitstellen. Eine besondere Bedeutung kommt dabei den mit der Stadt Frankfurt kooperierenden Betreuungsdiensten zu, die in rund 90 Seniorenwohnanlagen angeboten werden. Sie bieten den Mietern nicht nur eine Rufbereitschaft rund um die Uhr, sondern auch weitere Unterstützungs- und Betreuungsangebote wie Gregor Preis und Manfred Murk von der Leitstelle Älterwerden im Interview mit der Senioren Zeitschrift betonen.

Herr Preis, welche Leistungen umfasst der Betreuungsdienst dieser Seniorenwohnanlagen?

Preis: Wesentlicher Bestandteil ist die 24-stündige Rufbereitschaft. Außerdem leisten die Mitarbeiter des Betreuungsdienstes bei Bedarf Erste Hilfe. Diese sind weiterhin Ansprechpartner, wenn es gilt, ärztliche und pflegerische Hilfen in der Wohnung zu vermitteln. Auch bei einem anstehenden Klinikaufenthalt oder einer Aufnahme in eine stationäre Versorgung werden die Mieterinnen und Mieter nicht alleingelassen. Zusätzlich werden sie beim Umgang mit Behörden unterstützt oder wenn es beispielsweise darum geht, Formulare auszufüllen oder Anträge zu stellen. Außerdem berät der Betreuungsdienst über soziale Angebote und Leistungen und hilft bei Fragen der altersgerechten beziehungsweise barrierefreien Wohnungseinrichtung sowie zu Unterstützungsmöglichkeiten im Haushalt.

Was passiert, wenn der Betreuungsdienst vor Ort einen Mieter schon längere Zeit nicht gesehen hat und nichts von einer Abwesenheit weiß?

Preis: Dann wird der Mitarbeiter aktiv. Er schaut nach und geht notfalls in die Wohnung – sofern der Bewohner das vorher gestattet und schriftlich vereinbart wurde. Das ist ganz wichtig, denn das Recht auf Privatsphäre muss beachtet werden.

Herr Murk, wer übernimmt in diesen Seniorenwohnanlagen den Betreuungsdienst?

Murk: Der Betreuungsdienst wird im Auftrag der Stadt von derzeit 13 Betreuungsträgern angeboten. Deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind in diesen Seniorenwohnanlagen tätig. Es gibt verbindliche Beratungs- und Sprechzeiten und in der Regel ein Büro.

An wen richtet sich dieses Angebot und wer ist berechtigt, den Betreuungsdienst zu nutzen?

Murk: Das Angebot gilt für alle Mieter dieser Seniorenwohnanlagen schon ab einem Alter von 60 Jahren, sofern sie einen Vertrag mit dem jeweiligen Betreuungsträger abgeschlossen haben. Die Mieter zahlen monatlich 24,50 Euro an den Betreuungsträger. Den weit größeren Anteil der Kosten übernimmt die Stadt Frankfurt als freiwillige Leistung.

Was muss ein Bewohner tun, um eine Betreuung zu erhalten?

Preis: Da die meisten dieser Seniorenwohnanlagen öffentlich gefördert sind, läuft die Vermittlung der Wohnungen über das Amt für Wohnungswesen (siehe Infobox sowie SZ 1/2015). Dort wird auch zu den Modalitäten der Betreuungsangebote informiert. Kommt dann ein Mietvertrag mit dem Wohnungseigentümer zustande, schließt der Mieter im Weiteren direkt mit dem Betreuungsträger einen Vertrag ab.

Murk: Es gibt auch Seniorenwohnanlagen, deren Förderung ausgelaufen oder die frei finanziert sind. Für Interessierte besteht auch hier die Möglichkeit, einen Betreuungsvertrag abzuschließen. Es sei noch erwähnt, dass auf dem freien Wohnungsmarkt sehr unterschiedliche Formen des Betreuten Wohnens angeboten werden. Die genauen Konditionen können dort jeweils direkt erfragt werden (siehe Infobox).

Preis: Für Mieter mit geringem Einkommen können die Kosten von 24,50 Euro komplett übernommen werden, wenn das Einkommen unter der Einkommensgrenze liegt. Das sind bei Alleinstehenden zurzeit 798 Euro plus Kaltmiete. Bei Ehepaaren oder Lebenspartnerschaften beträgt die Einkommensgrenze 1.078 Euro plus Kaltmiete. Ansprechpartner ist jeweils das zuständige Sozialrathaus. Der Betreuungsdienst ist bei der Antragsstellung gern behilflich.

Interview: Sonja Thelen

Bei Fragen über den Betreuungsdienst können sich Interessierte an die Leitstelle Älterwerden des Jugend- und Sozialamts (Hansaallee 150), Telefon 0 69 / 2 12-7 06 76 wenden.
Bei Fragen zur Vermittlung von Wohnungen: Amt für Wohnungswesen, Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt, Telefon 0 69 / 2 12-3 83 50

Seniorenbeirat Februar 2015

Gesundheit im Mittelpunkt

Der Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt spricht sich für die Freigabe von Cannabis an Schmerzpatienten aus. Diese Auffassung gibt ein Schreiben wieder, für das die Vorsitzende des Gremiums, Renate Sterzel, die Initiative ergriffen hatte und für das der Seniorenbeirat in seiner Februar-Sitzung einmütig gestimmt hat. Mit diesem Signal möchte der Seniorenbeirat Gesundheitsdezernentin Rosemarie Heilig bei ihrem Einsatz für die Freigabe von Cannabis an Schmerzpatienten unterstützen. In Kooperation mit anderen Kommunen will die Frankfurter Dezernentin für die Freigabe kämpfen und eine Legalisierung auf Bundesebene erreichen. Es gebe Patienten und Erkrankungen, bei denen Opiate nicht die erwünschte schmerzstillende oder entkrampfende Wirkung haben, für die nur entsprechende Cannabis-Produkte infrage kämen, begründete die Seniorenbeirats-Vorsitzende ihren Vorstoß. Ihrer Auffassung pflichtete Magdalene Grana (Ortsbeirat 11) bei: „Als frühere Krankenschwester weiß ich, wie Cannabis beispielsweise MS-Kranken helfen könnte.“ Pieter Zandee (Ortsbeirat 3) ist es zudem wichtig, den Konsum von Cannabis-Produkten durch Schmerzpatienten zu „entkriminalisieren“.

Auch ansonsten stand das Thema „Gesundheit“ im Mittelpunkt der Sitzung. Sportdezernent Markus Frank war eingeladen worden, um über die Seniorenfitnessanlagen im Stadtgebiet zu informieren. Er nutzte die Gelegenheit, um prinzipiell ältere Menschen zu ermuntern, auch im Alter etwas für ihre Fitness und die Beweglichkeit zu tun. Hier biete die Stadt Frankfurt eine reiche Auswahl. Das Programm „Fit bis 100“, das das Sportamt zusammen mit dem Sportkreis und dem Turngau Frankfurt aufgelegt habe, fasse alle Angebote der Vereine für die unterschiedlichsten Altersgruppen, Ansprüche und Interessen verteilt über die Stadt zusammen, liste Kontaktadressen und Ansprechpartner auf. „Auch wer viele Jahre oder quasi noch nie in seinem Leben Sport getrieben habe, kann damit noch im Alter anfangen und wird feststellen, wie schnell sich das auf die Beweglichkeit, Ausdauer und Fitness auswirken kann. Es geht darum, regelmäßig etwas zu tun und nicht um Höchstleistungen“, betonte der Dezernent. Weiterer Effekt: Wer einen Sportkurs besucht, tut etwas gegen Vereinsamung, begegnet anderen Menschen und knüpft Kontakte. Das ist auch auf den „Seniorenfitnessanlagen“ möglich, von denen die Stadt mittlerweile vier errichtet hat: am Bornheimer Hang in der Rose-Schlösinger-Anlage, im Elli-Lucht-Park (Niederrad), im Martin-Luther-King-Park (Nordweststadt) und im neuen Hafenpark (Ostend, Mainufer, im Schatten der EZB). Die Resonanz sei positiv, so der Dezernent. Das bestätigte Volker Zimmer (Ortsbeirat 8) für die Anlage im Martin-Luther-King-Park. „Ich habe mich vor Ort mit Spaziergängern unterhalten, die mir berichteten, dass hier immer etwas los sei.“ Auf breite Zustimmung stieß der Vorschlag des Sportdezernenten, bei einem Termin im Hafenpark die Mitglieder des Seniorenbeirats von einem Trainer in die Geräte einweisen zu lassen.

Ältere Menschen aus der Isolation holen und ihnen aufzeigen, was es für sie an interessanten Angeboten im Stadtteil gibt: Mit dieser Motivation hat Ursula Becker 2014 einen Seniorenkalender für Oberrad erstellt, wo die frühere Grundschullehrerin und Sozialbezirksvorsteherin seit 1970 lebt. Kirchengemeinden, öffentliche Einrichtungen, Ambulante Dienste, Alten- und Pflegeeinrichtungen und vor allem die Vereine aus Oberrad, die sie vorab kontaktiert hatte und in ihrem Verteiler sind, teilen ihr Veranstaltungen mit, die sie in die monatliche Ausgabe einpflegt. Ebenso veröffentlichen diese Vereine und Einrichtungen ihren Veranstaltungskalender, den sie an weitere Interessierte mailt oder zum Teil in den Briefkasten wirft. Auch hängt er an mehreren Stellen in Oberrad – Geschäfte und Schaukästen – aus. Zum Teil werden einzelne Veranstaltungen in der Presse publik gemacht. „Es ist aber kein altersspezifischer Kalender, sondern er beinhaltet auch altersübergreifende Angebote“, betont Ursula Becker, die als Gast zur Sitzung geladen war. Wie der Abenteuerspielplatz, wo Großeltern und Enkel zusammen die Freizeit verbringen können, oder die Spielvereinigung Oberrad, die zum gemeinsamen Schauen der Bundesligaspiele einlädt. „Die gute Erreichbarkeit und das gemeinsame Erleben sind wichtig“, sagt die engagierte Frau, die 2014 für ihren Einsatz mit dem Nachbarschaftspreis der Stadt Frankfurt ausgezeichnet wurde. *Sonja Thelen*

RÄTSELAUFLÖSUNG

Schwedenrätsel:

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

Schach:

1. Df7 x e7!! (droht Se3 matt), Kd5 – e5.; 2. Se5 – c7 matt. 1. ..., Kd5 – c4;2. Tb3 – b4 matt. 1. ..., Lb8 – e5†;2. Tb3 – c3 matt. 1. ..., Se4 – f6(Sg5/Sg3); 2. Tb3 – e3 matt. 1. ..., Se4 – bel. 2. Sf5 – d6 matt. Eine wohl nicht leicht zu lösende Aufgabe mit feinen Batteriespielen.

„Orientierung im Dschungel der Möglichkeiten“

Senioren-Stadtteilbüro in Niederrad eröffnet

Ob beim Ausfüllen von Behördenformularen, bei Unklarheiten in Rentenangelegenheiten oder bei der Suche nach Freizeitangeboten – wer hier nicht weiter weiß, findet seit Januar im Senioren-Stadtteilbüro Niederrad Unterstützung. Nach der Devise „Wir haben immer ein offenes Ohr für Sie!“ stehen zweimal im Monat sachkundige Ehrenamtliche älteren Menschen mit Rat und Tat zur Seite.

Bei der offiziellen Eröffnung würdigte Stadträtin Daniela Birkenfeld das für Frankfurt einzigartige Projekt. Vorangetrieben von der Initiative Älterwerden in Niederrad und gemeinsam mit dem Quartiersmanagement des Frankfurter Programms – Aktive Nachbarschaft realisiert, sei der Vorstoß in jeder Hinsicht vorbildhaft. Wie die Sozialdezernentin unterstrich, fördere das Senioren-Stadtteilbüro die Teilhabe älterer Menschen am sozialen und kulturellen Leben, bündele Informationen über die vielfältigen Angebote und kooperiere eng mit den etablierten Stadtteilakteuren. Birkenfeld hofft, dass diese „neue und spannende Anlaufstelle“ auch in anderen Stadtteilen Schule machen wird. Zumal das Projekt nicht nur „Orientierung im Dschungel der Möglichkeiten“ gewähre, sondern auch dazu beitrage, „älteren Menschen den Verbleib in der vertrauten Wohnumgebung zu ermöglichen“.

Wenn es um Fragen der Pflege oder um Hilfestellungen im Alltag geht, hat das Senioren-Stadtteilbüro in der Tat ausgewiesene Fachleute zur Hand. Neben sieben engagierten Frauen und Männern aus Niederrad konnte der evangelische Gemeindepädagoge Gerhard Pfahl auch zwei Pflegeexperten für die ehrenamtliche Mitarbeit gewinnen. Diese sind künftig immer dann vor Ort, wenn es komplizierte Sachverhalte zu klären gilt. In einem Stadtteil, in dem jeder sechste Bürger älter als 65 Jahre ist, bildet das Senioren-Stadtteilbüro jetzt eine weitere Facette in dem Feld der Hilfestellungen.

Als das Senioren-Stadtteilbüro im Niederrad eröffnete, schauten sich (v.l.n.r.:) Gerhard Pfahl, Ingrid Iwanowsky, Friedrich Berndt, Daniela Birkenfeld und Norbert Hofmann den neuen Flyer an.

Ideengeberin Ingrid Iwanowsky stellte bei der Eröffnung klar, dass man sich nicht als Konkurrenz zu bestehenden ehrenamtlichen Angeboten verstehe und auch keine hauptamtlichen ersetzen wolle. Das vom Bundesfamilienministerium finanziell unterstützte und in den Räumen des Ökumenischen Hilfenetzes und der allgemeinen Sozialberatung untergebrachte Projekt solle im Gegenteil die Zusammenarbeit zwischen den vorhandenen Institutionen sowie die Entwicklung einer „sorgenden Gemeinschaft“ fördern. Die Sprecherin der Initiative Älterwerden in Niederrad wünscht sich zudem, dass die Arbeit des Seniorenbüros ältere Menschen dazu anrege, eine aktive Rolle im Stadtteil zu übernehmen. Daniela Birkenfeld hegt diesbezüglich Zuversicht. Projekte funktionierten schließlich dort besonders gut, „wo sie für und mit den Bewohnerinnen und Bewohnern passgenau auf den Sozialraum zugeschnitten wurden“. *Doris Stickler*

Das Senioren-Stadtteilbüro Niederrad im Altenzentrum St. Josef, Goldsteinstraße 14 b, ist jeden zweiten und vierten Freitag im Monat von 15 bis 17 Uhr geöffnet oder unter der kostenfreien Telefonnummer 08 00 / 3 30 33 71 zu erreichen (ansonsten Anrufbeantworter).

Zu diesen Zeiten sind im Senioren Internet Café des Altenzentrums überdies zwei kostenlose WLAN-Plätze für mobile Endgeräte zugänglich. *sti*

Landesseniorenvertretung Hessen e.V.

Gemeinsam gegen Diskriminierung im Alter

In Zusammenarbeit mit der Landesseniorenvertretung Hessen und dem Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt findet am 28. April um 13 Uhr im Plenarsaal / Römer die Veranstaltung: „Diskriminierung im Alter“ statt. *red*

Wie umgehen mit Demenz?

Vergesslichkeit, Demenz, Alzheimer Krankheit – es gibt viele Namen für das Phänomen, das Familien in große Bedrängnis bringen kann. Wenn Menschen ihre Fähigkeit verlieren, Gelerntes abzurufen, sich zu erinnern und ihren Alltag zu bewältigen, dann sind meist Angehörige gefragt. Entgegen manchen Medienberichten wird immer noch die große Mehrzahl der Demenzkranken zu Hause betreut. Die wenigsten der pflegenden Angehörigen haben gelernt, wie sie mit dem Erkrankten umgehen, der ihnen doch immer fremder wird. Und oft vergessen sie, dass sie auch für sich selber sorgen müssen, um in der Pflege nicht auszubrennen. Das Buch „Demenz“ will Angehörigen und Pflegekräften dabei helfen, den Alltag mit einem demenzkranken Menschen entspannter zu gestalten und noch vorhandenes Potenzial zu wecken. Die Autorin ist zertifizierte Alltagsbegleiterin für demenzkranke Menschen. Anhand konkreter Beispiele sowie durch Checklisten können pflegende Angehörige selbst überprüfen, ob sie in Gefahr sind, sich zu überfordern. Praktische Übungen und Anleitungen helfen dabei, selbst immer wieder Kraft zu tanken und dem Kranken liebevoll gegenüberzutreten. Dabei beruft die Autorin sich auf das psychobiografische Pflegemodell nach Professor Erwin Böhm (siehe auch SZ 3 / 2014), der auch ein Vorwort zu diesem Buch geschrieben hat.

Elvie Nern: Demenz – Praxisbezogene Tipps und Hilfen für Angehörige und Pflegekräfte, Nomen, brosch., 112 Seiten, 11,90 Euro. *wdl*

32. Markt der Frankfurter Selbsthilfegruppen

Die Veranstalter des Marktes der Frankfurter Selbsthilfegruppen freuen sich auf viele Besucher.
Foto: Jochen Kratschmer

Am Freitag, 26. Juni, findet von 11 bis 17 Uhr im Römer und auf dem Römerberg der 32. Frankfurter Selbsthilfegruppen-Markt statt. Dieser bietet die Gelegenheit, mit rund 100 Selbsthilfegruppen aus Frankfurt ins Gespräch zu kommen und sich über die Angebote der Selbsthilfe in Frankfurt zu informieren. Besucher sind herzlich willkommen. *red*

Demenzcafé in Nieder-Eschbach eröffnet

Menschen mit einer demenziellen Erkrankung in Nieder-Eschbach können seit Februar das Demenzcafé „Kaffeemühle“ besuchen. In ihrer Geschäftsstelle, Berner Straße 103–105, bieten die Johanniter vorläufig einmal in der Woche drei Stunden eine Betreuung für Menschen an, deren Alltagskompetenz eingeschränkt ist. Während dieser Zeit sollen pflegende Angehörige entlastet werden und Zeit für eigene Interessen oder andere wichtige Dinge gewinnen. Ausgebildete Betreuungskräfte kümmern sich einen Nachmittag lang verständnisvoll und geduldig um die Gäste und bieten leichte Sitzgymnastik, eine Sing- und Vorleserunde, Konzentrations- sowie Gedächtnisübungen an. Daneben gibt es individuelle Beschäftigungsangebote und Ruhepausen zum Entspannen bei Kaffee und Kuchen.

Die Kosten für diese Betreuung – 30 Euro pro Nachmittag – können von der Pflegekasse übernommen werden. Die Johanniter helfen gerne bei der Beantragung der Leistungen. Auch ein Fahrdienst steht zur Verfügung. Das Café öffnet vorläufig einmal in der Woche mittwochs von 14 bis 17 Uhr und bietet acht Plätze. Sollte die Nachfrage größer sein, ist auch an eine Ausweitung auf weitere Wochentage gedacht. Mehr Informationen gibt es bei den Johannitern in Frankfurt unter Telefon 0 69/95 42 16 30 bei Stefanie Sy, wo man sich auch anmelden kann. *wdl*

Einkommensgrenzen für den Frankfurt Pass liegen jetzt höher

Ab sofort gelten neue Einkommensgrenzen für den Frankfurt Pass. Die bisherigen Werte wurden um fünf Prozent angehoben. Stadträtin Daniela Birkenfeld empfiehlt Bürgerinnen und Bürgern mit geringem Einkommen, die bisher über den Grenzen lagen, ihre Ansprüche in den Sozialrathäusern und bei den Besonderen Diensten des Jugend- und Sozialamts prüfen zu lassen. „Der Frankfurt Pass verbessert die Teilhabechancen am öffentlichen und kulturellen Leben in unserer Stadt“, betont die Sozialdezernentin.

Die Einkommensgrenzen für 1-Personen-Haushalte liegen jetzt bei 912 Euro netto (alt: 869 Euro), für 2-Personen-Haushalte bei 1.181 Euro netto (alt: 1.125 Euro), für 3- Personen-Haushalte bei 1.449 Euro netto (alt: 1.380 Euro), für 4-Personen-Haushalte bei 1.718 Euro netto (alt: 1.636 Euro) und für 5-Personen-Haushalte bei 1.987 Euro netto (alt: 1.892 Euro). Die Grenzen erhöhen sich für jedes weitere Mitglied einer Haushaltsgemeinschaft um weitere 269 Euro.

Mit der Einführung der höheren Einkommensgrenzen hat Stadträtin Daniela Birkenfeld den Beschluss der Stadtverordnetenversammlung aus dem Dezember 2014 umgesetzt, den Haushaltsansatz für den Frankfurt Pass um eine Million Euro auf jetzt 6,3 Millionen Euro im Jahr anzuheben und damit eine Anpassung an die Preisentwicklung zu ermöglichen.

„Das ist ein wichtiges Signal an alle Bürgerinnen und Bürger, die mit ihrem Budget streng haushalten müssen“, sagt die Sozialdezernentin. Aktuell haben rund 65.000 Bürgerinnen und Bürger einen Frankfurt Pass. Sie können damit kostenlos die Stadtbücherei nutzen, haben ermäßigten Eintritt in Schwimmbädern, im Zoo und anderen städtischen Einrichtungen und können vergünstigt Zeitkarten für den öffentlichen Nahverkehr erwerben.

Insbesondere die Vergünstigungen bei Fahrkarten werden von Frankfurt-Pass-Inhabern gerne genutzt. Verkehrsdezernent Stefan Majer freut sich, dass durch die Beteiligung des Verkehrsdezernats an der Finanzierung der Erhöhung der Einkommensgrenzen „ein wichtiger Beitrag für eine sozial gerechte Mobilität in Frankfurt“ geleistet wird. „Mit vereinten Kräften ist die Umsetzung dieser sozialpolitisch sinnvollen Maßnahme gelungen“, freuen sich Majer und Birkenfeld. *red*

8. Frankfurter Familienkongress

Frankfurter Bündnis für Familien

Lebenswirklichkeiten von Alleinerziehenden

Der 8. Frankfurter Familienkongress beschäftigt sich mit den Lebensrealitäten von Alleinerziehenden und lenkt den Blick auf Familien, die als sogenannte Einelternfamilien eine stetig wachsende Familienform darstellen.

Der Kongress findet am 7. Mai von 9 bis 17 Uhr am Haus am Dom, Domplatz 3, 60311 Frankfurt, statt.

Eröffnet wird der Familienkongress durch die Bildungsdezernentin Sarah Sorge. Als Referentinnen werden Monika Czernin (Buchautorin), Prof. Dr. Veronika Hammer (Hochschule für angewandte Wissenschaften, Coburg), Prof. Dr. Anne Lenze (Hochschule Darmstadt) und Wilfried Griebel (Staatsinstitut für Frühpädagogik, München) das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchten. Neben weiteren Vorträgen, der Ausstellung „Single Moms – Alleinstehende Mütter und ihre Lebenswelten“ sowie Dialoggruppen öffnen am Nachmittag 13 Orte rund um das Haus am Dom ihre Türen. Hier können die Teilnehmer und Teilnehmerinnen das Thema „Alleinerziehend“ historisch und künstlerisch erleben.

Der Familienkongress ist für Fachkräfte, Multiplikatoren und interessierte Frankfurter Bürger und Bürgerinnen gedacht. Bei Interesse kann der Programmflyer mit Anmeldebogen auf verschiedenen Wegen angefordert werden: E-Mail: buendnis-fuer-familien@stadt-frankfurt.de
Telefon 0 69 / 2 12-3 90 01, Fax: 0 69 / 43 02 47 oder im Internet herunterzuladen unter: www.frankfurter-buendnis-fuer-familien.de. *red*

Achtung Terminverschiebung

Das nächste „Forum Älterwerden in Frankfurt“ findet nicht wie angekündigt am 5. Mai statt, sondern am Montag, 4. Mai, im Gemeindesaal der Evangelischen Cyriakusgemeinde Rödelheim, Alexanderstraße 37.

Die Veranstaltung beginnt um 17 Uhr, die Infostände sind bereits ab 16 Uhr zugänglich. Eingeladen sind insbesondere Bürgerinnen und Bürger aus den Stadtteilen **Rödelheim**, **Bockenheim** und **Westend**. *red*

Älterwerden in Frankfurt

Neue Studie zu Armut in Frankfurt

Ältere fühlen sich besonders betroffen

Armut wird von Menschen über 60 Jahren anders wahrgenommen als von jüngeren. Foto: Oeser

Die alte Dame lebt von einer kleinen Hinterbliebenenrente. Aber sie geht jeden Tag mit dem Rollator spazieren, Nachbarn und Verwandte besuchen sie regelmäßig und kaufen für sie ein. Ist sie arm? In einer Studie „Armut in Frankfurt“ befragten Wissenschaftler 500 Bewohner im Gallus und im Westend, wie sie ihre wirtschaftliche Lage einschätzen und wie sie Armut in der Stadt wahrnehmen. Wenig überraschend: Mehr als jeder dritte Befragte im Gallus schätzt seinen Haushalt als arm ein, im Westend ist es nur jeder zehnte. Aufhorchen lässt aber die Tatsache, dass sich ein knappes Viertel (24 Prozent) der Teilnehmer jenseits der 65 Jahre als arm einschätzt. Woher das kommt? Sven Stadtmüller, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Forschungszentrum Demografischer Wandel, sagt: „Unsere Befunde sprechen nicht für Altersarmut als verbreitetes Phänomen in Frankfurt.“ Möglicherweise sind es die Einkommenseinbußen beim Übergang vom Beruf in die Rente, die das Empfinden beeinflussen. Generell brachte die Studie zutage, dass Menschen, die sozial abgestiegen sind, sich oft stärker von Armut belastet fühlen als diejenigen, die schon lange in prekären Verhältnissen leben.

Es geht nicht nur um Einkommen

Singles, die weniger als 980 Euro im Monat zur Verfügung haben, und vierköpfige Familien mit weniger als 2.058 Euro netto gelten als arm. Ob sie sich auch so fühlen, hängt nicht nur vom Geld ab. Es spielt auch eine Rolle, ob jemand in einem Reihenhaus oder in einem Hochhaus lebt, gesund oder krank ist und soziale Kontakte pflegen kann oder nicht, sagt Sven Stadtmüller. Nach Armut unter diesen verschiedenen Aspekten zu fragen ist das Neue an der Studie.

Als „alarmierend“ bezeichnen es die Forscher, dass zwölf Prozent der 500 Befragten sich als arm einschätzen, obwohl sie Vollzeit arbeiten. Sie fanden außerdem heraus, dass ärmere Frankfurter eher die Linkspartei wählen als die CDU oder sich ganz der Wahl enthalten. 43 Prozent der ärmeren Befragten waren unzufrieden mit der eigenen Gesundheit, während dies unter den Wohlhabenden lediglich zehn Prozent sagten. Ein weiteres Ergebnis, das zu denken gibt: Etwa jeder Fünfte der in Armut lebenden Befragten fühlt sich sozial isoliert, während es unter den Reichen lediglich fünf Prozent sind. „Zur wirtschaftlichen Armut kommt in vielen Fällen noch eine soziale Armut hinzu“, lautet die Bilanz der Wissenschaftler.

Erstaunlich auch die Wahrnehmung der Armut anderer: Zwar sagten drei von vier Befragten, sie nähmen Armut in der Stadt Frankfurt wahr. Während aber 79 Prozent der unter 30-Jährigen Armut in Frankfurt wahrnehmen, sind es bei den über 65-Jährigen nur 55 Prozent. Woran das liegt? Stadtmüller ist mit Erklärungen vorsichtig. Vielleicht spiele die Sozialisation der heute über 65-Jährigen eine Rolle, die mit ganz anderer materieller Armut groß wurden als heutige Generationen, meint er. Die Forschungsergebnisse sollen von Studierenden in einem Projektbericht gebündelt und veröffentlicht werden.

Susanne Schmidt-Lüer

Forschung zum demografischen Wandel

Das Forschungszentrum Demografischer Wandel wurde 2007 an der Frankfurter Fachhochschule (FH) gegründet. Damit war es Vorreiter, die Konsequenzen des demografischen Wandels waren zuvor an deutschen Fachhochschulen nicht untersucht worden.

Das Forschungszentrum Demografischer Wandel setzt sich an der Frankfurt University of Applied Sciences, wie die FH heute heißt, mit den Folgen niedriger Geburtenraten und steigender Lebenserwartung auseinander. Es erforscht insbesondere die Situation in Hessen, beobachtet die Generationenverhältnisse und berät die Politik.

Im Dezember 2014 hatte das Forschungszentrum seine Studie zur Wahrnehmung von Armut in den Frankfurter Stadtteilen Westend und Gallus vorgestellt.

ssl

Smart-Markt stellt Nahversorgung sicher

Lebensmittelladen mit eigenen Marktgesetzen

Herr S. nippt an seinem Kaffee. Wie an jedem Morgen macht er auf seiner Runde durch Sindlingen Stopp im Smart-Markt an der Hugo-Kallenbach-Straße. Seit Jahren ist die Frühstückspause mit der 74-jährigen Frau B. ein Ritual. Bei Fertigkaffee aus der Kühltheke, Frikadellen und Brötchen tauschen die beiden Neuigkeiten aus. „Manchmal gesellt sich jemand dazu", sagt Marktleiterin Kerstin Oertel. Die sympathische Frau leitet den 580 Quadratmeter großen Markt an der Grenze zwischen zweigeschossigen Gründerzeitbauten und Wohnhäusern aus der Nachkriegszeit von Anfang an.

Bereits kurz nach der Eröffnung im Jahr 2011 war der Smart-Markt gut besucht. Foto: Oeser

Mit seinen rund 8.000 Artikeln bietet der Markt von Obst und Gemüse, über Brötchen aus dem hauseigenen Ofen bis hin zu Tiefkühlkost alles zum täglichen Leben Nötige. „Seit der Schlecker schloss, führen wir mehr Drogerieartikel, und als der Zeitungsladen dichtmachte, haben wir weitere neue Produkte reingenommen", sagt Kerstin Oertel. Ob Halal-Wurst oder polnische Rote-Bete-Suppe: Der Smart-Markt sorgt für seine Kunden. Auch mit breiten Gängen und niedrigen Regalen. Viele ältere Sindlinger kaufen hier ein, manche bestellen sich Fleisch oder Brot vor, und im Notfall werden Waren auch mal ins Haus gebracht. „Ich bin froh, dass der Laden hier ist," sagt Frau B., „bis zum Aldi zu laufen ist weit."

Infrastruktur wird ergänzt

Die Nahversorgung auch für weniger mobile Bewohner sicherzustellen, gehört von Anfang an zum Konzept der Smart-Märkte. Der erste eröffnete 2009 in Eckenheim, 2010 folgte der zweite in Bonames, in Sindlingen gibt es das Angebot von Rewe-Nahkauf seit März 2011. Jeweils von 8 bis 20 Uhr. Dabei gilt es, die Infrastruktur im Stadtteil zu ergänzen und keine Konkurrenzangebote aufzubauen.

Seit in Bonames ein neuer Rewe-Markt eröffnete, ging der Umsatz im Smart-Markt um 20 Prozent zurück, „wir prüfen, ob wir dort wieder weggehen", erklärt Volker Tollkühn, der Geschäftsführer von Smart-Work-Frankfurt. Die gemeinnützige Gesellschaft betreibt die Märkte im Auftrag des Sozialdezernats. Denn eines ist klar: Aufgrund ihrer Lage und Größe sind die Läden nicht so zu führen, dass es betriebswirtschaftlich aufgeht, sagt Tollkühn. Für jeden Smart-Markt ist „ein tragfähiges finanzielles Konzept nötig".

Im Sindlinger Smart-Markt macht sich Bilal Koubaa bereit, Obst und Tiefkühlwaren zum Jugendhaus im Niederräder Mainfeld zu fahren. Der 20-Jährige absolviert gerade seine Ausbildung zum Servicefahrer, zwei Einzelhandelskauffrauen haben kürzlich ihre Ausbildung abgeschlossen, und im Frühjahr beginnt ein sechsmonatiger Lehrgang für angehende Kassiererinnen. Das Jobcenter, die Stadt Frankfurt und das Land Hessen fördern die Ausbildungs- und Qualifizierungsplätze in den Smart-Märkten, ehemals Langzeitarbeitslose können sich dort über das Frankfurter Arbeitsmarktprogramm qualifizieren und den Frankfurter Weg zum Berufsabschluss für 25- bis 45-Jährige ohne Berufsabschluss beschreiten.

Frau B. und Herr S. plauschen noch. Sie wünschen sich ein Café im Sindlinger Smart-Markt, das auch Sitzplätze bietet. Zum Ende des Jahres soll es Wirklichkeit werden.

Susanne Schmidt-Lüer

Werkstatt Frankfurt

Weil die Fördermittel des Bundes für Langzeiterwerbslose stark gekürzt wurden, musste die stadtnahe Werkstatt Frankfurt mit ihren vielfältigen Arbeits- und Qualifizierungsmöglichkeiten für Langzeitarbeitslose umgebaut werden.

Im Januar 2014 nahmen vier eigenständige Einzelunternehmen die Arbeit auf: Die gemeinnützige Gesellschaft für Wiederverwertung und Recycling (GWR), die Servicegesellschaft für Frankfurt und Grüngürtel gGmbH (SFG), Smart Work Frankfurt mit den drei Smart-Märkten und mit Gebäudemanagement für städtische Ämter und die Gemeinnützige Gesellschaft für das Frankfurter Arbeitsmarktprogramm (FRAP Agentur) mit dem FRAP-Beratungszentrum an der Mainzer Landstraße. *ssl*

Angehörige werden entlastet

Pflegestärkungsgesetz fördert vor allem den ambulanten Bereich

Mit neuen Betreuungskräften kann zum Beispiel die „Mobile Küche für Heimbewohner" im Alloheim Seniorenresidenz Mainpark durchgeführt werden.

Foto: Netzwerk Frankfurter Forum für Altenpflege

Das erste Pflegestärkungsgesetz ist seit Januar in Kraft. Es fördert vor allem den ambulanten Bereich, der zwei Drittel aller Pflegebedürftigen bundesweit betrifft. Damit werden Angehörige entlastet und es stehen mehr Leistungen zur Verfügung. Das übrige Drittel der Pflegebedürftigen bilden Heimbewohnerinnen und -bewohner. Sie haben nun alle – und auch das ist neu – einen gesetzlichen Anspruch auf mehr Betreuungszeit.

Nach zwei Jahrzehnten Pflegeversicherung hat sich der Gesetzgeber durchgerungen, ab 2015 Betreuungsleistungen für nahezu alle Heimbewohner zu gewähren. Ausgeschlossen sind diejenigen, die ohne Pflegestufe im Heim leben und auch nicht dement sind. Desorientierte Heimbewohner erhielten – nach einer besonderen Prüfung des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) – auch schon seit 2008 mehr Betreuung. Seit 1995 ist eine derartige Leistung im „alten", noch bestehenden Pflegebedürftigkeitsbegriff, der nach drei Pflegestufen differenziert wird, nicht enthalten. Das soll sich aber mit dem zweiten Pflegestärkungsgesetz vom Jahr 2017 an ändern, das nach fünf Pflegegraden gegliedert nicht nur Pflege-, sondern auch Betreuungsleistungen bei der MDK-Begutachtung einbezieht.

Betreuungskompetenz stärken

Betreuung – zum Beispiel für demenziell Erkrankte – wurde seit Einführung der Pflegeversicherung 1995 nur marginal berücksichtigt. Daher finanzierte die Stadt Frankfurt ab 2001 speziell ein Programm für mehr Betreuungsangebote in der ambulanten und stationären Pflege, um besonders desorientierte Menschen besser zu versorgen. Seitdem haben die Pflegeheime Frankfurts ihre Betreuungsqualität beständig weiterentwickeln können, was die Heime nun befähigt, die neuen Betreuungskräfte unter anderem strukturiert in bestehende Projekte einzubeziehen und sie darin zu schulen. Das bedeutet mehr Zuwachs an Handlungswissen, weil dank des Programms viele unterschiedliche Betreuungsprojekte ausprobiert werden können. Über sie besteht auf kommunaler Ebene ein ständiger Austausch. Das heißt, die Einrichtungen haben durch dieses Netzwerk gelernt, sich etwa zusätzliche Hilfen aus dem Umfeld zu besorgen.

Seit Jahresbeginn herrscht in Frankfurts Pflegeheimen ein reger Veränderungsprozess, denn die neuen Betreuungskräfte, auch Alltagsbegleiter genannt, die in einer 160 Stunden umfassenden Qualifizierung plus Betreuungspraktikum ausgebildet werden, fallen nicht vom Himmel. Sie sollen für Hilfen am Bewohner im Alltag zur Verfügung stehen und auch Pflegekräfte unterstützen.

Wie es sich etwa in Frankfurt zeigt, kommen unterdessen vermehrt Menschen der Nachkriegsgenerationen in die Pflegeheime. Sie haben andere Ansprüche und bringen somit eine neue Kultur in die Institution Heim.

Die Achtundsechziger-Generation hat sich revolutionär geriert und manche haben gar Drogen – auch außerhalb von Alkohol und Nikotin – konsumiert. Sie zeigt ein völlig anderes Verhalten als die Vorgängergeneration. Das heißt auch, dass das Personal in Pflege und Betreuung vor einer Zukunft steht, die von sehr unterschiedlichen Menschen – auch interkulturell – geprägt sein wird. Das erfordert neue Konzepte des Umgangs – auch außerhalb dessen, was die Politik in Pflegegesetze gegossen hat.

Beate Glinski-Krause

Einen umfassenden Überblick über das Frankfurter Programm Würde im Alter – stationär – bietet der Link: www.FFA-Frankfurt.de
Bürgertelefon zur Pflegeversicherung 0 30/3 40 60 66-02

Bürgerinstitut freut sich über Spenden

Foto: Oeser

Elektronische Datenverarbeitung spielt längst auch in der sozialen Arbeit eine wichtige Rolle. Eine gute technische Ausstattung ist in vielen Bereichen eine unentbehrliche Grundlage geworden, um professionelle Hilfe leisten zu können. Stadträtin Daniela Birkenfeld (rechts) hat deshalb dem Bürgerinstitut für die Anschaffung einer dringend erforderlichen neuen IT-Ausstattung Mittel aus dem Spendentopf bewilligt. Bei einem Besuch vor Ort hat sich die Sozialdezernentin von der Geschäftsführerin des Bürgerinstituts Petra Becher und ihrem Team zeigen lassen, wofür die ambulante Hospizgruppe und der Betreuungsverein des Bürgerinstituts die Technik benötigen (siehe Foto). *red*

>> Auszeichnung für Demenzbotschafter

Die Frankfurter Demenzbotschafter sind mit der „Landesauszeichnung Soziales Bürgerengagement 2014“ geehrt worden. Sie sind eine Gruppe von Menschen, die einen an Demenz erkrankten Angehörigen gepflegt und begleitet haben oder es aktuell noch tun. Als pflegende Angehörige haben sie eigene Erfahrungen im Umgang mit einem an Demenz erkrankten Menschen gemacht und bieten ihre Unterstützung an, wenn jemand beispielsweise den Verdacht hat, dass ein Angehöriger an Demenz erkrankt sein könnte oder ist. Auch wenn jemand wissen möchte, was er in dieser schwierigen Situation tun kann, oder wenn jemand einfach sprechen und sich austauschen möchte, stehen die Demenzbotschafter zur Verfügung. Sie beraten telefonisch unter der kostenpflichtigen Rufnummer 01 51/14 82 91 81 für ihren jeweiligen Stadtteil und können so auch lokal wichtige Hinweise geben, ebenso wie zu weiterführender (Fach-)Literatur und Filmen. Einmal monatlich treffen sie sich im Bürgerinstitut, um das Projekt weiterzuentwickeln und sich auszutauschen; sie sind mit dem Bereich Hilda (Hilfe für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen) im Bürgerinstitut verbunden. *wdl*

Das Hilda-Mobil und die Demenzbotschafter sind für Betroffene da. Foto: Oeser

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 2982-8501

Rufen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir Lösungen!
www.caritas-frankfurt.de

Im Tandem Fuß fassen

Viele Frankfurter engagieren sich für Flüchtlinge

Dass Frankfurt eine weltoffene Stadt ist, hat sich nicht erst bei der großen Anti-Pegida-Demonstration gezeigt, zu der im Januar an die 15.000 Menschen auf den Römerberg kamen. Weniger spektakulär, aber mit stetig wachsendem Engagement setzen sich alte und junge Frankfurter Bürger für Flüchtlinge ein. Es gibt in Frankfurt viele Möglichkeiten, sich zu engagieren.

„Herzlich willkommen“ sagt man zu gern gesehenen Gästen. Mit dem Gruß „Herzlich ankommen“ sollen die unerwarteten Gäste empfangen werden, die als Flüchtlinge in Frankfurt Zuflucht suchen und hier jede Art von Hilfe und Beistand brauchen können. Dabei hat sich die Arbeiterwohlfahrt (Awo) auf unbegleitete minderjährige Flüchtlinge spezialisiert. In den Unterkünften werden rund 150 junge Menschen mit allem versorgt, was sie brauchen. Sie werden von pädagogischen Fachkräften betreut und finden dort einen strukturierten Tagesablauf vor, zu dem auch täglicher Deutschunterricht gehört.

Mit dem Projekt „Herzlich ankommen“ will die Awo um ehrenamtliche Unterstützung bei der Freizeitgestaltung werben. Und das Interesse ist groß. So kamen zu einer Informationsveranstaltung im Januar rund 90 Menschen. Voraussetzung für den Einsatz in einer von drei Einrichtungen, in denen die Awo die Flüchtlinge unterbringt, ist jedoch eine Schulung. Denn viele Jugendliche sind durch die Ereignisse in ihren Heimatländern, aber auch durch die Erlebnisse auf den oft langen Fluchtwegen traumatisiert.

Für die Schulung und Koordination stehen zwei Fachkräfte zur Verfügung. Sie kümmern sich etwa darum, die Ehrenamtlichen bedarfsorientiert an die jeweiligen Einrichtungen zu vermitteln, so Pilar Madariaga, Ansprechpartnerin für das Projekt. Gesucht würden vor allem Menschen, die in den Bereichen Sport, Kultur und Bildung etwas anzubieten hätten, sagt sie.

Dezernentin Daniela Birkenfeld (Mitte) und AWO-Vertreter informieren über Hilfemöglichkeiten für Flüchtlinge. Foto: Oeser

Großes Interesse

Eine Eins-zu-eins-Betreuung von erwachsenen Flüchtlingen bietet das Projekt Socius, das der Evangelische Regionalverband bereits 2012 aufgelegt hat. Die Idee: Ehrenamtlich Mitarbeitende werden über mehrere Monate zum „Mentor der Sozialberatung für Migranten und Flüchtlinge“ geschult. Danach betreuen sie eine ausgewählte Person, den Mentee, „im Tandem“ über ein oder zwei Jahre. Drei Kurse mit insgesamt 67 Mentoren sind bereits abgeschlossen, der vierte Kurs für 36 Personen (115 hatten sich beworben) hat im März begonnen.

Ein gut harmonierendes Tandem bilden seit Oktober 2014 Angela Thelen und Latifa S. Die deutsche Rentnerin übt mit der 50-Jährigen aus Afghanistan Deutsch. Die Afghanin, Mutter von zwei Kindern, hat zwei Jahrzehnte lang in ihrer Heimat als Ärztin gearbeitet und lebt seit zwei Jahren in Deutschland. Gerne wäre sie auch hier in ihrem Beruf tätig. Aber dazu muss sie die deutsche Sprache beherrschen. Und so liest sie zusammen mit ihrer Mentorin Texte und versucht, sie mit eigenen Worten nachzuerzählen. „Sehr schwer“, sagt sie, und „Frau Thelen ist sehr geduldig.“ Diese unterstützt sie etwa auch bei Behördenbesuchen. „Eigentlich dachte ich, wir könnten auch einmal zusammen die Stadt erkunden“, erzählt Angela Thelen. Doch Latifa S. besteht auf ihren Übungsstunden in Deutsch.

Die für die Flüchtlingsunterbringung zuständige Sozialdezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld ist froh über das große Interesse der Frankfurter Bürger an einem Einsatz für die Flüchtlinge. Ungefähr 800 erwachsene Flüchtlinge hat die Stadt im vergangenen Jahr aufgenommen. Dazu kamen fast 1.600 Jugendliche, die ohne Eltern eintrafen, von denen allerdings nicht alle in Frankfurt bleiben. Sie durchlaufen hier ein Clearing-Verfahren und werden dann auf die Landkreise in Hessen verteilt. Im laufenden Jahr rechnet die Dezernentin mit weiteren 1.000

Flüchtlingen: „Da ist viel Ehrenamt gefragt.“ Bisher sei man gut zurechtgekommen: „Das ist unsere Pflicht – jetzt müssen wir über die Kür beraten, die langfristige Integration.“

Lieselotte Wendl

Die Stadt Frankfurt hat eine Hotline eingerichtet, unter der es Informationen zu Hilfe- und Spendenmöglichkeiten gibt: 0 69 / 21 23 43 98. Das Socius-Projekt ist derzeit ausgebucht. Ansprechpartnerin für „Herzlich ankommen“ ist Pilar Madariaga, Telefon 0 69 / 29 89 01-611

wdl

>> Jeden Monat Schutzprodukte frei Haus

Menschen, die zu Hause einen pflegebedürftigen Angehörigen versorgen, haben Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel zum Verbrauch. Das können etwa Schutzhandschuhe, Mundschutz, Bettschutzeinlagen oder Desinfektionsmittel sein. Viele Pflegende wissen nicht, dass sie einen gesetzlichen Anspruch darauf haben. Seit Januar 2015 wurde der Anspruch von 31 auf 40 Euro im Monat erhöht. Um diesen Anspruch geltend zu machen, müssen sie einen Antrag an die Pflegekasse ausfüllen. Inzwischen bieten etliche Lieferanten solcher Hilfsmittel nicht nur den Versand eines monatlichen Pakets mit den gewünschten Produkten im Wert von 40 Euro an. Viele leisten auch kostenlose Hilfe beim Ausfüllen, des Antrags. Unter Namen wie Pflege-Paket, Hygi-Box oder Pflegebox sind ihre Dienste im Internet zu finden. Der Medi-Markt Mannheim etwa wirbt damit, dass er bereits mehr als 100.000 Kunden deutschlandweit nicht nur mit Pflege- und Schutzprodukten, sondern auch mit medizinischen Artikeln etwa für Diabetes-Erkrankte, bei Inkontinenz oder Stoma beliefert.

Auf der Website des Unternehmens werden die Interessenten unkompliziert durch den Beantragungs- und Bestellvorgang geleitet und erhalten dann die angeforderten Hilfsmittel direkt nach Hause geliefert (www.medi-markt.de, Service-Hotline 08 00/6 33 44 55 23). Weitere Anbieter sind zum Beispiel: www.pflege.de/cura-box, www.wohnen-im-alter.de/Pflegehilfsmittel, www.hygibox.de.

wdl

ANZEIGE

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

Zertifizierte Altenhilfezentren und Ambulante Dienste ...

- Modern ausgestattete Altenhilfezentren
- Professionelle Pflege & Betreuung
- Attraktive Freizeitangebote
- Vielseitiges Therapieangebot
- Alle Zentren sind zertifiziert
- Detaillierte Infos finden Sie in unseren Hausprospekten
- Fort- und Weiterbildungsinstitut
- Ambulante Dienste
- Altenwohnanlagen

AWO Johanna Kirchner Stiftung

Ein Zuhause. Mitten im Leben.

AWO Jede Menge Leben. Solidarische Stadtgesellschaft Kreisverband Frankfurt am Main e.V.

Gewalt gegen Frauen

Für Frauen in Not gibt es Hilfe. Foto: Oeser

Frauen sind nach wie vor deutlich häufiger Opfer von häuslicher Gewalt als Männer. Einer aktuellen Studie der Europäischen Union zufolge erleidet etwa jede dritte Frau in Deutschland in ihrem Leben körperliche oder sexuelle Gewalt. Rund 25 Prozent aller Frauen erleben Gewalt in ihrer Partnerschaft. Die Mehrheit der Frauen wird mindestens einmal in ihrem Leben sexuell belästigt. Das berichtete Bundesfrauenministerin Manuela Schwesig anlässlich des vergangenen „Internationalen Tages zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen“.

2013 wurden allein in Frankfurt 1.377 Fälle von häuslicher Gewalt angezeigt, so die Frankfurter Frauendezernentin Sarah Sorge. Die Dunkelziffer liegt laut Experten deutlich höher. Der Kriminalstatistik des Frankfurter Polizeipräsidiums für 2012 zufolge musste die Polizei in 1.360 Fällen wegen häuslicher Gewalt einschreiten: Von den 1.331 Opfern waren 1.153 (86,6 Prozent) weiblich und 178 Opfer männlich. Bei den Tatverdächtigen war es umgekehrt: 155 der 1.194 Tatverdächtigen waren weiblich (13 Prozent) und 1.039 männlich. In 1.208 Fällen waren die Beteiligten verwandt, bei 113 Fällen waren sie miteinander bekannt und lebten zum überwiegenden Teil zusammen. Allerdings kommt die Polizei zu dem Schluss, dass das 2002 in Kraft getretene Gewaltschutzgesetz „sich in einer erhöhten Anzeigebereitschaft der Opfer von häuslicher Gewalt zeigt. Frauen, denen im häuslichen Umfeld Gewalt widerfährt, verschweigen dies offensichtlich seltener als früher und gehen von sich aus auf die Polizei zu, in der Gewissheit, dass ihnen Hilfsangebote gemacht und konkrete erste Schritte eingeleitet werden können.“

Frauen-Guide informiert

Frankfurt verfügt über ein umfassendes Beratungs- und Hilfeangebot, an das sich betroffene Frauen auch anonym wenden können. Einen Überblick gibt der Frauen-Guide des Frauenreferats. Der Wegweiser ist in mehreren Sprachen erhältlich und steht online. Auf einer „Notfallkarte“ sind die wichtigsten Notrufnummern von Frankfurter Beratungs- und Interventionsstellen aufgeführt (Kontaktdaten siehe Infobox). Die Notfallkarte ist beim Frauenreferat und beim Präventionsrat erhältlich.

Jedoch flüchten ältere Frauen, die Opfer von häuslicher Gewalt sind, kaum in ein Frauenhaus, wie die für die Frauenberatungsstelle und zwei Frauenhäuser zuständige Fachbereichsleiterin Christine Heinrichs vom Frankfurter Verein für soziale Heimstätten berichtet: „In der Regel suchen junge Frauen meist mit kleinen Kindern bei uns Zuflucht. Die Beziehungen sind meist von großen Abhängigkeiten geprägt. Die Frauen haben kein Einkommen, keinen Beruf, keine Papiere, leben isoliert“, so Heinrichs. „Wir haben keine Hinweise, dass die häusliche Gewalt im Alter steigt. Dort bestehen wohl eher eingespielte Beziehungsgefüge, und die Partner haben sich irgendwie arrangiert.“

Wer allerdings Opfer von Gewalt in der Pflege wird, kann sich an das kostenlose Beratungs- und Hilfeangebot des Vereins „Handeln statt Misshandeln“ (HsM) wenden. HsM fühlt sich zuständig für alte Menschen, denen Gewalt angetan worden ist, für deren Angehörige und für Beschäftigte in der Altenhilfe. Das Team – bestehend aus Juristen, Sozialgerontologen, Psychologen, Ärzten, rechtlichen Betreuern und Altenpflegern – berät persönlich oder telefonisch. *Sonja Thelen*

Beratung gibt es bei:

Polizei, Telefon 110
Frankfurter Verein Beratungs- und Interventionsstelle für Frauen, Telefon 069/43054766;
Beratungsstelle Frauen helfen Frauen, Telefon 069/48986551;
Beratungsstelle Frauennotruf, Telefon 069/709494;
Frauenrecht ist Menschenrecht – FIM, Telefon 069/97097970;
Hilfetelefon (bundesweit kostenfrei), Telefon 08000/116016;
Handeln statt Misshandeln (HsM), Telefon 069/67865762 oder 06255/2073155 *the*

>> Preis für Engagement

Bis zum 31. Mai können sich Personen oder Gruppen für den Nachbarschaftspreis der Stadt Frankfurt bewerben. Der Wettbewerb ist in fünf Kategorien ausgeschrieben und wird mit je 1.000 Euro dotiert: „Kultur vor Ort“, „Alt und Jung“, „Chancen im Quartier“, „Picobello“ und „Nachbarn für Nachbarn“.

Infos im Internet unter www.frankfurt-sozialestadt.de oder per Telefon unter 069/212-388 84 und 212-474 05. Bewerbungen bis zum 31. Mai beim Team „Aktive Nachbarschaft“ im Jugend- und Sozialamt, 51.12, Stichwort: Nachbarschaftspreis, Eschersheimer Landstraße 241-249, 60320 Frankfurt am Main, per E-Mail an nachbarschaftspreis@frankfurt-sozialestadt.de oder per Fax an 069/212-974 66 19 eingereicht werden. *red*

Neubau in Sicht

Neujahrsempfang mit Blick auf neue Räume. Foto: Oeser

Mit der Übergabe eines Förderbescheids der Stadt Frankfurt durch Stadträtin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld in Höhe von 1,12 Millionen Euro für ihren Neubau haben die Praunheimer Werkstätten ihren Neujahrsempfang begangen. Am neuen Standort in der Christa-Maar-Straße 2 werden Räumlichkeiten für 240 Arbeitsplätze für behinderte Menschen entstehen. Dazu gibt es eine Tagesförderstätte, ein Kunstatelier, Räume für die Verwaltung sowie eine öffentlich zugängliche Mensa. Anlässlich der Übergabe des Förderbescheids wies die Stadträtin darauf hin, dass die Mensa den Werkstätten neue Möglichkeiten biete, sich in den Stadtteil zu öffnen. Der Umzug werde den meisten sicher nicht leichtfallen. Doch werde die neue barrierefreie Werkstatt eine Entlastung in vielen Bereichen bringen.

Insgesamt kostet der Neubau 21 Millionen Euro, die neben der Stadt Frankfurt vom Landeswohlfahrtsverband, vom Land Hessen sowie durch Eigenmittel und Spenden aufgebracht werden. *wdl*

Wie kann selbstbestimmtes Leben gewährleistet werden?

Die Zukunft Lebensräume und der AAL-Kongress (AAL: Ambient assisted living, was so viel bedeutet wie altersgerechte Assistenzsysteme in der Wohnungswirtschaft) gehen neue Wege: Erstmals veranstalten der VDE und die Messe Frankfurt gemeinsam den AAL-Kongress und die Zukunft Lebensräume am 29. und 30. April in Frankfurt. Beide Veranstalter wollen damit den Schulterschluss zwischen Forschung, Entwicklung und Anwendung weiter intensivieren. Die zentrale Frage bleibt: Wie kann ein selbstbestimmtes und aktives Leben mit hohen Standards dauerhaft gewährleistet werden?

Auf der Suche nach Antworten beraten sich Wissenschaftler, Hersteller, Dienstleister, Nutzer sowie Vertreter aus Politik, Wirtschaft und Verbänden branchen- und fachübergreifend. Parallel gilt es, neueste Erkenntnisse aus Forschung und Praxis zu diskutieren und zu überprüfen. Die begleitende Fachmesse präsentiert Projekte und Produkte aus den Bereichen Gebäudetechnik, Innenausbau, Dienstleistung, Technische Ausstattung, Finanzierung und Elektrotechnik. Im Fokus stehen innovative Wohnkonzepte und assistive Technologien mit dem Potenzial, effizient und langfristig Anwendung zu finden (www.zukunft-lebensräume.de). *red*

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

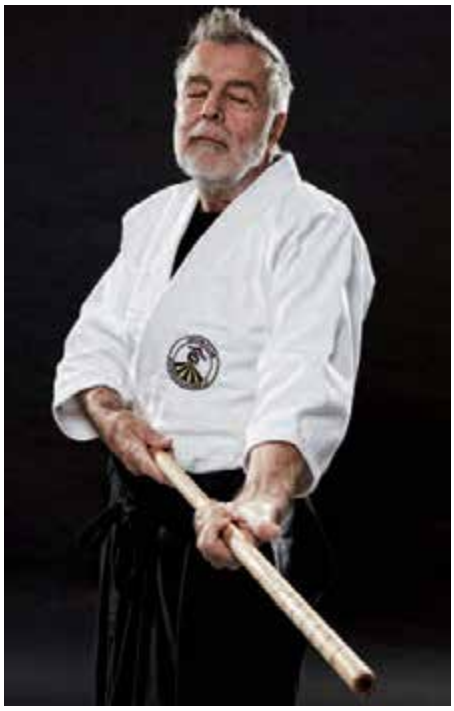
„Unsere Bewohnerinnen und Bewohner sollen sich rundum wohlfühlen und ihr Leben jeden Tag genießen können. Das ist für uns das Wichtigste.
Deshalb ist unser Umgang geprägt von Respekt und großem Verständnis für die Bedürfnisse des Einzelnen“.
Beatrix Schorr, Direktorin

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

Männer im Visier

Die Kunst zu altern (DKZA)



Aikido-Meister Manfred Jennewein hat mit 72 Jahren reiten gelernt.

Sir Winston Churchill war ein bedeutender Politiker und überaus kluger Mann. Als Buchautor wurde ihm sogar der Nobelpreis für Literatur zuteil. Mit seinem Credo „Sport ist Mord“ lag er allerdings völlig daneben und büßte das nicht zuletzt am eigenen Leib: mit hohem Blutdruck, einem Herzinfarkt und zwei Schlaganfällen. Heute dürfte wohl niemand mehr bezweifeln, dass sich körperliche Aktivität gerade im fortgeschrittenen Alter als Segen erweist. Der Frankfurter Fotograf Hans Keller hat das jetzt anschaulich belegt. Für sein Ausstellungsprojekt „Die Kunst zu altern“ (DKZA) lichtete er wahre „Konditionswunder“ ab. Als Keller die durchtrainierten Herren vor sich sah, konnte er selbst kaum glauben, dass alle den 65. Geburtstag längst hinter sich hatten. Dabei brachte ihn ein topfitter 83-Jähriger überhaupt erst auf die Idee. Dem gleichen Tischtennisverein wie Wolfgang Czech angehörend, musste sich Keller dem in der Region ältesten aktiven Spieler wiederholt geschlagen geben.

Ahnend, dass noch mehr Senioren mit frappierender Vitalität bestechen, klapperte der Fotograf dann die Frankfurter Sportverbände ab. Die Herren der Schöpfung waren zwar viel schwerer vor die Kamera zu locken als die Damen für Kellers erstes DKZA-Projekt (wir berichteten). 2013 hatte er in einer Fotoausstellung „Prototypen weiblicher Schönheit“ versammelt und damit vor Augen geführt, dass Alter in hohem Maße ästhetisch sein kann. Am Ende quälte er sich aber auch hier mit der undankbaren Aufgabe herum, eine Auswahl treffen zu müssen. Und wie bei den Foto-Shootings mit den Frauen überraschte ihn die immense Lebenslust und Originalität der betagten Sportskanonen. Dass die Männer mit Spaß und Freude bei der Sache waren, ist in den Aufnahmen nicht zu übersehen. Wenn sie in entsprechender Montur eine für ihre Disziplin typische Pose beziehen, bleibt jedes Imponiergehabe außen vor. Die vitalen Models zeigen einfach nur mit großer Authentizität, welcher körperertüchtigenden Leidenschaft sie regelmäßig frönen. Seit ihn der „Alpinisten-Bazillus“ erwischte, treibt es zum Beispiel Karl-Ludwig Waag immer wieder in die Berge. Der Mont-Blanc ist fast schon sein zweites Zuhause geworden, und vor einigen Jahren war er sogar „der älteste Deutsche, der ohne Sauerstoffmaske einen Achttausender“ bezwungen hat. Sich ständig aufs Neue herauszufordern erachtet der 76-Jährige als „Basis, um gesund alt zu werden“.

Um andere zu motivieren und klarzumachen, dass sich sportliche Aktivitäten lohnen, stellte sich Waag nach anfänglichem Zögern dann der Kamera. Ähnliche Beweggründe führten auch den Aikido-Meister Manfred Jennewein, das Eis-

Karl-Ludwig Waag ist vom Alpinisten-Bazillus ergriffen. Fotos (2): Keller

schnellläufer-Gespann Gerd Dzony und Christian Gnabs oder den Extremmarathonläufer Walter Horz in Kellers Atelier. Mit seinen großartigen Aufnahmen von insgesamt 22 sportbegeisterten Herren, hat Keller zum einen die Fotokunst um eine neue Facette erweitert. Zum anderen dürften ihm Mediziner und Gesundheitsexperten für das jüngste „Die Kunst zu altern“-Projekt recht dankbar sein. Was sie seit Langem predigen, wird hier mit Bildern untermauert und bewiesen: Sport fungiert als Jungbrunnen, bewahrt Ausstrahlung und Vitalität und kennt altersmäßig keine Grenzen. Betrachter, die Winston Churchills Einstellung teilen, seien allerdings gewarnt – angesichts der quicklebendigen Herren könnten sie arg ins Grübeln kommen. *Doris Stickler*

Bis zur Drucklegung dieser Senioren Zeitschrift konnte noch nicht geklärt werden, wo die Fotos in Frankfurt zu sehen sein werden. Man kann sich diesbezüglich aber direkt beim Fotografen Hans Keller informieren, unter Telefon 0 69/77 20 48, E-Mail: mail@hans-keller.com oder auf der Webseite www.hanskeller.com. *red*

Durch den Behördendschungel

Wegbegleiter helfen älteren Migranten beim Gang zum Amt

Schön, wenn man Hilfe bekommt. Foto: Caritasverband Frankfurt

Wie funktioniert das mit der Grundsicherung? Was mache ich mit diesem Brief vom Vermieter? Wie kann ich eine andere Wohnung finden? Wer hilft mir beim Gespräch mit dem Arzt? Was ist mit der Pflegeversicherung?

Viele Menschen benötigen Hilfe, wenn es um Amtsgänge und „Papierkram“ geht. Besonders Migranten fällt das schwer.

Seit 2008 begleiten deshalb ehrenamtliche Wegbegleiter Migranten in Frankfurt kostenlos bei verschiedenen Formalitäten. Etwa 100 Personen nutzen das Projekt „Wegbegleiter“ pro Jahr. „Die meisten betreffen die Klärung des Lebensunterhalts, Gesundheit, Pflege und Wohnen“, berichtet Projektleiterin Gabriella Zanier von der Caritas Frankfurt. „Zugenommen haben im letzten Jahr vor allem Fragen nach Begleitung im Krankheitsfall und bei Untersuchungen oder Therapie, Hilfe im Haushalt und Pflege“, fährt sie fort, „auch die Anfragen nach einem Pflegeheim werden häufiger.“

Nicht nur ein Sprachproblem

Die 19 ehrenamtlichen Wegbegleiter sprechen Deutsch und andere Herkunftssprachen.

Es ist jedoch nicht nur die Sprachbarriere, die es erschweren kann, den Sachbearbeiter zu verstehen oder ein Formular korrekt auszufüllen. Oft kennen sich Menschen, die aus anderen Ländern kommen, mit den deutschen Sozialsystemen und den Beratungs- und Hilfeleistungen nicht gut genug aus.

Barrieren und Verständigungsprobleme bestehen aber auch bei den Ämtern, Gesundheits- und Hilfeeinrichtungen, die mit den kulturgeprägten Kommunikationsformen, der Lebenssituation der Migranten wie auch mit den Regeln des Herkunftslands oft nicht vertraut sind. Daraus können schnell Missverständnisse und Schwierigkeiten entstehen.

Auch Deutsche fragen nach

Gestartet ist das Projekt mit der italienischsprachigen Gemeinschaft in Frankfurt. Seit 2014 können sich auch Menschen ab dem 55. Lebensjahr mit Herkunftssprachen Spanisch, Persisch, Chinesisch an die „Wegbegleiter“ wenden. Angestrebt ist eine Ausweitung auf den serbischen und kroatischen Sprachraum. „Mittlerweile kommen auch Anfragen von Deutschen, meist aus binationalen Partnerschaften, die wir gern bedienen“, sagt Gabriella Zanier.

Jede Anfrage an das Projekt gelangt an die Einsatzkoordinatoren. Die stellen die Verbindung zum passenden Wegbegleiter her und teilen die Aufgaben zwischen sich und dem Wegbegleiter auf. Das scheint zu gelingen. Denn immerhin besteht ein Drittel der Begleitungen seit vielen Jahren.

Wegbegleiter werden?

Wer sich als Wegbegleiter engagieren möchte, sollte sich fünf Stunden in der Woche für das Projekt Zeit nehmen können. Fahrt- und Telefonkosten bekommt man erstattet.

Die Wegbegleiter erhalten kostenlos Schulungen sowohl zu sozialen Fähigkeiten als auch zu fachlichen Themen. Auf monatlichen Treffen kann man die Erfahrungen gemeinsam reflektieren und voneinander lernen.

Das Projekt wird getragen durch Spenden, Eigenmittel der Caritas und Unterstützung des italienischen Konsulats und der katholischen Erwachsenenbildung für die Fortbildungsmaßnahmen.

Weitere Kooperationspartner sind Patronato ACLI und Comunità Cattolica Italiana und das Sozialrathaus Bornheim. *Claudia Šabić*

Kontakt: Gabriella Zanier, Caritasverband Frankfurt und Forum Kultursensible Altenhilfe – Region Mitte-Süd, Alte Mainzer Gasse 10, 60311 Frankfurt, Telefon 0 69/29 82-406, gabriella.zanier@caritas-frankfurt.de

sab

ANZEIGE

Netzwerk pflegeBegleitung

Wir hören pflegenden Angehörigen zu, suchen gemeinsam nach Entlastung und bieten Unterstützung! Kontaktieren Sie uns!

pflegeBegleiter-Initiative Frankfurt
Telefon: 0 69/78 09 80 • Mobil: 0176/75 45 61 91
E-Mail: pflegebegleiter@frankfurter-verband.de

pflegeBegleiter-Infoladen in Bockenheim
Friesengasse 7 • 60487 Frankfurt am Main
Information und Begleitung in verschiedenen Sprachen.

Artgerechte Ernährung Teil 2

Es war einmal ein junger, dynamischer Mann namens Frank Ford. Er lebte vor ungefähr einer Million Jahren mit seiner Frau Petra und den sieben Kindern am Rande der Stadt in einer kleinen Einzimmerhöhle. Diese lag nah der Grenze zum Feindesland, also fast schon in Offenbach. Petra war so eine Art „charity-girl“, engagiert und emanzipiert. Sie sammelte Beeren, Samen, Nüsse und alles, was sich sonst noch so sammeln ließ. Frank ging schon morgens früh auf die Jagd. Ihn interessierte alles, was groß und schnell war. Leider war das meiste zu schnell für ihn und er war zunächst wenig erfolgreich bei seiner Jagd. Also gab es oft nur ballaststoffreiche Kost, eben Beeren statt Bären. Durch regelmäßiges Training – Petra schickte ihn täglich raus, damit sie ihre Ruhe hatte – wurde Frank immer besser und immer schneller. So kam es, dass er manchmal mit einer Maus oder einem Huhn zurückkam. Ab und zu verirrte sich auch ein fetter Fisch in die Höhle, der keine Lust mehr zum Schwimmen hatte. Petra und Frank lebten so gesund, rank und schlank über viele Jahre. Die Kinder spielten auch mit allerlei Samen und hatten Gefallen an dem verschiedenen Grünzeug, das um die Terrasse herum wuchs. Später, als sie größer und stärker waren, zogen sie ein Stück weiter in ihre eigene Höhle, im heutigen Oberrad. Dort finden wir heute noch vereinzelt den Anbau dieser grünen Pflanzen.

Einer der Nachkommen, Johann Wolfgang, wurde von seinen Eltern bereits als Kind mit diesem grünen Zeug großgezogen. Deshalb konnte er später tolle Gedichte schreiben und wurde berühmt, so, wie die Grüne Soße. Andere Nachkommen aßen nur noch die grünen Blätter, man nannte sie auch Veganer. Da sie keine Kraft zum Arbeiten und auch keine Lust hatten, gingen sie in die Politik und gründeten später eine Partei.

Die Höhlen-Nachbarn, Karl und Theo, waren Singles. Sie konnten weder jagen noch sammeln. Auch Frau und Kinder hatten sie keine. Da sie faul, aber clever waren, erfanden sie die Kartoffel, Brot und Brötchen sowie die Zuckerrübe. Sie zogen in die heutige Wetterau, in die Nähe von Altenstadt. Dort wurden sie unter dem Namen „die Altis“ bekannt. Sie verkauften ihre Produkte für kleines Geld und wurden fett und reich. Leider erkrankten sie frühzeitig an Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Darmkrebs und was man sonst noch alles haben kann. Sie starben früh und hinterließen nur ihre kohlenhydratreichen Produkte, die wir bis heute kennen.

Wir sollten uns erinnern

Was will uns diese „fabelhafte“ Geschichte sagen? Um zu einer richtigen, gesunden und artgerechten Ernährung zu gelangen, sollten wir uns daran erinnern: Wo kommen wir her, wie war unsere Entwicklung in Bezug auf Nahrung und Bewegung, wie funktioniert unser Körper?

Evolution statt Revolution

Als wir noch richtige Tiere waren, so vor ungefähr sieben Millionen Jahren in Ostafrika, da lebten wir in den Regenwäldern von Früchten, Beeren und saftigen Blättern. Wir waren Vegetarier oder Veganer. Als das Klima sich veränderte und die Nahrung spärlicher wurde, entdeckten wir die Insekten, Maden, Würmer und später auch Mäuse, Ratten, Reptilien und Vögel und deren Eier, also Fleisch und Eiweiß als Delikatessen. Wir mussten unserem Essen hinterherlaufen und konnten nicht mit dem Auto zum Supermarkt fahren. Es wurde gegessen, wenn die Jagd erfolgreich war, und wenn nicht, wurden Fettdepots für Notzeiten angelegt. In dieser Zeit richteten wir uns langsam auf und erfanden den aufrechten Gang, der uns bis heute noch immer zu schaffen macht (ich erwähne nur die Bandscheiben).

Verzicht auf Nahrungsergänzungsmittel

So lebten wir denn fast drei Millionen Jahre vor uns hin. Unsere Gehirnmasse nahm zu und wir verbesserten unsere Jagdwaffen und -techniken immer mehr. In den Gebieten mit kälterem Klima (die Eiszeit stand vor der Tür) benötigten die Menschen eiweiß- und fettreiche Nahrung, um nicht zu erfrieren oder zu verhungern. Damals gab es Super-Bioqualität – auch bei den Fetten. Viele Omega-3-Fettsäuren aus Wildfleisch, Fischen, Nüssen und grünen Pflanzen ersparten den Kauf von Nahrungsergänzungsmitteln. Von Kohlenhydraten fehlte bis dahin fast jede Spur. Mehr als 99 Prozent ihrer Ent-

wicklungsgeschichte lebten Menschen als Sammler und Jäger von Fleisch, Fisch, Gemüse und Früchten. Das waren die Grundnahrungsmittel dieser langen Zeitperiode. Aus ernährungsphysiologischer Sicht lebten die Menschen damals gesünder.

Ohne Pasta und Pizza

Erst seit zirka 10.000 Jahren bauen wir Getreide und Pflanzen an und halten Nutztiere. Seit dieser Zeit erst essen wir Kohlenhydrate. Damals noch in ihrer Reinform und nicht industriell „veredelt“. Durch viel Bewegung und harte Arbeit war der Kalorienverbrauch deutlich höher als heute, wo Maschinen vieles ersetzen und die meisten Menschen ein „sitzendes“ Leben haben. Eine weitere rapide Veränderung zeichnete sich seit etwa 200 Jahren durch die Industrialisierung ab. Aber seit etwa 50 Jahren geht es ganz rasant. Fast Food, Fertiggerichte, Pasta, Pizza, endlose Berge an Süßigkeiten, Brot und andere Backwaren bieten uns billige Nahrungsmittel, die schnell und überall leicht verfügbar sind und zumindest in Deutschland im Überfluss zur Verfügung stehen. Betrachten wir diese Entwicklungsgeschichte, dann müssen wir uns fragen: Haben sich unsere Gene auch so rasant verändert und an die neue Situation angepasst? Beweisen lässt es sich nicht. Aber 200 Jahre und selbst 10.000 Jahre sind evolutionsmäßig nur ein Wimpernschlag. Wir dürfen also davon ausgehen, dass wir noch steinzeitliche Gene in uns tragen, die sich unter ganz anderen Lebensbedingungen entwickelt haben. Seit einiger Zeit wissen wir, dass sich unsere Gene nur in etwa 1,5 Prozent vom Schimpansen unterscheiden und nur zirka drei Prozent von der Eintagsfliege. Richtig und sicher ist aber auch, dass unser Stoffwechsel, der für die Nahrungsaufbereitung und Nahrungsverarbeitung zuständig ist, sehr flexibel reagiert und sich bis zu einem gewissen Grad anpassen kann.

Für die wenigen Menschen (Naturvölker), die heute noch in der vorindustriellen Zeit leben, sind Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Bluthochdruck, erhöhte Blutfette oder Gicht unbekannt. Auch heute noch sind dort Eiweiß in tierischer und pflanzlicher Form und Fette die Hauptnahrungsquelle. Nur zu 20 Prozent spielen Kohlenhydrate in deren Ernährung eine Rolle.

Viele von uns ernähren sich heute zwischen 60 und 80 Prozent von kohlenhydrathaltigen Lebensmitteln. Selbst wenn wir nur jeweils ein Drittel Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate zu uns nehmen würden, wären wir schon ein großes Stück weiter. Doch warum scheinen diese leckeren Biester (Kohlenhydrate) so problematisch? Wer hat schon was gegen eine Pizza, einen großen Teller voll mit Nudeln oder gegen frische Brötchen? Was kann daran schon falsch sein, wenn ich sonst nicht mehr so viel esse? Vielleicht noch ein Stück Kuchen oder Schokolade, ein Glas Cola oder Limonade. Also, was ist so schlimm daran?

Warum wir zunächst verstehen müssen, wie unser Stoffwechsel auf die unterschiedliche Nahrung reagiert, darüber mehr im nächsten Heft! Essen Sie gut und bleiben Sie gesund.

In der nächsten Folge geht’s weiter. Es gibt Hoffnung!

Dr. Hans-Joachim Kirschenbauer

ANZEIGE

Hotel Jägerhof

Urlaub in der Rhön
im Bayerisches Staatsbad
Bad Brückenau

Eingebettet in die romantische Landschaft der bayerischen Rhön und in unmittelbarer Nähe des Kurparks, liegt das Hotel Jägerhof. Entdecken Sie die wunderbare Natur und den blumenprächtigen Kurpark. Selbst König Ludwig I. konnte sich diesen Zauber nicht entziehen und kehrte unzählige Male ins Staatsbad zurück.

In dem hoteleigenen Wellness-Bereich mit Hallenbad und Sauna können sich alle „Wasserratten“ gesund und fit halten. Massagen und Anwendungen runden das Angebot ab.

Das Hotel bietet auch in diesem Jahr wieder günstige Gruppenreisen für Senioren an. Die 15-tägigen Reisen beinhalten die Vollpension, sowie viele weitere Leistungen. Preis ab **639,00** €. Sie werden direkt zu Hause abgeholt und genießen dabei allen Komfort. Ein umfangreiches Programm vom Hotel und der Kurverwaltung sorgen für Unterhaltung und Abwechslung. Vom Haus organisierte Ausflüge führen Sie in die markante Natur der Hochrhön oder in das romantische Städtchen Lohr mit schöner Innenstadt oder Schifffahrt auf dem Main.

Neben den Gruppenreisen können Sie auch individuell anreisen. Es gibt besonders günstige Angebote in der Nebensaison vom 12. März – 30. April. Informieren Sie sich direkt beim Hotel.

Fordern Sie kostenlose Unterlagen an:
Telefon: 0 97 41-9 10 70
Familie Deckert freut sich auf Ihren Besuch!

Hotel Jägerhof
Christian Deckert
Wernarzer Straße 7a
97769 Bad Brückenau
Telefon: 09741/910 70
www.hotel-jaegerhof.de
info@hotel-jaegerhof.de

Gemeinsam in die Zukunft!
11. Deutscher Seniorentag · 2.–4. Juli 2015 in Frankfurt a.M.

Besuchen Sie den Deutschen Seniorentag in Frankfurt

„Gemeinsam in die Zukunft"

11. Deutscher Seniorentag 2015 mit Messe SenNova vom 2. bis 4. Juli im Congress Center Messe Frankfurt

Die Messe Frankfurt wird im Sommer ganz im Zeichen älterer Menschen stehen. Am 2. Juli startet im Congress Center der 11. Deutsche Seniorentag, der von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) ausgerichtet wird. In über 100 Einzelveranstaltungen werden Informationen rund ums Älterwerden gegeben, Podiumsdiskussionen zur Seniorenpolitik durchgeführt und Bewegungs- und Mitmachangebote gemacht. Damit verbunden findet die Messe SenNova statt, die technische Neuheiten, besondere Dienstleistungen und regionale wie überregionale Produkte an zahlreichen Ständen präsentiert, die sich speziell an die Menschen 50plus richten.

Interessierte erhalten dort einen Überblick über Beratungsangebote, Möglichkeiten des Engagements und andere Themen, die für Senioren interessant sein können.

Frankfurt ist mit einem eigenen Stand und unterschiedlichen Aktionen vertreten. Dort werden die vielfältigen Angebote der Stadt für ihre älteren Bürger präsentiert.

Zudem stehen kompetente Ansprechpartner zur Beratung zur Verfügung. Es lohnt sich auch, die Schreibwerkstatt am Frankfurter Stand zu besuchen.

Der Deutsche Seniorentag wird am 2. Juli um 11 Uhr mit der **Festveranstaltung durch** die Schirmherrin, Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel, gemeinsam mit dem Sozialminister des Landes Hessen, Stefan Grüttner, sowie dem Frankfurter Oberbürgermeister Peter Feldmann eröffnet. Um 19 Uhr wird ein ökumenischer Gottesdienst im Frankfurter Dom stattfinden.

Das Bühnenprogramm auf der SenNova steht jeden Tag unter einem anderen Motto:
Donnerstag, 2. Juli (9 bis 18 Uhr): **Mobilität** – vielseitig und unabhängig;
Freitag, 3. Juli (9 bis 18 Uhr): **Gesundheit** – facettenreich und selbstbewusst;
Samstag, 4. Juli (9 bis 17 Uhr): **Vorsorge** – umfassend und sicher.

Der 11. Deutsche Seniorentag 2015 soll so barrierearm wie möglich gestaltet werden. Deshalb werden die zentralen Veranstaltungen mit spezieller Technik für Hörgeschädigte ausgestattet und Ehrenamtliche unterstützen die Besucher mit Rat und Tat. Die U-Bahn-Haltestelle Festhalle/Messe ist barrierefrei ausgebaut.

Karten sind an der Tageskasse im Congress Center Messe Frankfurt sowie ab Mitte April 2015 im Vorverkauf erhältlich.

Vorverkaufsstellen sind die Tourist-Informationen am Hauptbahnhof und auf dem Römer in Frankfurt. Bei der BAGSO-Geschäftsstelle können die Karten telefonisch, per Post oder online bestellt werden.

Eintrittspreise:
Drei-Tage-Karte: **25 Euro**. Tageskarte am 2. und am 3. Juli: je **12 Euro**, Tageskarte am 4. Juli: **6 Euro** (**ab 13 Uhr freier Eintritt**),
Ermäßigungen:
Gruppen ab 15 Personen: 20 Prozent; Inhaber des Frankfurt Passes oder eines vergleichbaren Nachweises: 50 Prozent, Begleitpersonen von Schwerbehinderten mit dem Merkzeichen „B" im Ausweis ist der Eintritt frei. Die Eintrittskarten beinhalten ein Ticket für das gesamte Gebiet des Rhein-Main-Verkehrsverbundes (RMV).

Mehr Informationen erteilt die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V., BAGSO, Bonngasse 10, 53111 Bonn Telefon 02 28/2 49 99 30, E-Mail: dst@bagso.de, www.deutscher-seniorentag.de. *red*

Warum sollen Frankfurter Senioren den Deutschen Seniorentag besuchen?

Ursula Lehr, Vorsitzende der BAGSO
Foto: BAGSO

Frau Prof. Lehr, was bietet der Deutsche Seniorentag den Frankfurtern?
Das Motto lautet ja „Gemeinsam in die Zukunft!". Und so finden alle Generationen, Jung und Alt, Einheimische und Zugewanderte, Kranke und Gesunde, Menschen mit und ohne Einschränkungen, Hilfsbedürftige und Helfer auf sie zugeschnittene Angebote.

Es gibt zahlreiche interessante Veranstaltungen; die Eröffnungsveranstaltung mit unserer Bundeskanzlerin, aber auch zirka 90 zum Teil parallel laufende Angebote wie zum Thema Wohnen, Wohnen und Pflege oder Stadtgestaltung. Ein Schwerpunkt ist das Ehrenamt, das freiwillige Engagement, viele Formen des „Aktiven Alterns", „Lernen im Alter", „Alter in Bewegung" mit einem Be-

wegungsparcours. Auch Rentenfragen und Sicherheit im Alter werden angesprochen. Die BAGSO, die den Seniorentag veranstaltet und koordiniert, versucht, sowohl dem „aktiven Alter“ als auch der „Verletzlichkeit des Alters“ gerecht zu werden. So befassen sich mehrere Veranstaltungen mit Fragen demenzieller Erkrankungen, Fragen der Betreuung und Pflege von Menschen – auch mit Zuwanderungsgeschichte. Vor allem Fragen der Prävention – „Was kann man tun, um im Alter gesund zu bleiben?“ – stehen im Fokus.

Gibt es eine Veranstaltung, die Ihnen besonders am Herzen liegt?
Das sind eigentlich alle. Aber als ein Beispiel nenne ich die Veranstaltung am Samstag „Prävention und Rehabilitation vor Pflege“, ein Grundsatz im Pflegegesetz, der aber leider in der Realität oft nicht umgesetzt wird.

Was bedeutet für Sie, dass der Deutsche Seniorentag 2015 in Ihrer Geburtsstadt stattfindet?
Ich freue mich, dass Frankfurt den Zuschlag bekommen hat. Die Stadt und die Messe sind gut erreichbar. Zudem konnten wir mit dem Rhein-Main-Verkehrsverbund ein Kombiticket verhandeln, sodass mit dem Kauf der Eintrittskarte die Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel eingeschlossen ist. Ich kann nur sagen: Ein Besuch des Deutschen Seniorentages in Frankfurt wird sich für alle Ihre Leser lohnen! Kommen Sie vom 2. bis 4. Juli auf die Messe in Frankfurt!

Mit Prof. Dr. Dres. h.c. Ursula Lehr, Bundesministerin a.D., sprach Sonja Thelen

Neues entdecken – Unbekanntes ausprobieren

Daniela Birkenfeld

Was ist der spezielle Frankfurt-Akzent auf dem Deutschen Seniorentag?
Frankfurt ist gerne Gastgeberin für den Deutschen Seniorentag. Damit können und wollen wir beweisen, wie wichtig uns die ältere Generation ist. Gleichzeitig ist es eine Möglichkeit, dass die Stadt präsentieren kann, welche Vielfalt an Angeboten Senioren in Frankfurt vorfinden. Auf 100 Quadratmetern zeigen wir gebündelt die städtischen Angebote für ältere Menschen.

Wir haben außerdem eine Fachveranstaltung organisiert: „Wohnen plus: Die Ambulantisierung als Chance der Weiterentwicklung von Altenpflegeheimen.“ Sie findet am 3. Juli in zwei Blöcken von 9.30 Uhr bis 13 Uhr statt. Also: Kommen Sie alle vom 2. bis 4. Juli zum Deutschen Seniorentag ins Congress Center Messe Frankfurt.

Was hat die Stadt noch zu bieten?
Am Samstag, 4. Juli, werden auf dem Messegelände die Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt eröffnet. Unter dem Motto „Wir gestalten unsere Stadt!“ diskutiere ich mit interessanten Persönlichkeiten darüber, was Jung und Alt motiviert, sich für eine gute Gemeinschaft einzusetzen. Übrigens ist der Eintritt zur Messe deshalb ab 13 Uhr frei.

Im Anschluss bietet es sich an, auf dem Markt der Möglichkeiten etwas über die bunte Vielfalt an ehrenamtlichem Engagement in Frankfurt zu erfahren.

Vom 4. bis 12. Juli veranstalten wir dann die Aktionswochen Älterwerden. Hier werden alle Vereine, Verbände und Initiativen nicht nur darstellen, was sie zu bieten haben. Wie immer können Interessierte auch in die unterschiedlichsten Bereiche hineinschnuppern und vieles ausprobieren, was sie vielleicht schon immer interessiert hat. Dazu gibt es Vorträge, Schnupperkurse und Infotage.

Gibt es Höhepunkte?
Zwei Highlights sollten Sie sich schon in den Terminkalender schreiben: Ein „Erzählcafé“ zum Thema „Wie habe ich die Wiedervereinigung erlebt, wie hat sich mein Leben danach verändert?“ findet am Mittwoch, 8. Juli, von 16 bis 18 Uhr im Café Anschluss statt und der beliebte Bunte Nachmittag, am Freitag, 10. Juli, von 13 bis 18 Uhr, im Rathaus für Senioren. Da werde ich wieder mit meiner kleinen Talkrunde zu sehen sein.

Mit Prof. Dr. Daniela Birkenfeld sprach Jutta Perino

„Wir gestalten unsere Stadt!“

Älterwerden in Frankfurt

lautet dieses Jahr das Motto der Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt – vom 4. bis 12. Juli

Foto: Oeser

Das Programmheft mit über 100 Veranstaltungen liegt ab Mitte Mai zum Beispiel im Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, bei der Bürgerberatung, Römerberg 32, bei den Bürgerämtern, den Sozialrathäusern in den Stadtteilen, anderen Seniorentreffpunkten und der VHS aus.

Das Programm ist auch im Internet unter www.aelterwerden-in-frankfurt.de zu finden. *red*

Paulskirche von außen ...

... und innen

Fotos (5): Oeser

Hauptstadt für vier Tage

Im Oktober finden die zentralen Feierlichkeiten zum 25. Jahrestag der Wiedervereinigung in Frankfurt statt. Späte Ehre für die Mainmetropole, Wiege der deutschen Demokratie, die einst beinahe Hauptstadt wurde.

Knapp 170 Jahre ist es her, dass die Nationalversammlung der Deutschen Staaten in der Frankfurter Paulskirche tagte. Nach der Märzrevolution 1848 richteten ihre Abgeordneten eine vorläufige Regierung des entstehenden Deutschen Reichs ein. 1849 erließen sie eine Verfassung – das zentrale Rechtsdokument eines Staates, das seinen grundlegenden Aufbau regelt. Vorgesehen war in dieser ersten Verfassung eines geeinten deutschen Bundesstaats eine konstitutionelle Monarchie. Ein erblicher Kaiser, von ihm ernannte Reichsminister sowie ein gewählter Reichstag sollten die Geschicke des neuen Staates lenken.

Verhinderte Wiege der Demokratie

Viele Geschichtswissenschaftler gehen heute davon aus, dass diese Frankfurter Verfassung Deutschland zu einem der für damalige Zeiten modernsten Verfassungsstaaten gemacht hätte. Allerdings scheiterte die Nationalversammlung bereits 1849. Denn die größten deutschen Staaten, wie zum Beispiel Preußen, erkannten die Verfassung nicht an.

Palais Thurn und Taxis

1850 stellte man deshalb den Bundestag wieder her, der bereits von 1816 bis 1848 in Frankfurt im Palais Thurn und Taxis getagt hatte. Er war das einzige Organ, das für ganz Deutschland mit seinen 37 Fürstenstaaten und vier Freien Städten zuständig war. Der Bundestag zerbrach endgültig 1866 mit dem Ende des Deutschen Bunds im Deutschen Krieg. Die Freie Stadt Frankfurt gehörte von nun an zu Preußen.

Lieber Rhein als Main

Nach dem Zweiten Weltkrieg spielte Frankfurt erneut eine „staatstragende“ Rolle. 1948 erlaubten die Besatzungsmächte mit den sogenannten „Frankfurter Dokumenten“ die Gründung eines westdeutschen Staates. Gleichzeitig stellte sich die Frage nach dem künftigen Regierungssitz des neuen Staates. Kassel, Stuttgart, Bonn und Frankfurt standen zur Debatte. Die Entscheidung sollte dann zwischen Bonn und Frankfurt fallen. Für Frankfurt sprach die Tradition von Bundestag und Nationalversammlung sowie der Kaiserkrönungen. Außerdem war die Stadt nach dem Krieg Sitz der US-amerikanischen Militärregierung. Die Stadt am Main war Favorit der SPD. Konrad Adenauer und viele Abgeordnete der CDU/CSU-Fraktion waren allerdings für Bonn. Böse Zungen behaupteten, dass Adenauer Bonn mit unlauteren Mitteln, wie Gerüchten und Bestechungsgeldern, durchsetzte.

Europa und die Welt im Blick

Frankfurt blieb jedoch Sitz der Bank deutscher Länder und dann der Bundesbank. Das war ein Grund dafür, dass sich die Stadt zu dem entwickelte, was sie heute ist: ein starkes, internationales Finanzzentrum, eine bedeutende Messestadt und, nicht zuletzt, eine Bürgerstadt mit einem weltoffenen, internationalen Flair. *Claudia Šabić*

Countdown läuft

Die Vorbereitungen für das Fest zur Wiedervereinigung in Frankfurt laufen auf Hochtouren.

Vom 2. bis 4. Oktober findet die zentrale Feier zum 25-jährigen Jubiläum der Einheit in der Mainmetropole statt.

Die Frankfurter können sich auf ein Rahmenprogramm aus Zeitzeugengesprächen, Ausstellungen, Diskussionsveranstaltungen sowie Projekten von Schülern freuen. In der zentralen Innenstadt auf dem Römerberg, dem Paulsplatz, der Zeil und am Main präsentieren sich Institutionen, Verbände, Vereine, Parteien und Kulturschaffende aus der ganzen Bundesrepublik. Auch die Stadt Frankfurt am Main wird mit einem eigenen Auftritt die Gäste aus nah und fern begrüßen.

Der 3. Oktober startet mit einem Festgottesdienst im Dom und anschließendem Festakt für geladene Gäste in der Alten Oper. Bundespräsident Joachim Gauck, Bundeskanzlerin Angela Merkel, das Kabinett und die Ministerpräsidenten aller 16 Bundesländer reisen zu diesem Anlass an den Main.

Claudia Šabić

Am Römer

Frankfurt 1990

Frankfurt, die Messestadt

... In Frankfurt entsteht das damals höchste Bauwerk Europas, der Messeturm. 240 Meter war er 1990 bereits hoch. Die Spitze war allerdings noch nicht aufgesetzt. Ausläufer des Orkans Wiebke brachten den Turm Ende Februar ganz schön ins Wanken.

... Ins Wanken geriet auch das Weltbild zahlreicher Linker durch den Umbruch in Osteuropa. In Frankfurt fand am 12. Mai 1990 unter dem Motto „Nie wieder Deutschland“ eine Demonstration gegen die Wiedervereinigung statt. 15.000 protestierten.

... Im November traf Willy Brandt mit 175 freigelassenen Geiseln aus dem Irak auf dem Flughafen Frankfurt/Main ein. Der Altbundeskanzler hatte bewirkt, dass Diktator Saddam Hussein sie ausreisen ließ. Der hatte die Geiseln zuvor nach seiner Besetzung Kuwaits als menschliche Schutzschilde an strategisch wichtigen Punkten festgesetzt.

Claudia Šabić

ANZEIGE

Wie hat sich Ihr Leben durch die deutsche Wiedervereinigung verändert?

Das haben wir unsere Leser in der letzten Ausgabe gefragt. Viele haben ihre Erfahrungen mit uns geteilt, von denen wir hier stellvertretend vier in Auszügen abdrucken. Wir danken allen für ihre Offenheit.

Ruth Wöll, Rentnerin aus Hofheim, schrieb uns: „ […] Ich fuhr kurz nach der Wende auch ein paarmal in die neuen Bundesländer […]. Die Kreidefelsen erfüllten meine Erwartungen, nicht aber die spießige Gastronomie. […] Die Leute wirkten auf mich verwirrt, weil alles zusammengebrochen war. Ich hatte das Gefühl, dass sie erst zu kapieren anfingen, dass der Kapitalismus janusköpfig ist, und nicht nur glitzernd. Letzteres zeigte sich natürlich auch im Westen […].“

Heinrich Trosch, Seniorenbeirat aus Frankfurt, teilte mit: „Erstens: Ich habe eine Woche zusätzlichen Urlaub bekommen. Seit Mitte der 60er Jahre bin ich jedes Jahr eine Woche in die DDR gefahren, […] aus der Überzeugung, dass Menschen mit der gleichen Geschichte, die nur aus politischen Gründen von uns entfremdet werden sollten, nicht alleinegelassen werden dürfen. Zweitens: Ich brauchte mich von Bürgern der Bundesrepublik […] nicht mehr beschimpfen lassen für Kontakte in die DDR […]. Drittens: Ich konnte freundschaftliche Beziehungen aufbauen, die bis heute anhalten. Viertens: Ich hätte mir gewünscht, dass wir nach der Wiedervereinigung eine Nationalhymne Ost-West bekommen hätten, […] nämlich eine Mischung aus der Nationalhymne der DDR, dem Lied der Deutschen und Kinderhymne [Anm. der Redaktion: von Bertolt Brecht].

Uwe Mescheit, Altenpfleger aus Zeilsheim, meinte: „[…] Altenpfleger zu sein, war eine total neue, mit Dankbarkeit empfundene Erfahrung, unter neuen gesellschaftlichen Bedingungen, mit kompetenten und menschlich sehr aufgeschlossenen Pflegekollegen aus Westdeutschland und später aus aller Herren Länder […], wohl unter DDR-Verhältnissen undenkbar.“

Dr. med. Gerd-Roland Bergner, Frankfurt, berichtete uns: „Ich kam wegen meiner heutigen Frau aus Erfurt nach Frankfurt. Ich hatte sie Mitte der 80er Jahre in einem beruflichen Zusammenhang kennengelernt. Sie ist Psychoanalytikerin und ich Psychiater. Nach der Grenzöffnung hat sie mich im Januar 1990 nach Frankfurt eingeladen. Mir begegneten sehr viele freundliche, hilfsbereite Menschen. So berieten mich die Verkäuferinnen in einem Kaufhaus drei Stunden lang und ließen mich vieles anprobieren, obwohl klar war, dass ich nicht viel kaufen würde.

Es pendelte sich ein, dass ich bis 1991 jeden Freitag an den Main kam und unter der Woche weiter in Erfurt arbeitete. Dadurch lernte ich rasch so manche kulturellen Unterschiede kennen. Meine Partnerin fragte mich zum Beispiel, wieso ich eigentlich in der Kneipe immer flüstere. Ich hatte dieses Verhalten

durch die permanente Bedrohung von Überwachung in der DDR so verinnerlicht, dass ich es gar nicht mehr bemerkte. Die „Westgermanen“ erschienen mir im Gegenzug im Alltag sehr auf sich bezogen. Als meine Frau schwanger war – ich bin 1991 endgültig nach Frankfurt gezogen und habe 1994 geheiratet –, wunderte ich mich, dass sie sich bei Warteschlangen immer hinten anstellte. In Ostdeutschland war klar, dass Schwangere, Ältere oder Menschen mit Behinderung an der Schlange vorbei nach vorn gehen.

Als ich 1991 nach Frankfurt zog, war ich in vielen Dingen naiv. Ich wusste nicht, was „Markt“ bedeutet, weder auf dem Wohnungsmarkt noch auf dem Arbeitsmarkt. Ich konnte meine Qualifizierung im Beruf nicht realistisch einschätzen. Trotz meines doppelten Facharztes in Neurologie und Psychiatrie hatte ich Bedenken, mich zu bewerben. Obwohl ich schnell eine Stelle bekam, blieb doch eine Unsicherheit: Die Gefahr der Arbeitslosigkeit kannte ich aus der DDR nicht.

Durch das neue Leben im „Westen“ erfuhr ich insgesamt eine kulturelle Verunsicherung: Zwar konnte ich alles tun oder lassen – aber ich begriff: Man kann auch auf die Nase fallen. Die Möglichkeit des Scheiterns stand im Gegensatz zu der relativen Bequemlichkeit im Osten. Das hat mich jedoch reifer gemacht. Und schon bald habe ich gemerkt: ‚Die kochen auch bloß mit Wasser.‘ Über das Leben in der DDR würde ich rückblickend sagen: Wir haben uns klein gemacht, und sind noch kleiner gemacht worden.“

Claudia Šabić

ANZEIGE

Für ältere Männer, die Männer lieben

Café Karussell (im Switchboard, Alte Gasse 36, 60313 Frankfurt)

Zusammenfinden – Zusammen erleben

jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 15.00 bis 18.00 Uhr

Infotelefon und Beratung **0 69 / 29 59 59** jeden Dienstag von 14 bis 16 Uhr

www.schwule-senioren.de

Sanfter Übergang in die Rente

Hertie-Stiftung zeichnet Arbeitgeber für gute Ideen aus

Rüdiger Koch Foto: privat

Rüdiger Koch wurde im vergangenen Mai 65 Jahre alt, im September 2014 hätte er in Rente gehen können. Doch der promovierte ehemalige Betriebsratsvorsitzende des Pharmaunternehmens Merz arbeitet weiterhin mehrere Tage in der Woche in der Frankfurter Firmenzentrale. Im Gegensatz zu den meisten Beschäftigten, die abrupt aus dem Berufsleben ausscheiden, konnte Koch einen sanften Ausstieg wählen. Im Moment arbeitet er noch 40 Prozent, bald reduziert er auf 20 und im August wird er die Firma endgültig verlassen. Eines der Projekte, die er für Merz leitet, hat unmittelbar mit seiner eigenen Situation zu tun: Er koordiniert die systematische Begleitung Älterer in den Ruhestand. Rund 70 der zirka 700 Beschäftigten in der Frankfurter Zentrale sind 55 Jahre und älter. Mit dem Konzept beteiligte sich Merz am bundesweiten Ideenwettbewerb „Arbeit und Alter“ der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung und landete prompt unter den acht Finalisten.

20 Milionen gehen in Rente

Die Initiative Beruf und Familie der Hertie-Stiftung rief den Ideenwettbewerb 2014 erstmals aus, um mehr Bewusstsein für das Thema unter Arbeitgebern zu schaffen. Denn in den kommenden 15 Jahren werden rund 20 Millionen Menschen in den Ruhestand gehen, was enorme Folgen haben wird. Mit dem Ideenwettbewerb, mit Veranstaltungen und einem Forum Arbeit und Alter wirbt die Initiative Beruf und Familie für einen flexiblen Übergang in die Rente. Bisher sind betriebliche Konzepte dafür Mangelware.

„Auch bei Merz besteht noch Hand-lungsbedarf“, räumt Rüdiger Koch ein. Zwar gibt es Betriebsvereinbarungen, die Altersteilzeit, Telearbeit und eine Arbeitszeitreduzierung ohne Lohneinbußen für über 60-Jährige ermöglichen. Beschäftigte, die älter als 57 Jahre sind, erhalten zudem eine tarifliche Altersfreizeit von 2,5 Stunden pro Woche. Doch eine systematische Vorbereitung auf den Ruhestand fehlt. Koch arbeitet daran, das zu ändern. Eine Steuerungsgruppe aus Personalabteilung und Betriebsrat ist bereits installiert. Es ist vorgesehen, mit Beschäftigten, die das 55. Lebensjahr erreicht haben, regelmäßige Planungsgespräche zum Übergang in die Rente zu führen. Interessierte sollen sich in kostenlosen Seminaren und persönlichen Coachings auf den Ruhestand vorbereiten können. Auch das für den Arbeitgeber wichtige Thema Wissenstransfer soll in das Gesamtkonzept integriert werden. Schon jetzt beteiligt sich Merz an der branchenweiten NachhaltigkeitsInitiative „Chemie hoch 3“: Kollegen arbeiten zusammen, teilen Wissen und können so bei Krankheit oder Ausscheiden eines Wissensträgers einspringen.

Wissen soll nicht verloren gehen

Um Wissenstransfer geht es auch bei einer der Gewinnerinnen des Ideenwettbewerbs, der Deutschen Telekom. Sie stellt in Bonn generationenübergreifende Teams zusammen, um die Kompetenzen und das Know-how älterer Beschäftigter zu wahren.

Merz will die Belegschaft im Frühling über das neue Konzept zum Rentenübergang informieren und die Führungskräfte schulen. Das Unternehmen erhofft sich vor allem, die Arbeitszufriedenheit und Motivation älterer Beschäftigter zu erhöhen. Der Kosten- und Zeitaufwand für das Gesamtpaket, sagt Rüdiger Koch, sei „überschaubar und realistisch“. *Susanne Schmidt-Lüer*

www.arbeit-und-alter.de/ideenwettbewerb, berufundfamilie gGmbH – eine Initiative der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung, Friedrichstraße 34, 60323 Frankfurt, Telefon: 0 69 / 30 03 88-519, E-Mail: info@arbeit-und-alter.de

ANZEIGE

Rechtsberatung für Senioren
Lotte Selzer | Rechtsanwältin
www.lotteselzer.de

- Hilfe bei amtlichen und privatrechtlichen Angelegenheiten
- Beratung bei Testamentsfragen, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Rechtliche Betreuung Hinterbliebener
- Begleitung bei Behördengängen auch mit Hausbesuch

Elkenbachstraße 21 • 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 0 69 - 944 125 46 • E-Mail: info@lotteselzer.de

Um mich herum nur junge, schwarze Gesichter

Weltweit-aktiv-Stipendiat berät im Township in Südafrika

Der einzige Weiße zu sein und noch dazu einer von wenigen „Alten“, ist nur eine der neuen Erfahrungen, die Professor Dr. Hubert Jall bei seinem Aufenthalt in Südafrika macht.

Zwei Monate verbringt der ehemalige Hochschullehrer in Klapmuts, einem Township in Südafrika. Er unterstützt eine Bürgerrechtsbewegung im Rahmen eines Freiwilligendienstes. Initiatoren sind die gemeinnützigen Organisationen Deutsche Seniorenliga und Experiment. Sie bieten Freiwilligendienste in 24 Ländern der Welt an.

Das Leben im Township verbessern

„Klapmuts Community Assisting Program“ heißt die Organisation, mit der Hubert Jall arbeitet. Sie setzt sich für Gemeindeentwicklung ein. Dabei geht es darum, wie gemeinsame Identität entsteht und Lebensqualität wächst. Ziel der Bewegung ist es, dass sich die Lebensverhältnisse in Klapmuts, einer Siedlung etwa 45 Autominuten von Kapstadt entfernt, verbessern. Und zwar in den Bereichen Wohnverhältnisse, Erziehung und Bildung, Umwelt sowie beim Ausbau des demokratischen Systems. „In Klapmuts leben hauptsächlich entlassene Farmarbeiter. Sie haben auf den umliegenden Weingütern ihre Arbeit verloren und wurden aus ihren Häusern dort vertrieben“, erklärt Hubert Jall.

Jetzt wohnen 6.000 Einwohner in Klapmuts. Es sind ausschließlich Farbige. Die Bezirksstadt Stellenbosch, eine 400 Jahre alte Stadt mit einer traditionsreichen Universität, soll das Township verwalten. „De facto passiert da nicht viel. Die Stadt interessiert sich nicht für das Township“, hat Hubert Jall mit Bedauern beobachtet.

Hubert Jall und der vierjährige Tylon van Kerwel sind dicke Radlerfreunde geworden.
Foto: privat

Per Stipendium um die Welt

Hubert Jall ist der erste Stipendiat in dem Programm „Weltweit aktiv“. Das Programm richtet sich an Menschen ab 50 Jahren, die einen Freiwilligendienst im Ausland absolvieren möchten. Der Freiwilligendienst ist nicht kostenlos. Betreuung, Vor- und Nachbereitungsseminare, Unterkunft und Verpflegung sowie eventuelle Sprachkurse müssen bezahlt werden, genauso wie Anreise, Impfungen oder Visa. Das Stipendium wird mit diesen Kosten verrechnet.

Nach dem Eintritt in die Rente hat der ehemalige Hochschullehrer der sozialen Arbeit und Pädagogik nach einer sinnvollen Tätigkeit gesucht. Das Thema Gemeindeentwicklung hatte ihn schon immer, auch beruflich, interessiert. „Jetzt begleite ich die Mitarbeiter der Organisation bei ihrer Tätigkeit. Ich bin zum Beispiel in Schulen oder gehe mit von Haus zu Haus. Dann fragen wir die Menschen nach ihren Wohnverhältnissen und danach, was ihnen zu ihrer Zufriedenheit fehlt“, berichtet er von seinem Alltag. „Manche sind dann zum Beispiel schon zufrieden, wenn sie warmes Wasser haben.“

Brücken bauen

Dass er den Aufbau einer so jungen Demokratie miterleben kann, ist für Hubert Jall eine wertvolle Erfahrung. „Ich bekomme mit, dass viele stolz darauf sind, jetzt eine Demokratie zu haben. Anders als in manchen Nachbarländern lehnen die Menschen Gewalt gegen die ehemaligen weißen Machthaber ab“, erzählt er. Aber er bemerkt auch, dass sich die verschiedenen Bevölkerungsgruppen sehr voneinander abgrenzen. „Dass ich als Weißer länger hier bin, und nicht nur als Tourist auf einer Reisestation vorbeikomme, bedeutet den Menschen viel“, sagt er. „Manchmal ernte ich zwar auf meine Vorschläge skeptische Blicke, nach dem Motto: ‚Das ist wieder sehr europäisch gedacht.‘ Andere Male bekomme ich aber Zustimmung.“

Mit seinem Engagement erfüllt Hubert Jall eine Brückenfunktion zwischen Schwarz und Weiß. Dass er dabei als 66-Jähriger eine Sensation ist, war ihm vorher so nicht klar: „So alt ist hier niemand. Und wer so alt aussieht, der ist höchstens 55.“ *Claudia Šabić*

Infos
Das Stipendium wurde 2014 erneut ausgeschrieben und ist jährlich geplant. Auf der Seite www.weltweit-aktiv.org findet man weitere Informationen. Die Länder und Projekte für den Freiwilligendienst stehen auf der Seite www.experiment-ev.de. Telefonische Beratung unter Telefon 02 28/9 57 22 10 *sab*

Was tun, wenn die Reha abgelehnt wird?

In der Reha lernt man zum Beispiel, sich im Wasser richtig zu bewegen. Wird diese abgelehnt, kann man unter Umständen Widerspruch einlegen. Foto: Oeser

Bei Berufstätigen entscheidet die Deutsche Rentenversicherung und bei Rentnern die Krankenversicherung über Anträge auf medizinische Rehabilitation.

Wird der Antrag abgelehnt, empfiehlt es sich, genau auf die Begründung zu achten. Häufig heißt es, das ambulante Behandlungsangebot sei noch nicht ausgeschöpft. Hier ist es hilfreich, den behandelnden Arzt hinzuzuziehen, er kann den Widerspruch fachlich untermauern und die medizinische Notwendigkeit belegen.

Vielfach kommt es auf die Art der Erkrankung an: Wird zum Beispiel eine psychosomatische Rehabilitation mit der Begründung abgelehnt, ein Patient habe noch keine ambulante Psychotherapie gemacht, kann der Arzt attestieren, dass es die Genesung fördert, eine Psychotherapie in einer Reha-Einrichtung zu machen und sich vom häuslichen Umfeld mit all seinen Anforderungen räumlich zu entfernen.

Handelt es sich hingegen um eine Erkrankung der Wirbelsäule, die bisher nur der Hausarzt behandelte, wird es schwer, das Argument im Ablehnungsbescheid zu entkräften, die Patientin solle doch zunächst einen Orthopäden aufsuchen und Krankengymnastik machen.

Nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation stellten 2012 bei der Rentenversicherung mehr als 1,6 Millionen Berufstätige Anträge auf medizinische Rehabilitation, rund eine Million wurden bewilligt. Die Krankenkassen genehmigten 2013 683.875 Anträge auf stationäre Reha und lehnten 154.544 ab.

Die Deutsche Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation empfiehlt Patienten mit einem Ablehnungsbescheid, innerhalb von vier Wochen Widerspruch beim Kostenträger einzulegen. Oft erfolge die Bewilligung im zweiten Anlauf. Wenn dies nicht geschieht, steht der Klageweg zum Sozialgericht offen.

Die Deutsche Rentenversicherung hat Widerspruchsausschüsse eingerichtet, die intern über Widersprüche von Arbeitgebern und Versicherten entscheiden. Bundesweit überprüfen 256 Ausschüsse in dreiköpfigen Teams strittige Entscheidungen der Verwaltung, unter anderem auch Fälle von abgelehnten Rehabilitationsleistungen.

Susanne Schmidt-Lüer

Weitere Informationen erteilt unter anderem die Unabhängige Patientenberatung Deutschland. Für Hessen ist die Beratungsstelle in Gießen zuständig, Träger sind der Sozialverband VdK Hessen-Thüringen und die Unabhängige Patientenberatung Hessen.
Telefon: 06 41/3 01 33 45 bundesweite Hotline: 08 00/0 11 77 22 (gebührenfrei im Festnetz); www.patientenberatung.de

ANZEIGE

Wohnen und Pflege am Frankfurter Stadtwald

Seniorenwohnanlage Oberrad mit angegliederter Pflegeeinrichtung

St. Katharinen- und Weißfrauenstift
Stiftung des öffentlichen Rechts
Tel.: 069-156802-0

St. Katharinen- und Weißfrauen Altenhilfe GmbH
Frankfurt am Main
Tel.: 069-96 52 23-0

Endlich wieder Kartoffeln schälen

Mobile Reha unterstützt Patienten direkt zu Hause, doch bisher gibt es sie nur an wenigen Orten in Deutschland

Wichtig ist es, nach der Reha zu Hause zurechtzukommen. Foto: Techniker Krankenkasse

Wie leicht ist doch alles im Krankenhaus: Die Schwester hilft beim Aufstehen aus dem Bett, an der Toilette gibt es Haltegriffe, ein Aufzug verbindet die Stockwerke. Aber wie komme ich zu Hause auf Krücken hoch ins Schlafzimmer? Wie steige ich in die Badewanne? In Bad Kreuznach gibt es seit 1992 eine Mobile Rehabilitation, die diese Fragen klärt, direkt bei den Patienten daheim.

Regina Andres ist die Ansprechpartnerin der zweitältesten Mobilen Rehabilitation in Deutschland: „zu Hause bilden Teppiche Stolperfallen, sind Stufen unüberwindbar“, weiß sie aus jahrelanger Erfahrung. Das Team aus Reha-Pflegekräften und Physiotherapeutinnen, Logopädinnen, Ergotherapeuten, einem Sozialarbeiter und einem Arzt „sieht mit geschultem Auge, wo Sturzgefahr droht, ein Haltegriff oder ein Duschhocker fehlt“. Informationen über Hilfsmittel und die Gestaltung des Wohnraums gehören zum Angebot. Es wird gerne angenommen, denn es beflügelt, nach dem Krankenhausaufenthalt wieder nach Hause zu kommen und nicht noch eine stationäre Reha aufsuchen zu müssen: „Zu Hause will man wieder selbst die Kartoffeln schälen, möchte raus auf die Straße.“ Diesen Motivationsschub nutzt die Mobile Reha: „Wir bekommen ein tolles Feedback von unseren Patienten.“

Meist sind die Patienten jenseits der 70, Einzugsgebiet ist die Region Bad Kreuznach. Viele erlitten einen Schlaganfall oder Knochenbrüche, leiden an Schädel-Hirn-Traumen, neurologischen oder rheumatischen Erkrankungen. Um sie wieder fit zu machen, „üben wir vor allem die Verrichtungen im Alltag mit Gegenständen, die sich im Haushalt befinden. Außerdem organisieren wir Hilfsmittel und probieren sie gemeinsam aus“, sagt Andres. Dazu zählen Gehhilfen ebenso wie Rollstühle, Greifhilfen oder Badewannenlifter.

Die 35 Therapieeinheiten der Mobilen Reha, für die die Krankenkassen die Kosten übernehmen, werden – je nach Zustand und Wünschen der Klienten – auf vier bis sechs Wochen verteilt. Die 15 Mitarbeiterinnen tauschen sich in regelmäßigen Teamgesprächen aus, auch darüber, ob sie den Patienten an niedergelassene Krankengymnasten weitervermitteln können oder ob sie die Verlängerung der Mobilen Reha beantragen sollten. „Allerdings stößt das wegen des bürokratischen Aufwands, den die Krankenkassen vorschreiben, zunehmend an Grenzen“, sagt Regina Andres. Sie engagiert sich im Vorstand der Bundesarbeitsgemeinschaft Mobile Reha, der zurzeit 14 Einrichtungen angehören.

Warum es nur so wenige sind, obwohl Mobile Rehabilitation gut ankommt und preisgünstiger als stationäre Rehabilitation ist? Matthias Schmidt-Ohlemann, leitender Arzt des Rehabilitationszentrums Bethesda der Kreuznacher Diakonie und Vorsitzender der Deutschen Vereinigung für Rehabilitation, sagt: „Für Ältere und Menschen mit Behinderungen ist stationäre Rehabilitation nicht immer geeignet.“ Gerade wenn ein Patient dauerhaft mit einer Beeinträchtigung leben und in den eigenen vier Wänden damit zurechtkommen muss, „ist die stationäre Rehabilitation nicht so nachhaltig wirksam“. Obwohl Mobile Rehabilitation also als „gute Idee“ anerkannt sei, scheuten die Krankenkassen lange Zeit die vermeintlich zusätzlichen Kosten. Die Kreuznacher Diakonie schloss bereits 1994 Verträge mit den Krankenkassen für ihre Mobile Rehabilitation ab. Andere Einrichtungen Mobiler Rehabilitation mussten „ein, zwei Jahre lang kämpfen, bevor ihre Anträge genehmigt wurden“, sagt Schmidt-Ohlemann. Vielen fehlte der dafür nötige lange Atem, sie gaben ihren Plan auf.

Zwar ermöglichte eine Gesetzesänderung aus dem Jahr 2007 ambulante Reha durch Einrichtungen, Mobile Rehabilitation wurde aber nicht explizit erwähnt. Nun hofft Schmidt-Ohlemann auf Rückenwind: Im De-

zember 2014 verabschiedete das Bundeskabinett den Gesetzesentwurf zur Stärkung der Versorgung in der gesetzlichen Krankenversicherung. Darin wird die Mobile Rehabilitation erstmals ausdrücklich erwähnt.

Unter den 14 deutschen Einrichtungen mit Mobiler Reha befindet sich auch die mobile geriatrische Rehabilitation an der Asklepios-Paulinenklinik in Wiesbaden. Auch hier kommt das Team zu Wiesbadenern ins Haus, in die Kurzzeitpflege oder die Pflegeeinrichtung. Voraussetzungen sind beispielsweise erhebliche Einschränkungen der mentalen Funktionen der Patienten oder erhebliche Schädigungen des Sehens und des Hörens.

Susanne Schmidt-Lüer

Siehe Hintergrundartikel auf www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

>> Betreutes Reisen mit den Johannitern

Auch in diesem Jahr können ältere und behinderte Menschen wieder mit den Johannitern auf betreute Reisen gehen. Der neue Reiseprospekt umfasst als Reiseziele die Bäder Bad Bocklet, Bad Nenndorf und Bad Krozingen. Alle Ziele sind für gehbehinderte und stark eingeschränkte Senioren gut geeignet. Die Reisen finden im April, Juli und September statt und werden jeweils von Anfang an und während der gesamten Reise von mehreren Betreuern begleitet. Die Rund-um-die-Uhr-Betreuung umfasst dabei die Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen bis hin zur pflegerischen Unterstützung. Untergebracht werden die Reiseteilnehmer bei allen Reisezielen je nach Wunsch in Einzel- oder Doppelzimmern mit Dusche und WC sowie Vollpension. Die Unterkünfte befinden sich bei allen drei Reisezielen direkt am Kurpark. Für ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm wird gesorgt. Weitere Informationen oder die Broschüre über das komplette Reiseangebot gibt es im Internet unter www.johanniter.de/rhein-main oder direkt bei den Johannitern in Frankfurt unter der Telefonnummer 0 69/36 60 06-600 oder per E-Mail: claudia.antes@johanniter.de. *wdl*

>> Altwerden nutzt allen

Die wachsende Zahl älterer Menschen fordert Unternehmen, Dienstleister und den Einzelhandel dazu heraus, ihre Angebote auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe einzustellen. Verpackungen werden besser handhabbar, Badezimmereinrichtungen bequemer, Personal im Umgang mit älteren Menschen besser geschult. Davon profitierten Menschen jeden Alters, sagt der Saarbrücker Wissenschaftler Gundolf Meyer-Hentschel. Auch richteten viele Betriebe inzwischen ihre Arbeitsplätze an den Bedürfnissen älterer Mitarbeiter aus und nutzten so auch den Jüngeren, etwa wenn in der Versandabteilung eines Betriebes die Packtische erhöht würden. Damit würden alle dort Tätigen körperlich entlastet und ihre Gesundheit geschont.

Wer sich für die Bedürfnisse Älterer interessiere, richte den Blick auf Probleme, denen bisher keine Beachtung geschenkt wurde, deren Lösung aber der ganzen Gesellschaft nutze, so Meyer-Hentschel. *wdl*

ANZEIGE

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

Wohnen & Pflegen im Zeichen der Nächstenliebe

- Betreutes Wohnen im Premium-Ambiente, Seniorenwohnungen, Vollstationäre Pflege, Wohngemeinschaft, Tagespflege (ENPP-zertifiziert nach Böhm), Ambulante Pflege
- ENPP-zertifizierter Wohnbereich im HAUS SAALBURG – Pflege und Betreuung nach dem Psychobiografischen Pflegemodell nach Böhm
- **Spezielle Wohnbereiche für Menschen mit Demenz mit höherem Personalschlüssel und neuem Pflege- und Betreuungskonzept**
- **Neues Angebot ab Juni 2015:** Sport mit Demenz (Erstattung über Pflegekasse möglich!)
- HAUS SAALBURG, SCHWANTHALER CARRÉE, SchlossResidence Mühlberg, OBERIN MARTHA KELLER HAUS, AGAPLESION CURATEAM Ambulanter Pfl egedienst, AGAPLESION TAGESPFLEGE im OBERIN MARTHA KELLER HAUS

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

Mit Menschen zu tun haben und Neues dabei lernen

Projekt Ajuma hat junge Migranten in die Altenpflege gebracht

Richard Akortsu lernt Altenpfleger. Das Foto entstand auf einer Ausbildungsmesse in Sossenheim, wo er interessierten Schülern von seinem Beruf erzählte. Foto: Oeser

Dass in der Altenpflege ein Mangel an ausgebildeten Fachkräften herrscht, ist nicht neu. Werbekampagnen werden initiiert und innovative Fortbildungsmöglichkeiten für angelernte Kräfte entwickelt. Noch immer aber ist der Beruf eine Domäne der Frauen.

Ein besonderes Projekt hat daher in den vergangenen vier Jahren 63 junge Migranten in die Ausbildung in der Altenpflegehilfe vermittelt. Ajuma ist die Abkürzung für Ausbildung junger Männer mit Migrationshintergrund in der Altenpflegehilfe und wurde vom Land Hessen und der Europäischen Union gefördert. Träger war das Institut für berufliche Bildung, Arbeitsmarkt- und Sozialpolitik GmbH (Inbas) in Offenbach. Die dort Mitarbeitenden begleiteten die Teilnehmer mit Beratung und Hilfe bei individuellen Problemen bis Ende 2014.

Gilberto Garcia-Calderon erfuhr durch seinen Fallmanager im Jobcenter vom Projekt Ajuma. Großer Bedarf und Krisensicherheit waren die Stichworte, die sein Interesse weckten. Dazu kam sein Wunsch, im Beruf mit Menschen zu tun zu haben. „Ein reiner Bürojob kam für mich nicht infrage.“ Aber der 31-Jährige gibt auch zu, dass er zunächst keine Vorstellung hatte, was ein Pflegeberuf bedeutet. Bei einem ersten Praktikum merkte er jedoch schnell, dass „man sehr weit in die Privatsphäre der Menschen eindringt und ihnen auch körperlich nahekommt“.

Bei Richard Akortsu wurde das Interesse an dem Beruf dadurch ausgelöst, dass seine Stiefmutter pflegebedürftig wurde. „Ich habe da immer zugeschaut und dann mein Schulpraktikum in der Altenpflege gemacht.“ Dem 24-Jährigen, der aus Ghana stammt und seit 1999 in Deutschland lebt, gefiel dieses Praktikum so gut, dass er sich bei einer Altenpflegeschule bewarb. Da diese keine freien Plätze hatte, wurde er an Ajuma vermittelt und hat darüber die Ausbildung zum Altenpflegehelfer abgeschlossen. Ebenso wie Garcia-Calderon hat auch er schon den nächsten Schritt getan. Beide sind in die Ausbildung zum Altenpfleger eingestiegen und werden noch in diesem Jahr ihr Examen ablegen. Immerhin zwei Drittel der 37 jungen Männer, die den Ausbildungsgang in einem der fünf Kurse seit 2010 mit der Prüfung erfolgreich abgeschlossen haben, haben sich für diesen Weg entschieden, wie Seyed Narges Yelaghi berichtet, die bei Inbas ein ähnliches Projekt für Migrantinnen betreut.

Akortsu schätzte bei Ajuma besonders, dass er dort immer einen Ansprechpartner fand, wenn er Fragen hatte oder Probleme auftraten. So hätten die Mitarbeiter ihm bei der Suche nach einer Ausbildungseinrichtung geholfen und ihn auch bei den Vorstellungsgesprächen begleitet.

Seyed Narges Yelaghi betont, wie hilfreich die Praktika seien, die die jungen Männer vor Beginn der Ausbildung in einer Einrichtung machen müssten. „Es ist gut für die Betroffenen, damit sie wissen, worauf sie sich einlassen.“ Und die Altenpflegeeinrichtungen lernten die Personen kennen, die bei ihnen ausgebildet werden und eventuell später dort arbeiten sollten.

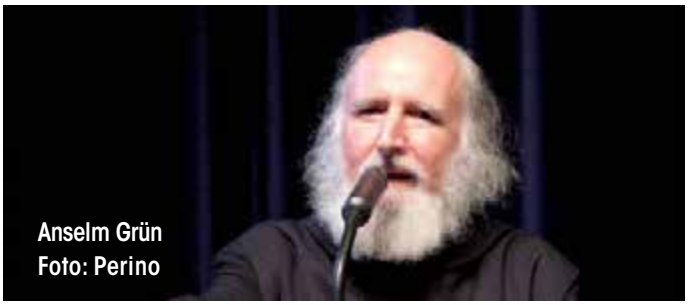
Das Projekt Ajuma wird auch in den Altenpflegeeinrichtungen positiv bewertet. Bernd Trost, Leiter des Franziska Schervier Seniorenzentrums in Frankfurt, sagt, dass mit einem zunehmenden Anteil an männlichen Bewohnern auch der Bedarf an männlichen Pflegekräften steige. Von daher begrüßt er es, dass nun Gilberto Garcia-Calderon die Ausbildung zum Altenpfleger macht. „Wäre das Projekt Ajuma nicht so erfolgreich verlaufen, hätten wir ihm nicht angeboten, die zwei weiteren Jahre der Ausbildung bei uns zu machen.“

Gilberto Garcia-Calderon hat in der Altenpflege das gefunden, was er sich wünschte: Er hat mit Menschen zu tun. Wichtig ist ihm die persönliche Zuwendung zu seinen

Patienten. „Wir unterhalten uns viel während der Pflege“, erzählt der junge Mann. Wenn die alten Menschen von früheren Zeiten erzählten, erfahre er viel Neues und Interessantes. „Aber sie fragen mich auch, wie es war, als ich ein kleiner Junge war.“ Und was er da zu erzählen hat, ist für seine Patienten ebenso neu, denn Garcia-Calderon stammt aus der Dominikanischen Republik, wo manches anders ist als in Deutschland.

Dass der Job manchmal hart ist und die Schichtpläne auch belastend sein können, erwähnt er eher nebenbei. „Man muss den Job mit vollem Herzen machen. Es ist einfach gut zu wissen, dass man dazu beitragen kann, einem Menschen den Tag schöner zu machen“, sagt Garcia-Calderon. Und Akortsu bestätigt ebenfalls: „Es ist jetzt in der weiteren Ausbildung zwar anstrengender geworden, aber es macht immer noch Freude.“ *Lieselotte Wendl*

Auf die innere Stimme hören



Anselm Grün
Foto: Perino

Dass auch ein Mönch älter wird, ist nichts Ungewöhnliches. Dass aber dessen Geburtstag so feierlich zelebriert wird wie im Januar in Münsterschwarzach geschehen, schon. Zumal beim Benediktinerorden alle Brüder gleich wichtig sind, wie Abt Michael Reepen in seiner Begrüßungsrede für das Geburtstagsfest betonte. Doch wenn man den Podiumsgästen aus verschiedenen Ländern lauschte, war das Symposium anlässlich des 70. Geburtstags von Pater Dr. Anselm Grün genau richtig. Denn wie ein Mitbruder liebevoll sagte: „Unser Anselmchen ist schon etwas Besonderes.“

Vor 70 Jahren, am 14. Januar 1945, wurde Anselm Grün im fränkischen Junkershausen geboren. Er wuchs mit seinen sechs Geschwistern bei München auf. „Wir haben als Kinder alles ausprobiert, nicht lange gefragt“, erzählt Anselm Grün aus seinem Leben. Mit 19 Jahren nach dem Abitur trat er in die Benediktinerabtei Münsterschwarzach ein.

„Dort lernte ich die Kunst der Menschenführung aus der Regel Benedikts von Nursia kennen und entdeckte bereits in den 70er Jahren die Tradition der alten Mönchsväter wieder, deren Bedeutung ich besonders in Verbindung mit der modernen Psychologie sehe“, liest man auf seiner Homepage. Wichtig für seine Entwicklung in den 70er Jahren sagt er, war es, „zu versuchen, neue Wege zu gehen“. Nach der Priesterweihe durchlief er eine Zeit der Krise und fing mit dem Schreiben an – auch für sich selbst. Reger Austausch mit Therapeuten führte ihn dazu, immer auch auf die eigene Stimme zu hören. „Ich verspüre einen inneren Drang. Immer, wenn ich Lust habe, schreibe ich. Das hat mich in meinem Leben weitergebracht.“

36 Jahre lang bis 2013, nach dem Studium der Philosophie, Theologie und Betriebswirtschaft, war er der Cellerar, das heißt der wirtschaftliche Leiter der Abtei Münsterschwarzach und damit für rund 300 Mitarbeiter in über 20 Betrieben verantwortlich. In zahlreichen Kursen und Vorträgen versuchte er, auf die Nöte und Fragen der Menschen einzugehen und ist für viele zum spirituellen Berater und geistlichen Begleiter geworden.

Anselm Grün steht in der Tradition der Missionsbenediktiner und ist dankbar, dass sich Menschen von seinen Büchern angesprochen fühlen. „Ich schaue voller Dankbarkeit zurück“, ganz viel empfangen habe er, sei von Menschen aus allen Ländern sehr beschenkt worden mit Rückmeldungen auf seine Bücher wie etwa: „Ihr Buch hat Leben gerettet“ oder „ich habe dadurch zum Glauben gefunden“. Sein Ziel ist und war es immer gewesen, Menschen dazu zu bringen, ihrer eigenen Seele zu trauen. Denn diese Weisheit sei immer berührend und befreiend.

Für sich selbst erhofft er, der 300 Bücher geschrieben hat, die in 35 Sprachen erschienen und in einer Gesamtauflage von 14 Millionen weltweit verkauft wurden, dass er auch genau hinhört, „wenn es zu Ende ist, wenn es nicht mehr stimmt zu schreiben“. *Jutta Perino*

ANZEIGE

Berkersheim

Das vergessene Dorf

In Berkersheim finden sich noch Streuobstwiesen. Fotos (2): Oeser

Eine Ampel braucht Berkersheim nicht. Darin sind sich die meisten der rund 3.690 Einwohner einig. Überall herrscht rechts vor links, überall dürfen nur 30 Stundenkilometer gefahren werden. In den Straßen spielen Kinder Ball und Fangen, ziehen täglich die Leute mit ihren Pferden durch die Gassen zu den vielen Koppeln, die das Viertel am nördlichen Stadtrand umgeben.

„Das ist einzigartig“, findet Rechtsanwältin Hannelore Otto, die sich jahrelang gegen den Ausbau der nahe liegenden Main-Weser-Strecke und für das Wohl der Berkersheimer im Bürgerverein eingesetzt hat. „Wo gibt es einen Stadtteil in Frankfurt, der so in der Natur und so nah an der Innenstadt liegt?“, fragt sich die 64-Jährige, wenn sie mit ihrem Hund hier im Frankfurter Grüngürtel spazieren geht.

Natur, frische Luft und dörfliches Idyll prägen Frankfurts drittkleinsten Stadtteil. Soweit das Auge reicht breiten sich Äcker und Streuobstwiesen aus, ziehen Traktoren ihre Bahnen. Am Fuße Berkersheims schlängelt sich die Nidda entlang. Schmucke Häuser schmiegen sich an den Nordhang des Berger Rückens. Vom Turm der Michaeliskirche hoch oben im Ort schweift der Blick über das Niddatal bis zum Taunus – und das alles nur sieben Kilometer von der Innenstadt entfernt.

Mit der S6 sind die Berkersheimer vom S-Bahnhof in knapp 20 Minuten an der Hauptwache oder in nur vier Minuten in Bad Vilbel. Mit den Buslinien 25, 27, 39, 63, 66 kommen sie in die angrenzenden Stadtteile Preungesheim, Harheim, Bonames, Frankfurter Berg bis nach Eschersheim. Mit dem Auto ist man schnell auf der A661 und der B3a.

Die gute Verkehrsanbindung ist für viele unverzichtbar. Denn das ländliche Zuhause hat Schattenseiten: Es gibt keinen Bankautomaten, keine Poststelle, keinen Metzger, keine Sporthalle – und seit drei Jahren auch keinen Arzt mehr. Wer krank wird, muss nach Preungesheim, Bad Vilbel oder noch weiter fahren, wenn die Ärzte im Umfeld ausgelastet sind. „Manchmal kommen wir uns hier wie das vergessene Dorf vor“, sagt Dieter Wolff, 57, Vorsitzender des Bürgervereins.

Im Ortskern existieren nur ein kleiner Nahkauf und Wolffs Lädchen, in dem Zeitungen, Zigaretten, frischer Kaffee und Backwaren angeboten werden. Im Hofladen von Landwirt Volker Illig gibt es Eier, Kartoffeln und Äpfel. Für größere Einkäufe indes müssen die Berkersheimer in die Bahn oder ins Auto steigen. Wer nicht mehr so mobil ist, ist oft auf die Hilfe von Angehörigen oder Nachbarn angewiesen.

Man kennt sich

Nur gut, dass die Menschen in diesem Stadtteil zusammenhalten. „Das Miteinander ist einzigartig“, lobt Volker Gilbert, Ehrenvorsitzender des TSV Berkersheim. „Man kennt sich, jeder hilft jedem.“ Seine Frau Angelika Gilbert bietet zweimal die Woche Seniorensport im Vereinshaus an, bei dem bis zu 70 Ältere mitmachen: „Wenn da einer zweimal fehlt, fragt meine Frau nach, was los ist.“ Eine Gemeinschaft, die viele zu schätzen wissen – auch die vielen jungen Familien, die es nach Berkersheim zieht. „Man ist hier überall integriert“, sagt Hannelore Otto. Neun Vereine hat der kleine Stadtteil, manch einer ist in mehreren aktiv. Abends trifft man sich im Gasthaus „Zum Lemp“, der einzigen Gaststätte am Ort, die neben dem neuesten Dorftratsch Theater und Lesungen bietet. Sehr beliebt ist auch die Berkersheimer Grundschule, die mit 100 Kindern in Frankfurt die kleinste ist und schon jetzt aus allen Nähten platzt. In den umliegenden Kitas liegen lange Wartelisten aus.

Idyll in Gefahr

„Wie soll das werden, wenn die Stadt hier Berkersheim-Ost baut?“ fragen sich daher viele Bewohner, die um ihr Dorfidyll bangen. Felder, Pferdekoppeln, Obstbäume und wich-

Naturnah wohnen – Ausritt inklusive.

tige Kaltluftschneisen würden verschwinden, stattdessen ein Viertel mit 220 Wohnungen für 500 Menschen entstehen. Schon jetzt leiden die Berkersheimer unter den vielen Pendlern, die aus dem Osten Frankfurts über die Straße Am Dachsberg in den Ort reinfahren. Hinzu kommt der geplante Ausbau der S-Bahn-Strecke von zwei auf vier Gleise, für künftig viel mehr Fahrten, auch Güterverkehr. Vom zunehmenden Lärm von Autobahn, Bundesstraße und S-Bahn ganz zu schweigen.

Grundsätzlich haben die Berkersheimer nichts gegen neue Nachbarn. „Wir sagen ja nicht, dass gar nicht gebaut werden soll“, so Angelika Gilbert. Aber bevor man an neue Wohnungen denken könnte, müssten erst die vielen Defizite und Mängel, die der Stadtteil aufweist, beseitigt und die Straße Am Dachsberg beruhigt werden. Gilbert spricht für die Interessengemeinschaft Berkersheim Ost. 600 Unterschriften nur aus Berkersheim hat sie bisher für ihre Forderungen gesammelt. Auch der Bürgerverein unterstützt den Protest.“ *Judith Gratza*

Daten & Fakten

In Berkersheim leben 3.688 Einwohner, es ist nach dem Flughafen und dem Bahnhofsviertel der drittkleinste Stadtteil Frankfurts. Laut Statistischem Jahrbuch 2013 der Stadt ist Berkersheim mit einem Durchschnittsalter von 39,1 Jahren ein eher jüngerer Stadtteil im Vergleich zum Alter der Frankfurter Gesamtbevölkerung (41,2 Jahre). Rund 24 Prozent sind unter 18 Jahren, 61 Prozent zwischen 18 und 64 Jahren, 15 Prozent 65 Jahre und älter. Berkersheim ist knapp 318 Hektar groß, rund 220 Hektar davon sind Landwirtschaftsflächen.

Urkundlich erwähnt wurde Berkersheim erstmals 795, damals als „Berchgisisheim im Niddagau“. Der Name stammt vermutlich vom Ortsgründer. Dieser soll ein Franke namens Berthgisil gewesen sein, was so viel wie prächtiger Junker bedeutet. Im Mittelalter gehörte Berkersheim den Schelmen von Bergen und dem Deutschherrenorden an. Im 15. Jahrhundert bekamen die Berkersheimer das Burgrecht in der Stadt Frankfurt. Bei Gefahr konnten sie sich hinter die Stadtmauern zurückziehen. Kirchlich gehörte das Dorf zur Pfarrei Preungesheim. Berkersheim wird auch gerne Bad Berkersheim genannt, weil hier die Azur-Quelle sprudelt, deren Quellwasser abgefüllt und als Mineralwasser verkauft wird. Eingemeindet wurde der Stadtteil nach Frankfurt im Jahr 1910. *gra*

Vereine, Feste & Veranstaltungen

Berkersheim hat neun Vereine, darunter Reitvereine, Kerbevereinigungen, ein Fußballverein und die Freiwillige Feuerwehr. Ältester Verein ist der TSV Berkersheim, der sich 1910 gegründet hat und vor allem im Floorball, auch Unihockey genannt, deutschlandweit bekannt ist. Älteren bietet der Verein dienstags und donnerstags von 9 bis 11 Uhr Seniorensport im Hellmuth-Wollenberg-Haus, Am Herrenhof 16, an. Auskunft zum Übungsplan gibt Angelika Gilbert unter Telefon 0 69 / 54 60 31.

Tradition hat auch der Bürgerverein, der die Interessen der Berkersheimer seit ihrer Eingemeindung gegenüber der Stadt Frankfurt vertritt. Er richtet die Zeltkerb aus, die in diesem Jahr zum 249. Mal stattfindet – wie immer am letzten Septemberwochenende. Der Weihnachtsmarkt des Bürgervereins rund um die Michaeliskirche findet alle zwei Jahre statt. Nächster Termin: Dezember 2016.

Der Reit- und Fahrverein Niddatal lädt jährlich zum großen Reitturnier und zum Tag der offenen Tür ein. Jeweils am 1. Mai, auf dem Gelände, Am Hohlacker 30, Telefon 0 69 / 7 55 45 79.

Neue Theatergruppe „Lempenfieber“ probt in der Traditionsgaststätte „Zum Lemp".

Foto: Oeser

Das Theater Lempenfieber zeigt Komödien in der Gaststätte Zum Lemp, Berkersheimer Obergasse 12, Telefon 0 69 / 95 41 16 16. Im April sind das „Machen Sie sich frei“ (17., 18., 19.) sowie „Ich bring ihn um“ (23., 25., 26.). Karten für 17, ermäßigt drei Euro, gibt es unter Telefon 01 52 / 06 35 44 89. Der Spielplan ist unter www.lempenfieber.de nachzulesen.

Die Michaelis-Gemeinde, Am Herrenhof 42, Telefon 0 69 / 54 43 85, bietet Senioren jeden ersten Dienstag im Monat um 12.30 Uhr einen Mittagstisch an, zudem gibt es einen Bibelgesprächskreis alle 14 Tage donnerstags ab 15 Uhr. Aktuelle Termine sind im Michaelisboten unter www.michaelis-ffm.de abrufbar.

>> „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

Der Zoo Frankfurt ist ein lebendiges Lehrbuch der Naturgeschichte

Dieses Jahr feiert der Zoo ein kleines Jubiläum. Vor 100 Jahren übernahm die Stadt Frankfurt, in der schwierigen Zeit des Ersten Weltkriegs, die Trägerschaft für ihren Zoo und rettete so die beliebte Einrichtung für ihre Bürger.

Insgesamt ist der Frankfurter Zoo aber schon über 150 Jahre alt. Er wurde 1858 gegründet. Wie so vieles in Frankfurt, geht auch er auf ein bürgerschaftliches Engagement zurück. Mit der Absicht, ein „lebendiges Lehrbuch der Naturgeschichte" zu kreieren, beackerten Mitte des 19. Jahrhunderts acht Honoratioren ein nahezu unbestelltes Terrain. In Deutschland unterhielt damals lediglich die Kaiserresidenz Berlin einen Zoo. Als der Frankfurter Magistrat die Ausgabe von Aktien zur Finanzierung erlaubte, stellte er die Weichen für ein wegweisendes Projekt. Stand andernorts die kommerzielle Tierschau im Vordergrund, zielten die Gründerväter von Anfang an darauf ab, Erquickung und Wissensvermittlung zu verzahnen. 1858 eröffnete die eigens gegründete Zoologische Gesellschaft dann einen Zoologischen Garten, in dem es Säugetiere und Reptilien aus allen Kontinenten und Fische aus allen Meeren zu bestaunen gab. Der Besucherstrom, der sich fortan zum Bärenzwinger, der Greifvogelanlage oder dem Affenhaus wälzte, überstieg bei Weitem die Erwartungen der Initiatoren. Ebenso wenig hatten sie mit lebenden Spenden wie Eisbären, Pinguinen oder die jenes Löwen gerechnet, den 1861 ein Major aus Kairo sandte. Das Grundstück in Bockenheim platzte denn auch bald aus allen Nähten. Wenngleich die Bewohner des Ostends auf die Barrikaden stiegen, gab die Stadt 1873 den heutigen Standort frei. In einem zwei Monate währenden Kraftakt wurden die knapp 1.200 Tiere in ihre neue Heimstatt umgesiedelt. Der Anspruch, sie artgerecht unterzubringen, die Besucher zu bilden und Forschungsprojekte voranzutreiben, hatte freilich seinen Preis. Denn als der Erste Weltkrieg die finanzielle Misere verschärfte, musste die Zoologische Gesellschaft endgültig passen. Sie bat den Magistrat um die Übernahme des Zoos.

Da die Stadt ohnehin wiederholt in die Bresche gesprungen und längst die eigentliche Inhaberin des Grundstücks und des beweglichen Vermögens war, ging vor 100 Jahren, im Juni 1915, der Zoo offiziell in städtische Hände über. Die Zoologische Gesellschaft löste sich in Folge zwar auf, die vorbildhafte Ausrichtung des Zoos änderte sich unter städtischer Ägide jedoch nicht. Der Zoo war fürs Erste gerettet.

Der Zweite Weltkrieg bescherte dann allerdings beinahe doch das Aus. Die 27 Bomben, die im März 1944 auf das Gelände fielen, ließen nur Schutt, Asche und etwa 20 Tiere übrig. Darunter Löwen, die durch das verwüstete Frankfurt irrten und zur

Das Löwenäffchen wartet auf Besucher.

Sicherheit der Bevölkerung erschossen werden mussten. Nach Kriegsende ordneten die Alliierten die Auflösung sowie die Tötung der verbliebenen Tiere an. Der zuständige Beamte verweigerte sich glücklicherweise dem Befehl. Und im Mai 1945 übernahm ein Mann das Ruder, der in Sachen Tierschutz zur Legende wurde. Bernhard Grzimek siedelte auf dem verwaisten Grundstück zunächst einen Rummelplatz, einen Zirkus, das erste Nachkriegskino und ein Theater an und sammelte in ganz Deutschland überlebende Zoo- und Zirkustiere ein. In den folgenden 30 Jahren sollte er den Frankfurter Zoo nicht nur zu einem der renommiertesten in Europa, sondern weltweit zum Synonym für moderne Tierhaltung machen. Überdies reaktivierte Grzimek die Zoologische Gesellschaft, die sich unter seiner Leitung zur international geschätzten Naturschutzorganisation mauserte. Gegenwärtig betreibt sie 70 Projekte in 30 Ländern und fungiert als Fördergesellschaft des Zoos. Mit dem zwischen den Affenanlagen und der Afrikasavanne erbauten „Grzimek-Camp“ wurde dem großen Zoodirektor ein Denkmal gesetzt. Sein Erbe ist im Zoo jedoch an vielen Stellen präsent – unter anderem in den Klimalandschaften des Exotariums. Auch die Naturschutzbotschafter resultieren letztlich aus Grzimeks unermüdlichem Einsatz für bedrohte Tiere. Seit 2006 sind Ehrenamtliche jedes Wochenende mit Infomobilen sowie vielfältigen Anschauungsobjekten im Zoo unterwegs, um Besuchern die Vielfalt und Lebensbedingungen der Tierwelt zu vermitteln. Schon wenige Monate nach dem Start zeichnete die Deutsche Unesco-Kommission das Projekt für seine Vorreiterfunktion bezüglich Naturschutzbildung und nachhaltige Entwicklung aus.

Als Prof. Dr. Manfred Niekisch vor sechs Jahren den Direktorenposten übernahm, war klar, dass er die seit den Gründungstagen eingeschlagene Zielrichtung weiterverfolgt. Mit der Professur für Internationalen Naturschutz an der hiesigen Goethe-Universität betraut, ist seine Devise „weniger Tiere und mehr Raum“. Dennoch finden inmitten der Innenstadt immer noch rund 4.500 Tiere ein Zuhause – die Populationen der Insekten gar nicht mitgerechnet. Nach der Errichtung des Katzendschungels im Jahr 2000, der Robbenklippen 2002 und des Borgori-Waldes 2009 wurde im vergangenen Jahr ein weiterer Meilenstein auf dem Weg zu umfassendem Natur- und Artenschutz gesetzt. Zeitgleich mit der Eröffnung des neuen Eingangsbereichs bezogen Brüllaffen und Brillenbären ihr 1.700 Quadratmeter großes Domizil. Wie in ihrer südamerikanischen Andenheimat teilen sich die beiden Spezies hier nun gemeinsam das Revier. 2008 erstmals mit Gorillas und zwei Meerkatzengattungen realisiert, liegt für Niekisch die Zukunft des zu den ältesten der Welt gehörenden Frankfurter Zoos in der „Vergesellschaftung der Arten“. Dass sich Tiere wie in der freien Natur mit artfremden Nachbarn arrangieren müssen, hält er nicht nur für das beste Mittel gegen Langeweile in den Gehegen. Der Schritt ist auch ganz im Sinne der Gründerväter, die den Besuchern die „Tiere in ihrem ganzen Wesen und Treiben“ vor Augen führen wollten.

Sehen und Erleben

Für die Leserinnen und Leser der SZ gibt es auch diesmal wieder ein besonderes Highlight: Der Zoo Frankfurt organisiert eine kostenfreie Führung (inklusive freiem Eintritt) für 15 Personen.
Der Termin ist am 11. Juni um 14 Uhr. Treffpunkt ist im Eingangsfoyer vor der Kasse.
Wer an der Führung durch die „Zoohighlights“ gerne teilnehmen möchte, kann sich ab der 22. Woche zwischen dem 26. Mai und 10. Juni (werktags zwischen 8 und 15 Uhr) im Frankfurter Zoo unter Telefon 0 69/21 23 69 52 „Stichwort Senioren Zeitschrift“ anmelden.

Jubiläumsfest „100 Jahre Zoo der Stadt“

21. Juni 2015 von 10 bis 1 Uhr

Vor 100 Jahren – im Sommer 1915 – übernahm die Stadt Frankfurt den 1858 gegründeten Zoo von der Neuen Zoologischen Gesellschaft als städtischen Betrieb. Seither bereichert er die Frankfurter Ämterlandschaft und ist aus dem Stadtbild nicht mehr wegzudenken.

Der Zoo feiert dieses besondere Jubiläum mit einem Familienfest für Jung und Alt mit viel Spaß, Aktionen und Informationen rund um die Geschichte des Zoos.

ANZEIGE

Kistner + Scheidler
Bestattungen

Zeit zum Abschiednehmen

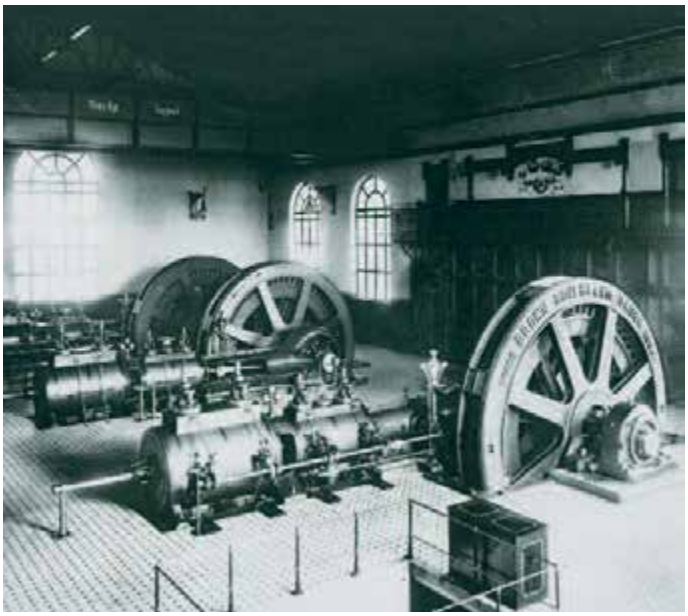
In unserem Bestattungshaus können Sie sich nach Ihren Vorstellungen von Ihren Verstorbenen verabschieden. Wir lassen Ihnen Zeit und begleiten Sie. Ihre Trauerfeier kann in unserem Haus stattfinden.
Wir ermöglichen Hausaufbahrungen und erledigen alle Formalitäten.

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

Mit Dampf in die Zukunft

Frankfurts Weg in die Industrialisierung in einer Ausstellung im Karmeliterkloster – noch bis 7. Juni



Mit drei Dampfmaschinen von Brown, Boveri & Cie. ausgestattete Maschinenhalle des Frankfurter Elektrizitätswerks an der Speicherstraße. Fotografie aus dem Jahr 1895. © Institut für Stadtgeschichte

Frankfurt als Industriestandort ist ein weniger beachtetes Kapitel der Stadtgeschichte. Seit dem Mittelalter bestimmten der Handel, die Messen, die Banken das Wirtschaftsleben der Stadt und prägten das Stadtbild. Von fast 40.000 Unternehmen in Frankfurt im Jahre 2014 sind lediglich knapp 1.200 des Verarbeitenden Gewerbes. Sprichwörtlich ist die historische Industriefeindlichkeit der Stadt. Industriebetriebe hatten sich in den selbstständigen Gemeinden vor der Stadt angesiedelt, in Höchst, Griesheim, Fechenheim, auch in Bockenheim. Eine Ausstellung des Instituts für Stadtgeschichte im Karmeliterkloster zeigt jetzt Frankfurts besonderen Weg zur Industriestadt im 19. Jahrhundert.

ANZEIGE

JULEMA

Agentur für Lebensgestaltung im Alter

Inh. Frank Albohn, Diplom-Pflegewirt (FH)

Stundenweise Seniorenbetreuung zu Hause, wir sind von der Pflegekasse anerkannt!

Auch qualitätsgesicherte 24-Stunden-Betreuung möglich!

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

www.julema.de

Geringe Entwicklung

Industrieähnliche Betriebe oder Manufakturen gab es schon im 18. Jahrhundert. „Obgleich diese Gegend zu reich, zu fruchtbar und zu schön fürs Manufakturwesen ist, so regt sich doch seit einigen Jahren mancherley Gewerbefleiß des Aktivhandels in den umliegenden Ortschaften und selbst in der Stadt“, schrieb 1800 Isaac von Gerning.

Druck mit Dampf

Die Zunftordnung, die Furcht des Handwerks vor der Konkurrenz, die Bauordnung von 1809, die Angst vor Lärm und Feuer bremsten die Entwicklung. In einzelnen Bereichen und in bestimmten, von der Stadtregierung ausgewiesenen Stadtgebieten, so in Sachsenhausen, denen sich später Gallus- und Gutleutviertel und der Osten zugesellten, konnte sich dennoch Industrie entwickeln. 1835 erwarb die Druckerei Heller & Rohm die erste Dampfmaschine in Frankfurt zum Betrieb von zwei Schnelldruckpressen. Bis zur Einführung der Gewerbefreiheit 1864 erhöhte sich die Zahl der Dampfmaschinen nur langsam. In diesem Jahr fand eine Kunst- und Industrieausstellung statt, „auf der Grenze des alten Zustandes und der neuen Zeit“. Immerhin gab es bald drei Chemiebetriebe, zwei Gaswerke, zehn Druckereien, vier Schriftgießereien, 36 Eisengießereien.

In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, nach 1866 trotz verlorener Selbstständigkeit und vor allem nach der Gründung des Deutschen Reichs 1871 entwickelte sich Frankfurt rasch zu einem Industriestandort. Rauchende Schornsteine wurden zu deren Sinnbild. Nach 1880 wurde die Stadt in der zweiten Phase der industriellen Revolution geprägt von zunehmender Elektrifizierung und Automatisierung der Produktion zu einem Zentrum des Maschinenbaus und der Elektrotechnik, die, nicht zuletzt durch Eingemeindungen, mit der Chemie die Schlüsselbranchen bildeten. Gegen Ende des 19. Jahrhunderts waren die Bierbrauereien auf dem Sachsenhäuser Berg ein weiterer zentraler Industriezweig der Stadt.

Die Ausstellung, von Dr. Thomas Bauer in bewährter Weise konzipiert, verfolgt Frankfurts Weg in die Industrialisierung am Beispiel von 15 Unternehmen, die in Bild und Wort, aber auch mit zahlreichen Objekten aus der Produktion vorgestellt werden. Fries, Mouson, Naxos-Union, Deutsche Gold- und Silberscheideanstalt (Degussa), Adler, Cassella, Mayfarth, Hartmann & Braun, Pokorny & Wittekind, Binding – klangvolle Namen, die uns begegnen, Namen, die noch heute lebendig, aber deren zugehörende Unternehmen aus der Stadt oder sogar aus dem Wirtschaftsleben verschwunden sind. Eine Einführung, begleitet von zwei Demonstrationsmodellen

Der Maschinenfabrikant Johann Conrad Kämpf (mit Jacke, Bildmitte) stellte sich 1890 mit seiner Belegschaft für den Fotografen in Positur. Seit 1879 produzierte Kämpf mit 20 Arbeitern in der Höhenstraße Zentrifugalpumpen und Ventilatoren. © Institut für Stadtgeschichte, S 7 A 2012/74

von Dampfmaschinen als Motor der industriellen Entwicklung, und Aspekte der Arbeiterbewegung, der Energieversorgung und Verkehrsentwicklung rahmen die Firmengeschichten ein.

Die Ausstellung endet mit dem 1912 eingeweihten Osthafen und einem Zitat vom Beginn des 20. Jahrhunderts aus einem Bericht der Handelskammer: „Die moderne Entwicklung hat aber jedenfalls gezeigt, dass Frankfurt durch die Hilfe von Kapital und wissenschaftlicher Arbeit eine Industrie von Qualitätswaren zu schaffen vermochte, die weit über das Maß hinausgeht, was man in Frankfurt je für möglich gehalten hat."

Hans-Otto Schembs

Die Ausstellung im Dormitorium des Karmeliterklosters ist bis zum 7. Juni zu sehen und montags bis freitags von 10 bis 18 Uhr und samstags und sonntags von 11 bis 18 Uhr geöffnet.

Der Eintritt ist frei. Zur Ausstellung ist der Begleitband von Dr. Konrad Schneider „Mit Dampf in die Zukunft! Frankfurts Weg in die Industrialisierung" erschienen. Er kostet 14,90 Euro.

sch

Verlosung für SZ-Leser

Das Institut für Stadtgeschichte bietet fünf Lesern der Senioren Zeitschrift am 31. Mai um 15 Uhr eine kostenfreie Führung durch die Ausstellung „Mit Dampf in die Zukunft! Frankfurts Weg in die Industrialisierung" mit dem Kurator Dr. Thomas Bauer an.

Interessierte können bis zum 27. April eine Postkarte an die Redaktion der Senioren Zeitschrift unter dem Stichwort „Mit Dampf in die Zukunft", Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, schicken.

Unter den Einsendungen werden dann die fünf Gewinner gezogen und entsprechend benachrichtigt.

red

>> Netzwerk gibt auch künftig Rat

Die Koordinations- und Beratungsstelle für gemeinschaftliches und genossenschaftliches Wohnen soll auch künftig weiterbetrieben werden. Das hat der Magistrat der Stadt Frankfurt beschlossen. Der städtische Zuschuss für die Koordinations- und Beratungsstelle für gemeinschaftliches und genossenschaftliches Wohnen soll – nach entsprechender Zustimmung durch die Stadtverordnetenversammlung – von bisher 87.000 Euro auf 100.000 Euro jährlich erhöht und die Kooperation bis zum 15. März 2020 fortgesetzt werden.

Zu den neuen Schwerpunkten der Arbeit in den kommenden Jahren zählen die Begleitung des Bewerbungs- und Vergabeverfahrens im Zusammenhang mit dem neuen Liegenschaftsfonds, der Aufbau eines Fachleutenetzwerks und die Untermauerung der laufenden Aufgaben mit Erkenntnissen aus Studien und Forschungsprojekten. Ein völlig neues Thema sind die Wohn-Pflege-Gemeinschaften außerhalb des Heimgesetzes.

pia

Infos Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen, Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt, Telefon 0 69/91 50 10 60, E-Mail: info@gemeinschaftliches-wohnen.de, www.gemeinschaftliches-wohnen.de

ANZEIGE

Wiesbaden 50 km
Frankfurt 90 km
Koblenz 20 km

15 Jahre Dauerpflege
Einmalig 380 € und
Namensschild 199 €

Deutsche Friedhofsgesellschaft

Telefon 0228 97 63 490
www.deutsche-friedhofsgesellschaft.de
Am Flamarium | 56340 Dachsenhausen

Zum 200. Geburtstag eines Frankfurter Stifters: Joseph Hoch

Über die Stadtgrenzen hinaus bekannt: Dr. Hoch's Conservatorium

„Für den Fall meines kinderlosen Ablebens, oder für den Fall, daß die von mir hinterlassenen Kinder und Erben ohne Hinterlassung ehelicher Leibes-Erben sterben würden, ist es mein liebster und festester Wille, daß mein gesamtes Vermögen (mit alleiniger Ausnahme des in diesem Testamente und seinen Beilagen zu anderen Zwecken Bestimmten) dazu diene, um in Frankfurt a./M., meiner Vaterstadt, eine Anstalt für Musik unter dem Namen ‚Dr. Hoch's Conservatorium' zu gründen und zu unterhalten."

Mit dieser Bestimmung in seinem Testament vom 14. Juli 1857 reihte sich Dr. Joseph Paul Johann Hoch, der vor 200 Jahren, am 3. Mai 1815, in Frankfurt am Main geboren wurde, in die Frankfurter Stifter ein, die im Geiste bürgerschaftlichen Gemeinsinns zukunftweisende und noch heute tätige Institutionen schufen. So bekannt und geschätzt Joseph Hochs Stiftung in Frankfurt und weit darüber hinaus war und ist, so wissen wir über Leben und Wirken des Stifters und den Menschen Joseph Hoch nicht eben viel. Außer dem allerdings aussagekräftigen Testament hat er über sich selbst nichts mitgeteilt. Einiges ist durch Zeitgenossen überliefert, vieles, so die Beweggründe seiner Stiftung, muss aus aktenkundigen Lebensdaten erschlossen werden.

Joseph Hoch stammte aus angesehener, auch in städtischen Diensten stehender Frankfurter Familie. Wie sein Vater, der Jurist, Stadtgerichtsrat, Senator, Schöffe und zeitweise auch Bürgermeister war, studierte er Jura in Heidelberg, promovierte 1834 und erhielt die Zulassung als Rechtsanwalt in Frankfurt. Auch er war für die städtische Finanzverwaltung tätig.

Musisches Talent

Familiäre und finanzielle Sorgen bestimmten das Leben des jungen Joseph Hoch: Tod des Vaters 1831, Verschwendungssucht der Mutter, die Lebensuntauglichkeit zweier Brüder. Dem standen sein musikalisches Talent und Interesse gegenüber. Als begabter Laienmusiker begleitete er am Klavier die international gefeierte Sängerin Henriette Sontag bei deren privaten Auftritten in Frankfurt.

Schon in den 1840er Jahren verfügte er eine Konservatoriumsgründung, vermutlich angeregt durch das Sängerfest 1838 und derartige Pläne der Mozart-Stiftung.

Durch zwei Erbschaften zu einem Vermögen gekommen und in Kenntnis von Konservatoriumsgründungen andernorts (Leipzig 1846, Köln 1850, Berlin 1851, Dresden 1856) wie auch kritischer Stimmen dazu, ließen in ihm den Gedanken eines Konservatoriums für sein Testament reifen. So bestimmte er sein Vermögen „zur Förderung der Musik in jeder Weise und unentgeltlichen Unterweisung unvermögender musikalischer Talente in allen Zweigen der Tonkunst" in „Dr. Hoch's Conservatorium".

Sparsamer Stifter

Joseph Hoch lebte in äußerster Sparsamkeit, um das Stiftungskapital nicht zu schmälern. Er hatte sogar seiner Frau, Ottilie Freiin von Sodenstern (1837–1922), die er 1856 geheiratet hatte, das Testament verschwiegen und lediglich von ihr missverstandene Andeutungen hinsichtlich einer beabsichtigten Stiftung gemacht. Nur ein mäßiges Auskommen als Witwe sicherte er ihr zu. Getragen von großem Misstrauen traf Joseph Hoch in seinem Testament – ähnlich wie vor ihm ein anderer bedeutender Stifter, Johann Christian Senckenberg – genaueste Bestimmungen zur Errichtung und Verwaltung der Stiftung und auch sonst merkwürdige Verfügungen. Selbst das Öffnen des Geldschranks durch die Administratoren ist bis ins Einzelne festgelegt.

Joseph Hoch starb am 19. September 1874. Da seine Ehe kinderlos geblieben war, konnte die Stiftung

mit einem Kapital von rund 900.000 Mark gegründet werden. Nach Erhalt der staatlichen Genehmigung 1876 wurde am 22. September 1878 „Dr. Hoch's Conservatorium" mit 60 Schülern im Saalhof durch Oberbürgermeister Daniel Heinrich Mumm von Schwarzenstein eröffnet.

Unter der Leitung von Joachim Raff und mit namhaften Dozenten wie der Pianistin Clara Schumann oder dem Bariton Julius Stockhausen erlangte das „Hoch" rasch auch über die städtischen, ja deutschen Grenzen hinaus großes Ansehen und wurde zu einer der renommiertesten musikalischen Ausbildungsstätten.

Am 29. April 1888 konnte die Stiftung ihr eigenes stattliches Gebäude Eschersheimer Landstraße 4 einweihen. Ungeachtet der von Anfang an latenten Auseinandersetzungen zwischen der „Neu-deutschen Schule" (Liszt, Wagner) und den „Traditionalisten" (Brahms) und Gründung eines konkurrierenden Raff-Konservatoriums konnte das Dr. Hoch's Conservatorium auch unter Raffs Nachfolgern Bernhard Scholz, Iwan Knorr und Bernhard Sekles mit bedeutenden Dozenten und mit Schülern, die später erfolgreich wurden, seine anerkannte Stellung ausbauen und festigen.

Veränderte Funktion

1938 zur Staatlichen Musikhochschule unter Beibehaltung des selbstständigen Lehrbetriebs umgewandelt und 1944 seines Hauses durch Zerstörung beraubt, blieb dem Hoch'schen Konservatorium nach 1945 nur die Laienausbildung, ging der Glanz verloren. Doch in den 1980er Jahren konnte es erfolgreich, um Hochschulvorbereitung und Ausbildung von Musikschul- und Privatmusiklehrern erweitert, zum Bindeglied zwischen Musikschule (Jugendmusikschule von 1959) und Hochschule für Musik und Darstellende Kunst werden.

Neuer Bau

Waren zunächst neue Räume an alter Stelle Domizil des Konservatoriums und seit 1989 das Philanthropin in der Hebelstraße, so befindet es sich seit 2004/05 in einem neu errichteten Bau in der Sonnemannstraße im Ostend. 2002 erhielt es den Status einer Musikakademie, also einer Fachschule für musikalische Berufsausbildung, deren Spektrum von der musikalischen Frühförderung bis zum akademischen Abschluss „Bachelor of Music" reicht und auch Abteilungen für Komposition, Neue Musik und Ballett umfasst und öffentliche Veranstaltungen durchführt. Der Name „Konservatorium" blieb, wie es Joseph Hoch bestimmt hatte, nun aber mit dem Zusatz Musikakademie Frankfurt am Main.

Musikalische Talente werden gefördert. Fotos (2): Oeser

Gedenkstein erinnert

Joseph Hoch hatte seine letzte Ruhe in der Gruft Nr. 39 auf dem Frankfurter Hauptfriedhof gefunden. Doch dieser Teil der Gruftenhalle wurde im Zweiten Weltkrieg durch einen Volltreffer zerstört, sodass beim Abräumen des Schutts lediglich einzelne Knochenteile gerettet werden konnten. Sie wurden in einen kleinen Sarg gelegt und später in dieser Gruft, die Joseph Hoch seiner Stiftung vermacht hatte, bestattet. Ein schlichter Gedenkstein erinnert dort an Joseph Hochs Grabstätte und Stiftung.

Hans-Otto Schembs

Caritas hat Katalog für reiselustige Senioren erstellt

Ein breit gefächertes Angebot von Reisen speziell für die ältere Generation präsentiert auch in diesem Jahr wieder die Seniorenerholung des Caritasverbands Frankfurt. Einen guten Überblick bietet der neue Katalog unter dem Motto „Reisen und Gesundheit 2015". Das besondere Plus dieser Angebote: Die Reiseteilnehmer aus Frankfurt und dem Rhein-Main-Gebiet werden direkt zuhause abgeholt mit ihrem Gepäck und auch wieder bis vor die Haustür zurückgebracht. Der mehr als 60 Seiten umfassende Katalog kann telefonisch bestellt werden unter 0 69/29 82-89 01. Es sind zusätzlich ab Mitte Februar auch Online-Buchungen im Internet möglich unter www.caritas-seniorenreisen.de. *red*

ANZEIGE

Aus der Geschichte der Töngesgasse: der Schönborner Hof

Es wäre nicht schwer, ein Buch über dieses Viertel zu schreiben“, meinte Altstadtvater Fried Lübbecke vor bald 100 Jahren über die Töngesgasse, im Besonderen die Gegend rund um die Kreuzung mit der Hasengasse, ehe die Bomben des Zweiten Weltkriegs sie auslöschten. Er hatte die Geschichte, die interessanten Gebäude und deren Bewohner vor Augen. Wer heute durch die Töngesgasse geht, diese „kleine Zeil“ im Schatten der großen, dem fällt es schwer, dieses Urteil nachzuvollziehen. Denn nur verschwindend wenig erinnert noch an die Vergangenheit dieser Straße. Die Besucher des Stoltze-Museums kannten die alten Zeugen, Passanten oder die Gäste des beliebten Kaffeehauses hatten sie nach Abriss des Vorderhauses in den letzten Monaten vor Augen: den Renaissancetreppenturm und die barocke Fassade, die als zum Schönborner Hof gehörend überliefert sind.

In der Töngesgasse entsteht der Töngeshof. Was wohl von der Schönborner Ära bleibt?
Foto: Oeser

Die Töngesgasse, die Ost-West-Verbindung in der nördlichen Altstadt zwischen Fahrgasse und Liebfrauenberg parallel zur Stadtmauer, später der Zeil, trägt ihren Namen vom Antoniterkloster, von Hof und Kirche der Antoniter Roßdorf-Höchst. Das Reinecksche Haus, der Trierische Hof, der Aschaffenburger Hof, der Engelthaler Hof, das Bolongarosche Haus, die Geburtshäuser von Johann Christian Senckenberg und Heinrich Nestle, das Wohnhaus des Vincenz Fettmilch, das nach seiner Hinrichtung 1616 abgerissen und zu einem kleinen Platz mit Gedenksäule, später einem Brunnen, wurde, dies alles befand sich in dieser Gegend. Und auch das Frankfurter Stadthaus der Schönborns.

Die Schönborn-Ära

Aus Schönborn bei Diez stammend und in Diensten der Nassauer stehend, erlangte die Familie nach dem Dreißigjährigen Krieg eine große Bedeutung. Sie stellten zwei Mainzer Kurfürsten, einen Kurfürsten von Trier, Bischöfe von Würzburg, Bamberg, Worms, Speyer und Konstanz. Die Residenz in Würzburg, Schloss Wiesentheid, Schloss Weißenstein in Pommersfelden, Schloss Heusenstamm gehen auf sie zurück. Ihre große politische und kulturelle Ausstrahlung führte dazu, dass das Jahrhundert von zirka 1650 bis 1750 als Schönborn-Ära bezeichnet wurde. 1705 bis 1732 waren sie im Frankfurter Verfassungsstreit als kaiserliche Kommissare tätig. Seit 1661 ist das vormalige, 1405 erstmals erwähnte Haus zum Lindwurm in der Töngesgasse nachweisbar im Besitz der Familie Schönborn. Damals erhielt sie in Frankfurt Zoll- und Rentenfreiheit.

Im Schönborner Hof in Frankfurt starb 1705 der kaiserliche Kämmerer Graf Johann Erwein von Schönborn. Sein Sohn Lothar Franz, 1695 bis 1729 Erzbischof von Mainz, hielt sich öfters dort auf. Er pflegte einen guten Kontakt zu den Nachbarn, wovon zwei Anekdoten zeugen. Jedes Mal, wenn er nach Frankfurt kam, so überliefert uns der Topograf Johann Georg Battonn, „ließ er der Nachbarschaft seine Ankunft ansagen, und wenn die Nachbarn ihm ihre Besuche abstatteten, unterhielt er sich stundenlang mit ihnen. Auch öfters, wenn er von Aschaffenburg zurückkehrte, schickte er einem jeden Nachbar ein Wildprett ins Haus, daher sich manche bemühten, in die Nachbarschaft dieses menschenfreundlichen Fürsten zu kommen“. In der anderen Anekdote erfüllte der Kurfürst den Wunsch des Bäckers von gegenüber, ihm Mainz und das kurfürstliche Schloss zu zeigen.

Der „Christenbrand“ von 1719, dem zwischen Töngesgasse und Schnurgasse 425 Gebäude zum Opfer fielen, scheint den Schönborner Hof und seine westlichen Nachbarn weitgehend verschont zu haben. Seit Ende der Schönborn-Ära war der Hof vermietet, und 100 Jahre später, zwischen 1850 und 1868, kam er in bürgerliche Hände. Zum Ende des 19. Jahrhunderts gelangte das eine, 1928 das andere der beiden Häuser, die als Schönborner Hof bezeichnet wurden, in den Besitz der seinerzeit bekannten Wurstfabrik von Friedrich Emmerich.

Die barocke Fassade eines Hinterhauses um 1750 und der oktogonale Renaissancetreppenturm von 1600, auch ein Sandstein-Torbogen und einige Spolien überstanden den Zweiten Weltkrieg. Der Treppenturm gehört zu den wenigen erhaltenen derartigen Türmen in Frankfurt wie die vom Haus Groß-Rüsterberg / Zum Prinzen Carl (Alte Mainzer Gasse), im Römerhöfchen und am Grempschen Haus in Bockenheim.

Den Krieg überstanden

Dem Treppenturm in der Töngesgasse schloss sich einst eine Hauskapelle an. Diese wertvollen erhaltenen Bauteile ließ die Stadtsparkasse (später Frankfurter Sparkasse) im Zuge des Neubaus eines technischen Zentrums 1976 erhalten und der Öffentlichkeit zugänglich machen. Der Turm wurde nebst einem Ausstellungsraum im angrenzenden Neubau zum Museum für unseren Friedrich Stoltze.

Neu: der Töngeshof

Turm und Fassade bleiben erhalten, sie werden integriert in den neu entstehenden „Töngeshof“ mit Wohnungen, Läden, Tiefgarage. Friedrich Stoltzes Museum ist ausgezogen und harrt derzeit auf der Galerie des Kundenzentrums der Frankfurter Sparkasse in der Neuen Mainzer Straße eines neuen Standorts. Stoltze selbst war mit allergrößter Wahrscheinlichkeit nie im Schönborner Hof. Aber zwei Hausnummern weiter, Töngesgasse 40, im vormaligen Haus „Zu den zwei Bären“, wohnte um 1866 Wilhelm Rieger, bei dem Stoltze verkehrte. Und noch zu Lebzeiten Stoltzes gab es dort das Stoltze-Restaurant, das Variété Zum Stoltze und als Durchgang zum Holzgraben die Stoltze-Passage. Inzwischen abgerissen, entstehen auch dort wie auf angrenzenden Grundstücken am Holzgraben Neubauten.

Hans-Otto Schembs

Das Geschäft W. Wächtershäuser existiert noch in der Töngesgasse. Foto: Oeser

>> Zuschüsse zum behindertengerechten Umbau

Damit Menschen mit Behinderungen in ihrem selbst genutzten Wohneigentum und in ihrem sozialen Umfeld bleiben können, stellt das Land Hessen auch im Jahr 2015 Mittel zur Beseitigung baulicher Hindernisse in bestehenden Wohngebäuden zur Verfügung – zum Beispiel für den Umbau von Toiletten und Bädern, die Beseitigung von Stufen und Schwellen, den Einbau von Treppenliften oder Rampen und andere Maßnahmen. Darauf weist Bürgermeister Olaf Cunitz hin. „Gefördert wird mit einem Kostenzuschuss, der bei einer vom Eigentümer oder von dessen Angehörigen genutzten Wohnung maximal 50 Prozent der förderfähigen Umbaukosten betragen kann. Richtlinien und Anmeldungsformulare sind beim Stadtplanungsamt, Bereich Stadterneuerung und Wohnungsbau, erhältlich.“

Für die Anmeldung eines Umbauvorhabens sind unter anderem folgende Unterlagen erforderlich: Beschreibung des Gesamtprojekts und Pläne, Kostenvoranschläge, Aussagen über die Finanzierung und eventuell über weitere Finanzierungshilfen sowie eine Kopie des Behindertenausweises. Anmeldungen können ganzjährig eingereicht werden.

Interessenten aus Frankfurt wenden sich bitte an Ralf Steinkrauss, Stadtplanungsamt, Telefon 0 69/212-3 51 07, oder Claudia Mouhsine, Stadtplanungsamt, Telefon 0 69/212-3 53 46. Nicht im Gemeindegebiet von Frankfurt lebende Personen richten ihre Anmeldung über die jeweiligen Kommunal- beziehungsweise Kreisverwaltungen.

pia

ANZEIGE

BUDGE STIFTUNG

Senioren Wohnanlage und Pflegeheim

Entsprechend des Stiftungsgedankens der Eheleute Henry und Emma Budge betreut die Stiftung in ihrer Einrichtung Menschen jüdischen und christlichen Glaubens.
Sie unterhält ein Pflegeheim mit 160 Pflegeplätzen in Ein- und Zweibettzimmern und 174 Ein- und Zweizimmer-Wohnungen für Betreutes Wohnen sowie einen ambulanten Pflegedienst.

Über die Möglichkeiten jüdischen Lebens informiert Sie gern unser Rabbiner Andrew Steiman. Das Haus verfügt über eine eigene Synagoge, eine koschere Küche und eine Kapelle.

Unsere Kurzzeitpflege steht Ihnen bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.

Wilhelmshöher Str. 279 - 60389 Frankfurt/Main
Telefon 0 69 47 87 1- 0 - Fax 0 69 47 71 64
www.budge-stiftung.de - info@budge-stiftung.de

DER PARITÄTISCHE

Beistand für Verfolgte

Was das Frankfurter Quäker-Büro zur Rettung von NS-Verfolgten beigetragen hat, war bislang so gut wie unbekannt. Die Soziologin Petra Bonavita hat sich auf Spurensuche begeben und die Ergebnisse in einem Buch zusammengefasst.

Welches Unheil Hitlers Machtergreifung nach sich ziehen werde, war den meisten Quäkern in Deutschland von Anfang an klar. Bereits im April 1933 legte das von dieser religiösen Gemeinschaft mit christlichen Wurzeln eigens gegründete „Germany Emergency Commitee“ den rund 230 Mitgliedern nahe, Verfolgten tatkräftig Beistand zu leisten. In den folgenden Jahren hat die international vernetzte „Religiöse Gesellschaft der Freunde“ unzähligen Menschen Aufenthaltsvisa für andere Länder besorgt und sich maßgeblich an den Transporten von rund 10.000 Kindern nach Großbritannien beteiligt.

Über ihre Hilfeleistungen haben die Quäker auch nach dem Ende des NS-Regimes geschwiegen. Einigermaßen dokumentiert wurde bisher nur das Engagement des Berliner Büros. Die Soziologin Petra Bonavita ging nun erstmals dem Wirken der gerade mal 20 Personen zählenden Frankfurter Gruppe nach. Wie sich zeigte, arbeitete die Gruppe eng mit dem britischen Konsulat, mit jüdischen Organisationen sowie den evangelischen und katholischen Hilfsbüros zusammen, um Erwachsenen wie Kindern die Auswanderung zu ermöglichen. Überdies richteten die hiesigen Freunde neben einem Internat in den Niederlanden im Taunusort Falkenstein eine Erholungsstätte für Haftentlassene ein. Unter dem Titel „Quäker als Retter ... im Frankfurt am Main der NS-Zeit“ führt Bonavita neben Rettungsgeschichten auch umfassende Biografien einiger „Freundinnen und Freunde“, wie die Quäker sich selbst nennen, vor Augen, die ihr beispielhaftes Handeln als „nicht erwähnenswerte Selbstverständlichkeit“ betrachteten. Wie Bonavita bei der Buchvorstellung im Historischen Museum eingestand, habe sie noch vor drei Jahren über die Quäker kaum etwas gewusst. Umso mehr beeindruckte sie das von ihnen oft unter großem persönlichen Risiko geleistete Engagement.

Petra Bonavita: „Quäker als Retter ... im Frankfurt am Main der NS-Zeit“; Schmetterling Verlag; 2014; 288 Seiten; 19,80 Euro. *Doris Stickler*

ANZEIGEN

AGAPLESION
MARKUS DIAKONIE

ANGEHÖRIGEN-AKADEMIE

VORTRÄGE *Teilnahme kostenfrei, Anmeldung erforderlich*

Di., 21.04.2015, 17:30 – 19:00 Uhr, Haus Saalburg
Feststellung der Pflegebedürftigkeit – Einstufung durch den MDK

Mi. 13.05.2015, 16:00 – 17:30 Uhr, OMK
„Es war einmal... Märchen und Demenz“ – Präsentation der Zwischenergebnisse des bundesweiten Modellprojekts

Mi., 20.05.2015, 17:30 – 19:00 Uhr, Tagespflege im OMK
Wohnen mit Demenz – mehr Geld – stärkere Leistungen! Was ändert sich für Bewohner unserer Demenzbereiche?

Mi., 10.06.2015, 17:30 – 19:00 Uhr, Tagespflege im OMK
Leistungen der Pflegeversicherungen – Änderungen ab 1.1.2015

Mi., 24.06.2015, 17:30 – 19:00 Uhr, Tagespflege im OMK
Autorenvortrag und Gespräch mit Elvie Nern: „Demenz – das große Vergessen“

NEU AB 6. JUNI: KOMPAKTKURS „SPORT MIT DEMENZ“
15 Trainingseinheiten, 1 x wöchentlich samstags, 10 – 11 Uhr
Start: 6. Juni 2015, Tagespflege im OMK
Kosten *pro Trainingseinheit: 10 € (ohne Angehörige), 7,50 € (mit Angehörigen); bei Buchung des ganzen Kurses ist die erste Stunde kostenfrei. Erstattung durch die Pflegekasse möglich!*
Anmeldung: *mind. 2 Wochen vor der jeweiligen Trainingseinheit*

Veranstaltungsorte:
- OBERIN MARTHA KELLER HAUS (OMK)
  Dielmannstr. 26, 60599 Frankfurt
- HAUS SAALBURG
  Saalburgallee 9, 60385 Frankfurt

Anmeldung: T (069) 46 08 - 572,
akademie@markusdiakonie.de
www.markusdiakonie.de

April - Juni 2015

Für Sie gelesen

Pillen können krank machen

Verschreiben Ärzte zu leichtfertig Medikamente? Muss ich Nebenwirkungen in Kauf nehmen, wenn Tabletten wirksam sein sollen? Soll ich lieber leiden, als gefährliche Arzneien schlucken? Das sind Fragen, die man sich stellt, wenn man dieses Buch gelesen hat. Gerade für Menschen, die viele verschiedene Tabletten nehmen, ist es angezeigt, die umfangreiche Liste nebenwirkungsreicher Medikamente durchzugehen. Auch wenn manches Angst macht, was da an Nebenwirkungen beschrieben wird, sollte man nicht in Panik geraten. Nicht bei jedem tritt all das auch auf, was Cornelia Stolze beschreibt. Doch Vorsicht ist angezeigt, sind Medikamente doch hochwirksame Substanzen, die der Körper nicht ignoriert. In jedem Fall ist der mündige Patient gefragt. Das heißt, er sollte seinem Arzt gut vorbereitet gegenübertreten und sich nicht vor Fragen scheuen. Wer seine Beschwerden genau beschreiben kann und vorhandene Medikationen detailliert auflistet, hilft dem Arzt, Medikamente zielgenau zu verschreiben und vorsichtig zu dosieren. Cornelia Stolze: Krank durch Medikamente. Piper, brosch., 288 Seiten, 17,99 Euro.

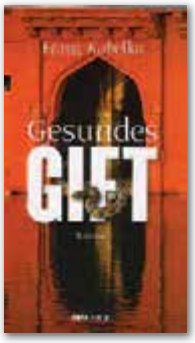
Was bleibt?

Auch wenn durchaus nicht sicher ist, ob der berühmte Satz „Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen“ wirklich von Martin Luther gesagt wurde, so hat er für viele Menschen doch große Bedeutung. Für die Menschen nämlich, die nachhaltige Spuren in diesem Leben hinterlassen wollen – etwa durch Wohltätigkeit noch zu Lebzeiten, aber auch durch eine Stiftung. Die Initiative „Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum“ wirbt für solche Nachhaltigkeit – in diesem Falle mit Prominenten, die danach gefragt wurden, was von ihnen bleiben solle. Es sind spannende Antworten, die zu lesen sich lohnt, zum Beispiel wenn der Filmemacher Wim Wenders einfach nur „in einer freundlichen Erinnerung bleiben“ möchte. Oder Egon Bahr, der seine Vision der Versöhnung und die Hoffnung nicht aufgeben will, dass Geschichte im Guten, im Besseren weitergeht. Das Buch spricht auch durch die wertvolle Aufmachung an, und vor allem durch die Fotos von Bettina Flitner, welche die Personen nicht nur im Porträt, sondern auch in einer Umgebung inszenieren, die ihre Aussagen bildlich unterstreichen. Das Prinzip Apfelbaum. 11 Persönlichkeiten zur Frage „Was bleibt?“, Vergangenheitsverlag, geb., 114 Seiten, 16,90 Euro.

Süchtig nach Essen?

Eigentlich wissen wir es doch alle: Salz, Zucker und Fett sind Nahrungsmittel, die im rechten Maß genossen werden sollten. Doch nicht jeder, der sein Essen wenig salzt, kaum Zucker verwendet und an Butter, Öl oder Margarine spart, weiß, wie viel von diesen Substanzen er wirklich zu sich nimmt. Denn industriell hergestellte Lebensmittel enthalten viele versteckte Fette, Salze und Zucker. Der Autor Michael Moss, Journalist bei der „New York Times“, sieht ein regelrechtes Komplott der Lebensmittelindustrie. Milliarden investiere sie, um Produkte zu Suchtmitteln zu machen. Man muss kein Anhänger von Verschwörungstheorien sein, um zu erkennen, dass Lebensmittelkonzerne ihre Kunden nicht allein satt machen, sondern vor allem als Stammkunden an sich binden wollen – und wie wäre das leichter zu bewerkstelligen als durch Suchterzeugung? Ein dicker Wälzer, anstrengend, aber um der Gesundheit willen lesenswert. Michael Moss: Das Salz Zucker Fett Komplott. Ludwig, brosch., 624 Seiten, 19,99 Euro.

Ayurveda, Wellness in Indien – ist das auch gesund?



Eigentlich ist ihr Ayurveda ziemlich egal. Die Journalistin Frieda hat es mehr mit (zu vielen) Zigaretten und noch mehr Rum – auch wenn sie weiß, dass ihr das nicht guttut. Doch als ein Kollege, der wegen seiner gründlichen Recherchen und unbedingter Hingabe an seinen Journalistenberuf immer ein Vorbild für sie war, in Indien unter merkwürdigen Umständen ums Leben kommt, möchte sie doch wissen, an welcher Geschichte er dran war und was es mit seinen Recherchen zu metallischen Inhaltsstoffen von Ayurveda-Heilmitteln auf sich hat. Dass sie sich damit selbst in große Gefahr begibt, merkt sie erst spät – aber nicht zu spät. Der österreichische Autor Franz Kabelka hat ein spannendes Buch geschrieben, das den Leser zwischen Krimi und kritischer Betrachtung des Wellness-Booms hin- und herzieht, dabei aber immer spannend bleibt, eine Liebesgeschichte inbegriffen. Franz Kabelka: Gesundes Gift, Styria Premium, geb., 333 Seiten, 19,99 Euro.

Nur Gesundes!

Wer sich gesund ernähren will, muss manchmal ganz schön suchen, bis er die passenden Händler findet. Die Fachjournalistin Barbara Görlich listet detailliert auf, was es in welchen Läden, auf welchen Märkten, bei welchen Erzeugern in und um Frankfurt gibt. Ein hilfreicher Ratgeber für alle, die gern gesund kochen.
Barbara Görlich: Gesund einkaufen und Frankfurt Rhein-Main, Emons, brosch., 240 Seiten, 14,90 Euro.

Zukunft des Wohnens

So leben wir im Jahr 2025

Das Wohnen wird sich komplett verändern. Foto: djd, Dimplex

Steigende Mietpreise, Anstehen bei Wohnungsbesichtigungen, Vertreibung von alteingesessenen Mietern und Luxussanierungen: Das sind Probleme, mit denen die Deutschen 2013 beim Thema „Wohnen“ zu kämpfen haben. Wie sieht das in einigen Jahren aus? Darüber hat sich das Kelkheimer Zukunftsinstitut Gedanken gemacht. In der Studie „Zukunft des Wohnens“ wagen die Forscher einen Blick ins Jahr 2025 und darüber hinaus.

Zwei zentrale Entwicklungen liegen den Überlegungen zugrunde. Erstens: Die Bevölkerung schrumpft, bis 2025 um 4,5 Prozent auf knapp 78 Millionen, die Zahl der Haushalte – vor allem der Singlehaushalte – aber steigt. Der Grund: Die Gesellschaft wird flexibler, mobiler, zieht vom Land in die Stadt, von einer Stadt in die nächste, lässt sich öfter scheiden, wagt einen Neuanfang. Gerade in Zeiten von Wohnraummangel kann dieser Trend zum Problem werden. Zweitens: Die Bevölkerung wird laut Statistik immer älter. Das hat Folgen: Altersabhängige Erkrankungen wie Alzheimer oder Demenz führen zu einem dringenden Bedarf an alternativen Wohnkonzepten, sagen die Forscher.

„In Zukunft wird es also um die Entwicklung neuer Lösungen gehen, die sowohl der jungen als auch der älteren Generation eine hohe Lebensqualität in ein und derselben Stadt gewährleisten“, erklärt Christiane Varga, Soziologin und Mitautorin der Studie. Klar ist: Wohnen wird sich verändern. Anzeichen, in welche Richtung es geht, deuten sich schon jetzt an. Zwei Trends kristallisieren sich heraus: Den einen bezeichnen die Forscher als „Collaborative Living“, also als „gemeinschaftliches Leben“. Den anderen nennen sie „Conceptual Living“: Wohnräume werden flexibel und passen sich der aktuellen Lebenssituation an.

Meine Küche, mein Wohnzimmer, mein Bad – diese starre Abgrenzung soll in Zukunft wegfallen. „Wir wohnen nicht mehr in Räumen, sondern in Zonen, die sich individuell gestalten lassen“, sagen die Forscher. Flexibilität steht an erster Stelle: Möbel ersetzen die Mauern, Wände lassen sich versetzen. So lässt sich die Wohnung an die verschiedenen Lebensphasen anpassen: Muss man viel von zu Hause aus arbeiten, entsteht ein kleines Büro, das Wohnzimmer wächst oder schrumpft je nach Bedarf. „Wenn die Kinder ausziehen oder der Lebensgefährte stirbt, lässt sich der Wohnraum so verkleinern, dass ein Teil davon abgetrennt und neu vermietet werden kann“, erklärt Christiane Varga die Idee, dem steigenden Bedarf an Singlehaushalten in Zeiten von knappem Wohnraum gerecht zu werden.

Auch die Ausstattung der Wohnungen beschränkt sich daher in Zukunft auf das Nötigste. Alles andere wird ausgelagert. Die Waschmaschine steht nicht mehr im Bad, sondern im Waschsalon, die Küche wird bei Bedarf angemietet und abends sitzt man nicht mehr im Wohnzimmer, sondern in der Kneipe, die schon jetzt teilweise wie ein Wohnzimmer eingerichtet ist – mit Sofa und Bücherregal. Vieles wird nicht mehr zu Hause, sondern in Parks oder auf Plätzen stattfinden, sagen die Forscher voraus. Auch Gemeinschaftsräume gewinnen immer mehr an Bedeutung, ergänzen flexibel die eigene, karge Wohnung.

„Der Privatraum wird sich öffnen, Jung und Alt werden nicht mehr separiert, sondern in einer Gemeinschaft leben“, erklärt Christiane Varga den Gedanken des „Collaborative Living“, des Lebens in Kooperation. So wird in Zukunft das Leben im Quartier, in dem jeder den anderen kennt, eine immer wichtigere Rolle spielen und die Zahl der Mehrgenerationenhäuser steigen, in denen der eine dem anderen hilft. Und: „Die bisher vereinzelt auftretenden Demenz-WGs werden zu einer sinnvollen Alternative zu Pflegeheimen – sowohl für die Angehörigen als auch für die Patienten selbst“, sind sich die Forscher sicher.

Neben diesen zwei beherrschenden Trends zeigen sich aber noch weitere: Die Gesundheit wird künftig einen hohen Stellenwert einnehmen – auch beim Wohnen. Möglichkeiten gibt es viele: Eine Vitamin-C-Dusche oder Wandfarbe, die mithilfe von Fotokatalyse Schadstoffe, Gerüche und Keime aus der Luft filtert. In zehn Jahren werden die Bürger auch nicht mehr nur öffentliche Flächen im Sinne von Urban

Gardening begrünen, sondern ihr eigenes Gemüse auf dem Balkon züchten, sagen die Forscher. Dann wird auch die Technologie so weit sein, dass sich alles per „Cloud Computing“ virtuell speichern und steuern lässt – von daheim und unterwegs. „Denkbar sind etwa Medikamentenboxen, die aufleuchten oder piepen, wenn es Zeit wird, die nächste Tablette zu nehmen oder Sensoren in der Wohnung, die Alarm schlagen, wenn jemand hingefallen ist“, sagt Christiane Varga.

Aber letztlich sind diese Entwicklungen nur Trends, die das Zukunftsinstitut auf Grundlage heutiger Tendenzen erstellt hat. Wie sich das Wohnen in der Zukunft tatsächlich gestaltet, muss sich erst noch zeigen.

Judith Gratza

Die komplette Studie gibt es im Internet unter www.zukunftsinstitut.de

Mit dem Lift direkt in die eigene Wohnung. Foto: Oeser

ANZEIGE

Barrierefrei und bezahlbar wohnen im Europaviertel – Neue Wohnanlage mit öffentlich-geförderten Seniorenwohnungen

Im Quartier Helenenhöfe am Maastrichter Ring/Pariser Straße entstehen energiesparende Passivhäuser mit 111 geförderten Wohnungen für Seniorinnen und Senioren.

Das Wohnraumangebot in den acht Passivhäusern umfasst barrierefreie 2-Zimmer-Mietwohnungen von ca. 48 bis 66 Quadratmetern für Ein- und Zwei-Personenhaushalte. Alle Wohnungen, die voraussichtlich Ende 2015, Anfang 2016 bezogen werden können, haben einen Balkon, eine bodengleiche Dusche, Telefon, TV und Internet über die Antennensteckdose, einen PVC-Boden in Laminatoptik und einen eigenen Kellerraum. Hauseingänge, Wohnungen, Balkone, Gemeinschaftsraum, Keller, Tiefgarage und Aufzüge sind auch mit Gehhilfe problemlos zugänglich. Zum Leistungsangebot zählen außerdem ein Hauswartservice, die regelmäßige Reinigung des Treppenhauses und ein technischer Notruf.

Mittelpunkt und Herzstück der neuen Wohnanlage wird ein großzügiger Gemeinschaftsraum sein, der als Nachbarschaftstreff zum Austausch und geselligen Beisammensein einlädt. Unterstützt von der gemeinnützigen Dienstleistungsgesellschaft Parea werden hier künftig auch vielfältige Freizeitaktivitäten für Senioren angeboten.

Wer sich für eine der barrierefreien Seniorenwohnungen interessiert, kann sich unter Tel. 0 69/59 79 31 99 direkt an den Eigentümer Sahle Wohnen wenden. Hier erhalten Interessenten auch Auskunft zur Wohnberechtigung. Vielen Senioren ist nicht bewusst, dass sie trotz höherer Einkünfte wohnberechtigt sind. So darf ein 1-Personenhaushalt über ein monatliches Nettoeinkommen von bis zu 1.690 Euro verfügen, ein 2-Personenhaushalt über ein monatliches Nettoeinkommen von bis zu 2.565 Euro.

Da es sich um öffentlich geförderte Mietwohnungen handelt, benötigen Interessenten eine Registriernummer vom Wohnungsamt der Stadt Frankfurt. Die Vermietung erfolgt stets provisionsfrei!

Günstige Mietwohnungen für Senioren

Bei uns im Frankfurter **Europaviertel** finden Sie öffentlich geförderte, energiesparende 2-Zimmer-Neubauwohnungen zu fairen Mietpreisen:

Für 1 Pers.: 2-Zi.-Whg. mit Loggia und Aufzug, ca. 49 m², 267,74 € zzgl. HK/BK, B, 34 kWh/(m²a), FW, Bj. 2015.

Für 2 Pers.: 2-Zi.-Whg. mit Loggia und Aufzug, ca. 63 m², 344,74 € zzgl. HK/BK, B, 34 kWh/(m²a), FW, Bj. 2015.

Bezug vorauss. ab Ende 2015, Anfang 2016. Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gerne!

SAHLE WOHNEN ZUFRIEDEN WOHNEN

Sahle Wohnen-Kundencenter Frankfurt
Marion Volz, Sebastian Hartwich
Valentin-Senger-Straße 136b, 60389 Frankfurt,
Tel: 069/59793199, frankfurt@sahle.de, **www.sahle.de**

Seniorenrestaurants

Preis 5,00 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 Atzelberg oder Bus Nr. 43 Richtung
Bergen oder Bornheim Mitte, Haltestelle Hufeland-Haus,
Öffnungszeit: Mo–Fr 8.00 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 Nr. 55, Haltestelle Eltviller Straße,
Öffnungszeit: Mo–So 12.00 bis 13.30 Uhr

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

Essen auf Rädern

Preis 5,00 Euro zuzüglich
Anlieferungspauschale von 1,30 Euro

Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Mittelhessen, Rhönstraße 12, 63071 Offenbach
Telefon 0 60 39/80 02 911, Fax 0 60 39/80 02 915

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

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 2,80 Euro festgelegt.

ANZEIGE

Was – wann – wo?

THEATER

Der Dramatiker Carl Sternheim griff in seinen Werken besonders die Moralvorstellungen des Bürgertums der Wilhelminischen Zeit an. So auch in der zu einer Trilogie zusammengefassten Stückefolge Hose/Snob/1913, die er in seinen visionär-sarkastischen Zyklus „Aus dem bürgerlichen Heldenleben“ einordnete. Als „tollwütige Komödien“ werden sie jetzt in knapp vier Stunden im **Willy-Praml-Theater** gezeigt. Am Anfang rutscht Luise, der jungen Frau eines kleinen Beamten, in aller Öffentlichkeit die Unterhose herunter, am Ende fallen 17 Millionen im Ersten Weltkrieg.
Aufführungen jeweils um 19 Uhr: Vom 17. bis 19.April, vom 8. bis 10. Mai, vom 15. bis 17. Mai und am 20., am 26., sowie 27. Juni. Theater Willy-Praml, Wittelsbacher Allee 29, Kartentelefon: 0 69/43 05 47 33.

LITERATUR

„Grüße und Küsse an alle – Die Geschichte der Familie von Anne Frank“ steht im Mittelpunkt von **„Frankfurt liest ein Buch“** 2015. Das Buch erzählt die Geschichte der Familie Anne Franks über drei Jahrhunderte: Bis 1933 war ihre Familie fest in Frankfurt verwurzelt. Erst vor Kurzem wurde entdeckt, dass auf einem Dachboden in Basel zahllose Briefe, Dokumente und Fotos der Familie überlebt haben. Daraus hat die Schriftstellerin Mirjam Pressler die Familiengeschichte erschlossen und erzählt sie fast wie einen Roman.
Das vollständige Programm von „Frankfurt liest ein Buch“ liegt im April im Buchhandel und an vielen öffentlichen Orten in der Stadt aus. Vom 13. bis 26. April finden zahlreiche Veranstaltungen statt.

MUSIK

Lang-Lang Foto: Harald Hoffmann/Sony Classical

Größe Künstler treten im Mai in der **Alten Oper** auf: Der unkonventionelle chinesische Pianist Lang Lang spielt mit dem Symphonieorchester des Bayerischen Rundfunks Tschaikowskys Klavierkonzert Nr.1 b-Moll und Schostakowitschs Sinfonie Nr.4 c-Moll am Samstag, dem 2. Mai um 20 Uhr.

Die 32-jährige Geigerin Julia Fischer, einst die jüngste Professorin an der Hochschule für Musik in Frankfurt (jetzt an der Musikhochschule München), führt mit den St. Petersburger Philharmonikern das Violinkonzert D-Dur von Johannes Brahms und die „tragische“ Sinfonie Nr. 4. f-Moll von Tschaikowsky auf. Am Montag, 11. Mai, um 20 Uhr.

Wer Songs wie „Mein kleiner grüner Kaktus“ aus den 20er Jahren mag, kommt bei Max Raabe und seinem Palastorchester voll auf seine Kosten. Am Mittwoch und Donnerstag, dem 6. und 7. Mai sind sie um 20 Uhr mit neuem Programm in der Alten Oper zu hören. Kartentelefon: 0 69/13 40-4 00.

AUSSTELLUNG

Clutches, das sind diese Täschchen, die man sich beim Ausgehen unter den Arm klemmen kann; Handtaschen in den unterschiedlichsten Formen und Farben bis hin zu einer Fahrradtasche, in der ein Radler seinen Anzug für das kommende Meeting ohne Falten transportieren kann: Für die **Ausstellung Taschen**! hat das Ledermuseum Offenbach 16 Designer aus Deutschland, Italien, Frankreich und Holland eingeladen, Taschen zu entwerfen. Tolle Ideen haben diese kleinen Lederverarbeiter, in deren Werkstätten von der Entwicklung des Designs bis zum Nähen des Leders fast alles in einer Hand liegt. Museumskuratorin Rosita Nenno hat vor allem Wert auf „klares Design, Funktionalität, beste Materialien und Verarbeitung“ gelegt.
Deutsches Ledermuseum, Frankfurter Straße 86, Offenbach, noch bis 26.April.

© DLM Deutsches Ledermuseum

KABARETT

„Was ihr wollt – durchtriebenes Kammermusical nach William Shakespeare“: So haben die Kabarettisten Sabine Fischmann und Till Krabbe ihre Version der berühmten Komödie über die Irrungen und Wirrungen der Liebe genannt. Sie spielen und singen alle Rollen, für die Markus Neumeyer fantasievolle Songs und Intermezzi komponiert hat. Seine Musik wird kontrastiert durch die Lieder der Shakespeare-Zeit, gesungen vom Vierten in diesem Bunde: dem Bariton Berthold Possemeyer. Ein Cross-Over-Kammer-Musical voller Tempo, Witz und Poesie!
Holzhausenschlösschen, 13.–17. Juli, jeweils um 19.30 Uhr. Kartentelefon: 0 69/4 07 66 25 80.

Stephanie von Selchow

FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Vor dem Besuch eines Programmpunktes wird eine telefonische Terminbestätigung empfohlen.

Interkulturelles Begegnungs- und Servicezentrum Fechenheim

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

„Es gibt net nur die Eintracht“
Hessisches Gekicke und Gekicher von und mit Rainer Weisbecker – Mundartdichter
Mittwoch, 24. Juni, 15 Uhr, Kosten: 3 €

Thema Sturzprävention
Vortrag und Bewegungsübungen für den Alltag mit Brigitte Schmid
Mittwoch, 22. April, 15 bis 16.30 Uhr, Kosten: 2,50 €

Begegnungszentrum Mittlerer Hasenpfad

Mittlerer Hasenpfad 40, 60598 Frankfurt
Telefon 0 152 / 22 66 22 99

Lesung: „Du warst ganz prima“
Geschichten von Dorothy Parker, Ingrid Noll und Gabriele Wohmann
Dienstag, 9. Juni, 16 bis 17 Uhr, Kosten: 3 €

Begegnungs- und Servicezentrum Senioren-Initiative Höchst

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

Lichtbildvortrag „Blumen des Jahres“
mit Kurt Baumann
Mittwoch, 20. Mai, 14.30 Uhr, Kosten: Verzehrkosten und kleine Spende erwünscht

Erdbeerfest im Garten der SIH
Mittwoch, 17. Juni, 14.30 Uhr,
Kosten: 5 € für Speisen und Getränke,
wer einen Beitrag zum Büfett beisteuert,
zahlt 2,50 €

Flohmarkt „Am Bunker“
Samstag, 9. Mai, 9 bis 13 Uhr, Treffpunkt:
Ettinghausenplatz (neben dem Wochenmarkt)

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen Maintreff

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

Humorvolle Schlagfertigkeit
Besser reagieren und souverän bleiben im Alltag
Montag, 20. April, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 10 €

Gewalt gegen ältere Menschen – Prävention und Selbstschutz
Informationsveranstaltung mit vielen Beispielen und Tipps
Donnerstag, 25. Juni, 11.30 bis 12.15 Uhr, kostenfrei

Begegnungs- und Servicezentrum Sachsenhausen-West / Riedhof

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

Titanic: Der Mythos lebt weiter – Busfahrt nach Speyer
Funde von Tiefseebergungen und bewegende Schicksale einzelner Passagiere zeigt die große „Titanic“-Ausstellung in Speyer.
Dienstag, 9. Juni, 10 bis 18 Uhr,
Kosten: 30 € Busfahrt und Eintritt ins Museum

Tanz in den Mai
Thorsten Schmitz begleitet uns
mit Live-Musik bis in die frühen Morgenstunden
Donnerstag, 30. April, 19 Uhr,
Kosten: 8 € inkl. einem Getränk

Offener Spielenachmittag
Spielen Sie gerne?
Dann kommen Sie zu uns und bringen
Ihre Freunde mit.
Montag, 20. April, 14 bis 16.45 Uhr,
Kosten: Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Rödelheim / Auguste-Oberwinter-Haus

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

Die Bibliothek der Alten im Historischen Museum
Auf unterschiedlichste Art und Weise erhalten Sie Einblick in ein „Oral-History-Projekt“.
Donnerstag, 23. April, 13.15 bis 16 Uhr, Kosten: 5 € inkl. Eintritt und Führung, Treffpunkte: 14 Uhr Bahnhof Rödelheim Gleis 2 oder am Historischen Museum um 15 Uhr, Fahrtor 2

Der Frankfurter Garten am Danziger Platz
Bürger säen, jäten und ernten im Frankfurter Stadt-Garten
Donnerstag, 11. Juni, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 3 € zzgl. Fahrtkostenanteil, Treffpunkte: 14 Uhr Bahnhof Rödelheim Gleis 2 am Fahrkartenautomat oder 15 Uhr am Frankfurter Garten, Danziger Platz

Begegnungs- und Servicezentrum Nordweststadt

Gerhart-Hauptmann-Ring 298, 60439 Frankfurt
Telefon 0 69/29 98 07 55 22

Besuch der Klosteranlage Haina
Mittwoch, 6. Mai, 9.45 Uhr, Kosten: 22 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten,
Treffpunkte: 9.45 Uhr Am Ebelfeld (Endstation U6),
10 Uhr Bushaltestelle GHR / Praunheimer Weg

Besuch des Kräutergartens nach Hildegard von Bingen auf dem Rochusberg
Mittwoch, 13. Mai, 9.15 Uhr, Kosten: 23 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten,
Treffpunkte: 9.15 Uhr Am Ebelfeld (Endstation U6),
9.30 Uhr Bushaltestelle GHR / Praunheimer Weg,
9.45 Uhr Kiosk Praunheimer Brücke

Kristallhöhle in Kubach bei Weilburg
Dienstag, 9. Juni, 10.45 Uhr, Kosten: 20 € Fahrpreis und Führung (Vorauskasse) zzgl. Verzehrkosten,
Treffpunkte: 10.45 Uhr Am Ebelfeld (Endstation U6),
11 Uhr Bushaltestelle GHR / Praunheimer Weg

Begegnungs- und Servicezentrum Niedereschbach

Ben-Gurion-Ring 20, 60437 Frankfurt
Telefon 0 69/36 60 38 27

Sommerfest am Bügel
im Begegnungszentrum mit musikalischer Begleitung von Musiker Sam
Samstag, 13. Juni, 12 bis 17 Uhr,
Kosten: Verzehrkosten (Kuchenspenden erwünscht)

Filmlegende Ingrid Bergmann
Biografische Lesung mit Heidrun Freudenberger vom Projekt „Lesefreuden“
des Bürgerinstitut e.V.
Dienstag, 12. Mai, 15 bis 17 Uhr, Kosten: 3 €
(Clubmitglieder kostenlos)

Frankfurter Mundart gefällig?
Herbert Sprenger trägt Literarisches vor
Dienstag, 16. Juni, 15 bis 17 Uhr, Kosten: 3 €
(Clubmitglieder kostenlos)

Begegnungs- und Servicezentrum Hofgut Goldstein

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

Marlene Dietrich – Her own Song
Dokumentation
Montag, 8. Juni, 15.30 bis 17 Uhr, Kosten: 2,50 €

NEU: Tanzcafé im Hofgut
Live-Musik von und mit Herrn Ratz
Donnerstag, 21. Mai, 14 bis 17 Uhr, Kosten: 3,50 €

Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

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

Land der langen weißen Wolken
Neuseeland-Präsentation mit Klaus Krämer
Montag, 20. April, 16 Uhr,
Kosten: Verzehrkosten
für Kaffee und Kuchen ab 15 Uhr

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

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

Heddernheimer Kultursalon
Offene Bühne für Musik, Literatur und Tanz und vieles mehr im Stadtteil
Freitag, 26. Juni, 18 Uhr, Spende erwünscht

Musik liegt in der Luft – Tanzen im Sitzen
mit Roselinde Nehb
(Tanzleiterin Bundesverband Seniorentanz)
freitags 10.30 bis 11.30 Uhr,
Kosten: 3,50 € pro Termin

ANZEIGE

von Seite 67

Begegnungs- und Servicezentrum Gallus

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

Busfahrt zum Glasmuseum Wertheim
Ausgewählte Kostbarkeiten rund um das Glas – geführte Besichtigung und Glasbläservorführung
Donnerstag, 30. April, 10 Uhr,
Kosten: 20 € + Verzehrkosten,
Treffpunkte: 10 Uhr Frankenallee 206–210 und 10.30 Uhr Sophienstraße/Ecke Juliusstraße

„Schrittwechsel“
Meine Veränderung durch den Jakobsweg,
Lesung mit Antje Goy
Dienstag, 12. Mai, 16 bis 17 Uhr,
Kosten: Verzehrkosten

Spargelessen
Gemeinsam schmeckt's am besten!
Mittwoch, 20. Mai, 12 Uhr,
Kosten: Verzehrkosten

Begegnungs- und Servicezentrum Eckenheim – Haus der Begegnung

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

Islam – eine Weltreligion wird vorgestellt
von Marina Medina, Kunsthistorikerin
Mittwoch, 20. Mai, 15.30 bis 17 Uhr, kostenlos

Hallo Peter
Musikalischer Peter-Alexander-Nachmittag mit Klaus Baumgarten und Anneliese Hörl (Klavier)
Donnerstag, 7. Mai, 15 Uhr,
Kosten: 5 € für Musik & Wiener Kaffeetafel

Begegnungs- und Servicezentrum Bornheim Ostend

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

Gemeinsam kochen und essen
Grüne Soße mit frischen Kräutern,
Kartoffeln und Ei
Montag, 27. April, 10 bis 14 Uhr, Kosten: 6 €

Begegnungs- und Servicezentrum Bockenheim – Bockenheimer Treff

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

Das erste Mal!
Die Seniorengruppe „Erlebt und erzählt“ der U3L liest selbst verfasste biografische Texte
Dienstag, 21. April, 16.30 Uhr
Die Texte können als Buch erworben werden!

10 Jahre Flirtkurse
Pro Familia und der Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe bieten anlässlich des Jubiläums eine Veranstaltungsreihe zum Thema Flirten an.

SENIOREN ZEITSCHRIFT IM ABO

Die SZ kommt dann bequem zu Ihnen nach Hause.

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 Bearbeitungskosten im Jahr)

☐ 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 07 41 oder per Post an: Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

Entdeckungsreise im Palmengarten
durch die Welt der Pflanzen und der Liebe mit anschließender Überraschung. Dienstag, 5. Mai, 14 bis 18 Uhr, Start im Bockenheimer Treff, bitte anmelden.

Sich schön fühlen
Flirtkurs Teil 1 mit Claudia Hohmann, Werner Szeimis
Dienstag, 12. Mai, 16 bis 18 Uhr

Körpersprache verstehen
Bei mir und anderen. Flirtkurs Teil 2
mit Claudia Hohmann und Werner Szeimis
Dienstag, 19. Mai, 16 bis 18 Uhr

Interessiert zuhören – Interessant erzählen
Flirtkurs Teil 3 mit Claudia Hohmann und Werner Szeimis, Dienstag, 26. Mai, 16 bis 18 Uhr

Konzert der Blind Foundation
Musik von Abba bis Zappa, von Pop bis Jazz
zum Tanzen und Zuhören. Hier können die neuen Erkenntnisse gleich ausprobiert werden.
Freitag, 29. Mai, 16 bis 20 Uhr, Eintritt 5 €

Sauerstoffgestützte Therapien
Vortragsreihe Gesund leben Gesund bleiben 2015
Freitag, 22. Mai, 16 Uhr, kostenlos

Begegnungszentrum Hausen
Hausener Obergasse 15a, 60488 Frankfurt
Telefon 0 69/7 89 27 38

„Frisch gemixt" – Die Höchster Silberdisteln
Ein Cocktail aus Liedern, Sketchen und Gedichten
Dienstag, 7. Juli, 14.30 Uhr, Kosten: 5 € + Verzehrkosten

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

Android-Smartphone
Erklärung der Grundfunktionen
Dienstag, 19. Mai, 9.30 Uhr, Kosten: 10 €

Fachbereich Freiwilliges Engagement und Seniorenreisen
Hühnerweg 22, 60438 Frankfurt
Telefon 0 69/29 98 07-91 28

Rund um Friedberg
mit Wanderführerin Edeltraud Spachmann
Donnerstag, 23. April, 9.30 Uhr, Kosten: 3,50 €,
Treffpunkt: Bahnhof Friedberg

Bärlauchwanderung
im Bad Vilbeler Wald mit Wanderführerin Edeltraud Spachmann, Donnerstag, 7. Mai, 10 Uhr, Kosten: 3,50 €,
Treffpunkt: S-Bahn-Station Bad Vilbel Süd

ANZEIGEN

HausNotruf – *Knopfdruck genügt!*
www.DRK.de

Wir beraten Sie gerne!
☎ (0 69) 71 91 91 22
Deutsches Rotes Kreuz
Ein Partner von Bosch
HausNotruf • Seilerstraße 23 • 60313 Frankfurt

von Seite 69

Wandern im Frankfurter Grüngürtel
Der Quellwanderweg mit Wanderführerin Edeltraud Spachmann
Donnerstag, 18. Juni, 10 Uhr, Kosten: 3,50 €,
Treffpunkt: Seckbach, Haltestelle „Alteborn“

Kleine Wanderung
Bad Homburg – Hardtwaldt – Friedrichsdorf mit Paul Kemmerer
Donnerstag, 25. Juni, 10.15 Uhr, Kosten: 3,50 € zzgl. Fahrkarte, Treffpunkt: Hauptwache B-Ebene vor Eingang Galeria-Kaufhof

Die Bartholomäuskirche
Der Frankfurter Dom mit Gisela Schäfer
Montag, 4. Mai, 14 Uhr, Kosten: 3,50 €,
Treffpunkt: Dom/Vorhalle

Begegnungszentrum Praunheim

Heinrich-Lübke-Straße 32, 60488 Frankfurt
Telefon 0 69 / 76 20 98

Patchworken mit Helga Vogel
Mittwoch, 6. Mai, 14.30 bis 16.30 Uhr,
Kosten: 25 € für 5 x

Begegnungszentrum Preungesheim

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

Gesprächskreis
Monatliches Treffen der Selbsthilfegruppe für Ange-hörige von Menschen mit Demenz,
Dienstag, 21. April, 19. Mai, 16. Juni jeweils von 19 bis 21 Uhr, Kosten: keine,
Kontakt: info@selbsthilfegruppe-demenz-frankfurt.de
Telefon 01 75/9 54 08 87

Begegnungszentrum Riederwald

Am Erlenbruch 26, 60386 Frankfurt
Telefon 0 69 / 42 24 44

Modenschau im Riederwald
Ein Ausblick auf die neue Frühjahrskollektion
Mittwoch, 29. April, 14 bis 17 Uhr, Kosten: Verzehrkosten

Wie gesund ist Essig?
Alles über Essig und vielleicht noch mehr
Donnerstag, 11. Juni, 14.30 bis 16.30 Uhr,
Kosten: 2,50 € (Clubmitglieder kostenlos)

Begegnungszentrum Wiesenstraße

Wiesenstraße 20, 60385 Frankfurt
Telefon 0 69/44 95 82

Sommerfest in der Wiesenstraße
Mit Essen und Trinken und Live Musik von Sam
Donnerstag, 25. Juni, 15 bis 18 Uhr

Die Kreativwerkstatt

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt
Telefon 0 69/5 97 16 84

Salongespräche-Philosophie
von Frauen für Frauen. „Die Welt als Wille und Vorstellung“, Beginn: Montag, 20. April, 17 bis 19 Uhr,
Kosten: 55 € für 20 Stunden

Internationales Strickcafé
für Alt bis Jung – Sie und Ihn, Samstag, 9. Mai,
15 bis 17.30 Uhr, Kosten: 48 € für 15 Stunden

Chor – „Lust auf Singen“
Singen ist das Fundament der Musik
Donnerstag, 23. April, 18 bis 19.30 Uhr, Kosten: 70 € für 15 Stunden, 60 € für Werkstattmitglieder

BÜRGERINSTITUT
SOZIALES ENGAGEMENT IN FRANKFURT

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

12. Frankfurter Freiwilligentag am 9. Mai
Wer Lust und Zeit hat, sich an einem Samstag in einem Mitmach-Projekt zu engagieren, nette Leute kennenzulernen und abends zu feiern, kann das wieder bei 25 Aktionen tun. Informationen unter www.freiwilligentag-ffm.de

Frankfurt liest ein Buch
Mirjam Pressler: Grüße und Küsse an alle – Die Geschichte der Familie von Anne Frank
Die begeisterten Vorleser „Lesefreuden“ bringen die Familie Frank an fünf Nachmittagen wieder zum Reden. Termine für die Lesungen bitte erfragen (siehe auch Was-wann-wo auf Seite 65).

Standorte Hilda-Mobil

unserer mobilen Demenz-Beratungsstelle:

Bergen-Enkheim,
Hessen-Center, Eingang Erdgeschoss,
28. April., 26. Mai., 30. Juni,
jeweils 9.30 bis 14 Uhr
Nord-WestZentrum,
Wochenmarkt, Walter-Möller-Platz,
29. April, 27. Mai, 24. Juni,
jeweils 9 bis 13 Uhr
Schwanheim,
vor dem Gesundheitszentrum, Alt-Schwanheim 6,
6. Mai, 3. Juni, jeweils von 14.30 bis 18 Uhr

Sachsenhausen,
Wochenmarkt am Südbahnhof,
5. Mai, 2. Juni, jeweils von 9 bis 13 Uhr
Ansprechpersonen im Arbeitsbereich Hilda,
Hilfe für Menschen mit Demenz und ihre
Angehörigen: Angelika Welscher,
Telefon 0 69 / 97 20 17-41 und
Martina Albrecht, Telefon 0 69 / 97 20 17-37

Spaziergang durch das einstige jüdische Viertel
mit Hartmut Schmidt von der Initiative
Stolpersteine Frankfurt am Main
Der Spaziergang beginnt an der Gedenkstätte Neuer Börneplatz und endet an der Erinnerungsstätte der Synagoge in der Friedberger Anlage.
Dauer: rund 90 Minuten; Donnerstag, 7. Mai, 16 Uhr,
Gästebeitrag 3 € – Bitte schriftlich anmelden
Treffpunkt: Bürgerinstitut, Oberlindau 20, 15.30 Uhr,

Cafeteria für Jung und Alt mit selbst gebackenen Kuchen
Mittwoch, 20. Mai, 14 Uhr

15 Uhr: Der offene Dialog – Renate Seiffermann im Gespräch mit Dr. Hannelore Kraus
Dr. Hannelore Kraus ist Inhaberin des
Kaffeehauses „Nussknacker“ und der Pension
Aller im Gutleutviertel.
Gästebeitrag 3 € – Bitte schriftlich anmelden

Plötzlicher Herztod
Vortrag von Prof. Dr. Ehrlich,
Verein Hand-aufs-Herz.
Am Herzstillstand sterben rund eine Million
Menschen pro Jahr weltweit.
Einfache Maßnahmen können helfen,
dass Betroffene weiterleben. Mit praktischen
Übungen an Reanimationspuppen.
Ein Defibrillator kommt zum Einsatz.
Mittwoch, 27. Mai, 18 Uhr, Gästebeitrag 3 € –
Bitte schriftlich anmelden

Führung im Steigenberger Hof
Das Haus ist ein anziehender Ort für Besucher
aus aller Herren Länder, 303 glamouröse Zimmer,
luxuriöses Interieur und Grand Hotel Service
erfüllen auch noch so anspruchsvolle Wünsche
der Gäste.
Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen.
Samstag, 13. Juni, Treffpunkt: Lobby Frankfurter
Hof, 13.45 Uhr, bitte schriftlich anmelden –
Teilnahmegebühr 10 €

Bilder in Acryl, Enkaustik und Tusche
Martin Berner, bis 2012 Geschäftsführer des
Bürgerinstituts, stellt Bilder aus,
die er 2014 gemalt hat.
Samstag, 13. Juni, 16 bis 19 Uhr Vernissage
Der Verkaufserlös der Ausstellung kommt dem
Bürgerinstitut zugute!
Finissage am Samstag, 27. Juni, von 16 bis 19 Uhr.
Darüber hinaus können die Bilder an folgenden
Tagen zusätzlich besichtigt werden:
Mittwoch, 17. Juni 18 bis 20 Uhr,
Samstag, 20. Juni 16 bis 19 Uhr

Zauber der Musik
mit Dirk Schauß, Gesangssolist,
und Axel Weggen am Klavier.
Sonntag, 21. Juni, 16 Uhr
Kaffee, Kuchen und erfrischende Getränke
in der Pause, bitte schriftlich anmelden –
10 € Mitglieder und Ehrenamtliche
des Treffpunkts, 15 € Gäste

Demenzbotschafter
Die Demenzbotschafter sind eine ehrenamtliche
Gruppe ehemaliger und gegenwärtig betroffener
Angehöriger, die eng mit den Fachkräften des
Arbeitsbereiches Hilda kooperieren. Als Angehörige haben sie Erfahrung mit einem Menschen
mit Demenz und bieten telefonische Beratung an
unter Telefon 01 51 / 14 82 91 81

ANZEIGE

Mitstreiterinnen gesucht

9/10-Regelung wird für Ehefrauen von Beamten zur Falle

Ein Schutzmechanismus, den der Gesetzgeber zwischen privatem und gesetzlichem Krankenversicherungsrecht eingebaut hat, ist für einige Frauen zur finanziellen Falle geworden. Es betrifft Frauen, die ihr Berufsleben jung begonnen, Kinder aufgezogen haben und später in sozialversicherungspflichtige Arbeitsverhältnisse zurückkehrten. Als sie den Rentenantrag stellten, kam die Überraschung. Sie wurden nicht als Mitglieder in die kostengünstige Krankenversicherung der Rentner (KVdR) aufgenommen, da die erforderlichen Versichertenzeiten nicht erfüllt seien. Der Grund: Sie sind oder waren mit Beamten verheiratet und über ihre Männer zeitweise privat versichert. Zum Verhängnis wurde den Frauen die sogenannte 9/10-Regelung: Danach werden nur diejenigen Pflichtmitglied in der KVdR, die in der zweiten Hälfte des Erwerbslebens bis zum Erreichen des Rentenalters mindestens 90 Prozent gesetzlich versichert waren oder als Ehepartner der Familienversicherung angehörten. Wer diese Regel nicht erfüllt, kann als freiwilliges Mitglied in die Gesetzliche Krankenversicherung eintreten. Das kann jedoch teuer werden. Die betroffenen Frauen müssen zum Teil von ihrer Rente bis zu zwei Drittel als Krankenversicherungsbeitrag zahlen. Dagegen wehren sie sich. Wer auch von dieser Regelung betroffen ist und etwas dagegen unternehmen will, kann sich in Verbindung setzen mit Gerda Osolin, Telefon 0 69/58 52 75 und E-Mail: gerfried2@web.de. *red*

Karten für Leser zu gewinnen

Drei mal zwei Freikarten für den Film „Best exotic Marigold Hotel 2“ werden unter den Lesern der Senioren Zeitschrift verlost.
Der Inhalt:
Ein zweites Best Exotic Marigold Hotel ist Sonnys (Dev Patel) Traum und nimmt ihn zeitlich sehr in Anspruch, obwohl auch die Heirat mit der Liebe seines Lebens, Sunaina (Tina Desai), bevorsteht. Ein neues Hotel ist allerdings dringend notwendig, denn in seinem Best Exotic Marigold Hotel ist nur noch ein einziges Zimmer frei – was ihn durch die Ankunft der beiden neuen Gäste Guy (Richard Gere) und Lavinia (Tamsin Greig) vor Probleme stellt.

Die Dauergäste Evelyn und Douglas (Judi Dench und Bill Nighy) haben sich in Jaipur wunderbar eingelebt und gehen in ihrer Arbeit auf, aber ihre zarte Verbindung verunsichert beide. Norman und Carol (Ronald Pickup und Diana Hardcastle) durchlaufen die Höhen und Tiefen einer für sie ungewohnten, festen Partnerschaft, während sich Madge (Celia Imrie) zwischen zwei ebenso begehrenswerten wie wohlhabenden Verehrern entscheiden muss. Muriel (Maggie Smith), die neue Ko-Managerin des Hotels, wacht über all diese Geheimnisse – auch ihre eigenen.

Bis es zur traditionellen indischen Hochzeit kommt, durchlaufen alle Gäste des Best Exotic Marigold Hotels eine turbulente Zeit, und plötzlich bieten sich auch noch völlig neue Perspektiven …

John Madden (Shakespeare In Love) hat auch für die Fortsetzung des international erfolgreichen Kulthits die Regie übernommen, die am 27. April bundesweit ins Kino kommt.

Die Leser der Senioren Zeitschrift können drei mal zwei Freikarten gewinnen. Einfach bis zum 27. April eine Postkarte oder E-Mail unter dem Stichwort „Marigold“ an die Redaktion der Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de schicken. Die Gewinner werden dann unter den Einsendern verlost und bekommen die Freikarten zugeschickt. *red*

Viel Glück wünscht die Redaktion.

Freikarten für SZ-Leser

Der deutsch-schwedische Chor Swensk Ton aus Frankfurt sei ein musikalischer Farbtupfer in der Chorlandschaft, so bezeichnete der Deutschlandfunk den im Januar vorgestellten „Chor der Woche“. Der Gesang des Chores habe etwas Helles, etwas Leichtes, heißt es dort. „Das zeichnet Chorgesang in meiner Heimat aus“, sagt der gebürtige Schwede Nils Kjellström. Er hat den Chor vor über 30 Jahren mit acht Landsleuten in Frankfurt gegründet.

Heute zählt der Chor 48 Mitglieder, allesamt mit einer Leidenschaft für Skandinavien. Schwedische Heimatlieder singt der Chor aber nicht. Der Schwerpunkt liegt auf Musik des 20. und 21. Jahrhunderts, darunter auch Kompositionen von Nils Kjellström. Er achtet darauf, dass der Chor mit der Zeit geht, ohne seine schwedischen Wurzeln zu verlieren.

Wer erleben möchte, wie viel Spaß das Singen in diesem Chor macht, kann das Konzert besuchen, am Samstag, 13. Juni, 20 Uhr, Heiliggeistkirche im Dominikanerkloster, Börneplatz, Frankfurt.

Zwei mal zwei Leser der Senioren Zeitschrift haben die Möglichkeit, Eintrittskarten für das Konzert zu gewinnen. Senden Sie dazu bis zum 27. April eine E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de oder eine Postkarte mit dem Stichwort „Chor Swensk Ton“ an die Redaktion der Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt. Die Gewinner werden gezogen. Viel Glück und Spaß beim Konzert wünscht die Redaktion. *red*

Freundin gesucht
Elena Miretski sucht ihre Freundin Paula-Maria Bergmann, geboren am 26. Dezember 1917. Vor etwa zwei Jahren sei sie in ein Seniorenheim gezogen, teilt Frau Miretski mit. Seitdem bestehen keine Verbindungen mehr.
Wer Informationen hat, möge sich melden bei: Elena Miretski, Ginnheimer Landstraße 172, 60431 Frankfurt, oder unter Telefon 0 69/51 77 34. *red*

Ehemalige gesucht

Auf der Abbildung sind Persönlichkeiten der Frankfurter Wohlfahrtspflege zu sehen, die 1931 auf der Emmershäuser Mühle im Taunus aufgenommen wurden. Dort hatte die Arbeiterwohlfahrt ein Bildungs- und Erholungszentrum. Doch nicht alle Namen sind bekannt. Identifiziert wurden: der Mann im Vordergrund, mit Weste und Uhrkette, ist Stadtrat Dr. Hans Maier; neben ihm, in gestreifter Bluse, Stadträtin Meta Quarck-Hammerschlag; daneben im Anzug und weißen Kragen, mit kurzen Haaren und Brille, Dr. Anna Schultz, Rechtsschutzstelle für Frauen.
Wer weitere Personen benennen kann, kann sich diesbezüglich wenden an Hanna Eckhardt, Kettenhofweg 77, 60325 Frankfurt, Telefon 069/173424. *red*

40 Jahre Senioren Zeitschrift

Gewinner aus SZ 1/2015
In der Senioren Zeitschrift 1/2015 konnten je fünf Anleitungen (ISBN 978-3-9816561-3-8) für den Umgang mit Smart-Tablets und -Phones verlost werden.

Eine Anleitung für ein **Android Tablet** haben folgende Leser gewonnen: Karin Baumann, E. Franz, Helga Koch, Helga Matern und Linda Ziltz.

Eine Anleitung für ein **Android Phone** haben gewonnen: Rosemarie Burkhardt, Renate Epple-Soteye, Cornelia Hoen, Marietta Reviol-Belkaid und Lorenz Wiegels.

Außerdem konnten wir drei **Wasserhäuschen-Quartetts verlosen**. Diese haben gewonnen: Wilfried Jahn, Brigitte Schnitzler und Christa Werner-Nißl. Viel Spaß damit wünscht die Redaktion. *red*

Zwei kostenfreie Führungen

Romantik im Rhein-Main-Gebiet

22. März bis 19. Juli

Im frühen 19. Jahrhundert machte eine ganze Generation von Künstlern den eigenen Augenschein zum Maß der Dinge, traute dem Gefühl und nahm die Kunst persönlich. In einer umfassenden Sonderausstellung präsentiert das Museum Giersch der Goethe-Universität die Vielgestaltigkeit romantischer Kunst, wie sie im 19. Jahrhundert zwischen Frankfurt und Darmstadt, Mainz und Wiesbaden, vom Odenwald bis in die Schwalm zu finden war. Mit über 150 Werken von Künstlern wie Carl Philipp Fohr, Moritz von Schwind, Ludwig Emil Grimm oder Philipp Veit entwirft die Ausstellung das komplexe Panorama einer lebendigen Kunstlandschaft und stellt zugleich die dichten Verbindungen einer romantischen Gesellschaft in Zeiten des Auf- und Umbruchs dar.

Das Museum Giersch der Goethe-Universität, Schaumainkai 83, 60596 Frankfurt, www.museum-giersch.de, veranstaltet für die Leser der Senioren Zeitschrift zwei kostenfreie Führungen inklusive kostenfreiem Eintritt. Termine sind Dienstag, der 12. Mai und Donnerstag, der 21. Mai, jeweils um 15 Uhr.

Da die Teilnehmerzahl auf jeweils 20 Personen begrenzt ist, wird um verbindliche Anmeldung gebeten, und zwar in der Zeit vom 27. April bis 7. Mai unter dem Stichwort „Senioren Zeitschrift“ unter Telefon 0 69/138 21 01-0 oder per E-Mail info@museum-giersch.de. *red*

Abbildung: Edward Jakob von Steinle: Bildnis der Tochter Karoline von Steinle, um 1840/45, Galerie Neue Meister, Staatliche Kunstsammlungen Dresden Foto: Jürgen Karpinski, Dresden

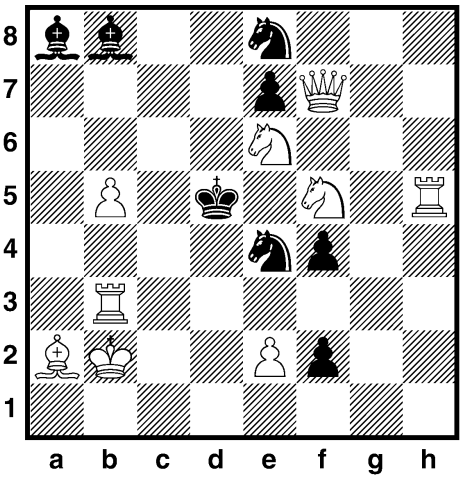
Leserzuschrift

Margarete Wiluda schreibt der Redaktion: „Vielen Dank für den Bericht über die ‚Wasserhäuschen‘ in Ffm. Da habe ich doch so gern als kleines Mädchen meine Veilchenpastillen für gesparte Pfennige gekauft. Ihr neues Heft war wieder ‚klasse‘! Hatte nicht eher Ruhe bis ich alles gelesen hatte!“
Vielen Dank für die Zuschrift sagt die Redaktion.

ein Insekt	Eiform	Hasen-lager		Vereini-gungen, Bünd-nisse		Fluss im Engadin	Abk.: Sommer-se-mester		kleiner Karpfen-fisch	Drall des Balles		nord-amerik. Gras-ebene	
Leiden-schaft, Vorliebe		geomet-rische Linie		Land im Wasser						frz. weibl. Vorname		Stadt in Michi-gan (USA)	
							kristal-liner Schiefer		An-sprache				
				Flugkon-troll-turm		Weh-geschrei							
Futter-pflanze	Identi-täts-zeichen (Tier)		Stadt in Umbrien						Luft holen		Zeichen für Titan		
						Gram, Sorge		Ge-treide-blüten-stand					
Nasch-werk			kläffen		Behäl-ter aus Holz						ugs.: Verbeu-gung		Kleider-besatz
Bienen-züchter		Stutzer, Gecks (franz.)						weib-liches Wild-schwein		diver-ses (Abk.)			
					Welt-alter, Ewig-keit		ital. Männer-name						
Gewäs-ser in Mittel-asien		schwäb. u. fränk. Höhen-zug		Haupt-stadt von Jor-danien						Gebirge auf Kreta		Nestor-papagei	
							Zeichen für Cäsium		alt-peruan. Herr-scher				
Kfz-Z. Kleve				exot. Zier-pflanzen									
pla-nieren						abge-sondert, einzeln							

16

Schach



L. Aksgaede (DSZ 1978)

Matt in zwei Zügen.

Kontrollstellung:

Weiß: Kb2, Df7, Tb3, h5, La2, Se6, f5, Bb5, e2 (9)

Schwarz: Kd5, La8, b8, Se4, e8, Be7, f2, f4, (8)

Die Lösungen finden Sie auf Seite 22

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

Gesamtherstellung | Gestaltung | Anzeigenverkauf
Kreativwerkstatt, Agentur und Verlag, Oeder Weg 7–9, 60318 Frankfurt / 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 / 2015 ist der 5. Mai 2015

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 (Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier)

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Deutsche Blindenstudienanstalt e.V. (blista), Am Schlag 2–12, 35037 Marburg, Telefon: 0 64 21 / 6 06-0, Fax: 0 64 21 / 60 64 76, E-Mail: info@blista.de; außerdem kann die Senioren Zeitschrift als Daisy-Buch im Internet heruntergeladen werden unter: http://www.blista.de/seniorenzeitschrift-frankfurt.

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. Die Redaktion hat sich aufgrund der besseren Lesbarkeit dazu entschieden, die männliche Form zu verwenden. Selbstverständlich sind in allen Fällen die Frauen ebenfalls angesprochen.

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.

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

Foto: STU GRA PHO

wann ist man eigentlich älter und wann ist man alt. Dieser Gedanke geht mir im Kopf herum.
Ich sage gerne älter, und versuche zu vermeiden zu sagen: Ich bin alt.

Obwohl eigentlich älter die Steigerung von alt ist. Wann fängt die Zeit an, sagen wir ruhig, sich älter zu fühlen. Ist es, wenn man sein berufliches Leben erfüllt hat oder ist es dann, wenn man die Artikel in der Senioren Zeitschrift, die einem bis dahin nicht interessiert haben, anfängt zu lesen. Und froh ist, dass viele nützliche Informationen dort zu finden sind. Es ist ja, wem auch immer, gelungen, die Alterszeit entschieden nach oben zu drücken und auch die Lebensqualität, sodass man, wo es früher schon auf das Ende zuging, eigentlich erst anfängt mit der neuen Freiheit zu leben.

Ich glaube, man sollte sich gar nicht so viel Gedanken darüber machen. Es spürt schon jeder, wenn es langsamer gehen muss, wenn die Hüfte nicht mehr mitmacht, das Knie erneuert werden, der Herzschrittmacher eingepflanzt werden muss. Ein Glück, dass es diese Errungenschaften inzwischen alle gibt und man sie nutzen kann.

Es gibt von jeder Form eine Steigerung, zuerst will man noch die Welt erobern, reisen unterwegs sein oder andere Aktivitäten machen, dann will man nicht mehr so weit reisen, dann ist die nähere Umgebung auch sehr schön, und so spürt der Mensch eben das Älterwerden, das dann ins Altsein einmündet.

Man kann es auch nicht an einer Zeit festmachen, und es ist bei jedem anders. So lange die Geisteskräfte und die körperlichen Kräfte noch mitmachen, wird man halt immer älter, aber man ist noch nicht alt. Wenn es dann zu einem gewissen Stillstand kommt, und die Beschwernisse zu groß werden, man immer mehr auf die Hilfe anderer angewiesen ist, dann ist man, glaube ich, alt. Also, was bleibt dem Einzelnen, alles zu tun, was noch möglich ist, so lange es geht, die Zeit nutzen. Mehr kann ich im Augenblick dazu nicht sagen.

Eine schöne Frühlingszeit
Ihr Wolfgang Kaus

Ein Gedicht von
BRIGITTE GLASER

Ich bin ein analoges Mädchen in
einer digitalen Welt.
Ich bin so ziemlich noch von
gestern, Modernes mir gar nicht
gefällt.
Hör ich so schöne alte Lieder, dann
geht das Herz mir auf,
denn diese neuen Songs, da pfeif‘
ich drauf.
Sie machen nur die Nerven
schwach, ich nenn‘ es seelenlosen
Krach.

Geht man heutzutage durch die
Straße, dann kann man kaum noch
was verpassen,
denn du hörst auf Schritt und Tritt
das Gespräch der anderen mit.

Fuhr man früher mit der
Eisenbahn, im Abteil sah man
Menschen nahen
sich fröhlich unterhalten, heut tut
ein Laptop das gestalten.

Kaum sitzt ein Mensch
im ICE, schnellt schon der Laptop
in die Höh,
dann klingelt es unzählige Male,
wie in der Telefonzentrale.

Briefe schreiben ist nicht drin,
man greift nur zum Handy hin.
Nichts schreibt man mehr mit
seinen Händen, tut nur noch SMS
versenden.

Was waren das
noch schöne Zeiten, wo man zum
Briefkasten konnte schreiten.

Das alles ist Vergangenheit, mir tut
die Menschheit heut nur leid.

Jedoch, nach alldem muss ich
sagen, ist Fortschritt nicht nur zu
beklagen.
Modernes richtig angewendet,
schon manche Hilfe hat gespendet.

Nur soll bei all dem
Fortschrittstreiben das Miteinander
wichtig bleiben.

ERICH FRIES
VORBOTE

Ich hab de Frühling schon gespürt!
Es hat sich was bei mir gerührt,
und zwar so heftig wie noch nie.
Wenn Sie jetzt wisse wolle wie,
Sei’s weesche Ihne korz erwähnt
Ich hab in einer Tour gegähnt.

ERICH FRIES
GEFÜHLE SIN NOCH IN

Obwohl ich über sechzich bin,
„Frühlingsgefühle“ sin noch „in!“
Des hat sich gestern erst bewiese,
ich durfte Zärtlichkeit genieße,
Dieweil e goldisch, blutjung Ding.
Hilflos an meiner Schulter hing!
Ich schwamm geradezu im Glück,
und gab die Zuneischung zurück!
Doch – als die Maus aafing
Zu brülle,
sagt mei Dochter „Zeit zum Stille“.

Wir danken den Verfassern für die Erlaubnis, die Gedichte zu veröffentlichen.

Reisen Sie mit uns...

...es wird ein Erlebnis!

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

Außerdem nach Österreich, Südtirol und Franzensbad.

Während der 10 bis 14 tägigen Erholungsreisen bieten wir Bewegung, Gesundheit, Entspannung, Ausflüge, Freude und Abwechslung.

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

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

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns an!

Gerne geben wir Auskunft oder schicken Ihnen unseren Reisekatalog 2015 zu.

Caritasverband Frankfurt e.V.
Seniorenreisen
Buchgasse 3 • 60311 Frankfurt am Main
Telefon 0 69 / 29 82 89 01 oder 0 69 / 29 82 89 02
www.caritas-seniorenreisen.de

caritas frankfurt